

อิทธิพลของรูปแบบความผูกพันต่อลักษณะนิสัยการให้ภัย : ทวิโมเดลแข่งขันโดยมีตัวแปร  
การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นและการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่าน



นางสาวรวิตา ระย้านิล

ศูนย์วิทยพัทยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต

สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2553

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

EFFECTS OF ATTACHMENT STYLES ON TRAIT FORGIVENESS: THE TWO COMPETING  
MODELS OF EMPATHY AND RUMINATION AS MEDIATORS



Miss Ravita Rayanil

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Arts Program in Social Psychology

Faculty of Psychology

Chulalongkorn University

Academic Year 2010

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์

อิทธิพลของรูปแบบความผูกพันต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย : ทวิโมเดลแข่งขันโดยมีตัวแปรการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นและการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่าน

โดย

นางสาววิดา ระย้านิล

สาขาวิชา

จิตวิทยาสังคม

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

อาจารย์ จรุงกุล บุรพวงค์

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้นำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทมหาบัณฑิต

.....  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศักดิ์นางค์ มณีศรี)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....  
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศักดิ์นางค์ มณีศรี)

.....  
(อาจารย์ จรุงกุล บุรพวงค์)

.....  
(อาจารย์ ดร. อภิชนา ไชยวุฒิกมลวานิช)

.....  
(ศาสตราจารย์ กิตติคุณ ดร. นงลักษณ์ วิรัชชัย)

รวิดา ระย้านิล : อิทธิพลของรูปแบบความผูกพันต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย : ทวิโมเดล  
 แข่งขันโดยมีตัวแปรการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นและการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปร  
 ส่งผ่าน (EFFECTS OF ATTACHMENT STYLES ON TRAIT FORGIVENESS: THE  
 TWO COMPETING MODELS OF EMPATHY AND RUMINATION AS MEDIATORS)  
 อ. ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก : อ. จรุงกุล บุรพวงค์, 153 หน้า

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอิทธิพลการเป็นตัวแปรส่งผ่านของการรู้ซึ่งถึง  
 ความรู้สึกของผู้อื่นและการหมกมุ่นครุ่นคิด ในความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลในความ  
 ผูกพันและการหลีกเลี่ยงในความผูกพัน กับลักษณะนิสัยการให้อภัย ในบริบทต่างๆ ไป นิสิต  
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยระดับปริญญาตรีจำนวน 355 คน ตอบชุดแบบสอบถามที่ประเมิน  
 รูปแบบความผูกพัน การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น การหมกมุ่นครุ่นคิด และลักษณะนิสัยการให้  
 อภัย ซึ่งผู้วิจัยได้สลับลำดับของมาตรวัดในแบบสอบถามแต่ละชุดด้วยวิธีการสุ่ม

ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ พบว่า ความวิตกกังวลในความผูกพันและการหลีกเลี่ยงใน  
 ความผูกพันสามารถร่วมกันทำนายลักษณะนิสัยการให้อภัยได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ  
 นอกจากนี้ ผลการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้างพบว่า ความวิตกกังวลในความผูกพันและการ  
 หลีกเลี่ยงในความผูกพันมีอิทธิพลต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยอิทธิพลของความวิตกกังวลใน  
 ความผูกพันต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย มีการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่าน ขณะที่อิทธิพล  
 ของการหลีกเลี่ยงในความผูกพันต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย มีการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นและ  
 การหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่าน

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สาขาวิชา.....จิตวิทยาสังคม..... ลายมือชื่อนิสิต..... รวิดา ระย้านิล  
 ปีการศึกษา.....2553..... ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก.....

# # 5278123038 : MAJOR SOCIAL PSYCHOLOGY

KEYWORDS: ATTACHMENT STYLES / TRAIT FORGIVENESS / EMPATHY /  
RUMINATION

RAVITA RAYANIL: EFFECTS OF ATTACHMENT STYLES ON TRAIT  
FORGIVENESS: THE TWO COMPETING MODELS OF EMPATHY AND  
RUMINATION AS MEDIATORS. ADVISOR: JARUNGKUL BURAPAVONG, 153 pp.

The purpose of this research was to examine the mediating effects of empathy and rumination on the association between both anxious and avoidant attachment and trait forgiveness. Three hundred and fifty five Chulalongkorn University's undergraduate students completed a battery of questionnaires assessing their attachment styles, empathy, rumination, and trait forgiveness, presented in a random order.

The multiple regression analysis shows that anxious together with avoidant attachment significantly predict trait forgiveness. Moreover, Structural equation modeling reveals that anxious as well as avoidant attachment has effects on trait forgiveness. In addition, the effect of anxious attachment on trait forgiveness is mediated by rumination only, while the effect of avoidant attachment on trait forgiveness is mediated by both empathy and rumination.

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

Field of Study : .....Social Psychology..... Student's Signature.....<sup>รวริศรา ธีรวิภา</sup>.....

Academic Year : .....2010..... Advisor's Signature.....<sup>Jarungkul Burapavong</sup>.....

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์เล่มนี้สำเร็จสมบูรณ์ได้ด้วยความช่วยเหลือ ความเมตตา และน้ำใจจากบุคคลหลายท่าน ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณด้วยความทราบซึ่งใจอย่างยิ่งมา ณ โอกาสนี้

กราบขอบพระคุณอาจารย์จรงค์กุล บุรพวงศ์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ซึ่งได้ให้ความเมตตากรุณา ทุ่มเทร่างกายแรงใจ และสละเวลาอันมีค่าคอยให้คำปรึกษา คำแนะนำ และตรวจสอบแก้ไขวิทยานิพนธ์เล่มนี้เป็นอย่างดีมาโดยตลอด รวมถึงให้ความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูลจากนิสิตในคาบเรียนเพื่อทำการวิจัย ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณอย่างสูง

กราบขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ ดร. ธีระพร อุวรรณโณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศักดิ์มงคล มณีศรี และ อาจารย์ ดร. อภิษฎา ไชยวุฒิภรณ์วณิช ที่ประสิทธิประสาทวิชาความรู้ และให้คำแนะนำอันเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อผู้วิจัย ด้วยความเมตตาตลอด 2 ปีการศึกษาที่ผ่านมา ผู้วิจัยทราบซึ่งในพระคุณเป็นอย่างสูง อีกทั้งให้ความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูลจากนิสิตในคาบเรียนด้วย

กราบขอบพระคุณศาสตราจารย์กิตติคุณ ดร. นางลักษณ วิรัชชัย และรองศาสตราจารย์ ดร. วรณี แกมเกตุ ที่กรุณาถ่ายทอดวิชาความรู้ด้านสถิติ ซึ่งเดิมผู้วิจัยไม่มีพื้นฐานใดๆ เลย จนกระทั่งสามารถทำวิทยานิพนธ์เล่มนี้ให้สำเร็จลงได้ อีกทั้งยังให้ความเมตตาตอบคำถาม และให้คำแนะนำอันเป็นประโยชน์อย่างยิ่งแก่ผู้วิจัย

กราบขอบพระคุณรองศาสตราจารย์ ดร.พรพนทิพย์ ศิริวรรณบุศย์ สำหรับความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูลในคาบเรียน และอาจารย์หยกฟ้า อิศรานนท์ สำหรับความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูลในคาบเรียน ความช่วยเหลือหลายสิ่งหลายอย่างและคำแนะนำที่เป็นประโยชน์

ขอขอบคุณคุณกมลกานต์ จินข้าง คุณกัญญิกา บรรลือ และคุณอนุชาวัฒน์ มุงคุณ สำหรับความช่วยเหลือในการเก็บข้อมูลกับนิสิตในคาบเรียน และการให้คำแนะนำตลอดจนกำลังใจที่มีค่ายิ่งแก่ผู้วิจัย

ขอขอบคุณเพื่อนร่วมรุ่นจิตวิทยาสังคมทุกคนที่คอยให้ความช่วยเหลือ ให้กำลังใจ รวมถึงแรงผลักดัน จนผู้วิจัยสามารถทำวิทยานิพนธ์เล่มนี้ให้สำเร็จลงได้ ผู้วิจัยทราบซึ่งในน้ำใจของเพื่อนทุกคนนับตั้งแต่วันแรกที่พบกัน ผู้วิจัยขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

กราบขอบพระคุณพ่อวีระและแม่ศรีสุดา ที่สนับสนุนผู้วิจัยทุกด้านมาโดยตลอด ทั้งยังให้ความรัก ความห่วงใย ตลอดจนความเข้าใจ ซึ่งเป็นส่วนสำคัญยิ่งในทุกย่างก้าวของความสำเร็จแต่ละขั้นของผู้วิจัย

# สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฅ
สารบัญภาพ.....	ฎ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง.....	3
แนวคิดเรื่องการให้ภัย.....	3
แนวคิดเรื่องความรู้ซึ่งถึงความรู้ลึกของผู้อื่น.....	13
แนวคิดเรื่องการหมกมุ่นครุ่นคิด.....	24
ทฤษฎีรูปแบบความผูกพัน.....	33
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	48
วัตถุประสงค์ในการวิจัย.....	56
ขอบเขตของการวิจัย.....	57
ตัวแปรในการวิจัย.....	57
การพัฒนาสมมติฐาน.....	58
สมมติฐานในการวิจัย.....	60
คำจำกัดความในงานวิจัย.....	62
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	63
บทที่ 2 วิธีดำเนินการวิจัย.....	64
กลุ่มตัวอย่าง.....	64
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	64
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย.....	64
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	87
วิธีการวิเคราะห์ข้อมูล.....	87

บทที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	88
ลักษณะทางประชากรของผู้เข้าร่วมการวิจัย.....	89
การทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 ด้วยการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ.....	91
การวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น.....	92
การทดสอบสมมติฐานของโมเดลหลัก.....	96
การทดสอบสมมติฐานของโมเดลทางเลือก.....	101
สรุปผลการทดสอบสมมติฐาน.....	106
บทที่ 4 อภิปรายผลการวิจัย.....	107
อิทธิพลของตัวแปรรูปแบบความผูกพันต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย.....	107
อิทธิพลความเป็นตัวแปรส่งผ่านการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น ในความสัมพันธ์	
ระหว่างการหลีกเลี่ยงในความผูกพันกับลักษณะนิสัยการให้อภัย.....	109
อิทธิพลของตัวแปรส่งผ่านการหมกมุ่นครุ่นคิด ในความสัมพันธ์ระหว่างความวิตก	
กังวลในความผูกพันและการหลีกเลี่ยงในความผูกพัน กับลักษณะนิสัยการให้อภัย	111
ผลการเปรียบเทียบระหว่างโมเดลหลักและโมเดลทางเลือก.....	113
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ.....	115
ข้อเสนอแนะ.....	119
รายการอ้างอิง.....	120
ภาคผนวก.....	132
ภาคผนวก ก.....	133
ภาคผนวก ข.....	138
ภาคผนวก ค.....	141
ภาคผนวก ง.....	144
ภาคผนวก จ.....	147
ภาคผนวก ช.....	150
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	153



## สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	รูปแบบความผูกพันในวัยผู้ใหญ่ 4 ประเภท.....	38
2	การตอบสนองทางอารมณ์ของบุคคลที่มีความผูกพันรูปแบบต่าง.....	46
3	จำนวนและร้อยละของตัวอย่างที่ใช้ในชั้นพัฒนามาตรวัดรูปแบบความผูกพัน มาตรวัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น และมาตรวัดการหมกมุ่นครุ่นคิด จำแนกตามลักษณะพื้นฐานต่างๆ (N = 266).....	65
4	การสรุปและเปรียบเทียบรายละเอียดของมาตรวัดรูปแบบความผูกพันมาตร ต่างๆ ที่ศึกษา.....	67
5	จำนวนข้อกระทงของมาตรวัดรูปแบบความผูกพันต่างๆ ที่คัดเลือกมาใช้.....	68
6	จำนวนข้อกระทงของมาตรวัดรูปแบบความผูกพันต่างๆ ภายหลังจากคัดเลือก	70
7	ความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของมาตรวัดรูปแบบความผูกพัน (N = 266)	70
8	การสรุปและเปรียบเทียบรายละเอียดของมาตรวัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของ ผู้อื่นมาตรต่างๆ ที่ศึกษา.....	72
9	จำนวนข้อกระทงของมาตรวัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นต่างๆ ที่คัดเลือก มาใช้.....	73
10	จำนวนข้อกระทงของมาตรวัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นต่างๆ ภายหลัง การคัดเลือก.....	75
11	ความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของมาตรวัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น	75
12	การสรุปและเปรียบเทียบรายละเอียดของมาตรวัดการหมกมุ่นครุ่นคิดมาตร ต่างๆ ที่ศึกษา.....	78
13	จำนวนข้อกระทงของมาตรวัดการหมกมุ่นครุ่นคิดต่างๆ ที่คัดเลือกมาใช้.....	79
14	เมทริกซ์องค์ประกอบที่ได้จากการหมุนแกนของมาตรวัดการหมกมุ่นครุ่นคิด ...	82
15	ความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของมาตรวัดความหมกมุ่นครุ่นคิด.....	83
16	จำนวนข้อกระทงในการพัฒนามาตรวัดลักษณะนิสัยการให้อภัยจำแนกตาม องค์ประกอบ.....	83
17	ความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของมาตรวัดลักษณะนิสัยการให้อภัย.....	85
18	จำนวนและร้อยละของตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย จำแนกตามลักษณะพื้นฐาน ต่างๆ (N = 355).....	90

ตารางที่		หน้า
19	คะแนนต่ำสุด คะแนนสูงสุด ค่ามัชฌิมเลขคณิต และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของตัวแปรความวิตกกังวลในความผูกพัน การหลีกเลี่ยงในความผูกพัน และ ลักษณะนิสัยการให้อภัย ( $N = 355$ ).....	91
20	ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรความวิตกกังวลในความผูกพัน การหลีกเลี่ยงใน ความผูกพัน และลักษณะนิสัยการให้อภัย ( $N = 355$ ).....	92
21	ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณในการทำนายลักษณะนิสัยการให้อภัย ( $N = 355$ ).....	92
22	คะแนนต่ำสุด คะแนนสูงสุด ค่ามัชฌิมเลขคณิต และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของตัวแปรสังเกตได้ 12 ตัวแปร ( $N = 355$ ).....	94
23	ค่าสหสัมพันธ์ของตัวแปรสังเกตได้ 12 ตัวแปร ( $N = 355$ ).....	95
24	ค่าสถิติการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงและทางอ้อมของโมเดลหลัก.....	98
25	ค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรสังเกตได้ 12 ตัว ของตัวแปรแฝง 5 ตัว ใน โมเดลหลัก ( $N = 355$ ).....	100
26	ค่าสถิติการวิเคราะห์อิทธิพลทางตรงและทางอ้อมของโมเดลทางเลือก.....	103
27	ค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรสังเกตได้ 12 ตัว ของตัวแปรแฝง 5 ตัว ใน โมเดลทางเลือก ( $N = 355$ ).....	105

## สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
1	โมเดลการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น.....	18
2	โมเดลอิทธิพลของตัวแปรรูปแบบความผูกพันแบบไม่มั่นคงต่อลักษณะนิสัย การให้อภัย โดยมีการหมกมุ่นครุ่นคิดในความโกรธเป็นตัวแปรส่งผ่าน ใน งานวิจัยของ Burnette และคณะ (2007).....	51
3	การปรับโมเดลในการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้างในงานวิจัยของ Burnette และคณะ (2009).....	54
4	โมเดลที่ Burnette และคณะ (2009) เลือกให้เป็นโมเดลที่เหมาะสมมากที่สุด สำหรับการวิจัย.....	55
5	โมเดลหลักในการวิจัย.....	61
6	โมเดลทางเลือกในการวิจัย.....	61
7	การตรวจสอบความตรงเชิงภาวะสันนิษฐานของตัวแปรแฝงในโมเดลการวิจัย	86
8	โมเดลอิทธิพลเชิงสาเหตุของรูปแบบความผูกพันต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โมเดลหลัก.....	97
9	โมเดลอิทธิพลเชิงสาเหตุของรูปแบบความผูกพันต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โมเดลทางเลือก.....	102

# บทที่ 1

## บทนำ

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

งานวิจัยจำนวนมากยืนยันถึงข้อดีของการให้อภัย ว่ามีส่วนเสริมสร้างคุณภาพและความพึงพอใจในความสัมพันธ์ การคืนดีกันของเพื่อนและคู่รัก รวมทั้งสนับสนุนสุขภาพทางจิต สุขภาพจิต ตลอดจนสุขภาพทางร่างกาย (Paleari, Regalia, & Fincham, 2005; Tsang, McCullough, & Fincham, 2006; Webb, Toussaint, Kalpakjian, & Tate, 2010; Ysseldyk, Matheson, & Anisman, 2007)

ข้อค้นพบเหล่านี้สอดคล้องกับคำสอนของทุกศาสนาที่มุ่งเน้นให้คนเรารู้จักให้อภัยซึ่งกันและกัน ดังเช่นในศาสนาพุทธที่มองการให้อภัยว่าเป็นส่วนหนึ่งของ “การให้” หรือ “ทาน” และ “อภัยทาน” ก็ถือเป็นการให้ที่สูงที่สุด การให้อภัยในพระพุทธศาสนาคือการตัดใจไม่เอาความกับผู้ที่มากระทำไม่ดีกับเรา จึงทำให้ตัวเรามีความทุกข์น้อยลง หรือได้ชำระใจให้บริสุทธิ์จากกิเลสความโกรธ ความอาฆาตพยาบาท เปรียบได้กับเป็นการยกภูเขาออกจากอก หรือกำจัดไฟร้อนที่สูมอยู่ในอก เช่นเดียวกับในคริสตศาสนาซึ่งยึดถือการให้อภัยเป็นหลักปฏิบัติที่สำคัญ เป็นศีลธรรมที่ช่วยกำจัดโมหะ (wrath) 1 ในบาป 7 ประการตามหลักศาสนาคริสต์ การให้อภัยจึงไม่ขึ้นอยู่กับความสำนึกในบาปของผู้กระทำผิด หรือการที่ความผิดนั้นสมควรได้รับการยกโทษหรือไม่ เพราะการให้อภัยคือการตัดใจไม่ถือโทษคนอื่น ซึ่งเป็นการแสดงออกถึงความรัก ความเมตตา ที่คริสตชนพึงมีให้กับเพื่อนมนุษย์

จากการเล็งเห็นถึงประโยชน์ของการให้อภัย ทั้งในคำสอนทางศาสนาและหลักฐานเชิงประจักษ์จากงานวิจัย จึงมีการศึกษาถึงปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมหรือเป็นอุปสรรคต่อการให้อภัยกันมาอย่างต่อเนื่อง แม้ศาสนาต่างๆ จะส่งเสริมให้เราชำระจิตใจด้วยการให้อภัยอย่างไม่มีเงื่อนไข แต่ในความเป็นจริงพบว่ามีปัจจัยภายนอกมากมายที่ส่งผลต่อการให้อภัย เป็นต้นว่าลักษณะของเรื่องที่ทำให้ผิด สถานการณ์ของการกระทำผิด การขอโทษหรือการแสดงความสำนึกผิดของผู้กระทำผิด และความสัมพันธ์หรือความใกล้ชิดสนิทสนมของผู้ถูกกระทำและผู้กระทำผิด ปัจจัยเหล่านี้ล้วนมีผลกระทบต่อแนวโน้มของบุคคลในการให้อภัยทั้งสิ้น

นอกจากนี้ ยังมีปัจจัยภายในตัวบุคคล เช่น การรับรู้และตีความสถานการณ์ที่เกิดขึ้น อารมณ์ความรู้สึกต่อการกระทำผิด ซึ่งการตอบสนองของความคิดและความรู้สึกของเราอาจขึ้นอยู่กับลักษณะของการกระทำผิดและสถานการณ์แวดล้อม อีกทั้งอาจเป็นที่บุคคลิกภาพเฉพาะ

บุคคลก็ได้ เช่น ผู้ที่มีบุคลิกภาพไม่มั่นคงทางอารมณ์สูง หรือมีความเป็นมิตรต่ำ มีการหมกมุ่นครุ่นคิดมาก มีความเข้าใจในความรู้สึกของผู้อื่นน้อย โกรธง่าย ชอบอนุমানสาเหตุในทางลบ มีความเป็นปฏิกิริยสูง ลักษณะนิสัยเหล่านี้ย่อมเป็นเหตุให้บุคคลมีแนวโน้มให้อภัยต่ำ (McCullough et al, 1998)

ข้อมูลจากงานวิจัยบ่งชี้ว่าปัจจัยภายในตัวบุคคลส่งผลต่อแนวโน้มโดยเฉลี่ยของปัจเจกบุคคลที่จะมีลักษณะนิสัยให้อภัยสูงหรือต่ำ โดยพบความเชื่อมโยงระหว่างลักษณะนิสัยการให้อภัยกับรูปแบบความผูกพัน (attachment styles) ที่บุคคลมีต่อผู้ที่มีความสำคัญในชีวิต (Burnette et al., 2007, 2009) การทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับรูปแบบความผูกพันพบว่า “รูปแบบการทำงานของจิตใจ (internal working models)” ซึ่งเป็นรูปแบบความเชื่อที่บุคคลมีต่อตนเองและผู้อื่น ส่งอิทธิพลต่อการตอบสนองในสถานการณ์ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลทั้งในทางปัญญา อารมณ์ และพฤติกรรม รวมทั้งพบว่ามีความสัมพันธ์กับบุคลิกภาพของบุคคลโดยทั่วไปนอกเหนือจากในสถานการณ์ที่เกี่ยวกับความสัมพันธ์ด้วย แน่นนอนว่าความเชื่อมโยงเหล่านี้ครอบคลุมถึงลักษณะนิสัยที่ส่งอิทธิพลต่อแนวโน้มการให้อภัย โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น (empathy) และ การหมกมุ่นครุ่นคิด (rumination) (McCullough et al., 1998; Fehr, Gelfand, & Nag, 2010)

งานวิจัยนี้จึงตรวจสอบอิทธิพลของความไม่มั่นคงในความผูกพัน (insecure attachment) นั่นคือ ความวิตกกังวลในความผูกพัน (anxiety) และการหลีกเลี่ยงในความผูกพัน (avoidance) ที่มีต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยส่งผ่านการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นและการหมกมุ่นครุ่นคิด ผู้วิจัยมุ่งหวังว่าเมื่อได้ทราบและยืนยันถึงที่มาของนิสัยที่เป็นปัจจัยสำคัญของการให้อภัยแล้ว จะสามารถนำข้อค้นพบที่ได้มาใช้ประโยชน์ในการหาแนวทางส่งเสริมให้บุคคลรู้จักให้อภัยมากขึ้น ที่ผ่านมานงานวิจัยเกี่ยวกับการให้อภัยในประเทศไทยยังมีน้อย ประมาณ 4-5 เรื่องเท่านั้น (วิไลลักษณ์ รุ่งเรืองอนันต์, 2544; พิมลรัตน์ ทิศาภาค, 2548; ชิตสุภางค์ รังษีสมนบดีศิริ, 2550; และ พจณี วัฒนมงคล, 2553) ขณะที่สังคมไทยในปัจจุบันเรียกได้ว่ามีวิกฤตการณ์เกี่ยวกับการให้อภัย ไม่ว่าจะเป็นปัญหาความขัดแย้งกันระหว่างสถาบันของวัยรุ่นไทยซึ่งมีความรุนแรงมากขึ้นทุกวัน หรือในปัญหาความขัดแย้งทางการเมืองซึ่งเป็นความขัดแย้งระดับชาติ และก่อให้เกิดความเสียหายอย่างที่ไม่สมควรจะเกิด ดังนั้นบทบาทของการให้อภัยและการศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการให้อภัยจึงเป็นความจำเป็นยิ่ง

ผู้วิจัยจึงหวังว่างานวิจัยเรื่องนี้ในสังคมไทยซึ่งมีการศึกษาเชื่อมโยงถึงสาเหตุในระดับรากฐานของโครงสร้างทางบุคลิกภาพด้านอารมณ์และสังคม จะช่วยเพิ่มพูนความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการให้อภัยมากขึ้น ทั้งในหมู่นักวิจัยและบุคคลทั่วไป และสามารถนำข้อค้นพบที่ได้ไปประยุกต์สำหรับการแก้ไขปัญหาสังคมในบ้านเมืองของเราต่อไปในอนาคต

## แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

### แนวคิดเรื่องการให้อภัย (forgiveness)

การให้อภัยเป็นเรื่องที่มีผู้วิจัยนิยมศึกษากันมาก และมีประวัติที่ยาวนานพอสมควร โดยสามารถแบ่งออกเป็น 2 ยุคสมัย สมัยแรกนับตั้งแต่ปี ค.ศ.1932 ถึง 1980 ถือเป็นยุคเริ่มต้นแห่งการศึกษา และสมัยที่ 2 คือตั้งแต่ปี ค.ศ.1980 เรื่อยมาจนถึงปัจจุบัน ยุคนี้เป็นยุคที่การให้อภัยได้รับการศึกษาวิจัยอย่างจริงจัง รวมถึงมีความพยายามแสดงมโนทัศน์และให้คำจำกัดความอย่างเป็นทางการเกิดขึ้น

การให้อภัยได้รับการศึกษาในหลายๆ สาขาวิชา ในยุคแรก เช่น การเชื่อมโยงผลของการให้อภัยกับสุขภาวะทางจิตในแง่มุมมองทางศาสนา การให้อภัยและการอาฆาตแค้นในบริบทความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล การให้อภัยในฐานะค่านิยมประการหนึ่งของมนุษย์ และการให้อภัยในบริบทของสถานการณ์สมมติเกี่ยวกับทางเลือก เช่น เกมทางเลือกของนักโทษ (prisoner's dilemma game) ส่วนในยุคหลัง มักเป็นการศึกษาการให้อภัยในสาขาจิตวิทยาการศึกษาและจิตวิทยาคลินิก การให้อภัยและการพัฒนาคุณธรรม การให้อภัยในจิตวิทยาสังคมและบุคลิกภาพ เป็นต้น จากการศึกษาในสาขาที่หลากหลายนี้ ทำให้คำจำกัดความของ “การให้อภัย” ไม่เคยเป็นเอกฉันท์ นักวิจัยต่างคนก็ให้คำจำกัดความแตกต่างกันไปตามมุมมองที่ศึกษาและมุมมองของเหล่านักวิจัยเอง อย่างไรก็ตาม นักวิจัยหลายท่านเห็นตรงกันว่า การให้อภัยไม่ใช่การอภัยโทษ (pardoning) การไม่เอาผิด (condoning) การไม่ถือว่าผิด (excusing) การลืม (forgetting) การปฏิเสธ (denying) ไม่รับรู้ในการกระทำผิด หรือการปรองดองประนีประนอมกัน (reconciliation) (McCullough, Pargament, & Thoresen, 2000)

Robert D. Enright นักจิตวิทยาการศึกษา ผู้ได้รับการยกย่องเป็นบิดาแห่งการวิจัยการให้อภัย (McCullough et al, 2000) ได้ให้คำจำกัดความการให้อภัยตามแนวคิดจิตวิทยาคลินิกไว้ว่า การให้อภัยคือ การตอบสนองอย่างเมตตาของบุคคลหนึ่งต่อบุคคลที่ทำให้เจ็บปวดอย่างยุติธรรม โดยเอาชนะอารมณ์ความรู้สึก (เช่น ความโกรธเคือง) ความคิด (การประเมินอย่างเกรี้ยวกราด) และพฤติกรรม (การแก้แค้น ตอบโต้) ในทางลบได้ แล้วแทนที่ด้วยการมีอารมณ์ความรู้สึก ความคิด และพฤติกรรมทางบวกมากขึ้น หรือให้ความเข้าใจ ความกรุณา กระทั่งความรักแก่บุคคลนั้น (Al-Mabuk, Enright, & Cardis, 1992; Enright & Coyle, 1998)

ส่วน Michael E. McCullough ผู้ศึกษาการให้อภัยในแนวทางของจิตวิทยาสังคม อธิบายว่าใจความสำคัญของการให้อภัยคือ การเปลี่ยนแปลงแรงจูงใจทางสังคมที่โน้มเอียงให้บุคคล

แสดงออกต่อผู้กระทำผิดด้วยการสร้างความสัมพันธ์ มีมิตรภาพที่ดีต่อกัน แทนการทำลายความสัมพันธ์ เช่น การหลีกเลี่ยงหรือการแก้แค้น (McCullough, Worthington, & Rachal, 1997)

ทำนองเดียวกับ Worthington (1998) ที่กล่าวว่า การให้อภัยหมายถึงแรงจูงใจที่จะลดการหลีกเลี่ยง ถอนตัว ความปรารถนาที่จะแก้แค้น และตอบโต้บุคคลที่มาทำผิดคิดร้าย นอกจากนี้การให้อภัยยังเพิ่มให้เกิดการประนีประนอมระหว่างกันตามมา หากบรรทัดฐานทางคุณธรรมสามารถกำหนดว่าจะทำให้สิ่งต่างๆ ดีเท่ากับหรือดีขึ้นจากเดิมที่เป็นอยู่

ขณะที่ในการศึกษาที่เกี่ยวข้องกับการบำบัดสถานภาพในครอบครัวและการแต่งงาน Hargrave และ Sells (1997) ได้เน้นว่า การให้อภัย คือการยินยอมให้ผู้ที่เคยหลอกลวงกันได้สร้างความไว้วางใจในความสัมพันธ์ใหม่อีกครั้งผ่านการกระทำที่น่าไว้วางใจ และสนับสนุนให้พูดคุยกันอย่างเปิดเผยถึงสิ่งที่อาจมาทำลายความสัมพันธ์ ดังนั้นคู่รักทั้งคู่ที่เป็นฝ่ายกระทำผิดและฝ่ายถูกกระทำผิดจึงต้องเห็นพ้องกันเพื่อร่วมมือกันในการเสริมสร้างความสัมพันธ์

ส่วน Exline และ Baumeister (2000) ได้แบ่งการให้อภัยออกเป็นการให้อภัยภายในและการให้อภัยภายนอก โดยการให้อภัยภายในหมายถึงอารมณ์ นั่นคือเป็นการให้อภัยที่แท้จริง ภูมิความรู้สึกโกรธอีกแล้ว ขณะที่การให้อภัยภายนอกซึ่งหมายถึงพฤติกรรม คือมีการบอกให้อภัยแต่จริงๆ แล้วภายในอาจยังมีอารมณ์โกรธอยู่

นอกจากนี้ Thompson และคณะ (2005) ให้นิยามการให้อภัยในกรอบของการรับรู้ของบุคคลที่มีต่อการกระทำผิด ซึ่งเปลี่ยนการตอบสนองต่อผู้กระทำผิด การกระทำผิด และผลสืบเนื่องที่ติดตามมาจากการกระทำผิดนั้น จากในทางลบให้เป็นไปในทางบวกหรือกลางๆ โดยแหล่งของการกระทำผิดหรือเป้าหมายของการให้อภัยอาจเป็นตนเอง บุคคลอื่น กลุ่มบุคคลอื่น หรือสถานการณ์ที่อยู่เหนือการควบคุมของใคร เช่น การป่วยไข้ เศรษฐกิจ และภัยพิบัติ ก็ได้

Thompson และคณะ (2005) เสนอว่า การเปลี่ยนแปลงการตอบสนองต่อผู้กระทำผิดประกอบไปด้วย 2 องค์ประกอบ ได้แก่ ทิศทางและความรุนแรง ทิศทางคือเปลี่ยนจากความคิด ความรู้สึกและพฤติกรรมทางลบเป็นกลางๆ หรือทางบวก ส่วนความรุนแรงหมายถึงความเข้มข้นและการลบล้างของความคิด ความรู้สึก หรือพฤติกรรม เปลี่ยนแปลงให้มีความรุนแรงน้อยลง

### องค์ประกอบของการให้อภัย

จะเห็นได้ว่าคำจำกัดความต่างๆ ข้างต้น แม้จะมีรายละเอียดบางส่วนที่แตกต่างกัน แต่ก็มีใจความที่คล้ายคลึงกัน นั่นคือ การให้อภัยเป็นการเปลี่ยนแปลงของบุคคลในทางความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ต่อผู้กระทำผิดที่ทำให้โกรธหรือเสียใจ ทำให้การตอบสนองของบุคคลเปลี่ยนแปลงจากทางลบเป็นไปในทางที่ดีขึ้น ซึ่งอาจเกี่ยวข้องกับการรักษาความสัมพันธ์หรือไม่ก็

ได้ แต่การให้อภัยก็เป็นลักษณะของพฤติกรรมเอื้อสังคมอย่างหนึ่ง และจะเห็นได้ว่าการให้อภัยเป็นกระบวนการภายในตัวบุคคล (intrapersonal) ที่อยู่ภายใต้บริบทความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (interpersonal) เป็นหลัก (McCullough, Pargament, & Thoresen, 2000)

ทั้งนี้ McCullough และ Worthington (1999) ได้แจกแจงถึงลักษณะสำคัญ 3 ประการของการให้อภัยระหว่างบุคคลไว้ว่า

1. การให้อภัยระหว่างบุคคลเกิดขึ้นในบริบทที่บุคคลรับรู้ว่าการกระทำหนึ่ง หรือหลายๆ การกระทำของบุคคลอื่นเป็นอันตราย ให้โทษ ผิดศีลธรรม หรือไม่เป็นธรรม
2. การรับรู้นี้ได้กระตุ้นให้เกิดการตอบสนองทางอารมณ์ เช่น โกรธหรือกลัว การตอบสนองทางแรงจูงใจ เช่น ปวารณาที่จะหลีกเลี่ยงผู้กระทำผิดหรือทำร้ายผู้กระทำผิดนั้นในลักษณะเดียวกัน การตอบสนองทางความคิด เช่น การเป็นปฏิปักษ์หรือสูญเสียความเคารพนับถือ และการตอบสนองทางพฤติกรรม เช่น การหลีกเลี่ยงหรือการก้าวร้าว ที่จะเป็นการทำให้ไม่ตรีจิต และความปรองดองระหว่างกันเสื่อมถอยลง
3. ดังนั้น การให้อภัยจึงเป็นการทำให้อารมณ์ แรงจูงใจ ความคิด และพฤติกรรมทางลบเหล่านั้นเบาบางลง กลับไปสู่ความสัมพันธ์ที่กลมเกลียวเกื้อหนุนกันเช่นเดิม

### การศึกษาการให้อภัย

การศึกษาการให้อภัยมักจำแนกออกได้เป็น 2 ระดับ คือ การศึกษาการให้อภัยเฉพาะเหตุการณ์ และการศึกษาลักษณะนิสัยการให้อภัย ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1. การศึกษาการให้อภัยเฉพาะเหตุการณ์ (offense-specific measures of forgiveness) การศึกษาในระดับนี้มุ่งวัดแนวโน้มการให้อภัยในบริบทที่เฉพาะเจาะจงกับเหตุการณ์ที่ต้องการศึกษา ตัวอย่างปัญหาการวิจัยเช่น “บุคคลนี้ให้อภัยพ่อของคนที่ทอดทิ้งตนเองและแม่ไปหรือไม่” “บุคคลนี้แสวงหาการให้อภัยจากภรรยาของเขาจากการที่เขาอกใจภรรยาหรือไม่” จากคำถามที่เฉพาะเจาะจงเช่นนี้ ขอบเขตการวัดการให้อภัยมักเป็นไปในลักษณะที่เจาะจงเช่นกัน (McCullough & Worthington, 1999)

เป็นเวลาเกือบ 30 ปี นักจิตวิทยาสังคมหลายคนใช้คำถามข้อเดียว (single-item) ในการวัดการให้อภัยเพื่อตอบคำถามการวิจัยของตน จนในปี ค.ศ.1981 เริ่มมีการพัฒนาแบบวัดสำหรับวัดการให้อภัยเฉพาะเหตุการณ์ที่มีข้อกระทงหลายๆ ข้อมากขึ้น Trainer (1981 อ้างถึงใน McCullough, Hoyt, & Rachal, 2000) ได้สร้างแบบวัดการรายงานตนเองที่มีข้อกระทง 9 ข้อ เพื่อวัดการให้อภัยเฉพาะเหตุการณ์ โดยใช้ชื่อว่า “การให้อภัยโดยทั่วไป (General forgiveness)” ซึ่ง



ประกอบด้วย การไร้ความเป็นปฏิปักษ์ การยึดถือความบาดหมาง การมีความรู้สึกทางบวกและหวังดีต่อผู้กระทำผิด เป็นต้น นอกเหนือจากข้อกระทง 9 ข้อนี้ Trainer ยังสร้างแบบวัดแรงจูงใจเกี่ยวกับการให้อภัยอีกสามชุด ได้แก่ แรงจูงใจภายใน 14 ข้อ แรงจูงใจที่เป็นผลประโยชน์ 10 ข้อ และแรงจูงใจจากความคาดหวังของบทบาท 10 ข้อ ในงานของ Trainer ได้นำมาตรวจวัดเหล่านี้มาหาความสัมพันธ์กับการที่ผู้ถูกกระทำผิดกล่าวโทษตัวผู้กระทำผิด การอนุমানสาเหตุในแง่เห็นอกเห็นใจต่อพฤติกรรมของผู้กระทำผิด และความรู้สึกเป็นปฏิปักษ์/ขมขื่นต่อผู้กระทำผิด ผลการวิจัยพบว่ามีความแตกต่างที่สำคัญของผลสหสัมพันธ์กับมาตรย่อยทั้งสิ้น จึงเป็นสิ่งที่น่าจะว่าสิ่งเหล่านี้ อาจกำหนดด้วยด้านมุมที่แตกต่างกันของการให้อภัย

อย่างไรก็ตาม จากการวิเคราะห์องค์ประกอบเพื่อหาความตรง พบว่าข้อกระทงส่วนใหญ่ จากมาตรการให้อภัยโดยทั่วไปและแรงจูงใจภายใน มีน้ำหนักบรรจุสูงอยู่ในองค์ประกอบแรก ซึ่งผู้วิจัยพิจารณาว่าเพียงพอแล้วสำหรับการเป็นตัวแทนในการวัดการให้อภัย ส่วนองค์ประกอบที่ 2 ประกอบด้วยข้อกระทงที่เกี่ยวกับความโกรธ ทิฐิ และความไม่เห็นอกเห็นใจของการให้อภัย ซึ่งสะท้อนถึงการที่ผู้ร่วมการวิจัยใช้การให้อภัยเพื่อเป็นช่องทางการแก้แค้นหรือการรักษาภาพพจน์ของตนเอง ส่วนองค์ประกอบที่ 3 เป็นการให้อภัยซึ่งมีแรงจูงใจจากการรู้สึกสิ้นหวังในทางเลือกอื่น ๆ หรือรู้สึกว่าเป็นหน้าที่ และความเคร่งทางศาสนา

ภายหลัง Wage (1987, 1989 อ้างถึงใน McCullough, Hoyt, & Rachal, 2000) ได้พัฒนาแบบวัดการรายงานตนเองซึ่งมี 81 ข้อกระทง ใน 9 มิติ ซึ่งมาตรนี้ถูกใช้อย่างแพร่หลายในงานวิจัยหลายเรื่อง เช่น นำไปหาสหสัมพันธ์กับสุขภาพจิตและวิญญาณ และความหลงตนเอง นอกจากนี้มีมิติย่อยบางมิติของมาตรนี้ เมื่อนำไปหาความตรงกับกลุ่มที่รู้ลักษณะอยู่แล้ว (known-groups technique) ก็พบว่ามาตรของ Wade สามารถจำแนกกลุ่มคนที่รายงานว่าจะให้อภัยและรายงานว่าจะไม่ให้อภัยได้

ต่อมา McCullough และคณะ (1998) ได้นำมาตรของ Wade มาพัฒนาใหม่เหลือ 12 ข้อกระทง ใช้ชื่อว่า Transgression-Related Interpersonal Motivations Inventory หรือ TRIM ภายใต้ทฤษฎีที่ว่าเมื่อบุคคลต้องเผชิญกับเหตุการณ์ที่ทำให้เสียใจ ชุ่นเคืองใจ บุคคลจะมีการตอบสนอง 2 แบบ คือ แก้แค้นและหลีกเลี่ยง ดังนั้นการให้อภัยคือการลดแรงจูงใจ 2 ประการดังกล่าว บุคคลที่ได้คะแนนในมาตร TRIM ต่ำคือบุคคลที่มีแนวโน้มให้อภัยสูง มาตรย่อยทั้งสองของ McCullough และคณะนี้มีสหสัมพันธ์สูงกับภาวะสันนิษฐานหลายอย่างที่ผู้วิจัยเสนอว่าเป็นปัจจัยของการให้อภัย ไม่ว่าจะเป็น ความพึงพอใจในความสัมพันธ์ การผูกมัด ความใกล้ชิด การขอโทษ การรู้ถึงความรู้สึกของผู้อื่น และการหมกมุ่นครุ่นคิด และในการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน พบว่าคะแนนในมาตรย่อยทั้งสองของมาตร TRIM สามารถแยกออกได้จากภาวะสันนิษฐานอื่นๆ เหล่านี้ นอกจากนี้ มาตร TRIM ยังสามารถอธิบายความแปรปรวน ในการวัดการ

ให้อภัยแบบข้อกระทงเดียวได้ถึงร้อยละ 50 และสามารถทำนายการฟื้นฟูความใกล้ชิดในความสัมพันธ์ภายหลังมีการกระทำผิดต่อกันได้

แบบวัดการให้อภัยเฉพาะเหตุการณ์ที่สำคัญอีกมาตรฐานหนึ่งคือ มาตรฐาน Enright Forgiveness Inventory (EFI) ซึ่งพัฒนาโดย Enright และคณะที่มหาวิทยาลัยวิทคอนซิน-เมดิสัน มีข้อกระทงทั้งสิ้น 60 ข้อ ใน 6 องค์ประกอบย่อย ได้แก่ การมีอยู่ของอารมณ์ ความคิด และพฤติกรรมทางบวก และการไม่มีอยู่ของอารมณ์ ความคิด และพฤติกรรมทางลบ มาตรฐาน EFI นี้พัฒนามาจากมาตรฐาน Psychological Profile of Forgiveness Scale ซึ่งถูกใช้ครั้งแรกในงานของ Hebl และ Enright (1993) มาตรฐานนี้มี 30 ข้อกระทงซึ่งมีโครงสร้างเดียวกันกับมาตรฐาน EFI แต่พบว่ามีความอ่อนไหวกับการจัดกระทำในการทดลองมาก ดังนั้นมาตรฐานดังกล่าวจึงถูกแทนที่ด้วยมาตรฐาน EFI นั้นเอง (McCullough, Hoyt, & Rachal, 2000)

นอกจากการวัดแบบรายงานตนเอง ยังมีการวัดแบบการรายงานของผู้สังเกตการณ์อีกด้วย โดยเมื่อ Trainer (1981) ได้พัฒนามาตรการรายงานตัวเองแบบหลายข้อกระทง ในครั้งนั้น Trainer ก็ได้สร้างเครื่องมือสำหรับผู้สังเกตการณ์ที่ถูกฝึกมาแล้วด้วย โดยให้ผู้สังเกตการณ์ระบุว่าผู้เข้าร่วมการทดลองมีแนวโน้มการให้อภัยในระดับสูง กลาง หรือต่ำ ข้อคำถามเกี่ยวกับการปรากฏและไม่ปรากฏของอารมณ์ ความคิด และพฤติกรรมต่างๆ ที่สะท้อนถึงการให้อภัย เช่น ความเป็นปฏิปักษ์ ความขมขื่น และการแสดงสีหน้า

นอกจากนี้ มีการวัดพฤติกรรมที่สามารถตีความถึงการให้อภัยได้ คือการทดลองเกมทางเลือกของนักโทษ (prisoner's dilemma game) ซึ่งเป็นเกมที่ผู้เข้าร่วมการทดลองสองฝ่ายต้องเลือกระหว่างการร่วมมือหรือการแข่งขัน เพื่อให้ได้คะแนนมากที่สุดในเกม ในการทดลองลักษณะนี้ ถือว่าการให้อภัยคือการที่ผู้เข้าร่วมการทดลองยังเลือกการร่วมมือ แม้ภายหลังที่ฝ่ายตรงข้ามเลือกการแข่งขันก็ตาม

การวัดพฤติกรรมลักษณะอื่นๆ ได้แก่ การทดลองที่จัดกระทำให้ผู้ร่วมการทดลองถูกดูถูก หรือถูกคุกคามการเห็นคุณค่าแห่งตน แล้วประเมินการยับยั้งการตอบสนองในทางก้าวร้าวต่อตัวผู้กระทำผิด ซึ่งถือเป็นด้านหนึ่งของการให้อภัย เช่นการให้ผู้ร่วมการทดลองประเมินความนิยมต่อตัวผู้กระทำผิดโดยทราบว่าการประเมินจะมีกระทบต่อโอกาสในการได้งานของผู้นั้น หรือการให้ส่งกระแสไฟฟ้าไปช็อคหรือการให้ส่งสิ่งเร้าที่เป็นอันตรายไปยังผู้กระทำผิด หรือการให้เลือกว่าจะทำการเลือกที่จะทำให้ผู้กระทำผิดต้องเสียเวลา เงิน หรือทรัพยากรอื่นๆ

## 2. การศึกษาลักษณะนิสัยการให้อภัย (dispositional measures of forgiveness)

การศึกษาในระดับนี้โดยมากเป็นการศึกษาแนวโน้มการให้อภัยผู้อื่น และบางงานเป็นการศึกษาการแสวงหาการให้อภัยจากผู้อื่นภายหลังกระทำผิด การให้อภัยตนเอง การได้รับการให้

อภัยจากพระเจ้า เพื่อเข้าถึงรูปแบบการตอบสนองโดยทั่วไปที่อยู่เหนือลักษณะการกระทำผิดหรือ ความสัมพันธ์ของบุคคล

ในช่วงแรกเครื่องมือที่ใช้วัดแนวโน้มการให้อภัยผู้อื่น คือ มาตรการวัดการหมกมุ่นครุ่นคิด Dissipation-Rumination ของ Caprara (1986) ตัวอย่างข้อกระทงของมาตรานี้คือ “เมื่อมีใครทำผิดต่อฉัน ไม่ช้าก็เร็วฉันจะตอบโต้” “ฉันไม่ให้อภัยง่ายๆ หากใครมาทำผิดต่อฉัน” ต่อมาจึงมีมาตรวัดลักษณะนิสัยการให้อภัยโดยตรง ชื่อว่า Forgiveness of Others Scale: FOS พัฒนาโดย Mauger และคณะ 1992 เป็นมาตรเลือกตอบถูกหรือผิด มีทั้งสิ้น 15 ข้อ พบว่า มาตรานี้มีสหสัมพันธ์กับการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น ความไว้วางใจระหว่างบุคคล ความเป็นมิตร และการคล้อยตามสังคม

ต่อมามีมาตร Willingness to Forgiveness Scale หรือ WFI ของ Hebl และ Enright (1983) มีทั้งสิ้น 16 ข้อ ซึ่งแต่ละข้อจะเป็นเรื่องราวที่ให้ผู้ร่วมการวิจัยจินตนาการว่าตนเองเป็นตัวละครเอกในเรื่องซึ่งถูกทำร้ายโดยผู้อื่น จากนั้นให้เลือกการตอบสนอง 10 ประเภท ซึ่งหนึ่งในนั้นมีตัวเลือกการให้อภัยอยู่ด้วย เพื่อระบุว่าผู้ร่วมการวิจัย 1) คาดหวังว่าบุคคลในภาพจะตอบสนองต่อการกระทำผิดแต่ละเรื่องอย่างไร 2) ชอบการตอบสนองแบบไหนมากกว่าแม้ไม่คิดว่าบุคคลในภาพจะเลือกอย่างนั้น

ภายหลังจากนั้น การศึกษาด้วยมาตรวัดลักษณะนิสัยการให้อภัยได้ขยายนอกเหนือจากการให้อภัยผู้อื่นมาถึงแนวโน้มในการให้อภัยตนเอง โดยมีมาตรวัด Forgiveness of Self and Forgiveness of Others หรือ FO&FS ของ Mauger และคณะ (1992 อ้างถึงใน Thompson et al., 2005) เป็นจุดเริ่มต้น มาตรานี้มีข้อกระทงแบบให้เลือกถูกหรือผิด ด้านละ 15 ข้อ Mauger และคณะ ศึกษาที่กลุ่มผู้ป่วยในศูนย์ให้การปรึกษาคริสเตียน (Christian counseling centres) ผลการศึกษานำไปสู่ข้อสรุปที่ว่า ความล้มเหลวในการให้อภัยตนเองเป็นลักษณะการลงโทษภายใน (intro-punitive) จึงมักสัมพันธ์กับตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความไม่อยู่ดีมีสุข เช่น ความวิตกกังวล ความซึมเศร้า ส่วนความล้มเหลวในการให้อภัยผู้อื่นเป็นลักษณะการลงโทษภายนอก (extra-punitive) จึงมักสัมพันธ์สูงกับตัวแปรที่เกี่ยวกับการเก็บตัวและการแปลกแยกจากสังคม (Maltby, Macaskil, & Day, 2001)

นอกจากนี้ยังมีมาตร Multidimensional Forgiveness Inventory หรือ MFI ของ Tangney, Boone, Fee, และ Reinsmith (1999 อ้างถึงใน Tangney, Baumeister, & Boone, 2004) ซึ่งมีองค์ประกอบย่อย 3 ด้านคือ 1) แนวโน้มที่จะให้อภัยผู้อื่น 2) แนวโน้มการร้องขอการให้อภัย และ 3) แนวโน้มที่จะให้อภัยตนเอง มาตร MFI ประกอบไปด้วยเรื่องราวเกี่ยวกับการกระทำผิด 16 เรื่อง เป็นการบรรยายในด้านมุมของเหยื่อ 8 เรื่อง และอีก 8 เรื่องบรรยายในด้านมุมของผู้กระทำผิด 8 เรื่องแรกจะตามมาด้วยคำถามที่วัดแนวโน้มความเป็นไปได้ในการให้อภัยผู้กระทำ

ผิด ส่วนที่เหลือจะตามมาด้วยคำถามที่วัดแนวโน้มการร้องขอการให้อภัยและแนวโน้มที่จะให้อภัยตนเอง เป็นมาตรฐานค่า 5 ระดับ

ต่อมา Thompson และคณะ (2005) ได้พัฒนามาตร Heartland Forgiveness Scale หรือ HFS ขึ้นมา เนื่องจากต้องการวัดลักษณะนิสัยการให้อภัยที่ครอบคลุมมากยิ่งขึ้น โดยนอกเหนือจากองค์ประกอบการให้อภัยตนเองและการให้อภัยผู้อื่นแล้ว ยังเพิ่มองค์ประกอบการให้อภัยสถานการณ์อีกด้วย หมายถึงให้อภัยสถานการณ์ที่ทำให้ร้ายความคาดหวังของเรา ทำให้เกิดการตอบสนองทางลบ ไม่ว่าจะเป็นความคิด ความรู้สึก หรือพฤติกรรม แต่ไม่อาจจะระบุได้ว่าเป็นความผิดของผู้ใด เช่น เรื่องโรคภัยไข้เจ็บ อุบัติเหตุ ภัยพิบัติ โชคชะตา มาตร HFS มีข้อกระทงทั้งสิ้น 18 ข้อ แบ่งเป็นด้านละ 6 ข้อ เป็นมาตรฐานค่า 7 ระดับ

Thompson และคณะ (2005) ได้นำมาตร HFS มาหาสหสัมพันธ์กับมาตรวัดลักษณะนิสัยการให้อภัย FO&FS, MFI และ WFI และกับมาตรวัดการให้อภัยเฉพาะเหตุการณ์ TRIM, EFI และ Interpersonal Relationship Resolution Scale: IRRS (Hargrave & Sells, 1997) พบว่า มาตร HFS มีสหสัมพันธ์กับมาตร FO&FS, MFI และ TRIM อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 โดยมีขนาดความสัมพันธ์ในระดับปานกลาง แต่ไม่มีนัยสำคัญกับมาตร WFI, EFI และ IRRS

หนึ่งในปีเดียวกัน Berry, Worthington, Parrott, O'Connor, และ Wade (2005) ได้พัฒนามาตร Trait Forgivingness Scale หรือ TFS มาจากมาตร TFS รูปแบบยาวของ Berry และ Worthington (2001) ซึ่งมีข้อกระทง 15 ข้อ โดย Berry และคณะ (2005) ได้คัดข้อกระทงจนเหลือ 10 ข้อ เป็นข้อความทางบวกและทางลบอย่างละ 5 ข้อ มีการตรวจสอบความตรงด้วยการหาสหสัมพันธ์กับมาตร Transgression Narrative Test of Forgivingness (TNTF) ของ Berry, Worthington, Parrott, O'Connor, และ Wade (2001) โดยมาตร TNTF เป็นมาตรที่ประกอบไปด้วยเรื่องราวหรือสถานการณ์ต่างๆ 5 เรื่อง แล้วให้ผู้ตอบระบุแนวโน้มที่จะให้อภัยผู้กระทำผิดด้วยการประมาณค่า 5 ระดับ ตั้งแต่ ไม่ให้อภัยแน่นอน จนถึง ให้อภัยแน่นอน ผลพบว่ามีค่าสหสัมพันธ์อยู่ระหว่าง .48 - .50

### **ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการให้อภัย**

McCullough และคณะ (1998) ได้รวบรวมปัจจัยหรือตัวแปรต่างๆ ที่มีอิทธิพลต่อการให้อภัยระหว่างบุคคลไว้ และจัดหมวดหมู่เป็น 4 ประเภท ดังนี้

1. ปัจจัยทางปัญญาสังคม (social-cognitive determinants) ได้แก่ ตัวแปรต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์เฉพาะคู่กรณี ตัวแปรที่สำคัญที่สุดในหมวดนี้คือ การคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น (affective empathy) เนื่องจาก การให้อภัยเกี่ยวข้องกับตัวแปรการอนุมานสาเหตุหลาย

ตัวแปร เช่น การตัดสินว่าเป็นความรับผิดชอบของใครและการกล่าวโทษ การรับรู้เจตนา ความร้ายแรง และความสามารถในการหลบเลี่ยงไม่ให้เกิดการกระทำผิด ลักษณะการอนุมานสาเหตุทั้งหลายนี้จึงเป็นสาเหตุของทั้งการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นและสาเหตุของการให้อภัย

ตัวแปรทางปัญญาอื่นๆ ที่เป็นปัจจัยทางลบของการให้อภัยคือ การหมกมุ่นครุ่นคิด (rumination) เกี่ยวกับการกระทำผิด การหมกมุ่นครุ่นคิดอย่างมากในความคิด ภาพ และอารมณ์เหล่านี้ทำให้ความทุกข์ของบุคคลยังคงอยู่ และมีส่วนรักษาแรงจูงใจในการหลีกเลี่ยงการติดต่อหรือแสวงหาการแก้แค้นตอบโต้ผู้ที่กระทำผิด

2. ปัจจัยเกี่ยวกับลักษณะการกระทำผิด (offense-related determinants) ตัวแปรต่างๆ เกี่ยวกับธรรมชาติของการกระทำผิดที่ส่งผลต่อแนวโน้มการให้อภัย ได้แก่ การรับรู้ความร้ายแรงของการกระทำผิด ยิ่งความผิดเป็นเรื่องร้ายแรงมากก็ยิ่งยากแก่การให้อภัย นอกจากนี้ยังมีตัวแปรเกี่ยวกับการขอโทษ หรือการแสวงหาการให้อภัยของผู้กระทำผิด นอกจากการขอโทษจะส่งผลให้บุคคลมีแนวโน้มให้อภัยมากขึ้นโดยตรงแล้ว ยังส่งผลทางอ้อมผ่านตัวแปรทางปัญญาสังคม เช่น การเข้าใจในความรู้สึกของผู้อื่นด้วย

3. ปัจจัยเกี่ยวกับความสัมพันธ์ (relational determinants) คุณภาพของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลก็เกี่ยวข้องกับการให้อภัยเช่นกัน ตัวแปรที่อยู่ในหมวดหมู่นี้ได้แก่ ระดับความใกล้ชิดหรือความสนิทสนมกับผู้ที่กระทำผิด บุคคลมักให้อภัยมากกว่ากับคนที่สนิทสนมกัน เพียงพอใจกัน และมีความผูกมัดกัน (commitment) ยกเว้นว่าบุคคลอาจให้อภัยน้อยกว่ากับบุคคลใกล้ชิดหากความผิดนั้นเกี่ยวกับการปฏิเสธที่จะให้ความช่วยเหลือเล็กๆ น้อยๆ

McCullough และคณะ (1998) เชื่อว่ามีหลายๆ สาเหตุที่ทำให้คุณภาพความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับกรให้อภัย เช่น การมีแรงจูงใจที่จะรักษาความสัมพันธ์ ช่วยให้บุคคลเข้าใจในความรู้สึกของอีกฝ่ายหนึ่ง หรือช่วยให้สามารถตีความว่าผู้กระทำผิดมีเหตุผลเพียงพอหรือเป็นความหวังดี นอกจากนี้ความสัมพันธ์ที่แนบแน่นยังเพิ่มโอกาสให้ผู้กระทำผิดได้ขอโทษ หรือแสดงความสำนึกผิดทั้งทางวาจาและภาษาท่าทางอื่นๆ หรือเพิ่มโอกาสในการแก้ไขผลกระทบจากการกระทำผิดนั้น

4. ปัจจัยทางบุคลิกภาพ (personality-level determinants) ลักษณะนิสัยที่เอื้อต่อการให้อภัยผู้อื่น คือ องค์ประกอบความเป็นมิตร (agreeableness) ในบุคลิกภาพแบบ 5 องค์ประกอบ (Big Five Personality) และตัวแปรอื่นๆ เช่น ลักษณะการระบุนสาเหตุในการให้อภัย การหมกมุ่นครุ่นคิดหรือการพยายามคิดถึงเรื่องอื่นแทนการคิดถึงเฉพาะเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการกระทำผิด เจตคติต่อการแก้แค้น และรูปแบบทั่วไปของบุคคลในการตอบสนองต่อความโกรธ ปัจจัยเหล่านี้อาจส่งผลต่อการให้อภัยโดยผ่านกระบวนการทางความคิดหรือทางความรู้สึกเกี่ยวกับความผิดหรือผู้กระทำผิด

นอกจากนี้ยังมีตัวแปรเกี่ยวกับความเชื่อทางศาสนาซึ่งอาจมีส่วนเสริมสร้างการให้อภัย เสมือนเป็นบรรทัดฐานของบุคคลในเรื่องการแก้ปัญหาคารละเมิดระหว่างบุคคล

เกี่ยวกับปัจจัยทางบุคลิกภาพ Mullet, Neto, และ Riviere (2005) ได้รวบรวมงานวิจัยกว่า 27 เรื่อง ที่แสดงถึงสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทางบุคลิกภาพและการคืนดี การแก้แค้น การให้อภัยตนเอง และการให้อภัยผู้อื่น โดยพบว่าตัวแปรทางบุคลิกภาพที่มีสหสัมพันธ์สูงกับการให้อภัยผู้อื่นคือ องค์ประกอบความไม่มั่นคงทางอารมณ์ (neuroticism) ซึ่งมีสหสัมพันธ์ทางลบ และตัวแปรย่อยในองค์ประกอบนี้ที่สำคัญได้แก่ นิสัยหวาดระแวง นิสัยหมกมุ่นครุ่นคิด ความโกรธ ความหลงตนเอง และความเป็นปฏิปักษ์ รองลงมาคือองค์ประกอบความเป็นมิตร (agreeableness) มีสหสัมพันธ์ทางบวก องค์ประกอบย่อยที่สำคัญได้แก่ การร่วมรู้สึก การเข้าใจในมุมมองของผู้อื่น เจตคติต่อการให้อภัย และความกตัญญู ตัวแปรอื่นๆ ที่สำคัญคือ ความเชื่อทางศาสนา และความเชื่อเรื่องจิตและวิญญาณ

สำหรับการให้อภัยตนเอง ตัวแปรทางบุคลิกภาพที่สำคัญคือ องค์ประกอบความไม่มั่นคงทางอารมณ์ ซึ่งมีสหสัมพันธ์ทางลบ องค์ประกอบย่อยที่สำคัญได้แก่ ความมั่นคงทางอารมณ์ ความวิตกกังวล ความซึมเศร้า ความโกรธ การเป็นปฏิปักษ์ และอาการทางจิตหรือความเบี่ยงเบนทางบุคลิกภาพด้านต่างๆ เช่น การแปลกแยก การย่ำคิดย่ำทำ

ข้อสรุปของ McCullough และคณะ (1998) เป็นไปในทางเดียวกับงานวิเคราะห์ห้อมิมาณของ Fehr, Gelfand, และ Nag (2010) ซึ่งรวบรวมงานวิจัยกว่า 175 เรื่อง โดย Fehr และคณะ ได้แบ่งแยกกลไกหรือกระบวนการของการให้อภัยออกเป็น 3 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านปัญญา คือ การทำความเข้าใจเกี่ยวกับผู้กระทำผิดและการกระทำผิด 2) ด้านความรู้สึก คือ อารมณ์ความรู้สึกที่เกิดขึ้น 3) ด้านการระงับยับยั้ง คือ การใคร่ครวญถึงผลลัพธ์ที่จะเกิดขึ้นเมื่อให้อภัยหรือไม่ให้อภัย และได้จัดตัวแปรต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการให้อภัย ว่าตัวแปรใดจัดอยู่ในด้านใด โดยแยกย่อยอีกว่าตัวแปรดังกล่าวถือเป็นตัวแปรสถานการณ์หรือตัวแปรพหุนิสัย ผลการวิเคราะห์เป็นดังนี้

1. ตัวแปรด้านปัญญาที่เป็นปัจจัยสำคัญของการให้อภัย โดยเป็นตัวแปรสถานการณ์ ได้แก่ การรับรู้เจตนา ( $\bar{r} = -.49$ ) การขอโทษของผู้กระทำผิด ( $\bar{r} = .42$ ) การรับรู้ว่าอยู่ในความรับผิดชอบของอีกฝ่ายหรือไม่ ( $\bar{r} = -.35$ ) การหมกมุ่นครุ่นคิด ( $\bar{r} = -.32$ ) และการรับรู้ความร้ายแรงของการกระทำผิด ( $\bar{r} = -.27$ ) ส่วนตัวแปรพหุนิสัย ได้แก่ ความเป็นมิตร ( $\bar{r} = .22$ ) การเข้าใจทัศนะของผู้อื่น ( $\bar{r} = .19$ ) และลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีสหสัมพันธ์กับการให้อภัยเฉพาะสถานการณ์  $\bar{r} = .30$

2. ตัวแปรด้านความรู้สึกที่เป็นปัจจัยสำคัญของการให้อภัย โดยเป็นตัวแปรสถานการณ์ ได้แก่ การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นในขณะนั้น ( $\bar{r} = .51$ ) ความโกรธในขณะนั้น ( $\bar{r} = -.41$ ) และ

อารมณ์ทางลบ ( $\bar{r} = -.27$ ) ส่วนตัวแปรพินินสัย ได้แก่ ความซึมเศร้า ( $\bar{r} = -.26$ ) ความไม่มั่นคงทางอารมณ์ ( $\bar{r} = -.24$ ) นิสัยโกรธง่าย ( $\bar{r} = -.18$ ) และการคำนึงถึงความรู้สึกผู้อื่น ( $\bar{r} = .17$ )

3. ตัวแปรด้านการระงับยับยั้งที่เป็นปัจจัยสำคัญของการให้อภัย โดยเป็นตัวแปรสถานการณ์ ได้แก่ ความพึงพอใจในความสัมพันธ์ ( $\bar{r} = .32$ ) ความสนิทสนม ( $\bar{r} = .28$ ) และการผูกมัดในความสัมพันธ์ ( $\bar{r} = .23$ ) ส่วนตัวแปรพินินสัย ได้แก่ ความเคร่งทางศาสนา ( $\bar{r} = .19$ ) และการคำนึงถึงความน่าพึงปรารถนาทางสังคม ( $\bar{r} = .10$ )

ส่วนปัจจัยทางเพศ อายุ และเวลา ไม่ทำให้เกิดความแตกต่างในการให้อภัย กล่าวคือ เพศหญิงและเพศชายมีแนวโน้มการให้อภัยไม่แตกต่างกัน และไม่มีควมเปลี่ยนแปลงในการให้อภัยตามระดับอายุ หรือกาลเวลาที่ผ่านไปภายหลังมีการกระทำผิดเกิดขึ้น

นอกเหนือจากปัจจัยด้านต่างๆ ที่ McCullough และคณะ (1998) และ Fehr และคณะ (2010) ได้รวบรวมไว้แล้ว Sandage และ Williamson (2005) ยังกล่าวถึงปัจจัยด้านวัฒนธรรมสังคมอีกด้วย โดยอธิบายว่าโดยทั่วไปทุกๆ วัฒนธรรมก็มีแนวโน้มการให้อภัยและมีเงื่อนไขที่เกี่ยวกับการให้อภัยคล้ายๆ กัน แต่ก็มีลักษณะบางประการที่แตกต่างกันออกไป เช่นความแตกต่างของวัฒนธรรมปัจเจกนิยมและคตินิยมรวมหมู่ (individualism and collectivism) Sandage และ Williamson ได้ยกตัวอย่างงานวิจัยของ Takaku, Weiner, และ Ohbuchi (2001) ที่เปรียบเทียบการให้อภัยของกลุ่มตัวอย่างชาวอเมริกันและชาวญี่ปุ่น ในงานวิจัยพบว่า ทั้งสองกลุ่มมีระดับการให้อภัยคล้ายคลึงกันภายหลังการจัดกระทำด้วยเงื่อนไขมือถือสาปากถือศีล (hypocrisy) แต่ด้วยกระบวนการหรือเหตุผลที่แตกต่างกัน กล่าวคือ กลุ่มตัวอย่างชาวอเมริกันให้อภัยโดยขึ้นอยู่กับการรับรู้เกี่ยวกับความสามารถในการควบคุมให้เกิดหรือไม่ให้เกิดการกระทำผิด ขณะที่กลุ่มตัวอย่างชาวญี่ปุ่นจะพิจารณาถึงความคงเส้นคงวาในการกระทำผิด คือเป็นการทำผิดซ้ำซากหรือไม่ และความสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับผู้ที่กระทำผิด ยิ่งไปกว่านั้น คนอเมริกันยังมองว่าการกระทำผิดเป็นการทำลายความยุติธรรม ส่วนคนญี่ปุ่นมักมองการกระทำผิดเป็นเรื่องการทำลายบรรทัดฐานและบทบาทหน้าที่ นอกจากนี้ แนวโน้มการให้อภัยของคนญี่ปุ่นถูกส่งผ่านด้วยอารมณ์ทางลบต่อผู้กระทำผิดทั้งสิ้น ส่วนแนวโน้มการให้อภัยของคนอเมริกันได้รับอิทธิพลโดยตรงจากตัวแปรหลายตัว ได้แก่ อารมณ์ทางลบ อารมณ์ทางบวก การรับรู้ความสามารถในการควบคุมการกระทำผิด และการเหนี่ยวนำด้วยวิธีมือถือสาปากถือศีล

สอดคล้องกับงานวิจัยของ Kadiangandu และคณะ (2001) ที่สำรวจแนวโน้มการให้อภัยของชาวฝรั่งเศสและชาวคองโก จากผลการสำรวจพบว่า ชาวคองโกรายงานตนเองถึงระดับการให้อภัยที่มากกว่า พยาบาทน้อยกว่า และมีการตอบสนองต่อบุคคลหรือสังคมแวดล้อมที่ชี้แนะถึงการให้อภัยได้มากกว่า ยิ่งเป็นบุคคลสูงอายุนิ่งมีความอ่อนไหวต่อสิ่งชี้แนะมาก ขณะที่ชาวฝรั่งเศสไม่มีความแตกต่างระหว่างกลุ่มอายุแต่อย่างใด นอกเหนือไปจากเรื่องการให้อภัย ระบบยุติธรรมของทั้ง

สองประเทศก็แตกต่างกันด้วย โดยระบบของประเทศฝรั่งเศสก็เหมือนกับประเทศทางตะวันตกทั่วไป นั่นคือมีการแทรกแซงควบคุมจากผู้มีอำนาจซึ่งเป็นบุคคลที่สาม เช่น ตำรวจ ผู้พิพากษา คณะลูกขุน ตรงกันข้ามกับประเทศคองโกที่ระบบยุติธรรมมักขึ้นอยู่กับ การตัดขาดทาง ความสัมพันธ์และตามมาด้วยการให้อภัยและการเข้าหากันอีกครั้งหนึ่ง ด้วยระบบที่มีพื้นฐาน ความยุติธรรมเพื่อการฟื้นฟูหรือการกลับสู่สภาพปกติ อาจเป็นเพราะสังคมที่เป็นลักษณะรวมกลุ่มกันย่อมมีการรวมตัวและพึ่งพากันที่ลึกซึ้งกว่า ด้วยลักษณะนี้การให้อภัยจึงเป็นสิ่งจำเป็นในการค้า จุนการดำเนินไปของสังคม

### แนวคิดเรื่องการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น (empathy)

คำว่า “empathy” มีที่มาจากศัพท์ภาษาเยอรมัน “Einfühlung” ซึ่งมีความหมายตรงตัวว่า “การนำตนเองเข้าไปอยู่ในสิ่งที่ตนเห็น (to project yourself into what you observe)” โดยการ บัญญัติคำของ Eduard Titchener จากการแปลภาษาเยอรมันเป็นภาษาอังกฤษ (Titchener, 1909 อ้างถึงใน Bierhoff, 2002; Baron-Cohen & Wheelwright, 2004) ทุกวันนี้ “Einfühlung” ยังคงอ้างถึงการเข้าใจถึงความงามของงานศิลปะ และยังมีความหมายถึงการเข้าใจทัศนคติของคนอื่นด้วย

การศึกษาเรื่องการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นมีมายาวนานเกือบหนึ่งร้อยปี ตลอดช่วง คริสตศตวรรษที่ 20 แต่การให้คำจำกัดความและมโนทัศน์ของการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นกลับ เต็มไปด้วยความสับสน เนื่องจากนักจิตวิทยาและนักวิจัยแต่ละท่านก็ได้ให้คำนิยามการรู้ซึ่งถึง ความรู้สึกของผู้อื่นที่แตกต่างกันไปตามแนวคิดของตนเอง ส่วนหนึ่งให้คำนิยามในเชิง ความสามารถทางปัญญา และอีกส่วนหนึ่งพูดถึงว่าเป็นการตอบสนองทางอารมณ์ อย่างไรก็ตาม ท่ามกลางมุมมองที่แตกต่างกันนี้ ก็มีจุดร่วมกันในใจความสำคัญของการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น ว่าเป็นคุณลักษณะที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมเอื้อสังคม และเป็นคุณสมบัติที่สำคัญในตัวมนุษย์ Goleman นักจิตวิทยาและนักสื่อสารมวลชนยกย่องการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นเป็น องค์ประกอบที่สำคัญในความเฉลียวฉลาดทางอารมณ์ (Goleman, 1998) นักจิตวิทยาพัฒนาการ เห็นว่าการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นเป็นส่วนหนึ่งในแรงจูงใจทางจริยธรรม นักจิตวิทยาการศึกษา ภิระบุว่าการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นเป็นคุณลักษณะที่นักจิตวิทยาการศึกษาพึงมี (ภิระกา มณีวรรณ, 2547)

ในยุคเริ่มต้นของการศึกษาการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นได้รับการให้คำนิยามว่าเป็น “ความเข้าใจในความคิดและความรู้สึกของผู้อื่น” เคียงคู่กับ “ความเห็นอกเห็นใจ (sympathy)” ซึ่ง



หมายถึง “การตระหนักถึงความรู้สึกความทุกข์ทนของผู้อื่นอย่างรุนแรง จนเกิดแรงจูงใจที่จะเข้าไปช่วยบรรเทาความทุกข์ทรมานนั้น” การศึกษาเรื่องความเห็นอกเห็นใจมีมาตั้งแต่ในคริสต์ศตวรรษที่ 18 โดยมุ่งเน้นถึงการที่ผู้สังเกตได้รับความสะเทือนใจ (moved by) ทางอารมณ์จากผู้อื่น ในขณะที่การศึกษาเรื่องการเรียนรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นเติบโตขึ้น การศึกษาเรื่องความเห็นอกเห็นใจกลับลดน้อยลงและค่อยๆ หายไป และดูเหมือนว่าในที่สุด การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นได้มีนิยามครอบคลุมถึงความเห็นอกเห็นใจด้วย จากการให้ความหมายในการศึกษาของนักวิจัยที่มุ่งเน้นถึงมุมมองด้านอารมณ์ความรู้สึก

**คำจำกัดความในมุมมองทางปัญญา** นักวิจัยในมุมมองนี้ได้ระบุว่า การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นเกี่ยวข้องกับการเข้าใจทัศนยะ (perspective taking) หรือความเข้าใจในตัวผู้อื่น ดังที่ Hogan (1969) อธิบายไว้ว่า “การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น คือ ความเข้าใจด้วยการใช้ความคิดและเหตุผลหรือด้วยจินตนาการ ในแง่อื่นหรือสภาพจิตใจของผู้อื่นโดยไม่จำเป็นต้องประสบกับความรู้สึกเหล่านั้นเองจริงๆ” คำจำกัดความในมุมมองทางปัญญาได้นั้นย้ำถึงการเปลี่ยนบทบาทหรือมุมมองจากแง่มุมของตนเองไปสนใจหรือใส่ใจในแง่มุมของคนอื่น Piaget (1932 อ้างถึงใน Baron-Cohen & Wheelwright, 2004) เรียกว่าเป็นการตอบสนองแบบ “ไม่รับรู้เพียงด้านเดียว (decentering)” หรือ “ไม่ยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง (nonegocentrically)” นอกจากนี้ ในยุคหนึ่ง การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นจัดเป็นความเฉลียวฉลาดทางสังคม (social acuity) หรืออาจจัดเป็นความสามารถในการอ่านจิตใจ (mindreading) บางการศึกษากล่าวถึงการเรียนรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นว่าเป็นกระบวนการทางปัญญาเพียงอย่างเดียว โดยไม่อ้างถึงอารมณ์ความรู้สึก ตัวอย่างเช่น การที่บุคคลทราบว่าเพื่อนไม่อยู่ในการประชุม บุคคลจะอนุมานว่าเพื่อนคนนั้นไม่ทราบเรื่องการเปลี่ยนแปลงสถานที่จัดงาน ด้วยความเข้าใจนี้และกระบวนการอนุมานย่อมนำไปสู่ความสามารถในการคาดเดาพฤติกรรมหรือสภาวะจิตใจ นั่นคือ จากความไม่รู้ของเพื่อนร่วมงาน บุคคลอาจคาดเดาว่าเพื่อนคนนั้นจะไปผิดที่ เป็นต้น

**ส่วนคำจำกัดความในมุมมองทางอารมณ์ความรู้สึก** อธิบายว่าการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นเกี่ยวข้องถึงความตื่นตัวทางอารมณ์หรือการตอบสนองในเชิงเห็นอกเห็นใจต่อความรู้สึกหรือสิ่งที่ผู้อื่นพบ Baron-Cohen และ Wheelwright (2004) ได้สรุปไว้ว่าการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นในมุมมองทางอารมณ์มีคำอธิบายด้วยกันหลายรูปแบบ ได้แก่ 1) รู้สึกตรงกันกับความรู้สึกของผู้อื่น เช่น รู้สึกหวาดกลัวเมื่อเห็นผู้อื่นกำลังกลัว 2) รู้สึกอย่างเหมาะสมสอดคล้องกับความรู้สึกของผู้อื่น เช่น รู้สึกสงสารเมื่อเห็นผู้อื่นกำลังเศร้า 3) รู้สึกเป็นกังวลหรือเกิดความเมตตาต่อความ

ทุกข์ของผู้อื่น รวมทั้ง 4) รู้สึกในลักษณะตอบสนองต่ออารมณ์ของผู้อื่น เช่น รู้สึกยินดีเมื่อเห็นผู้อื่น เจ็บปวด รูปแบบนี้เรียกว่า “contrast empathy”

อย่างไรก็ตาม คำนิยามรูปแบบสุดท้ายถูกตั้งคำถามว่าไม่สมควรนับเป็นคำนิยามของการรู้ ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นเนื่องจากการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นควรเป็นการตอบสนองทางอารมณ์ ความรู้สึกในทิศทางที่เหมาะสมเท่านั้น

Baron-Cohen และ Wheelwright (2004) เน้นย้ำว่า ไม่ว่าจะเป็คำนิยามในแบบที่ 1, 2, และ 3 การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นต้องเป็นอารมณ์ความรู้สึกที่เป็นผลจากอารมณ์ของผู้อื่น เท่านั้น เช่น หากเราได้ยินข่าวการเสียชีวิตของเพื่อนภายหลังทุกข์ทรมานจากโรคร้าย ความ เจ็บป่วยถึงตายนั้นอาจสร้างความรู้สึกผ่อนคลายที่ความทรมานได้จบสิ้นลง หรือความเศร้าที่ เสียหายในอายุขัยอันสั้น ความรู้สึกสองแบบนี้เรียกได้ว่าเป็นการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น แต่ทว่า ความรู้สึกเศร้าเสียใจจากการที่เราสูญเสียเพื่อนไป ความรู้สึกนี้ไม่นับเป็นการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของ ผู้อื่นเพราะเป็นความรู้สึกของเราเอง (self-center) แม้จะเป็นความรู้สึกที่เหมาะสมก็ตาม

ในปี 1980 Davis ได้ให้คำนิยามที่ผสมผสานในทัศนทางปัญญาและอารมณ์ไว้ใน งานวิจัยเกี่ยวกับการพัฒนามาตรวัดของเขา นั่นคือการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นหมายถึง การ นำตนเองเข้าไปในสถานการณ์ที่ผู้อื่นประสบ (role taking) หรือหยั่งรู้ในสิ่งที่ผู้อื่นรู้สึก ด้วยความ สอดคล้องทางอารมณ์ (emotional congruence) หรือรู้สึกในสิ่งที่ผู้อื่นรู้สึก และการตระหนักถึง อย่างเห็นอกเห็นใจ (sympathetic concern) หรือการเอาใจใส่และตอบสนองต่อสิ่งที่ผู้อื่นรู้สึก (Davis, 1996) Davis เชื่อว่าจะเป็นการดีที่สุดหากพิจารณาว่าการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นเป็น กลุ่มของภาวะสันนิษฐาน โดยที่ทั้งหมดนั้น คือด้านปัญญาและด้านอารมณ์ ล้วนเกี่ยวข้องกับการ ตอบสนองต่อผู้อื่น แต่ทว่าสามารถจำแนกออกจากกันและกันได้ชัดเจน ขณะที่ Baron-Cohen และ Wheelwright (2004) ซึ่งเห็นด้วยกับคำนิยามที่ผสมผสานทั้งด้านปัญญาและอารมณ์ แต่ระบุว่า เป็นการยากและไม่มีความจำเป็นที่จะต้องแยกส่วนประกอบทั้งสองออกจากกัน

### พัฒนาการของการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น (empathy)

แม้คำศัพท์ “empathy” และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพิ่งถือกำเนิดในราวร้อยปีที่ผ่านมา แต่ แน่นนอนว่าความสามารถในการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นของคนเราย่อมมีมาช้านานเทียบเท่า วัฒนาการของมนุษย์ Baron-Cohen และ Wheelwright (2004) เชื่อว่าการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของ ผู้อื่นเกิดขึ้นจากความสัมพันธ์ หรือความต้องการใฝ่สัมพันธ์ของมนุษย์ (need for affiliation) ดังนั้นการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นจึงอาจจัดได้ว่าเป็นสัญชาตญาณของมนุษย์อย่างหนึ่ง นับแต่

วัยเบาะาะ เด็กทารกมีการตอบสนองต่อสัญญาณความเจ็บปวด ไม่ว่าจะป็นเสียงร้องไห้หรือ ใบหน้าที่เศร้าหมอง สิ่งเหล่านี้เกิดขึ้นก่อนที่เด็กจะมีความสามารถในการคิดเข้าใจ ด้วยเหตุนี้ จึง อาจสรุปได้ว่าองค์ประกอบด้านอารมณ์เกิดขึ้นก่อนองค์ประกอบทางปัญญา กล่าวคือ รูปแบบแรก ของการรับรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นคือการติดต่อทางอารมณ์ (emotion contagion) โดยพบว่าเด็ก ทารกจะร้องไห้ตอบสนองเสียงร้องไห้จากเด็กทารกด้วยกัน และจะร้องไห้รุนแรงมากกว่าเมื่อได้ยินเสียง ร้องไห้จากเด็กทารกเหมือนกัน เมื่อเทียบกับเสียงร้องไห้จากเทปอัด เสียงจากโปรแกรม คอมพิวเตอร์ หรือเสียงร้องจากลิงชิมแปนซี นอกจากนี้ คนเรายังมีความสามารถในการ ลอกเลียนแบบสีหน้า ซึ่งการเลียนแบบสีหน้าได้นั้นไม่จำเป็นต้องตามมาด้วยการรับรู้ซึ่งถึงความรู้สึก ของผู้อื่นเสมอไป แต่ดังในงานวิจัยหลายงานที่พบว่า การแสดงสีหน้าเกิดผลต่ออารมณ์ความรู้สึก เช่นเมื่อเราทำสีหน้าเศร้า คุุ่ใหญ่ อารมณ์ก็จะห่อเหี่ยวตามไปด้วย การติดต่อทางอารมณ์เหล่านี้ นอกจากในวัยเด็กแล้วยังเกิดขึ้นในช่วงวัยต่อมาเช่นเดียวกัน ดังจะพบว่าคนเรามักยิ้มตอบโดย อัตโนมัตเมื่อมีผู้อื่นยิ้มมา และมีความรู้สึกในทางบวกเกิดขึ้น

คำอธิบายจุดเริ่มต้นของการรับรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นในมุมมองทางอารมณ์ข้างต้น สอดคล้องกับทฤษฎีพัฒนาการการรับรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นของ Hoffman (1987 อ้างถึงใน Schaffer, 1996) ที่อธิบายว่า เมื่อแรกเกิด ทารกจะไม่สามารถแยกแยะได้ระหว่างตนเองกับผู้อื่น เมื่อพบเห็นเหตุการณ์ใดเด็กจะแสดงอารมณ์ความรู้สึกเสมือนว่าเหตุการณ์นั้นเกิดขึ้นกับตนเอง เช่น เด็กหญิงวัย 11 เดือนมองเห็นเด็กคนอื่นหกล้มแล้วร้องไห้ เด็กก็ทำหน้าเศร้าหันหน้าไปซุกกับ ออกแม่ทำท่าจะร้องไห้ราวกับว่าเป็นคนที่หกล้มแล้วเจ็บเสียเอง Hoffman เรียกพัฒนาการในระยะนี้ ว่า “Global empathy”

ระยะต่อมาคือ “Egocentric empathy” คือในช่วงวัยเกินหนึ่งขวบขึ้นไป เด็กจะสามารถ แยกแยะตนเองออกจากผู้อื่นได้แล้ว แต่ก็ปรากฏว่าเด็กยังคงมีความสับสนในสภาวะภายในของ บุคคลอื่นและของตนเองอยู่ เด็กรู้ว่าผู้อื่นเจ็บ ไม่ใช่ตนเองที่เจ็บ แต่เด็กยังคงคิดว่าความรู้สึกไม่ สบายใจที่เกิดขึ้นกับคนอื่นก็เหมือนกับของตนเอง เช่น เมื่อเด็กวัย 18 เดือนเห็นเพื่อนของตนร้องไห้ เด็กก็ดูเศร้าหมองและพยายามดึงให้แม่ของตนเองเข้าไปปลอบเด็กคนที่ร้องไห้ ทั้งที่แม่ของเด็กที่ ร้องไห้ก็อยู่ตรงนั้น

ต่อมา “Empathy for another’s feeling” เมื่อเด็กเข้าช่วงอายุ 2-3 ปี เด็กจะเริ่มมี ความสามารถในการนำตนเองเข้าไปในสถานการณ์ที่ผู้อื่นประสบ (role taking) คือเด็กจะ ตระหนักว่าความรู้สึกของคนอื่นแตกต่างจากความรู้สึกของตน มีความต้องการรวมถึงการรับรู้และ ตีความเหตุการณ์ต่างๆ แตกต่างกัน ทำให้เด็กแต่ละคนตอบสนองต่ออารมณ์ความรู้สึกของบุคคล อื่นไม่เหมือนกัน เมื่อเห็นเพื่อนร้องไห้ เด็กคนหนึ่งอาจเศร้ามาก แต่เด็กอีกคนอาจรู้สึกน้อย นอกจากนั้นในช่วงวัยนี้เด็กเริ่มรู้จักอารมณ์ที่ซับซ้อนขึ้น สามารถแยกแยะความรู้สึกทางลบหรือ

ทางบวกต่างๆ ออกจากกันได้ เช่น ความเสียใจจากการสูญเสีย ความผิดหวังจากการไม่ได้รับการช่วยเหลือเอาใจใส่ ความรู้สึกผิด ในช่วงวัยนี้เด็กสามารถเกิดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นได้แม้ไม่ได้พบกับเหตุการณ์โดยตรง เช่นการได้ยินได้ฟังเรื่องราว ข้อมูลเกี่ยวกับความรู้สึกของคนอื่น

ขั้นสุดท้าย “Empathy for another’s life condition” ในช่วงวัยเด็กตอนปลาย เด็กจะเข้าใจว่าคุณคนแต่ละคนมีประสบการณ์ในชีวิตแตกต่างกัน ความรู้สึกที่เกิดขึ้นในขณะนี้ไม่ได้มาจากสถานการณ์ที่เกิดขึ้นในปัจจุบันเท่านั้น แต่เป็นเพราะสิ่งที่คุณประสบมาในอดีตด้วย คือ เด็กจะรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นมากขึ้นเมื่อรับรู้ว่าคุณคนที่กำลังเศร้านั้นมีประวัติที่น่าสงสารมาแต่เดิม

### องค์ประกอบของการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น

จากคำอธิบายขั้นต้น แม้จะกล่าวได้ว่าคุณคนรู้จักรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นจากองค์ประกอบทางอารมณ์ก่อน แล้วจึงตามมาด้วยองค์ประกอบทางปัญญา แต่เมื่อถึงวัยผู้ใหญ่ องค์ประกอบทั้งสองส่วนอาจเกิดขึ้นได้พร้อมๆ กันและมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน

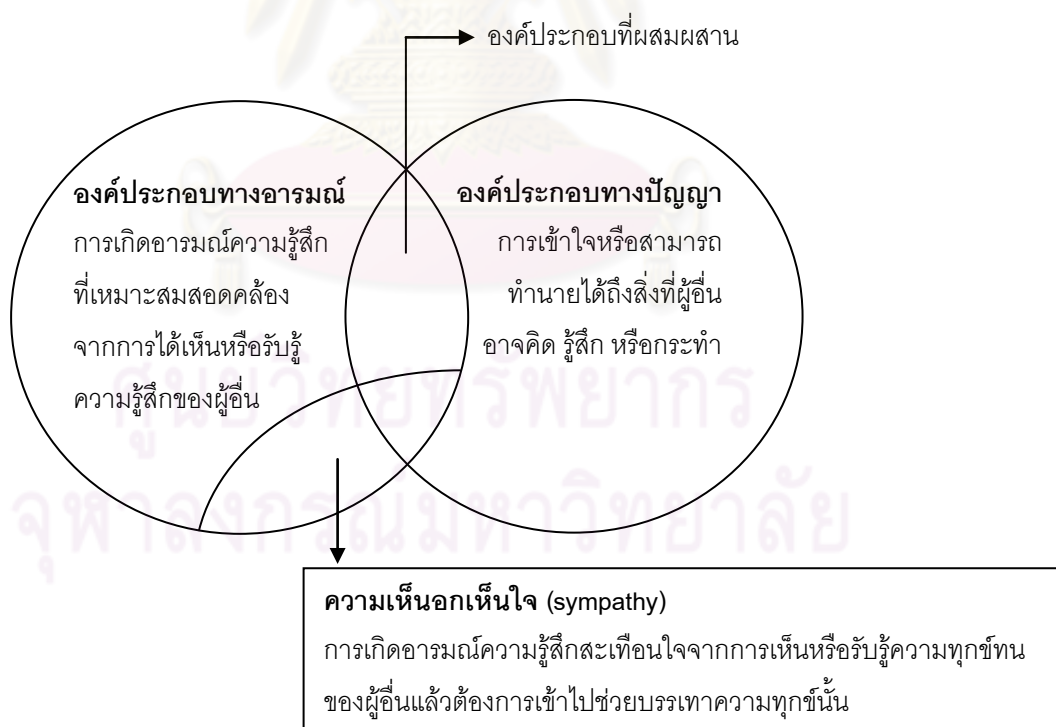
Nichols และคณะ (1996) ได้ยกตัวอย่างความสัมพันธ์ขององค์ประกอบทางปัญญาและองค์ประกอบทางอารมณ์ไว้ว่า การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นอาจเกิดขึ้นได้จากการเปรียบเทียบกับประสบการณ์ในความทรงจำของตน เช่น เมื่อเห็นหรือรู้ว่าเพื่อนโดนมีดบาด บุคคลจะนึกถึงความเจ็บปวดและความตกใจของตนเองเมื่อครั้งที่เคยถูกมีดบาด บุคคลสามารถใช้ข้อมูลจากความทรงจำนี้ทำความเข้าใจสถานการณ์ของผู้อื่น ขณะเดียวกันความทรงจำก็ผูกติดมากับอารมณ์ หมายความว่าเมื่อบุคคลได้รับรู้ถึงสถานการณ์ของผู้อื่น ความทรงจำก็ถูกกระตุ้นแล้วการตอบสนองทางอารมณ์ก็ตามมา ทว่าในเรื่องราวที่ไม่เคยเกิดขึ้นกับตนเองมาก่อน บุคคลอาจใช้จินตนาการ สมมติตนเองกับข้อมูลที่ได้เห็นหรือได้ยิน ทำให้บุคคลเกิดประสบการณ์ทางอารมณ์ที่คู่ขนานไปกับเจ้าของเรื่องราวได้ และในกรณีที่เราหลอมรวมตนเองกับผู้อื่นมาก หรือรับรู้สถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับผู้อื่นมาก เช่นในเวลาที่เราอ่านนวนิยาย หรือชมภาพยนตร์ การเกิดความรู้สึกร่วมกับตัวละครนั้นไม่จำเป็นต้องใช้ความพยายามเลย

Gordon (1996b) ชี้ว่าความรู้สึกร่วม (co-feeling) ประเภทนี้สามารถเกิดขึ้นได้โดยอัตโนมัติโดยไม่ต้องผ่านกระบวนการคิด เมื่อเราชมภาพยนตร์แคว้นเรื่องหนึ่ง เราจะมีประสบการณ์กับสิ่งที่ตัวเอกในภาพยนตร์ได้ฝ่าฟันไป เพราะเราตอบสนองโดยอัตโนมัติต่อสิ่งที่เรารับรู้ว่าจะเกิดขึ้นกับตัวเอกนั้นได้จากมุมมองของเราเอง

เมื่อบุคคลเกิดความรู้สึกเอื้ออาทรจากการร่วมรู้สึกและเข้าใจในสถานการณ์ของผู้อื่นแล้ว นักวิจัยบางท่านมีความเห็นว่าการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นที่แท้จริงต้องหมายรวมถึงปฏิกิริยาทางอารมณ์ที่ตามมาด้วย (reactive emotions) เช่น ความห่วงใย ความกังวล และความเห็นอกเห็นใจ

ถ้าหากเด็กคนหนึ่งตกใจและหวาดกลัวจากการเห็นเพื่อนถูกมีดบาดนิ้ว จากนั้นเด็กก็วิ่งหนีไปเนื่องจากทนเห็นเลือดไม่ได้ เช่นนี้แล้ว ควรนับว่าเป็นการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นได้หรือไม่ นักวิจัยบางคนไม่คิดเช่นนั้น (Vreeke & van der Mark, 2003) เมื่อเราเข้าใจในความเจ็บปวด ความกังวลของผู้อื่นเป็นอย่างดี เราย่อมรู้ว่าผู้อื่นนั้นจะต้องการการบรรเทาให้รู้สึกสบายใจขึ้น ดังนั้น การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นที่เกิดขึ้นในตัวบุคคลนั้นสมควรนำไปสู่อารมณ์และพฤติกรรมเอื้อสังคม (prosocial behavior) ต่างๆ ด้วย

จากคำอธิบายเรื่องพัฒนาการและกระบวนการเกิดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น Baron-Cohen และ Wheelwright (2004) ได้สร้างโมเดลที่แสดงถึงการตอบสนองของบุคคลเมื่อรับรู้ถึงสถานการณ์หรืออารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่นว่า การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นประกอบไปด้วยองค์ประกอบทางปัญญาและองค์ประกอบทางอารมณ์ อีกทั้งยังเสนอว่าความเห็นอกเห็นใจ (sympathy) จัดเป็นกรณีหนึ่งในองค์ประกอบทางอารมณ์ โดยการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นมีความหมายกว้างตั้งแต่เกิดอารมณ์ตอบสนองที่เหมาะสม เช่น สงสาร สลดใจ เมื่อเห็นความทุกข์ยากของผู้อื่น ขณะที่ความเห็นอกเห็นใจต้องเป็นความรู้สึกที่รุนแรงจนกระทั่งเกิดความต้องการกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งเพื่อช่วยบรรเทาความทุกข์ของบุคคลอื่น ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 โมเดลการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นดัดแปลงจาก Baron-Cohen และ Wheelwright (2004)

## การวัดลักษณะนิสัยการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น

การวัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นก็มีลักษณะเดียวกับการวัดเรื่องอื่นๆ คือมีการวัดในสถานการณ์เฉพาะและการวัดเชิงลักษณะนิสัย ในช่วงหลายสิบปีที่ผ่านมาได้มีการวัดลักษณะนิสัยพัฒนาขึ้นมาหลายมาตร แต่มาตรที่ได้รับการยอมรับและเป็นที่ยอมรับกัน 3 มาตร (Stueber, 2008) ได้แก่

1. มาตร Hogan's empathy (EM) มาตรนี้พัฒนาขึ้นในปี ค.ศ.1969 ประกอบด้วยข้อกระทงทั้งหมด 64 ข้อ ซึ่งเป็นข้อกระทงจาก Minnesota Multiphasic Personality Inventory (MMPI) 25 ข้อ California Personality Inventory (CPI) 31 ข้อ และจากงานวิจัยเชิงทดลองของ Institute of Personality Assessment and Research (IPAR) มหาวิทยาลัยแคลิฟอร์เนียอีก 8 ข้อ มาตร EM ของ Hogan นี้เป็นมาตรมิติเดียว (unidimensional) ใช้การตอบแบบ จริงหรือไม่จริง (true/false) ภาวะสันนิษฐานเป็นลักษณะมุมมองเชิงปัญญา และมีความสัมพันธ์กับทักษะหรือความเฉลียวฉลาดทางสังคมสูง ตัวอย่างเช่น “ฉันเคยพบเห็นบางสิ่งที่น่าเศร้ามากถึงขนาดทำให้ฉันเกือบร้องไห้” “ฉันมักมีความอดทนต่ำเมื่อมีผู้คนรอบข้างมารบกวนฉันด้วยคำถามโง่ๆ (ข้อกระทงทางลบ)” “ฉันมักให้สัญญาในสิ่งที่เกินความสามารถที่ฉันจะทำได้” “เป็นหน้าที่ของพลเมืองที่จะต้องสนับสนุนประเทศชาติของตน ใช่หรือไม่ (ข้อกระทงทางลบ)”

Grief และ Hogan (1973) ได้วิเคราะห์องค์ประกอบมาตรนี้ พบว่าจำแนกได้สามองค์ประกอบ คือ 1) พื้นนิสัยความคงที่ทางอารมณ์ (even-tempered disposition) 2) ภาวะความมีอำนาจทางสังคม (social ascendancy) 3) เจตคติทางมนุษยนิยมและสังคมการเมือง (humanistic sociopolitical attitudes)

แต่เมื่อ Johnson, Cheek, และ Smither (1983) ทำการวิเคราะห์องค์ประกอบเช่นเดียวกัน ปรากฏว่าสามารถจำแนกได้ 4 องค์ประกอบ คือ 1) ความมั่นใจในตนเองด้านสังคม (social self confidence) 2) ความคงที่ทางอารมณ์ (even-temperedness) 3) ความไวต่อความรู้สึก (sensitivity) และ 4) ความไม่คล้อยตาม (nonconformity)

2. มาตร Questionnaire measure of emotional empathy (QMEE) ของ Mehrabian และ Epstein (1972) มาตรนี้เป็นมาตรที่เน้นวัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นในมุมมองทางอารมณ์ โดยมีคำจำกัดความว่าการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นคือ การตอบสนองทางอารมณ์แทนผู้อื่นต่อประสบการณ์ทางอารมณ์ของผู้อื่นที่ได้รับรู้มา ในการวัดถือว่าเป็นมาตรมิติเดียว แต่ก็ประกอบไปด้วย 7 องค์ประกอบได้แก่

- 1) ความอ่อนไหวต่อการติดต่อทางอารมณ์ (susceptibility to emotional contagion) เช่น “ผู้คนรอบข้างฉันมีอิทธิพลต่ออารมณ์ของฉันมาก”
- 2) การตระหนักถึงความรู้สึกของบุคคลแปลกหน้าหรือคนที่ไม่สนิทสนม (appreciation of the feelings of unfamiliar and distant others) เช่น “คนที่โดดเดี่ยวมักเป็นคนที่ไม่น่าคบ (ข้อกระทงทางลบ)”
- 3) การตอบสนองทางอารมณ์อย่างสุดโต่ง (extreme emotional responsiveness) เช่น “บางครั้งถ้อยคำในเพลงรักก็กระเทือนใจฉันได้อย่างลึกซึ้ง”
- 4) แนวโน้มที่จะได้รับผลกระทบจากประสบการณ์อารมณ์ทางบวกของผู้อื่น (tendency to be moved by others' positive emotional experiences) เช่น “การเห็นคนอื่นยิ้มทำให้ฉันยิ้มไปด้วย”
- 5) แนวโน้มที่จะได้รับผลกระทบจากประสบการณ์อารมณ์ทางลบของผู้อื่น (tendency to be moved by others' negative emotional experiences) เช่น “ฉันจะรู้สึกหงุดหงิดมากกว่าเห็นอกเห็นใจเวลาเห็นน้ำตาของใคร (ข้อกระทงทางลบ)”
- 6) แนวโน้มการเกิดความเห็นอกเห็นใจ (sympathetic tendency) เช่น “เป็นเรื่องยากสำหรับฉันในการทำความเข้าใจว่าบางสิ่งทำให้คนอารมณ์เสียได้อย่างไร (ข้อกระทงทางลบ)”
- 7) ความยินดีที่จะเข้าไปพูดคุยกับผู้มีปัญหา (willingness to be in contact with others who have problems) เช่น “เมื่อเพื่อนของฉันเริ่มพูดถึงปัญหาของเขาฉันจะพยายามเปลี่ยนบทสนทนาไปเรื่องอื่น” (ข้อกระทงทางลบ)

มาตรนี้ประกอบไปด้วยข้อกระทงทั้งสิ้น 33 ข้อ เป็นมาตรประมาณค่า 9 ช่วง (-4 ถึง 4) ในปี 1998 Caruso และ Mayer เคยนำไปพัฒนาเป็นมาตร Multi-Dimensional Emotional Empathy โดยลดองค์ประกอบเหลือ 6 องค์ประกอบ คือตัดองค์ประกอบแนวโน้มการเกิดความเห็นอกเห็นใจไป และปรับองค์ประกอบที่เหลือใหม่เป็น 1) ความทุกข์จากการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น (empathic suffering) 2) การติดต่อทางอารมณ์ (emotional contagion) 3) การตอบสนองด้วยการร้องไห้ (responsive crying) 4) การร่วมแบ่งปันความรู้สึกทางบวก (positive sharing) 5) การสงสารเห็นใจผู้อื่น (feel for others) และ 6) การสนใจอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น (emotional attention) ตามลำดับ

3. มาตร Interpersonal Reactivity Index (IRI) ของ Davis (1980) มาตรนี้เป็นมาตรที่ผสมผสานคำจำกัดความการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นทั้งในแง่ปัญญาและอารมณ์ จึงทำให้เป็น

มาตราที่ค่อนข้างได้รับความนิยมมากในการศึกษาในระยะต่อมา ประกอบไปด้วยข้อกระทง 28 ข้อ โดยมีทั้งสิ้น 4 องค์ประกอบ องค์ประกอบละ 7 ข้อ ได้แก่

- 1) การเข้าใจทัศนะของผู้อื่น (perspective taking) เช่น “เวลาที่ฉันไม่ไหวใคร ฉันมักพยายามเอาใจเขามาใส่ใจเรารู้สึกหนึ่ง”
- 2) การจินตนาการ (fantasy) เช่น “ฉันเข้าถึงอารมณ์ความรู้สึกของตัวเองครในนิยายอย่างแท้จริง”
- 3) การคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น (empathic concern) เช่น “เวลาที่ฉันเห็นใครถูกเอาเปรียบ ฉันเกิดความรู้สึกปกป้องเขา”
- 4) ความทุกข์ส่วนตัว (personal distress) ที่เกิดขึ้นจากการรู้เห็นเรื่องราวร้ายๆ ของคนอื่น เช่น “เมื่อฉันเห็นใครต้องการความช่วยเหลืออย่างยิ่งในเหตุฉุกเฉินร้ายแรง ฉันจะควบคุมตนเองไม่ได้”

Davis (1980) อ้างอิงการศึกษาเรื่องพฤติกรรมความช่วยเหลือในผู้ใหญ่ของ Coke, Batson, และ McDavis (1978) ว่าการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นควรประกอบไปด้วยกลุ่มภาวะสันนิษฐาน 3 ด้าน คือ การเข้าใจทัศนะของผู้อื่น (perspective taking) การคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น (empathic concern) และความทุกข์ส่วนตัว (personal distress) ส่วนด้านการจินตนาการ (fantasy) นั้น Davis ได้แนวคิดเพิ่มเติมมาจาก Fantasy-Empathy scale ของ Stotland และคณะ (1978) ที่พบว่า การจินตนาการเกี่ยวกับสถานการณ์ในเรื่องราวสมมติก็มีส่วนสัมพันธ์กับปฏิกิริยาทางอารมณ์ต่อผู้อื่นและส่งผลถึงพฤติกรรมความช่วยเหลือเช่นเดียวกัน

อย่างไรก็ดี องค์ประกอบที่ถูกตั้งคำถามมากที่สุดคือองค์ประกอบความทุกข์ส่วนตัว เพราะแม้ Davis (1983) จะอธิบายว่าความทุกข์ส่วนตัวนั้นได้สะท้อนถึงความอ่อนไหวต่อเรื่องราวเลวร้ายของผู้อื่น ตามแนวคิดของ Hoffman (1977) แต่ Cohen และ Wheelwright (2004) ก็ได้วิจารณ์ว่าองค์ประกอบนี้มีความเกี่ยวข้องกับการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นในแง่การควบคุมอารมณ์ของตน แต่ไม่ได้เกี่ยวข้องกับการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นโดยตรง

นอกจากนี้ Cohen และ Wheelwright (2004) ยังได้พัฒนามาตราการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นเพื่อใช้ในงานวิจัยของตนเองเกี่ยวกับบุคคลที่มีอาการแอสเพอร์เกอร์ ซินโดรม (Asperger Syndrome: AS) หรือผู้ที่มีความบกพร่องในทักษะทางสังคมและมีพฤติกรรมหมกมุ่น และผู้ที่มีอาการไฮฟังก์ชันนิงออทิสติก (high-functioning autism: HFA) หรือผู้เป็นโรคออทิสติกที่สามารถพูด ใช้ภาษาและปรับตัวให้เข้ากับคนอื่น ๆ ได้ดี



มาตรดังกล่าวคือมาตร Empathy Quotient (EQ) โดยในมาตรนี้ไม่มีการแยกมิติย่อยแต่อย่างใด แม้ผู้วิจัยทั้งสองจะเชื่อว่าการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นประกอบไปด้วยตอบสนองทั้งทางปัญญาและอารมณ์ แต่ทั้งคู่ให้เหตุผลว่าเป็นการยากที่จะแยกองค์ประกอบทั้งสองออกจากกัน

มาตร EQ มีข้อกระทงทั้งสิ้น 60 ข้อ แต่เป็นข้อกระทงที่เกี่ยวกับการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นจริงๆ เพียง 40 ข้อ ที่เหลือเป็นข้อกระทงลงเพื่ออำพรางการคาดเดาของผู้ตอบมาตรวัด ตัวอย่างข้อกระทงมีดังนี้ “ฉันจับได้เร็วกว่าใครในกลุ่มกำลังรู้สึกแปลกๆ หรือไม่สบายใจ” “หากฉันพูดบางอย่างที่ทำให้ใครซุนเคือง ฉันคิดว่านั่นเป็นปัญหาของพวกเขาไม่ใช่ของฉัน (ข้อกระทงทางลบ)” “คนอื่นบอกฉันว่าฉันเข้าใจเป็นอย่างดีว่าพวกเขา รู้สึกอย่างไรและคิดอะไรอยู่” “การได้เห็นใครร้องไห้ ไม่ได้ทำให้ฉันรู้สึกลัดกลุ้มอะไร (ข้อกระทงทางลบ)” “ฉันมักจะมีอารมณ์ร่วมในปัญหาของเพื่อนฉัน”

อย่างไรก็ตาม เมื่อผู้วิจัยพิจารณาถึงข้อกระทงที่เกี่ยวข้องเนื่องกับการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นในองค์ประกอบทางปัญญาแล้ว เห็นได้ว่าเนื้อหาของข้อความไม่เพียงแต่เป็นการแสดงถึงความเข้าใจทัศนะทางความรู้สึก (affective perspective taking) ซึ่งหมายถึง การตระหนักและมีส่วนร่วมในความรู้สึกของผู้อื่น ตามนิยามโดยตรงของการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นเท่านั้น แต่ยังมีข้อกระทงที่ครอบคลุมความสามารถทางปัญญาอื่นๆ อีก นั่นคือ การเข้าใจทัศนะทางการรับรู้ (perceptual perspective taking) ซึ่งหมายถึง การรับรู้สถานการณ์ใดๆ ได้ดังการรับรู้จากมุมมองของผู้อื่น และการเข้าใจทัศนะทางสังคม (social perspective taking) ซึ่งหมายถึง การคาดเดาและเข้าใจความคิด ความรู้สึก และเจตนาของผู้อื่น (Bierhoff, 2002) ตัวอย่างเช่น “ฉันสามารถบอกได้โดยง่ายว่าใครต้องการเข้าสู่การสนทนา” “ฉันคาดเดาได้ดีมากกว่าใครจะทำอะไรต่อไป” “ฉันพบว่าเป็นเรื่องยากที่จะตัดสินใจว่าสิ่งใดหยาบคายหรือสุภาพ (ข้อกระทงทางลบ)” นับว่า Cohen และ Wheelwright (2004) ได้ให้นิยามการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นไว้กว้างกว่านักวิจัยคนอื่นๆ

### ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพันและการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น

Bowlby (1973) ได้เสนอว่าการตอบสนองทางปัญญา อารมณ์ และพฤติกรรมของบุคคลในเรื่องปฏิสัมพันธ์ทางสังคมได้ถูกพัฒนามาตั้งแต่บุคคลยังเป็นเด็ก จากการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้เลี้ยงดูหรือบิดามารดา ต้นแบบความผูกพันดังกล่าวทำให้บุคคลเกิดรูปแบบการทำงานของจิตใจเกี่ยวกับตนเองและบุคคลอื่น กล่าวคือ มองว่าตนเองมีคุณค่าหรือไม่คุณค่า และมองว่าผู้อื่นไว้วางใจได้หรือไม่ได้ รูปแบบการทำงานของจิตใจที่มีแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคลนั้นทำให้เกิดรูปแบบความผูกพันแบบต่างๆ และมีงานวิจัยที่พบว่ารูปแบบความผูกพันที่พัฒนาขึ้นในตัวบุคคลมีส่วนสัมพันธ์กับการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นของบุคคลด้วย เช่น เด็กที่ครูประเมินว่ามีการรู้ซึ่งถึง

ความรู้สึกของผู้อื่นมากคือเด็กที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง (secure) ส่วนเด็กที่ครุมองว่าเป็นคนใจร้าย (mean) มักเป็นเด็กที่ได้รับการระบุว่ามีความผูกพันแบบหลีกเลี่ยง (avoidant) (Weinfield, Sroufe, Egeland, & Carlson, 1999) ข้อเสนอของ Bowlby สอดคล้องกับอีกงานทดลองหนึ่งที่ตรวจสอบปฏิกิริยาของเด็กคนอื่นๆ เมื่อมีเด็กคนหนึ่งแสดงความอึดอัดไม่สบายใจออกมา ผลคือ เด็กๆ ที่มีประวัติว่าเป็นประเภทมั่นคงจะแสดงถึงการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นมากกว่าเด็กประเภทหลีกเลี่ยง ส่วนเด็กประเภทวิตกกังวล (anxious-resistant) ไม่แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญกับเด็กประเภทอื่นๆ แต่ดูมีปัญหาเกี่ยวกับการสับสนระหว่างความทุกข์ของผู้อื่นกับความทุกข์ของตนเอง (Kestenbaum, Farber, & Sroufe, 1989)

### ความถูกต้องแม่นยำในการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น (empathic accuracy)

จากคำจำกัดความของการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นในแนวคิดทางปัญญาที่มีใจความสำคัญถึงการตระหนักในความคิด ความรู้สึก และเจตนาของผู้อื่น แต่ประเด็นเรื่องความถูกต้องแม่นยำหรือไม่ถูกต้องแม่นยำของการหยั่งรู้และเข้าใจนั้นไม่ได้ถูกกล่าวถึง นั่นหมายความว่าผู้ที่มีการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นสูง อาจไม่จำเป็นต้องเป็นผู้ที่สามารถเข้าใจในความรู้สึกของผู้อื่นได้อย่างถูกต้องเสมอไป จากงานวิจัยของ Neuf (1997 อ้างถึงใน Bierhoff, 2002) พบว่า ระดับการเข้าใจทัศนะของผู้อื่นสัมพันธ์กับความเร็วในการตอบสนองแบบทดสอบเรื่องความถูกต้องแม่นยำ แต่เมื่อตรวจสอบถึงจำนวนการตอบสนองที่ถูกต้องจริงๆ กลับได้ค่าความสัมพันธ์ทางลบแม้ว่าจะไม่ถึงระดับนัยสำคัญ

ปัจจัยอื่นที่มีส่วนสัมพันธ์กับความถูกต้องแม่นยำในการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นจริงๆ ได้แก่ ระดับความสัมพันธ์หรือความสนิทสนม แน่นนอนว่าผู้ที่มีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกันย่อมสามารถเข้าใจความรู้สึกของกันไ้มากกว่าบุคคลแปลกหน้า (Stinson & Ickes, 1992) ส่วนเรื่องตัวแปรเพศ ในงานวิจัยที่ตรวจสอบ ความถูกต้องของการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นระหว่างคู่รัก พบว่า ความแตกต่างระหว่างเพศหญิงและเพศชายมีเพียงเล็กน้อยเท่านั้น (Simpson, Ickes, & Grich, 1999) โดบบางเงื่อนไขชายได้คะแนนมากกว่า และบางเงื่อนไขหญิงได้คะแนนมากกว่า

อีกปัจจัยหนึ่งคือ รูปแบบความผูกพัน Ainsworth, Blehar, Waters, และ Wall (1978) ได้ตั้งสมมติฐานในงานวิจัยของพวกเขาว่า ผู้ที่มีรูปแบบความผูกพันแบบวิตกขัดแย้ง (anxious-ambivalent) เนื่องจากเป็นคนที่มีกคยระแวดระวังเรื่องความสัมพันธ์โดยเฉพาะในสถานการณ์ที่ความสัมพันธ์นั้นถูกคุกคาม น่าจะทำให้มีความถูกต้องแม่นยำในการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นมากตามไปด้วย ผลการวิจัยเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ นั่นคือบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบวิตกขัดแย้งมีความถูกต้องแม่นยำในการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นสูงกว่าบุคคลแบบมั่นคงและ

หลักนี้ นอกจากนี้ยังพบว่าบุคคลแบบวิตกขัดแย้งยังเผชิญกับความทุกข์มากกว่าด้วย เมื่อพิจารณาผนวกกับข้อค้นพบในงานวิจัยอื่นที่ว่าบุคคลแบบวิตกขัดแย้งมีความถี่ในการเลิกร้างกับคู่รักสูงกว่ารูปแบบความผูกพันแบบอื่น Bierhoff (2002) จึงวิจารณ์ว่าหากบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบวิตกขัดแย้งมีความเข้าใจที่ถูกต้องแม่นยำต่อความรู้สึกของผู้อื่นมากแล้ว ก็อาจเป็นตัวอย่างที่แสดงถึงความหลักแหลมที่น่าเศร้าใจมาก

### แนวคิดเรื่องการหมกมุ่นครุ่นคิด (rumination)

การหมกมุ่นครุ่นคิด (rumination) หมายถึง การคิดซ้ำไปซ้ำมาเกี่ยวกับความรู้สึกทางลบที่เกิดขึ้นในชีวิต อาจเป็นความรู้สึกเศร้า ความรู้สึกโกรธ ความเครียด ความหวาดหวั่น ความขัดเคืองใจจากการถูกขัดขวางจุดมุ่งหมาย

Nolen-Hoeksema (1991) อธิบายตามทฤษฎีรูปแบบการตอบสนอง (response styles theory) ว่า การหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นการคิดซ้ำเกี่ยวกับสาเหตุและผลลัพธ์ และอาการของความรู้สึกทางลบในขณะนั้น ส่วน Conway, Csank, Holm และ Blake (2000) ที่ศึกษาการครุ่นคิดในความเศร้า อธิบายว่าการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นการคิดซ้ำเกี่ยวกับความเศร้าในปัจจุบันและสภาวะแวดล้อมรอบๆ ความเศร้านั้น ขณะที่ Clark และ Wells (1995) ที่ศึกษาด้วยโมเดลการครุ่นคิดที่เป็นปฏิบัติการความเครียด อธิบายว่าเป็นการครุ่นคิดในสิ่งอ้างอิงทางลบที่เกี่ยวกับเหตุการณ์ที่เครียดในชีวิต มโนทัศน์ข้างต้นเป็นการอธิบายการหมกมุ่นครุ่นคิดภายใต้บริบทความเปราะบางทางปัญญาต่อความซึมเศร้า

นอกจากนี้ยังมีการศึกษาเรื่องการหมกมุ่นครุ่นคิดภายใต้บริบทการกำกับตนเอง (self-regulation) และการกำกับอารมณ์ (emotion regulation) ซึ่งหมายถึง ความคิดและพฤติกรรมในการกำจัด รักษา หรือเปลี่ยนแปลงสภาวะทางอารมณ์ โดยมีคำจำกัดความว่า การหมกมุ่นครุ่นคิดคือการคิดซ้ำเกี่ยวกับความแตกต่างระหว่างเป้าหมายและความเป็นจริง (Martin et al., 1993) Well และ Matthews (1994) ระบุว่า การครุ่นคิดดังกล่าวเป็นส่วนหนึ่งของความวิตกกังวล ขณะที่ Beckman และ Kellman (2004) ซึ่งศึกษาการครุ่นคิดกับความเครียด อธิบายว่าการครุ่นคิดเป็นสิ่งรบกวนความสำเร็จในการควบคุมตนเองในการตอบสนองต่อความเครียด หรือมีส่วนทำให้ความเครียดยังคงอยู่ ส่วน Conner-Smith, Compas, Wadsworth, Thomsen, และ Saltzman

(2000) เน้นว่าการครุ่นคิดเป็นหนึ่งในลักษณะการตอบสนองต่อความเครียด แต่ไม่จัดเป็นกลยุทธ์การรับมือเนื่องจากเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นโดยมิได้ตั้งใจ

สำหรับการศึกษาการครุ่นคิดเกี่ยวกับการถูกข่มขู่ ระบุว่า การครุ่นคิดเป็นการมุ่งความสนใจของตนเองไปที่ความคิดและความรู้สึกเกี่ยวกับการถูกข่มขู่และดำรงความโกรธไว้ (Rusting & Nolen-Heeksema, 1998) หรือเป็นประเภทของความนึกคิดโดยเจตนา ซึ่งใคร่ครวญไปมาถึงสิ่งที่เกิดขึ้นตามธรรมดา และจะกลับไปคิดได้อีกแม้ไม่มีสิ่งใดมากระตุ้นความคิด และสามารถดำรงอยู่ได้ยาวนาน อีกทั้งการครุ่นคิดยังสามารถเพิ่มพลังทางปัญญาได้มากมาย (Martin & Tesser, 1996 อ้างถึงใน นริศรา ศรีทองสุข, 2551; Marcus-Newhall, Pedersen, Carlson, & Miller, 2000)

### องค์ประกอบของการหมกมุ่นครุ่นคิด

Seegerstrom, Stanton, Alden, และ Shortridge (2003) ได้วิเคราะห์องค์ประกอบของมาตรหลายมาตร และสามารถจับกลุ่มองค์ประกอบย่อยได้เป็น 2 มิติหลักที่แข็งแกร่งและปรากฏซ้ำมาตลอดวัดลักษณะนิสัยการหมกมุ่นครุ่นคิด นั่นคือ มิติประจุทางอารมณ์ของการคิดซ้ำ (emotional valence of the repetitive thought) หมายถึง ลักษณะของการครุ่นคิดที่ถือเป็นทางบวกและทางลบ Smith และ Alloy (2009) เรียกว่าเป็นประเภทของการครุ่นคิดที่เป็นประโยชน์และเป็นโทษ (helpful-harmful sub-types)

1. การครุ่นคิดที่เป็นประโยชน์ คือ การครุ่นคิดที่เป็นกระบวนการปรับตัวของกระบวนการกำกับตนเอง ซึ่งบุคคลมุ่งไปที่ความพึงพอใจในสิ่งที่อยาก رؤ้อยากเห็นหรือการเข้าใจตนเอง ซึ่งจะทำให้รู้สึกซึมเศร้า หดหู่บ้าง แต่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ง่าย

Trapnell และ Campbell (1999) รวมถึง Treynor, Gonzalez, และ Nolen-Hoeksema (2003) เรียกการครุ่นคิดลักษณะนี้ว่า การไตร่ตรอง (reflection) ส่วน Robert, Gilboa, และ Gotlib (1998) เรียกว่า การพินิจภายในจิตใจ/การแยกตนเองออกมา (introspect/self-isolation)

2. การครุ่นคิดที่เป็นโทษ คือ การครุ่นคิดเกี่ยวกับตนเองที่ตอบสนองต่อการถูกคุกคามต่างๆ ที่ได้รับรู้ ซึ่งได้แก่ ความไม่มั่นคง การสูญเสีย หรือความไม่ยุติธรรมที่ตนได้รับ เป็นการครุ่นคิดที่เกี่ยวข้องกับสภาวะทางอารมณ์ลบที่เกิดขึ้น ได้แก่ ความกังวล ความเศร้า และความโกรธตามลำดับ (Trapnell, 1995)

Trapnell และ Campbell เรียกว่า การหมกมุ่นครุ่นคิด (rumination) Treynor และคณะ เรียกว่า การครุ่นคิด (brooding) ส่วน Robert และคณะ เรียกว่า การตำหนิตน (self-blame)

สำหรับการครุ่นคิดประเภทหลังนี้ ในแง่เนื้อหา หากเป็นการครุ่นคิดเกี่ยวกับความซึมเศร้า จะมุ่งเน้นที่ความรู้สึกของบุคคลประเภทขาดแรงจูงใจ เช่น ฉันแค่ไม่รู้สึกลอยๆทำอะไรเลย แต่หากเป็นการครุ่นคิดเกี่ยวกับความโกรธจะมุ่งเน้นที่การรับรู้ความไม่ยุติธรรมของผู้อื่น เช่น ทำไมผู้อื่นจึงทำกับฉันแบบนี้ได้ (Ruating & Nolen-Hoeksema, 1998)

อนึ่ง Segerstrom และคณะ (2003) ยังเสนออีกว่า การหมกมุ่นครุ่นคิดมักหมายถึงการครุ่นคิดในทางลบมากกว่าทางบวก และบุคคลยังควบคุมได้ยากกว่าด้วย เป็นไปในทางเดียวกับ Watkins (2008) ซึ่งระบุว่า การครุ่นคิดที่รวมทั้งการคิดที่เป็นประโยชน์และเป็นโทษนั้นเป็นภาวะสันนิษฐานของการคิดซ้ำ (repetitive thought) ซึ่งครอบคลุมความแปรปรวนใน 3 มิติ ได้แก่ การคิดทางบวกและทางลบ (valence) บริบท (context) และระดับของการตีความ (level of construal) ส่วนการหมกมุ่นครุ่นคิดมีความหมายเพียงเฉพาะ “การคิดในทางลบ ในบริบทแง่ลบ และเป็นการตีความในระดับนามธรรม” เท่านั้น กล่าวคือ การหมกมุ่นครุ่นคิด (rumination) อาจเป็นเพียงหนึ่งในหลายๆ ประเภทของการปรับตัวที่ไม่เหมาะสมของการคิดซ้ำๆ เกี่ยวกับตนเอง

นอกเหนือจากมิติการครุ่นคิดทางบวกทางลบข้างต้นแล้ว Segerstrom และคณะ (2003) ยังระบุถึงมิติหลักอีกมิติหนึ่งคือ มิติที่สะท้อนถึงแรงจูงใจในการคิดซ้ำ นั่นคือ การครุ่นคิดเพื่อค้นหา (searching) หรือ การครุ่นคิดเพื่อแก้ปัญหา (solving problem) การครุ่นคิดเพื่อค้นหาเป็นการครุ่นคิดที่พยายามผลิตความคิดหลายๆ ประการออกมา ขณะที่การครุ่นคิดเพื่อแก้ปัญหาเป็นการครุ่นคิดที่รวบยอดความคิดหลายๆ อย่าง ตัดความเป็นไปได้อื่นๆ ออกเพื่อให้เหลือความคิดรวบยอดเพียงความคิดเดียว

นอกเหนือจากนี้ ยังมีนักวิจัยอีกหลายคนที่พยายามแยกองค์ประกอบของการหมกมุ่นครุ่นคิดตามภาวะสันนิษฐานของตนเอง ซึ่งถึงแม้จะทำให้ภาวะสันนิษฐานมาตรฐานมาตรฐานหรือมาตรฐานแต่ละมาตรฐานมีโครงสร้างแตกต่างกันไป แต่จากการตรวจสอบของ Siegle, Moore, และ Thase (2004) ที่ให้บุคคลทำมาตรวัดการหมกมุ่นครุ่นคิดหลายๆ มาตร (ทั้งสิ้น 16 มาตร) พบว่าผู้ตอบแบบสอบถามมีความเที่ยงภายในตนเอง เช่น บางคนมีคะแนนสูงตลอดในข้อบ่งชี้ถึงการครุ่นคิด และมีคะแนนต่ำตลอดในข้อบ่งชี้ถึงสิ่งอื่น ในทุกมาตรวัด ความคงเส้นคงวาภายในตนเองข้ามมาตรวัดนี้แสดงว่า แม้แต่ละมาตรจะมีโครงสร้างแตกต่างกัน แต่ก็มีความหมายถึงการหมกมุ่นครุ่นคิดเช่นเดียวกัน อย่างไรก็ตามค่าสหสัมพันธ์ของมาตรทั้ง 16 มาตรมีตั้งแต่สูงมากถึงต่ำมาก

ทั้งนี้ ความสนใจของงานวิจัยนี้ได้ยึดตามการเสนอแนะของ Watkins (2008) ที่ระบุว่า การหมกมุ่นครุ่นคิด (rumination) เป็นการคิดซ้ำเกี่ยวกับอารมณ์ลบ และเป็นการปรับตัวที่ไม่เหมาะสม ซึ่งเป็นการครุ่นคิดประเภทที่เป็นโทษ

## ความสัมพันธ์กับภาวะสันนิษฐานอื่นๆ

การหมกมุ่นครุ่นคิดมีความสัมพันธ์ โกลัศเคียง และทับซ้อนกับภาวะสันนิษฐานอื่นหลาย ภาวะสันนิษฐาน อาทิ ความสำนึกในตน ความฝังแน่นในจิตใจ ความกังวล และความไม่มั่นคงทาง อารมณ์ มีนักจิตวิทยาและนักวิจัยหลายท่านที่พยายามแยกแยะถึงความเหมือนและความแตกต่าง เอาไว้ เพื่อให้เข้าใจถึงความหมาย จุดประสงค์ รวมถึงขอบเขตของการหมกมุ่นครุ่นคิด และภาวะ สันนิษฐานอื่นๆ เหล่านี้ให้เป็นที่กระจ่างมากยิ่งขึ้น ซึ่งสรุปได้ดังนี้

### ความสำนึกในตนโดยเพ่งเล็งสู่ภายใน (private self-consciousness)

ความสำนึกในตนโดยเพ่งเล็งสู่ภายในมีนิยามโดยทั่วไปว่าเป็นลักษณะนิสัยที่มีแนวโน้ม เพ่งเล็งตนเอง โดยไม่ขึ้นอยู่กับภาวะทางอารมณ์ (Fenigstein, Scheier, & Buss, 1975 อ้างถึงใน Smith & Alloy, 2009) มีนักวิจัยบางคนเสนอว่าการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นส่วนหนึ่งของความสำนึก ในตนโดยเพ่งเล็งสู่ภายใน (Trapnell & Campbell, 1999) แต่ก็มีนักวิจัยคนอื่นๆ ที่ได้แย้งว่ามี ความแตกต่างระหว่างสองกระบวนการนี้ เช่น การหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรที่ทำนายความ ซึมเศร้าได้ดีกว่า (Nolen-Hoeksema, 2004) นอกจากนี้ Papageorgiou และ Well (2004) ยัง เสนอว่าความสำนึกในตนนั้นมุ่งเน้นเฉพาะตนเองและเป็นอิสระจากภาวะอารมณ์ ขณะที่การ หมกมุ่นครุ่นคิดมุ่งเน้นที่การรับมือในการตอบสนองต่อข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับจุดมุ่งหมายและไม่ได้ เกี่ยวข้องเฉพาะกับตนเองเพียงอย่างเดียว แต่ยังหมายรวมถึงความคิดเกี่ยวกับความเครียด การ จัดการ สภาวะแวดล้อม และอารมณ์ อีกด้วย

ส่วน Smith และ Alloy (2009) มีความเห็นว่ามีความเป็นไปได้ที่การหมกมุ่นครุ่นคิดจะ เป็นหนึ่งในหลายประเภทของความสำนึกในตนโดยเพ่งเล็งสู่ภายใน โดยที่ความสำนึกในตนไม่ ขึ้นอยู่กับภาวะอารมณ์ หรือตอบสนองต่อภาวะอารมณ์ที่หลากหลาย และการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็น ความสำนึกในตนประเภทที่เจาะจงเฉพาะอารมณ์ทางลบ หรือการรับรู้ถึงความเหลื่อมล้ำระหว่าง สถานะที่เป็นอยู่ปัจจุบันและที่คาดหวังไว้ ทำให้สามารถทำนายถึงความซึมเศร้าได้แม่นยำมากกว่า ความสำนึกในตนที่มีภาวะสันนิษฐานกว้างกว่า ครอบคลุมด้านต่างๆ มากกว่า เช่น การเพ่งเล็ง ตนเองในทางบวกอย่างการไตร่ตรอง (reflection)

### ความฝังใจ (obsessions)

ความฝังใจเป็นองค์ประกอบหนึ่งในนิยามของการย้ำคิดย้ำทำ (Obsessive compulsive disorder) และเป็นอีกรูปแบบหนึ่งของการคิดซ้ำ (repetitive thoughts) ความฝังใจ หมายถึง “ความคิด แรงผลักดัน หรือมโนภาพที่ฝังแน่นเรื้อรัง ซึ่งไม่เหมาะสมและเป็นสิ่งรบกวน ทั้งยังเป็น

สาเหตุให้เกิดความวิตกกังวลหรือซึมเศร้า” (American Psychiatric Association, 2000 อ้างถึงใน Smith & Alloy, 2009) อีกทั้งต้องตามมาด้วยกลยุทธ์บางอย่างเพื่อบรรเทาความซึมเศร้าที่เกิดขึ้น จากคำนิยามข้างต้นสามารถแยกแยะให้เห็นความแตกต่างจากความหมายของการหมกมุ่นครุ่นคิดได้ดังนี้

1) การหมกมุ่นครุ่นคิดเกิดขึ้นโดยเป็นการตอบสนองต่ออารมณ์ลบ แต่เชื่อกันว่า ความฝังแน่นในจิตใจเป็นตัวสร้างให้เกิดความซึมเศร้า 2) การหมกมุ่นครุ่นคิดในความเศร้าเกี่ยวข้องกับการขาดพฤติกรรมที่เป็นเครื่องมือ ขณะที่การฝังแน่นในจิตใจมักตามด้วยการกระทำบางอย่างที่มีเป้าหมายเพื่อลดล้างความฝังใจดังกล่าว ยิ่งไปกว่านั้น มีการตั้งข้อสังเกตว่าความฝังแน่นในจิตใจเป็นอันตรายเนื่องจากเป็นการให้ความสำคัญเกินจริงต่อความคิดที่ฝังแน่นนั้น ส่วนการหมกมุ่นครุ่นคิดในความซึมเศร้าเป็นอันตรายเนื่องจากเป็นอุปสรรคในการแก้ปัญหา

#### ความกังวล (worry)

การหมกมุ่นครุ่นคิดเคยถูกนำมาเปรียบเทียบกับความกังวลอยู่บ่อยครั้ง และในบางครั้งยังมองกันว่าการครุ่นคิดเป็นส่วนหนึ่งของความกังวลด้วย ผลการตรวจสอบพบว่าทั้งสองภาวะสันนิษฐานมีความสัมพันธ์กันค่อนข้างสูง ( $r = .66$ , Beck & Perkins, 2001 อ้างถึงใน Smith & Alloy, 2009) และทับซ้อนกันในความสัมพันธ์กับความวิตกกังวล (anxiety) และความซึมเศร้า (depression) ส่วนความแตกต่างกันระหว่างความกังวลและการหมกมุ่นครุ่นคิดคือ ความกังวลมักมุ่งเน้นที่การแก้ปัญหาและทิศทางในอนาคต ส่วนการหมกมุ่นครุ่นคิดจะเป็นการตระหนักถึงความสูญเสียและสิ่งที่เกิดขึ้นในอดีต นอกจากนี้การหมกมุ่นครุ่นคิดยังเกี่ยวข้องกับความพยายามที่น้อยกว่าและมีความมั่นใจในการแก้ปัญหาได้น้อยกว่า (Papageorgiou & Well, 1999, 2004) หรืออาจกล่าวได้ว่าทั้งสองสิ่งตอบจุดประสงค์ที่แตกต่างกัน การหมกมุ่นครุ่นคิดเกี่ยวข้องกับความเชื่อที่หนักแน่นกว่าในส่วนที่สัมพันธ์กับบุคคลในสถานการณ์หนึ่งๆ และต้องการที่จะเข้าใจมากกว่า ส่วนความกังวลเกี่ยวข้องกับความปรารถนาที่จะหลีกเลี่ยงความคิดกังวลทั้งหลาย อีกทั้งความกังวลยังเต็มไปด้วยจินตนาการมากกว่า (Watkins, 2004b)

#### ความไม่มั่นคงทางอารมณ์ (neuroticism)

การหมกมุ่นครุ่นคิดเคยได้รับการจัดว่าเป็นการแสดงออกทางปัญญาและพฤติกรรมของลักษณะนิสัยไม่มั่นคงทางอารมณ์ และมีหลักฐานว่าทั้งสองมีสหสัมพันธ์กัน (Trapnell & Campbell, 1999) นอกจากนี้ยังมีงานวิจัยที่พบว่าการหมกมุ่นครุ่นคิดและความกังวลเป็นตัวแปรส่งผ่านระหว่างความไม่มั่นคงทางอารมณ์และความซึมเศร้า/ความวิตกกังวล (Muris, Roelofs, Rassin, Franken, & Mayer, 2005) อีกทั้งยังพบว่าการหมกมุ่นครุ่นคิดสัมพันธ์กับความซึมเศร้า

เมื่อควบคุมด้วยลักษณะนิสัยไม่มั่นคงทางอารมณ์ด้วย (Roberts, Gilboa, & Gotlib, 1998) จึงแสดงว่า การหมกมุ่นครุ่นคิดและความซึมเศร้ามีความสัมพันธ์กันสูงแม้ส่วนหนึ่งได้อธิบายไปแล้วด้วยลักษณะนิสัยไม่มั่นคงทางอารมณ์ อย่างไรก็ตาม การที่การหมกมุ่นครุ่นคิดมีความสัมพันธ์กับโครงสร้างทางบุคลิกภาพเช่นนี้ก็บ่งชี้ได้ถึงความมั่นคงของภาวะสันนิษฐานที่มีอยู่

การหมกมุ่นครุ่นคิดได้รับการศึกษาและวิจัยในหลากหลายบริบท จึงทำให้มีนิยาม บริบท การศึกษา องค์ประกอบ และมาตรวัดที่แตกต่างหลากหลาย ซึ่งแม้จะมีข้อสรุปไปในทิศทางเดียวกันอย่างเด่นชัดถึงผลกระทบต่อสุขภาพจิต แต่ก็มีอาจตัดสินได้ว่าคำนิยามใด หรือมาตรวัดใดใช้งานได้ดีที่สุด ผู้วิจัยส่วนใหญ่ก็หยิบเลือกเอาส่วนที่สอดคล้องเหมาะสมกับงานวิจัยของตนเอง อย่างไรก็ตามสามารถสรุปได้ว่า การหมกมุ่นครุ่นคิด เป็นการครุ่นคิดถึงอารมณ์ทางลบอย่างซ้ำไปซ้ำมา จากการได้รับการกระตุ้นเมื่อรับรู้ถึงความแตกต่างระหว่างสิ่งที่เป็นอย่างอยู่และสิ่งที่มุ่งหวังเป็นหนึ่งในวิธีการตอบสนองเพื่อกำกับอารมณ์ของตน การหมกมุ่นครุ่นคิดอาจเป็นสิ่งที่ควบคุมไม่ได้ และอยู่ภายใต้ความเชื่อในแง่บวกว่าสามารถทำให้หลุดพ้นจากอารมณ์ลบที่เผชิญอยู่ได้ แต่ผลลัพธ์ที่แท้จริงกลับเป็นตรงกันข้าม ยิ่งหมกมุ่นครุ่นคิดก็ยิ่งเป็นการขยายอารมณ์ลบเดิมเหล่านั้นให้ทวีความเข้มข้นและยาวนานมากกว่าเดิม

### ความสัมพันธ์ระหว่างการหมกมุ่นครุ่นคิดกับพฤติกรรมสังคม

จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า การหมกมุ่นครุ่นคิดส่งผลต่อพฤติกรรมสังคม โดยได้รับการศึกษาวิจัยที่สามารถจำแนกได้เป็น 2 ด้านหลัก คือ พฤติกรรมก้าวร้าว และการให้อภัย ดังจะนำเสนอต่อไปนี้

#### 1. การหมกมุ่นครุ่นคิดกับพฤติกรรมก้าวร้าว

ในระยะเริ่มแรกการหมกมุ่นครุ่นคิดได้รับการศึกษาวิจัยว่าส่งผลต่อพฤติกรรมก้าวร้าวในรูปแบบต่างๆ กล่าวคือ ผลที่เกิดจากการหมกมุ่นครุ่นคิดได้มีการเสนอไว้ในโมเดลเครือข่ายการเชื่อมโยง (associate network model) หรือทฤษฎีการกระตุ้นการแพร่กระจายทางอารมณ์ (spreading activation theory of mood) ซึ่งระบุไว้ว่า อารมณ์กำหนดโครงสร้างพื้นฐานของข้อมูลที่เป็นระบบซึ่งเก็บอยู่ในเครือข่ายความทรงจำ เมื่ออารมณ์หนึ่งๆ ถูกกระตุ้น อารมณ์นั้นสามารถดึงเอาความเชื่อ ความทรงจำในเหตุการณ์อื่นๆ ที่ผ่านมาในอดีตที่เกี่ยวข้องกับอารมณ์นั้นขึ้นมาอยู่ในความนึกคิด ยืดขยายออกไป หรือเพิ่มความรู้สึกในอารมณ์นั้นๆ มากขึ้น การหมกมุ่นครุ่นคิดหรือเพิ่งความสนใจไปที่ตนเองก็เพิ่มการกระตุ้นการแพร่กระจายเหล่านั้น ส่งผลให้บุคคลมีอารมณ์



รุนแรงเพิ่มขึ้นจากเดิม (Rusting & Nolen-Hoeksema, 1998) จากงานวิจัยในบุคคลซึมเศร้า พบว่า เมื่อให้มุ่งเน้นความสนใจไปที่ตนเองหรือครุ่นคิด บุคคลจะคิดถึงความทรงจำทางลบในอดีตได้มากกว่า ดีความสถานการณ์ปัจจุบันในทางลบมากกว่า และคาดเดาอนาคตไปในทางร้ายมากกว่า เมื่อเทียบกับบุคคลที่ถูกเบี่ยงเบนความสนใจไปสู่สิ่งที่ไม่ใช่อารมณ์ซึมเศร้าของตนเอง

นอกจากนี้ตามโมเดลความก้าวร้าวทั่วไป (General aggression model: GAM) ของ Anderson และ Bushman (2005) ได้อธิบายผลของการครุ่นคิดเกี่ยวกับการยั่วยุที่ส่งผลต่อการเพิ่มความก้าวร้าวไว้ว่า การครุ่นคิดถึงการรับรู้ในสภาวะตื่นตัวของตน การรับรู้อารมณ์ทางลบที่เกิดขึ้น การตระหนักถึงการอนุมานหรือการตีความการกระทำของผู้ที่ทำให้บุคคลเกิดอารมณ์ลบ และการตระหนักถึงความโน้มเอียงทางความคิดประเภทที่ปรารถนาการเอาคืนอย่างสาสม การหมกมุ่นครุ่นคิดเหล่านี้ได้อย่างใดอย่างหนึ่งหรือทั้งหมดจะไปเพิ่มความอ่อนไหวและก่อให้เกิดปฏิกิริยาตอบโต้ต่อเหตุการณ์ที่มากระตุ้นแม้เพียงเล็กน้อย ซึ่งทำให้เพิ่มโอกาสที่จะตอบสนองในทางก้าวร้าวต่อเหตุการณ์นั้น กลายเป็นความก้าวร้าวแทนที่ (Bushman, Bonacci, Pedersen, Vasquez, & Miller, 2005) ซึ่งต่อมา Denson (2008) ได้ระบุว่าเป็นการที่บุคคลสูญเสียการควบคุมตน ในทางตรงกันข้าม เมื่อบุคคลถูกชักนำให้เบี่ยงเบนความสนใจไปคิดเรื่องทางบวก (distraction) สามารถลดการเกิดความก้าวร้าวแทนที่หลังได้รับการกระตุ้นได้

Miller, Pedersen, Earleywine, และ Pollock (2003) ได้อธิบายเรื่องการหมกมุ่นครุ่นคิดและความก้าวร้าวด้วยโมเดลการเชื่อมโยงแนวใหม่ทางปัญญา (Cognitive neoassociation: CAN) ของ Berkowitz (1990) โดยกล่าวว่า การล่วงละเมิด (transgression) ทำให้ผู้ที่ถูกล่วงละเมิดเกิดอารมณ์ลบและทำให้เกิดปฏิกิริยาตอบสนองในองค์ประกอบอื่นๆ ที่เกี่ยวกับกระบวนการทางปัญญาและแรงจูงใจ ได้แก่ ความคิด ความรู้สึก ความลำเอียงทางการรับรู้แรงจูงใจ แม้กระทั่งแผนพฤติกรรม ซึ่งเชื่อมโยงกันเป็นเครือข่าย สิ่งที่เชื่อมต่อกันในเครือข่ายเหล่านี้ได้ร่วมกันสัมพันธ์กับการรับรู้และปฏิกิริยาที่มีต่อการมุ่งร้ายระหว่างบุคคล เช่น ความโกรธซึ่งมีสาเหตุจากการถูกล่วงละเมิดจะไปกระตุ้นความทรงจำของการล่วงละเมิดในครั้งก่อน แล้วส่งผลให้เกิดความเตรียมพร้อมทางร่างกายในการตอบสนองในลักษณะสู้หรือหนี (fight-or-flight) ต่อการล่วงละเมิด และความแข็งแกร่งของการเชื่อมโยงระหว่างส่วนต่างๆ เหล่านี้ยังมีอิทธิพลต่อความเป็นไปได้ที่จะทำให้เกิดปฏิกิริยาตอบสนองเมื่อมีการล่วงละเมิดในอนาคตด้วย

การครุ่นคิดเกี่ยวกับการถูกละเมิด ภายหลังจากการถูกละเมิดเป็นชั่วโม่ง เป็นวัน หรือหลังจากผ่านไปเป็นสัปดาห์ ก็สามารถกระตุ้นการทำงานของเครือข่ายที่เชื่อมโยงกันเหล่านั้นได้อีกครั้ง เหมือนมีการละเมิดขึ้นอีก แม้ว่าอาจจะมีขนาดน้อยกว่า ดังนั้นการครุ่นคิดเกี่ยวกับ การละเมิดที่ยังไม่ได้รับการคลี่คลายจึงเพิ่มความพร้อมในบุคคลต่อการหลีกเลี่ยงหรือแสวงหาการแก้แค้นต่อคู่กรณี

ด้วยเหตุนี้การครุ่นคิดจึงมีส่วนสัมพันธ์ทางลบต่อแนวโน้มการให้อภัยอีกด้วย จากภาวะสันนิษฐานที่ว่า การให้อภัยเป็นสิ่งตรงข้ามกับการหลีกเลี่ยงหรือแก้แค้น

## 2. การหมกมุ่นครุ่นคิดกับการให้อภัย

จากข้อค้นพบของการวิจัยเกี่ยวกับความก้าวร้าวที่เชื่อมโยงมาถึงแนวโน้มการให้อภัย การหมกมุ่นครุ่นคิดจึงได้รับความนิยมนำมาศึกษาเกี่ยวกับการให้อภัยโดยตรงมากขึ้น เช่น งานวิจัยของ McCullough, Bono และ Root (2007) ซึ่งตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างการหมกมุ่นครุ่นคิด อารมณ์ และการให้อภัย พบว่า ยิ่งบุคคลมีการหมกมุ่นครุ่นคิดมากยิ่งส่งผลให้โกรธมาก จึงทำให้มีแนวโน้มหลีกเลี่ยงหรือแก้แค้นผู้กระทำผิดมากหรือมีแนวโน้มให้อภัยลดลง แต่ระดับโดยทั่วไปของพื้นอารมณ์ทางบวกและพื้นอารมณ์ทางลบของบุคคล รวมถึงการรับรู้ความเจ็บปวดของผู้กระทำผิด กลับไม่มีผลต่อแนวโน้มการให้อภัย

ในงานวิจัยเกี่ยวกับการหมกมุ่นครุ่นคิดในความโกรธของ Barber, Maltby, และ Macaskill (2005) ซึ่งแบ่งองค์ประกอบของการหมกมุ่นครุ่นคิดในความโกรธไว้ 4 ด้าน ได้แก่ ความโกรธภายหลังการคิด การคิดเกี่ยวกับการแก้แค้น ความทรงจำเกี่ยวกับความโกรธ และการเข้าใจสาเหตุ พบว่า องค์ประกอบความทรงจำเกี่ยวกับความโกรธมีอิทธิพลเกี่ยวกับลักษณะนิสัยการให้อภัยตนเองมากที่สุด ขณะที่ความคิดเกี่ยวกับการแก้แค้นมีอิทธิพลต่อลักษณะนิสัยการให้อภัยผู้อื่นมากที่สุด

Kachadourian, Fincham, และ Davila (2005) ซึ่งตรวจสอบปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการให้อภัยกันของคู่สามีภรรยา พบว่า การหมกมุ่นครุ่นคิดและความไม่แน่ใจในตัวเองเป็นตัวผู้สมรสเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อการให้อภัยกันของทั้งสามีและภรรยา โดยอิทธิพลของปัจจัยเหล่านี้เกิดขึ้นแม้ควบคุมด้วยการรับรู้ความร้ายแรงของเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น และอาการซึมเศร้าแล้ว

Lucas, Young, Zhdanova และ Alexander (2010) ได้ตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อเกี่ยวกับความยุติธรรม ความหุนหันพลันแล่น การหมกมุ่นครุ่นคิด และการให้อภัย พบว่าระดับของการหมกมุ่นครุ่นคิดและความหุนหันพลันแล่นมีอิทธิพลทางลบต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยที่ถ้าบุคคลเชื่อว่าตนเองได้รับความยุติธรรมมากจะส่งผลให้บุคคลหมกมุ่นครุ่นคิดน้อย และหุนหันพลันแล่นต่ำ แต่ถ้าบุคคลเชื่อว่าผู้อื่นได้รับความยุติธรรมมากจะส่งผลให้บุคคลหมกมุ่นครุ่นคิดมากและหุนหันพลันแล่นมาก

นอกจากการศึกษาผลของการหมกมุ่นครุ่นคิดต่อพฤติกรรมก้าวร้าวและการให้อภัยแล้วยังพบว่าการหมกมุ่นครุ่นคิดส่งผลทางลบด้านอื่นๆ อีกมากมาย โดยงานวิเคราะห์อภิมานของ Smith และ Alloy (2009) ได้ประมวลข้อค้นพบจากงานวิจัยเกี่ยวกับผลของการหมกมุ่นครุ่นคิด

พบว่า งานวิจัยทั้งหลายได้ผลที่สอดคล้องกันว่า เมื่อบุคคลประสบอารมณ์ความรู้สึกทางลบ การหมกมุ่นครุ่นคิดส่งผลให้อารมณ์ลบเหล่านั้นดำรงอยู่ยาวนานและทวีความเข้มข้นขึ้น ไม่ว่าจะเป็นความซึมเศร้า ความวิตกกังวล หรือความโกรธ จนนำไปสู่โรคซึมเศร้า ความเครียด ความก้าวร้าว โรคหวาดกลัวสังคม ปัญหาทางสุขภาพ สร้างความเสื่อมถอยด้านการแก้ปัญหา แรงจูงใจและสมาธิ ทั้งยังเพิ่มโอกาสการเข้าหาแอลกอฮอล์ หรือในกรณีที่ร้ายแรงก็ทำให้เพิ่มการเกิดความคิดฆ่าตัวตาย เช่นในงานวิจัยของ Nolen-Hoeksema และ Harrell (2002) ซึ่งพบว่าการครุ่นคิดมีส่วนเพิ่มการเข้าหาแอลกอฮอล์ เมื่อเทียบกับผู้ที่ไม่หมกมุ่นครุ่นคิด ผู้ที่หมกมุ่นครุ่นคิดรายงานว่าดื่มสุรามากกว่าเพื่อรับมือกับอารมณ์ลบของตนเอง ถือเป็นอาการหลีกเลี่ยงทางอารมณ์ประเภทหนึ่ง

นอกจากนี้ในงานวิจัยที่นิยามการหมกมุ่นครุ่นคิดภายใต้บริบทของทฤษฎีการกำกับอารมณ์ ยังพบว่าการหมกมุ่นครุ่นคิดมีความสัมพันธ์ทางลบกับความสามารถทางสังคมและอารมณ์ (social and emotional competence) และความฉลาดทางอารมณ์ (emotional intelligence) ซึ่งหมายถึงความสามารถในการสังเกต ระบุถึง และกำกับอารมณ์

ความสามารถทางสังคมและอารมณ์เป็นตัวบ่งชี้ถึงการทำงานของอารมณ์อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งประกอบไปด้วย ความถูกต้องในการรับรู้อารมณ์ การแสดงออกทางอารมณ์ที่เหมาะสม ความสำเร็จในการจัดการอารมณ์ การตระหนักรู้ถึงอารมณ์ และการแก้ไขปัญหาทางสังคม (Ciarrochi, Scott, Deane, & Heaven, 2003 อ้างถึงใน Smith & Alloy, 2009) กระบวนการทั้งหลายเหล่านี้ล้วนคาบเกี่ยวกับการหมกมุ่นครุ่นคิด เช่น การรับรู้และการจัดการอารมณ์ และการหมกมุ่นครุ่นคิดสัมพันธ์กันในเรื่องการถดถอยของการแก้ไขปัญหาทางสังคม (Lyubomirsky & Tkach, 2004) นอกจากนี้การหมกมุ่นครุ่นคิดยังเกี่ยวข้องกับความรู้ประสิทธิภาพในการกำหนดเป้าหมายของปัญหา ความยากลำบากในการระบุถึงอารมณ์และแสดงออกทางอารมณ์ และการมีความฉลาดทางอารมณ์ต่ำอีกด้วย

อย่างไรก็ตาม แม้งานวิจัยหลายๆ งานพบข้อเสียมากมายของการหมกมุ่นครุ่นคิด แต่ปรากฏว่ามีผู้ร่วมการวิจัยบางกลุ่มรายงานถึงความเชื่อว่าการหมกมุ่นครุ่นคิดช่วยให้ตนแก้ปัญหาได้ ช่วยในการวิเคราะห์หรือกำจัดความไม่ลงรอยกันระหว่างสิ่งที่อยู่ในปัจจุบันและสิ่งที่ปรารถนา ช่วยให้สามารถไปถึงจุดมุ่งหมาย หรือประมวลข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับความตึงเครียดและเหตุการณ์ที่ทำให้เกิดความบอบซ้ำทางจิตใจ (Papageorgiou & Well, 2001b)

## ทฤษฎีรูปแบบความผูกพัน (attachment styles theory)

รูปแบบความผูกพัน เป็นทฤษฎีทางจิตวิทยาวิวัฒนาการและพฤติกรรมตามธรรมชาติว่า ด้วยความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ หลักการที่สำคัญที่สุดของทฤษฎีรูปแบบความผูกพันคือ เด็กเล็ก จำเป็นต้องพัฒนาความสัมพันธ์อย่างน้อยกับผู้เลี้ยงดูขั้นต้นซึ่งมักหมายถึงมารดา เพื่อเป็น พัฒนาการด้านสังคมและอารมณ์ขึ้นในจิตใจ

Edward J. M. Bowlby (1973) จิตแพทย์และนักจิตวิทยาชาวอังกฤษผู้คิดค้นทฤษฎี รูปแบบความผูกพันเสนอว่า รูปแบบที่คงที่ของปัญญา อารมณ์ และพฤติกรรมด้านปฏิสัมพันธ์ทาง สังคมซึ่งเป็นลักษณะเอกลักษณ์ของแต่ละบุคคล ได้ถูกพัฒนามาจากการที่ทารกมีปฏิสัมพันธ์กับผู้ เลี้ยงดูหรือมารดา ตั้งแต่บุคคลยังอยู่ในช่วงวัยทารก ตั้งแต่ 6 เดือนแรกถึง 2 ขวบ

รูปแบบความสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นในช่วงนี้จะเป็นปัจจัยสำคัญที่กำหนด “รูปแบบการ ทำงานของจิตใจ” (internal working models) ที่แตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ซึ่งประกอบไปด้วย ความเชื่อเกี่ยวกับตนเอง (working model of self) และความเชื่อเกี่ยวกับผู้อื่นรอบข้าง (working model of others) รูปแบบที่เกิดขึ้นนี้จะมีอิทธิพลต่อโครงสร้างทางบุคคลิกภาพ เกี่ยวกับการสร้าง และรักษาความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด รวมถึงการตอบสนองต่อความต้องการทั้งภายในและ ภายนอก ตลอดช่วงชีวิตของบุคคล

กล่าวคือ หากผู้เลี้ยงดูหรือมารดาให้ความใกล้ชิด ไวต่อความรู้สึก และตอบสนองต่อความ ต้องการของเด็ก เด็กจะมีฐานอันมั่นคง (secure base) สำหรับการเผชิญต่อโลกภายนอก รู้สึก ผ่อนคลายได้เมื่อพบเรื่องไม่สบายใจ เรียกความมั่นใจกลับมาใหม่ได้เมื่อตื่นกลัว ทั้งนี้เพราะบุคคล รับรู้ว่าคุณค่า เป็นที่รักที่ต้องการ และประเมินว่าผู้อื่นตอบสนองและไว้วางใจได้ ตรงกัน ข้าม หากเด็กไม่ได้รับความอบอุ่น ถูกปฏิเสธถูกทอดทิ้งจากผู้เลี้ยงดูอย่างต่อเนื่อง ในที่สุดเด็กจะ ประเมินว่าผู้อื่นไม่ตอบสนอง ไม่น่าไว้วางใจ และมองตนเองไร้คุณค่าแก่การใส่ใจ ไม่เป็นที่รักที่ ต้องการ

### ประเภทของรูปแบบความผูกพัน

หลังจาก Bowlby (1973) ได้เสนอเรื่องรูปแบบความผูกพันและรูปแบบการทำงานของ จิตใจขึ้น ต่อมา Ainsworth, Blehar, Water, และ Wall (1978) ได้ทำการวิจัยโดยมีทฤษฎีดังกล่าว เป็นพื้นฐาน งานวิจัยนี้เป็นการทดลองเพื่อสังเกตพฤติกรรมของเด็กทารก โดยให้แม่ออกจากห้อง ทิ้งเด็กไว้ตามลำพังระยะหนึ่งแล้วจึงให้กลับเข้ามาใหม่ ผลของการสังเกต Ainsworth และคณะ พบว่า พฤติกรรมของเด็กทารกแบ่งได้เป็นสามลักษณะหลักๆ คือ แบบแรก เด็กมีที่ทำไม่พอใจเวลา

ที่แม่ไม่อยู่ แต่เมื่อแม่กลับมาที่อารมณ์ดีขึ้น แบบที่สอง เด็กมีแนวโน้มไม่ยอมรับแม่ แสดงการควบคุมอารมณ์ และเมื่อแม่กลับมาอีกครั้งก็ยังคงแสดงท่าทีข่มอารมณ์ ส่วนแบบสุดท้าย เด็กจะแสดงความขัดแย้ง คือเมื่อแม่หายไปก็ร้องไห้ แต่เมื่อแม่กลับมาที่ยังร้องไห้และแสดงความโกรธ ผู้วิจัยได้สรุปผลการวิจัย และนำรูปแบบการตอบสนองของทารกทั้ง 3 แบบ มาใช้แบ่งประเภทรูปแบบความผูกพัน ดังนี้

1. รูปแบบมั่นคง (secure) คือ มีความเชื่อใจในบุคคลอื่น ไม่ตระหนกต่อการถูกทอดทิ้ง และมองว่าตนเองมีคุณค่า เป็นที่ชื่นชอบ เด็กมีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงเพราะผู้เลี้ยงดูให้การดูแลเอาใจใส่ ใกล้ชิด ตอบสนองต่อความต้องการ และแสดงอารมณ์ทางบวกเมื่อปฏิสัมพันธ์กับเด็ก

2. รูปแบบหลีกเลี่ยง (avoidant) คือ มีการระงับความต้องการการผูกพัน เพราะความพยายามที่จะได้รับความใกล้ชิดถูกปฏิเสธ นอกจากนี้รู้สึกว่าการพัฒนาความสัมพันธ์ใกล้ชิดเป็นเรื่องยาก เด็กมีรูปแบบความผูกพันแบบหลีกเลี่ยงเพราะมีผู้เลี้ยงดูที่ห่างเหิน ไม่สนใจ ปฏิเสธความพยายามสร้างความใกล้ชิดของเด็ก ทำให้แม้เด็กต้องการอยู่ใกล้แต่เรียนรู้ที่จะระงับความต้องการไว้

3. รูปแบบวิตกขัดแย้ง (anxious-ambivalent) คือ มีความกังวลว่าผู้อื่นจะไม่ต้องการใกล้ชิดเช่นเดียวกับตน แสดงความวิตกกังวลมากกว่าค่าเฉลี่ยโดยทั่วไป เด็กมีรูปแบบความผูกพันแบบวิตกขัดแย้งเพราะมีผู้เลี้ยงดูที่ไม่คงเส้นคงวาและเอาแต่ใจในการแสดงความรัก เด็กจะวิตกอยู่เสมอเนื่องจากไม่สามารถคาดเดาได้ว่าเมื่อใดที่ผู้เลี้ยงดูจะตอบสนองต่อความต้องการ

คำอธิบายรูปแบบความผูกพันทั้งสามของงานวิจัยในเด็กทารกได้นำมาใช้ในงานวิจัยเกี่ยวกับรูปแบบความผูกพันในผู้ใหญ่ โดย Harzan และ Shaver (1987) ได้แบ่งประเภทรูปแบบความผูกพันของบุคคลด้วยการให้คำบรรยายแล้วให้บุคคลเลือกว่ารูปแบบไหนใกล้เคียงกับตนเองที่สุด ได้แก่

- ฉันพบว่าการเข้าใกล้ผู้อื่นเป็นเรื่องง่าย และรู้สึกสบายกับการพึ่งพาผู้อื่นและให้ผู้อื่นพึ่งพา ฉันไม่ค่อยรู้สึกกังวลต่อการถูกทอดทิ้งหรือการมีผู้อื่นมาเข้าใกล้ฉันมากเกินไป

- บางครั้งฉันรู้สึกไม่สบายใจกับการใกล้ชิดกับผู้อื่น ฉันพบว่าการเชื่อใจผู้อื่นและการปล่อยให้ตนเองพึ่งพาผู้อื่นเป็นเรื่องยาก ฉันรู้สึกประหม่าเมื่อมีใครมาเข้าใกล้ฉันมากเกินไป และบ่อยครั้งฉันรู้สึกว่าคนรักต้องการให้ฉันใกล้ชิดมากเกินไปจนเกินไป และบ่อยครั้งฉันรู้สึกว่าคนรักต้องการให้ฉันใกล้ชิดมากเกินไปจนเกินไป ฉันจะรู้สึกสบายใจ

- ค้นพบว่าผู้อื่นไม่เต็มใจกับการใกล้ชิดอย่างที่ฉันต้องการ บ่อยครั้งฉันกังวลว่าคนรักจะไม่รักฉันหรือไม่ต้องการที่จะอยู่กับฉัน ฉันต้องการเป็นหนึ่งเดียวกับผู้อื่นอย่างสมบูรณ์และบางครั้ง ความปรารถนานี้ทำให้บางคนหวาดกลัว

สำหรับข้อความข้างต้น ข้อความแรกหมายถึงรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง ข้อความที่สองคือรูปแบบหลีกเลี่ยง และข้อความสุดท้ายคือรูปแบบวิตกขัดแย้ง ทั้งนี้ผู้วิจัยได้ระบุไว้ว่า หากไม่มีข้อความใดที่ตรงกับผู้ร่วมการวิจัยอย่างสมบูรณ์ หรือมีความสัมพันธ์หนึ่งตรงกับรูปแบบหนึ่งและมีความสัมพันธ์อื่นตรงกับรูปแบบอื่น ก็ไม่เป็นไร จากผู้เข้าร่วมการทดลอง 574 คน มีผู้รายงานว่าตนเองมีลักษณะที่สอดคล้องกับรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงร้อยละ 56 แบบหลีกเลี่ยงร้อยละ 25 และแบบวิตกขัดแย้งร้อยละ 19

นักวิจัยกลุ่มหนึ่ง (Egeland & Farber, 1984; Thompson, Lamb, & Ester, 1982; Vaughn, Egeland, Sroufe, & Water, 1979 อ้างถึงใน Collins & Allard, 2001) เสนอว่าในช่วงวัยเด็ก รูปแบบความผูกพันมีโอกาสเปลี่ยนแปลงได้ตามคุณภาพการดูแลเอาใจใส่ของผู้เลี้ยงดู แต่ถ้าผู้เลี้ยงดูมีรูปแบบที่คงเส้นคงวาตลอดช่วงวัยเด็กและวัยรุ่น “รูปแบบการทำงานของจิตใจ” จะก่อตัวเป็นรูปแบบถาวรผ่านประสบการณ์ซ้ำแล้วซ้ำเล่าและแผ่ขยายเป็นทิวทัศน์ข้ามช่วงเวลา ดังนั้นเมื่อ “รูปแบบการทำงานของจิตใจ” ได้สร้างต้นแบบที่เกิดขึ้นภายในจิตใจเกี่ยวกับตนเองและผู้อื่น/สังคมโลกแล้ว ต้นแบบนี้จะทำงานถึงระดับจิตไร้สำนึกและเป็นไปโดยอัตโนมัติ (Mikulincer, Shaver, Sapir-Lavid, & Avihou-Kanza, 2009) ราวกับต้นแบบที่มีผลในวัยเด็กได้เดินหน้าต่อไปในวัยผู้ใหญ่ มีอิทธิพลต่อการรับรู้ทางสังคมและพฤติกรรมในความสัมพันธ์ใกล้ชิด

บนพื้นฐานของสมมติฐานดังกล่าว ทฤษฎีรูปแบบความผูกพันได้รับการยอมรับอย่างแพร่หลายและถูกนำไปใช้เพื่อทำความเข้าใจพฤติกรรมระหว่างบุคคลต่างๆ (interpersonal behaviors) รวมถึงความสัมพันธ์แบบคู่รัก (romantic relationship) และวิธีรับมือกับความเครียด ความไม่สบายใจ (strategy for stress/distress coping) งานวิจัยเหล่านี้ได้ข้อค้นพบที่น่าสนใจหลายประการ เช่น Hazan และ Shaver (1987) พบว่า ผู้ที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงจะมีความสัมพันธ์กับคู่รักยาวนานที่สุดเมื่อเปรียบเทียบกับรูปแบบอื่น มีระดับการผูกมัดสูงพอๆ กับระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์ ส่วนผู้ที่มีรูปแบบหลีกเลี่ยงมีความสัมพันธ์แบบโรแมนติคน้อยที่สุดในสามรูปแบบ และเป็นรูปแบบที่มีการรายงานว่าไม่เคยมีความรักเลยมากที่สุด หรือถ้ามีก็จะมีค่อนข้างรักษาระยะห่างและมีการสื่อสารกับคู่รักน้อยที่สุด ขณะที่ผู้ที่มีรูปแบบความผูกพันแบบวิตกกังวลจะมีระยะเวลาของความสัมพันธ์สั้นที่สุดในสามรูปแบบ โดยจะเข้าสู่ความสัมพันธ์อย่าง

รวดเร็ว และมักจะก่อนที่จะรู้จักอีกฝ่ายดี ไม่พอใจและโกรธเมื่อความรักไม่ได้รับการตอบกลับอย่างเท่าเทียมมากที่สุดได้ในสามรูปแบบ Senchak และ Leonard (1992) เพิ่มเติมว่าผู้ชายที่มีรูปแบบวิตกกังวลจดทะเบียนสมรสภายในระยะเวลาสั้นกว่ารูปแบบอื่นหลังจากเริ่มคบหากัน

งานวิจัยด้านการรับมือกับปัญหาและการเกิดอารมณ์ลบ เช่น การศึกษาในสนามของ Berant (1998 อ้างถึงใน Berant, Mikulincer, & Florian, 2001) ที่ศึกษาอิทธิพลของรูปแบบความผูกพันของมารดาต่อรูปแบบการประเมินทางปัญญาและวิธีการรับมือกับความทุกข์ของความเป็นแม่ เปรียบเทียบมารดาที่มีบุตรที่สุขภาพดี มารดาที่ได้รับการวินิจฉัยว่าบุตรเป็นโรคหัวใจแต่กำเนิด (congenital heart disease: CHD) แบบไม่ร้ายแรง และมารดาที่ได้รับการวินิจฉัยว่าบุตรเป็นโรคหัวใจแต่กำเนิดแบบร้ายแรง จากการศึกษาพบว่า ในกลุ่มที่บุตรเป็นโรคหัวใจไม่ร้ายแรง มารดาแบบมั่นคงและหลีกเลี่ยงจะประเมินปัญหาว่าเป็นสิ่งคุกคามน้อยกว่ามารดาแบบวิตกกังวล และควบคุมสถานการณ์ได้มากกว่า แต่ในกลุ่มที่บุตรเป็นโรคหัวใจแบบร้ายแรง มารดาทั้งแบบวิตกกังวลและแบบหลีกเลี่ยงประเมินว่าปัญหาเป็นสิ่งคุกคามมากและมองว่าตนเองรับมือได้น้อย

นอกจากนี้ วิธีการในการรับมือกับความทุกข์ ในกลุ่มมารดาที่บุตรสุขภาพดีและบุตรเป็นโรคหัวใจไม่ร้ายแรง มารดาที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงมีแนวโน้มใช้วิธีการมองหาคำสนับสนุน (support-seeking) แต่ในกลุ่มที่มีบุตรเป็นโรคหัวใจร้ายแรง มารดาแบบมั่นคงจะใช้ทั้งกลยุทธ์มองหาคำสนับสนุน และกลยุทธ์ห่างเหิน (distancing) ซึ่งเป็นการปิดกั้นทางจิตใจไม่ให้คิดหรือรู้สึกเกี่ยวกับเรื่องที่ทำให้เจ็บปวดหรือไม่สบายใจ ตามสมมติฐานของงานวิจัย กลยุทธ์มองหาคำสนับสนุนเป็นกลยุทธ์พื้นฐานของบุคคลแบบมั่นคง ขณะที่กลยุทธ์ห่างเหินเป็นกลยุทธ์พื้นฐานของบุคคลแบบหลีกเลี่ยง แต่จากผลการศึกษาทำให้เห็นว่า บุคคลมั่นคงสามารถยืดหยุ่นไปใช้กลยุทธ์ห่างเหินได้ เมื่อสามารถทำให้ลดความตึงเครียด ลดความคิดแง่ลบ ยามพบกับเรื่องร้ายแรงดังเช่นอาการป่วยร้ายแรงของบุตร ทำให้รู้สึกดีขึ้น สามารถดูแลเอาใจใส่เด็กได้ต่อไป

สำหรับบุคคลแบบวิตกกังวล จากงานวิจัยพบว่ามารดาของเด็กทั้งสามกลุ่ม มักใช้กลยุทธ์มุ่งเน้นทางอารมณ์ (emotion-focused) คือการบรรเทาความตึงเครียดภายในจิตใจโดยปราศจากการพยายามแก้ปัญหา เช่น หมกมุ่นครุ่นคิด วิพากษ์ตนเอง แสดงความไม่สบายใจอย่างโจ่งแจ้ง และมีแนวโน้มหมกมุ่นอยู่กับสภาวะของตนเองโดยไม่คำนึงถึงสถานะของอาการที่แท้จริงของเด็ก ขณะที่มารดาแบบหลีกเลี่ยง ในกลุ่มที่บุตรมีสุขภาพดีและเป็นโรคหัวใจไม่ร้ายแรง รายงานว่ามักใช้กลยุทธ์ห่างเหิน แต่กลุ่มที่มีบุตรเป็นโรคหัวใจร้ายแรงมีการใช้กลยุทธ์ดังกล่าวน้อยกว่า และใช้กลยุทธ์มุ่งเน้นทางอารมณ์เหมือนมารดาแบบวิตกกังวล

ข้อค้นพบนี้สอดคล้องกับงานวิจัยเรื่องการสูญเสียบุคคลอันเป็นที่รักของ Birnbaum, Orr, Mikulincer, และ Florian (1997) ที่รายงานว่า เมื่ออยู่ภายใต้สถานการณ์ที่คับขันร้ายแรง บุคคลแบบมั่นคงและวิตกกังวลมักจะใช้รูปแบบการจัดการความทุกข์ด้วยวิธีดั้งเดิม แต่บุคคลแบบหลีกเลี่ยง

หนักลับเปลี่ยนแปลงไป เป็นเหมือนกับบุคคลแบบวิตกกังวลในการมุ่งจัดการด้านอารมณ์ นอกจากนี้งานวิจัยยังแสดงถึงความยืดหยุ่นและความหลากหลายของบุคคลแบบมั่นคงที่ใช้วิธีการต่างๆ เพื่อรับมือกับสถานการณ์ที่ร้ายแรงและเรื้อรัง

งานวิจัยข้างต้นค่อนข้างจะไปในทิศทางเดียวกันโดยชี้ให้เห็นถึงข้อดีหรือประโยชน์ของฐานอันมั่นคง (secure base) ที่บุคคลแบบมั่นคงมีอย่างสมบูรณ์ และผลเสียของการเข้าถึงฐานอันมั่นคงนี้ไต่จากของบุคคลอีกสองประเภทที่เหลือ อีกทั้งยังระบุว่าผู้ที่มีลักษณะวิตกกังวลหรือหนักหนึ่ในระดับสูง มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับความผิดปกติทางบุคลิกภาพ (personality disorders) บางประการ และล้มเหลวในการรักษาสุขภาพทางจิต (psychological well-being) เมื่อพบอุปสรรคและสถานการณ์ที่เลวร้าย (Mikulincer, & Florian, 2004) อย่างไรก็ตาม การวิจัยในระยะหลังค้นพบข้อดีของผู้มีการหลีกเลี่ยงในความผูกพันสูง Gillath, Giesbrecht, & Shaver (2009) พบว่าบุคคลที่มีการหลีกเลี่ยงในความผูกพันสูงสามารถทำงานที่ต้องใช้การแยกแยะความสนใจได้ดีกว่าบุคคลอื่น เช่น การทำงานหลายอย่างในเวลาเดียวกัน ซึ่งความสามารถในการควบคุมและแยกแยะความสนใจนี้ เป็นเพราะบุคคลที่มีการหลีกเลี่ยงในความผูกพันสูงสามารถเฝ้าเฉยหรือระงับการรับรู้สิ่งที่มารบกวนได้มากนั่นเอง

แม้ว่าวิจัยซึ่งนำโดย Ainsworth และคณะ (1978) ได้แบ่งประเภทความผูกพันเป็น 3 ประเภทและได้รับการยอมรับอย่างแพร่หลาย Bartholomew และ Horowitz (1991) ได้เสนอการแบ่งประเภทความผูกพันใหม่ให้มี 4 รูปแบบ จากการทบทวนทฤษฎีเกี่ยวกับรูปแบบการทำงานของจิตใจของ Bowlby (1973) ซึ่งประกอบด้วยองค์ประกอบสองประการ คือความรู้สึกต่อตนเอง และความรู้สึกต่อผู้อื่น/สังคมโลก Bartholomew และ Horowitz พบว่าองค์ประกอบทั้งสองมีความแปรผันอย่างเป็นอิสระและมีลักษณะเป็นทวิภาค (dichotomized) คือมีขั้วบวกขั้วลบ จึงนำมาสร้างเป็นโมเดลที่ทั้งสององค์ประกอบมีลักษณะความสัมพันธ์แบบตัดประสานหรือแบบตั้งฉาก (orthogonality)

Bartholomew และ Horowitz (1991) เรียกรูปแบบของตนเองที่เกิดขึ้นภายในจิตใจ (model of self) ว่าเป็น มิติพึ่งพา (dependence dimension) หมายถึง ความรู้สึกถึงการเห็นคุณค่าในตนเอง (self-worth/ self-esteem) และความรู้สึกว่าตนเองคู่ควรแก่การยอมรับหรือปฏิเสธจากผู้อื่น มิตินี้จะสะท้อนว่าบุคคลมีความรู้สึกทางบวกหรือทางลบต่อตนเอง ส่วนรูปแบบของผู้อื่นภายในจิตใจ (model of other) หรือที่เรียกว่า มิติหลีกเลี่ยง (avoidance dimension) หมายถึงระดับที่บุคคลจะเข้าถึงหรือหลีกเลี่ยงความใกล้ชิดและปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น มิตินี้สะท้อน



ความรู้สึกทางบวกหรือทางลบที่มีต่อผู้อื่น มองว่าผู้อื่นน่าไว้วางใจหรือไม่น่าไว้วางใจ อยู่เคียงข้างหรือห่างเหิน เอาใจใส่หรือละทิ้ง

ต่อมา ภายหลัง Shaver และ Fraley (1999) แนะนำให้เปลี่ยนการเรียกรูปแบบการคิดที่บุคคลมีต่อตนเองว่าเป็น มิติวิตกกังวล (anxiety dimension) แทนการเรียกว่ามิติพึ่งพา เนื่องจาก Brennan และคณะ (1998) ได้นำมาตรวจวัดรูปแบบความผูกพันมาวิเคราะห์ห้องค์ประกอบแล้วพบมิติที่เด่นชัดออกมา 2 มิติ คือ มิติวิตกกังวลในความสัมพันธ์อันใกล้ชิด และมิติหลีกเลี่ยงในความสัมพันธ์อันใกล้ชิด นักวิจัยอื่นต่อจากนั้นอีกหลายคนก็ได้ผลการตรวจสอบเช่นเดียวกัน

ความสัมพันธ์ของทั้งสองมิตินำไปสู่รูปแบบความผูกพัน 4 ประเภท ได้แก่ รูปแบบมั่นคง (secure) หมกมุ่น (preoccupied) หมายเมิน (dismissing) และหวาดหวั่น (fearful) ดังตารางที่ 1

ตารางที่ 1

รูปแบบความผูกพันในวัยผู้ใหญ่ 4 ประเภท

		รูปแบบของตนเอง (model of self)	
		มิติวิตกกังวล (anxiety)	
		บวก ต่ำ	ลบ สูง
รูปแบบของผู้อื่น (model of other)	บวก ต่ำ	มั่นคง (secure)	หมกมุ่น (preoccupied)
	ลบ สูง	หมายเมิน (dismissing)	หวาดหวั่น (fearful)

(ดัดแปลงจาก Bartholomew & Horowitz, 1990; Shaver & Fraley, 1999)

รูปแบบความผูกพันทั้ง 4 ประเภทมีรายละเอียดดังนี้

1. รูปแบบมั่นคง (secure) คือรูปแบบที่มีลักษณะวิตกกังวลและหลีกเลี่ยงต่ำ หรือมีมุมมองต่อตนเองและผู้อื่นในทางบวก ทำให้บุคคลรู้สึกสบายต่อการใกล้ชิดสนิทสนมกับผู้อื่น เต็มใจพึ่งพาและรับการสนับสนุนจากผู้อื่น มั่นใจว่าตนเองมีคุณค่าในสายตาของผู้อื่น

2. รูปแบบหมกมุ่น (preoccupied) คือรูปแบบที่มีลักษณะวิตกกังวลสูงแต่หลีกเลี่ยงต่ำ หรือมีมุมมองต่อผู้อื่นในทางบวกแต่มีมุมมองต่อตนเองในทางลบ ไม่มั่นใจในตนเองและนับถือตนเองต่ำ รูปแบบเช่นนี้ทำให้บุคคลปรารถนาความใกล้ชิด การยอมรับ และการพึ่งพาผู้อื่น โดยเฉพาะผู้ที่มีความสำคัญต่อตนเอง ขณะเดียวกันก็วิตกอย่างมากว่าจะถูกปฏิเสธและถูกทอดทิ้ง เพราะเห็นว่าตนเองไม่มีคุณค่าในความสัมพันธ์

3. รูปแบบหมางเมิน (dismissing) คือรูปแบบที่มีลักษณะวิตกกังวลต่ำแต่หลีกเลี่ยงสูง หรือมีมุมมองต่อตนเองในทางบวกแต่มีมุมมองต่อผู้อื่นในทางลบ มองว่าไม่น่าไว้วางใจ ทำให้บุคคลคิดว่าความสัมพันธ์ใกล้ชิดเป็นสิ่งไม่จำเป็น เพื่อป้องกันตนเองจากความผิดหวัง บุคคลจะให้คุณค่าแก่การพึ่งพาตนเองมากกว่า พยายามทำตนให้เข้มแข็ง และรักษาความสามารถในการยืนหยัดด้วยตนเองไว้

4. รูปแบบหวาดหวั่น (fearful) คือรูปแบบที่มีลักษณะวิตกกังวลและหลีกเลี่ยงสูงทั้งคู่ หรือมีมุมมองต่อตนเองและผู้อื่นในทางลบ บุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันเช่นนี้จึงมักหลีกเลี่ยงความสัมพันธ์และความใกล้ชิดกับผู้อื่น เพื่อป้องกันตนเองจากการถูกปฏิเสธ บุคคลจะขาดความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย และเป็นผู้ที่ปรับตัวยากด้วย

นอกเหนือจากเหตุผลเรื่องรูปแบบการทำงานของจิตใจแล้ว ข้อค้นพบอีกประการหนึ่งที่ทำให้ Bartholomew และ Horowitz (1991) ทบทวนการจัดประเภทรูปแบบความผูกพันใหม่ คือการพบข้อขัดแย้งในผลงานวิจัยต่างๆ กล่าวคือ งานวิจัยในสาขาจิตวิทยาคลินิกและพัฒนาการที่ศึกษาอิทธิพลของการรับรู้พฤติกรรมของผู้เลี้ยงดูต่อพฤติกรรมการเป็นบิดามารดา พบว่าบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหลีกเลี่ยงนี้มีลักษณะไม่แยแสต่อความผูกพัน และปฏิเสธถึงความวิตกกังวลในสถานการณ์ตึงเครียด ขณะที่งานวิจัยในสาขาจิตวิทยาสังคมด้านความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพันกับความสัมพันธ์แบบคู่วัย พบว่า บุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหลีกเลี่ยงนี้มักหวาดกลัวความสัมพันธ์ใกล้ชิด และแสดงอารมณ์ตึงเครียดออกมาสูง (อรพรรณ ภาวพบ, 2546)

แม้ว่าการแบ่งรูปแบบความผูกพันออกเป็น 4 ประเภทดังกล่าวข้างต้นได้รับการยอมรับแพร่หลายจากนักวิจัยรุ่นต่อมา และใช้อ้างอิงในงานวิจัยหลายเรื่อง แต่ผู้ศึกษาเรื่องรูปแบบความผูกพันจำนวนหนึ่งก็ยังใช้การแบ่งแบบ 3 ประเภทเช่นเดิมตามที่ Ainsworth และคณะ (1978); Harzan และ Shaver (1987) ได้เคยเสนอไว้ โดยรวมรูปแบบหมางเมินและหวาดหวั่นไว้เป็นรูปแบบความผูกพันแบบหลีกเลี่ยง (Mikulincer, & Florian, 2004) ส่วนรูปแบบหมกมุ่นก็เทียบได้กับรูปแบบวิตกกังวล (anxious) หรือในบางการวิจัยเรียกว่ารูปแบบวิตกขัดแย้งนั่นเอง อย่างไรก็ตามงานวิจัยในระยะหลัง เนื่องจากความก้าวหน้าทางสถิติวิเคราะห์ ทำให้นักวิจัยไม่นิยมศึกษาด้วยการแบ่งบุคคลออกเป็นประเภท (categories) อีกแล้ว แต่มักใช้มาตราวัดแบบมิติ (dimensions scale) ประกอบด้วยมิติวิตกกังวลและมิติหลีกเลี่ยง บุคคลหนึ่งอาจมีคะแนนสูงในมิติใดมิติหนึ่งหรืออาจสูงทั้งสองมิติ ส่วนบุคคลที่มีคะแนนต่ำทั้งสองมิติจะนับว่าเป็นบุคคลแบบมั่นคง (Collins & Allard, 2001)

## ส่วนประกอบและความสำคัญของรูปแบบการทำงานของจิตใจ

เช่นเดียวกับการศึกษาเรื่องโครงสร้างทางปัญญาของนักจิตวิทยาสังคมโดยทั่วไป รูปแบบการทำงานของจิตใจก็ประกอบไปด้วยเรื่อง โครงสร้างข้อมูลความรู้ (schemas) ตัวบท (script) และ ตัวต้นแบบ (prototype) อีกทั้งมีสมมติฐานว่ารูปแบบภายในจิตใจถูกบรรจุอยู่ในความทรงจำระยะยาว (long-term memory) ที่จัดระบบประสบการณ์ในอดีต และเป็นกรอบในการทำความเข้าใจประสบการณ์ใหม่ๆ รวมถึงเป็นตัวชี้แนะในการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม อย่างไรก็ตามมีความแตกต่างกันบางประการ เช่น ทฤษฎีรูปแบบความผูกพันไม่มุ่งเน้นเรื่องข้อมูลในความเป็นจริง (semantic knowledge) หรือความสมเหตุสมผลทางวาจา (verbal propositions) แต่มุ่งเน้นการแสดงออกขององค์ประกอบด้านแรงจูงใจ ซึ่งหมายถึงความต้องการและเป้าหมาย และแนวโน้มทางพฤติกรรมของบุคคล ยิ่งไปกว่านั้น ยังมีปัจจัยด้านอารมณ์เป็นส่วนประกอบสำคัญ เพราะรูปแบบการทำงานของจิตใจถูกสร้างด้วยบริบทของประสบการณ์ทางอารมณ์ ก่อขึ้นมาเป็นพื้นฐานของความต้องการทางอารมณ์ของบุคคล นอกจากนี้รูปแบบการทำงานของจิตใจยังเน้นชัดเรื่องมนุษยสัมพันธ์และอุปนิสัยในความสัมพันธ์

รูปแบบการทำงานของจิตใจสร้างขึ้นจากประสบการณ์ในอดีต ประกอบไปด้วยส่วนประกอบ 4 ด้านซึ่งสัมพันธ์กัน ได้แก่ 1) ความทรงจำเกี่ยวกับประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับความผูกพัน 2) ความเชื่อ เจตคติ และความคาดหวังเกี่ยวกับตนเองและผู้อื่นที่สัมพันธ์กับความผูกพัน 3) เป้าหมายและความต้องการที่เกี่ยวข้องกับความผูกพัน 4) กลยุทธ์และแผนการที่นำไปสู่การบรรลุเป้าหมายดังกล่าว กล่าวอีกนัยหนึ่งคือ รูปแบบความผูกพันที่เกิดขึ้น สร้างความแตกต่างในแต่ละบุคคลใน 4 ด้าน ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้ (Collins & Allard, 2001)

### ความทรงจำเกี่ยวกับความผูกพัน

ประสบการณ์ที่กลายเป็นความทรงจำของบุคคล ย่อมไม่ได้หมายถึงเพียงปฏิสัมพันธ์และพฤติกรรมที่เห็นเป็นรูปธรรม แต่ยังรวมถึงการประเมินประสบการณ์ และคำอธิบายที่มีต่อพฤติกรรมของตนเองและผู้อื่นด้วย คาดกันว่ามีความแตกต่างกันระหว่างบุคคลแบบมั่นคงและไม่มั่นคง คือ โดยทั่วไปบุคคลแบบมั่นคงมักรายงานถึงประสบการณ์เกี่ยวกับความสัมพันธ์กับบุคคลใกล้ชิด (ครอบครัว เพื่อน คู่รัก) ในแง่บวกมากกว่าบุคคลแบบไม่มั่นคง เช่น งานวิจัยของ Hazan และ Shaver (1987) พบว่า บุคคลแบบมั่นคงจดจำความสัมพันธ์กับผู้ปกครองว่ามีความรัก ความอบอุ่น มากกว่าบุคคลแบบไม่มั่นคง และบุคคลแบบหลีกเลี่ยงมักจำได้ว่ามารดาค่อนข้างเย็นชาและทอดทิ้ง

นอกจากนี้ยังมีงานวิจัยของ Mikulincer และ Orbach (1995) ที่ศึกษาถึงการเข้าถึงทางปัญญาของความทรงจำทางอารมณ์ พบว่า เมื่อให้ระลึกถึงความทรงจำที่เป็นอารมณ์ด้านบวก เช่น ความสุข ความยินดี และอารมณ์ด้านลบ เช่น ความโกรธ เศร้า กังวล บุคคลแบบหลีกเลี่ยงใช้เวลาที่นานที่สุดเมื่อต้องคิดถึงความทรงจำที่เป็นความเศร้า ความกังวล ขณะที่บุคคลแบบวิตกขัดแย้งใช้เวลารวดเร็วที่สุด และบุคคลแบบมั่นคงมักระลึกถึงความทรงจำด้านบวกได้เร็วกว่าความทรงจำด้านลบ ตรงข้ามกับบุคคลแบบวิตกขัดแย้งที่ระลึกถึงความทรงจำด้านลบได้รวดเร็วกว่า อีกทั้งงานวิจัยของ Mikulincer (1998 อ้างถึงใน Collins & Allard, 2001) เมื่อให้ผู้ร่วมการวิจัยระลึกถึงความทรงจำด้านบวกและลบเกี่ยวกับความไว้วางใจ พบว่า บุคคลแบบมั่นคงสามารถเรียกคืนความทรงจำที่เกี่ยวกับความไว้วางใจมาได้อย่างรวดเร็ว ขณะที่บุคคลแบบวิตกกังวลและหลีกเลี่ยงระลึกถึงความทรงจำด้านลบได้เร็วกว่า

#### ความเชื่อ เจตคติ และความคาดหวังเกี่ยวกับความผูกพัน

ในวัยผู้ใหญ่ ความรู้เกี่ยวกับตนเอง ผู้อื่น และความสัมพันธ์เป็นเรื่องซับซ้อน เพราะมิได้มีเพียงความรู้ที่เป็นข้อเท็จจริงเท่านั้น หากยังประกอบไปด้วยความเชื่อ เจตคติ และความคาดหวัง ซึ่งเป็นเรื่องนามธรรมที่สั่งสมมาจากประสบการณ์ที่เป็นรูปธรรมตั้งแต่วัยเด็ก วัยรุ่น จนวัยผู้ใหญ่ แล้วถูกปรับเปลี่ยนผ่านการไตร่ตรองและการประเมินซ้ำ ความรู้เหล่านี้อาจมีได้หลายระดับ เช่นกับบุคคลเฉพาะ (แม่ของฉันห่างเหิน) แผ่ขยายออกมา (ฉันมีเพื่อนที่คอยสนับสนุน) หรือในระดับนามธรรมเป็นภาพรวม (ผู้คนทั่วไปไว้วางใจได้)

Collins และ Read (1990) พบว่าปัจเจกบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงมองว่าบุคคลทั่วไปเชื่อใจได้ ฟังพาได้ และมีความเห็นแก่ผู้อื่น ขณะที่บุคคลแบบวิตกกังวลคิดว่าผู้อื่นมีความซับซ้อนและยากแก่การเข้าใจ และมักเข้ามาควบคุมชีวิตตน ส่วนบุคคลแบบหลีกเลี่ยงนี้ค่อนข้างมีความเชื่อในแง่ลบต่อมนุษย์ สงสัยในแรงจูงใจของมนุษย์ อีกทั้งมองว่าผู้อื่นไม่น่าไว้วางใจและไม่อาจฟังพาได้ แคลงใจในความซื่อสัตย์และคุณธรรมของผู้เป็นตัวแทนบทบาททางสังคม ซึ่งมักได้แก่ บิดามารดา ส่วนด้านมโนทัศน์ที่มีต่อตนเอง บุคคลแบบมั่นคงเห็นคุณค่าแห่งตนสูงกว่า และมองว่าตนเองมีความมั่นใจในสถานการณ์ทางสังคม ค่อยๆคุยกับเรื่องมนุษยสัมพันธ์ และยืนยันในสิทธิ์มากกว่าเมื่อเทียบกับบุคคลแบบวิตกกังวล บุคคลแบบหลีกเลี่ยงนี้ไม่แตกต่างจากบุคคลแบบมั่นคงในเรื่องการเห็นคุณค่าแห่งตนและการยืนยันสิทธิ์ แต่มองว่าไม่ค่อยมีความมั่นใจในสถานการณ์ทางสังคมและเรื่องมนุษยสัมพันธ์

ข้อค้นพบที่น่าสนใจอีกประการในเรื่องโครงสร้างโมเดลของตนเอง คือการศึกษาของ Mikulincer (1995) ที่พบว่า บุคคลแบบมั่นคงมีโครงสร้างเกี่ยวกับตนเองที่สมดุล ซับซ้อน และสอดคล้องกันมากกว่าบุคคลแบบหลีกเลี่ยงและวิตกกังวล นอกจากนี้ยังรายงานถึงความเหลื่อมล้ำ

ระหว่างตัวตนที่เป็นอยู่ (actual self) กับตัวตนในอุดมคติ (ideal self) และตัวตนที่ควรจะเป็น (ought self) น้อยกว่าบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันสองประเภทที่เหลือ

นอกจากข้อค้นพบที่ได้จากงานวิจัยที่ใช้การรายงานตนเองแล้ว ความแตกต่างในความเชื่อ เจตคติ และความคาดหวัง ยังได้ผลที่สอดคล้องกับงานวิจัยที่ศึกษาที่ใช้การวัดโดยนัยหรือในระดับไร้สำนึก Baldwin, Fehr, Keedian, Seidel, และ Thomson (1993 อ้างถึงใน Collins & Allard, 2001) วัดความเร็วในการตอบสนองต่อคำศัพท์แง่บวกและแง่ลบ หลังกระตุ้นด้วยข้อความเกี่ยวกับความสัมพันธ์ เช่น การเชื่อใจคนรัก ผลการวิจัยพบว่า ผู้ร่วมการทดลองแบบหลีกเลี่ยงตอบสนองต่อคำแง่ลบเร็วกว่าคำแง่บวก ผู้วิจัยอ้างว่าการทดลองลักษณะนี้สามารถสะท้อนความคาดหวังของบุคคลที่มีต่อความผูกพันได้ และเข้าถึงการทำงานของรูปแบบการทำงานของจิตใจในระดับที่ลึกซึ้งซึ่งอยู่เหนือการเข้าถึงด้วยวิธีการรายงานตนเอง

#### เป้าหมายและความต้องการที่เกี่ยวกับความผูกพัน

แม้ทั่วไปเป้าหมายของคนเราคือการรักษาความรู้สึกมั่นคง แต่การประสบความสำเร็จหรือความล้มเหลวของบุคคลในอดีตทำให้บุคคลมีระดับความต้องการทางสังคมและทางอารมณ์ที่เกี่ยวข้องกับความผูกพันแตกต่างกัน เช่น ด้านแรงจูงใจในการพัฒนาความสัมพันธ์ใกล้ชิด การหลีกเลี่ยงการถูกปฏิเสธ การรักษาความเป็นส่วนตัว และการแสวงหาการยอมรับจากผู้อื่น

บุคคลแบบมั่นคงจะมีความสมดุลในการแสวงหาความใกล้ชิดและความเป็นอิสระในความสัมพันธ์ ขณะที่บุคคลแบบหมกมุ่นมองตนเองในแง่ลบแต่มองผู้อื่นในแง่บวก จึงทำให้ต้องการความสัมพันธ์ใกล้ชิดและการยอมรับจากผู้อื่น และต้องการความมีอิสระน้อย ส่วนบุคคลที่มีลักษณะหลีกเลี่ยงสูงต้องการรักษาระยะห่าง โดยบุคคลแบบหมกมุ่นต้องการเช่นนั้นเพราะไม่ต้องการใกล้ชิดสนิทสนมกับใครและพอใจในความมีอิสระ ส่วนบุคคลแบบหวาดหวั่นทำเพราะหลีกเลี่ยงการถูกปฏิเสธ (Bartholomew & Harowitz, 1990)

นอกจากระดับความต้องการของบุคคลต่างรูปแบบความผูกพันจะแตกต่างกันแล้ว ในเรื่องเดียวกันยังมีแง่มุมของเป้าหมายที่แตกต่างกันด้วย ในการศึกษาที่ 2 ของ Mikulincer (1998b) ให้ผู้เข้าร่วมการวิจัยระบุข้อดีหรือประโยชน์ที่เกี่ยวกับ “การไว้วางใจ” คู่รัก ผลปรากฏว่า บุคคลแบบมั่นคงอ้างถึงการได้เพิ่มความใกล้ชิดสนิทสนมกัน บุคคลแบบหมกมุ่นอ้างถึงการเพิ่มความมั่นคงปลอดภัย บุคคลแบบหลีกเลี่ยงอ้างถึงการเพิ่มขึ้นของความสำเร็จในการควบคุม ผลการศึกษาได้รับการยืนยันด้วยการศึกษาที่ 4 ที่วัดการตอบสนองต่อคำศัพท์ Mikulincer รายงานว่า หลังการกระตุ้นด้วยเป้าหมายเกี่ยวกับความเชื่อใจ บุคคลแบบหมกมุ่นตอบสนองอย่างรวดเร็วกับคำว่า “มั่นคง” ขณะที่บุคคลแบบหลีกเลี่ยงจะตอบสนองอย่างรวดเร็วกับคำว่า “ควบคุม”

### แผนและกลยุทธ์

เป้าหมายและความต้องการที่แตกต่างกันย่อมส่งผลถึงแผนและกลยุทธ์ที่ต่างกัน อาจไม่ใช่เรื่องง่ายในการระบุถึงความแตกต่างที่เป็นเอกลักษณ์ แต่สามารถทำให้เห็นได้จากการสังเกตการตอบสนองของปัจเจกบุคคลภายใต้สถานการณ์เดียวกัน Collins และ Allard (2001) ได้ยกตัวอย่างงานวิจัยของ Collins (1996) และ Collins และ Allard (1999) ที่ตรวจสอบได้ว่า ภายหลังจากให้ผู้ร่วมการทดลองจินตนาการถึงเหตุการณ์ที่คู่รักกระทำพฤติกรรมที่อาจไม่มีมารยาท เช่น ไม่ตอบสนองเมื่อคุณพยายามจะเข้าไปกอดเขา บุคคลแบบมั่นคงรายงานถึงวิธีการตอบสนองเมื่อพบกับสถานการณ์ดังกล่าวที่เป็นการลงโทษคู่รักหรือนำไปสู่ความขัดแย้งน้อยกว่าบุคคลแบบไม่มั่นคง เมื่อควบคุมด้วยระดับความพึงพอใจในความสัมพันธ์

ส่วนงานวิจัยที่วัดด้วยความเร็วในการตอบสนองต่อคำศัพท์ของ Mikulincer (1998b) ในการศึกษาที่ 5 ที่กระตุ้นบุคคลด้วยเรื่องราวเกี่ยวกับการจัดการกับปัญหาการทำลายความไว้วางใจ พบว่า บุคคลแบบมั่นคงและหมกมุ่นตอบสนองรวดเร็วต่อคำว่า “พูดคุย” ขณะที่บุคคลแบบหลีกเลี่ยงตอบสนองรวดเร็วต่อคำว่า “หลบเลี่ยง”

### **อิทธิพลของรูปแบบการทำงานของจิตใจต่อความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมของบุคคล**

ประสบการณ์ความผูกพันที่สั่งสมมาบรรจุอยู่ในความทรงจำระยะยาวได้พัฒนารูปแบบการทำงานของจิตใจขึ้น ซึ่งประกอบไปด้วยความทรงจำ ความเชื่อ เจตคติ ความคาดหวัง เป้าหมาย ความต้องการ แผนการ และกลยุทธ์ ซึ่งรวมอยู่ในปัจจัยด้านปัญญาและปัจจัยทางอารมณ์ คำถามต่อมาคือ รูปแบบความผูกพันที่บุคคลแต่ละคนมีทำงานอย่างไร ดังที่ได้กล่าวไว้ว่า รูปแบบความผูกพันเป็นกรอบในการทำความเข้าใจและเป็นตัวชี้แนะในการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมของมนุษย์ แม้นักวิจัยหลีกเลี่ยงการระบุในลักษณะความสัมพันธ์แบบเป็นเหตุเป็นผล แต่ก็ปฏิเสธไม่ได้ว่ารูปแบบความผูกพันมีบทบาทสำคัญในอุปนิสัยและคุณภาพของความสัมพันธ์ใกล้ชิดของบุคคล เพราะรูปแบบความผูกพันต่างประเภทก็สร้างรูปแบบการตีความทางปัญญา การตอบสนองทางอารมณ์ และส่งผลถึงรูปแบบการตอบสนองทางพฤติกรรมที่แตกต่างกัน ยิ่งไปกว่านั้น การตอบสนองเหล่านี้ไม่จำเป็นต้องอยู่ในจิตสำนึกหรืออยู่ในความตระหนักของบุคคล คาดกันว่าการทำงานของรูปแบบการทำงานของจิตใจสามารถทำงานได้โดยอัตโนมัติ เป็นไปตามธรรมชาติ ไม่ต้องใช้ความพยายาม และไม่อยู่ในการตระหนักรู้ตัว (Bargh & Chartrand, 1991 อ้างถึงใน Collins & Allard, 2001)

### รูปแบบการตอบสนองทางปัญญา

เมื่อบุคคลอยู่ในสถานการณ์ทางสังคม บุคคลย่อมสนใจ รับรู้ และตีความสิ่งที่เกิดขึ้นในสถานการณ์นั้นแตกต่างกัน ตามประสบการณ์ ข้อมูล โครงสร้างทางปัญญาของแต่ละบุคคล ในสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับความผูกพันก็เช่นกัน รูปแบบความผูกพันซึ่งประกอบด้วยเจตคติ ความคาดหวัง และเป้าหมาย เป็นต้น ย่อมทำให้คนเลือกสนใจ รับรู้ ตีความ และจดจำสถานการณ์เดียวกันไม่เหมือนกัน การรับรู้ของบุคคลหนึ่งเกี่ยวข้องกับตัวกระตุ้นทางสิ่งแวดล้อมที่มีอยู่ในขณะนั้นและความพร้อมของบุคคลที่จะรับรู้บางสิ่งมากกว่าบางสิ่ง ความพร้อมที่ทำให้บุคคลเลือกสนใจข้อมูลบางอย่างเป็นพิเศษย่อมเกี่ยวข้องกับเป้าหมายที่บุคคลนั้นมีและสอดคล้องกับความเชื่อและเจตคติต่อตนเองและผู้อื่น เช่น บุคคลแบบหมกมุ่น ที่มีเป้าหมายในการแสวงหาการยอมรับและหลีกเลี่ยงการถูกทอดทิ้ง ย่อมอ่อนไหวและให้ความสนใจต่อสัญญาณการไม่ยอมรับของผู้อื่น ขณะที่บุคคลแบบหลีกเลี่ยงหนีที่มีแรงจูงใจในการรักษาความมีอิสระ (autonomy) จึงมักสนใจสัญญาณที่เกี่ยวข้องกับการก้าวถอยหรือการควบคุม

ในงานวิจัยการตอบสนองทางอารมณ์ต่อคู่รัก ใน 3 เดือนไซ คือ ในสถานการณ์ที่คู่รักเป็นปฏิบัติกร ก้าวม และไม่เป็นปฏิบัติกร (Mikulincer, 1998b) ส่วนหนึ่งของการศึกษาพบว่า บุคคลแบบมั่นคงจะระบุความเป็นปฏิบัติกรของฝ่ายตรงข้ามก็ต่อเมื่อมีตัวบอกใบ้ที่ชัดเจนเท่านั้น ขณะที่บุคคลแบบวิตกขัดแย้งระบุความเป็นปฏิบัติกรของฝ่ายตรงข้ามในสถานการณ์ที่ก้าวมด้วย ส่วนบุคคลแบบหลีกเลี่ยงหนีระบุว่าคู่รักมีเจตนาเป็นปฏิบัติกรในทั้งสามสถานการณ์อย่างไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับข้อค้นพบของ Collin, Ford, & Guichard (2006) ที่ให้ผู้ร่วมงานวิจัยเขียนคำอธิบายของเหตุการณ์ในความสัมพันธ์ โดยให้จินตนาการถึงเหตุผลของการกระทำทางลบของคนรัก เช่น “เขาไม่มาปลอบในเวลาที่คุณรู้สึกแย่” “ทิ้งคุณไว้ในงานเลี้ยงเพียงลำพังทั้งที่คุณไม่รู้จักใคร” ผลคือ บุคคลแบบมั่นคง หรือผู้ที่มีความวิตกกังวลและการหลีกเลี่ยงต่ำ จะอธิบายด้วยการยกระดับความสัมพันธ์มากกว่า คุณค่าน้อยกว่า ไม่ระบุว่าเป็นปัญหาภายในความสัมพันธ์และกล่าวโทษคนรักน้อย ซึ่งสะท้อนถึงการรับรู้ความรักและความมั่นคงในความสัมพันธ์ มั่นใจในตนเองและคนรัก ขณะที่บุคคลที่มีความวิตกกังวลสูงจะให้คำอธิบายในแง่ร้าย เช่น คิดว่าคนรักไม่สนใจ ซึ่งสะท้อนว่าคุณค่าในตนเองต่ำ ไม่เชื่อมั่นในตนเอง รวมถึงไม่มั่นใจในความรักความมั่นคงในความสัมพันธ์ เมื่อควบคุมด้วยการเห็นคุณค่าในตน อารมณ์ซึมเศร้า และรูปแบบการระบุดสาเหตุ

ส่วนงานของ อรพรรณ ภารพบ (2546) ที่ตรวจสอบรูปแบบความผูกพัน 4 ประเภทกับการอนุมานสาเหตุการกระทำของตนเองและผู้อื่นในทางลบ ในสถานการณ์ทั่วไปและสถานการณ์เกี่ยวกับความสัมพันธ์ ก็ได้ผลการวิจัยในทิศทางเดียวกัน บุคคลแบบหมกมุ่นจะอนุมานสาเหตุการกระทำของทั้งตนเองและผู้อื่นในทางร้าย และสาเหตุนั้นมีความคงทนถาวร (stable) และแผ่ขยายเป็นสากล (global) แต่ไม่ได้หมายความว่ามีสาเหตุมาจากตัวผู้กระทำ ขณะที่บุคคลแบบ

หมางเมิน ในสถานการณ์ทั่วไปก็จะอนุมานสาเหตุการกระทำของผู้อื่นในแง่ร้าย ถาวรและเป็นสากล โดยระบุว่าการกระทำทางลบนั้นมาจากปัจจัยภายในตัวผู้กระทำด้วย ส่วนบุคคลแบบหวาดหวั่นจะอนุมานสาเหตุการกระทำทางลบของทั้งตนเองและผู้อื่นในแง่ร้าย ถาวร และสากล การอนุมานของบุคคลแบบไม่มั่นคงทั้งสามประเภทนี้ตรงข้ามกับบุคคลมั่นคงอย่างชัดเจน โดยบุคคลมั่นคงจะอนุมานสาเหตุการกระทำทางลบของตนเองว่าเกิดจากปัจจัยภายนอก อยู่เพียงชั่วคราวและมีอิทธิพลจำกัดอยู่เฉพาะสถานการณ์ และอนุมานสาเหตุการกระทำทางลบของผู้อื่นในแง่ดีเช่นกัน คือเป็นเพียงชั่วคราวและเฉพาะสถานการณ์ แต่มิได้ระบุว่าสาเหตุมาจากปัจจัยภายในหรือภายนอกบุคคล

### รูปแบบการตอบสนองทางอารมณ์

กระบวนการทางอารมณ์เป็นประเด็นสำคัญของทฤษฎีรูปแบบความผูกพัน ความแตกต่างของบุคคลตามรูปแบบความผูกพันเกี่ยวข้องกับความแปรปรวนในการควบคุมอารมณ์และการแสดงออกทางอารมณ์ (Shaver, Collins, & Clark, 1996) รูปแบบการทำงานของจิตใจของบุคคลจะมีอิทธิพลต่อการตอบสนองทางอารมณ์ทั้งทางตรงและทางอ้อม ทางตรงนั้นเป็นกลไกที่เชื่อมโยงถึงการถูกกระตุ้นไปที่โครงสร้างความรู้ (schema) และการที่เป้าหมายและความต้องการได้รับการตอบสนองหรือขัดขวาง ส่วนทางอ้อม คือการที่คนเรามีอารมณ์ทางบวกหรือทางลบภายหลังการทำงานของกระบวนการทางปัญญาหรือการตีความสถานการณ์นั่นเอง

กลไกทางตรงว่าด้วยการเอื้อหรือขัดขวางต่อความต้องการของบุคคล ตัวอย่างเช่น บุคคลแบบหลีกเลี่ยงนี้อาจพึงพอใจหากคู่รักของเขาต้องการอยู่เพียงลำพังในช่วงเย็น เพราะได้เอื้อต่อเป้าหมายในการรักษาระยะห่างของเขา ตรงกันข้าม หากเป็นบุคคลแบบวิตกกังวลประสบสถานการณ์เดียวกันก็อาจเกิดอารมณ์โกรธหรือท้อแท้ เพราะการถูกปล่อยให้อยู่คนเดียวนั้นไม่สอดคล้องกับความปรารถนาความใกล้ชิดและการพึ่งพากันและกัน

ส่วนการตอบสนองทางอารมณ์ที่เกิดขึ้นโดยมีการตีความเป็นตัวแปรส่งความ ดังตัวอย่างงานวิจัยการตอบสนองทางอารมณ์ต่อคู่รัก ใน 3 เดือนไซ ของ Mikulincer (1998b) ที่ได้กล่าวมาแล้วนั้น เนื่องจากการตีความท่าที่คู่รักในทางลบทั้งในกรณีคู่รักเป็นปฏิบัติและกรณีที่กำลังรวมทำให้บุคคลแบบวิตกขัดแย้งมีแนวโน้มการตอบสนองทางอารมณ์สูงกว่าบุคคลแบบมั่นคง มีอัตราการเต้นของหัวใจเร็วกว่า หมกมุ่นกับความรู้สึกโกรธ และเข้าถึงความโกรธและอารมณ์ลบอย่างไม่สามารถควบคุมได้ ขณะที่บุคคลแบบหลีกเลี่ยงทั้งใน 3 สถานการณ์ จะรายงานถึงความโกรธน้อย แต่มีการตอบสนองทางกายอย่างรุนแรง คือมีอัตราการเต้นของหัวใจสูง Mikulincer อภิปรายว่าเป็นไปได้ที่บุคคลแบบหลีกเลี่ยงไม่ตระหนักในความโกรธของตนเอง แต่ก็เต็มไปด้วยความระแวง ไม่ไว้วางใจ และรู้สึกมุ่งร้ายต่อผู้อื่น ซึ่งเป็นผลมาจากการตีความโดยสอดคล้องกับการมอง



ผู้อื่นในทางลบตามรูปแบบการทำงานของจิตใจที่มี และไม่สามารถลดความเครียดลงได้ นอกจากนี้ในการศึกษาที่ 1 จากชุดการศึกษาเดียวกัน Mikulincer ให้ผู้ร่วมการวิจัยทำมาตรวัด Multidimensional Anger Inventory ของ Siegel (1986) และมาตร Experience of Anger ของ Averill (1982) พบว่า บุคคลแบบวิตกขัดแย้งรายงานว่ามีความโกรธมากกว่า โดยเก็บความรู้สึกภายใน มีลักษณะการก้าวร้าวแทนที่ (displaced aggression) ส่วนบุคคลแบบหลักหนี่จะรายงานถึงความสามารถในการควบคุมความโกรธ แต่รายงานถึงความมุ่งร้ายสูง และตอบสนองในลักษณะหลักหนี่ความเป็นจริง ขณะที่บุคคลแบบมั่นคงมักแสดงความโกรธที่มีออกมาในทางสร้างสรรค์ รู้จักปรับตัว และจบลงด้วยความรู้สึกทางบวก

Mikulincer และ Shaver (2005) ได้สรุปรวมผลการวิจัยเกี่ยวกับการตอบสนองทางอารมณ์ของบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแตกต่างกัน ดังตารางที่ 2

## ตารางที่ 2

การตอบสนองทางอารมณ์ของบุคคลที่มีความผูกพันรูปแบบต่างๆ สรุปรวมโดย Mikulincer และ Shaver (2005)

เหตุการณ์เกี่ยวกับความสัมพันธ์	ความผูกพันแบบมั่นคง	ความผูกพันแบบวิตกกังวล	ความผูกพันแบบหลักหนี่
คู่รักมีพฤติกรรมทางลบ	โกรธแบบมีประโยชน์ (functional anger)	ขุ่นเคืองใจ มุ่งร้าย สิ้นหวัง เศร้าโศก โกรธแบบไม่มีประโยชน์ (dysfunctional anger)	ข่มความโกรธ ขุ่นเคืองใจ เป็นปฏิปักษ์
คู่รักมีพฤติกรรมทางบวก	มีความสุข เบิกบาน รัก ซาบซึ้งใจ	ขัดแย้งในความรู้สึกเป็นสุข รัก กลัว กังวล	ไม่สนใจ วางเฉย
คู่รักมีความทุกข์ที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์	รู้สึกผิด มีการแก้ไข	ละอายใจ สิ้นหวัง	ขุ่นเคืองใจ เป็นปฏิปักษ์
คู่รักมีความทุกข์ที่ไม่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์	ร่วมเห็นอกเห็นใจ	เป็นทุกข์เสียเอง สิ้นหวัง	สังเวช เป็นปฏิปักษ์ ดูถูกมองด้วยความพึงพอใจ
คู่รักมีความสุขที่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์	มีความสุข เบิกบาน รัก ภาคภูมิใจ	ขัดแย้งระหว่างความรู้สึกเป็นสุข กังวล และกลัวในความสำเร็จ	ภูมิใจ เชื่อในความสำคัญของตนเองอย่างยิ่ง
คู่รักมีความสุขที่ไม่เกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์	ร่วมเป็นสุข	รู้สึกครึ่งๆ กลางๆ ในความสุข กลัวการแยกจาก อิจฉา	เป็นปฏิปักษ์ด้วยความอิจฉา

### รูปแบบการตอบสนองทางพฤติกรรม

จากการที่บุคคลตอบสนองทางปัญญาและทางอารมณ์แตกต่างกัน เป็นเหตุให้บุคคลมีรูปแบบการตอบสนองทางพฤติกรรมแตกต่างกันด้วย ดังที่ Bowlby (1982) แนะนำว่ารูปแบบการทำงานของจิตใจเคยชินกับ “การทดลองเล็กๆ ภายในศีรษะ” ในการทำนายว่าเป้าหมายความผูกพันจะบรรลุผลได้อย่างไร เมื่อกระบวนการความทรงจำทำงาน บุคคลจะพึ่งพาข้อมูลทางสังคมที่มีอยู่ ประกอบกับการวิเคราะห์สถานการณ์ปัจจุบัน แล้วจึงพัฒนาแผนการกระทำของตนขึ้น เมื่อบุคคลต่างรูปแบบความผูกพันมีข้อมูลทางสังคมไม่เหมือนกัน จึงมีแนวโน้มพัฒนาแผนการและกลยุทธ์ที่แตกต่างกันไปเพื่อพบกับความต้องการทางความผูกพันของตนเอง

การวางแผนย่อมต้องใช้พลังงานทางปัญญาและเวลา ซึ่งไม่ได้มีพร้อมเสมอไป บ่อยครั้งคนเราต้องตอบสนองในทันทีทันใดภายใต้เงื่อนไขที่มีความตึงเครียดและตื่นตัวสูง เช่น เวลาโต้เถียงกัน ภายใต้สถานการณ์เหล่านั้นบุคคลอาจต้องพึ่งกลยุทธ์และแบบแผนพฤติกรรมที่เข้าถึงง่ายและกระทำซ้ำจนจำได้ (over-learned) นั้นหมายความว่า รูปแบบการทำงานของจิตใจจึงทำหน้าที่เป็นตัวแนะพฤติกรรมโดยการเตรียมไว้ซึ่งแบบแผนและกลยุทธ์ที่ตอบสนองต่อเป้าหมาย นอกจากนี้ การตีความบางอย่างและอารมณ์บางอย่างก็เชื่อมโยงโดยตรงกับพฤติกรรมบางอย่าง นั่นคือ สำหรับสถานการณ์จำเพาะ กลยุทธ์ทางพฤติกรรมอาจได้รับการบรรจุไว้เป็นกรณี “ถ้า--ดังนั้น” เช่น ถ้าเครียดให้หาคนสนับสนุน ถ้าเจ็บปวดให้ถอยห่าง เป็นต้น

การตอบสนองโดยอัตโนมัติอย่างไม่มี การแทรกแซงด้วยกระบวนการทางปัญญาและอารมณ์ อาจเกิดขึ้นได้ง่ายในความสัมพันธ์ที่ยาวนาน ซึ่งบุคคลมีโครงสร้างความรู้ที่แข็งแกร่งและมีรายละเอียดมาก สถานการณ์หลายครั้งคล้ายคลึงกัน พฤติกรรมบางอย่างกระทำซ้ำๆ จนการตอบสนองทางพฤติกรรมสามารถถูกกระตุ้นได้โดยลักษณะจำเพาะของสิ่งแวดล้อมเพียงอย่างเดียว อย่างไรก็ตาม การตอบสนองโดยอัตโนมัตินี้มิได้เกิดขึ้นเป็นส่วนใหญ่ในพฤติกรรมระหว่างบุคคลทั้งหมด สถานการณ์ทางสังคมโดยมากมักมีความกำกวม ซึ่งอย่างน้อยจะต้องใช้กระบวนการทางปัญญาในการระบุถึงธรรมชาติของสิ่งที่เกิดขึ้น กระบวนการนั้นอาจเล็กน้อยเพียงแค่การแยกแยะว่าเป็นสถานการณ์ที่คุกคามหรือปราณี ซึ่งสร้างความรู้สึถึงเป้าหมายและแรงจูงใจส่วนบุคคลอย่างรวดเร็ว และไปเรียกคืนประสบการณ์ในอดีตจากความทรงจำ ทั้งนี้ กระบวนการทั้งหมดจะเกิดขึ้นอย่างรวดเร็วและอยู่นอกเหนือการตระหนัก ถึงกระนั้นก็ยังเป็นบทบาทสำคัญในการกำหนดพฤติกรรมของบุคคล แน่แน่นอนว่าปัจจัยทางอารมณ์ก็มีอิทธิพลอย่างสูงเช่นกัน อย่างไรก็ตาม รูปแบบความผูกพันก็ได้สร้างความแตกต่างในสัดส่วนของอิทธิพลของปัญญาและอารมณ์ในบุคคลอีกด้วย จะพบได้ว่า บุคคลแบบมั่นคงผานตัวชี้แนะทางปัญญาและอารมณ์ในการวางแผนพฤติกรรมได้ดีกว่า ขณะที่บุคคลแบบวิตกกังวลจะเน้นหนักด้านอารมณ์ และบุคคลแบบหลีกเลี่ยงนี้ค่อนข้างพึ่งตัวชี้แนะทางปัญญา (Collins & Allard, 2001)

แม้ว่ารูปแบบความผูกพันจะสร้างความแตกต่างอย่างเป็นระบบในกระบวนการทางปัญญา อารมณ์ และพฤติกรรมของบุคคล และมีงานวิจัยที่เป็นการศึกษาในระยะยาวที่แสดงหลักฐานว่ารูปแบบความผูกพันที่สร้างขึ้นในวัยเด็กและวัยรุ่นมีความสัมพันธ์กันและมีอิทธิพลต่อคุณภาพความสัมพันธ์และความสุขในอนาคต แต่รูปแบบความผูกพันก็ไม่ใช่สิ่งคงทนถาวรหรือเปลี่ยนแปลงไม่ได้เสมอไป ดังที่ Stella Chess (1986 อ้างถึงใน Cloninger, 2000) กล่าวไว้ว่า “ไม่มีความสัมพันธ์ที่เรียบง่ายและตรงไปตรงมาระหว่างประสบการณ์ในวัยเด็กและพัฒนาการหลังจากนั้น” มนุษย์เราเป็นสิ่งมีชีวิตที่สามารถปรับตัวได้อย่างประหลาด และบางครั้งก็สามารถเอาชนะสภาพแวดล้อมที่ขาดแคลนอย่างร้ายแรงไปได้ การรู้ถึงความขัดสนความผูกพันในวัยเด็กเป็นช่องทางให้เกิดปัญหาในชีวิตในภายหลังทำให้คนเราเล็งเห็นที่จะพัฒนากลยุทธ์เพื่อมาแทรกแซงให้เกิดความเปลี่ยนแปลง ดังนั้นทุกคนจึงสามารถสร้างสมดุลที่แข็งแกร่งในทิศทางความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลได้

### งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

Burnette, Taylor, Worthington, และ Forsyth (2007) ได้ตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพันและลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยพิจารณาจากข้อค้นพบของงานวิจัยเกี่ยวกับรูปแบบความผูกพันที่เสนอว่า ในเวลาที่ประสบกับปัญหาหรือความขัดแย้ง บุคคลแบบมั่นคงจะมีการสื่อสารที่ดีกว่า เข้าอกเข้าใจมากกว่า มีความก้าวร้าวน้อยกว่า ควบคุมอารมณ์ความรู้สึกได้มากกว่าบุคคลแบบไม่มั่นคง ส่วนในงานวิจัยเกี่ยวกับการให้อภัยก็ชี้ว่า การให้อภัยมีความเกี่ยวข้องกับความไว้วางใจ การสื่อสาร การเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น และการควบคุมอารมณ์ความรู้สึก กล่าวคือบุคคลที่สามารถให้อภัยได้มาก ก็คือบุคคลที่มีความเข้าใจ และสามารถข้ามพ้นการสงสัยในตน การรู้สึกผิด และความโกรธได้ ซึ่งกระบวนการเหล่านี้ย่อมถูกแทรกแซงหรือสะกัดไว้ด้วยความไม่มั่นคงในความผูกพัน ที่ทำให้บุคคลถูกดึงทรัพยากรทางจิตใจไปจากการใช้ในการทำความเข้าใจผู้กระทำผิดและการควบคุมอารมณ์ลบที่เกิดขึ้น ในทางตรงกันข้าม บุคคลแบบมั่นคงจะสามารถลดความรู้สึกที่ต้องการป้องกันตนเอง และการเพิ่มพูนคุณค่าให้แก่ตน (self-enhancement) แต่เพิ่มการเข้าใจทัศนะของผู้อื่นและควบคุมความโกรธได้

นอกจากนี้ จากข้อค้นพบที่ว่าการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นปัจจัยที่สำคัญซึ่งเป็นอุปสรรคของการให้อภัย และบุคคลแบบไม่มั่นคงก็มีปัญหาในการกำกับอารมณ์ทางลบของตนเอง ทั้งยังพบว่าเมื่อถูกกระตุ้นให้โกรธ บุคคลแบบมั่นคงมักแสดงออกถึงความโกรธแบบไม่มีประโยชน์ (dysfunctional) อีกด้วย คณะผู้วิจัยจึงมีสมมติฐานว่าการหมกมุ่นครุ่นคิดอาจเป็นตัวแปรส่งผ่าน

ระหว่างความสัมพันธ์ของรูปแบบความผูกพันกับระดับการให้อภัย งานวิจัยนั้นจึงแบ่งออกเป็น 2 การศึกษา โดยการศึกษาแรกได้แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 4 กลุ่มโดยรูปแบบความผูกพัน 4 ประเภท และใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (one-way ANOVA) เพื่อเปรียบเทียบระดับการให้อภัยของกลุ่มตัวอย่างทั้ง 4 กลุ่ม ส่วนการศึกษาที่ 2 เป็นการศึกษาถึงความเป็นตัวแปรส่งผ่านของตัวแปรนิสัยหมกมุ่นครุ่นคิดด้วยการวิเคราะห์ถดถอย (โดยแปลงตัวแปรรูปแบบความผูกพันเป็นตัวแปรตัวมี) และสถิติการทดสอบโซเบล (Sobel' s test)

กลุ่มตัวอย่างของการศึกษาที่ 1 คือนักศึกษาปริญญาตรีจำนวน 213 คน เป็นหญิง 140 คน ชาย 73 คน จากหลากหลายเชื้อชาติ แต่ส่วนใหญ่ร้อยละ 50 เป็นยุโรป-อเมริกัน คณะผู้วิจัยให้กลุ่มตัวอย่างตอบมาตรวัดความผูกพัน Experiences in Close Relationships (ECR; Brennan, Clark, & Shaver, 1998) จำนวน 36 ข้อ ซึ่งเป็นมาตราแบบ 2 มิติ แต่ผู้วิจัยได้คำนวณคะแนนทั้ง 2 มิตินั้นแล้วแบ่งผู้ร่วมการวิจัยออกเป็น 4 กลุ่ม คือ กลุ่มรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง (ร้อยละ 36) หมกมุ่น (ร้อยละ 38) หมางเมิน (ร้อยละ 13) และหวาดหวั่น (ร้อยละ 14) นอกจากนี้ผู้ร่วมการวิจัยทั้งหมดยังต้องตอบมาตรวัดการให้อภัย Trait Forgivingness Scale (TFS) (Berry et al., 2005) จำนวน 10 ข้อ ซึ่งในการศึกษานี้มีความเที่ยงเท่ากับ .75

ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนพบว่า มีประชากรอย่างน้อย 1 กลุ่มจากทั้งหมด 4 กลุ่ม ที่มีค่าเฉลี่ยการให้อภัยผู้อื่นแตกต่างจากกลุ่มอื่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $F(3, 209) = 8.87, p < .001$ ) มีขนาดอิทธิพลเท่ากับ .11 เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ (multiple comparison) โดยใช้สถิติ Tukey พบว่า กลุ่มมั่นคง ( $M = 3.81, SD = 0.69$ ) มีระดับการให้อภัยผู้อื่นสูงกว่ากลุ่มหมกมุ่น ( $M = 3.30, SD = 0.54$ ) และสูงกว่ากลุ่มหมางเมิน ( $M = 3.45, SD = 0.60$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนกลุ่มหวาดหวั่น ( $M = 3.55, SD = .68$ ) มีระดับการให้อภัยผู้อื่นไม่แตกต่างจากกลุ่มอื่นๆ คณะผู้วิจัยรายงานเพิ่มเติมว่าเมื่อใช้การวิเคราะห์เปรียบเทียบรายคู่โดยใช้สถิติ LSD ซึ่งมีความไวมากกว่า พบว่า ค่าเฉลี่ยตัวแปรการให้อภัยของกลุ่มมั่นคงและกลุ่มหวาดหวั่นแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

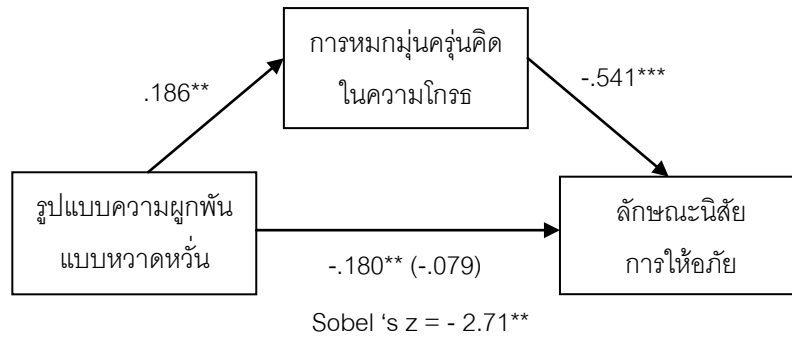
ส่วนการศึกษาที่ 2 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษานิเทศศาสตร์จำนวน 218 คน เป็นหญิง 171 คน ชาย 47 คน จากหลากหลายเชื้อชาติ ที่ส่วนใหญ่ ร้อยละ 47.7 เป็นยุโรป-อเมริกัน โดยในการศึกษานี้ นอกจากมาตร ECR และ มาตร TFS แล้ว ผู้ร่วมการวิจัยต้องทำมาตร Dissipation-Rumination Scale (DRS; Caprara, 1986) ด้วย ซึ่งมาตรนี้เดิมมี 20 ข้อกระทง แต่สำหรับงานวิจัยนี้ได้คัดข้อกระทงที่ใกล้เคียงกับมาตรวัดการให้อภัยออกไป เหลือแต่ส่วนที่เป็นการหมกมุ่นครุ่นคิดในความโกรธจำนวน 8 ข้อกระทง

เมื่อวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว พบว่ามีประชากรอย่างน้อย 1 กลุ่มจากทั้งหมด 4 กลุ่ม ที่มีค่าเฉลี่ยการให้อภัยผู้อื่นแตกต่างจากกลุ่มอื่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $F(3, 214) =$

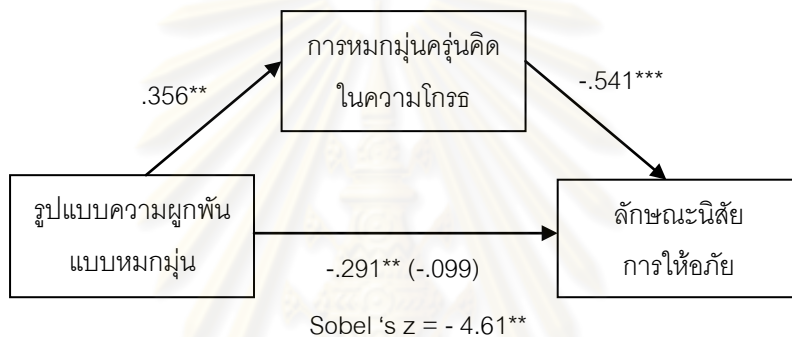
9.35,  $p < .001$ ) มีขนาดอิทธิพลเท่ากับ .12 เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ (multiple comparison) โดยใช้สถิติ Tukey พบว่า กลุ่มมั่นคง ( $M = 3.60$ ,  $SD = 0.58$ ) มีระดับการให้อภัยผู้อื่นสูงกว่ากลุ่มหมกมุ่น ( $M = 3.20$ ,  $SD = 0.72$ ) สูงกว่ากลุ่มหมางเมิน ( $M = 2.93$ ,  $SD = 0.75$ ) และสูงกว่ากลุ่มหวาดหวั่น ( $M = 3.20$ ,  $SD = 0.66$ ) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากนั้นเมื่อนำตัวแปรต้นมาทำเป็นตัวแปรตาม โดยใช้กลุ่มมั่นคงเป็นกลุ่มควบคุม และทำการวิเคราะห์ถดถอยระดับลดหลั่น (hierarchical regression) แบบแยกวิเคราะห์ทีละตัวแปร ผลปรากฏว่า เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มมั่นคง กลุ่มหวาดหวั่น ( $\beta = -.180$ ,  $t(213) = -2.68$ ,  $p < .01$ ) กลุ่มหมกมุ่น ( $\beta = -.291$ ,  $t(213) = -4.26$ ,  $p < .001$ ) และกลุ่มหมางเมิน ( $\beta = -.248$ ,  $t(213) = -3.66$ ,  $p < .001$ ) มีแนวโน้มให้อภัยน้อยกว่า ต่อมาได้ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพันและตัวแปรหมกมุ่นครุ่นคิด โดยในขั้นตอนแรกใส่ตัวแปรเพศก่อน แล้วจึงใส่ตัวแปรรูปแบบความผูกพันในขั้นตอนที่ 2 พบว่า เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มมั่นคง กลุ่มหวาดหวั่น ( $\beta = .186$ ,  $t(213) = 2.84$ ,  $p < .01$ ) กลุ่มหมกมุ่น ( $\beta = .356$ ,  $t(213) = 5.33$ ,  $p < .001$ ) และกลุ่มหมางเมิน ( $\beta = .253$ ,  $t(213) = 3.18$ ,  $p < .001$ ) มีแนวโน้มหมกมุ่นครุ่นคิดในเชิงลบมากกว่า สุดท้ายผู้วิจัยจึงได้วิเคราะห์ถดถอยระดับลดหลั่นขั้นตอนเดียว (single hierarchical regression) เพื่อตรวจสอบความเป็นตัวแปรส่งผ่าน โดยใส่ตัวแปรเพศ ตัวแปรที่มีรูปแบบความผูกพันทั้ง 3 ตัวแปร และตัวแปรส่งผ่านเข้าไปพร้อมกัน พบว่า ตัวแปรส่งผ่านหรือตัวแปรหมกมุ่นครุ่นคิดอธิบายความแปรปรวนในตัวแปรการให้อภัยมากกว่าและเหนือกว่าตัวแปรรูปแบบความผูกพัน ( $\beta = -.541$ ,  $t(212) = -9.08$ ,  $p < .001$ ) และเมื่อตัดความแปรปรวนที่อธิบายด้วยตัวแปรส่งผ่านออกไป ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพันทั้ง 3 และการให้อภัยก็กลายเป็นไม่มีนัยสำคัญ (ตัวแปรหวาดหวั่น:  $\beta = -.079$ , ns; Sobel  $z = -2.71$ , ตัวแปรหมกมุ่น  $\beta = -.099$ , ns; Sobel  $z = -4.61$ , และตัวแปรหมางเมิน  $\beta = -.111$  ns; Sobel  $z = -3.52$ ) ดังแสดงในภาพที่ 2 ในหน้าถัดไป

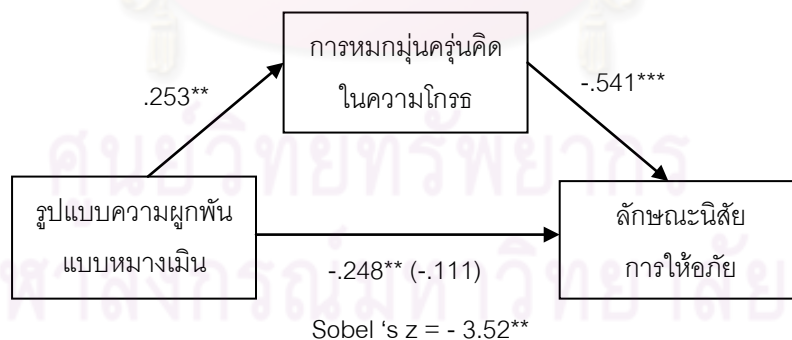
Burnette และคณะ (2007) อภิปรายผลการวิจัยครั้งนี้ว่า รูปแบบความผูกพันสามารถทำนายได้ว่าบุคคลใดจะมีนิสัยให้อภัยเป็นอย่างไร นอกจากนี้ ผลการวิจัยยังยืนยันได้ว่าบุคคลที่มีความผูกพันแบบไม่มั่นคงโดยมากแล้วจะไม่ค่อยให้อภัยเนื่องจากเป็นผู้ที่ตอบสนองต่อการกระทำผิดด้วยการหมกมุ่นครุ่นคิดกับความโกรธที่รู้สึกอยู่มากกว่า เมื่อเทียบกับบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง



โมเดลอิทธิพลของตัวแปรต้นมีรูปแบบความผูกพันแบบหวาดหวั่นต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีการหมกมุ่นครุ่นคิดในความโกรธเป็นตัวแปรส่งผ่าน



โมเดลอิทธิพลของตัวแปรต้นมีรูปแบบความผูกพันแบบหมกมุ่นต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีการหมกมุ่นครุ่นคิดในความโกรธเป็นตัวแปรส่งผ่าน



โมเดลอิทธิพลของตัวแปรต้นมีรูปแบบความผูกพันแบบหมางเมินต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีการหมกมุ่นครุ่นคิดในความโกรธเป็นตัวแปรส่งผ่าน

ภาพที่ 2 โมเดลอิทธิพลของตัวแปรต้นมีรูปแบบความผูกพันแบบไม่มั่นคงต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีการหมกมุ่นครุ่นคิดในความโกรธเป็นตัวแปรส่งผ่าน ในงานวิจัยของ Burnette และคณะ (2007) ตัวเลขในวงเล็บของทุกโมเดล คือ ค่าอิทธิพลทางตรงภายหลังใส่ตัวแปรส่งผ่านเข้าไปในโมเดล

งานวิจัยต่อมาที่เกี่ยวข้อง นับเป็นงานที่ต่อเนื่องจากงานข้างต้น ผู้วิจัยได้แก่ Burnette, Davis, Green, Worthington, และ Bradfield (2009) โดยงานวิจัยได้นำเพิ่มเติมตัวแปรใหม่เข้ามาอีก 2 ตัวแปร ตัวแปรหนึ่งคือ การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น (empathy) ซึ่งใช้เป็นตัวแปรส่งผ่านของอิทธิพลของการหลีกเลี่ยงในความผูกพันต่อการให้อภัย ส่วนอีกตัวแปรหนึ่งคือ อาการซึมเศร้า (depressive symptoms) ซึ่งเป็นตัวแปรปลายทางในโมเดลการวิจัย จากสมมติฐานว่าเมื่อบุคคลมีรูปแบบความผูกพันแบบไม่มั่นคง จะส่งผลให้เป็นคนที่มีลักษณะนิสัยการให้อภัยต่ำและมีการอาการซึมเศร้าสูง โดยความวิตกกังวลในความผูกพันมีอิทธิพลทางอ้อมต่อลักษณะนิสัยการให้อภัยโดยส่งผ่านตัวแปรการหมกมุ่นครุ่นคิด ส่วนการหลีกเลี่ยงในความผูกพันมีอิทธิพลทางอ้อมต่อลักษณะนิสัยการให้อภัยโดยส่งผ่านการขาดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น และเมื่อบุคคลมีลักษณะนิสัยการให้อภัยต่ำจึงส่งผลให้เป็นผู้มีอาการซึมเศร้ายาก

สาเหตุที่คณะผู้วิจัยตั้งสมมติฐานเช่นนี้ เนื่องจากพบว่าในเวลาที่มีความสัมพันธ์ถูกคุกคาม มิติหลีกเลี่ยงมีอิทธิพลต่อกลยุทธ์ของบุคคลที่ใช้ในการกำกับอารมณ์ที่เกิดขึ้น บุคคลที่หลีกเลี่ยงสูงคือบุคคลที่คิดว่าผู้อื่นไม่อบอุ่นและไว้วางใจไม่ได้ จึงมักตอบสนองต่อความขัดแย้งด้วยการกล่าวโทษและทำตนห่างเหินทั้งทางร่างกายและจิตใจ ทั้งยังลดคุณค่าในความสัมพันธ์และตัวผู้กระทำผิด ซึ่งกลยุทธ์เหล่านั้นขัดขวางการพิจารณาถึงอารมณ์ของผู้อื่น หรือทำให้ขาดความสามารถในการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นนั่นเอง (Weinfield, Sroufe, Egeland, & Carlson, 1999) ซึ่งจะส่งผลให้มีการให้อภัยต่ำ

ส่วนมิติวิตกกังวลส่งผลต่อกระบวนการทางอารมณ์ความรู้สึก เนื่องจากบุคคลที่วิตกกังวลสูงจะเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ ทำให้มักมองผลของความขัดแย้งในแง่ลบเกินความเป็นจริง จึงโกรธเสียใจ และหมกมุ่นครุ่นคิดมาก (Fraleigh & Shaver, 2000) การหมกมุ่นครุ่นคิดที่ไปขยายทั้งเวลาและความเข้มข้นของความโกรธหรือความเสียใจ จึงย่อมทำให้บุคคลมีโอกาสที่จะให้อภัยน้อยลง

สุดท้าย คณะผู้วิจัยยังพบความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพันแบบไม่มั่นคง กับผลทางลบต่อสุขภาพ เนื่องจากบุคคลแบบไม่มั่นคงจะไม่สามารถใช้ประโยชน์จากการสนับสนุนทางสังคมได้ (Besser & Priel, 2008) นอกจากนี้ การไม่เข้าใจในตัวผู้อื่นในกระบวนการให้อภัยก็มีผลต่อการบั่นทอนความสุขและเพิ่มความซึมเศร้า (Lee, Brennan, & Daly, 2001) และการหมกมุ่นครุ่นคิดก็ส่งผลลัพท์ทางลบต่อสุขภาพจิตเช่นกัน (Thomsen, 2006) ยิ่งไปกว่านั้นแรงจูงใจในการไม่ให้อภัยยังสัมพันธ์กับความพึงพอใจในชีวิตที่ลดลง ความมีปัญหาทั้งทางกายและทางจิตใจ และความซึมเศร้า (Bono et al., 2008) จากการทบทวนวรรณกรรมข้างต้น Burnette และคณะ (2009) จึงสร้างโมเดลกรอบความคิดเพื่อตรวจสอบการเชื่อมโยงระหว่างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล คือการให้อภัยและความเข้าใจความรู้สึกของผู้อื่น และการตอบสนองภายในบุคคล คือการ

หมกมุ่นครุ่นคิด ต่อการกระทำผิด และอาการซึมเศร้าของบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบไม่มั่นคงขึ้น

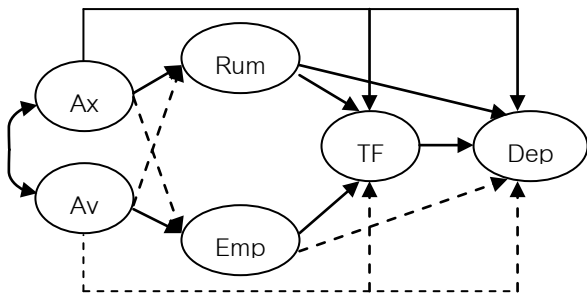
กลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยนี้เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรีจำนวน 221 คน เป็นหญิง 141 คน ชาย 80 คน โดยเกือบทั้งหมดเป็นคนผิวขาว (ร้อยละ 87.2) ทุกคนรายงานว่ากำลังอยู่ในช่วงคบหาดูใจกับคนรักอย่างน้อยไม่ต่ำกว่า 2 เดือน ( $M = 19.30$  เดือน,  $SD = 15.85$  เดือน) ผู้ร่วมการวิจัยทำมาตรวัดทั้งหมด 5 มาตร ดังนี้

- 1) มาตรวัดรูปแบบความผูกพัน Experiences in Close Relationships-Revised (ECR-R; Fraley, Waller, & Brennan, 2000) ที่มี 36 ข้อ เป็นมิติวิตกกังวลและมิติหลีกเลี่ยงอย่างละ 18 ข้อ ค่าความเที่ยงเท่ากับ .93 ทั้งสองมิติ
- 2) มาตรวัดลักษณะนิสัยการให้อภัย Trait Forgiveness Scale (TFS; Berry et al., 2005) ที่ 10 ข้อ ค่าความเที่ยงเท่ากับ .75
- 3) มาตรวัดความหมกมุ่นครุ่นคิด Rumination-Reflection Questionnaire (RRQ; Trapnell, & Campbell, 1999) โดยเลือกเฉพาะองค์ประกอบครุ่นคิดจำนวน 6 ข้อ ค่าความเที่ยงเท่ากับ .92
- 4) มาตรวัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น Interpersonal Reactivity Index (IRI; Davis, 1980) นำมาเฉพาะองค์ประกอบการคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น (empathic concern) จำนวน 7 ข้อ ค่าความเที่ยงเท่ากับ .53
- 5) มาตรวัดอาการซึมเศร้า Center for Epidemiologic Studies Depression Scale (CES-D; Radloff, 1977) ที่ผู้วิจัยไม่ได้ระบุจำนวนข้อที่แน่นอนไว้ในบทความงานวิจัย แต่เป็นมาตรที่มี 20 ข้อ ค่าความเที่ยงเท่ากับ .92

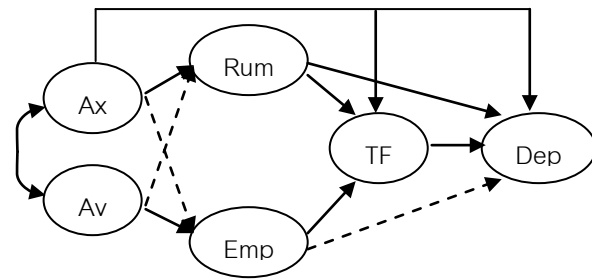
Burnette และคณะ (2009) วิเคราะห์โมเดลการวัดเพื่อตรวจสอบความตรง และรายงานว่าโมเดลสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ( $\chi^2(120) = 173.24$ ,  $CFI = .98$ ,  $RMSEA = .04$ , และ  $SRMR = .05$ ) แสดงว่ามาตรวัดมีความตรง สามารถนำข้อมูลไปวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้างต่อไปได้

การวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง หรือ SEM ด้วยโปรแกรม LISREL ในงานวิจัยนี้มีการปรับโมเดลทั้งสิ้น 4 ครั้ง (ตามภาพที่ 3) โดยโมเดลแรกเป็นโมเดลกรอบความคิด ต่อมาในโมเดลที่ 2 ได้ตัดเส้นทางอิทธิพลทางตรงจากตัวแปรการหลีกเลี่ยงในความผูกพันต่อลักษณะนิสัยการให้อภัยและต่ออาการซึมเศร้าออก เนื่องจากไม่มีนัยสำคัญ ส่วนโมเดลที่ 3 และ 4 เป็นการตัดเส้นทางอิทธิพลทางตรงจากตัวแปรความวิตกกังวลในความผูกพันต่อลักษณะนิสัยการให้อภัยและต่ออาการซึมเศร้าออก ตามลำดับ

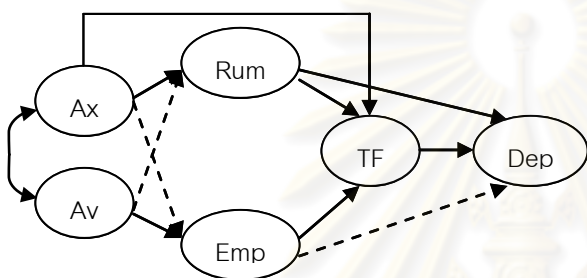




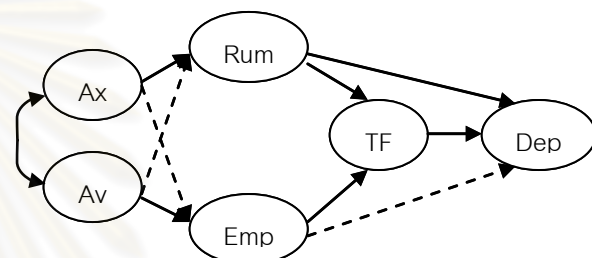
โมเดลที่ 1  $\chi^2(121) = 199.67, p < .001, CFI = .98,$   
 $RMSEA = .06, SRMR = .06 (\chi^2/df = 1.65)$



โมเดลที่ 2  $\chi^2(123) = 201.80, p < .001, CFI = .98,$   
 $RMSEA = .06, SRMR = .07 (\chi^2/df = 1.64)$



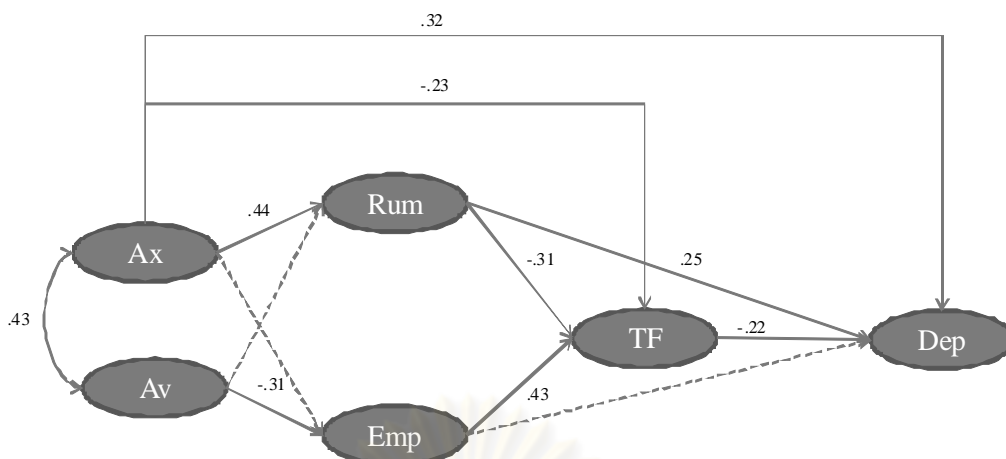
โมเดลที่ 3 (ไม่ได้รายงาน)



โมเดลที่ 4 (ไม่ได้รายงาน)

ภาพที่ 3 การปรับโมเดลในการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้างในงานวิจัยของ Burnette และคณะ (2009) โดย Ax หมายถึงมิติวิตกกังวลในความผูกพัน, Av หมายถึงมิติหลีกเลี่ยงในความผูกพัน, Rum หมายถึง การหมกมุ่นครุ่นคิด, Emp หมายถึง การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น, TF หมายถึง ลักษณะนิสัยการให้อภัย Dep หมายถึง อาการซึมเศร้า และเส้นประคือเส้นที่ไม่ถึงระดับนัยสำคัญ

Burnette และคณะ (2009) ได้สรุปว่าโมเดลที่ 2 เป็นโมเดลที่เหมาะสมที่สุด (ดังภาพที่ 3) เนื่องจากเป็นโมเดลที่สอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์มากที่สุด ( $\chi^2(123) = 201.80, p < .001, CFI = .98, RMSEA = .06, SRMR = .07$ ) เหนือกว่าโมเดลแรก (ผู้วิจัยคาดว่าเป็นเพราะโมเดลที่ 2 มีค่าไค-สแควร์สัมพันธ์ต่ำกว่าโมเดลที่ 1 ขณะที่โมเดลที่ 3 และ 4 ไม่สอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์เลย) คณะผู้วิจัยจึงอภิปรายผลการวิจัยว่า ข้อมูลสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ คือ บุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบไม่มั่นคงมีแนวโน้มให้อภัยผู้อื่นต่ำ และส่งผลให้มีอาการซึมเศร้าสูง โดยความวิตกกังวลในความผูกพันมีอิทธิพลต่อตัวแปรตามทั้งสองทั้งโดยตรงและโดยอ้อมผ่านนิสัยหมกมุ่นครุ่นคิด ส่วนความหลีกเลี่ยงในความผูกพันส่งผลต่อตัวแปรตามทั้งสองเฉพาะทางอ้อมผ่านความไม่เข้าใจในความรู้สึกของผู้อื่น และการให้อภัยเป็นตัวแปรส่งผ่านในความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพันแบบไม่มั่นคงกับความซึมเศร้า ดังภาพที่ 4



ภาพที่ 4 โมเดลที่ Burnette และคณะ (2009) เลือกให้เป็นโมเดลที่เหมาะสมมากที่สุดสำหรับการวิจัย เส้นประคือเส้นที่ไม่ถึงระดับนัยสำคัญ

### ภาวะสันนิษฐานของตัวแปรต่างๆ ในงานวิจัยนี้

แม้ในการทบทวนวรรณกรรมเรื่องการให้อภัยจะพบปัจจัยหลายประการที่ส่งผลถึงการให้อภัย แต่สำหรับงานวิจัยนี้มุ่งเน้นเฉพาะตัวแปรสำคัญที่ส่งผลถึงลักษณะนิสัยการให้อภัย หรือ แนวโน้มโดยถาวรของบุคคลในการให้อภัย นั่นคือ การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น และการหมกมุ่นครุ่นคิด ซึ่งจากงานวิจัยต่างๆ ที่ผ่านมามีพบว่าปัจจัยหนึ่งที่ทำให้บุคคลมีระดับการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น และการหมกมุ่นครุ่นคิดแตกต่างกัน คือรูปแบบความผูกพัน ดังนั้น งานวิจัยนี้จึงมุ่งตรวจสอบอิทธิพลของรูปแบบความผูกพันที่มีต่อลักษณะนิสัยการให้อภัยโดยส่งผ่านการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น และการหมกมุ่นครุ่นคิด เช่นเดียวกับโมเดลของ Burnette และคณะ (2009) แต่ตัวแปรแต่ละตัวมีภาวะสันนิษฐานที่แตกต่างออกไป ดังนี้

ตัวแปรรูปแบบความผูกพัน ประกอบไปด้วย 2 มิติเช่นเดียวกัน คือ การวิตกกังวลในความผูกพันและการหลีกเลี่ยงในความผูกพัน แต่ในการวิจัยของ Burnette และคณะ (2009) มีเนื้อหาเกี่ยวกับความสัมพันธ์เชิงคู่รักเท่านั้น ส่วนในการวิจัยครั้งนี้ครอบคลุมถึงความเชื่อ ความรู้สึก และพฤติกรรมเกี่ยวกับตนเองและบุคคลที่มีความสำคัญในชีวิตด้วย

ตัวแปรการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น ในการวิจัยของ Burnette และคณะ (2009) เลือกใช้เฉพาะองค์ประกอบการคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่นจากมาตร IRI ของ Davis (1980) ซึ่งเป็นการตอบสนองทางอารมณ์เท่านั้น แต่ในงานวิจัยนี้ครอบคลุมองค์ประกอบการเข้าใจทัศนคติของผู้อื่น ซึ่งเป็นการตอบสนองทางปัญญาด้วย

ตัวแปรการหมกมุ่นครุ่นคิด ในงานวิจัยของ Burnette และคณะ (2009) ไม่มีองค์ประกอบย่อย แต่ในการวิจัยนี้ได้แบ่งองค์ประกอบของตัวแปรการหมกมุ่นครุ่นคิดด้วยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ จนได้ทั้งสิ้น 5 องค์ประกอบ ได้แก่ ความเศร้า ความโกรธ ความสับสน ความหมกมุ่นกำลังใจ และการวิเคราะห์

ตัวแปรลักษณะนิสัยการให้อภัย ในงานวิจัย Burnette และคณะ (2009) มีเพียงการให้อภัยผู้อื่นเท่านั้น แต่ในงานวิจัยนี้ได้ตรวจสอบไปถึงการให้อภัยตนเอง และการให้อภัยสถานการณ์ด้วย เพื่อให้ได้ข้อค้นพบที่กว้างขวางมากขึ้น

นอกจากนี้ในงานวิจัยของ Burnette และคณะ (2009) ได้วิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจกับตัวแปรที่มีมิติเดียว หรือไม่มีองค์ประกอบย่อย ได้แก่ การวิตกกังวลในความผูกพัน การหลีกเลี่ยงในความผูกพัน การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น การหมกมุ่นครุ่นคิด และลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยบังคับให้แบ่งเป็น 3 องค์ประกอบ เพื่อนำไปเป็นตัวแปรสังเกตได้ในโมเดล แต่ในการวิจัยนี้ได้มีการพัฒนาให้ตัวแปรการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น การหมกมุ่นครุ่นคิด และลักษณะนิสัยการให้อภัย ให้มีองค์ประกอบย่อยหลายองค์ประกอบดังที่กล่าวมาข้างต้นอยู่แล้ว จึงเป็นขั้นตอนและเนื้อหาที่แตกต่างออกไป ส่วนตัวแปรการวิตกกังวลในความผูกพัน และการหลีกเลี่ยงในความผูกพันที่ตามภาวะสันนิษฐานไม่มีองค์ประกอบย่อย ผู้วิจัยก็กำหนดให้มีตัวแปรสังเกตได้ตัวเดียวแทนการบังคับแบ่งให้เป็น 3 องค์ประกอบ เพื่อให้ตรงตามคำนิยามและภาวะสันนิษฐานที่เป็นที่ยอมรับทั่วไป

### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาอิทธิพลของตัวแปรรูปแบบความผูกพันต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย
2. เพื่อศึกษาอิทธิพลของตัวแปรส่งผ่านการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น ในความสัมพันธ์ระหว่างการหลีกเลี่ยงในความผูกพันกับลักษณะนิสัยการให้อภัย
3. เพื่อศึกษาอิทธิพลของตัวแปรส่งผ่านการหมกมุ่นครุ่นคิด ในความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลในความผูกพันกับลักษณะนิสัยการให้อภัย
4. เพื่อศึกษาอิทธิพลของตัวแปรส่งผ่านการหมกมุ่นครุ่นคิด ในความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลในความผูกพันและการหลีกเลี่ยงในความผูกพัน กับลักษณะนิสัยการให้อภัย
5. เพื่อเปรียบเทียบระหว่างโมเดลหลักและโมเดลทางเลือก ว่าโมเดลใดสามารถอธิบายอิทธิพลของรูปแบบความผูกพันต่อลักษณะนิสัยการให้อภัยได้ดีกว่ากัน

## ขอบเขตของการวิจัย

งานวิจัยนี้ศึกษาลักษณะนิสัยการให้อภัย ทั้งการให้อภัยตนเอง การให้อภัยผู้อื่น และการให้อภัยสถานการณ์ ของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับปริญญาตรี ด้วยวิธีการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง (structural equation model: SEM) เพื่อศึกษาอิทธิพลเชิงสาเหตุของตัวแปรรูปแบบความผูกพัน ด้านความวิตกกังวลในความผูกพัน และด้านการหลีกเลี่ยงในความผูกพัน ว่ามีอิทธิพลต่อลักษณะนิสัยการให้อภัยในบริบทต่างๆ ไปอย่างไร ทั้งทางตรงและทางอ้อมผ่านตัวแปรการหมกมุ่นครุ่นคิด ซึ่งประกอบด้วยการหมกมุ่นครุ่นคิดด้านความเศร้า ความโกรธ ความสับสน ความหมดกำลังใจ และการวิเคราะห์ กับผ่านตัวแปรการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น ซึ่งประกอบด้วยทั้งด้านการเข้าใจทัศนคติของผู้อื่นและการคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น

## ตัวแปรในการวิจัย

### ตัวแปรแฝงภายนอก

1. ความวิตกกังวลในความผูกพัน มีตัวแปรสังเกตได้ 1 ตัวแปร คือ ความวิตกกังวลในความผูกพัน
2. การหลีกเลี่ยงในความผูกพัน มีตัวแปรสังเกตได้ 1 ตัวแปรคือ การหลีกเลี่ยงในความผูกพัน

### ตัวแปรแฝงภายใน

#### ตัวแปรส่งผ่าน

1. การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น มีตัวแปรสังเกตได้ 2 ตัวแปร ได้แก่ การเข้าใจทัศนคติของผู้อื่น และการคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น
2. การหมกมุ่นครุ่นคิด มีตัวแปรสังเกตได้ 5 ตัวแปร คือการหมกมุ่นครุ่นคิดในด้านต่างๆ ได้แก่ ความเศร้า ความโกรธ ความสับสน ความหมดกำลังใจ และการวิเคราะห์

#### ตัวแปรตาม

3. ลักษณะนิสัยการให้อภัย มีตัวแปรสังเกตได้ 3 ตัวแปร ได้แก่ การให้อภัยตนเอง การให้อภัยผู้อื่น และการให้อภัยสถานการณ์

## การพัฒนาสมมติฐาน

การทบทวนวรรณกรรมเรื่องรูปแบบความผูกพันได้เสนอแนะว่า รูปแบบความผูกพันมีส่วนสำคัญในการพัฒนาอุปนิสัยและลักษณะความสัมพันธ์ที่บุคคลมีต่อผู้อื่นรอบข้าง เนื่องจากรูปแบบความผูกพันมีอิทธิพลต่อการตีความทางปัญญา การตอบสนองทางอารมณ์ ตลอดจนการตอบสนองทางพฤติกรรมของบุคคล (Collins & Allard, 2001) ขณะที่งานวิจัยเกี่ยวกับการให้ภัยก็ระบุว่า ปัจจัยภายในบุคคลที่ส่งผลต่อลักษณะนิสัยนิสัยการให้ภัยที่สำคัญได้แก่ แนวโน้มในการตีความเหตุการณ์ และแนวโน้มในการตอบสนองทางอารมณ์หรือการกำกับอารมณ์ (McCullough et al., 1998)

จึงกล่าวได้ว่ารูปแบบความผูกพันย่อมมีอิทธิพลต่อลักษณะนิสัยการให้ภัยของบุคคล เพราะผู้ที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงมีลักษณะการตีความเหตุการณ์โดยสอดคล้องกับการมองผู้อื่นในทางบวก หมายความว่า จะตัดสินความผิดของผู้อื่นจากตัวชี้แนะที่ชัดเจนเท่านั้น (Mikulincer, 1998b) ทั้งยังมีความรู้สึกที่ดีต่อตนเอง ทำให้ลดความความรู้สึกที่ต้องการปกป้องตนเอง และสามารถใช้ทรัพยากรทางจิตใจในการทำความเข้าใจทัศนะของผู้อื่น และควบคุมอารมณ์ลบของตนเองได้ ตรงกันข้าม ผู้ที่มีรูปแบบความผูกพันแบบไม่มั่นคงย่อมมีแนวโน้มในการให้ภัยต่ำ เพราะความวิตกกังวลในความผูกพันทำให้บุคคลมีปัญหาในการกำกับอารมณ์ทางลบ และการหลีกเลี่ยงในความผูกพันที่ทำให้บุคคลไม่เชื่อใจผู้อื่น มองผู้อื่นในแง่ลบ ก็เป็นอุปสรรคต่อการเข้าใจทัศนะหรือค่านึงถึงความรู้สึกของผู้อื่นเมื่อเกิดเหตุการณ์ความขัดแย้งขึ้น (McCullough, Worthington, & Rachel, 1997; Mikulincer & Shaver, 2005; Paleari, Regalia, & Fincham, 2005)

นอกจากนี้ จากหลักฐานในงานวิจัยของ Burnette และคณะ (2007); Burnette และคณะ (2009) ทั้งในงานวิจัยอื่นในสาขาจิตวิทยาการปรึกษาและจิตวิทยาพัฒนาการ (Lawler-Row, Younger, Piferi, & Jones, 2006) ช่วยยืนยันได้ถึงความสัมพันธ์ของรูปแบบความผูกพันกับลักษณะนิสัยการให้ภัย ผู้วิจัยจึงตั้งสมมติฐานแรกว่ารูปแบบความผูกพันแบบไม่มั่นคง กล่าวคือ ความวิตกกังวลในความผูกพันและการหลีกเลี่ยงในความผูกพันสามารถทำนายลักษณะนิสัยการให้ภัยของบุคคลได้ โดยมีสมมติฐานต่อมาว่ารูปแบบความผูกพันแบบไม่มั่นคงส่งอิทธิพลทางอ้อมต่อลักษณะนิสัยการให้ภัย โดยยึดตามข้อค้นพบและโมเดลจากการวิจัยของ Burnette และคณะ (2009) ว่าความวิตกกังวลในความผูกพันมีอิทธิพลต่อลักษณะนิสัยการให้ภัยโดยมีตัวแปรการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่าน และการหลีกเลี่ยงในความผูกพันมีอิทธิพลต่อลักษณะนิสัยการให้ภัยโดยมีตัวแปรการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นเป็นตัวแปรส่งผ่าน

นอกจากโมเดลหลักที่ยึดตามหลักการของ Burnette และคณะ (2009) แล้ว ผู้วิจัยยังต้องการตรวจสอบโมเดลทางเลือกอีกด้วย เนื่องจากงานวิจัยของ Burnette และคณะ (2007) ซึ่งได้ตรวจสอบความสัมพันธ์ของรูปแบบความผูกพันแบบไม่มั่นคงโดยมีการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่านนั้นได้ชี้ว่า ผู้ที่มีรูปแบบความผูกพันทั้ง 3 ประเภท คือ รูปแบบหมกมุ่น หมางเมิง และหวาดหวั่น ล้วนมีระดับการหมกมุ่นครุ่นคิดสูงกว่าบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง และเมื่อทดสอบอิทธิพลต่อลักษณะนิสัยการให้อภัยโดยส่งผ่านตัวแปรการหมกมุ่นครุ่นคิด นอกจากนี้แม้งานวิจัยส่วนมากจะมุ่งตรวจสอบเฉพาะความสัมพันธ์ระหว่างมิติวิตกกังวลกับการหมกมุ่นครุ่นคิด แต่ก็มีบางงานวิจัยที่ผลการวิเคราะห์สหสัมพันธ์พบว่ามิติหลีกเลี่ยงก็มีความสัมพันธ์กับการหมกมุ่นครุ่นคิดอย่างมีนัยสำคัญเช่นกัน (Pearson, Watkins, Mullan, & Moberly, 2010; Turana, & Erdur-Bakerb, 2010)

เมื่อพิจารณาในเชิงทฤษฎี แม้บุคคลที่มีการหลีกเลี่ยงในความผูกพันสูงจะมีลักษณะมีความเห็นห่างทางจิตใจ และมีการควบคุมอารมณ์และความต้องการความผูกพันของตนเอง แต่ในทางกายภาพก็พบว่าผู้มีอัตราซีพจรสูงในสถานการณ์ความขัดแย้ง ซึ่ง Mikulincer (1998b) ได้อภิปรายว่าเป็นไปได้ที่บุคคลแบบหลีกเลี่ยงนี้อาจไม่ตระหนักในความโกรธของตนเอง แต่ก็เต็มไปด้วยความระแวง ไม่ไว้วางใจ เป็นปฏิปักษ์กับผู้อื่น และไม่สามารถลดความเครียดลงได้ อีกทั้งในงานวิจัยด้านการรับมือกับปัญหาและการเกิดอารมณ์ลบยังพบว่า ในสถานการณ์ร้ายแรงที่สะท้อนจิตใจหรือสร้างความเครียดมาก บุคคลแบบหลีกเลี่ยงนี้จะแสดงออกถึงความไม่มั่นคงในอารมณ์ออกมาไม่แตกต่างจากบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันประเภทอื่น (Birnbbaum, Orr, Mikulincer, & Florian, 1997) ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยที่ตรวจสอบความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพันกับบุคลิกภาพแบบ 5 องค์ประกอบ ที่พบว่ามิติหลีกเลี่ยงก็มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับด้านความไม่มั่นคงทางอารมณ์ (neuroticism) อย่างมีนัยสำคัญ (Nofhle & Shaver, 2006) ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงมีสมมติฐานสำหรับโมเดลทางเลือกว่า ความวิตกกังวลในความผูกพันมีอิทธิพลต่อลักษณะนิสัยการให้อภัยโดยมีตัวแปรหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่าน ส่วนการหลีกเลี่ยงในความผูกพันมีอิทธิพลต่อลักษณะนิสัยการให้อภัยโดยมีตัวแปรการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น และการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่าน

ดังนั้นผู้วิจัยจึงตั้งสมมติฐานของงานวิจัยข้อที่ 1 เป็นสมมติฐานรวม และสมมติฐานข้อที่ 2 และ 3 เป็นสมมติฐานของโมเดลหลัก ส่วนสมมติฐานข้อที่ 4 และ 5 เป็นสมมติฐานของโมเดลทางเลือก สุดท้ายผู้วิจัยจะเปรียบเทียบว่าระหว่างโมเดลหลักและโมเดลทางเลือก ว่าโมเดลใดสามารถอธิบายอิทธิพลของรูปแบบความผูกพันแบบไม่มั่นคงต่อลักษณะนิสัยการให้อภัยได้ดีกว่ากัน

## สมมติฐานการวิจัย

สมมติฐานข้อที่ 1 รูปแบบความผูกพันสามารถทำนายลักษณะนิสัยการให้อภัยได้

- 1.1 ความวิตกกังวลในความผูกพันสามารถทำนายลักษณะนิสัยการให้อภัยได้
- 1.2 การหลีกเลี่ยงในความผูกพันสามารถทำนายลักษณะนิสัยการให้อภัยได้

### สมมติฐานของโมเดลหลัก

สมมติฐานข้อที่ 2 ความวิตกกังวลในความผูกพันมีอิทธิพลทางอ้อมต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีตัวแปรการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่าน

สมมติฐานข้อที่ 3 การหลีกเลี่ยงในความผูกพันมีอิทธิพลทางอ้อมต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีตัวแปรการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นเป็นตัวแปรส่งผ่าน

สมมติฐานข้างต้น ปรากฏดังภาพที่ 5

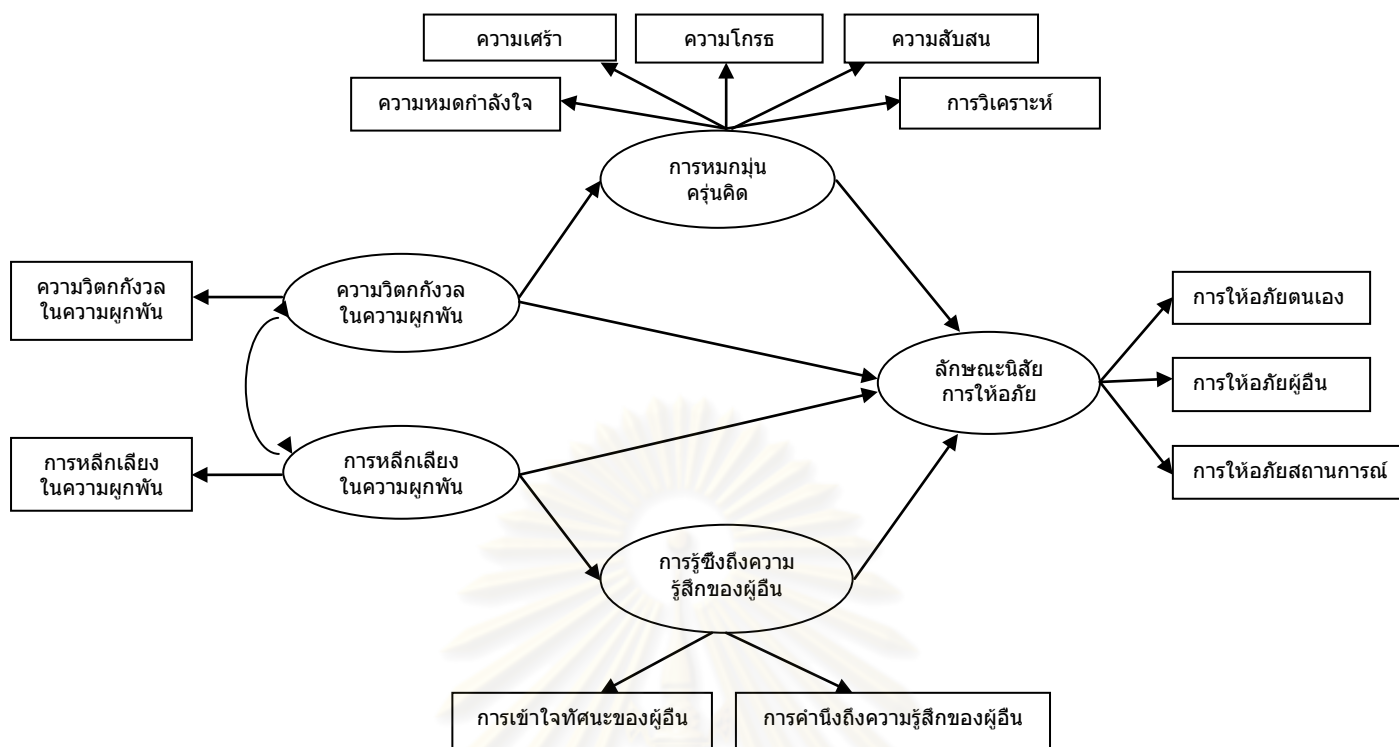
### สมมติฐานของโมเดลทางเลือก

สมมติฐานข้อที่ 4 ความวิตกกังวลในความผูกพันมีอิทธิพลทางอ้อมต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีตัวแปรการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่าน

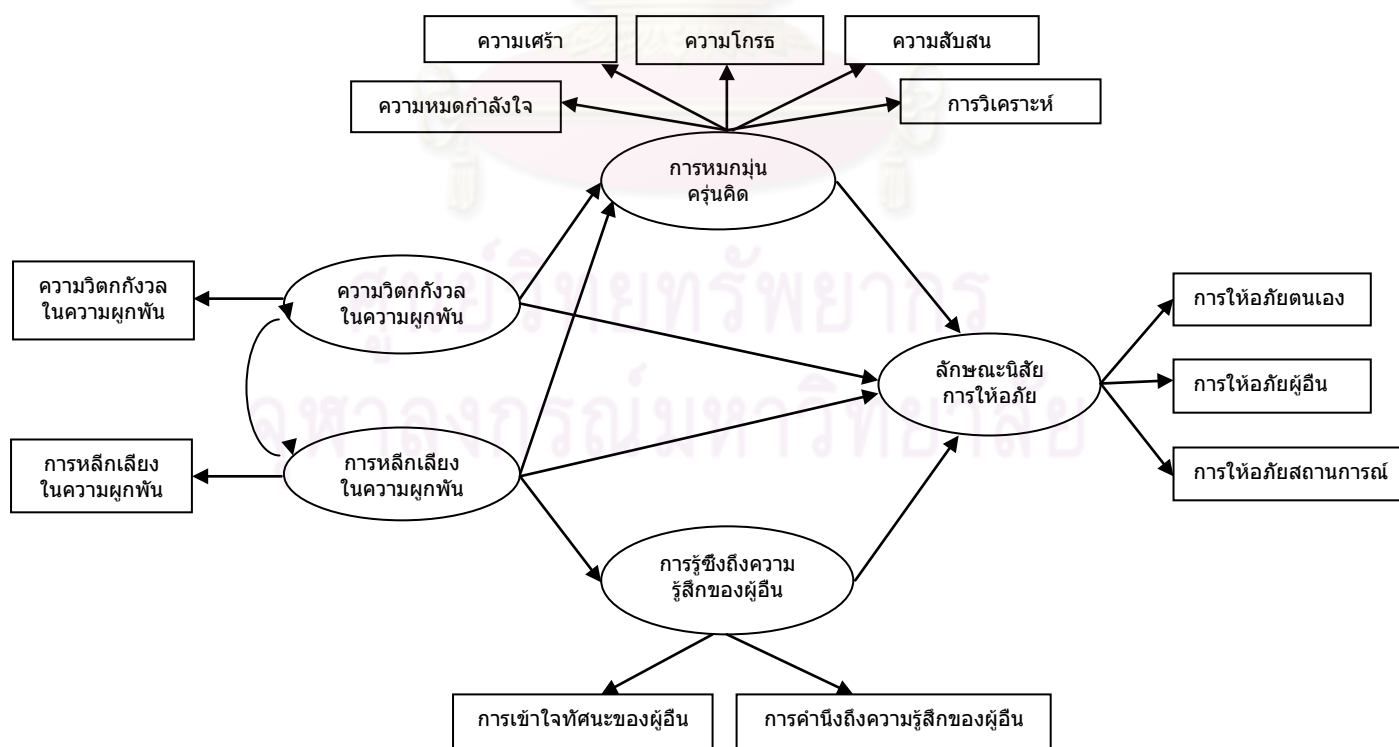
สมมติฐานข้อที่ 5 การหลีกเลี่ยงในความผูกพันมีอิทธิพลทางอ้อมต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีตัวแปรการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น และการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่าน

สมมติฐานข้างต้น ปรากฏดังภาพที่ 6

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาพที่ 5 โมเดลหลักในการวิจัย



ภาพที่ 6 โมเดลทางเลือกในการวิจัย



## คำจำกัดความในงานวิจัย

**ความวิตกกังวลในความผูกพัน** หมายถึง การที่บุคคลมองว่าตนเองไร้คุณค่า ไม่คู่ควรกับความรัก เนื่องจากบุคคลมีความรู้สึกทางลบต่อตนเอง แต่ขณะเดียวกันก็ต้องการการตอบสนองและการใส่ใจจากบุคคลที่ผูกพัน ทั้งยังหวาดกลัวการถูกทอดทิ้ง สำหรับในงานวิจัยนี้ ความวิตกกังวลในความผูกพัน คือ คะแนนที่ได้จากมาตรวัดรูปแบบความผูกพันในมิติวิตกกังวล

**การหลีกเลี่ยงในความผูกพัน** หมายถึง การที่บุคคลไม่ไว้วางใจในตัวผู้อื่น ไม่ต้องการความใกล้ชิดจากบุคคลที่ผูกพัน เนื่องจากบุคคลมีความรู้สึกทางลบต่อผู้อื่น อีกทั้งยังต้องการรักษาไว้ซึ่งความรู้สึกเป็นอิสระและพึ่งพาตนเอง สำหรับในงานวิจัยนี้การหลีกเลี่ยงในความผูกพัน คือ คะแนนที่ได้จากมาตรวัดรูปแบบความผูกพันในมิติหลีกเลี่ยง

**การหมกมุ่นครุ่นคิด** หมายถึง การคิดซ้ำไปซ้ำมาเกี่ยวกับเหตุการณ์ทางลบที่เกิดขึ้น โดยเป็นการคิดซ้ำถึงอาการความรู้สึกทางลบที่มีในขณะนั้น รวมไปถึงสาเหตุและผลลัพธ์ของเหตุการณ์ ทำให้บุคคลอ้างอารมณ์ทางลบนั้นไวยาวนาน หรืออาจทำให้มีอารมณ์ทางลบเพิ่มมากขึ้น สำหรับในงานวิจัยนี้การหมกมุ่นครุ่นคิด คือ คะแนนที่ได้จากมาตรวัดการหมกมุ่นครุ่นคิดในด้านต่างๆ ซึ่งมีองค์ประกอบ 5 ด้าน ได้แก่ ความเศร้า ความโกรธ ความสับสน ความหมัดกำลังใจ และการวิเคราะห้

**การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น** หมายถึง การเข้าใจในบทบาทหรือหยั่งรู้ในสิ่งที่ผู้อื่นรู้สึกด้วยความสอดคล้องทางอารมณ์หรือรู้สึกในสิ่งที่ผู้อื่นรู้สึก และตระหนักถึงอย่างเห็นอกเห็นใจ เอาใจใส่ และตอบสนองต่อสิ่งที่ผู้อื่นรู้สึก สำหรับในงานวิจัยนี้การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น คือ คะแนนที่ได้มาจากมาตรวัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น ซึ่งมีองค์ประกอบ 2 ด้าน ได้แก่

ด้านการเข้าใจทัศนะของผู้อื่น หมายถึง การเข้าใจหรือสามารถทำนายได้ถึงสิ่งที่ผู้อื่นคิด รู้สึก หรือกระทำ

ด้านการคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น หมายถึง การร่วมรู้สึกกับอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่นในระดับหนึ่ง หรือมีอารมณ์ตอบสนองที่เหมาะสมกับอารมณ์ความรู้สึกของผู้อื่น

**ลักษณะนิสัยการให้อภัย** หมายถึง นิสัยหรือแนวโน้มโดยเฉลี่ยของบุคคลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงการตอบสนองทางความคิด อารมณ์ และพฤติกรรม ต่อผู้กระทำผิด การกระทำผิด และผลสืบเนื่องที่ติดตามมาจากการกระทำผิดนั้น จากในทางลบให้เป็นไปในทางบวกหรือกลางๆ

โดยไม่จำเพาะกับสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง กับบุคคลใดบุคคลหนึ่ง หรือช่วงเวลาใด ช่วงเวลาหนึ่ง สำหรับในงานวิจัยนี้ลักษณะนิสัยการให้อภัย คือ คะแนนที่ได้มาจากมาตรวัด ลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยแบ่งการให้อภัยออกเป็น 3 ด้าน ได้แก่

การให้อภัยตนเอง หมายถึง เมื่อบุคคลกระทำบางสิ่งที่ทำให้ผู้ใดเจ็บปวด บุคคลได้ทราบถึงการกระทำนั้นของตน ยอมรับความรับผิดชอบของตนต่อความเจ็บปวดหรือความล้มเหลว ความผิดหวังที่ได้รับ บุคคลสามารถเอาชนะความไม่พอใจตนเองและกลับมาเคารพตนเองอีกครั้ง

การให้อภัยผู้อื่น หมายถึง การตอบสนองของบุคคลที่มีต่อผู้ที่กระทำผิด ทำให้บุคคลได้รับความเจ็บปวด โกรธ เสียใจ โดยเปลี่ยนความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรมทางลบต่อคนที่กระทำผิดนั้นไปสู่ภาวะกลางๆ หรือทางบวก

การให้อภัยสถานการณ์ หมายถึง เมื่อมีสถานการณ์บางอย่างที่นำไปสู่ความไม่พอใจ ชัดเคืองใจ เจ็บปวด หรือทำให้เกิดหวัง แต่ไม่สามารถระบุได้ว่าเป็นความผิดของผู้ใด (ทั้งตัวเราและผู้อื่น) บุคคลจึงรู้ว่าสถานการณ์เป็นสาเหตุ เช่น สิ่งแวดล้อมขณะนั้นทำให้เกิดความเจ็บป่วย หรืออุบัติเหตุ และบุคคลเปลี่ยนแปลงการตอบสนองทางลบที่เกิดขึ้นไปสู่ภาวะกลางๆ หรือทางบวก

### ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทำให้ทราบถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย รวมถึงความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของรูปแบบความผูกพันและลักษณะนิสัยการให้อภัย
2. ทำให้ทราบถึงบทบาทความเป็นตัวแปรส่งผ่านของการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นและการหมกมุ่นครุ่นคิด ในความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพันและลักษณะนิสัยการให้อภัย
3. ได้เครื่องมือวัดรูปแบบความผูกพันที่เป็นมาตรฐานมิติสำหรับสังคมไทย โดยประกอบด้วยมิติวิตกกังวลและมิติหลีกเลี่ยง และมีเนื้อหาไม่จำกัดเฉพาะในบริบทความสัมพันธ์เชิงคู่รัก แต่ยังเกี่ยวข้องกับความรัก ความรู้สึก พฤติกรรม เกี่ยวกับตนเองและบุคคลที่มีความสำคัญในชีวิต
4. ได้เครื่องมือวัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นที่ประกอบไปด้วยทั้งการตอบสนองทางปัญญาและการตอบสนองทางอารมณ์
5. ได้เครื่องมือวัดการหมกมุ่นครุ่นคิดที่มีโครงสร้างชัดเจนและผ่านการตรวจสอบแล้ว โดยมีเนื้อหาครอบคลุมด้านต่างๆ ได้แก่ ความเศร้า ความโกรธ ความสับสน ความหมดกำลังใจ และการวิเคราะห้

## บทที่ 2

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ มีวัตถุประสงค์เพื่อตรวจสอบความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของตัวแปรรูปแบบความผูกพันที่ส่งอิทธิพลถึงลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีตัวแปรการหมกมุ่นครุ่นคิดและการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นเป็นตัวแปรส่งผ่าน

#### กลุ่มตัวอย่าง

##### กลุ่มตัวอย่างในชั้นพัฒนามาตร

นิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1-5 จำนวน 266 คน เพศชาย 94 คน หญิง 170 คน (ไม่ระบุเพศจำนวน 2 คน) อายุระหว่าง 17-25 ปี ส่วนใหญ่เป็นนิสิตคณะจิตวิทยาและคณะวิศวกรรมศาสตร์ จำนวน 123 คน ที่เหลือเป็นนิสิตคณะอื่นๆ อีก 13 คณะ ดังตารางที่ 4

##### กลุ่มตัวอย่างที่ใช้จริง

นิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยระดับปริญญาตรี จำนวน 355 คน เพศชาย 103 คน หญิง 251 คน (ไม่ระบุเพศจำนวน 1 คน) อายุระหว่าง 17-24 ปี ส่วนใหญ่เป็นนิสิตคณะจิตวิทยาและคณะเภสัชศาสตร์ จำนวน 243 คน ที่เหลือเป็นนิสิตคณะอื่นๆ อีก 10 คณะ

#### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นมาตรวัดทั้งสิ้น 4 มาตร ได้แก่

1. มาตรวัดรูปแบบความผูกพัน
2. มาตรวัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น
3. มาตรวัดการหมกมุ่นครุ่นคิด
4. มาตรวัดลักษณะนิสัยการให้อภัย

#### การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย

ผู้วิจัยได้พัฒนามาตรวัด 3 มาตรแรกพร้อมกัน และเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างกลุ่มหนึ่งในคราวเดียว โดยได้รวมมาตรวัดทั้งหมดให้อยู่ในแบบสอบถามฉบับเดียวกัน และสลับการเรียงลำดับมาตร ทำให้มีแบบสอบถามทั้งสิ้น 6 ชุด (ชุด A ถึง F)

## ตารางที่ 3

จำนวนและร้อยละของตัวอย่างที่ใช้ในชั้นพัฒนามาตรวัดรูปแบบความผูกพัน มาตรวัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น และมาตรวัดการหมกมุ่นครุ่นคิด จำแนกตามลักษณะพื้นฐานต่างๆ (N = 266)

ตัวแปร	ลักษณะจำแนก	จำนวน	ร้อยละ
เพศ	ชาย	94	35.3
	หญิง	170	63.9
	ไม่ระบุ	2	0.8
อายุ (ปี)	17-19 ปี	89	33.5
	20-21 ปี	156	58.7
	22-25 ปี	18	6.7
	ไม่ระบุ	3	1.1
คณะ	จิตวิทยา	73	27.4
	วิศวกรรมศาสตร์	50	18.8
	วิทยาศาสตร์	25	9.4
	พาณิชยศาสตร์และการบัญชี	22	8.3
	ครุศาสตร์	22	8.3
	รัฐศาสตร์	19	7.1
	อื่นๆ อีก 9 คณะ	53	19.9
	ไม่ระบุ	2	0.8
ชั้นปี	ปี 1	42	15.8
	ปี 2	79	29.7
	ปี 3	86	32.3
	ปี 4-5	55	20.7
	ไม่ระบุ	4	1.5
ชุดของแบบสอบถาม	A	47	17.7
	B	44	16.5
	C	42	15.8
	D	46	17.3
	E	41	15.4
	F	46	17.3

เมื่อตรวจสอบข้อมูลขาดหาย พบว่ามีจำนวนตัวแปรที่มีข้อมูลขาดหาย 43 ตัวแปร จาก 112 ตัวแปร ผู้วิจัยได้ทดแทนข้อมูลขาดหายด้วยวิธีการวิเคราะห์ถดถอย (regression substitution) ซึ่งเป็นวิธีที่ทำให้ตัวแปรมีการกระจายตามความเป็นจริงมากกว่าการทดแทนด้วยค่าเฉลี่ย

## 1. มาตรฐานวัดรูปแบบความผูกพัน

### ขั้นตอนการสร้างมาตร

1. ศึกษามาตรที่ใช้วัดรูปแบบความผูกพันต่างๆ ทั้งมาตรวัดแบบ 2 มิติ และมาตรที่แบ่งรูปแบบความผูกพันออกเป็นประเภท 4 ประเภท ได้แก่

1.1 Experiences in Close Relationships-Revised: ECR-R ของ Fraley, Waller และ Brennan (2000) เป็นมาตรประมาณค่าแบบลิเคิร์ต (Likert scale) มีระดับการตอบ 7 ระดับ ตั้งแต่ไม่เห็นด้วยเลยไปจนถึงเห็นด้วยอย่างยิ่ง มาตรนี้มีข้อกระทงทั้งสิ้น 36 ข้อ โดยแบ่งออกเป็น 2 มิติ ได้แก่ มิติความวิตกกังวล และมิติหลีกเลี่ยง มิติละ 18 ข้อ เน้นถามถึงความสัมพันธ์เชิงคู่รัก

1.2 มาตรวัดรูปแบบความผูกพันของปารณีย์ อิมรนาวนิช (2545) เป็นมาตรวัดที่พัฒนามาจากมาตร ECR-R ของ Fraley และคณะ (2000) โดยแปลเป็นสำนวนไทยและสร้างข้อกระทงเพิ่มอีก 36 ข้อ รวมเป็น 72 ข้อ ภายหลังการคัดข้อกระทงแล้วเหลือ 48 ข้อ เป็นข้อกระทงในมิติด้านความวิตกกังวล 22 ข้อ และในมิติด้านการหลีกเลี่ยง 26 ข้อ เนื้อหาเน้นถามถึงความสัมพันธ์เชิงคู่รัก

1.3 Relationship Scales Questionnaire: RSQ ของ Griffin และ Bartholomew (1994) มาตรนี้เป็นมาตรที่สามารถนำมาคำนวณแล้วให้คะแนนเป็น 2 มิติ คือรูปแบบของตนเอง และรูปแบบของผู้อื่น แล้วยังสามารถคำนวณแล้วแบ่งบุคคลออกเป็น 4 ประเภทได้อีกด้วย พัฒนาข้อกระทงมาจากมาตร Relationship Questionnaire: RQ (Bartholomew & Horowitz, 1991) และ Adult Attachment Scale: AAS (Collins & Read, 1990) มาตรนี้ประกอบไปด้วยข้อกระทงทั้งหมด 30 ข้อ โดยถามถึงความสัมพันธ์เชิงคู่รัก และความสัมพันธ์โดยทั่วไปกับบุคคลอื่นๆ

1.4 Albany Measure of Attachment Styles: AMAS ของ McGowan, Daniels, และ Byrne (2000 อ้างถึงใน อรพรรณ ภารพ, 2546) เป็นมาตรวัดที่มีข้อคำถามแบ่งออกเป็น 4 ด้าน คือรูปแบบความผูกพันทั้ง 4 ประเภท ได้แก่ มั่นคง หมกมุ่น หวังเมิน และหวาดหวั่น ทำให้ผู้ตอบแต่ละคนมีคะแนนรูปแบบความผูกพันทั้ง 4 ประเภทเป็นคะแนนต่อเนื่อง เนื้อหาในมาตรนี้นอกจากถามเกี่ยวกับเรื่องความสัมพันธ์ ยังถามถึงพฤติกรรม ความรู้สึก และความเชื่อโดยทั่วไปอีกด้วย สรุปและเปรียบเทียบมาตรวัดรูปแบบความผูกพันมาตรต่างๆ แสดงในตารางที่ 4

2. จากการศึกษามาตรทั้ง 4 มาตรข้างต้น ผู้วิจัยได้คัดเลือกข้อกระทงที่เหมาะสม คือมีเนื้อหาทั้งที่เกี่ยวกับความสัมพันธ์เชิงคู่รัก และเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับความเชื่อ ความรู้สึก พฤติกรรม

ตารางที่ 4

การสรุปและเปรียบเทียบรายละเอียดของมาตรวัดรูปแบบความผูกพันมาตรฐานต่างๆ ที่ศึกษา

ชื่อผู้สร้าง/พัฒนา	Fraley, Waller และ Brennan (2000)	ปารณีย์ อิมธนาวนิช (2545)	Griffin และ Bartholomew (1994)	McGowan, Daniels, และ Byrne (2000)
มาตร	Experiences in Close Relationships-Revised: ECR-R	มาตรวัดรูปแบบความผูกพัน	Relationship Scales Questionnaire: RSQ	Albany Measure of Attachment Styles: AMAS
จำนวนข้อกระทง	36	48	30	40
มาตรประเมิน	ลิเคิร์ต 7 ช่วง	ลิเคิร์ต 5 ช่วง	ลิเคิร์ต 5 ช่วง	ลิเคิร์ต 7 ช่วง (อรพรรณ ภากรพบ, 2546)
จำนวนมิติ	2	2	ส่วนใหญ่จำแนกเป็น 4	4
รายละเอียดของมิติ	1. Anxiety 2. Avoidance	1. มิติวิตกกังวล 2. มิติหลีกเลี่ยง	1. Secure 2. Preoccupied 3. Dismissing 4. Fearful	1. Secure 2. Preoccupied 3. Dismissing 4. Fearful
ขอบเขตเนื้อหา	ความสัมพันธ์เชิงคู่รัก	ความสัมพันธ์เชิงคู่รัก	ความสัมพันธ์เชิงคู่รัก และความสัมพันธ์โดยทั่วไปกับบุคคลอื่นๆ	ความสัมพันธ์ พฤติกรรม ความรู้สึก และความเชื่อโดยทั่วไป

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

เกี่ยวกับตนเองและบุคคลที่มีความสำคัญในชีวิต โดยเลือกไม่ให้มีเนื้อหาซ้ำซ้อนกัน และเนื่องจากผู้วิจัยต้องการมาตรวัดแบบ 2 มิติ ดังนั้นสำหรับมาตรวัดแบบ 4 ประเภท ข้อกระทงที่อยู่ในประเภทหมกมุ่นจะถูกจัดให้อยู่ในมิติวิตกกังวล ข้อกระทงที่อยู่ในรูปแบบหมางเมินจะถูกจัดอยู่ในมิติหลีกเลี่ยง ส่วนข้อกระทงที่อยู่ในประเภทมั่นคงและหวาดหวั่นจะถูกพิจารณาตามเนื้อหาว่าเหมาะสมให้จัดอยู่ในมิติใด จากนั้นนำไปให้อาจารย์จรัสกุล บุรพวงศ์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ตรวจสอบและแก้ไข จนในที่สุดได้ข้อกระทงจำนวน 40 ข้อ เป็นมิติวิตกกังวล 20 ข้อ และมิติหลีกเลี่ยง 20 ข้อ เป็นข้อกระทงทางบวก 35 ข้อ ทางลบ 5 ข้อ ดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5

จำนวนข้อกระทงของมาตรวัดรูปแบบความผูกพันต่างๆ ที่คัดเลือกมาใช้

มาตร	จำนวนข้อกระทง				
	มิติวิตกกังวล		มิติหลีกเลี่ยง		รวม
	ทางบวก	ทางลบ	ทางบวก	ทางลบ	
Experiences in Close Relationships-Revised: ECR-R	7	-	-	3	10
Relationship Scales Questionnaire: RSQ	3	-	4	-	7
Albany Measure of Attachment Styles: AMAS	10	-	9	1	20
มาตรวัดรูปแบบความผูกพันของ ปารณีย์ อิมธนาวนิช	-	-	2	1	3
รวม	20	0	15	5	40

#### ตัวอย่างคำถาม

##### มิติวิตกกังวล

- ฉันกลัวการอยู่อย่างโดดเดี่ยว
- ฉันกลัวว่าเมื่อคนที่ฉันรักรู้จักฉันแล้ว เขาจะไม่ชอบตัวตนที่แท้จริงของฉัน

##### มิติหลีกเลี่ยง

- ฉันชอบอยู่ตัวคนเดียว
- ฉันรู้สึกอึดอัดเมื่ออยู่ใกล้ชิดกับผู้อื่น

ผู้ตอบต้องตอบว่าข้อความนั้นๆ ตรงกับตัวของผู้ตอบเพียงใด โดยระบุความคิดเห็นบนมาตรประมาณค่า 7 ช่วงคะแนน ดังนี้

- 1 = ไม่ตรงเลย หมายถึง ข้อความนี้ไม่ตรงเลยกับตัวฉัน
- 2 = ไม่ตรงปานกลาง หมายถึง ข้อความนี้ไม่ตรงปานกลางกับตัวฉัน
- 3 = ไม่ตรงเล็กน้อย หมายถึง ข้อความนี้ไม่ตรงเล็กน้อยกับตัวฉัน

4 = ตรงและไม่ตรงพอๆ กัน หมายถึง ข้อความนี้ตรงและไม่ตรงพอๆ กันกับตัวฉัน

5 = ตรงเล็กน้อย หมายถึง ข้อความนี้ตรงเล็กน้อยกับตัวฉัน

6 = ตรงปานกลาง หมายถึง ข้อความนี้ตรงปานกลางกับตัวฉัน

7 = ตรงมาก หมายถึง ข้อความนี้ตรงมากกับตัวฉัน

สำหรับข้อกระทงทางลบเกณฑ์การให้คะแนนจะกลับทิศทางการ

3. นำมาตรวจดูรูปแบบความผูกพันที่สร้างขึ้นไปเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยจริงแต่มีลักษณะใกล้เคียงกัน คือเป็นนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยระดับปริญญาตรีชั้นปีที่ 1-5 จำนวน 266 คน เพศชาย 94 คน เพศหญิง 170 คน (ไม่ระบุเพศจำนวน 2 คน) อายุระหว่าง 17-25 ปี ดังที่ระบุไว้ข้างต้นในตารางที่ 3

4. นำข้อมูลที่ได้มาประมวลผลด้วยโปรแกรม SPSS for Windows โดยแยกวิเคราะห์แต่ละมิติ เริ่มต้นด้วยการใช้สถิติทดสอบที ( $t$ -test independent) วิเคราะห์ข้อกระทงรายข้อ โดยกำหนดเกณฑ์เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 73 หรือสูงกว่าแบ่งเป็นกลุ่มสูง และเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 27 หรือต่ำกว่าเป็นกลุ่มต่ำ ในมิติวิตกกังวลมีกลุ่มสูง 73 คน (ช่วงคะแนน 93-128 คะแนน) และกลุ่มต่ำ 74 คน (ช่วงคะแนน 43-73 คะแนน) ส่วนมิติหลีกเลี่ยงมีกลุ่มสูง 74 คน (ช่วงคะแนน 83-121 คะแนน) และกลุ่มต่ำ 73 คน (ช่วงคะแนน 38-66 คะแนน) เมื่อหาค่าคะแนนความแตกต่างของคะแนนรายข้อของทั้ง 2 กลุ่ม โดยใช้การทดสอบค่าที่ที่ระดับนัยสำคัญ .01 ปรากฏว่า ข้อกระทงทุกข้อของทั้งสองมิติผ่านเกณฑ์

5. นำข้อกระทงที่ผ่านเกณฑ์ข้างต้นมาวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ในมาตร (corrected item-total correlation หรือ CITC) แล้วนำไปเทียบกับค่า  $r$  วิฤตของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันที่ระดับนัยสำคัญ .01 (สำหรับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 266 คน ผู้วิจัยใช้เกณฑ์  $r = .20$ ) ข้อกระทงใดที่มีค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ในมาตรต่ำกว่าค่า  $r$  ที่กำหนดไว้ถูกคัดออก ในขั้นนี้ ข้อกระทงในมิติวิตกกังวลผ่านเกณฑ์ 18 ข้อ ไม่ผ่าน 2 ข้อ ขณะที่ข้อกระทงในมิติหลีกเลี่ยงผ่านเกณฑ์ 17 ข้อ ไม่ผ่าน 3 ข้อ

สรุป มาตรวจดูรูปแบบความผูกพันมีข้อกระทงที่ผ่านการคัดเลือกทั้งสิ้น 35 ข้อ มิติวิตกกังวลมีข้อกระทงจำนวน 18 ข้อ และมิติหลีกเลี่ยงมีข้อกระทงจำนวน 17 ข้อ ซึ่งเป็นข้อกระทงทางบวก 30 ข้อ ทางลบ 5 ข้อ ดังตารางที่ 6



## ตารางที่ 6

จำนวนข้อกระทงของมาตรวัดรูปแบบความผูกพันต่างๆ ภายหลังจากคัดเลือก

มาตร	จำนวนข้อกระทง				รวม
	มิติวิตกกังวล		มิติหลีกเลี่ยง		
	ทางบวก	ทางลบ	ทางบวก	ทางลบ	
Experiences in Close Relationships-Revised: ECR-R	7	-	-	3	10
Relationship Scales Questionnaire: RSQ	3	-	2	-	5
Albany Measure of Attachment Styles: AMAS	8	-	8	1	17
มาตรวัดรูปแบบความผูกพันของ ปารณีย์ อิมธนาวณิช	-	-	2	1	3
รวม	18	0	12	5	35

6. ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ความเที่ยง (reliability) โดยคำนวณค่าความเที่ยงแบบสอดคล้องภายใน (internal consistency) ด้วยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาแบบครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) พบว่าความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของแต่ละมิติและความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของมาตรทั้งมาตรอยู่ในระดับค่อนข้างสูง ดังตารางที่ 7

## ตารางที่ 7

ความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของมาตรวัดรูปแบบความผูกพัน ( $N = 266$ )

มิติ	จำนวนข้อกระทง	สัมประสิทธิ์แอลฟา
มิติวิตกกังวล	18	.84
มิติหลีกเลี่ยง	17	.78
รวมทั้งมาตร	35	.85

## 2. มาตรการวัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น

### ขั้นตอนการสร้างมาตร

1. ศึกษามาตรต่างๆ ที่ใช้วัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น ทั้งมาตรวัดที่มีภาวะสันนิษฐานถึงการตอบสนองทางปัญญา คือ การเข้าใจทัศนะของผู้อื่น และการตอบสนองทางอารมณ์ คือ การคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น ได้แก่

1.1 Emotional Empathic Tendency Scale: EETS ของ Mehrabian และ Epstein (1972) มาตรนี้เป็นมาตรวัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นที่เป็นการตอบสนองทางอารมณ์ (emotional empathy) มีข้อกระทง 33 ข้อ บรรจุอยู่ใน 7 องค์ประกอบ

1.2 Multi-Dimensional Emotional Empathy Scale: MEES ของ Caruso และ Mayer (1998) เป็นมาตรที่พัฒนาต่อจากมาตร EETS แต่ได้ยุบองค์ประกอบเหลือ 6 องค์ประกอบ ดังนี้ Empathic Suffering, Emotional Contagion, Responsive Crying, Positive Sharing, Feel for Others และ Emotional Attention มีข้อกระทงทั้งสิ้น 30 ข้อ เป็นมาตรประมาณค่า 5 ระดับ

1.3 Interpersonal Reactivity Index: IRI ของ Davis (1980) เป็นมาตรที่ผสมทั้งการตอบสนองทางปัญญาและทางอารมณ์ ประกอบไปด้วยข้อกระทง 28 ข้อ โดยมีทั้งสิ้น 4 มิติ (มิติละ 7 ข้อ) ได้แก่ Perspective taking (PT), Fantasy (F), Empathic concern (EC) และ Personal distress (PD) ผู้วิจัยเลือกนำมาใช้เฉพาะมิติ PT และ EC เนื่องจากอีกสองมิติที่เหลือผู้วิจัยเห็นว่าไม่ตรงกับภาวะสันนิษฐานในงานวิจัยนี้

1.4 Empathy Quotient: EQ ของ Baron-Cohen และ Wheelwright (2004) มาตรนี้กล่าวถึงการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นทั้งในการตอบสนองทางปัญญาและทางอารมณ์เช่นกัน หากแต่ไม่มีการแยกเป็นมิติใดๆ โดยให้เหตุผลว่าเป็นการยากที่จะแยกองค์ประกอบทั้งสองออกจากกัน มาตรนี้ประกอบไปด้วยข้อกระทงที่เกี่ยวกับการรู้ซึ่งถึงจิตใจของผู้อื่น 40 ข้อ

สรุปและเปรียบเทียบมาตรวัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นต่างๆ แสดงในตารางที่ 8

2. จากการศึกษามาตรทั้ง 4 มาตรข้างต้น ผู้วิจัยได้คัดเลือกข้อกระทงที่เหมาะสม คือมีเนื้อหาเกี่ยวข้องกับเข้าใจทัศนะของผู้อื่น และการคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น โดยเลือกให้มีเนื้อหาครอบคลุม แต่ไม่ซ้ำซ้อนกัน จากนั้นนำไปให้อาจารย์จรุงกุล บุรพวงศ์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ตรวจสอบและแก้ไข จนในที่สุดได้ข้อกระทงจำนวน 32 ข้อ เป็นด้านการเข้าใจทัศนะของผู้อื่น 16 ข้อ และด้านการคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น 16 ข้อ ซึ่งเป็นข้อกระทงทางบวก 20 ข้อ และข้อกระทงทางลบ 12 ข้อ ดังตารางที่ 9

ตารางที่ 8

การสรุปและเปรียบเทียบรายละเอียดของมาตรวัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นมาตรฐานต่างๆ ที่ศึกษา

ชื่อผู้สร้าง/พัฒนา	Mehrabian และ Epstein (1972)	Caruso และ Mayer (1998)	Davis (1980)	Baron-Cohen และ Wheelwright (2004)
มาตร	Emotional Empathic Tendency Scale: EETS	Multi-Dimensional Emotional Empathy Scale: MEES	Interpersonal Reactivity Index: IRI	Empathy Quotient: EQ
จำนวนข้อกระทง	33	30	28	40
มาตรประเมิน	ลิเคิร์ต 9 ช่วง	ลิเคิร์ต 5 ช่วง	ลิเคิร์ต 5 ช่วง	ลิเคิร์ต 7 ช่วง
จำนวนมิติ	7	6	4	ไม่มีองค์ประกอบย่อย
รายละเอียดของมิติ	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Susceptibility to emotional contagion</li> <li>2. Appreciation of the feelings of unfamiliar and distant others</li> <li>3. Extreme emotional responsiveness</li> <li>4. Tendency to be moved by others' positive emotional experiences</li> <li>5. Tendency to be moved by others' negative emotional experiences</li> <li>6. Willingness to be in contact with others who have problems</li> <li>7. Sympathetic tendency</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Empathic suffering</li> <li>2. Emotional contagion</li> <li>3. Responsive crying</li> <li>4. Positive sharing</li> <li>5. Feel for others</li> <li>6. Emotional attention</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Fantasy</li> <li>2. Perspective taking</li> <li>3. Empathic concern</li> <li>4. Personal distress</li> </ol>	-
ขอบเขตเนื้อหา	การตอบสนองทางอารมณ์	การตอบสนองทางอารมณ์	การตอบสนองทางปัญญาและทางอารมณ์	การตอบสนองทางปัญญาและทางอารมณ์

## ตารางที่ 9

จำนวนข้อกระทงของมาตรวัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นต่างๆ ที่คัดเลือกมาใช้

มาตร	จำนวนข้อกระทง				รวม
	การเข้าใจทัศนะ ของผู้อื่น		การคำนึงถึง ความรู้สึกของผู้อื่น		
	ทางบวก	ทางลบ	ทางบวก	ทางลบ	
Emotional Empathic Tendency Scale: EETS	-	-	2	4	6
Multi-Dimensional Emotional Empathy Scale: MEES	-	-	1	-	1
Interpersonal Reactivity Index: IRI	5	2	4	3	14
Empathy Quotient: EQ	7	2	1	1	11
รวม	12	4	8	8	32

## ตัวอย่างคำถาม

## ด้านการเข้าใจทัศนะของผู้อื่น

- บางครั้งเป็นเรื่องยากสำหรับฉันที่จะมองเห็นสิ่งต่างๆ จากมุมมองของผู้อื่น (ข้อกระทงทางลบ)
- เวลาที่ฉันโมโหใคร ฉันมักพยายาม “เอาใจเขามาใส่ใจเรา” สักครู่หนึ่ง

## ด้านการคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น

- บ่อยครั้งฉันรู้สึกสงสารและเป็นห่วงความรู้สึกของคนที่ไม่ดีน้อยกว่าฉัน
- บางครั้งฉันไม่รู้สึกเสียใจมากนักกับคนอื่นเมื่อเขากำลังมีปัญหา (ข้อกระทงทางลบ)

ผู้ตอบต้องตอบว่าข้อความนั้นๆ ตรงกับตัวของผู้ตอบเพียงใด โดยระบุความคิดเห็นบนมาตรประมาณค่า 7 ช่วงคะแนน ดังนี้

- 1 = ไม่ตรงเลย หมายถึง ข้อความนี้ไม่ตรงเลยกับตัวฉัน
- 2 = ไม่ตรงปานกลาง หมายถึง ข้อความนี้ไม่ตรงปานกลางกับตัวฉัน
- 3 = ไม่ตรงเล็กน้อย หมายถึง ข้อความนี้ไม่ตรงเล็กน้อยกับตัวฉัน
- 4 = ตรงและไม่ตรงพอๆ กัน หมายถึง ข้อความนี้ตรงและไม่ตรงพอๆ กันกับตัวฉัน
- 5 = ตรงเล็กน้อย หมายถึง ข้อความนี้ตรงเล็กน้อยกับตัวฉัน
- 6 = ตรงปานกลาง หมายถึง ข้อความนี้ตรงปานกลางกับตัวฉัน
- 7 = ตรงมาก หมายถึง ข้อความนี้ตรงมากกับตัวฉัน

สำหรับข้อกระทงทางลบเกณฑ์การให้คะแนนจะกลับทิศทางการ

3. นำมาตรวัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นที่สร้างขึ้นไปเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างกลุ่มเดียวกับที่เก็บสำหรับมาตรวัดรูปแบบความผูกพัน

4. นำข้อมูลที่ได้มาประมวลผลด้วยโปรแกรม SPSS for Windows ใช้สถิติทดสอบที ( $t$ -test independent) วิเคราะห์ข้อกระทงรายข้อ โดยกำหนดเกณฑ์เปอร์เซ็นต์ที่ 73 หรือสูงกว่า แบ่งเป็นกลุ่มสูง และเปอร์เซ็นต์ที่ 27 หรือต่ำกว่าเป็นกลุ่มต่ำ โดยวิเคราะห์แยกตามแต่ละด้าน ด้านการเข้าใจทัศนะของผู้อื่นมีกลุ่มสูง 71 คน (ช่วงคะแนน 83-104 คะแนน) และกลุ่มต่ำ 73 คน (ช่วงคะแนน 48-70 คะแนน) ส่วนด้านการคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่นมีกลุ่มสูง 70 คน (ช่วงคะแนน 82-103 คะแนน) และกลุ่มต่ำ 74 คน (ช่วงคะแนน 33-70 คะแนน) เมื่อหาค่าคะแนนความแตกต่างของคะแนนรายข้อของทั้ง 2 กลุ่ม โดยใช้การทดสอบค่าทีที่ระดับนัยสำคัญ .01 ปรากฏว่า ด้านการเข้าใจทัศนะของผู้อื่นมีข้อกระทงผ่านเกณฑ์ 15 ข้อ ไม่ผ่าน 1 ข้อ เช่นเดียวกับด้านการคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น

5. นำข้อกระทงที่ผ่านเกณฑ์ข้างต้นมาวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ในมาตร (corrected item-total correlation หรือ CITC) แล้วนำไปเทียบกับค่า  $r$  วิกฤตของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันที่ระดับนัยสำคัญ .01 (สำหรับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 266 คน ผู้วิจัยใช้เกณฑ์  $r = .20$ ) ข้อกระทงใดที่มีค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ในมาตรต่ำกว่าค่า  $r$  วิกฤตได้ถูกคัดออก ในขั้นนี้ ด้านการคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่นผ่านเกณฑ์ 14 ข้อ ไม่ผ่าน 1 ข้อ ขณะที่ด้านการเข้าใจทัศนะของผู้อื่นผ่านเกณฑ์ทุกข้อ แต่เพื่อให้มีข้อกระทงจำนวนเท่ากัน ผู้วิจัยจึงตัดข้อที่มีค่า CITC ต่ำสุดออกไป 1 ข้อ ให้เหลือ 14 ข้อ

สรุป ข้อกระทงของมาตรวัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นภายหลังการคัดเลือกมีจำนวนทั้งสิ้น 28 ข้อ เป็นองค์ประกอบทางอารมณ์และทางปัญญาอย่างละ 14 ข้อ เป็นข้อกระทงทางบวก 19 ข้อ และข้อกระทงทางลบ 9 ข้อ ดังตารางที่ 10

ศูนย์วิจัยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ตารางที่ 10

จำนวนข้อกระทงของมาตรวัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นต่างๆ ภายหลังจากคัดเลือก

มาตร	จำนวนข้อกระทง				รวม
	การเข้าใจทัศนะ ของผู้อื่น		การคำนึงถึง ความรู้สึกของผู้อื่น		
	ทางบวก	ทางลบ	ทางบวก	ทางลบ	
Emotional Empathic Tendency Scale: EETS	-	-	2	2	4
Multi-Dimensional Emotional Empathy Scale: MEES	-	-	1	-	1
Interpersonal Reactivity Index: IRI	5	1	4	3	13
Empathy Quotient: EQ	6	2	1	1	10
รวม	11	3	8	6	28

6. ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ความเที่ยง (reliability) โดยคำนวณค่าความเที่ยงแบบสอดคล้องภายใน (internal consistency) ด้วยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาแบบครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) พบว่าความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในแต่ละองค์ประกอบและความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของมาตรทั้งมาตรอยู่ในระดับค่อนข้างสูง ดังตารางที่ 11

## ตารางที่ 11

ความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของมาตรวัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น (N = 266)

องค์ประกอบ	จำนวนข้อกระทง	สัมประสิทธิ์แอลฟา
ด้านการเข้าใจทัศนะของผู้อื่น	14	.83
ด้านการคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น	14	.78
รวมทั้งมาตร	28	.85

### 3. มาตรการจัดการหมกมุ่นครุ่นคิด

#### ขั้นตอนการสร้างมาตร

1. ผู้วิจัยนำมาตรลักษณะนิสัยครุ่นคิดที่พัฒนามาแล้วของนริศรา ศรีทองสุข (2551) มาศึกษา โดยมาตรของนริศราประกอบไปด้วยข้อกระทงที่นำมาจากมาตรภาษาอังกฤษ 6 มาตร ดังนี้

1.1 Dissipation-Rumination Scale: DRS ของ Caprara (1986) เป็นมาตรประมาณค่าแบบลิเคิร์ต โดยมีระดับการตอบ 6 ระดับ จาก 0 = ไม่จริงเลย ถึง 5 = จริงที่สุด ประกอบด้วยข้อกระทงที่สอบถามการรับรู้สถานการณ์ทางลบระหว่างบุคคล การผูกใจเจ็บ และแนวโน้มในการแก้แค้น จำนวน 20 ข้อ

1.2 Ruminative Response Scale: RRS ของ Nolen-Hoeksema และ Morrow (1991) ประกอบไปด้วยข้อความที่มุ่งเน้นไปที่การรายงานพฤติกรรมตนเอง รวมทั้งสิ้น 22 ข้อ ซึ่งพัฒนามาจาก Ruminative Styles Questionnaire: RSQ ของ Nolen-Hoeksema และคณะ (1990) จำนวน 71 ข้อ มาตร RRS นี้เป็นมาตรประมาณค่าแบบลิเคิร์ต โดยมีระดับการตอบ 4 ระดับ จาก 1 = เกือบจะไม่เคยเลย ถึง 4 = ส่วนใหญ่เป็นแบบนั้น

1.3 Sadness and Anger Rumination Inventory: SARI ของ Peled (2006) เป็นมาตรประมาณค่าแบบลิเคิร์ต โดยมีระดับการตอบ 5 ระดับ จาก 1 = ไม่เคยเลย ถึง 5 = เป็นแบบนั้นเสมอ เป็นมาตรที่สอบถามเกี่ยวกับความคิดและการรับรู้อารมณ์โกรธและอารมณ์เศร้าของตนเอง ประกอบด้วยข้อกระทง 22 ข้อ (ในมาตรของนริศราเลือกเพียงเฉพาะข้อกระทงที่เกี่ยวกับอารมณ์โกรธ 11 ข้อ เนื่องจากงานวิจัยของนริศรา ศรีทองสุข (2551) ศึกษาเกี่ยวกับการก้าวร้าวแทนที่)

1.4 Emotion Control Questionnaire: ECQ ของ Roger และ Najarian (1989) เป็นมาตรแบบเลือกตอบถูก-ผิด ที่สอบถามเกี่ยวกับการควบคุมอารมณ์ในทางบวกและทางลบของบุคคล ทั้งสิ้น 56 ข้อ ใน 4 องค์ประกอบ ส่วนองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการครุ่นคิดมีจำนวน 14 ข้อ (Roger & Najarian เรียกองค์ประกอบนี้ว่า Rehearsal)

1.5 Anger Rumination Scale: ARS ของ Sukhodolsky, Golub และ Cromwell (2001) เป็นมาตรประมาณค่าแบบลิเคิร์ต โดยมีระดับการตอบ 5 ระดับ เช่นเดียวกับมาตร SARI มาตรนี้เป็นมาตรที่ศึกษาการรับรู้ ความคิด และความทรงจำของบุคคลเกี่ยวกับความโกรธ มี 4 องค์ประกอบ จากข้อกระทง 19 ข้อ

1.6 Scott-McIntosh Rumination Inventory: SMRI ของ Scott และ McIntosh (1999) เป็นมาตรประมาณค่าแบบลิเคิร์ต โดยมีระดับการตอบ 7 ระดับ จาก 0 =

ไม่สามารถบรรยายขั้นได้เลย ถึง 6 = สามารถบรรยายขั้นได้ดี ประกอบด้วยข้อ  
 กระทั่ง 9 ข้อ มี 3 องค์ประกอบที่เป็นเนื้อหาเกี่ยวกับการครุ่นคิดถึงความแตกต่าง  
 ระหว่างสิ่งที่เป็นอย่างอยู่และความมุ่งหวัง

นอกเหนือจากมาตรทั้ง 6 มาตรที่นริศรา ศรีทองสุข (2551) นำมาพัฒนาใช้เป็นมาตรวัด  
 ลักษณะนิสัยครุ่นคิดแล้ว ผู้วิจัยยังได้ศึกษาเพิ่มอีกหนึ่งมาตร คือ

1.7 Rumination-Reflection Questionnaire: RRQ ของ Trapnell และ Campbell  
 (1999) เป็นมาตรประมาณค่าแบบลิเคิร์ต โดยมีระดับการตอบ 5 ระดับ จาก 1 =  
 ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ถึง 5 = เห็นด้วยอย่างยิ่ง สอบถามเกี่ยวกับการครุ่นคิดใน  
 ทางบวกและทางลบ จำนวน 28 ข้อ นำมาเฉพาะข้อที่เป็นการครุ่นคิดทางลบ  
 สรุปและเปรียบเทียบมาตรวัดการหมกมุ่นครุ่นคิดมาตรต่างๆ แสดงในตารางที่ 12

2. จากการศึกษามาตรทั้ง 7 มาตรข้างต้น ผู้วิจัยได้คัดเลือกข้อกระทงที่เหมาะสม คือมี  
 เนื้อหาเกี่ยวข้องกับการครุ่นคิดเกี่ยวกับอารมณ์ทางลบ โดยเลือกให้มีเนื้อหาครอบคลุมหลายๆ  
 อารมณ์ แต่ไม่ซ้ำซ้อนกัน และพยายามจัดให้มีข้อกระทงเกี่ยวกับอารมณ์ทางลบต่างๆ เช่น อารมณ์  
 โกรธ อารมณ์เศร้า ในจำนวนที่พอๆ กัน จากนั้นนำไปให้อาจารย์จรุงกุล บุรพวงศ์ อาจารย์ที่ปรึกษา  
 วิทยานิพนธ์ตรวจสอบและแก้ไข จนในที่สุดได้ข้อกระทงจำนวน 40 ข้อ โดยไม่ได้แบ่งองค์ประกอบ  
 ไว้ล่วงหน้า ดังตารางที่ 13

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ตารางที่ 12

การสรุปและเปรียบเทียบรายละเอียดของมาตรวัดการหมกมุ่นครุ่นคิดมาตรฐานต่างๆ ที่ศึกษา

ชื่อผู้สร้าง/พัฒนา	Caprara (1986)	Nolen-Hoeksema และ Morrow (1991)	Peled (2006)	Roger และ Najarian (1989)	Sukhodolsky, Golub และ Cromwell (2001)	Scott และ McIntosh (1999)	Trapnell และ Campbell (1999)
มาตร	Dissipation-Rumination Scale: DRS	Ruminative Response Scale: RRS	Sadness and Anger Rumination Inventory: SARI	Emotion Control Questionnaire: ECQ	Anger Rumination Scale: ARS	Scott-McIntosh Rumination Inventory: SMRI	Rumination-Reflection Questionnaire: RRQ
จำนวนข้อกระทง	20	22	22	56	19	9	28
มาตรประเมิน	ลิเคิร์ต 6 ช่วง	ลิเคิร์ต 4 ช่วง	ลิเคิร์ต 5 ช่วง	เลือกตอบถูก/ผิด	ลิเคิร์ต 5 ช่วง	ลิเคิร์ต 7 ช่วง	ลิเคิร์ต 5 ช่วง
จำนวนมิติ	ไม่มีองค์ประกอบ	3	2	4	4	3	2
รายละเอียดของมิติ	-	1. Self-focus 2. Symptom-focus 3. Causes or consequences-focus	1. Anger rumination 2. Sadness rumination	1. Rehearsal 2. Emotional inhibition 3. Benign control 4. Aggression control	1. Angry afterthoughts 2. Thoughts of revenge 3. Angry memories 4. Understanding of causes	1. Emotionality 2. Distraction 3. Motivation	1. Rumination 2. Reflection
ขอบเขตเนื้อหา	แนวโน้มการผูกใจเจ็บและแก้แค้นจากการถูกระทำผิด	พฤติกรรมที่แสดงถึงการครุ่นคิด	ความคิดและการรับรู้อารมณ์โกรธและอารมณ์เศร้าของตน	การควบคุมอารมณ์แบบบวกและแบบลบ	การครุ่นคิดเกี่ยวกับอารมณ์โกรธ	การครุ่นคิดถึงความแตกต่างระหว่างสิ่งที่เป็นอย่างอยู่และความมุ่งหวัง	การครุ่นคิดแบบบวกและแบบลบ

## ตารางที่ 13

จำนวนข้อกระทงของมาตรวัดการหมกมุ่นครุ่นคิดต่างๆ ที่คัดเลือกมาใช้

มาตร	จำนวนข้อกระทง		
	ทางบวก	ทางลบ	รวม
Dissipation-Rumination Scale: DRS	-	1	1
Ruminative Styles Questionnaire: RSQ	16	-	16
Sadness and Anger Rumination Inventory: SARI	9	-	9
Emotion Control Questionnaire: ECQ	1	1	2
Anger Rumination Scale: ARS	9	-	9
Rumination-Reflection Questionnaire: RRQ	3	-	3
รวม	38	2	40

ตัวอย่างคำถาม

- เมื่อฉันมีเรื่องเศร้า ฉันจะเฝ้าคิดว่าฉันโศกเศร้าเพียงใดตลอดเวลา
- โดยทั่วไปฉันจะไม่เก็บความขุ่นเคืองเอาไว้ในใจ เมื่ออะไรที่แล้วไปแล้วฉันก็จะไม่เอามาคิดอีก (ข้อกระทงทางลบ)

ผู้ตอบต้องตอบว่าข้อความนั้นๆ ตรงกับความถี่ของความคิด ความรู้สึก หรือพฤติกรรมของผู้ตอบเพียงใด โดยระบุความคิดเห็นบนมาตราประมาณค่า 7 ช่วงคะแนน ดังนี้

- 1 = ไม่เคยเลย หมายถึง ไม่เคยเลยที่ฉันมีความคิด ความรู้สึก หรือพฤติกรรมเช่นนี้
- 2 = เกือบจะไม่เคย หมายถึง เกือบจะไม่เคยที่ฉันมีความคิด ความรู้สึก หรือพฤติกรรมเช่นนี้
- 3 = เคยบ้าง หมายถึง เคยบ้างที่ฉันมีความคิด ความรู้สึก หรือพฤติกรรมเช่นนี้
- 4 = บางครั้งบางครั้ง หมายถึง เป็นบางครั้งบางครั้งที่ฉันมีความคิด ความรู้สึก หรือพฤติกรรมเช่นนี้
- 5 = ค่อนข้างบ่อย หมายถึง ค่อนข้างบ่อยที่ฉันมีความคิด ความรู้สึก หรือพฤติกรรมเช่นนี้
- 6 = เกือบจะเป็นประจำ หมายถึง เกือบจะเป็นประจำที่ฉันมีความคิด ความรู้สึก หรือพฤติกรรมเช่นนี้
- 7 = เป็นประจำ หมายถึง เป็นประจำที่ฉันมีความคิด ความรู้สึก หรือพฤติกรรมเช่นนี้

สำหรับข้อกระทงทางลบ เกณฑ์การให้คะแนนจะกลับทิศทางการ

3. นำมาตรวัดการหมกมุ่นครุ่นคิดที่สร้างขึ้นไปเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างกลุ่มเดียวกับที่เก็บสำหรับมาตรวัดรูปแบบความผูกพันและมาตรวัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น

4. นำข้อมูลที่ได้มาประมวลผลด้วยโปรแกรม SPSS for Windows ใช้สถิติทดสอบที (t-test independent) วิเคราะห์ข้อกระทงรายข้อ โดยกำหนดเกณฑ์เปอร์เซ็นต์ที่ 73 หรือสูงกว่า

แบ่งเป็นกลุ่มสูง และเปอร์เซ็นต์ที่ 27 หรือต่ำกว่าเป็นกลุ่มต่ำ ได้เป็นกลุ่มสูง 75 คน (ช่วงคะแนน 165-247 คะแนน) และกลุ่มต่ำ 73 คน (ช่วงคะแนน 72-120 คะแนน) เมื่อหาค่าคะแนนความแตกต่างของคะแนนรายข้อของทั้ง 2 กลุ่ม โดยใช้การทดสอบค่าที่ระดับนัยสำคัญ .01 ปรากฏว่ามีข้อกระทงที่ผ่านเกณฑ์ 38 ข้อ ไม่ผ่าน 2 ข้อ

5. นำข้อกระทงที่ผ่านเกณฑ์ข้างต้นมาวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ในมาตร (corrected item-total correlation หรือ CITC) โดยวิเคราะห์แบบรวมทั้งมาตร แล้วนำไปเทียบกับค่า  $r$ วิกฤตของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันที่ระดับนัยสำคัญ .01 (สำหรับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 266 คน ผู้วิจัยใช้เกณฑ์  $r = .20$ ) ข้อกระทงใดที่มีค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ในมาตรต่ำกว่าค่า  $r$ วิกฤตได้ถูกคัดออก ในการวิเคราะห์ครั้งแรกมีข้อกระทงไม่ผ่านเกณฑ์ 1 ข้อ เหลือข้อกระทง 37 ข้อ

6. นำข้อกระทงที่ผ่านการวิเคราะห์ข้างต้นมาวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ (exploratory factor analysis) เนื่องจากตัวแปรการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรที่ภาวะสันนิษฐานมีโครงสร้างไม่ชัดเจน แต่ผู้วิจัยต้องการจับกลุ่มข้อกระทงให้อยู่ในรูปองค์ประกอบ สำหรับนำไปใช้เป็นตัวแปรบ่งชี้ของตัวแปรการหมกมุ่นครุ่นคิด และยังต้องการลดจำนวนข้อกระทงลง ด้วยการตัดข้อกระทงที่มีน้ำหนักบรรจุน้อยกว่าเกณฑ์ .30 หรือข้อกระทงที่มีน้ำหนักบรรจสูงอยู่หลายองค์ประกอบออก จึงวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจโดยวิธีการสกัดองค์ประกอบแบบการวิเคราะห์แกนหลักสำคัญ (principal component analysis) และเลือกการหมุนแกนแบบมุมฉาก (varimax)

ผลการวิเคราะห์องค์ประกอบครั้งแรก พบว่า ข้อกระทงทั้ง 37 ข้อ สามารถสกัดองค์ประกอบออกมาได้ทั้งหมด 7 องค์ประกอบ โดยทั้ง 7 องค์ประกอบสามารถอธิบายความแปรปรวนรวมกันได้ร้อยละ 62.75 และภายหลังจากการตัดข้อกระทงที่มีน้ำหนักบรรจสูงอยู่ในองค์ประกอบมากกว่าหนึ่งองค์ประกอบแล้ว วิเคราะห์องค์ประกอบใหม่อีกครั้ง จนครั้งสุดท้ายได้ข้อกระทงจำนวน 25 ข้อ และสกัดองค์ประกอบออกมาได้ทั้งหมด 5 องค์ประกอบ ซึ่งจำนวนข้อกระทงและจำนวนองค์ประกอบใกล้เคียงกับจำนวนที่ผู้วิจัยต้องการ โดยทั้ง 5 องค์ประกอบสามารถอธิบายความแปรปรวนรวมกันได้ร้อยละ 63.44 ดังรายละเอียดดังนี้

- องค์ประกอบที่ 1 - **ความเศร้า** อธิบายความแปรปรวนได้ร้อยละ 14.85  
ประกอบไปด้วยข้อกระทงข้อที่ 8, 7, 9, 6, 10
- องค์ประกอบที่ 2 - **ความโกรธ** อธิบายความแปรปรวนได้ร้อยละ 13.55  
ประกอบไปด้วยข้อกระทงข้อที่ 40, 3, 39, 17, 13
- องค์ประกอบที่ 3 - **ความสับสน** อธิบายความแปรปรวนได้ร้อยละ 12.28  
ประกอบไปด้วยข้อกระทงข้อที่ 35, 36, 34, 30, 18
- องค์ประกอบที่ 4 - **ความหมตกำลังใจ** อธิบายความแปรปรวนได้ร้อยละ 11.86  
ประกอบไปด้วยข้อกระทงข้อที่ 21, 22, 19, 31, 23
- องค์ประกอบที่ 5 - **การวิเคราะห์** อธิบายความแปรปรวนได้ร้อยละ 10.90  
ประกอบไปด้วยข้อกระทงข้อที่ 1, 37, 4, 20, 32

สำหรับผลการทดสอบสมมติฐานเรื่องความสัมพันธ์ของตัวแปรว่ามีความสัมพันธ์เพียงพอหรือไม่ โดยใช้ Bartlett's Test of Sphericity พบว่า ตัวแปรมีความสัมพันธ์กันเพียงพอสำหรับการสกัดองค์ประกอบ ( $\chi^2 = 3477.07$ ,  $df = 300$ ,  $p = .000$ ) และเมื่อพิจารณาค่า Measure of Sampling Adequacy (MSA) รายตัวแปร พบว่าตัวแปรทุกตัวมีค่ามากกว่า .70 (ตั้งแต่ .79 ถึง .94) นอกจากนี้ Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy (KMO) ยังมีค่าเท่ากับ .90 จึงผ่านเกณฑ์การพิจารณา เหมาะสมสำหรับการวิเคราะห์องค์ประกอบ

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ตารางที่ 14

เมทริกซ์องค์ประกอบที่ได้จากการหมุนแกนของมาตรวัดการหมกมุ่นครุ่นคิด

ชื่อกระทง	เมทริกซ์องค์ประกอบ				
	1	2	3	4	5
rum8	.843	.044	.036	.140	.148
rum7	.812	.109	.117	.174	.075
rum9	.773	.138	.176	.114	.051
rum6	.711	.104	.211	.167	.141
rum10	.667	.211	.279	.218	.098
rum40	.123	.881	.101	.164	.080
rum3	.105	.816	.126	.171	.083
rum39	.148	.757	.061	.143	.134
rum17	.106	.661	.444	.124	.050
rum13	.115	.651	.489	.100	.115
rum35	.192	.184	.738	.144	.111
rum36	.198	.346	.684	.212	-.009
rum34	.215	.165	.576	.181	.426
rum30	.404	.265	.555	.194	.100
rum18	.328	.033	.434	.340	.168
rum21	.060	.143	-.028	.746	.135
rum22	.211	.146	.204	.730	.062
rum19	.240	.121	.176	.712	.123
rum31	.207	.177	.311	.619	.067
rum23	.184	.205	.292	.521	.265
rum1	.116	.051	.007	-.071	.753
rum37	-.085	.108	.270	.107	.711
rum4	.202	.147	-.116	.204	.709
rum20	.288	.060	.183	.284	.600
rum32	.054	.032	.470	.286	.583

สรุป ชื่อกระทงของมาตรวัดการหมกมุ่นครุ่นคิดภายหลังการคัดเลือกมีจำนวนทั้งสิ้น 25 ข้อ บรรจุอยู่ใน 5 องค์ประกอบ องค์ประกอบละ 5 ข้อ โดยเป็นชื่อกระทงทางบวกทั้งหมด ที่มาจากมาตร RSQ 10 ข้อ มาตร SARI 7 ข้อ และมาตร ARS 8 ข้อ

7. ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ความเที่ยง (reliability) โดยคำนวณค่าความเที่ยงแบบสอดคล้องภายใน (internal consistency) ด้วยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาแบบครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) พบว่าความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของแต่ละองค์ประกอบและความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของมาตรทั้งมาตรอยู่ในระดับค่อนข้างสูง ดังตารางที่ 15

ตารางที่ 15

ความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของมาตรวัดการหมกมุ่นครุ่นคิด (N = 266)

องค์ประกอบ	จำนวนข้อกระทง	สัมประสิทธิ์แอลฟา
ความเศร้า	5	.88
ความโกรธ	5	.88
ความสับสน	5	.81
ความหมกมุ่นกำลังใจ	5	.81
การวิเคราะห์	5	.78
รวมทั้งมาตร	25	.92

#### 4. มาตรวัดลักษณะนิสัยการให้อภัย

ผู้วิจัยใช้มาตรวัดลักษณะนิสัยการให้อภัยที่พัฒนาโดย ชิตศุภางค์ รัชชีสมบัติศิริ (2550) ซึ่งพัฒนาตามโครงสร้างของมาตรวัด Heartland Forgiveness Scales (HFS) ของ Thompson และคณะ (2005) เป็นมาตรประมาณค่า 7 ระดับ เดิมมีจำนวน 18 ข้อ ประกอบด้วยด้านการให้อภัยตนเอง ด้านการให้อภัยผู้อื่น และด้านการให้อภัยสถานการณ์ ขั้นตอนการพัฒนามาตรมีดังนี้

1. ชิตศุภางค์ รัชชีสมบัติศิริ (2550) นำมาตรวัด Heartland Forgiveness Scales (HFS) มาแปลเป็นภาษาไทย และสร้างเพิ่มตามโครงสร้างเดิมอีก 18 ข้อ รวมเป็น 36 ข้อ ดังตารางที่ 16

ตารางที่ 16

จำนวนข้อกระทงในการพัฒนามาตรวัดลักษณะนิสัยการให้อภัยจำแนกตามองค์ประกอบ

องค์ประกอบ	ทางบวก		ทางลบ		รวม
	แปล	สร้างเพิ่ม	แปล	สร้างเพิ่ม	
การให้อภัยตนเอง	3	3	3	3	12
การให้อภัยผู้อื่น	3	3	3	3	12
การให้อภัยสถานการณ์	3	3	3	3	12
รวม	9	9	9	9	36

ผู้ตอบต้องตอบว่าข้อความนั้นๆ ตรงกับตัวของผู้ตอบเพียงใด โดยระบุความคิดเห็นบนมาตรประมาณค่า 7 ช่วงคะแนน ดังนี้

- |   |         |                       |
|---|---------|-----------------------|
| 1 | หมายถึง | ไม่ตรงกับฉันมากที่สุด |
| 2 | หมายถึง | ไม่ตรงกับฉันปานกลาง   |
| 3 | หมายถึง | ไม่ตรงกับฉันน้อย      |
| 4 | หมายถึง | ตรงและไม่ตรงพอๆ กัน   |
| 5 | หมายถึง | ตรงกับฉันน้อย         |
| 6 | หมายถึง | ตรงกับฉันปานกลาง      |
| 7 | หมายถึง | ตรงกับฉันมากที่สุด    |

สำหรับข้อกระทงทางลบเกณฑ์การให้คะแนนจะกลับทิศทางการ

2. นำมาตรวัดจำนวน 36 ข้อไปให้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นคนทำงานในเขตกรุงเทพมหานครตอบ จากนั้นนำข้อมูลที่ได้มาประมวลผลด้วยโปรแกรม SPSS for Windows ใช้สถิติทดสอบที ( $t$ -test independent) วิเคราะห์ข้อกระทงรายข้อ โดยกำหนดเกณฑ์เปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 73 หรือสูงกว่า แบ่งเป็นกลุ่มสูง และเปอร์เซ็นต์ไทล์ที่ 27 หรือต่ำกว่าเป็นกลุ่มต่ำ ได้เป็นกลุ่มสูง 28 คน คะแนนลักษณะนิสัยการให้อภัยรวมเท่ากับ 178.73 คะแนน และกลุ่มต่ำ 27 คน คะแนนลักษณะนิสัยการให้อภัยรวมเท่ากับ 160.00 คะแนน เมื่อหาค่าคะแนนความแตกต่างของคะแนนรายข้อของทั้ง 2 กลุ่ม โดยใช้การทดสอบค่าทีที่ระดับนัยสำคัญ .05 ปรากฏว่า มีข้อกระทงที่ผ่านเกณฑ์ 31 ข้อ ไม่ผ่าน 5 ข้อ

3. นำข้อกระทงที่ผ่านเกณฑ์ข้างต้นมาวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ในมาตร (corrected item-total correlation หรือ CITC) แล้วนำไปเทียบกับค่า  $r$  วิฤตของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันที่ระดับนัยสำคัญ .05 ข้อกระทงใดที่มีค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ในมาตรต่ำกว่าค่า  $r$  วิฤตได้ถูกคัดออก พบว่าข้อกระทงทั้ง 31 ข้อผ่านเกณฑ์

4. นำข้อกระทงทั้ง 31 ข้อมาวิเคราะห์องค์ประกอบด้วยโปรแกรม SPSS for Windows เพื่อตรวจสอบความตรงของข้อกระทง ด้วยวิธีการสกัดองค์ประกอบแบบการวิเคราะห์แกนमुखสำคัญ (principal component analysis) และเลือกการหมุนแกนแบบมุมฉาก (varimax) เกณฑ์การคัดองค์ประกอบคือ คัดองค์ประกอบที่มีค่าไอเกน (criteria of eigen) มากกว่า 1 และข้อกระทงที่อยู่ในมิติเดียวกันจะต้องมีน้ำหนักบรรจุสูงสุดอยู่ในองค์ประกอบเดียวกัน โดยคัดเลือกเฉพาะข้อกระทงที่มีน้ำหนักบรรจุสูงสุดอยู่ในองค์ประกอบนั้นและต้องมีค่าสูงกว่า .30

วิเคราะห์องค์ประกอบครั้งที่ 2 ได้ 3 องค์ประกอบ Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy (KMO) มีค่าเท่ากับ .87 ( $p < .001$ ) และเมื่อพิจารณาค่า Measure of

Sampling Adequacy (MSA) รายตัวแปร พบว่าตัวแปรทุกตัวมีค่ามากกว่า .6 (ตั้งแต่ .61 ถึง .85) ผ่านเกณฑ์การพิจารณา เหมาะสมสำหรับการวิเคราะห์องค์ประกอบ ข้อกระทงที่ไม่ได้มีน้ำหนักสูงสุดอยู่ตามองค์ประกอบที่ควรจะเป็นถูกคัดออกไป จึงมีข้อกระทงที่ผ่านการวิเคราะห์องค์ประกอบทั้งหมด 30 ข้อ เป็นด้านการให้ภัยตนเอง 9 ข้อ ด้านการให้ภัยผู้อื่น 11 ข้อ และด้านการให้ภัยสถานการณ์ 10 ข้อ

5. วิเคราะห์ความเที่ยง (reliability) โดยคำนวณค่าความเที่ยงแบบสอดคล้องภายใน (internal consistency) ด้วยค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาแบบครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) พบว่าความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของแต่ละองค์ประกอบและความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของมาตรทั้งมาตรอยู่ในระดับสูง ดังตารางที่ 17

ตารางที่ 17

ความเที่ยงแบบสอดคล้องภายในของมาตรวัดลักษณะนิสัยการให้ภัย

องค์ประกอบ	จำนวนข้อกระทง	สัมประสิทธิ์แอลฟา
การให้ภัยตนเอง	9	.93
การให้ภัยผู้อื่น	11	.93
การให้ภัยสถานการณ์	10	.97
รวมทั้งมาตร	30	.91

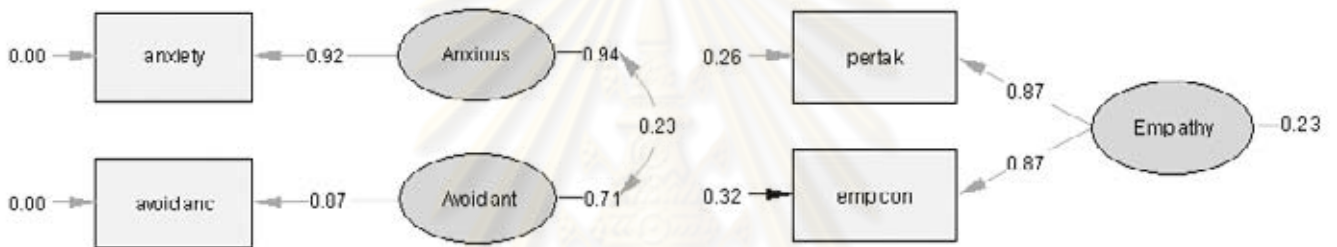
เมื่อชิตศุภางค์ รัชสีสมบัติศิริ (2550) นำมาตรวัดลักษณะนิสัยการให้ภัยไปใช้ในขั้นเก็บข้อมูลจริงเพื่อตรวจสอบบทบาทของบุคลิกภาพแบบหลงตนเองในการทำนายลักษณะนิสัยการให้ภัย ผลการวิเคราะห์เส้นทางอิทธิพลจากผู้เข้าร่วมการวิจัยจำนวน 200 คน พบว่าเป็นไปตามสมมติฐาน คือ บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบหลงตนเองสูงมีการให้ภัยตนเองอย่างมีนัยสำคัญ และไม่ให้ภัยผู้อื่นและสถานการณ์อย่างมีนัยสำคัญ การเห็นคุณค่าแห่งตนเป็นตัวแปรส่งผ่านของบุคลิกภาพแบบหลงตนเองในการทำนายการให้ภัยตนเองอย่างมีนัยสำคัญ จึงกล่าวได้ว่ามาตรวัดลักษณะนิสัยการให้ภัยฉบับนี้มีความน่าเชื่อถือสามารถนำมาใช้ในการวิจัยได้

#### การทดสอบโมเดลการวัด

ผู้วิจัยวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (confirmatory factor analysis) เพื่อตรวจสอบความตรงเชิงภาวะสันนิษฐาน ของโมเดลการวัดตัวแปรรูปแบบความผูกพัน ตัวแปรการรู้ซึ่งถึง

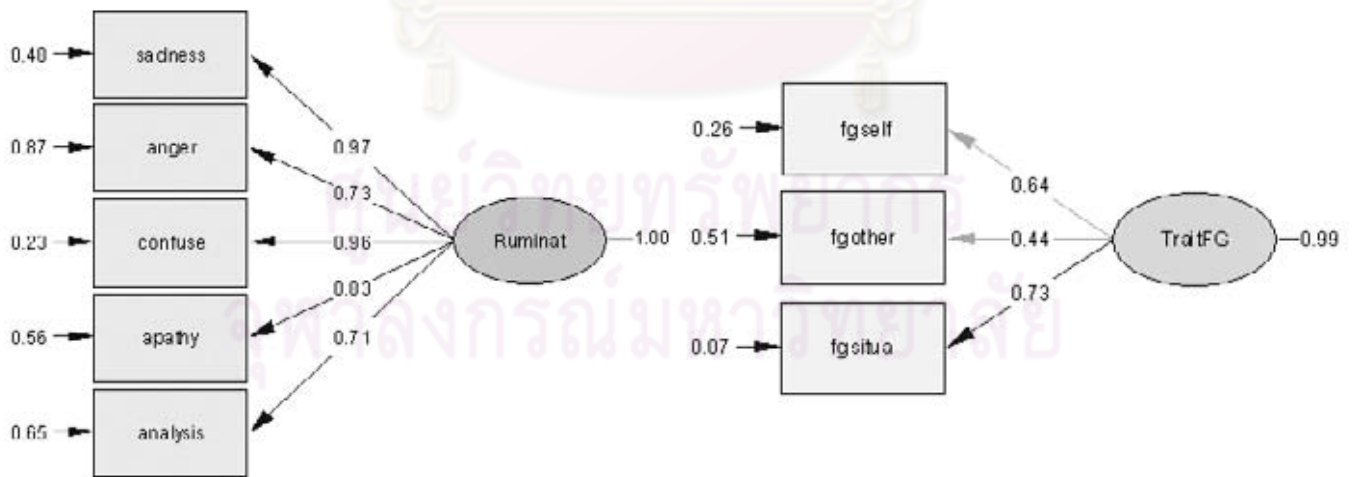


ความรู้สึกของผู้อื่น ตัวแปรการหมกมุ่นครุ่นคิด และตัวแปรลักษณะนิสัยการให้อภัย กับกลุ่มตัวอย่างที่ใช้จริงจำนวน 355 คน ผลคือ โมเดลการวัดทุกโมเดลสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์เป็นอย่างดี โดยโมเดลการวัดตัวแปรรูปแบบความผูกพันมีค่าสถิติไค-สแควร์ (chi-square) เท่ากับศูนย์ ( $\chi^2 = 0, df = 1, p = .95$ ) และค่าประมาณของรากที่สองของค่าเฉลี่ยความคลาดเคลื่อนกำลังสอง (RMSEA) มีค่าเท่ากับศูนย์ เช่นเดียวกับโมเดลการวัดตัวแปรลักษณะนิสัยการให้อภัย ( $\chi^2 = 0, df = 1, p = 1.00$ ) ส่วนโมเดลการวัดตัวแปรการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น ( $\chi^2 = 0.01, df = 1, p = .92, RMSEA = 0$ ) และโมเดลการวัดตัวแปรการหมกมุ่นครุ่นคิด ( $\chi^2 = 9.35, df = 5, p = .09, RMSEA = .06$ ) มีค่าสถิติไค-สแควร์แตกต่างจากศูนย์อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และค่าประมาณของรากที่สองของค่าเฉลี่ยความคลาดเคลื่อนกำลังสองมีค่าเข้าใกล้ศูนย์ ดังภาพที่ 7



โมเดลการวัดตัวแปรรูปแบบความผูกพัน  
 $\chi^2 = 0, df = 1, p = .95, RMSEA = 0$

โมเดลการวัดตัวแปรการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น  
 $\chi^2 = 0.01, df = 1, p = .92, RMSEA = 0$



โมเดลการวัดตัวแปรการหมกมุ่นครุ่นคิด  
 $\chi^2 = 9.35, df = 5, p = .09, RMSEA = 0.6, GFI = .98$

โมเดลการวัดตัวแปรลักษณะนิสัยการให้อภัย  
 $\chi^2 = 0, df = 1, p = 1.00, RMSEA = 0$

ภาพที่ 7 การตรวจสอบความตรงเชิงภาวะสันนิษฐานของตัวแปรแฝงในโมเดลการวิจัย

## การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ผ่านการตรวจสอบคุณภาพแล้วไปให้กลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนิสิตระดับปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ตอบในชั้นเรียนในช่วงเวลาท้ายคาบเรียน โดยได้รับความอนุเคราะห์จากคณาจารย์เจ้าของคาบเรียน โดยผู้วิจัยมิได้แจ้งถึงวัตถุประสงค์ที่แท้จริงของการวิจัยให้ผู้ร่วมการวิจัยทราบ ระบุเพียงว่าเป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับความสัมพันธ์ และเน้นว่าข้อมูลที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้จะถูกเก็บเป็นความลับ

แบบสอบถามที่แจกให้แก่กลุ่มตัวอย่างมีทั้งสิ้น 6 ชุด โดยมีการสลับการเรียงลำดับของมาตรวัดที่เป็นตัวแปรต้นและตัวแปรส่งผ่านทั้ง 3 มาตร ได้แก่ มาตรวัดรูปแบบความผูกพัน มาตรวัดการหมกมุ่นครุ่นคิด และมาตรวัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น ส่วนมาตรวัดลักษณะนิสัยการให้อภัยซึ่งเป็นตัวแปรตามของการวิจัยเป็นมาตรวัดลำดับสุดท้ายในแบบสอบถามเสมอ การสลับตำแหน่งของมาตรวัดทำเพื่อให้แน่ใจว่าลำดับของมาตรมิได้ส่งผลต่อคำตอบของผู้ร่วมการวิจัย

## การวิเคราะห์ข้อมูล

สมมติฐานข้อที่ 1 เป็นการตรวจสอบความสัมพันธ์หรือการทำนายของรูปแบบความผูกพันกับลักษณะนิสัยการให้อภัย จึงใช้การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ (Multiple regression analysis) ในโปรแกรม SPSS for windows เพื่อตรวจสอบสมมติฐานดังกล่าว

สมมติฐานข้อที่ 2 - 5 เป็นการตรวจสอบอิทธิพลเชิงสาเหตุของรูปแบบความผูกพันต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยส่งผ่านการหมกมุ่นครุ่นคิดและการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น จึงวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง (structural equation modeling: SEM) ในโปรแกรม LISREL

## บทที่ 3

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยจะนำเสนอโดยแบ่งออกเป็น 5 ตอน ดังนี้

- ตอนที่ 1 ลักษณะทางประชากรของผู้เข้าร่วมการวิจัย
- ตอนที่ 2 การทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 ด้วยการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ
- ตอนที่ 3 การทดสอบโมเดลการวัดและการวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น
- ตอนที่ 4 การทดสอบสมมติฐานของโมเดลการวิจัยหลัก
- ตอนที่ 5 การทดสอบสมมติฐานของโมเดลทางเลือก

#### สัญลักษณ์ที่ใช้แทนตัวแปรในการวิจัย

Anxious	หมายถึง	ความวิตกกังวลในความผูกพัน (ตัวแปรแฝง)
Avoidant	หมายถึง	การหลีกเลี่ยงในความผูกพัน (ตัวแปรแฝง)
Empathy	หมายถึง	การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น
Rumination	หมายถึง	การหมกมุ่นครุ่นคิด
TraitFG	หมายถึง	ลักษณะนิสัยการให้อภัย
anxiety	หมายถึง	ความวิตกกังวลในความผูกพัน (ตัวแปรสังเกตได้)
avoidance	หมายถึง	การหลีกเลี่ยงในความผูกพัน (ตัวแปรสังเกตได้)
pertak	หมายถึง	การเข้าใจทัศนะของผู้อื่น
empcn	หมายถึง	การคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น
sadness	หมายถึง	ความเศร้า
anger	หมายถึง	ความโกรธ
confuse	หมายถึง	ความสับสน
apathy	หมายถึง	ความหมดกำลังใจ
analysis	หมายถึง	การวิเคราะห์
fgself	หมายถึง	การให้อภัยตนเอง
fgother	หมายถึง	การให้อภัยผู้อื่น
fgsitua	หมายถึง	การให้อภัยสถานการณ์

### สัญลักษณ์ที่ใช้แทนค่าสถิติในการวิจัย

$M$	หมายถึง	ค่ามัธยฐานเลขคณิต
$SD$	หมายถึง	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
$Min$	หมายถึง	คะแนนต่ำสุด
$Max$	หมายถึง	คะแนนสูงสุด
TE	หมายถึง	อิทธิพลรวม
DE	หมายถึง	อิทธิพลทางตรง
IE	หมายถึง	อิทธิพลทางอ้อม
$\chi^2$	หมายถึง	ค่าสถิติไคสแควร์
$\chi^2/df$	หมายถึง	ค่าไคสแควร์สัมพัทธ์
GFI	หมายถึง	ดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (Goodness-of-fit Index)
RMR	หมายถึง	ค่ารากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของส่วนที่เหลือ (Root Mean Square Residual)
RMSEA	หมายถึง	ค่ารากที่สองของความคลาดเคลื่อนในการประมาณค่า (Root Mean Square Error of Approximation)

### ตอนที่ 1 ลักษณะทางประชากรของผู้เข้าร่วมการวิจัย

ผู้เข้าร่วมการวิจัยจำนวน 355 คน เป็นเพศชาย 103 คน และเพศหญิง 251 คน (ไม่ระบุเพศจำนวน 1 คน) อายุระหว่าง 17-24 ปี ทั้งหมดเป็นนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยระดับปริญญาตรี ส่วนใหญ่เป็นนิสิตคณะจิตวิทยาและคณะเภสัชศาสตร์ จำนวน 243 คน ที่เหลือเป็นนิสิตคณะอื่นๆ อีก 10 คณะ ดังตารางที่ 18

เมื่อตรวจสอบข้อมูลขาดหาย พบว่าตัวแปรที่มีข้อมูลขาดหายมีจำนวน 27 ตัวแปร จากทั้งหมด 118 ตัวแปร (ดูภาคผนวก ข) ผู้วิจัยได้ทดแทนข้อมูลขาดหายด้วยวิธีการวิเคราะห์ถดถอย

## ตารางที่ 18

จำนวนและร้อยละของตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย จำแนกตามลักษณะพื้นฐานต่างๆ (N = 355)

ตัวแปร	ลักษณะจำแนก	จำนวน	ร้อยละ
เพศ	ชาย	103	29.0
	หญิง	251	70.7
	ไม่ระบุ	1	0.3
อายุ (ปี)	17-19 ปี	146	41.2
	20-22 ปี	202	56.8
	23 ปีขึ้นไป	5	1.4
	ไม่ระบุ	2	0.6
คณะ	จิตวิทยา	175	49.3
	เภสัชศาสตร์	68	19.2
	นิเทศศาสตร์	55	15.5
	รัฐศาสตร์	16	4.5
	อักษรศาสตร์	12	3.4
	วิทยาศาสตร์	9	2.5
	สหเวชศาสตร์	6	1.7
	วิทยาศาสตร์การกีฬา	4	1.1
	พาณิชยศาสตร์และการบัญชี	3	0.8
	แพทยศาสตร์	2	0.6
	วิศวกรรมศาสตร์	2	0.6
	เศรษฐศาสตร์	2	0.6
	ไม่ระบุ	1	0.3
ชั้นปี	ปี 1	99	27.9
	ปี 2	168	47.3
	ปี 3	52	14.6
	ปี 4	35	9.9
	ไม่ระบุ	1	0.3
ชุดของแบบสอบถาม	A	64	18.0
	B	61	17.2
	C	60	16.9
	D	58	16.3
	E	50	14.1
	F	62	17.5

## ตอนที่ 2 การทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 ด้วยการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ

สมมติฐานข้อที่ 1 รูปแบบความผูกพันสามารถทำนายลักษณะนิสัยการให้อภัยได้

- 1.1 ความวิตกกังวลในความผูกพันสามารถทำนายลักษณะนิสัยการให้อภัยได้
- 1.2 การหลีกเลี่ยงในความผูกพันสามารถทำนายลักษณะนิสัยการให้อภัยได้

การทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1 มีตัวแปรในการวิเคราะห์ 3 ตัวแปร เป็นตัวแปรต้น 2 ตัว คือ ความวิตกกังวลในความผูกพัน และการหลีกเลี่ยงในความผูกพัน ตัวแปรตาม 1 ตัว คือ ลักษณะนิสัยการให้อภัย

ผลการวิเคราะห์สถิติบรรยายพบว่า ตัวแปรความวิตกกังวลในความผูกพันมีค่าเฉลี่ย 3.89 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.89 คะแนน มีพิสัยระหว่าง 1.50 ถึง 6.50 คะแนน ตัวแปรการหลีกเลี่ยงในความผูกพันมีค่าเฉลี่ย 3.43 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.73 คะแนน อยู่ใน ช่วงระหว่าง 1.65 ถึง 5.71 คะแนน ขณะที่ตัวแปรลักษณะนิสัยการให้อภัยมีค่าเฉลี่ย 4.71 คะแนน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 0.67 คะแนน มีพิสัยระหว่าง 3.12 ถึง 6.82 คะแนน ดังตารางที่ 19

เมื่อวิเคราะห์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's product moment correlation) ผลปรากฏว่า ความวิตกกังวลในความผูกพันเป็นตัวแปรที่มีค่าสหสัมพันธ์กับลักษณะนิสัยการให้อภัย สูงที่สุด โดยมีความสัมพันธ์กันปานกลาง ทิศทางลบ ( $r = -.47, p < .01$ ) และทำนายความแปรปรวนได้ร้อยละ 22.09 ส่วนการหลีกเลี่ยงในความผูกพันมีสหสัมพันธ์กับลักษณะนิสัยการให้อภัยเช่นกัน โดยมีความสัมพันธ์กันปานกลาง ทิศทางลบ ( $r = -.37, p < .01$ ) และทำนายความแปรปรวนได้ร้อยละ 13.69 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้ง 3 ตัว ไม่มากเกินไป .80 ดังนั้นจึงไม่พบว่ามีปัญหาผลภาวะร่วมเส้นตรงพหุ (multicollinearity) ดังตารางที่ 20

ตารางที่ 19

คะแนนต่ำสุด คะแนนสูงสุด ค่ามัชฌิมเลขคณิต และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปรความวิตกกังวลในความผูกพัน การหลีกเลี่ยงในความผูกพัน และลักษณะนิสัยการให้อภัย ( $N = 355$ )

ตัวแปร	Min	Max	M	SD
ความวิตกกังวลในความผูกพัน	1.50	6.50	3.89	0.89
การหลีกเลี่ยงในความผูกพัน	1.65	5.71	3.43	0.73
ลักษณะนิสัยการให้อภัย	3.12	6.82	4.71	0.67

## ตารางที่ 20

ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรความวิตกกังวลในความผูกพัน การหลีกเลี่ยงในความผูกพัน และ ลักษณะนิสัยการให้อภัย ( $N = 355$ )

ตัวแปร	ความวิตกกังวลใน ความผูกพัน	การหลีกเลี่ยงใน ความผูกพัน	ลักษณะนิสัย การให้อภัย
ความวิตกกังวลในความผูกพัน	(.85)		
การหลีกเลี่ยงในความผูกพัน	.28**	(.76)	
ลักษณะนิสัยการให้อภัย	-.47**	-.37**	(.88)

หมายเหตุ : ตัวเลขในวงเล็บแนวทแยง คือ ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา

\*\* $p < .01$

ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ พบว่า ค่าสหสัมพันธ์พหุคูณ ( $R$ ) มีค่าเท่ากับ .53 โดยตัวแปรต้นทั้งสองสามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนในตัวแปรตามได้ร้อยละ 28 ( $p < .01$ ) ความวิตกกังวลและการหลีกเลี่ยงในความผูกพันมีค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยเท่ากับ -0.30 และ -0.24 ตามลำดับ ( $p < .01$ ) และเมื่อเปรียบเทียบค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยมาตรฐาน ( $\beta$ ) พบว่าขนาดอิทธิพลของตัวแปรความวิตกกังวลในความผูกพันมีอิทธิพลในการทำนายลักษณะนิสัยการให้อภัย ( $\beta = -.40$ ) สูงกว่าเป็น 1.54 เท่าของขนาดอิทธิพลของการหลีกเลี่ยงในความผูกพัน ( $\beta = -.26$ ) ดังตารางที่ 21

## ตารางที่ 21

ผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณในการทำนายลักษณะนิสัยการให้อภัย ( $N = 355$ )

ตัวแปร	$B$	$SE B$	$\beta$	$R$	$R^2$
ความวิตกกังวลในความผูกพัน	-0.30**	0.04	-.40	.53	.28
การหลีกเลี่ยงในความผูกพัน	-0.24**	0.04	-.26		

\*\* $p < .01$ .

## ตอนที่ 3 การวิเคราะห์ข้อมูลเบื้องต้น

โมเดลการวิจัยในครั้งนี้นำประกอบด้วยตัวแปรสังเกตได้ทั้งหมด 12 ตัว ผลการวิเคราะห์สถิติบรรยาย พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนความวิตกกังวลในความผูกพันเฉลี่ยระดับปานกลาง ( $M =$

3.89,  $SD = 0.89$ ) มีพิสัยระหว่าง 1.50 ถึง 6.50 คะแนน มีคะแนนการหลีกเลี่ยงในความผูกพันเฉลี่ยระดับปานกลาง ( $M = 3.43$ ,  $SD = 0.73$ ) มีพิสัยระหว่าง 1.65 ถึง 5.71 คะแนน มีคะแนนการเข้าใจทัศนคติของผู้อื่นเฉลี่ยระดับค่อนข้างสูง ( $M = 5.13$ ,  $SD = 0.66$ ) มีพิสัยระหว่าง 3.36 ถึง 6.93 คะแนน มีคะแนนการคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่นเฉลี่ยระดับค่อนข้างสูง ( $M = 5.07$ ,  $SD = 0.70$ ) มีพิสัยระหว่าง 2.36 ถึง 6.93 คะแนน มีคะแนนการหมกมุ่นครุ่นคิดในความเศร้าเฉลี่ยระดับปานกลาง ( $M = 3.89$ ,  $SD = 1.19$ ) มีพิสัยระหว่าง 1.20 ถึง 7.00 คะแนน มีคะแนนการหมกมุ่นครุ่นคิดในความโกรธเฉลี่ยระดับปานกลางค่อนข้างต่ำ ( $M = 3.09$ ,  $SD = 1.19$ ) มีพิสัยระหว่าง 1.00 ถึง 7.00 คะแนน มีคะแนนการหมกมุ่นครุ่นคิดในความสับสนเฉลี่ยระดับปานกลาง ( $M = 3.53$ ,  $SD = 1.08$ ) มีพิสัยระหว่าง 1.20 ถึง 7.00 คะแนน มีคะแนนการหมกมุ่นครุ่นคิดในความหมดกำลังใจเฉลี่ยระดับปานกลาง ( $M = 3.45$ ,  $SD = 1.11$ ) มีพิสัยระหว่าง 1.00 ถึง 6.60 คะแนน มีคะแนนการหมกมุ่นครุ่นคิดในการวิเคราะห์เฉลี่ยระดับปานกลาง ( $M = 3.89$ ,  $SD = 1.19$ ) มีพิสัยระหว่าง 1.20 ถึง 7.00 คะแนน มีคะแนนการให้อภัยตนเองเฉลี่ยระดับปานกลางค่อนข้างสูง ( $M = 4.94$ ,  $SD = 0.81$ ) มีพิสัยระหว่าง 2.56 ถึง 7.00 คะแนน มีคะแนนการให้อภัยผู้อื่นเฉลี่ยระดับปานกลาง ( $M = 4.32$ ,  $SD = 0.84$ ) มีพิสัยระหว่าง 2.09 ถึง 6.91 คะแนน และมีคะแนนการให้อภัยสถานการณ์เฉลี่ยระดับปานกลางค่อนข้างสูง ( $M = 4.67$ ,  $SD = 0.78$ ) มีพิสัยระหว่าง 2.70 ถึง 7.00 คะแนนดังตารางที่ 22

การวิเคราะห์สหสัมพันธ์ พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่มีค่าแตกต่างจากศูนย์อย่างน้อยสำคัญทางสถิติมีจำนวน 57 คู่ จากทั้งสิ้น 66 คู่ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์มีค่าตั้งแต่ .00 ถึง .74 กล่าวคือไม่มีความสัมพันธ์จนถึงมีขนาดความสัมพันธ์อยู่ในระดับค่อนข้างสูง โดยมีความผันแปรร่วมกัน ( $r^2$ ) อยู่ระหว่าง .00 ถึง .53 แสดงว่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรไม่มีปัญหาภาวะร่วมเส้นตรงพหุ

เมื่อพิจารณาค่าสหสัมพันธ์ของตัวแปรสังเกตได้ระหว่างตัวแปรต้นกับตัวแปรตาม พบว่า คู่ที่มีสหสัมพันธ์กันมากที่สุด คือ การให้อภัยตนเองกับความเศร้า และการให้อภัยสถานการณ์กับความเศร้า มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากันคือ  $-0.55$  ( $p < .01$ ) รองลงมาเป็นการให้อภัยตนเองกับการหมดกำลังใจ และการให้อภัยสถานการณ์กับความโกรธ มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากันคือ  $-0.50$  ( $p < .01$ ) การให้อภัยสถานการณ์กับความวิตกกังวลในความผูกพัน การให้อภัยผู้อื่นกับความโกรธ มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ  $-0.48$  และ  $-0.47$  ( $p < .01$ ) ตามลำดับ ส่วนคู่ที่มีสหสัมพันธ์น้อยที่สุด คือ การให้อภัยตนเองกับการคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ  $.09$  ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ดังตารางที่ 23



## ตารางที่ 22

คะแนนต่ำสุด คะแนนสูงสุด ค่ามัธยฐานและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปรสังเกตได้ 12 ตัวแปร (N = 355)

ตัวแปรสังเกตได้	Min	Max	M	SD
anxiety	1.50	6.50	3.89	0.89
avoidance	1.65	5.71	3.43	0.73
pertak	3.36	6.93	5.13	0.66
empcon	2.36	6.86	5.07	0.70
sadness	1.20	7.00	3.89	1.19
anger	1.00	7.00	3.09	1.19
confuse	1.20	7.00	3.53	1.08
apathy	1.00	6.60	3.45	1.11
analysis	1.00	7.00	4.20	1.07
fgmyself	2.56	7.00	4.94	0.81
fgothers	2.09	6.91	4.32	0.84
fgsitua	2.70	7.00	4.87	0.78

จากนั้นเมื่อวิเคราะห์สถิติ Bartlett's test of sphericity ผลปรากฏว่า มีค่าเท่ากับ 2016.44 ( $p < .01$ ) แสดงว่า เมทริกซ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแตกต่างจากเมทริกซ์เอกลักษณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ค่าดัชนีไกเซอร์-ไมเยอร์-อลคิน (Kaiser-Meyer-Olkin measure of sampling adequacy) ซึ่งมีค่าเข้าใกล้ 1 (KMO = .85) ดังตารางที่ 23 แสดงว่าข้อมูลชุดนี้มีความสัมพันธ์กันมาก เหมาะสมที่จะนำไปใช้วิเคราะห์ในขั้นต่อไป

อนึ่ง เนื่องจากมาตราที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้บางมาตรมีจำนวนข้อกระทงในแต่ละองค์ประกอบไม่เท่ากัน ดังนั้นผู้วิจัยจึงใช้วิธีการหาค่าเฉลี่ยในการคำนวณคะแนนที่ได้จากแต่ละองค์ประกอบแต่ละด้านของทุกมาตร แทนการให้ผลรวมของคะแนน ก่อนนำคะแนนมาวิเคราะห์เพื่อทดสอบสมมติฐาน

ตารางที่ 23

ค่าสหสัมพันธ์ของตัวแปรสังเกตได้ 12 ตัวแปร (N = 355)

ตัวแปร	anxiety	avoidance	pertak	empcon	sadness	anger	confuse	apathy	analysis	fgself	fgother	fgsitua
anxiety	(.85)											
avoidance	.28**	(.76)										
pertak	-.08	-.23**	(.76)									
empcon	.26**	-.16**	.37**	(.76)								
sadness	.58**	.23**	-.08	.28**	(.83)							
anger	.45**	.26**	-.12*	.00	.54**	(.82)						
confuse	.58**	.22**	-.02	.25**	.73**	.56**	(.73)					
apathy	.51**	.32**	-.04	.10	.62**	.42**	.66**	(.72)				
analysis	.28**	.12*	.18**	.15**	.50**	.35**	.61**	.54**	(.78)			
fgself	-.45**	-.37**	.36**	-.09	-.55**	-.41**	-.43**	-.50**	-.19**	(.78)		
fgother	-.25**	-.24**	.32**	.12*	-.24**	-.47**	-.22**	-.11*	-.08	.41**	(.79)	
fgsitua	-.48**	-.31**	.36**	-.03	-.55**	-.50**	-.46**	-.41**	-.14**	.74**	.49**	(.72)
<i>M</i>	3.89	3.43	5.13	5.07	3.89	3.09	3.53	3.45	4.20	4.94	4.32	4.87
<i>SD</i>	0.89	0.73	0.66	0.70	1.19	1.19	1.08	1.11	1.07	0.81	0.84	0.78

หมายเหตุ : ตัวเลขในวงเล็บแนวทแยง คือ ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา

Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy = .85

Bartlett's Test of Sphericity Approx. Chi-Square = 2016.44, *df* = 66, *p* = .000

\**p* < .05, \*\**p* < .01.

## ตอนที่ 4 การทดสอบสมมติฐานของโมเดลหลัก

### สมมติฐานของโมเดลหลัก

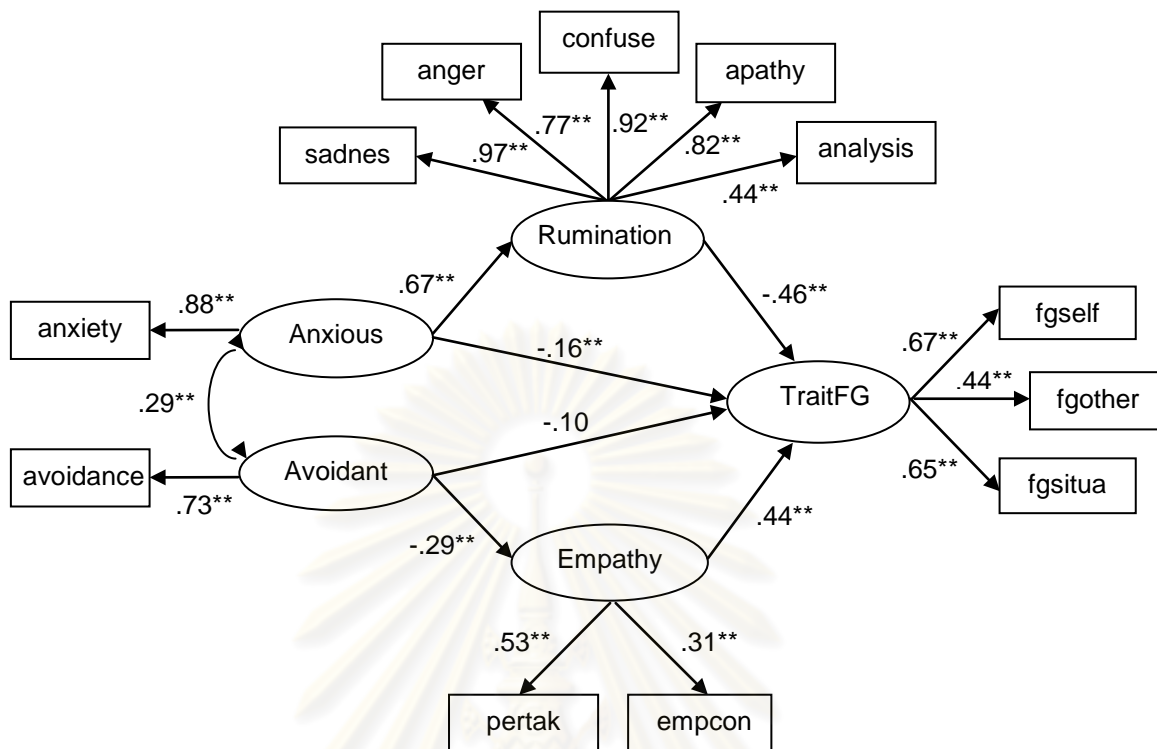
สมมติฐานข้อที่ 2 ความวิตกกังวลในความผูกพันมีอิทธิพลทางอ้อมต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีตัวแปรการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่าน

สมมติฐานข้อที่ 3 การหลีกเลี่ยงในความผูกพันมีอิทธิพลทางอ้อมต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีตัวแปรการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นเป็นตัวแปรส่งผ่าน

การวิเคราะห์อิทธิพลเชิงสาเหตุของรูปแบบความผูกพันต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย ในโมเดลหลัก ด้วยการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง พบว่าภายหลังการปรับแก้โดยอนุโลมให้ ความคลาดเคลื่อนของตัวแปรสังเกตได้สามารถสัมพันธ์กันได้ ผลปรากฏว่า โมเดลสอดคล้องกับ ข้อมูลเชิงประจักษ์พอสมควร โดยพิจารณาจากค่าไค-สแควร์ซึ่งมีค่าแตกต่างจากศูนย์อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ( $\chi^2 = 32.37, df = 27, p = 0.22$ ) อีกทั้งดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (GFI = .98) ที่มีค่าเข้าใกล้หนึ่ง และค่าประมาณของรากที่สองของค่าเฉลี่ยความคลาดเคลื่อนกำลังสอง (RMSEA = .02) รวมถึงค่ารากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของส่วนที่เหลือ (RMR = .03) ซึ่งมีค่าเข้าใกล้ ศูนย์ ดังภาพที่ 8

เมื่อพิจารณาอิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมที่ส่งผลต่อการหมกมุ่นครุ่นคิด การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น และลักษณะนิสัยการให้อภัย พบว่า การหมกมุ่นครุ่นคิดได้รับอิทธิพลทางตรงจากความวิตกกังวลในความผูกพัน โดยมีขนาดอิทธิพลเท่ากับ .67 ( $p < .01$ ) ส่วนการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นได้รับอิทธิพลทางตรงจากการหลีกเลี่ยงในความผูกพัน โดยมีขนาดอิทธิพลเท่ากับ -.29 ( $p < .01$ )

นอกจากนี้ ตัวแปรลักษณะนิสัยการให้อภัย ได้รับอิทธิพลทางตรงจากการหมกมุ่นครุ่นคิด การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น และความวิตกกังวลในความผูกพัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีขนาดอิทธิพลเท่ากับ -.46, .44 และ -.16 ( $p < .01$ ) ตามลำดับ แต่ได้รับอิทธิพลทางตรงจากการหลีกเลี่ยงในความผูกพัน ( $\beta = .10$ ) อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ ลักษณะนิสัยการให้อภัยได้รับอิทธิพลทางอ้อมจากความวิตกกังวลในความผูกพันผ่านการหมกมุ่นครุ่นคิด โดยมีขนาดอิทธิพลเท่ากับ -.31 ( $p < .01$ ) และได้รับอิทธิพลทางอ้อมจากการหลีกเลี่ยงในความผูกพันผ่านการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น โดยมีขนาดอิทธิพลเท่ากับ -.13 ( $p < .01$ ) เมื่อพิจารณาอิทธิพลรวม พบว่า ความวิตกกังวลในความผูกพันมีอิทธิพลต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีขนาดอิทธิพลเท่ากับ -.46 ( $p < .01$ ) ส่วนการหลีกเลี่ยงในความผูกพันมีอิทธิพลต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีขนาดอิทธิพลเท่ากับ -.23 ( $p < .01$ ) ดังตารางที่ 24



$\chi^2 = 32.37, df = 27, p = 0.22, RMSEA = .02, RMR = .03, GFI = .98$

ภาพที่ 8 โมเดลอิทธิพลเชิงสาเหตุของรูปแบบความผูกพันต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โมเดลหลัก

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ ( $R^2$ ) ของสมการโครงสร้างตัวแปรแฝงภายใน การหมกมุ่นครุ่นคิด พบว่ามีค่าเท่ากับ .45 แสดงว่า ความวิตกกังวลในความผูกพันสามารถอธิบาย ความแปรปรวนของการหมกมุ่นครุ่นคิดได้ร้อยละ 45 ส่วนตัวแปรการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นมี ค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์เท่ากับ .08 แสดงว่าการหลีกเลี่ยงในความผูกพันสามารถอธิบาย ความแปรปรวนของการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นได้ร้อยละ 8 และสุดท้าย ตัวแปรลักษณะนิสัย การให้อภัยมีค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์เท่ากับ .62 แสดงว่าตัวแปรในโมเดลซึ่งประกอบด้วย ความวิตกกังวลในความผูกพัน การหลีกเลี่ยงในความผูกพัน การหมกมุ่นครุ่นคิด และการรู้ซึ่งถึง ความรู้สึกของผู้อื่น ร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของลักษณะนิสัยการให้อภัยได้ร้อยละ 62 ดัง ตารางที่ 24

## ตารางที่ 24

ค่าสถิติการวิเคราะห์หือทธิพลทางตรงและทางอ้อมของโมเดลหลัก

ตัวแปร สาเหตุ		ตัวแปรผล								
		Rumination			Empathy			Trait FG		
		DE	IE	TE	DE	IE	TE	DE	IE	TE
Anxious	<i>b</i>	.67**		.67**				-.16**	-.31**	-.46**
	<i>SE</i>	(.05)		(.05)				(.06)	(.05)	(.05)
	<i>t</i>	12.58	-	12.58	-	-	-	-2.62	-6.30	-9.08
	$\beta$	.67		.67				-.16	-.31	-.46
Avoidant	<i>b</i>				-.29**	-.29**		-.10	-.13**	-.23**
	<i>SE</i>				(.06)	(.06)		(.06)	(.05)	(.04)
	<i>t</i>				-4.68	-4.68		-1.79	-2.75	-5.11
	$\beta$				-.29	-.29		-.10	-.13	-.23
Rumination	<i>b</i>							-.46**		-.46**
	<i>SE</i>							(.06)		(.06)
	<i>t</i>							-7.07		-7.07
	$\beta$							-.46		-.46
Empathy	<i>b</i>							.44**		.44**
	<i>SE</i>							(.14)		(.14)
	<i>t</i>							3.13		3.13
	$\beta$							.44		.44
<i>R Square</i>		.45			.08			.62		
ไค-สแควร์		32.37, <i>df</i> = 27, <i>p</i> = 0.22								
RMSEA		.02								
RMR		.03								
GFI		.98								
สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝง										
	Rumination	Empathy	Trait FG	Anxious	Avoidant					
Rumination	1.00									
Empathy	-.06	1.00								
Trait FG	-.61	.50	1.00							
Anxious	.67	-.08	-.53	1.00						
Avoidant	.20	-.29	-.36	.29	1.00					

\*\**p* < .01, สองหาง.

เมื่อพิจารณาค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรสังเกตได้ 12 ตัวแปร (ดังแสดงในภาพที่ 8 และตารางที่ 25) โดยแยกพิจารณาตามตัวแปรแฝง ได้ดังนี้

- 1) ตัวแปรความวิตกกังวลในความผูกพัน มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ .88 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .01$ )
- 2) ตัวแปรการหลีกเลี่ยงในความผูกพัน มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ .73 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .01$ )
- 3) ตัวแปรการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น พบว่าตัวแปรที่มีน้ำหนักสำคัญมากที่สุด คือ การเข้าใจทัศนะของผู้อื่น มีน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ .53 ( $p < .01$ ) ส่วนการคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ .31 ( $p < .01$ )
- 4) ตัวแปรการหมกมุ่นครุ่นคิด พบว่าตัวแปรที่มีน้ำหนักสำคัญมากที่สุด คือ ความเศร้า มีน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ .97 ( $p < .01$ ) รองลงมา ความสับสน มีน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ .92 ( $p < .01$ ) ความหมดกำลังใจ มีน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ .82 ( $p < .01$ ) ความโกรธ มีน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ .77 ( $p < .01$ ) และสุดท้าย การวิเคราะห์ มีน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ .44 ( $p < .01$ )
- 5) ตัวแปรลักษณะนิสัยการให้อภัย พบว่าตัวแปรที่มีน้ำหนักสำคัญมากที่สุด คือ การให้อภัยตนเอง มีน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ .67 ( $p < .01$ ) รองลงมาเป็นการให้อภัยสถานการณ์ มีน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ .65 ( $p < .01$ ) และสุดท้าย การให้อภัยผู้อื่น มีน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ .44 ( $p < .01$ )

กล่าวโดยสรุปคือ โมเดลอิทธิพลเชิงสาเหตุของรูปแบบความผูกพันต่อลักษณะนิสัยการให้อภัยโมเดลหลัก รูปแบบความผูกพัน การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น และการหมกมุ่นครุ่นคิด มีอิทธิพลต่อการให้อภัยตนเองและการให้อภัยสถานการณ์มากที่สุด โดยปัจจัยที่สำคัญต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย คือการเข้าใจทัศนะ และการหมกมุ่นครุ่นคิดในความเศร้า

## ตารางที่ 25

ค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรสังเกตได้ 12 ตัว ของตัวแปรแฝง 5 ตัว ในโมเดลหลัก (N = 355)

ตัวแปรแฝง	ตัวแปรสังเกตได้	ค่าน้ำหนัก องค์ประกอบ (b)	ค่าความคลาดเคลื่อน มาตรฐาน (SE)	ค่าน้ำหนักองค์ประกอบ มาตรฐาน ( $\beta$ )	ค่าสถิติ <i>t</i>
Anxious	anxiety	0.88**	0.03	1.00	27.06
Avoidant	avoidance	0.73**	0.03	1.00	26.68
Rumination	sadness	0.97**	-	.83	-
	anger	0.77**	0.06	.65	13.22
	confuse	0.92**	0.05	.86	18.51
	apathy	0.82**	0.05	.74	15.39
Empathy	analysis	0.44**	0.06	.41	6.78
	pertak	0.53**	-	.81	-
	empcon	0.31**	0.09	.44	3.47
TraitTG	fgself	0.67**	-	.84	-
	fgother	0.44**	0.04	.53	9.79
	fgsitua	0.65**	0.04	.86	16.01

\*\* $p < .01$ .

## ตอนที่ 5 การทดสอบสมมติฐานของโมเดลทางเลือก

### สมมติฐานของโมเดลทางเลือก

สมมติฐานข้อที่ 4 ความวิตกกังวลในความผูกพันมีอิทธิพลทางอ้อมต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีตัวแปรการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่าน

สมมติฐานข้อที่ 5 การหลีกเลี่ยงในความผูกพันมีอิทธิพลทางอ้อมต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีตัวแปรการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น และการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่าน

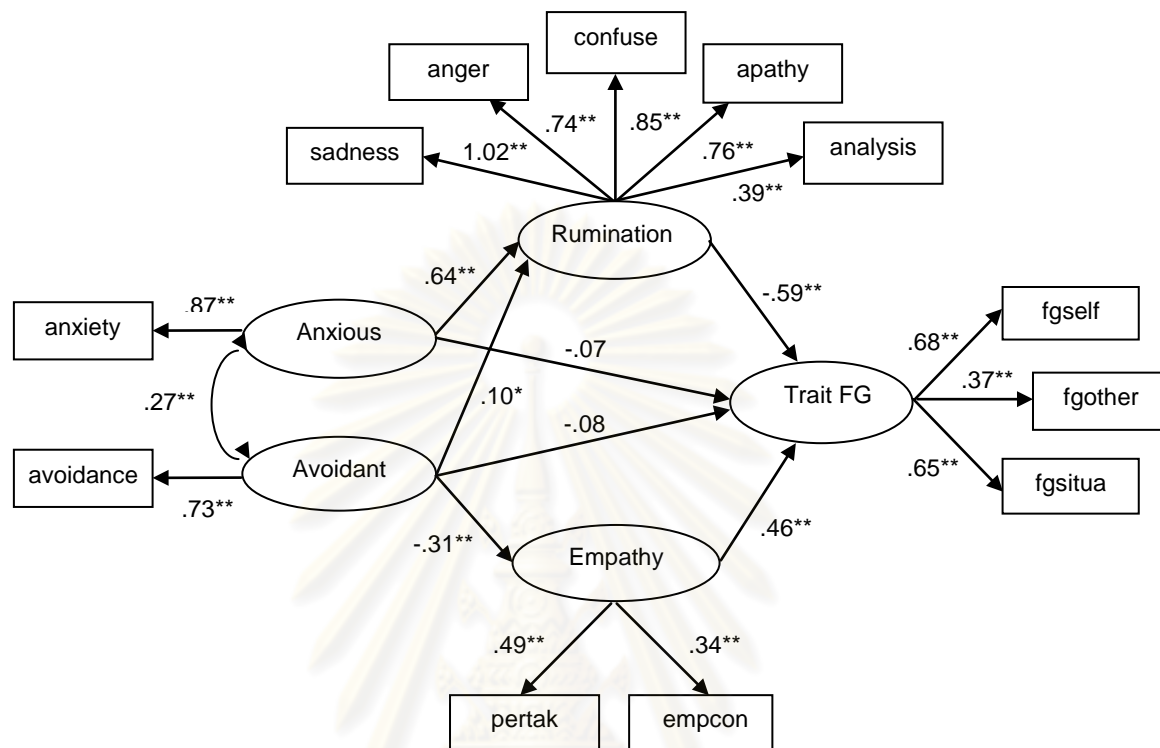
การวิเคราะห์อิทธิพลเชิงสาเหตุของรูปแบบความผูกพันต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย ในโมเดลทางเลือก ด้วยการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง พบว่าภายหลังการปรับแก้โดยอนุโลมให้ความคลาดเคลื่อนของตัวแปรสังเกตได้สามารถสัมพันธ์กันได้ ผลปรากฏว่า โมเดลสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์พอสมควร โดยพิจารณาจากค่าไค-สแควร์ซึ่งมีค่าแตกต่างจากศูนย์อย่างไม่น่าสำคัญทางสถิติ ( $\chi^2 = 37.51, df = 27, p = 0.09$ ) อีกทั้งดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (GFI = .98) ที่มีค่าเข้าใกล้หนึ่ง และค่าประมาณของรากที่สองของค่าเฉลี่ยความคลาดเคลื่อนกำลังสอง (RMSEA = .03) รวมถึงค่ารากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของส่วนที่เหลือ (RMR = .03) ซึ่งมีค่าเข้าใกล้ศูนย์ ดังภาพที่ 9

เมื่อพิจารณาอิทธิพลทางตรงและอิทธิพลทางอ้อมที่ส่งผลต่อการหมกมุ่นครุ่นคิด การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น และลักษณะนิสัยการให้อภัย พบว่า การหมกมุ่นครุ่นคิดได้รับอิทธิพลทางตรงจากความวิตกกังวลในความผูกพัน โดยมีขนาดอิทธิพลเท่ากับ .64 ( $p < .01$ ) และได้รับอิทธิพลทางตรงจากการหลีกเลี่ยงในความผูกพัน โดยมีขนาดอิทธิพลเท่ากับ .10 ( $p < .05$ ) ส่วนการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นได้รับอิทธิพลทางตรงจากการหลีกเลี่ยงในความผูกพัน โดยมีขนาดอิทธิพลเท่ากับ -.31 ( $p < .01$ )

นอกจากนี้ ตัวแปรลักษณะนิสัยการให้อภัย ได้รับอิทธิพลทางตรงจากการหมกมุ่นครุ่นคิด และการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีขนาดอิทธิพลเท่ากับ -.59 และ .46 ( $p < .01$ ) ตามลำดับ แต่ได้รับอิทธิพลทางตรงจากความวิตกกังวลในความผูกพัน ( $\beta = .07$ ) และการหลีกเลี่ยงในความผูกพัน ( $\beta = .08$ ) อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ อย่างไรก็ตาม ลักษณะนิสัยการให้อภัยได้รับอิทธิพลทางอ้อมจากความวิตกกังวลในความผูกพัน ผ่านการหมกมุ่นครุ่นคิด โดยมีขนาดอิทธิพลเท่ากับ -.37 ( $p < .01$ ) และได้รับอิทธิพลทางอ้อมจากการหลีกเลี่ยงในความผูกพัน ผ่านการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นและการหมกมุ่นครุ่นคิด โดยมีขนาดอิทธิพลเท่ากับ -.20 ( $p < .01$ ) เมื่อพิจารณาอิทธิพลรวม พบว่า ความวิตกกังวลในความผูกพันมีอิทธิพลต่อลักษณะ



นิสัยการให้อภัย โดยมีขนาดอิทธิพลเท่ากับ  $-.45$  ( $p < .01$ ) ส่วนการหลีกเลี่ยงในความผูกพันมีอิทธิพลต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีขนาดอิทธิพลเท่ากับ  $-.28$  ( $p < .01$ ) ดังตารางที่ 26



$$\chi^2 = 37.51, df = 27, p = 0.09, RMSEA = .03, RMR = .03, GFI = .98$$

ภาพที่ 9 โมเดลอิทธิพลเชิงสาเหตุของรูปแบบความผูกพันต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โมเดลทางเลือก

เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ ( $R^2$ ) ของสมการโครงสร้างตัวแปรแฝงภายใน การหมกมุ่นครุ่นคิด พบว่ามีค่าเท่ากับ  $.45$  แสดงว่า ความวิตกกังวลในความผูกพันและการหลีกเลี่ยงในความผูกพันสามารถอธิบายความแปรปรวนของการหมกมุ่นครุ่นคิดได้ร้อยละ 45 ส่วนตัวแปรการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นมีค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์เท่ากับ  $.10$  แสดงว่าการหลีกเลี่ยงในความผูกพันสามารถอธิบายความแปรปรวนของการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นได้ร้อยละ 10 สุดท้าย ตัวแปรลักษณะนิสัยการให้อภัยมีค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์เท่ากับ  $.73$  แสดงว่า ตัวแปรในโมเดลซึ่งประกอบด้วย ความวิตกกังวลในความผูกพัน การหลีกเลี่ยงในความผูกพัน การหมกมุ่นครุ่นคิด และการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น ร่วมกันอธิบายความแปรปรวนของลักษณะนิสัยการให้อภัยได้ร้อยละ 73 ดังตารางที่ 26

## ตารางที่ 26

ค่าสถิติการวิเคราะห์หือทธิพลทางตรงและทางอ้อมของโมเดลทางเลือก

ตัวแปรสาเหตุ		ตัวแปรผล								
		Rumination			Empathy			Trait FG		
		DE	IE	TE	DE	IE	TE	DE	IE	TE
Anxious	<i>b</i>	.64**		.64**				-.07	-.37**	-.45**
	<i>SE</i>	(.05)		(.05)				(.06)	(.05)	(.05)
	<i>t</i>	12.28	-	12.28	-	-	-	-1.28	-7.29	-8.84
	$\beta$	.64		.64				-.07	-.37	-.45
Avoidant	<i>b</i>	.10*		.10*	-.31**		-.31**	-.08	-.20**	-.28**
	<i>SE</i>	(0.05)		(0.05)	(.07)		(.07)	(.06)	(.05)	(.05)
	<i>t</i>	2.26	-	2.26	-4.75	-	-4.75	-1.24	-3.72	-5.48
	$\beta$	.10		.10	-.31		-.31	-.08	-.20	-.28
Rumination	<i>b</i>							-.59**		-.59**
	<i>SE</i>							(.07)		(.07)
	<i>t</i>							-8.52		-8.52
	$\beta$							-.59		-.59
Empathy	<i>b</i>							.46**		.46**
	<i>SE</i>							(.14)		(.14)
	<i>t</i>							3.26		3.26
	$\beta$							.46		.46
<i>R Square</i>		.45			.10			.73		
ไคสแควร์									37.51, <i>df</i> = 27, <i>p</i> = 0.09	
RMSEA									.03	
RMR									.03	
GFI									.98	
สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรแฝง										
		Rumination	Empathy	Trait FG	Anxious	Avoidant				
Rumination		1.00								
Empathy		-.09	1.00							
Trait FG		-.70	.54	1.00						
Anxious		.66	-.09	-.52	1.00					
Avoidant		.28	-.31	-.40	.27	1.00				

\**p* < .05, สองหาง. \*\**p* < .01, สองหาง.

เมื่อพิจารณาค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรสังเกตได้ 12 ตัวแปร (ดังแสดงในภาพที่ 9 และตารางที่ 27) โดยแยกพิจารณาตามตัวแปรแฝง ได้ดังนี้

- 1) ตัวแปรความวิตกกังวลในความผูกพัน มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ .87 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .01$ )
- 2) ตัวแปรการหลีกเลี่ยงในความผูกพัน มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ .73 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $p < .01$ )
- 3) ตัวแปรการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น พบว่าตัวแปรที่มีน้ำหนักสำคัญมากที่สุด คือ การเข้าใจทัศนชะของผู้อื่น มีน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ .49 ( $p < .01$ ) ส่วนการคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ .34 ( $p < .01$ )
- 4) ตัวแปรการหมกมุ่นครุ่นคิด พบว่าตัวแปรที่มีน้ำหนักสำคัญมากที่สุด คือ ความเศร้า มีน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ 1.02 ( $p < .01$ ) รองลงมา ความสับสน มีน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ .85 ( $p < .01$ ) ความหมดกำลังใจ มีน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ .76 ( $p < .01$ ) ความโกรธ มีน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ .74 ( $p < .01$ ) และสุดท้าย การวิเคราะห์ มีน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ .39 ( $p < .01$ )
- 5) ตัวแปรลักษณะนิสัยการให้อภัย พบว่าตัวแปรที่มีน้ำหนักสำคัญมากที่สุด คือ การให้อภัยตนเอง มีน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ .68 ( $p < .01$ ) รองลงมาเป็นการให้อภัยสถานการณ์ มีน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ .65 ( $p < .01$ ) และสุดท้าย การให้อภัยผู้อื่น มีน้ำหนักองค์ประกอบเท่ากับ .37 ( $p < .01$ )

กล่าวโดยสรุปคือ โมเดลอิทธิพลเชิงสาเหตุของรูปแบบความผูกพันต่อลักษณะนิสัยการให้อภัยโมเดลทางเลือก รูปแบบความผูกพัน การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น และการหมกมุ่นครุ่นคิด มีอิทธิพลต่อการให้อภัยตนเองและการให้อภัยสถานการณ์มากที่สุด โดยปัจจัยที่สำคัญต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย คือการเข้าใจทัศนชะ และการหมกมุ่นครุ่นคิดในความเศร้า เช่นเดียวกับโมเดลหลัก

## ตารางที่ 27

ค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรสังเกตได้ 12 ตัว ของตัวแปรแฝง 5 ตัว ในโมเดลทางเลือก (N = 355)

ตัวแปรแฝง	ตัวแปรสังเกตได้	ค่าน้ำหนัก องค์ประกอบ (b)	ค่าความคลาดเคลื่อน มาตรฐาน (SE)	ค่าน้ำหนักองค์ประกอบ มาตรฐาน ( $\beta$ )	ค่าสถิติ <i>t</i>
Anxious	anxiety	0.87**	0.03	1.00	27.19
Avoidant	avoidance	0.73**	0.03	1.00	26.66
Empathy	pertak	0.49**	-	.75	-
	empcon	0.34**	0.09	.48	3.60
Rumination	sadness	1.20**	-	.88	-
	anger	0.74**	0.06	.62	12.33
	confuse	0.85**	0.05	.81	16.46
	apathy	0.76**	0.06	.68	13.55
	analysis	0.39**	0.06	.37	6.05
TraitTG	fgself	0.68**	-	.85	-
	fgother	0.37**	0.04	.45	8.44
	fgsitua	0.65**	0.04	.85	16.87

\* $p < .01$ .

เมื่อเปรียบเทียบความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ระหว่างโมเดลหลักและโมเดลทางเลือกในการวิจัยครั้งนี้ด้วยค่าไค-สแควร์สัมพัทธ์ ( $\chi^2/df$ ) พบว่าแตกต่างกันเพียงเล็กน้อย โดยโมเดลหลักมีค่าไค-สแควร์สัมพัทธ์เท่ากับ 1.20 ส่วนโมเดลทางเลือกมีค่าไค-สแควร์สัมพัทธ์เท่ากับ 1.39 แสดงว่าโมเดลหลักมีความเหนือกว่าโมเดลทางเลือกในด้านความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ทว่าเมื่อพิจารณาด้วยความแปรปรวนของตัวแปรตามที่อธิบายได้ด้วยตัวแปรต้นและตัวแปรส่งผ่านในการวิจัย พบว่า ความแปรปรวนของตัวแปรลักษณะนิสัยการให้อภัยในโมเดลทางเลือก ( $R^2 = .73$ ) มีค่าสูงกว่าในโมเดลหลัก ( $R^2 = .62$ )

## สรุปผลการทดสอบสมมติฐาน

ข้อที่	สมมติฐาน	ผลการทดสอบ	
		สนับสนุน	ปฏิเสธ
1	รูปแบบความผูกพันสามารถทำนายลักษณะนิสัยการให้อภัยได้	✓	
1.1	ความวิตกกังวลในความผูกพันสามารถทำนายลักษณะนิสัยการให้อภัยได้	✓	
1.2	การหลีกเลี่ยงในความผูกพันสามารถทำนายลักษณะนิสัยการให้อภัยได้	✓	
<b>โมเดลหลัก</b>			
2	ความวิตกกังวลในความผูกพันมีอิทธิพลทางอ้อมต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีตัวแปรการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่าน	✓	
3	การหลีกเลี่ยงในความผูกพันมีอิทธิพลทางอ้อมต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีตัวแปรการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นเป็นตัวแปรส่งผ่าน	✓	
<b>โมเดลทางเลือก</b>			
4	ความวิตกกังวลในความผูกพันมีอิทธิพลทางอ้อมต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีตัวแปรการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่าน	✓	
5	การหลีกเลี่ยงในความผูกพันมีอิทธิพลทางอ้อมต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีตัวแปรการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น และการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่าน	✓	

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## บทที่ 4

### อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาถึงอิทธิพลของรูปแบบความผูกพัน คือ มิติวิตกกังวลและมิติหลีกเลี่ยง ต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นและการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่าน และเปรียบเทียบโมเดลหลักและโมเดลทางเลือก ดังนั้นจึงขออภิปรายผลออกเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 อิทธิพลของตัวแปรรูปแบบความผูกพันต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย

ตอนที่ 2 อิทธิพลของตัวแปรส่งผ่านการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น ในความสัมพันธ์ระหว่างการหลีกเลี่ยงในความผูกพันกับลักษณะนิสัยการให้อภัย

ตอนที่ 3 อิทธิพลของตัวแปรส่งผ่านการหมกมุ่นครุ่นคิด ในความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลในความผูกพันและการหลีกเลี่ยงในความผูกพัน กับลักษณะนิสัยการให้อภัย

ตอนที่ 4 ผลการเปรียบเทียบระหว่างโมเดลหลักและโมเดลทางเลือก

#### ตอนที่ 1 อิทธิพลของตัวแปรรูปแบบความผูกพันต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย

จากผลการวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 1 คือ

สมมติฐานข้อที่ 1 รูปแบบความผูกพันสามารถทำนายลักษณะนิสัยการให้อภัยได้

1.1 ความวิตกกังวลในความผูกพันสามารถทำนายลักษณะนิสัยการให้อภัยได้

1.2 การหลีกเลี่ยงในความผูกพันสามารถทำนายลักษณะนิสัยการให้อภัยได้

และผลที่สอดคล้องกันจากการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง ทั้งโมเดลหลักและโมเดลทางเลือก ซึ่งปรากฏว่า ตัวแปรรูปแบบความผูกพัน ทั้งความวิตกกังวลในความผูกพันและการหลีกเลี่ยงในความผูกพันมีอิทธิพลต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยส่งผ่านการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกและการหมกมุ่นครุ่นคิด ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสามารถสรุปได้ว่า รูปแบบการทำงานของจิตใจหรือความเชื่อที่บุคคลมีต่อตนเองและความเชื่อที่บุคคลมีต่อผู้อื่น ล้วนส่งผลถึงแนวโน้มโดยเฉลี่ยของบุคคลที่จะให้อภัยตนเอง ให้อภัยผู้อื่น และให้อภัยสถานการณ์

ทั้งนี้ เนื่องจากความวิตกกังวลในความผูกพันและการหลีกเลี่ยงในความผูกพันของบุคคล ส่งผลต่อลักษณะการตอบสนองทางปัญญา หรือการรับรู้และตีความสถานการณ์ รวมถึงสาเหตุ การกระทำของตนเองและผู้อื่นให้เป็นไปในทางลบ ไม่ว่าจะในสถานการณ์ทั่วไปหรือสถานการณ์ เกี่ยวกับความสัมพันธ์ (อรรถพรณ ภาวพบ, 2546) ทั้งยังมีการอนุมานถึงความคงทนถาวร และการ แผลงขยายไปยังสถานการณ์อื่นๆ อีกด้วย นอกจากนี้ยังเกี่ยวข้องกับลักษณะการตอบสนองทาง อารมณ์ที่เข้มข้น การกำกับอารมณ์ของตนต่ำ (Shaver, Collins, & Clark, 1996) และสัมพันธ์กับ ความไม่มั่นคงทางอารมณ์ (Nofhle & Shaver, 2006) ดังนั้นจึงทำให้บุคคลที่มีความวิตกกังวลหรือ การหลีกเลี่ยงในความผูกพันสูง ยากที่จะเปลี่ยนแปลงความคิด อารมณ์ และพฤติกรรม ต่อ ผู้กระทำผิด การกระทำผิด และผลสืบเนื่องที่ติดตามมาจากการกระทำผิดนั้น จากในทางลบให้ เป็นไปในทางบวกหรือกลางๆ ได้ กล่าวคือ ยากที่จะให้อภัยได้ ไม่ว่าจะแหล่งของการกระทำผิดหรือ เป้าหมายของการให้อภัยนั้นจะเป็นตนเอง บุคคลอื่น กลุ่มบุคคลอื่น หรือสถานการณ์ที่อยู่เหนือ การควบคุมของใครก็ตาม

ในด้านการให้อภัยตนเอง เนื่องจากความวิตกกังวลในความผูกพันหมายถึงการที่บุคคล มองว่าตนเองไร้คุณค่า เห็นคุณค่าแห่งตนต่ำ (Bartholomew & Horowitz, 1991) เมื่อบุคคลที่มีความ วิตกกังวลในความผูกพันสูงพบว่าตนเองกระทำผิดหรือมีความผิดพลาดขึ้น ย่อมทำให้บุคคล ตีความเหตุการณ์ไปในลักษณะโทษตัวเองมาก โกรธหรือผิดหวังในตนเองมาก ทำให้บุคคลจะมี แนวโน้มให้อภัยตนเองได้ยากกว่าเมื่อเทียบกับคนที่มีความวิตกกังวลในความผูกพันต่ำ ส่วนการ หลีกเลี่ยงในความผูกพัน แม้จะเป็นภาวะสันนิษฐานที่เกี่ยวข้องกับมโนทัศน์ที่บุคคลมีต่อผู้อื่นเป็น หลัก ทว่าการหลีกเลี่ยงในความผูกพันก็สัมพันธ์กับการที่บุคคลต้องการรักษาไว้ซึ่งความรู้สึกเป็น อิศระและพึงพาตนเอง (Bartholomew & Horowitz, 1991) ดังนั้นเมื่อบุคคลที่มีการหลีกเลี่ยงใน ความผูกพันสูงพบว่าตนเองกระทำผิดหรือมีความผิดพลาดขึ้น ย่อมทำให้เกิดความขัดแย้งทาง ปัญญา นอกจากนี้ ในงานศึกษาของ Mikulincer (1995) ที่พบว่าทั้งบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพัน แบบหลีกเลี่ยงและแบบวิตกกังวลล้วนรายงานถึงความเหลื่อมล้ำระหว่างตัวตนที่เป็นอยู่ (actual self) กับตัวตนในอุดมคติ (ideal self) และตัวตนที่ควรจะเป็น (ought self) สูงกว่าเมื่อเปรียบเทียบกับ บุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง ดังนั้น ความผิดพลาดที่มีสาเหตุมาจากตนเองย่อม เป็นการตอกย้ำและกระตุ้นให้นึกถึงความเหลื่อมล้ำนั้น จนเป็นอุปสรรคต่อการให้อภัย

ส่วนการให้อภัยผู้อื่น อาจเป็นไปตามที่ McCullough (2008) ได้เสนอไว้ว่า การให้อภัยของ บุคคลจะมีแนวโน้มเพิ่มขึ้นก็ต่อเมื่อบุคคลเห็นคุณค่าในความสัมพันธ์ คิดว่าผู้กระทำผิดมีคุณค่าต่อ การใส่ใจ และรู้สึกมั่นคงปลอดภัยในความสัมพันธ์นั้นๆ ดังนั้น ถ้าบุคคลมีความวิตกกังวลในความ ผูกพันสูงซึ่งส่งผลให้บุคคลหวนกลับไปหมกมุ่นครุ่นคิดเกี่ยวกับเรื่องราวที่เกิดขึ้นซ้ำๆ บุคคลจะเกิด ความหวาดกลัวและรู้สึกว่าคุณค่าความสัมพันธ์ไม่มั่นคงปลอดภัย ทำให้บุคคลมีแนวโน้มให้อภัยผู้อื่น

ลดลง ส่วนการหลีกเลี่ยงในความผูกพันก็จะส่งผลให้บุคคลรับรู้ว่าผู้กระทำผิดมีคุณค่าต่อความรัก ความใส่ใจลดลง เข้าใจผู้กระทำผิดลดลง จึงส่งผลให้แนวโน้มให้อภัยผู้อื่นของบุคคลลดลงไปด้วย กอปรกับการตอบสนองทางอารมณ์ของผู้ที่มีรูปแบบความผูกพันแบบไม่มั่นคงในลักษณะชุนเคื่องใจ โกรธ และเป็นปฏิกิริยาสูง (Mikulincer & Shaver, 2005) แรงจูงใจในการให้อภัยจึงไม่เกิดขึ้น หรือเกิดขึ้นแต่บุคคลก็ไม่สามารถเอาชนะการสงสัยในคุณค่าแห่งตนและอารมณ์ลบต่างๆ ของตนเองได้ กล่าวคือ ทรัพยากรทางจิตใจที่จะนำไปใช้ในการทำความเข้าใจผู้อื่น ทำความเข้าใจ สถานการณ์ที่เกิดขึ้น และควบคุมกำกับอารมณ์ของตน ได้ถูกแทรกแซงหรือสะกັดกั้นไว้จากรูปแบบการทำงานของจิตใจที่ไม่มั่นคง

การให้อภัยสถานการณ์ก็เช่นเดียวกัน แม้บุคคลจะสามารถแยกแยะได้ว่าเหตุการณ์ทางลบที่เกิดขึ้นเป็นอุบัติเหตุ หรือมีสาเหตุมาจากภัยธรรมชาติ ความป่วยไข้ หรือเคราะห์ร้ายต่างๆ ที่ไม่อาจโทษให้เป็นความผิดของใคร แต่ความผิดหวัง เสียใจ เจ็บใจที่เกิดขึ้นในความรู้สึก ก็เป็นการยากสำหรับบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบไม่มั่นคงที่จะทำความเข้าใจและควบคุมอารมณ์ลบดังกล่าวได้

## **ตอนที่ 2 อิทธิพลของตัวแปรส่งผ่านการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น ในความสัมพันธ์ ระหว่างการหลีกเลี่ยงในความผูกพันกับลักษณะนิสัยการให้อภัย**

จากการวิเคราะห์โมเดลอิทธิพลเชิงสาเหตุของรูปแบบความผูกพันต่อลักษณะนิสัยการให้อภัยเพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 3 ในโมเดลหลัก และสมมติฐานข้อที่ 5 ในโมเดลทางเลือก คือ

**สมมติฐานข้อที่ 3** การหลีกเลี่ยงในความผูกพันมีอิทธิพลทางอ้อมต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย

โดยมีตัวแปรการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นเป็นตัวแปรส่งผ่าน

**สมมติฐานข้อที่ 5** การหลีกเลี่ยงในความผูกพันมีอิทธิพลทางอ้อมต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย

โดยมีตัวแปรการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น และการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่าน

ผลการวิเคราะห์โมเดลหลักและโมเดลทางเลือก พบว่า การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นมีอิทธิพลต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย และยังมีบทบาทในการเป็นตัวแปรส่งผ่านในความสัมพันธ์ระหว่างการหลีกเลี่ยงในความผูกพันกับลักษณะนิสัยการให้อภัย ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 3 และบางส่วนของสมมติฐานข้อที่ 5



เหตุที่การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นมีบทบาทเป็นตัวแปรส่งผ่านระหว่างการหลีกเลี่ยงในความผูกพันกับลักษณะนิสัยการให้อภัย อาจเป็นเพราะรูปแบบการทำงานของจิตใจที่พัฒนาขึ้นมาตั้งแต่ในวัยเด็กได้ส่งผลถึงโครงสร้างทางบุคลิกภาพเกี่ยวกับการสร้างและรักษาความสัมพันธ์ของบุคคล ซึ่งรวมถึงลักษณะนิสัยการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นด้วย ดังข้อค้นพบในงานวิจัยของ Weinfeld, Sroufe, Egeland, และ Carlson (1999) ที่พบว่าครูประเมินว่าเด็กที่มีการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นมากคือเด็กที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง ส่วนเด็กที่ครูมองว่าเป็นคนใจร้ายมักเป็นเด็กที่ได้รับการระบุว่ามีความผูกพันแบบหลีกเลี่ยง สอดคล้องกับงานวิจัยของ Kestenbaum, Farber, และ Sroufe (1989) ที่พบว่าเมื่อมีเด็กคนหนึ่งแสดงความอึดอัดไม่สบายใจ เด็กที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหลีกเลี่ยงแสดงถึงการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของเด็กที่ประสบปัญหา น้อยกว่าเด็กที่มีรูปแบบความผูกพันประเภทอื่น

การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นประกอบไปด้วยการตอบสนองทางปัญญา คือ การเข้าใจสิ่งต่างๆ ด้วยการใช้ความคิด ใช้เหตุผล หรือใช้จินตนาการ และสามารถเปลี่ยนบทบาทหรือมุมมองจากแง่มุมเดิมของตนไปสนใจและใส่ใจในแง่มุมที่แตกต่างออกไป (Hogan, 1969) กล่าวคือ ผู้ที่มีการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นสูงจะเป็นคนที่ “ไม่รับรู้เพียงด้านเดียว” หรือ “ไม่ยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง” นอกจากนี้การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นยังประกอบไปด้วยการตอบสนองทางอารมณ์ ที่อ่อนโยน คือมีอารมณ์ความรู้สึกสอดคล้องเหมาะสมกับความรู้สึกของผู้อื่น มีความเห็นอกเห็นใจ คน เอาใจใส่ และตอบสนองต่อสิ่งที่ผู้อื่นรู้สึก (Davis, 1996) ดังที่ Goleman (1998b) ระบุว่า การรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งความฉลาดทางอารมณ์ หมายถึง การที่บุคคลเข้าใจถึงอารมณ์ ความรู้สึก และความต้องการในชีวิตของตนเอง อีกทั้งยังเข้าใจผู้อื่นและสามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสม และจากความเข้าใจจึงสามารถแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในชีวิตได้อย่างสร้างสรรค์ ไม่ว่าจะเป็นปัญหาความเครียดภายในจิตใจ หรือ ปัญหาที่เกิดจากการขัดแย้งกับผู้อื่น (กรมสุขภาพจิต, 2543)

ดังนั้น ผู้ที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงซึ่งมีความเชื่อเกี่ยวกับผู้อื่นในทางบวก และมีฐานอันมั่นคงในการรับมือกับสถานการณ์ทางลบ อีกทั้งยังมีแรงจูงใจในการแก้ไขปัญหาเพื่อรักษาไว้ซึ่งความรู้สึกที่ดีต่อตนเองและผู้อื่น และเพื่อรักษาความสัมพันธ์ที่บุคคลยังให้คุณค่าความสำคัญ เมื่อพบกับสถานการณ์ทางลบหรือสถานการณ์ความขัดแย้ง จึงมีแนวโน้มตอบสนองด้วยการให้อภัย การสื่อสาร การพยายามทำความเข้าใจ การควบคุมความรู้สึกและไม่ก้าวร้าว แทนการทำร้ายหรือหลีกเลี่ยงจากสถานการณ์และบุคคลที่ทำให้เจ็บปวดเสียใจ (Simpson, Rholes, & Phillips, 1996; Mikulincer & Shaver, 2005) ในทางตรงกันข้าม หากบุคคลมีการหลีกเลี่ยงในความผูกพันสูง จะทำให้บุคคลต้องการรักษาระยะห่างมากกว่าความใกล้ชิดสนิทสนม เนื่องจากคาดหวังว่าผู้อื่นเต็มไปด้วยความไม่ใส่ใจและการปฏิเสธ เมื่อเกิดสถานการณ์ทางลบหรือสถานการณ์ความ

ขัดแย้ง บุคคลจึงมีแรงจูงใจในการหลีกเลี่ยง ทำตนเห็นห่าง และกล่าวโทษผู้อื่น มากกว่าพยายามทำความเข้าใจแง่มุมที่แตกต่างออกไป รวมทั้งไม่พยายามเปลี่ยนแปลงความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม ให้เป็นไปในทางบวกมากขึ้น และรุนแรงน้อยลง กล่าวคือ การหลีกเลี่ยงในความผูกพัน ซึ่งมีอิทธิพลต่อการกำกับความต้องการผูกพัน (Fralely & Shaver, 2000) เป็นอุปสรรคสำหรับบุคคลในการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น แล้วจึงส่งผลให้บุคคลมีแนวโน้มให้อภัยลดลงนั่นเอง

### ตอนที่ 3 อิทธิพลของตัวแปรส่งผ่านการหมกมุ่นครุ่นคิด ในความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลในความผูกพันและการหลีกเลี่ยงในความผูกพัน กับลักษณะนิสัยการให้อภัย

จากการวิเคราะห์โมเดลอิทธิพลเชิงสาเหตุของรูปแบบความผูกพันต่อลักษณะนิสัยการให้อภัยเพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2 ในโมเดลหลัก และสมมติฐานข้อที่ 4 และข้อที่ 5 โมเดลทางเลือก คือ

สมมติฐานข้อที่ 2 (4) ความวิตกกังวลในความผูกพันมีอิทธิพลทางอ้อมต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีตัวแปรการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่าน

สมมติฐานข้อที่ 5 การหลีกเลี่ยงในความผูกพันมีอิทธิพลทางอ้อมต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีตัวแปรการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น และการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่าน

ผลการวิเคราะห์โมเดลหลักพบว่า การหมกมุ่นครุ่นคิดมีอิทธิพลต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย และยังมีบทบาทในการเป็นตัวแปรส่งผ่านในความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลในความผูกพันกับลักษณะนิสัยการให้อภัย ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 2 และผลการวิเคราะห์โมเดลทางเลือกก็พบว่า การหมกมุ่นครุ่นคิดมีบทบาทในการเป็นตัวแปรส่งผ่านในความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลในความผูกพันกับลักษณะนิสัยการให้อภัย ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 4 อีกทั้งเป็นตัวแปรส่งผ่านในความสัมพันธ์ระหว่างการหลีกเลี่ยงในความผูกพันกับลักษณะนิสัยการให้อภัย ซึ่งสนับสนุนบางส่วนของสมมติฐานข้อที่ 5

เหตุที่การหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่านระหว่างความวิตกกังวลในความผูกพันกับลักษณะนิสัยการให้อภัย น่าจะเป็นเพราะรูปแบบการทำงานของจิตใจในด้านความเชื่อเกี่ยวกับตนเองในทางลบ ทำให้บุคคลเห็นคุณค่าแห่งตนต่ำ คิดว่าตนเองไม่คู่ควรกับความรักความใส่ใจ แต่ก็ต้องการความใส่ใจและการตอบสนองจากคนที่ผูกพันมากเพื่อยืนยันถึงคุณค่าของตนเอง

(Bartholomew & Horowitz, 1991) ด้วยเหตุนี้จึงส่งผลให้บุคคลที่มีความวิตกกังวลในความผูกพันสูงมีความอ่อนไหวมากต่อสัญญาณการคุกคามความสัมพันธ์ และมักประเมินผลกระทบจากสถานการณ์ทางลบหรือสถานการณ์ความขัดแย้งที่เกิดขึ้นไปในแง่ลบเกินกว่าความเป็นจริงอยู่เสมอ ผู้ที่มีความวิตกกังวลในความผูกพันสูงจึงมักตอบสนองด้วยความโกรธ เสียใจ และหมกมุ่นครุ่นคิดที่มากจนเกินไป เนื่องมาจากความบกพร่องในการกำกับอารมณ์และการตอบสนองทางปัญญาที่สอดคล้องกับความทรงจำ ความเชื่อ และเป้าหมายที่บุคคลมี (Campbell, Simpson, Boldry, & Kashy, 2005; Simpson, Rholes, & Phillips, 1996)

เมื่อเทียบกับคนที่หมกมุ่นครุ่นคติน้อยหรือนิยมเพ่งเล็งความสนใจไปสู่สิ่งอื่นนอกเหนือจากอารมณ์ลบของตนเองแล้ว บุคคลที่หมกมุ่นครุ่นคิดมากจะมีอารมณ์ทางลบที่ยาวนานและยิ่งทวีความเข้มข้นขึ้น คิดถึงความทรงจำทางลบในอดีตได้มากกว่า ดีความสถานการณ์ปัจจุบันในทางลบมากกว่า และคาดเดาอนาคตไปในทางร้ายมากกว่า ส่งผลให้เกิดความเครียด ความซึมเศร้า ความก้าวร้าว โรคหวาดกลัวสังคม และความเสื่อมถอยด้านการแก้ปัญหา (Smith & Alloy, 2009) ยิ่งไปกว่านั้น การหมกมุ่นครุ่นคิดมีความเกี่ยวข้องกับความสามารถทางสังคมและอารมณ์ ผู้ที่มีความสามารถทางสังคมและอารมณ์สูงจะรับรู้และจัดการอารมณ์ของตนได้อย่างถูกต้องเหมาะสม แต่ถ้าบุคคลมีการหมกมุ่นครุ่นคิดมากความสามารถในการแก้ไขปัญหาทางสังคมก็จะถดถอยลง (Lyubomirsky & Tkach, 2004) ด้วยเหตุนี้เมื่อเกิดสถานการณ์หรือความขัดแย้งที่ก่อให้เกิดอารมณ์ลบขึ้น ไม่ว่าจะอารมณ์โกรธ ความกังวล หรือความเศร้าเสียใจ การหมกมุ่นครุ่นคิดจะเป็นตัวกระตุ้นให้บุคคลเกิดความพร้อมที่จะตอบสนองต่อสถานการณ์หรือบุคคลอื่นในทางลบ ไม่ว่าจะเป็นไปในทางแสวงหาการแก้แค้นหรือหลบหนีไป ซึ่งเป็นทิศทางตรงกันข้ามกับการให้อภัยที่มุ่งเผชิญหน้าและคลี่คลายสถานการณ์ลงด้วยความรู้สึกที่ดีกว่าเดิม

จากความเชื่อมโยงกันดังกล่าวจึงสรุปได้ว่า ความวิตกกังวลในความผูกพันทำให้บุคคลมีแนวโน้มการให้อภัยลดลงจากการที่บุคคลหมกมุ่นครุ่นคิดมากจนส่งผลกระทบต่ออารมณ์ สถานการณ์และระบอบสาเหตุในทางลบ และมีอารมณ์ลบที่เข้มข้นยาวนาน

ส่วนการที่การหมกมุ่นครุ่นคิดมีบทบาทการเป็นตัวแปรส่งผ่านในความสัมพันธ์ระหว่างการหลีกเลี่ยงในความผูกพันกับลักษณะนิสัยการให้อภัยด้วยนั้น อาจเป็นเพราะการหลีกเลี่ยงในความผูกพันก็มีส่วนสัมพันธ์กับการตีความและระบอบสาเหตุในทางลบเช่นกัน อีกทั้งยังเกี่ยวข้องกับการตอบสนองทางอารมณ์ด้วยความซุนเคื่องใจ เป็นปฏิปักษ์ มุ่งร้าย ไม่ไว้ใจ ความตึงเครียดสูง เมื่อเทียบกับคนที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง เพราะฉะนั้น การหลีกเลี่ยงในความผูกพันนอกจากจะเป็นตัวขัดขวางการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นแล้ว ยังมีอิทธิพลให้บุคคลมีระดับการหมกมุ่นครุ่นคิดมากขึ้น จนนำไปสู่แนวโน้มการให้อภัยที่ลดลงได้

#### ตอนที่ 4 ผลการเปรียบเทียบระหว่างโมเดลหลักและโมเดลทางเลือก

จากการเปรียบเทียบความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ระหว่างโมเดลหลักและโมเดลทางเลือกด้วยค่าไค-สแควร์สัมพัทธ์ ( $\chi^2/df$ ) พบว่าแตกต่างกันเพียงเล็กน้อย โดยโมเดลหลักมีค่าไค-สแควร์สัมพัทธ์เท่ากับ 1.20 ส่วนโมเดลทางเลือกมีค่าไค-สแควร์สัมพัทธ์เท่ากับ 1.39 แสดงว่าทั้งสองโมเดลล้วนมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ จากการที่ค่าไค-สแควร์สัมพัทธ์ไม่เกินกว่าเกณฑ์ที่กำหนด คือไม่เกิน 2 กล่าวได้ว่าโมเดลหลักและโมเดลทางเลือกสามารถอธิบายอิทธิพลของรูปแบบความผูกพันที่มีต่อลักษณะนิสัยการให้อภัยได้ดีทั้งคู่ โดยโมเดลหลักมีความเหนือกว่าเล็กน้อย อย่างไรก็ตาม เมื่อพิจารณาด้วยความแปรปรวนของตัวแปรตามที่สามารถอธิบายได้ด้วยตัวแปรต้นและตัวแปรส่งผ่านในการวิจัย ซึ่งพบว่าความแปรปรวนของตัวแปรลักษณะนิสัยการให้อภัยในโมเดลทางเลือก ( $R^2 = .73$ ) มีค่าสูงกว่าในโมเดลหลัก ( $R^2 = .62$ ) พอสมควร จึงอาจกล่าวได้ว่า แม้โมเดลหลักจะสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์มากกว่า แต่อิทธิพลของการหลีกเลี่ยงในความผูกพันที่ส่งผ่านทั้งการหมกมุ่นครุ่นคิดและการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นก็สามารถอธิบายความแปรปรวนของลักษณะนิสัยการให้อภัยได้ดีกว่าเมื่อส่งผ่านการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นเพียงอย่างเดียว ข้อค้นพบนี้ชี้แนะว่าการมีความเชื่อต่อผู้อื่นในทางลบหรือมีลักษณะหลีกเลี่ยงในความผูกพันนั้น นอกจากจะทำให้บุคคลเข้าใจสิ่งต่างๆ และคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่นน้อยลงแล้ว ยังส่งผลให้หมกมุ่นครุ่นคิดจนมีอารมณ์ลบเข้มข้นและยาวนานมากขึ้นด้วย ซึ่งส่งผลให้มีแนวโน้มการให้อภัยต่ำอย่างชัดเจน

นอกจากนี้เมื่อเปรียบเทียบกับผลการวิจัยของ Burnette และคณะ (2009) พบว่าโมเดลหลักของงานวิจัยได้ข้อค้นพบที่คล้ายกัน คือ ความวิตกกังวลในความผูกพันมีอิทธิพลต่อลักษณะนิสัยการให้อภัยมากกว่าการหลีกเลี่ยงในความผูกพัน และความวิตกกังวลมีอิทธิพลทางตรงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติด้วย ขณะที่การหลีกเลี่ยงในความผูกพันมีอิทธิพลทางตรงอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แสดงให้เห็นถึงความเที่ยงของความสัมพันธ์ของตัวแปรในโมเดล แม้ว่าใช้เครื่องมือวัดแตกต่างกัน ทั้งนี้ เมื่อเปรียบเทียบค่าอิทธิพลที่ตัวแปรต้นมีต่อตัวแปรตาม พบว่า โมเดลการวิจัยนี้ได้ค่าอิทธิพลมากกว่าโมเดลของ Burnette และคณะ อาจเป็นเพราะในการวิจัยครั้งนี้ตัวแปรแต่ละตัวมีภาวะสันนิษฐานครอบคลุมองค์ประกอบต่างๆ มากกว่า และเครื่องมือวัดมีคุณภาพมากกว่า เช่น มาตรการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น และมาตรวัดลักษณะนิสัยการให้อภัย มีความเที่ยงมากกว่า ทำให้โมเดลที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้มีอำนาจการพยากรณ์สูง และอย่างยิ่งในโมเดลทางเลือกที่ได้เพิ่มเส้นอิทธิพลจากการหลีกเลี่ยงในความผูกพันถึงการหมกมุ่นครุ่นคิด ยิ่งทำให้อำนาจการพยากรณ์สูงขึ้นไปถึงร้อยละ 73

ดังนั้น อาจกล่าวได้ว่าพฤติกรรมการให้อภัยของบุคคลในบริบทต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นการให้อภัยตนเอง การให้อภัยสถานการณ์ หรือการให้อภัยผู้อื่น จะสามารถพยากรณ์ได้จากรูปแบบความผูกพัน โดยเฉพาะด้านความวิตกกังวลในความผูกพันหรือความเชื่อที่บุคคลมีต่อตนเองว่ามีคุณค่าแก่ความรักความใส่ใจเพียงใด ซึ่งทั้งสองผลโดยตรงและโดยอ้อมผ่านการหมกมุ่นครุ่นคิดในความโกรธแค้น ซึมเศร้า สับสน และหมดกำลังใจที่ติดตามมา ประกอบกับการหลีกเลี่ยงในความผูกพันหรือความเชื่อที่บุคคลมีต่อผู้อื่นว่าไว้วางใจได้และพึ่งพาได้เพียงใด ก็สามารถพยากรณ์การให้อภัยในบริบทต่างๆ ได้เช่นกันแม้จะไม่มีอิทธิพลมากเท่าความวิตกกังวลในความผูกพัน แต่ก็สามารถทำนายการให้อภัยโดยส่งผ่านความสามารถในการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นหรือความสามารถในการทำความเข้าใจความคิดหรือมุมมองของผู้อื่นและระดับการมีอารมณ์ร่วมกับความรู้สึกของผู้อื่นรวมทั้งส่งผ่านการหมกมุ่นครุ่นคิดด้วย



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

#### วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาอิทธิพลของตัวแปรรูปแบบความผูกพันต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย
2. เพื่อศึกษาอิทธิพลของตัวแปรส่งผ่านการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น ในความสัมพันธ์ระหว่างการหลีกเลี่ยงในความผูกพันกับลักษณะนิสัยการให้อภัย
3. เพื่อศึกษาอิทธิพลของตัวแปรส่งผ่านการหมกมุ่นครุ่นคิด ในความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลในความผูกพันและการหลีกเลี่ยงในความผูกพัน กับลักษณะนิสัยการให้อภัย
4. เพื่อเปรียบเทียบระหว่างโมเดลหลักและโมเดลทางเลือก ว่าโมเดลใดสามารถอธิบายอิทธิพลของรูปแบบความผูกพันต่อลักษณะนิสัยการให้อภัยได้ดีกว่ากัน

#### สมมติฐานการวิจัย

สมมติฐานข้อที่ 1 รูปแบบความผูกพันสามารถทำนายลักษณะนิสัยการให้อภัยได้

- 1.1 ความวิตกกังวลในความผูกพันสามารถทำนายลักษณะนิสัยการให้อภัยได้
- 1.2 การหลีกเลี่ยงในความผูกพันสามารถทำนายลักษณะนิสัยการให้อภัยได้

#### สมมติฐานของโมเดลหลัก

สมมติฐานข้อที่ 2 ความวิตกกังวลในความผูกพันมีอิทธิพลทางอ้อมต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย

โดยมีตัวแปรการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่าน

สมมติฐานข้อที่ 3 การหลีกเลี่ยงในความผูกพันมีอิทธิพลทางอ้อมต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย

โดยมีตัวแปรการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นเป็นตัวแปรส่งผ่าน

#### สมมติฐานของโมเดลทางเลือก

สมมติฐานข้อที่ 4 ความวิตกกังวลในความผูกพันมีอิทธิพลทางอ้อมต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย

โดยมีตัวแปรการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่าน

สมมติฐานข้อที่ 5 การหลีกเลี่ยงในความผูกพันมีอิทธิพลทางอ้อมต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย

โดยมีตัวแปรการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น และการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่าน

## กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

นิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยระดับปริญญาตรี จำนวน 355 คน เพศชาย 103 คน หญิง 251 คน (ไม่ระบุเพศจำนวน 1 คน) อายุระหว่าง 17-24 ปี

## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. มาตรการวัดรูปแบบความผูกพัน จำนวน 35 ข้อ ประกอบด้วยมิติวิตกกังวล 18 ข้อ และมิติหลีกเลี่ยง 17 ข้อ เป็นมาตรการวัดประมาณค่าแบบลิเคิร์ต 7 ระดับ ตั้งแต่ 1 = ไม่ตรงเลย ถึง 7 = ตรงมาก ทั้งสองมิติมีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในเท่ากับ .85 และ .76 ตามลำดับ พัฒนาตามโครงสร้างของมาตร Experiences in Close Relationships-Revised: ECR-R ของ Fraley, Waller และ Brennan (2000) โดยนำข้อกระทงที่เหมาะสมตรงตามภาวะสันนิษฐานมาจากมาตร ECR-R และมาตร Relationship Scales Questionnaire: RSQ ของ Griffin และ Bartholomew (1994) มาตร Albany Measure of Attachment Styles: AMAS ของ McGowan, Daniels, และ Byrne (2000 อ้างถึงใน อรพรรณ ภากรพบ, 2546) และมาตรการวัดรูปแบบความผูกพันของปารณีย์ อิมธนาวนิช (2545)

2. มาตรการวัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น จำนวน 28 ข้อ ประกอบด้วยองค์ประกอบการเข้าใจทัศนคติของผู้อื่น และองค์ประกอบการคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น อย่างละ 14 ข้อ เป็นมาตรการวัดประมาณค่าแบบลิเคิร์ต 7 ระดับ ตั้งแต่ 1 = ไม่ตรงเลย ถึง 7 = ตรงมาก ทั้งสององค์ประกอบมีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในเท่ากับ .76 เท่ากัน พัฒนาโดยนำข้อกระทงที่เหมาะสมตรงตามภาวะสันนิษฐานมาจากมาตร Interpersonal Reactivity Index: IRI ของ Davis (1980) มาตร Emotional Empathic Tendency Scale: EETS ของ Mehrabian และ Epstein (1972) มาตร Multi-Dimensional Emotional Empathy Scale: MEES ของ Caruso และ Mayer (1998) และมาตร Empathy Quotient: EQ ของ Baron-Cohen และ Wheelwright (2004)

3. มาตรการวัดการหมกมุ่นครุ่นคิด จำนวน 25 ข้อ ประกอบด้วยองค์ประกอบความเศร้า ความโกรธ ความสับสน ความหมดกำลังใจ และการวิเคราะห์ อย่างละ 5 ข้อ เป็นมาตรการวัดประมาณค่าแบบลิเคิร์ต 7 ระดับ ตั้งแต่ 1 = ไม่เคยเลย ถึง 7 = เป็นประจำ ทั้งห้าองค์ประกอบมีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในเท่ากับ .83, .82, .73, .72 และ .78 ตามลำดับ พัฒนาโดยนำข้อกระทงที่เหมาะสมมาจากมาตร Ruminative Styles Questionnaire: RSQ ของ Nolen-Hoeksema และคณะ (1990) มาตร Sadness and Anger Rumination Inventory: SARI ของ

Peled (2006) และมาตร Anger Rumination Scale: ARS ของ Sukhodolsky, Golub และ Cromwell (2001)

4. มาตรวัดลักษณะนิสัยการให้อภัย จำนวน 30 ข้อ ประกอบด้วยองค์ประกอบการให้อภัยตนเอง 9 ข้อ การให้อภัยผู้อื่น 11 ข้อ และการให้อภัยสถานการณ์ 10 ข้อ เป็นมาตรวัดประมาณค่าแบบลิเคิร์ต 7 ระดับ ตั้งแต่ 1 = ไม่ตรงเลย ถึง 7 = ตรงมาก ทั้งสามองค์ประกอบมีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในเท่ากับ .78, .79 และ .72 ตามลำดับ มาตรนี้พัฒนาโดย ชิตศุภางค์ รัชชีสมบัติศิริ (2550) ซึ่งพัฒนาตามโครงสร้างของมาตรวัด Heartland Forgiveness Scales (HFS) ของ Thompson และคณะ (2005)

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ผ่านการพัฒนาและตรวจสอบคุณภาพแล้วไปให้กลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนิสิตระดับปริญญาตรี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ตอบในชั้นเรียนในช่วงเวลาทำคาบเรียน โดยได้รับความอนุเคราะห์จากคณาจารย์เจ้าของคาบเรียน และผู้วิจัยมีได้แจ้งถึงวัตถุประสงค์ที่แท้จริงของการวิจัยให้ผู้ร่วมการวิจัยทราบ โดยระบุเพียงว่าเป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับความสัมพันธ์ และเน้นว่าข้อมูลที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้จะถูกเก็บเป็นความลับ

แบบสอบถามที่แจกให้แก่กลุ่มตัวอย่างมีทั้งสิ้น 6 ชุด โดยมีการสลับการเรียงลำดับของมาตรวัดที่เป็นตัวแปรต้นและตัวแปรส่งผ่านทั้ง 3 มาตร ได้แก่ มาตรวัดรูปแบบความผูกพัน มาตรวัดการหมกมุ่นครุ่นคิด และมาตรวัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น ส่วนมาตรวัดลักษณะนิสัยการให้อภัยซึ่งเป็นตัวแปรตามของการวิจัยจะถูกจัดไว้เป็นมาตรวัดลำดับสุดท้ายในแบบสอบถามเสมอ การสลับตำแหน่งของมาตรวัดทำเพื่อให้แน่ใจว่าลำดับของมาตรมิได้ส่งผลต่อคำตอบของผู้ร่วมการวิจัย

### การวิเคราะห์ข้อมูล

สมมติฐานข้อที่ 1 เป็นการตรวจสอบความสัมพันธ์หรือการทำนายของรูปแบบความผูกพันกับลักษณะนิสัยการให้อภัย จึงใช้การวิเคราะห์ถดถอยพหุคูณ (Multiple regression analysis) ในโปรแกรม SPSS for windows เพื่อตรวจสอบ

สมมติฐานข้อที่ 2 - 5 เป็นการตรวจสอบอิทธิพลเชิงสาเหตุของรูปแบบความผูกพันต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยส่งผ่านการหมกมุ่นครุ่นคิดและการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น จึงวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง (structural equation modeling: SEM) ในโปรแกรม LISREL



## ผลการวิจัย

1. ความวิตกกังวลในความผูกพัน ( $\beta = -.40$ ) และการหลีกเลี่ยงในความผูกพัน ( $\beta = -.26$ ) สามารถร่วมกันทำนายลักษณะนิสัยการให้อภัยได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ( $R^2 = .28$ )

### โมเดลหลัก

2. โมเดลอิทธิพลรูปแบบความผูกพันต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่านในความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลในความผูกพันกับลักษณะนิสัยการให้อภัย และมีการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกเป็นตัวแปรส่งผ่านในความสัมพันธ์ระหว่างการหลีกเลี่ยงในความผูกพันกับลักษณะนิสัยการให้อภัย มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ( $\chi^2 = 32.37$ ,  $df = 27$ ,  $p = 0.22$ ,  $RMSEA = .02$ ,  $RMR = .03$ ,  $GFI = .98$ ) โดยตัวแปรต้นและตัวแปรส่งผ่านในโมเดลสามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนในตัวแปรตามได้ร้อยละ 62
3. ความวิตกกังวลในความผูกพันมีอิทธิพลทางอ้อมต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
4. การหลีกเลี่ยงในความผูกพันมีอิทธิพลทางอ้อมต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นเป็นตัวแปรส่งผ่านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

### โมเดลทางเลือก

5. โมเดลอิทธิพลรูปแบบความผูกพันต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกเป็นตัวแปรส่งผ่านในความสัมพันธ์ระหว่างการหลีกเลี่ยงในความผูกพันกับลักษณะนิสัยการให้อภัย และมีการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่านทั้งในความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลในความผูกพันและการหลีกเลี่ยงในความผูกพัน กับลักษณะนิสัยการให้อภัย มีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ ( $\chi^2 = 37.51$ ,  $df = 27$ ,  $p = 0.09$ ,  $RMSEA = .03$ ,  $RMR = .03$ ,  $GFI = .98$ ) โดยตัวแปรต้นและตัวแปรส่งผ่านในโมเดลสามารถร่วมกันอธิบายความแปรปรวนในตัวแปรตามได้ร้อยละ 73
6. ความวิตกกังวลในความผูกพันมีอิทธิพลทางอ้อมต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
7. การหลีกเลี่ยงในความผูกพันมีอิทธิพลทางอ้อมต่อลักษณะนิสัยการให้อภัย โดยมีการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นและการหมกมุ่นครุ่นคิดเป็นตัวแปรส่งผ่านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

## ข้อเสนอแนะ

1. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งต่อไปควรศึกษาเพิ่มเติมในหลายกลุ่มอายุ เช่น วัยผู้ใหญ่ วัยกลางคน และกลุ่มผู้สูงอายุ และในหลายกลุ่มภูมิภาค วัฒนธรรม เนื่องจากอาจทำให้อิทธิพลของรูปแบบความผูกพันที่มีต่อลักษณะนิสัยการให้อภัยแตกต่างไปจากการวิจัยครั้งนี้
2. ถึงแม้ว่าตัวแปรต้นในการวิจัยครั้งนี้สามารถอธิบายความแปรปรวนในตัวแปรตามได้ร้อยละ 60 ถึง 70 แต่นอกเหนือจากตัวแปรการหมกมุ่นครุ่นคิดและการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นแล้ว ก็ยังมีตัวแปรอื่นๆ ที่อาจมีความสัมพันธ์กับรูปแบบความผูกพัน และเป็นตัวแปรทำนายลักษณะนิสัยการให้อภัยได้ เช่น ความไม่มั่นคงทางอารมณ์ (neuroticism) ความเป็นมิตร (agreeableness) และการเปิดตัว (extraversion) (Brose, Rye, Lutz-Zois, & Ross, 2005; Nofle & Shaver, 2006) ดังนั้น สำหรับการวิจัยครั้งต่อไปอาจนำตัวแปรดังกล่าวมาบรรจุในโมเดลเพื่อตรวจสอบความเชื่อมโยงของรูปแบบความผูกพันและลักษณะนิสัยการให้อภัยได้ สมบูรณ์มากขึ้น
3. เมื่อพิจารณาค่าน้ำหนักองค์ประกอบของแต่ละตัวแปร เช่น ตัวแปรการหมกมุ่นครุ่นคิด พบว่า องค์ประกอบการวิเคราะห์มีค่าน้ำหนักน้อยกว่าองค์ประกอบอื่นๆ มาก ดังนั้นในการวิจัยครั้งต่อไปอาจศึกษาเพิ่มเติมถึงภาวะสันนิษฐานของตัวแปรนี้และพัฒนามาตรวัดให้แตกต่างออกไป นอกจากนี้เมื่อเปรียบเทียบค่าน้ำหนักองค์ประกอบของทั้งโมเดล พบว่า ค่าน้ำหนักองค์ประกอบของตัวแปรการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น โดยเฉพาะองค์ประกอบการคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น มีค่าไม่สูงนัก ซึ่งอาจเป็นผลจากตัวแปรมีการกระจายของข้อมูลต่ำ ทำให้มีความแปรผันร่วมกับตัวแปรตัวอื่นๆ น้อย และมีอิทธิพลต่อตัวแปรตามในโมเดลน้อย ดังนั้นในการวิจัยครั้งต่อไปอาจพัฒนามาตรวัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นให้การตอบมีการกระจายมากขึ้น หรืออาจศึกษาร่วมกับมาตรวัดความต้องการแสดงออกตามความน่าพึงปรารถนาของสังคม (social desirability) และอาจเปลี่ยนวิธีการวัดจากการรายงานตนเอง เพียงอย่างเดียวให้ควบคู่กับการรายงานจากคนใกล้ชิดด้วย
4. เนื่องจากขอบเขตของการศึกษาในงานวิจัยนี้เป็นการศึกษาถึงแนวโน้มการให้อภัยโดยเฉลี่ยของบุคคลที่ได้มาจากการรายงานตนเองด้วยมาตรวัดลักษณะนิสัยการให้อภัย ดังนั้นในงานวิจัยต่อไปอาจศึกษาในเชิงการทดลอง หรือศึกษาการให้อภัยเฉพาะเหตุการณ์ เพื่อให้มีหลักฐานเชิงประจักษ์มากขึ้น

## รายการอ้างอิง

### ภาษาไทย

- กรมสุขภาพจิต. (2543). *คู่มือความฉลาดทางอารมณ์*. กรุงเทพฯ : กระทรวงสาธารณสุข,
- ชิตศุภางค์ รัชชีสมบัติศิริ. (2550). อิทธิพลของบุคลิกภาพแบบหลงตนเองต่อพินัยในการให้อภัย และการให้อภัยเฉพาะเหตุการณ์. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ปารณีย์ อิมธนาวนิช. (2545). แรงจูงใจของความรักที่ไม่ได้รับการตอบสนองและรูปแบบความผูกพันในฐานะตัว ทำนายระดับความรุนแรงและประสบการณ์ความรักที่ไม่ได้รับการตอบสนอง. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ปีระกา มณีวรรณ. (2547). การเพิ่มการร่วมรู้สึกด้วยโปรแกรมการฝึกทักษะเบื้องต้นในการปรึกษาเชิงจิตวิทยา. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นริศรา ศรีทองสุข. (2551). อิทธิพลของลักษณะนิสัยครุ่นคิดและสิ่งที่มีมากระตุ้นต่อการเกิดการก้าวร้าวแทนที่. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พจณี วัฒนมงคล. (2553). อิทธิพลของความเป็นไปได้ในการกระทำผิดต่อการให้อภัยระหว่างกลุ่ม โดยมีการรู้ ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่นและการรับรู้ความรุนแรงของความขัดแย้งระหว่าง กลุ่มเป็นตัวแปรส่งผ่าน. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อรพรรณ ภารพบ. (2546). รูปแบบความผูกพันกับการอนุมานสาเหตุการกระทำของตนเองและผู้อื่นในสถานการณ์ทางลบ. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

### ภาษาอังกฤษ

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, N.J.: Erlbaum.

- Al-Mabuk, R. H., Enright, R. D., & Cardis, P. .A. (1995). Forgiveness education with parentally love-deprived late adolescents. *Journal of Moral Education, 24*, 427-444.
- Anderson, C. A., & Bushman, B. J. (2002). Human Aggression. *Annual Review of Psychology, 53*, 27-51.
- Barber, L., Maltby, J., & Macaskill, A. (2005). Angry memories and thoughts of revenge: The relationship between forgiveness and anger rumination. *Personality and Individual Differences, 39*, 253–262.
- Baron-Cohen, S., & Wheelwright, S. (2004). The empathy quotient: An investigation of adults with asperger syndrome or high functioning autism, and normal sex differences. *Journal of Autism and Developmental Disorders, 34*, 163-175.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology, 61*, 226-244.
- Beckman, J., & Kellmann, M. (2004). Self-regulation and recovery: Approaching an understanding of the process of recovery from stress. *Psychological Reports, 95*, 1135-1153.
- Berant, E., Mikulincer, M., & Florian, V. (2001). Attachment style and mental health: A 1-year follow-up study of mothers of infants with congenital heart disease. *Personality and Social Psychology Bulletin, 27*, 956-968.
- Berry, J. W., Worthington, E. L. Jr., O'Connor, L. E., Parrott, L., III, & Wade, N. G. (2005). Forgiveness, vengeful rumination, and affective traits. *Journal of Personality, 73*, 1–43.
- Berry, J. W., Worthington, E. L., Jr., Parrott, L., O'Connor, L. E., & Wade, N. G. (2001). Dispositional forgiveness: Development and construct validity of the transgression narrative test of forgiveness (TNTF). *Personality and Social Psychology Bulletin, 27*, 1277-1290.
- Besser, A., & Priel, B. (2008). Attachment, depression, and fear of death in older adults: The roles of neediness and perceived availability of social support. *Personality and Individual Differences, 44*, 1711–1725.
- Bierhoff, H. (2002). *Prosocial behaviour*. East Sussex: Psychology.

- Birnbaum, G. E., Orr, I., Mikulincer, M., & Florian, V. (1997). When marriage breaks up: Does attachment style contribute to coping and mental health? *Journal of Social and Personal Relationships, 14*, 643-654.
- Bono, G., McCullough, M. E., & Root, L. M. (2008). Forgiveness, feeling connected to others, and well-being: Two longitudinal studies. *Personality and Social Psychology Bulletin, 34*, 182-195.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss: Volume II: Separation, Anxiety and Anger*. New York: Basic Books.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult romantic attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76). New York: Guilford Press.
- Burnette, J. L., Davis, D., Green, J. D., & Worthington, E.L., Jr., & Bradfield, E. (2009). Insecure attachment and depressive symptoms: The mediating role of rumination, empathy and forgiveness. *Personality and Individual Differences, 46*, 276-280.
- Burnette, J. L., Taylor, K., Worthington, E. L., Jr., & Forsyth, D. R. (2007). Attachment working models and trait forgivingness: The mediating role of angry rumination. *Personality and Individual Differences, 42*, 1585-1596.
- Bushman, B. J., Bonacci, A. M., Pedersen, W. C., Vasquez, E. A., & Miller, N. (2005). Chewing on It can chew you up: Effects of rumination on triggered displaced aggression. *Journal of Personality and Social Psychology, 88*, 969-983.
- Campbell, L., Simpson, J. A., Boldry, J. G., & Kashy, D. A. (2005). Perceptions of conflict and support in romantic relationships: The role of attachment anxiety. *Journal of Personality and Social Psychology, 88*, 510-531.
- Caprara, G. V. (1986). Indicators of aggression: The dissipation-rumination scale. *Personality and Individual Differences, 7*, 763-769.
- Caruso, D. R., & Mayer, J. D. (1998). *A Measure of Emotional Empathy for Adolescents and Adults*. Retrieved from [http://www.unh.edu/emotional\\_intelligence/EIAssets/Emapthy Scale/Emapthy Article 2000.doc](http://www.unh.edu/emotional_intelligence/EIAssets/Emapthy%20Scale/Emapthy%20Article%202000.doc)

- Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneier (Eds.), *Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment*. New York: Guilford Press.
- Cloninger, S. C. (2000). *Theories of personality: understanding persons* (3rd ed.). Upper Saddle River, N.J.: Prentice Hall. (pp. 177-181)
- Coke, J., Batson, D., & McDavis, K. (1978). Empathic mediation of helping: A two-stage model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 36, 752-766.
- Collins, N. L., & Allard, L. S. (2001). Cognitive representations of attachment: The content and function of working models. In G. J. O. Fletcher, & M. S. Clark (Eds.), *Blackwell handbook of social psychology: Interpersonal processes* (pp. 60–85). Malden, MA: Blackwell.
- Collins, N.L., & Read, S.J. (1990). Adult Attachment, Working Models and Relationship Quality in Dating Couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 644-663.
- Conner-Smith, J. K., Compas, B. E., Wadsworth, M. E., Thomsen, A. H., & Saltzman, H. (2000). Responses to stress in adolescence: Measurement of coping and involuntary stress responses. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68, 976-992.
- Conway, M., Csank, P. A. R., Holm, S. L., & Blake, C. K. (2000). On assessing individual differences in rumination on sadness. *Journal of Personality Assessment*, 75, 404-425.
- Davis, M. H. (1980). A multidimensional approach to individual differences in empathy. *JSAS Catalogue of selected documents in psychology*, 10, 1-17.
- Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44, 113-126.
- Davis, M. H. (1996). *Empathy: A social psychological approach*. Boulder: Westview Press.
- Denson, T. F. (2008). *Angry rumination and the self-regulation of aggression*. Retrieved from [http://www.psychexperiment.net/denson/Denson \(in press SSSP\).pdf](http://www.psychexperiment.net/denson/Denson%20(in%20press%20SSSP).pdf)

- Enright, R. D., & Coyle, C. T. (1998). Researching the process model of forgiveness within psychological interventions. In E. L. Worthington, Jr. (Ed.), *Dimensions of forgiveness: Psychological research and theological perspectives* (pp. 139-161). Philadelphia: Templeton Foundation Press.
- Exline, J. J., & Baumeister, R. F. (2000). Expressing forgiveness and repentance: Benefits and barriers. In M. E. McCullough, K. I. Pargament, & C. E. Thoresen (Eds.), *Forgiveness: Theory, research, and practice* (pp. 133-155). New York: Guilford.
- Fehr, R., Gelfand, M. J., & Nag, M. (2010). The road to forgiveness: a meta-analytic synthesis of its situational and dispositional correlates. *Psychological Bulletin*, *136*, 894-914.
- Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (1999). Loss and bereavement: Attachment theory and recent controversies concerning "grief work" and the nature of detachment. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 735-759). New York: Guilford Press.
- Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments, emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, *4*, 132–154.
- Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A. (2000). An item-response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, *78*, 350-365.
- Goleman, D. (1998). *Working with emotional intelligence*. New York: Bantam Books.
- Gordon, R. M. (1996b). 'Radical' simulationism. In P. Carruthers, & P. K. Smith (Eds.), *Theories of theories of mind* (pp. 11–38). Cambridge: Cambridge University Press.
- Greif, E.B., & Hogan, R. (1973). The theory and measurement of empathy. *Journal of Counseling Psychology*, *20*, 280–284.
- Griffin, D., & Bartholomew, K. (1994). Metaphysics of measurement: The case of adult attachment. In K. Bartholomew & D. Perlman (Eds.), *Advances in personal relationships, Vol. 5: Attachment processes in adulthood* (pp.17-52). London: Jessica Kingsley.
- Hargrave, T. D. & Sells, J. N. (1997). The development of a forgiveness scale. *Journal of Marital and Family Therapy*. *23*, 1, 41-62.

- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology, 52*, 511-524.
- Hebl, J. H. & Enright, R. D. (1993). Forgiveness as a psychotherapeutic goal with elderly females. *Psychotherapy, 30*, 658 -667.
- Hoffman, ML (1977). Sex differences in empathy and related behaviors. *Psychological Bulletin, 84*, 712-722.
- Hogan, R. (1969). Development of an empathy scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 33*, 307-316.
- Johnson, J. A., Cheek, J. M., & Smither, R. (1983). The structure of empathy. *Journal of Personality and Social Psychology, 45*, 1299-1312.
- Kachadourian, L. K., Fincham, F., & Davila, J. (2005). Attitudinal ambivalence, rumination, and forgiveness of partner transgressions in marriage. *Personality and Social Psychology Bulletin, 31*, 334-342.
- Kadiangandu, J. K., Mullet, E., & Vinsonneau, G. (2001). Forgiveness: A Congo-France comparison. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 32*, 504-511.
- Kestenbaum, R., Farber, E. A., & Sroufe, L. A. (1989). Individual Differences in empathy among preschoolers: Relation to attachment history. In N. Eisenberg (Ed.), *Empathy and Related Emotional Responses* (pp. 51-64). San Francisco: Jossey-Bass.
- Lawler-Row, K. A., Younger, J. W., Piferi, R. L., & Jones, W. H. (2006). The role of adult attachment style in forgiveness following an interpersonal offense. *Journal of Counseling & Development, 84*, 493-502.
- Lee, H. S., Brennan, P. F., & Daly, B. J. (2001). Relationship of empathy to appraisal, depression, life satisfaction, and physical health in informal caregivers of older adults. *Research in Nursing & Health, 24*, 44-56.
- Lucas, T., Young, J. D., Zhdanova, L., & Alexander, S. (2010). Self and other justice beliefs, impulsivity, rumination, and forgiveness: Justice beliefs can both prevent and promote forgiveness. *Personality and Individual Differences, 49*, 851-856.
- Lyubomirsky, S., & Tkach, C. (2004). The consequences of dysphoric rumination. In C. Papageorgiou & A. Wells (Eds.), *Depressive Rumination: Nature, Theory, and Treatment Chichester*. England: John Wiley & Sons.



- Maltby, J., Macaskil, A., & Day, L. (2001). Failure to forgive self and others: a replication and extension of the relationship between forgiveness, personality, social desirability and general health. *Personality and Individual Differences, 30*, 881-885.
- Marcus-Newhall, A., Prderon, W. C., Carlson, M., & Miller, N. (2000). Displaced aggression is alive and well: A meta-analytic review. *Journal of Personality and Social Psychology, 78*, 670-689.
- Martin, L. L., Tesser, A., & McIntosh, W. D. (1993). Wanting by not having: The effects of unattained goals on thoughts and feelings. In D. Wegner, & C. Papageorgiou (Eds.), *Handbook of Mental Control Englewood Cliffs*. New Jersey: Prentice Hall.
- Mauger, P. A., Perry, J. E., Freeman, T., Grove, D. C., McBride, A. G., & McKinney, K. E. (1992). The measurement of forgiveness: Preliminary Research. *Journal of Psychology and Christianity, 11*, 170-180.
- McCullough, M. (2008). *Beyond revenge: The evolution of the forgiveness instinct*. San Francisco: Jossey-Bass.
- McCullough, M. E., Bono, G., & Root, L. M. (2007). Rumination, emotion, and forgiveness: Three longitudinal studies. *Journal of Personality and Social Psychology, 92*, 490-505.
- McCullough, M. E., Pargament, K. I., & Thoresen, C. E. (2000). The psychology of forgiveness: History, conceptual issues, and overview. In M. E. McCullough, K. I. Pargament, & C. E. Thoresen (Eds.), *Forgiveness: Theory, research, and practice* (pp. 1-14). New York: Guilford.
- McCullough, M. E., Rachal, K. C., Sandage, S. J., Worthington, E. L., Jr., Brown, S. W., & Hight, T. L. (1998). Interpersonal forgiving in close relationship: II Theoretical elaboration and measurement. *Journal of Personality Social Psychology, 75*, 1586-1603.
- McCullough, M. E., & Worthington, E. L., Jr. (1999). Religion and the forgiving personality. *Journal of Personality, 67*, 1141-1164.
- McCullough, M. E., Worthington, E. L., Jr., & Rachal, K. C. (1997). Interpersonal forgiving in close relationship. *Journal of Personality and Social Psychology, 73*, 321-336.

- Mehrabian, A., & Epstein, N. (1972). A measure of emotional empathy. *Journal of Personality, 40*, 525-543.
- Mikulincer, M. (1995). Attachment style and the mental representation of the self. *Journal of Personality and Social Psychology, 69*, 1203-1215.
- Mikulincer, M. (1998b). Adult attachment style and individual differences in functional versus dysfunctional experiences of anger. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*, 513-524.
- Mikulincer, M., & Florian, V. (2004). Attachment style and affect regulation: Implications for coping with stress and mental health. In M. B. Brewer, & M. Hewstone (Eds.), *Applied social psychology* (pp. 28-46). Malden, MA: Blackwell.
- Mikulincer, M., & Orbach, I. (1995). Attachment styles and repressive defensiveness: The accessibility and architecture of affective memories. *Journal of Personality and Social Psychology, 68*, 917-925.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2005). Attachment theory and emotions in close relationships: Exploring the attachment-related dynamics of emotional reactions to relational events. *Personal Relationships, 12*, 149-168.
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., Sapir-Lavid, Y., & Avihou-Kanza, N. (2009). What's inside the minds of securely and insecurely attachment people? The secure-base script and its associations with attachment-style dimensions. *Journal of Personality and Social Psychology, 97*, 615-633.
- Miller, N., Pederson, W. C., Earley, M., & Pollock, V. E., (2003). A theoretical model of triggered displaced aggression. *Personality and Social Psychology Review, 7*, 75-97.
- Mullet, E., Neto, F., & Riviere, S. (2005) Personality and its effects on resentment, revenge, and forgiveness and on self-forgiveness. In E. L. Worthington, Jr. (Ed), *Handbook of Forgiveness* (pp. 159-182). New York: Routledge.
- Muris, P., Roelofs, J., Rassin, E., Franken, I., & Mayer, B. (2005). Mediating effects of rumination and worry on the links between neuroticism, anxiety and depression. *Personality and Individual Differences, 39*, 1105-1111.

- Nichols, S., Stich, S., Leslie, A., & Klein, D. (1996). Varieties of off-line simulation. In P. Carruthers, & P. K. Smith (Eds.), *Theories of theories of mind* (pp. 39–74). Cambridge: Cambridge University Press.
- Nolen-Hoeksema, S. (1991). Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of Abnormal Psychology, 100*, 569-582.
- Nolen-Hoeksema, S. (2004). The Response Style Theory. In C. Papageorgiou & A. Wells (Eds.), *Depressive Rumination: Nature, Theory and Treatment West Sussex*. England: Wiley.
- Nolen-Hoeksema, S., & Harrell, Z. (2002). Rumination, depression and alcohol use: Tests of gender differences. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Journal, 16*, 391-404.
- Paleari, F. G., Regalia, C., & Fincham, F. D. (2005). Marital quality, forgiveness, empathy, and rumination: a longitudinal analysis. *Personality and Social Psychology Bulletin, 31*, 368–378.
- Papageorgiou, C., & Wells, A. (1999). Process and meta cognitive dimensions of depressive and anxious thoughts and relationships with emotional intensity. *Clinical Psychology and Psychotherapy, 6*, 152-162.
- Papageorgiou, C., & Wells, A. (2001b). Positive beliefs about depressive rumination: Development and preliminary validation of a self-report scale. *Behavior Therapy, 32*, 13-26.
- Papageorgiou, C., & Wells, A. (2004). Depressive rumination: Nature, functions and beliefs. In C. Papageorgiou & A. Wells (Eds.), *Depressive Rumination: Nature, Theory, and Treatment Chichester*. England: John Wiley & Sons Ltd.
- Pearson, K. A., Watkins, E. R., Mullan, E. G., & Moberly, N. J. (2010). Psychosocial correlates of depressive rumination. *Behaviour Research and Therapy, 48*, 784-791.
- Peled, M. (2006). Ruminations on rumination: anger and sadness rumination in a normative and clinical sample. Retrieved from <http://ir.lib.sfu.ca/retrieve/4210/etd2632.pdf>
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement, 1*, 385-401

- Roberts, J. E., Gilboa, E., & Gotlib, I. H. (1998). Ruminative response style and vulnerability to episodes of dysphoria: Gender, neuroticism, and episode duration. *Cognitive Therapy and Research, 22*, 401-423.
- Roger, D. & Najarian, B. (1989). The construction and validation of a new scale for measuring emotion control. *Personality and Individual Differences, 10*, 845-853.
- Rusting, C. L., & Nolen-Hoeksema, S. (1998). Regulating responses to anger: Effects of rumination and distraction on angry mood. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*, 790-803.
- Sandage, S. J., & Williamson, I. (2005). Forgiveness in cultural context. In E. L. Worthington, Jr. (Ed.), *Handbook of forgiveness* (pp. 41-56). New York: Routledge.
- Schaffer, H. R. (1996). *Social development*. Oxford, UK: Blackwell.
- Segerstrom, S. C., Stanton, A. L., Alden, L. E., & Shortridge, B. E. (2003). A multidimensional structure for repetitive thought: What's on your mind, and how, and how much? *Journal of Personality and Social Psychology, 85*, 909-921.
- Senchak, M. & Leonard, K. E. (1992). Attachment styles and marital adjustment among newlywed couples. *Journal of Social and Personal Relationships, 9*, 51-64.
- Shaver, P. R., Collins, N. L., & Clark, C. L. (1996). Attachment styles and internal working models of self and relationship partners. In Fletcher, G. J. O. & Mahwah, J. F. (Eds.), *Knowledge Structures in Close Relationships: A Social Psychological Approach* (pp. 25-61). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Siegle, G. J., Moore, P. M., & Thase, M. E. (2004). Rumination: One construct, many features in healthy individuals, depressed individuals, and individuals with Lupus. *Cognitive Therapy and Research, 28*, 645-668.
- Simpson, J. A., Ickes, W., & Grich, J. (1999). When accuracy hurts: Reactions of anxiously-attached dating partners to a relationship-threatening situation. *Journal of Personality and Social Psychology, 76*, 754-769.
- Simpson, J. S., Rholes, W. S., & Phillips, D. (1996). Conflict in close relationships: An attachment perspective. *Journal of Personality and Social Psychology, 71*, 899-914.

- Smith, J. M., & Alloy, L. B. (2009). A roadmap to rumination: A review of the definition, assessment, and conceptualization of this multifaceted construct. *Clinical Psychology Review, 29*, 116-128.
- Stinson, L., & Ickes, W. (1992). Empathic accuracy in the interactions of male friends versus male strangers. *Journal of Personality and Social Psychology, 62*, 787-797.
- Sukhodolsky, D. G., Golub, A., & Cromwell, E. N. (2001). Development and validation of the anger rumination scale. *Personality and Individual Differences, 31*, 698-700.
- Takaku, S., Weiner, B., & Ohbuchi, K. (2001). A cross-cultural examination of the effects of apology and perspective taking on forgiveness. *Journal of Language and Social Psychology, 20*, 144-166.
- Tangney, J. P., Baumeister, R. F. & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality, 72*, 271-324.
- Thompson, L. Y., Synder, C. R., Hoffman, L., Michael, L. S., Rasmussen, H. N., Billings, L. S.,...Roberts, D. E. (2005). Dispositional forgiveness of self, others, and situations. *Journal of Personality, 73*, 313-359.
- Thomsen, D. K. (2006). The association between rumination and negative affect: A review. *Cognition & Emotion, 20*, 1216-1235.
- Trainer, MF (1981). Forgiveness: Intrinsic, role-expected, expedient, in the context of divorce. Unpublished doctoral dissertation, Boston University.
- Trapnell, P. D. (1995). *Self-consciousness and the five factor model of personality: Distinguishing rumination from reflection*. Retrieved from [https://dspace.library.ubc.ca/bitstream/handle/2429/6215/ubc\\_1996-091740.pdf?sequence=1](https://dspace.library.ubc.ca/bitstream/handle/2429/6215/ubc_1996-091740.pdf?sequence=1)
- Trapnell, P. D., & Campbell, J. D. (1999). Private self-consciousness and the Five-Factor model of personality: Distinguishing rumination from reflection. *Journal of Personality and Social Psychology, 76*, 284-304.
- Treynor, W., Gonzales, R., & Nolen-Hoeksema, S. (2003). Rumination reconsidered: A psychometric analysis. *Cognitive Therapy and Research, 27*, 247-259.

- Tsang, J., McCullough, M. & Fincham, F.D. (2006). Forgiveness and the psychological dimension of reconciliation: A longitudinal analysis. *Journal of Social and Clinical Psychology, 25*, 404-428.
- Turana, N., & Erdur-Bakerb, Ö. (2010). The contribution of rumination and internal working models of attachment to psychological symptoms. *Procedia Social and Behavioral Sciences, 5*, 1185–1189.
- Vreeke G.J., & van der Mark, I.L. (2003). Empathy, an integrative model. *New Ideas in Psychology, 21*, 177–207.
- Watkins, E. (2004b). Appraisals and strategies associated with rumination and worry. *Personality and Individual Differences, 37*, 679-694.
- Watkins, E. (2008). Constructive and unconstructive repetitive thought. *Psychological Bulletin, 143*, 163-206.
- Webb, J. R., Toussaint, L., Kalpakjian, C. Z., & Tate, D. G. (2010). Forgiveness and health-related outcomes among people with spinal cord injury. *Disability & Rehabilitation, 32*, 360-366.
- Weinfield, N. S., Sroufe, A. L., Egeland, B., & Carlson, E. A. (1999). The nature of individual differences in infant-caregiver attachment. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 68–89). New York: Guilford Press.
- Wells, A., & Matthews, G. (1994). *Attention and Emotion: A Clinical Perspective*. Hove, UK: Lawrence Erlbaum.
- Worthington, E. L., Jr. (1998). The pyramid model of forgiveness: Some interdisciplinary speculations about unforgiveness and the promotion of forgiveness. In E. L. Worthington, Jr. (Ed.), *Dimensions of forgiveness: Psychological research and theological perspectives* (pp. 107-137). Philadelphia: Templeton Foundation Press.
- Ysseldyk, R., Matheson, K., & Anisman, H. (2007). Rumination: Bridging a gap between forgivingness, vengefulness, and psychological health. *Personality and Individual Differences, 42*, 1573–1584.



ภาคผนวก

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ก

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## ตัวอย่างมาตรวัดรูปแบบความผูกพัน

### คำชี้แจง

ขอให้ท่านอ่านข้อความในแบบสำรวจทีละข้อแล้วเลือกคำตอบที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด โดยไม่ต้องคำนึงว่าคนส่วนใหญ่จะเป็นอย่างไรหรือต้องการให้ท่านเป็นอย่างไร แล้วทำเครื่องหมาย ○ ล้อมตัวเลขที่ต้องการเพียงตัวเลขเดียว คำตอบที่ถูกต้องคือคำตอบที่ตรงกับตัวท่านหรือความคิดความรู้สึกของท่านมากที่สุด โปรดตอบทุกข้อ

### คำตอบในแต่ละข้อมีให้เลือกดังนี้

- 1 = ไม่ตรงเลย หมายถึง ข้อความนี้ไม่ตรงเลยกับตัวฉัน
- 2 = ไม่ตรงปานกลาง หมายถึง ข้อความนี้ไม่ตรงปานกลางกับตัวฉัน
- 3 = ไม่ตรงเล็กน้อย หมายถึง ข้อความนี้ไม่ตรงเล็กน้อยกับตัวฉัน
- 4 = ตรงและไม่ตรงพอๆ กัน หมายถึง ข้อความนี้ตรงและไม่ตรงพอๆ กันกับตัวฉัน
- 5 = ตรงเล็กน้อย หมายถึง ข้อความนี้ตรงเล็กน้อยกับตัวฉัน
- 6 = ตรงปานกลาง หมายถึง ข้อความนี้ตรงปานกลางกับตัวฉัน
- 7 = ตรงมาก หมายถึง ข้อความนี้ตรงมากกับตัวฉัน

	ข้อความ	ไม่ตรง เลย (1)	ไม่ตรง ปาน กลาง (2)	ไม่ตรง เล็กน้อย (3)	ตรงและ ไม่ตรง พอๆ กัน (4)	ตรง เล็กน้อย (5)	ตรง ปาน กลาง (6)	ตรง มาก (7)
1	ฉันกลัวว่าจะสูญเสียความรักจากคนที่ฉันรัก	1	2	3	4	5	6	7
2	ฉันกลัวการอยู่อย่างโดดเดี่ยว	1	2	3	4	5	6	7
3	ฉันรู้สึกอึดอัดเมื่ออยู่ใกล้ชิดกับผู้อื่น	1	2	3	4	5	6	7

## ตัวอย่างมาตรวัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น

### คำชี้แจง

ขอให้ท่านอ่านข้อความในแบบสำรวจทีละข้อแล้วเลือกคำตอบที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด โดยไม่ต้องคำนึงว่าคนส่วนใหญ่จะเป็นอย่างไรหรือต้องการให้ท่านเป็นอย่างไร แล้วทำเครื่องหมาย ○ ล้อมตัวเลขที่ต้องการเพียงตัวเลขเดียว คำตอบที่ถูกต้องคือคำตอบที่ตรงกับตัวท่านหรือความคิดความรู้สึกของท่านมากที่สุด โปรดตอบทุกข้อ

### คำตอบในแต่ละข้อมีให้เลือกดังนี้

- 1 = ไม่ตรงเลย หมายถึง ข้อความนี้ไม่ตรงเลยกับตัวฉัน
- 2 = ไม่ตรงปานกลาง หมายถึง ข้อความนี้ไม่ตรงปานกลางกับตัวฉัน
- 3 = ไม่ตรงเล็กน้อย หมายถึง ข้อความนี้ไม่ตรงเล็กน้อยกับตัวฉัน
- 4 = ตรงและไม่ตรงพอๆ กัน หมายถึง ข้อความนี้ตรงและไม่ตรงพอๆ กันกับตัวฉัน
- 5 = ตรงเล็กน้อย หมายถึง ข้อความนี้ตรงเล็กน้อยกับตัวฉัน
- 6 = ตรงปานกลาง หมายถึง ข้อความนี้ตรงปานกลางกับตัวฉัน
- 7 = ตรงมาก หมายถึง ข้อความนี้ตรงมากกับตัวฉัน

	ข้อความ	ไม่ตรง เลย (1)	ไม่ตรง ปาน กลาง (2)	ไม่ตรง เล็กน้อย (3)	ตรงและ ไม่ตรง พอๆ กัน (4)	ตรง เล็กน้อย (5)	ตรง ปาน กลาง (6)	ตรง มาก (7)
1	ฉันเชื่อว่าทุกอย่างมีสองด้าน และพยายามพิจารณาทั้งสองด้านนั้น	1	2	3	4	5	6	7
2	ใครๆ มักพูดว่าฉันไม่แคร์ความรู้สึกของคนอื่น แต่ฉันก็ไม่รู้ว่าทำไม	1	2	3	4	5	6	7
3	บางครั้งฉันไม่รู้สึกละอายใจมากนักกับคนอื่นเมื่อเขากำลังมีปัญหา	1	2	3	4	5	6	7

### ตัวอย่างมาตรวัดการหมกมุ่นครุ่นคิด

#### คำชี้แจง

ขอให้ท่านอ่านข้อความในแบบสำรวจทีละข้อ แล้วทำเครื่องหมาย ○ ล้อมตัวเลขที่ท่านคิดว่าตรงกับ **ความถี่** ของ **ความคิด** **ความรู้สึก** หรือ **พฤติกรรม** ของท่านมากที่สุดเพียงตัวเลขเดียวในแต่ละข้อ และโปรดตอบทุกข้อ

#### คำตอบในแต่ละข้อมีให้เลือกดังนี้

- 1 = ไม่เคยเลย หมายถึง ไม่เคยเลยที่ฉันมีความคิด ความรู้สึก หรือพฤติกรรมเช่นนี้
- 2 = เกือบจะไม่เคย หมายถึง เกือบจะไม่เคยที่ฉันมีความคิด ความรู้สึก หรือพฤติกรรมเช่นนี้
- 3 = เคยบ้าง หมายถึง เคยบ้างที่ฉันมีความคิด ความรู้สึก หรือพฤติกรรมเช่นนี้
- 4 = บางครั้งบางครั้ง หมายถึง เป็นบางครั้งบางครั้งที่ฉันมีความคิด ความรู้สึก หรือพฤติกรรมเช่นนี้
- 5 = ค่อนข้างบ่อย หมายถึง ค่อนข้างบ่อยที่ฉันมีความคิด ความรู้สึก หรือพฤติกรรมเช่นนี้
- 6 = เกือบจะเป็นประจำ หมายถึง เกือบจะเป็นประจำที่ฉันมีความคิด ความรู้สึก หรือพฤติกรรมเช่นนี้
- 7 = เป็นประจำ หมายถึง เป็นประจำที่ฉันมีความคิด ความรู้สึก หรือพฤติกรรมเช่นนี้

	ข้อความ	ไม่เคย เลย (1)	เกือบจะ ไม่เคย (2)	เคยบ้าง (3)	บางครั้ง บางครั้ง (4)	ค่อนข้าง บ่อย (5)	เกือบจะ เป็น ประจำ (6)	เป็น ประจำ (7)
1	เมื่อมีบางสิ่งทำให้ฉันเศร้า เป็นการยากที่ฉันจะห้ามตนเองให้หยุดคิดถึงเรื่องนั้น	1	2	3	4	5	6	7
2	หลังจากที่เลิกได้เคียงกันไปแล้วฉันก็ยังสู้กับคนคนนั้นในจินตนาการต่อไป	1	2	3	4	5	6	7
3	ฉันไปที่ไหนแห่งหนึ่งตามลำพังและคิดว่าทำไมฉันถึงรู้สึกอย่างนี้	1	2	3	4	5	6	7

### ตัวอย่างมาตรวัดลักษณะนิสัยการให้อภัย

#### คำชี้แจง

ขอให้ท่านอ่านข้อความในแบบสำรวจทีละข้อแล้วเลือกคำตอบที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด โดยไม่ต้องคำนึงว่าคนส่วนใหญ่จะเป็นอย่างไร แล้วทำเครื่องหมาย ○ ล้อมตัวเลขที่ต้องการเพียงตัว เลขเดียว คำตอบที่ถูกคือคำตอบที่ตรงกับความรู้สึกหรือการกระทำของท่านมากที่สุด โปรดตอบทุกข้อ

#### คำตอบในแต่ละข้อมีให้เลือกดังนี้

- 1 = ไม่ตรงเลย หมายถึง ข้อความนี้ไม่ตรงเลยกับตัวฉัน
- 2 = ไม่ตรงปานกลาง หมายถึง ข้อความนี้ไม่ตรงปานกลางกับตัวฉัน
- 3 = ไม่ตรงเล็กน้อย หมายถึง ข้อความนี้ไม่ตรงเล็กน้อยกับตัวฉัน
- 4 = ตรงและไม่ตรงพอๆ กัน หมายถึง ข้อความนี้ตรงและไม่ตรงพอๆ กันกับตัวฉัน
- 5 = ตรงเล็กน้อย หมายถึง ข้อความนี้ตรงเล็กน้อยกับตัวฉัน
- 6 = ตรงปานกลาง หมายถึง ข้อความนี้ตรงปานกลางกับตัวฉัน
- 7 = ตรงมาก หมายถึง ข้อความนี้ตรงมากกับตัวฉัน

	ข้อความ	ไม่ตรง เลย (1)	ไม่ตรง ปาน กลาง (2)	ไม่ตรง เล็กน้อย (3)	ตรงและ ไม่ตรง พอๆ กัน (4)	ตรง เล็กน้อย (5)	ตรง ปาน กลาง (6)	ตรง มาก (7)
1	เมื่อฉันได้ทำผิดพลาดไป ฉันสามารถยอมรับและแก้ไขได้	1	2	3	4	5	6	7
2	ฉันยังคงรู้สึกไม่ดีต่อคนที่ทำร้ายฉัน	1	2	3	4	5	6	7
3	ฉันไม่สามารถทำใจยอมรับเหตุการณ์ร้ายๆ ที่เกิดขึ้นกับฉันได้	1	2	3	4	5	6	7



ภาคผนวก ข

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ ข 1

จำนวนข้อมูลขาดหายของตัวแปรในชั้นพัฒนามาตร ( $N = 266$ )

ตัวแปร	จำนวนข้อมูลขาดหาย (คน)	ตัวแปร	จำนวนข้อมูลขาดหาย (คน)	ตัวแปร	จำนวนข้อมูลขาดหาย (คน)
att3	1	emp6	1	emp32	1
att6	1	emp7	1	rum3	1
att9	2	emp11	1	rum4	1
att11	2	emp12	3	rum9	1
att14	1	emp13	1	rum10	2
att30	3	emp14	1	rum12	1
att31	1	emp21	1	rum23	1
att32	1	emp22	1	rum28	3
att34	1	emp24	1	rum31	1
att35	2	emp25	1	rum33	1
att36	1	emp27	1	rum34	3
att38	1	emp28	1	rum35	4
att40	1	emp29	1	rum43	1
emp2	1	emp30	1	rum50	1
emp3	3				

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ ข 2

จำนวนข้อมูลขาดหายของตัวแปรในชั้นการวิจัย ( $N = 355$ )

ตัวแปร	จำนวนข้อมูลขาดหาย (คน)	ตัวแปร	จำนวนข้อมูลขาดหาย (คน)
ax4	1	pt6	1
ax10	2	pt13	4
ax13	1	cf1	1
ax14	2	an2	1
ax15	1	fm3	1
av3	1	fm4	1
av7	1	fm6	1
av8	2	fm8	3
av14	1	fo10	1
ec13	2	fo11	1
ec2	1	fs1	1
ec4	1	fs3	1
ec6	1	fs6	1
ec9	2		

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ค

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## ตารางที่ ค 1

ค่ามัชฌิมเลขคณิต ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าที ค่านัยสำคัญ และค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อของ  
มาตรวัดรูปแบบความผูกพัน มิติวิตกกังวล

ข้อ กระทง (Ax)	การวิเคราะห์ข้อกระทงกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ						CITC 20 ข้อ (N = 266)	CITC 18 ข้อ (N = 266)	ข้อที่ผ่าน การ วิเคราะห์
	กลุ่มสูง (n = 74)		กลุ่มต่ำ (n = 73)		ค่าที (t)	ค่านัย สำคัญ (p)			
	M	SD	M	SD					
2	6.30	0.83	5.72	1.35	3.17**	.002	.15	-	-
4	4.68	1.75	2.22	1.24	9.86**	.000	.52	.54	✓
5	5.40	1.34	2.53	1.25	13.42**	.000	.63	.64	✓
7	5.45	1.35	2.49	1.34	13.36**	.000	.61	.61	✓
11	5.49	1.38	2.93	1.58	10.47**	.000	.53	.53	✓
13	4.30	1.63	2.47	1.44	7.22**	.000	.39	.41	✓
14	2.92	1.44	1.70	0.84	6.24**	.000	.40	.43	✓
16	4.44	1.51	2.61	1.44	7.52**	.000	.43	.45	✓
17	5.42	1.60	3.24	1.70	8.01**	.000	.37	.36	✓
20	6.14	0.96	5.28	1.29	4.56**	.000	.19 <sup>†</sup>	-	-
21	6.29	1.01	3.54	1.72	11.83**	.000	.57	.54	✓
23	4.97	1.58	2.99	1.69	7.35**	.000	.34	.34	✓
25	4.84	1.33	3.61	1.56	5.13**	.000	.28	.28	✓
27	5.99	1.05	4.66	1.57	6.02**	.000	.27	.23	✓
28	5.34	1.35	2.76	1.29	11.89**	.000	.58	.58	✓
31	5.37	1.62	3.28	1.58	7.92**	.000	.40	.40	✓
32	5.96	0.99	4.40	1.50	7.45**	.000	.41	.37	✓
34	4.36	1.72	2.40	1.24	7.91**	.000	.43	.45	✓
36	5.29	1.37	3.32	1.43	8.49**	.000	.43	.42	✓
37	3.27	1.56	2.34	1.39	3.85**	.000	.20	.22	✓
						$\alpha =$	.84	.84	

หมายเหตุ ค่า t ที่ขีดเส้นใต้ วิเคราะห์โดยแยกความแปรปรวน

ค่าวิกฤติของ  $t(264) \approx .164$ ,  $\alpha = .01$  (หนึ่งหาง)

<sup>†</sup>ผู้วิจัยคัดข้อกระทงที่มีค่า CITC ต่ำกว่า .20 ออก

\*\* $p < .01$ , หนึ่งหาง.

## ตารางที่ ค 2

ค่ามัชฌิมเลขคณิต ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่า  $t$  ค่า  $n$  สำคัญ และค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อของ  
มาตรวัดรูปแบบความผูกพัน มิติหลักเดียว

ข้อ กระทง (Av)	การวิเคราะห์ข้อกระทงกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ						CITC 20 ข้อ (N = 266)	CITC 19 ข้อ (N = 266)	CITC 18 ข้อ (N = 266)	CITC 17 ข้อ (N = 266)	ข้อที่ผ่าน การ วิเคราะห์
	กลุ่มสูง (n = 74)		กลุ่มต่ำ (n = 73)		ค่า $t$	ค่า $n$ สำคัญ (p)					
	M	SD	M	SD							
1	4.82	1.51	2.32	1.35	10.60**	.000	.49	.47	.44	.43	✓
3	5.12	1.51	3.27	1.49	7.47**	.000	.33	.35	.35	.35	✓
6	4.21	1.58	2.75	1.38	5.93**	.000	.26	.28	.29	.29	✓
8	4.55	1.44	3.29	1.31	5.57**	.000	.23	.24	.24	.23	✓
9	3.69	1.28	2.56	1.01	5.91**	.000	.27	.28	.29	.30	✓
10	5.46	1.35	4.32	1.54	4.79**	.000	.22	.18 <sup>†</sup>	-	-	-
12	5.82	1.06	4.62	1.52	5.59**	.000	.30	.25	.19	-	-
15	4.82	1.37	2.64	1.47	9.32**	.000	.44	.44	.44	.42	✓
18	4.51	1.23	2.97	1.65	6.41**	.000	.34	.35	.36	.38	✓
19	3.89	1.37	2.33	1.21	7.32**	.000	.37	.38	.40	.42	✓
22	4.30	1.69	2.48	1.76	6.39**	.000	.31	.31	.30	.28	✓
24	3.77	1.62	2.51	1.29	5.24**	.000	.24	.24	.25	.24	✓
26	3.95	1.40	1.93	0.93	10.26**	.000	.49	.49	.50	.52	✓
29	3.09	1.34	1.92	1.02	6.00**	.000	.29	.30	.33	.33	✓
30	4.74	1.26	2.52	1.64	9.20**	.000	.40	.41	.42	.42	✓
33	4.96	1.40	4.11	1.70	3.307**	.001	.16	-	-	-	-
35	5.04	1.30	2.63	1.28	11.37**	.000	.52	.53	.53	.52	✓
38	4.45	1.62	2.41	1.18	8.75**	.000	.40	.42	.44	.45	✓
39	5.12	1.54	3.05	1.52	8.21**	.000	.39	.39	.38	.36	✓
40	4.30	1.46	3.18	1.23	5.05**	.000	.30	.31	.31	.32	✓
						$\alpha =$	.78	.78	.78	.78	

หมายเหตุ ค่า  $t$  ที่ขีดเส้นใต้ วิเคราะห์โดยแยกความแปรปรวน

ค่าวิกฤติของ  $t(264) \approx .164$ ,  $\alpha = .01$  (หนึ่งหาง)

<sup>†</sup> ผู้วิจัยคัดข้อกระทงที่มีค่า CITC ต่ำกว่า .20 ออก

\*\* $p < .01$ , หนึ่งหาง.



ภาคผนวก ง

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ตารางที่ 1

ค่ามัชฌิมเลขคณิต ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าที ค่านัยสำคัญ และค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อของ  
มาตรวัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกรู้สีกของผู้อื่น ด้านการเข้าใจทัศนคติของผู้อื่น

ข้อ กระทง (PT)	การวิเคราะห์ข้อกระทงกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ						CITC 15 ข้อ (N = 266)	CITC 14 ข้อ (N = 266)	ข้อที่ผ่าน การ วิเคราะห์
	กลุ่มสูง (n = 71)		กลุ่มต่ำ (n = 73)		ค่าที (t)	ค่านัย สำคัญ (p)			
	M	SD	M	SD					
3	5.88	0.74	4.37	1.26	8.82**	.000	.42	.44	✓
4	5.76	1.14	3.89	1.33	9.05**	.000	.41	.41	✓
7	5.40	1.31	3.84	1.20	7.48**	.000	.37	.38	✓
10	5.93	0.88	4.05	1.20	10.69**	.000	.51	.51	✓
11	5.75	0.82	4.17	1.26	8.91**	.000	.51	.51	✓
13	5.34	1.23	3.92	1.32	6.68**	.000	.37	.39	✓
15	5.27	1.56	4.04	1.37	5.02**	.000	.21 <sup>†</sup>	-	-
16	5.69	1.01	3.55	1.19	11.64**	.000	.51	.51	✓
17	6.07	0.82	4.41	1.36	8.89**	.000	.45	.45	✓
19	6.51	0.72	4.66	1.22	11.16**	.000	.49	.50	✓
23	4.44	1.26	4.00	1.12	2.20*	.029	-	-	-
24	6.11	1.05	3.97	1.53	9.81**	.000	.42	.40	✓
26	5.39	1.14	3.77	1.11	8.67**	.000	.47	.46	✓
28	5.94	1.05	4.21	0.97	10.30**	.000	.56	.55	✓
29	5.28	1.06	3.59	1.31	8.51**	.000	.44	.46	✓
32	5.68	1.05	3.67	1.13	11.00**	.000	.48	.48	✓
						$\alpha =$	.82	.83	

หมายเหตุ ค่า t ที่ขีดเส้นใต้ วิเคราะห์โดยแยกความแปรปรวน

ค่าวิกฤติของ  $t(264) \approx .164$ ,  $\alpha = .01$  (หนึ่งหาง)

<sup>†</sup>ผู้วิจัยคัดข้อกระทงที่มีค่า CITC ต่ำสุดออกเพื่อให้มีจำนวนข้อกระทงตามต้องการ

\* $p < .05$ , หนึ่งหาง. \*\* $p < .01$ , หนึ่งหาง.

## ตารางที่ 2

ค่ามัชฌิมเลขคณิต ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าที ค่านัยสำคัญ และค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อของ  
มาตรฐานวัดการรู้ซึ่งถึงความรู้สึกของผู้อื่น ด้านการคำนึงถึงความรู้สึกของผู้อื่น

ข้อ กระทง (EC)	การวิเคราะห์ข้อกระทงกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ						CITC 15 ข้อ (N = 266)	CITC 14 ข้อ (N = 266)	ข้อที่ผ่าน การ วิเคราะห์
	กลุ่มสูง (n = 70)		กลุ่มต่ำ (n = 74)		ค่าที (t)	ค่านัย สำคัญ (p)			
	M	SD	M	SD					
1	5.47	1.183	3.64	1.163	9.61**	.000	.49	.48	√
2	4.82	1.614	3.90	1.219	3.94**	.000	.24	.23	√
5	5.76	.922	4.38	1.265	7.70**	.000	.40	.43	√
6	4.12	1.751	3.25	1.642	3.15**	.002	.14	-	-
8	5.58	1.192	4.17	1.535	6.32**	.000	.31	.33	√
9	5.82	1.080	3.96	1.137	10.32**	.000	.48	.50	√
12	5.04	1.465	3.96	1.371	4.69**	.000	.23	.24	√
14	5.92	.813	3.95	1.221	11.73**	.000	.49	.50	√
18	5.67	.929	4.32	1.169	7.91**	.000	.43	.47	√
20	5.47	.887	3.99	1.101	9.17**	.000	.51	.52	√
21	6.37	.978	4.50	1.596	8.70**	.000	.37	.37	√
22	6.34	.776	4.68	1.319	9.45**	.000	.47	.48	√
25	5.68	1.627	4.01	1.311	6.97**	.000	.34	.30	√
27	5.53	1.400	3.77	1.382	7.78**	.000	.38	.36	√
30	3.58	1.517	3.19	1.318	1.69	.093	-	-	-
31	6.33	1.148	4.72	1.401	7.73**	.000	.37	.37	√
						$\alpha =$	.76	.78	

หมายเหตุ ค่า t ที่ขีดเส้นใต้ วิเคราะห์โดยแยกความแปรปรวน

ค่าวิกฤติของ  $t(264) \approx .164$ ,  $\alpha = .01$  (หนึ่งหาง)

\*\* $p < .01$ , หนึ่งหาง.



ภาคผนวก จ

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ตารางที่ ๑

ค่ามัชฌิมเลขคณิต ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าที ค่านัยสำคัญ และค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อของ  
มาตรวัดการหมกมุ่นครุ่นคิด

ข้อ กระทง (Rum)	การวิเคราะห์ข้อกระทงกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ						CITC 38 ข้อ (N = 266)	CITC 37 ข้อ (N = 266)	ข้อที่ผ่าน การ วิเคราะห์
	กลุ่มสูง (n = 75)		กลุ่มต่ำ (n = 73)		ค่าที (t)	ค่านัย สำคัญ (p)			
	M	SD	M	SD					
1	4.89	1.49	4.07	1.42	3.44**	.001	.25	.26	✓
2	4.92	1.53	3.19	1.23	7.55**	.000	.47	.46	✓
3	3.63	1.79	1.81	0.83	7.96**	.000	.55	.55	✓
4	5.12	1.23	3.81	1.39	6.08**	.000	.37	.38	✓
5	4.17	1.62	2.29	1.09	8.33**	.000	.51	.50	✓
6	5.03	1.29	2.47	1.04	13.24**	.000	.61	.61	✓
7	5.55	1.27	2.88	0.99	14.34**	.000	.61	.60	✓
8	5.79	0.99	3.36	1.48	11.74**	.000	.55	.55	✓
9	5.25	1.23	2.97	1.05	12.15**	.000	.57	.56	✓
10	4.79	1.47	2.12	0.94	13.16**	.000	.68	.67	✓
11	4.64	1.39	2.41	1.05	11.01**	.000	.61	.60	✓
12	4.92	1.19	3.08	1.27	9.09**	.000	.54	.54	✓
13	4.11	1.34	2.12	0.94	10.38**	.000	.62	.63	✓
14	3.96	1.60	1.99	1.03	8.95**	.000	.48	.48	✓
15	4.44	1.60	1.99	0.95	11.36**	.000	.60	.61	✓
16	4.95	1.41	2.08	0.98	14.35**	.000	.64	.64	✓
17	4.01	1.59	1.86	0.81	10.42**	.000	.60	.60	✓
18	4.68	1.60	2.30	1.08	10.66**	.000	.55	.56	✓
19	4.57	1.52	2.42	1.08	9.95**	.000	.57	.58	✓
20	4.81	1.09	3.14	1.07	9.45**	.000	.53	.54	✓
21	3.47	1.63	1.66	1.07	8.00**	.000	.41	.41	✓
22	4.53	1.53	1.92	1.05	12.16**	.000	.58	.59	✓
23	4.89	1.15	2.66	1.30	11.09**	.000	.61	.62	✓
24	4.99	1.24	2.84	1.10	11.21**	.000	.60	.60	✓
25	4.48	1.25	2.05	1.03	12.95**	.000	.69	.69	✓
26	4.40	1.55	3.81	1.82	2.13*	.035	-	-	-
27	4.88	1.26	2.25	1.10	13.50**	.000	.69	.69	✓

ข้อ กระทง (Rum)	การวิเคราะห์ข้อกระทงกลุ่มสูง-กลุ่มต่ำ						CITC 38 ข้อ (N = 266)	CITC 37 ข้อ (N = 266)	ข้อที่ผ่าน การ วิเคราะห์
	กลุ่มสูง (n = 75)		กลุ่มต่ำ (n = 73)		ค่าที่ (t)	ค่านัย สำคัญ (p)			
	M	SD	M	SD					
28	4.57	1.89	4.27	1.44	1.06	.292	-	-	-
29	4.91	1.31	3.27	1.17	8.00**	.000	.45	.45	✓
30	4.28	1.35	1.95	0.78	12.92**	.000	.68	.68	✓
31	4.77	1.30	2.55	1.38	10.12**	.000	.59	.60	✓
32	4.52	1.36	2.53	1.32	9.00**	.000	.51	.52	✓
33	4.55	1.55	3.49	1.50	4.21**	.000	.19 <sup>†</sup>	-	-
34	4.43	1.42	2.22	1.07	10.68**	.000	.63	.63	✓
35	4.42	1.49	2.29	1.07	10.02**	.000	.59	.59	✓
36	4.68	1.32	2.03	1.09	13.32**	.000	.64	.64	✓
37	4.57	1.41	3.44	1.32	5.06**	.000	.35	.36	✓
38	4.43	1.34	2.11	0.83	12.72**	.000	.68	.68	✓
39	4.43	1.71	2.44	1.32	7.93**	.000	.53	.53	✓
40	4.12	1.77	1.88	1.04	9.43**	.000	.57	.57	✓
						<b>α =</b>	.95	.95	

หมายเหตุ ค่า  $t$  ที่ขีดเส้นใต้ วิเคราะห์โดยแยกความแปรปรวน

ค่าวิกฤติของ  $t(264) \approx .164$ ,  $\alpha = .01$  (หนึ่งหาง)

<sup>†</sup>ผู้วิจัยคัดข้อกระทงที่มีค่า CITC ต่ำกว่า .20 ออก

\*\* $p < .01$ , หนึ่งหาง.

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย





ภาคผนวก ซ

ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## คำสั่งที่ใช้ในการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้างโมเดลหลัก

DA NI=12 NO=355 MA=CM

LA

sadness anger confuse apathy analysis pertak empcon fgself fgothor fgsitua anxiety avoidance

KM

1

.537 1

.726 .562 1

.619 .417 .656 1

.497 .355 .606 .539 1

-.076 -.124 -.019 -.044 .181 1

.278 .003 .254 .103 .151 .374 1

-.547 -.411 -.431 -.500 -.189 .365 -.086 1

-.238 -.474 -.217 -.105 -.079 .323 .124 .409 1

-.554 -.503 -.464 -.410 -.144 .356 -.026 .736 .491 1

.580 .446 .579 .510 .279 -.084 .257 -.454 -.252 -.480 1

.225 .263 .220 .317 .124 -.235 -.160 -.375 -.242 -.312 .279 1

SD

1.19176 1.18510 1.07500 1.11482 1.07127 .65534 .70311 .81277 .83648 .77657 .89055 .73258

MO NX=2 NY=10 NK=2 NE=3 C

BE=FU,FI GA=FU,FR PS=SY PH=FU,FR TE=FU,FI TD=FU,FI LY=FU,FI LX=FU,FI

FR BE(3,1) BE(3,2)

FI GA(2,1) GA(1,2)

FR LX(1,1) LX(2,2) LY(1,1) LY(2,1) LY(3,1) LY(4,1) LY(5,1) LY(6,2) LY(7,2) LY(8,3) LY(9,3) LY(10,3)

FR TE(1,1) TE(2,2) TE(3,3) TE(4,4) TE(5,5) TE(6,6) TE(7,7) TE(8,8) TE(9,9) TE(10,10)

FR TE(5,3) TE(5,4) TE(4,2) TE(5,1) TE(9,2) TE(6,5) TE(8,4) TE(7,1) TH(1,7) TE(5,2) TH(2,4) TE(8,4)

FR TE(9,4) TE(8,7) TE(7,3) TE(10,7) TE(8,1) TE(10,5) TE(10,1) TE(10,2) TE(9,8) TE(7,4) TE(7,5)

LE

Rumination Empathy TraitFG

LK

Anxious Avoidant

PD

OU SE TV EF SS SC MI RS FS AD=OFF

## คำสั่งที่ใช้ในการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้างโมเดลทางเลือก

DA NI=12 NO=355 MA=CM

LA

sadness anger confuse apathy analysis pertak empcon fgself fgothor fgsitua anxiety avoidance

KM

1

.537 1

.726 .562 1

.619 .417 .656 1

.497 .355 .606 .539 1

-.076 -.124 -.019 -.044 .181 1

.278 .003 .254 .103 .151 .374 1

-.547 -.411 -.431 -.500 -.189 .365 -.086 1

-.238 -.474 -.217 -.105 -.079 .323 .124 .409 1

-.554 -.503 -.464 -.410 -.144 .356 -.026 .736 .491 1

.580 .446 .579 .510 .279 -.084 .257 -.454 -.252 -.480 1

.225 .263 .220 .317 .124 -.235 -.160 -.375 -.242 -.312 .279 1

SD

1.19176 1.18510 1.07500 1.11482 1.07127 .65534 .70311 .81277 .83648 .77657 .89055 .73258

MO NX=2 NY=10 NK=2 NE=3 C

BE=FU,FI GA=FU,FR PS=SY PH=FU,FR TE=FU,FI TD=FU,FI LY=FU,FI LX=FU,FI

FR BE(3,1) BE(3,2)

FI GA(2,1)

FR LX(1,1) LX(2,2) LY(1,1) LY(2,1) LY(3,1) LY(4,1) LY(5,1) LY(6,2) LY(7,2) LY(8,3) LY(9,3) LY(10,3)

FR TE(1,1) TE(2,2) TE(3,3) TE(4,4) TE(5,5) TE(6,6) TE(7,7) TE(8,8) TE(9,9) TE(10,10)

FR TE(5,3) TE(5,4) TE(5,1) TE(6,5) TE(5,2) TE(7,1) TE(9,2) TE(8,4) TE(7,3) TE(8,7) TH(1,7) TE(10,7)

TE(4,3) TE(9,4) TE(10,2) TH(2,4) TE(10,5) TE(10,9) TE(3,2) TE(7,5) TE(9,6)

LE

Rumination Empathy TraitFG

LK

Anxious Avoidant

PD

OU SE TV EF SS SC MI RS FS AD=OFF

## ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาวรวิตา ระย้านิล เกิดเมื่อวันที่ 15 มกราคม พ.ศ. 2530 สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาจากโรงเรียนศึกษานารี ในปีการศึกษา 2547 และสำเร็จการศึกษานิเทศศาสตรบัณฑิต (เกียรตินิยมอันดับสอง) สาขาวิชาวารสารสนเทศ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2551 จากนั้น ศึกษาต่อในหลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาสังคม คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2552



ศูนย์วิทยทรัพยากร  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย