

การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับพฤติกรรมความโกรธ
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

ปริญญาานิพนธ์
ของ
ชฎาธาร คำเนียม

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกการวัดผลการศึกษา

พฤษภาคม 2545

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับพฤติกรรมความโกรธ
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

บทคัดย่อ
ของ
ชฎาธาร คำเนียม

31 ก.ค. 2545

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกการวัดผลการศึกษา

พฤษภาคม 2545

ชฎาธาร คำเนียม. (2545). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับพฤติกรรมความโกรธของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (การวัดผลการศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม : รองศาสตราจารย์ ดร.บุญเชิด ภิญญอนันตพงษ์, รองศาสตราจารย์ นิภา ศรีไพโรจน์.

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับพฤติกรรม-ความโกรธของนักเรียน และนำหน้าทความสำคัญของปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธของนักเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2544 ของโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กลุ่มที่1 กรุงเทพมหานคร จำนวน 420 คน ซึ่งเลือกมาโดยวิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน และเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือ แบบสอบถามวัดบุคลิกภาพความวิตกกังวล แบบสอบถามวัดความเครียด แบบสอบถามการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย แบบสอบถามการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน แบบสอบถามการได้รับการเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย และแบบสอบถามวัดพฤติกรรม-ความโกรธ มีค่าความเชื่อมั่นตั้งแต่.83ถึง.93 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์และการถดถอยพหุคูณด้วยโปรแกรม เอสพีเอสเอส (SPSS)

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1.ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างปัจจัยบางประการกับพฤติกรรมความโกรธมีค่าเท่ากับ .717, .546 และ.667 โดยมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกค่าเมื่อวิเคราะห์จากนักเรียนชาย นักเรียนหญิงและรวมทั้งหมด

2.ค่านำหน้าทความสำคัญของปัจจัยด้านความความเครียด การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย และความวิตกกังวล ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธ ของนักเรียนชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เมื่อวิเคราะห์จากนักเรียนหญิงคือปัจจัยด้านความความเครียด การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยและการได้รับการอบรมเลี้ยงดูประชาธิปไตยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และเมื่อวิเคราะห์จากนักเรียนทั้งหมดคือปัจจัยด้านความความเครียด การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย การได้รับการอบรมเลี้ยงดูประชาธิปไตย และความวิตกกังวล ที่ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธ อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

A STUDY OF THE RELATIONSHIP BETWEEN SELECTED FACTORS AND
ANGRY BEHAVIOR OF MATHAYOM SUKSA 3 STUDENTS

AN ABSTRACT
BY
SHADATAN COMNEAM

Presented in partial fulfillment of the requirements
for the Master of Education degree in Educational Measurement
at Srinakharinwirot University

May 2002

Shadatan Comneam. (2002). *A study of the relationship between selected factors and angry behavior of Mathayomsuksa 3 students*. Master thesis, M.Ed. (Educational Measurement). Bangkok : Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee : Assoc. Prof. Dr. Boonchird Pinyoanuntapong , Assoc. Prof. Nipa Sripairot .

The purpose of this research was to study relationship between selected factors and angry behavior of students, the beta weight of some factors contributed to angry behavior of students, The Multistage random sampling was used to select 420 Mathayomsuksa 3 students in the academic year of 2001 from the secondary school in Bangkok group 1 classification. The instruments used were questionnaires of Personality test in anxiety , Stress and three types of Child Rearing Practices ,i.e., Democratic, Laissez-faire, and Autocratic, and Angry behavior. The reliability ranged from .83 to .93 and Correlation coefficient and Multiple Regression Analysis with the SPSS program was used to analyze the data.

The result of the study shown that :

1. The multiple correlation coefficients between some factors with angry behavior was .717 , .546 and .667 which was significant at .01 level when analyzed from the boys , the girls and the whole students.

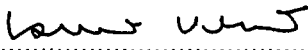
2. The beta weight of stress, democratic child rearing practices and anxiety contributed to angry behavior was significant at .01 level for the boys students, and stress, Laissez-faire child rearing practices and democratic child rearing practices contributed to angry behavior was significant at .01 level for the girls students, and stress , democratic child rearing practices, Laissez-faire child rearing practices and anxiety contributed to angry behavior was significant at .01 level for the whole students, but the autocratic child rearing practices contributed to angry behavior were not statistically significant.

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง

การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับพฤติกรรมความโกรธ
ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

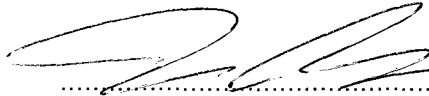
ของ
นางสาวชฎาธาร คำเนียม

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกการวัดผลการศึกษา
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ


.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(รองศาสตราจารย์ ดร.นภาพรณธ์ หะวานนท์)
วันที่ 10 เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2545

คณะกรรมการสอบปริญญานิพนธ์

.....ประธาน

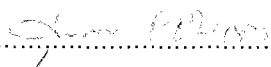
(รองศาสตราจารย์ ดร.บุญเชิด ภิญโญนันตพงษ์)

.....กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ นิภา ศรีไพโรจน์)

.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(อาจารย์ ดร. ละเอียด รัชเฝ้า)

.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(อาจารย์ ดร. สุพร เข้มเฮง)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความช่วยเหลือ แนะนำ ให้ข้อคิดเห็น และแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ อย่างดียิ่งจาก รองศาสตราจารย์ ดร.บุญเชิด ภิญโญอนันตพงษ์ และรองศาสตราจารย์ นิภา ศรีไพโรจน์ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

กราบขอบพระคุณกรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม 2 ท่านคือ ดร.ละเอียต รัชส์เผ่า และ ดร.สุพร เข้มเฮง ที่ได้กรุณาให้ข้อเสนอแนะเพิ่มเติมเพื่อให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สมบูรณ์ยิ่งขึ้น

กราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประพนธ์ จำเริญ อาจารย์ นพดล กองศิลป์ อาจารย์-เรณูรัชต์ ประสิทธิเกตุ อาจารย์ กรรณิกา เพ็ชรเหลี่ยม ที่ได้กรุณาเป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจเครื่องมือและแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ และกราบขอบพระคุณ อาจารย์มิ่ง เทพक्रमเมือง ที่ได้กรุณาเป็นผู้เชี่ยวชาญในการตรวจเครื่องมือและให้ความช่วยเหลือในการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์เป็นอย่างดี

ขอขอบพระคุณผู้บริหาร คณาจารย์ ของโรงเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง และขอขอบใจนักเรียนทุกคน ที่ให้ความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยดี และขอขอบคุณ คุณสายใจ อัจจงค์ คุณณภาพรณ์ โล่ห์วัฒนา ที่ช่วยประสานงานในการเก็บรวบรวมข้อมูล

ขอขอบคุณงานวัดและประเมินผล โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร (ฝ่ายประถม) ที่ให้คำปรึกษาและแนะนำด้านสถิติ และขอขอบคุณ คุณเนตรนภิส พัฒนเจริญ ที่ให้ความอนุเคราะห์ด้านคอมพิวเตอร์

ขอขอบคุณ พี่น้องคริสเตียน พี่ๆ เพื่อนร่วมงาน และเพื่อนๆ วิชาเอกการวัดผลการศึกษาทุกท่าน ที่เป็นกำลังใจและให้ความช่วยเหลือในการทำปริญญานิพนธ์ฉบับนี้จนสำเร็จลุล่วงด้วยดี

สุดท้ายนี้ขอโน้มรำลึกถึงพระคุณของ บิดามารดา คณาจารย์ และผู้มีพระคุณทุกท่านที่ให้ความช่วยเหลือและสนับสนุนการศึกษาของผู้วิจัยตลอดมา

ชฎาธาร คำเนียม

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง.....	1
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า.....	2
ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า.....	2
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า.....	3
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	3
ตัวแปรที่ศึกษา.....	3
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	3
สมมติฐานในการวิจัย.....	5
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	6
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความโกรธ.....	6
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล.....	25
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความเครียด.....	29
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการอบรมเลี้ยงดู.....	34
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความโกรธ.....	38
3 วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	42
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง.....	42
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า.....	43
วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	49
ขั้นตอนในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	50
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	56
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	56
การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	56
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	57
5 สรุป อภิปราย และข้อเสนอแนะ.....	68
สังเขปความมุ่งหมาย สมมติฐาน และวิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า.....	68
สรุปผลการวิจัย.....	70
อภิปรายผล.....	71
ข้อเสนอแนะ.....	73

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
บรรณานุกรม.....	75
ภาคผนวก.....	82
ภาคผนวก ก.....	83
ภาคผนวก ข.....	87
ภาคผนวก ค.....	99
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	101

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 จำนวนประชากรและนักเรียน กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาจำแนกตามขนาดของโรงเรียน.....	43
2 ค่าสถิติพื้นฐานของปัจจัยแต่ละด้านและพฤติกรรมความโกรธ.....	57
3 ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามวัดปัจจัยแต่ละด้านและแบบสอบถามวัดพฤติกรรมความโกรธ.....	58
4 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายระหว่างปัจจัยบางประการกับพฤติกรรมความโกรธ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ทั้งหมด.....	59
5 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายระหว่างปัจจัยบางประการกับพฤติกรรมความโกรธ ของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3.....	60
6 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายระหว่างปัจจัยบางประการกับพฤติกรรมความโกรธ ของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3.....	61
7 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ ค่าน้ำหนักความสำคัญ และค่าเปอร์เซ็นต์ส่งผลของปัจจัย บางประการกับพฤติกรรมความโกรธ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ทั้งหมด.....	62
8 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ ค่าน้ำหนักความสำคัญ และค่าเปอร์เซ็นต์ส่งผลของปัจจัย บางประการกับพฤติกรรมความโกรธ ของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3	63
9 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ ค่าน้ำหนักความสำคัญ และค่าเปอร์เซ็นต์ส่งผลของปัจจัย บางประการกับพฤติกรรมความโกรธ ของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3.....	64
10 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ ค่าน้ำหนักความสำคัญ และค่าเปอร์เซ็นต์ส่งผลของปัจจัย บางประการกับพฤติกรรมความโกรธ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ทั้งหมด.....	65
11 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ ค่าน้ำหนักความสำคัญ และค่าเปอร์เซ็นต์ส่งผลของปัจจัย บางประการกับพฤติกรรมความโกรธ ของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3	66
12 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ ค่าน้ำหนักความสำคัญ และค่าเปอร์เซ็นต์ส่งผลของปัจจัย บางประการกับพฤติกรรมความโกรธ ของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3.....	67

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ปัจจุบันสังคมไทยมีความซับซ้อนและสับสนวุ่นวายมากขึ้น ทำให้บุคคลต้องมีการเรียนรู้และปรับตัว อยู่ตลอดเวลาในการดำเนินชีวิตให้เหมาะสมกับยุคสมัย โดยเฉพาะวัยรุ่นซึ่งเป็นผู้ที่มีการเปลี่ยนแปลงทาง อารมณ์บ่อยครั้งจนขาดความมั่นคงทางอารมณ์ (สำเนา ขจรศิลป์. 2537-2538 :76) และอารมณ์หนึ่งซึ่งมักก่อให้เกิดปัญหาทางพฤติกรรมและก่อให้เกิดความรุนแรงของวัยรุ่นคือความโกรธ(หรือหยาบ ทั่วพลปรกรณ์. 2541:3)

ความโกรธเป็นอารมณ์ที่ไม่พึงปรารถนาของมนุษย์ เป็นอารมณ์ที่ทำให้เกิดความทุกข์ (นันทพร ประสานทอง.2541:63)และเป็นอารมณ์หนึ่งที่บุคคลต้องเผชิญ ต้องแสดงออกเป็นครั้งคราวตั้งแต่เกิดจนตาย เป็นภาวะที่เกิดจากความรู้สึกไม่พึงพอใจ คัดค้านต่อต้าน และมักเกิดขึ้นเมื่อความคาดหวังความปรารถนา กับสภาพความเป็นจริงไม่ตรงกัน (สมพร อินทร์แก้ว.2531: 41-43) ซึ่งในหลักการทางจิตวิเคราะห์ก็กล่าวว่า เมื่อคนเรามีอารมณ์โกรธจะเกิดพลังความโกรธขึ้นในจิตใจ หากมีอารมณ์โกรธมากก็จะเกิดพลังจิตชนิดนี้มาก ถึงขั้นต้องหาทางระบายออกมาเป็นพฤติกรรมต่างๆ(ซูทิตย ปานปรีชา. 2543 : 32-33)โดยอาจแสดงออกต่าง กันตามบุคลิกภาพและสถานการณ์ (เกษม ตันติผลาชีวะ .2530: 72) ซึ่งศิริวรรณ ศิริอารยา (2528 : 81-82) ได้กล่าวถึงพฤติกรรม ที่แสดงออกมาเมื่อมนุษย์ตกอยู่ในความโกรธไว้ว่า บุคคลที่กำลังโกรธจะรู้สึกอยาก ใช้ถ้อยคำรุนแรง หรือใช้กำลัง แต่มีหลายคนใช้ความโกรธลงโทษตนเอง และก่อให้เกิดความสำนึกผิด ซึ่งจะ ทำให้มีความหดหู่ มีความรู้สึกช่วยตนเองไม่ได้และในที่สุดก็จะนำไปสู่การทำร้ายตนเอง อีกรูปแบบหนึ่งคือ การเบียดเบียนความโกรธลงโทษบุคคลที่สามหรือสังคมซึ่งจะทำให้เกิดผลเสียอย่างมากมายและแสดงพฤติกรรม ในเชิงลบต่อบุคคลอื่น

เอย์น ดับเบิลยู ไดเออร์ (2536: 216) กล่าวถึงความโกรธว่ามีผลกระทบทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ทางด้านร่างกายเช่น ความดันโลหิตสูง เครียด เป็นแผลในกระเพาะอาหาร โรคผื่นคันบนผิวหนัง หัวใจสั่น นอนไม่หลับ อ่อนเพลีย โรคหัวใจ หรือเกิดอาการช็อกและหัวใจวายตายได้

ส่วนทางด้านจิตใจนั้นความโกรธมักเป็นสาเหตุของความแตกร้าง ทำให้การติดต่อสัมพันธ์กันในสังคม เกิดปัญหา เป็นต้นเหตุแห่งความละอายและนำมาซึ่งความเขินอาย ซึ่งสัมพันธ์กับ กนกรัตน์ สุชะตุงคะ (2536 : 23)ที่กล่าวว่า " ความโกรธทำให้อารมณ์ฟุ้งพล่านและมักมีปัญหา ด้านมนุษยสัมพันธ์ เพราะเมื่อ โกรธแล้วมักพูดจากระแทกกระเทียบหรือวิพากษ์วิจารณ์คนอื่น" และจะมีความรู้สึกวิตกกังวลและเกิดความว้าวุ่น ใจร่วมด้วย (สมพร อินทร์แก้ว .2531 : 43)

และการที่จะเป็นคนโกรธง่ายหรือไม่นั้น เป็นผลรวมของกรรมพันธุ์และการเรียนรู้พื้นอารมณ์ของ คนเรา อาจแตกต่างกันได้ในแต่ละบุคคลโดยกำเนิด อิทธิพลของการเลี้ยงดูจะมีส่วนช่วยให้บุคคลมีการรู้จัก ยับยั้งชั่งใจ หรือระงับความโกรธได้โดยการใช้กลไกทางจิตที่เหมาะสม (เกษม ตันติผลาชีวะ .2530 : 72) ดังนั้น ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับลูกนั้น เป็นสิ่งสำคัญในอันที่จะปลูกฝังบุคลิกภาพที่เหมาะสมให้แก่เด็ก ถ้าสัมพันธ์ภาพระหว่างพ่อแม่กับลูกไม่ดีพอ เนื่องจากการปฏิบัติตนของพ่อแม่ไม่ถูกต้อง จะทำให้เด็กไม่อาจ ปฏิบัติหรือไม่เข้าใจว่าตนเองจะวางตนอย่างไรจึงจะเหมาะสม ถ้าเด็กมีชีวิตเริ่มต้นที่ดีก็ย่อมเป็นพื้นฐานที่มี คุณค่าอย่างยิ่งสำหรับการที่จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่ดีสามารถดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข(กิตติศักดิ์ เชื้ออาษา. 2536 :26) นอกจากนั้นความเครียดก็เป็นอีกสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เราหงุดหงิด โกรธ และแสดง

พฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม(อรวินท์. 2537:52)ทำให้ร่างกายและจิตใจอ่อนแอ อาจทำอะไรหุนหันพลันแล่น หรือทำไปตามอารมณ์ชั่ววูบ เช่น ฆ่าตัวตายหรือฆ่าผู้อื่น ตามอารมณ์โกรธได้(ชูชาติย์ ปานปรีชา.2529:491-494)

จะเห็นได้ว่าอารมณ์โกรธนั้นมักสร้างผลเสียแก่ตนเองและคนรอบข้างมากกว่าจะสร้างสรรค์ ดังนั้นอารมณ์โกรธจึงเป็นอารมณ์ด้านลบที่จำเป็นต้องเรียนรู้วิธีจัดการ (manage)อย่างเหมาะสม (เทอดศักดิ์ เดชคง. 2544:29) และการจัดการที่เหมาะสมก็คือการควบคุมความโกรธอย่างมีเหตุผล ไม่เก็บไว้ภายในหรือแสดงออกภายนอกมากเกินไปซึ่งจะทำให้ลดการเกิดปัญหาด้านต่างๆ อันเป็นผลมาจากประสบการณ์ความโกรธที่รุนแรงและบ่อยครั้งและการตอบสนองอย่างไม่เหมาะสม(ทศไนย วงศ์สุวรรณ.2544:3)

ด้วยเหตุผลดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยเห็นว่าความโกรธมีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิตของมนุษย์และพฤติกรรมความโกรธน่าจะมีความสัมพันธ์กับปัจจัยหลายประการ ได้แก่ ความวิตกกังวล ความเครียด การอบรมเลี้ยงดูและผู้วิจัยต้องการที่จะศึกษาว่าปัจจัยดังกล่าวนี้สัมพันธ์กับพฤติกรรมความโกรธของนักเรียนมากน้อยเพียงใด และมีด้านใดที่จะส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธของนักเรียน อันจะเป็นแนวทางและเป็นประโยชน์ต่อตัวนักเรียนเพื่อที่เขาจะได้มีความเข้าใจสภาพอารมณ์โกรธของตนเองและหาทางจัดการกับความโกรธ ที่อาจเกิดขึ้นเพื่อให้เป็นผู้มีสุขภาพจิตดี และมีบุคลิกภาพที่เหมาะสม นอกจากนี้ยังเป็นประโยชน์ต่อครู อาจารย์ ผู้ปกครองและผู้ที่เกี่ยวข้อง เพื่อที่จะมีความเข้าใจในพฤติกรรมนักเรียนเพิ่มมากขึ้น และจะได้นำปัจจัยเหล่านี้ไปเป็นข้อมูลเบื้องต้นในการหาแนวทางช่วยเหลือนักเรียนให้มีพฤติกรรมที่เหมาะสม เป็นบุคคลที่มีคุณภาพและเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติต่อไป

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับพฤติกรรมความโกรธของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำแนกตามเพศ และรวมทั้งหมด
2. เพื่อศึกษานำหนักความสำคัญของปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำแนกตามเพศและรวมทั้งหมด

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้จะทำให้ทราบถึงปัจจัยบางประการทางด้านความวิตกกังวล ความเครียดและการได้รับการอบรมเลี้ยงดู ของนักเรียนว่ามีความสัมพันธ์และส่งผลมากน้อยเพียงใดกับพฤติกรรมความโกรธของนักเรียนซึ่งจะเป็นประโยชน์ต่อตัวนักเรียน ครู อาจารย์ ผู้ปกครอง และผู้ที่เกี่ยวข้องที่จะมีความเข้าใจในการแสดงพฤติกรรมของนักเรียนเพิ่มมากขึ้น และจะได้นำปัจจัยเหล่านี้มาเป็นข้อมูลเบื้องต้นในการหาทางช่วยเหลือและส่งเสริมพัฒนานักเรียนให้มีพฤติกรรมที่เหมาะสมและเป็นบุคคลที่มีคุณภาพ เป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติต่อไป

ขอบเขตในการศึกษาค้นคว้า

1. ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2544 ภาคเรียนที่ 2 ของโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ กลุ่มที่ 1 กรุงเทพมหานคร จำนวน 5,469 คน

2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2544 ภาคเรียนที่ 2 ของโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ กลุ่มที่ 1 กรุงเทพมหานคร จำนวน 420 คน ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multistage Random Sampling)

3. ตัวแปรที่ศึกษา

3.1 ตัวแปรอิสระ คือ ปัจจัยบางประการ ได้แก่

3.1.1 ความวิตกกังวล

3.1.2 ความเครียด

3.1.3 การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย

3.1.4 การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน

3.1.5 การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย

3.2 ตัวแปรตาม คือ พฤติกรรมความโกรธ

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ความโกรธ (Anger) หมายถึง อารมณ์อย่างหนึ่งของมนุษย์ ซึ่งเกิดขึ้นเมื่อบุคคลเกิดความไม่พอใจ ไม่ได้ในสิ่งที่ตนต้องการหรือคาดหวัง หรือเมื่อถูกขัดขวางความตั้งใจในการกระทำบางอย่าง และก่อให้เกิดความเปลี่ยนแปลงทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ระดับความรุนแรงของความโกรธขึ้นอยู่กับประสบการณ์ทั้งประสบการณ์ในอดีตและนิสัยของบุคคลนั้น

พฤติกรรมความโกรธ ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยศึกษาใน 2 ลักษณะคือ ประสบการณ์ของความโกรธ และการแสดงความโกรธ

1.1 ประสบการณ์ของความโกรธ(The Experience of Anger) ได้แก่

1.1.1 ความโกรธแบบสภาวะ หรือความโกรธที่มีต่อสภาพการณ์(State Anger) หมายถึง ความโกรธที่เกิดขึ้นเพื่อตอบสนองต่อสภาวะทางอารมณ์ที่มีระดับความเข้มข้นต่างกัน จากความโกรธเพียงเล็กน้อยจนถึงโกรธอย่างรุนแรงและบ้าคลั่ง โดยความเข้มข้นของอารมณ์จะเปลี่ยนไปตามสภาพแวดล้อมที่เผชิญ หรือเพื่อตอบสนองต่อสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่งที่เกิดขึ้น เช่น การถูกสบประมาท การรับรู้ว่าตนไม่ได้รับความยุติธรรม และความคับข้องใจที่ตนไม่สามารถบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้

1.1.2 ความโกรธแบบลักษณะหรือความโกรธที่เป็นลักษณะส่วนบุคคล(Trait Anger) หมายถึง ลักษณะนิสัยหรือคุณลักษณะประจำตัวของบุคคลนั้นที่ทำให้บุคคลมีการรับรู้สภาวะความโกรธต่างกัน โดยแบ่งเป็น 2 ลักษณะย่อยคือ นิสัยในการโกรธ(Angry Temperament) คือนิสัยโดยทั่วไปของบุคคลในการเกิดประสบการณ์ความโกรธและการแสดงความโกรธโดยไม่คำนึงถึงสิ่งที่กระตุ้นเฉพาะเจาะจง ส่วนปฏิบัติการความโกรธ(Angry Reaction) คือแนวโน้มที่บุคคลจะแสดงความโกรธเมื่อถูกวิพากษ์วิจารณ์ถูกสบประมาทและถูกประเมินในทางลบจากผู้อื่น เช่น ถูกตำหนิ ถูกว่ากล่าวเสียดสี หรือไม่ได้รับความยุติธรรมจากบุคคลอื่น

1.2 การแสดงความโกรธ(The Expression of Anger) หมายถึง การแสดงความโกรธออกทั้งภาษา ถ้อยคำและ/หรือภาษาท่าทาง เพื่อตอบสนองต่อสถานการณ์หรือสิ่งที่ทำให้โกรธ โดยจำแนกเป็น 3 ลักษณะคือ

1.2.1 การเก็บความรู้สึกโกรธไว้ภายใน (Anger In) หมายถึง เมื่อบุคคลเกิดความรู้สึกโกรธแล้ว

บุคคลเก็บความรู้สึกโกรธนั้นไว้ภายในหรือเก็บกดความรู้สึกโกรธไว้ เช่นเมื่อรู้สึกโกรธจะขุ่นเคืองอยู่ในใจ อึดอัดใจ ไม่เล่าให้ใครฟัง นิ่งเฉยโดยไม่แสดงความรู้สึกโกรธออกมา ไม่ได้ตอบหรือกล่าวคำพูดใด ๆ แต่อาจ แอบวิพากษ์วิจารณ์ผู้ที่ทำให้โกรธอยู่ในใจ

1.2.2 การแสดงความรู้สึกโกรธออกภายนอก (Anger Out) หมายถึงเมื่อบุคคลเกิดความรู้สึกโกรธ แล้วบุคคลแสดงความรู้สึกโกรธออกไปตรง ๆ หรือแสดงความรู้สึกโกรธออกไปภายนอกต่อบุคคลอื่นหรือสิ่งของในสภาพแวดล้อม เช่น พุดจาหรือแสดงกิริยาก้าวร้าว โต้เถียง ประชดประชัน เยาะเย้ยถากถาง วิพากษ์วิจารณ์ เหน็บแนม แสดงท่าทางหงุดหงิด รำคาญ หน้าบึ้งตึง ขว้างปาสิ่งของ ใช้กำลังทำร้ายผู้อื่น

1.2.3. การควบคุมความรู้สึกโกรธ (Anger Control) หมายถึง เมื่อบุคคลเกิดความรู้สึกโกรธแล้ว บุคคลพยายามที่จะควบคุมการแสดงความรู้สึกโกรธ เช่น พยายามควบคุมน้ำเสียงให้เป็นปกติ พยายามระงับอารมณ์หรือพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม พยายามปรับอารมณ์ของตนเอง โดยอาจพยายามคิดทบทวนหาสาเหตุของความรู้สึกโกรธและแนวทางในการยุติที่เหมาะสม

การวัดพฤติกรรมความรู้สึกโกรธ วัดได้จากแบบสอบถามวัดพฤติกรรมความรู้สึกโกรธที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากแนวคิดเกี่ยวกับความรู้สึกโกรธของสเปียร์เบอร์เกอร์ (Spielberger)

2. ปัจจัยบางประการ หมายถึง ลักษณะที่นำมาศึกษาหาความสัมพันธ์กับการแสดงความรู้สึกโกรธ ซึ่งสามารถวัดได้จากแบบสอบถามที่ผู้วิจัยเป็นผู้สร้างขึ้น ในที่นี้ศึกษาลักษณะ 5 ลักษณะคือ

2.1 บุคลิกภาพด้านความวิตกกังวล หมายถึง คุณลักษณะของนักเรียนที่มีความกระวนกระวายใจ ความไม่สบายใจ ความหวาดระแวงต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่นักเรียนนั้นมีส่วนเกี่ยวข้องซึ่งแยกออกเป็นด้านต่าง ๆ 7 ด้านด้วยกันคือ

2.1.1 ความวิตกกังวลเกี่ยวกับครอบครัว หมายถึง ความกระวนกระวายใจ ความไม่สบายใจ ความหวาดระแวงใจต่อครอบครัว ซึ่งเป็นเรื่องเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดู เอาใจใส่ การให้ความรักความสนใจของบิดามารดา ซึ่งวัดได้โดยใช้แบบสอบถามวัดบุคลิกภาพด้านความวิตกกังวลเกี่ยวกับด้านครอบครัว

2.1.2 ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการคบเพื่อน หมายถึง ความกระวนกระวายใจ ความไม่สบายใจ ความหวาดระแวงใจต่อการคบเพื่อน การเข้าร่วมกิจกรรมกับเพื่อน ซึ่งอาจจะเป็นเพื่อนเพศเดียวกัน หรือต่างเพศกัน ซึ่งวัดได้โดยใช้แบบสอบถามวัดบุคลิกภาพด้านความวิตกกังวลเกี่ยวกับด้านการคบเพื่อน

2.1.3 ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเรียน หมายถึง ความกระวนกระวายใจ ความไม่สบายใจ ความหวาดระแวงใจเกี่ยวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน การสอนของครู การวัดผลและประเมินผล การศึกษาต่อ ซึ่งวัดได้โดยใช้แบบสอบถามวัดบุคลิกภาพด้านความวิตกกังวลเกี่ยวกับด้านการเรียน

2.1.4 ความวิตกกังวลเกี่ยวกับสุขภาพร่างกาย หมายถึง ความกระวนกระวายใจ ความไม่สบายใจ ความหวาดระแวงใจเกี่ยวกับสุขภาพ ซึ่งได้แก่ โรคประจำตัว หรือ ความพิการที่ติดมาแต่กำเนิด ซึ่งวัดได้โดยใช้แบบสอบถามวัดความวิตกกังวลเกี่ยวกับด้านสุขภาพร่างกาย

2.1.5 ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเงิน หมายถึง ความกระวนกระวายใจ ความไม่สบายใจ ความหวาดระแวงใจเกี่ยวกับการใช้จ่ายเงิน ซึ่งวัดได้โดยใช้แบบสอบถามวัดบุคลิกภาพด้านความวิตกกังวลเกี่ยวกับด้านการเงิน

2.1.6 ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรม หมายถึง ความกระวนกระวายใจ ความไม่สบายใจ ความหวาดระแวงใจเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรมเกี่ยวกับการแต่งกาย การดนตรี การแสดงความเคารพ ซึ่งวัดได้โดยใช้แบบสอบถามวัดบุคลิกภาพด้านความวิตกกังวลเกี่ยวกับด้านการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรม

2.1.7 ความวิตกกังวลเกี่ยวกับศาสนา หมายถึง ความกระวนกระวายใจ ความไม่สบายใจ ความหวาดระแวงใจเกี่ยวกับการที่ต้องได้รับบาปในกรณีที่ไม่ปฏิบัติตามกฎของศาสนาอย่างเคร่งครัด ซึ่งวัดได้โดยใช้แบบสอบถามวัดบุคลิกภาพด้านความวิตกกังวลด้านเกี่ยวกับศาสนา

การวัดความวิตกกังวล วัดได้จากแบบสอบถามวัดบุคลิกภาพด้านความวิตกกังวลที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากคำนิยามของ จีระ เจริญสุขวิมล(2527 :33-35)

2.2 ความเครียด สภาวะที่ร่างกายและจิตใจมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่มากระตุ้น ทำให้เกิดความเปลี่ยนแปลงโครงสร้างและปฏิกิริยาเคมีภายในร่างกาย ทำให้ร่างกายและจิตใจขาดสมดุล จึงแสดงอาการต่างๆ ออกมา ซึ่งเป็นสัญญาณเตือนให้ร่างกายต้องมีการปรับเปลี่ยนเพื่อให้เกิดภาวะสมดุล

การวัดความเครียด วัดได้จากแบบสอบถามความเครียดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น

2.3 การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย หมายถึง วิธีการอบรมเลี้ยงดูบุตรหรือเด็กในปกครองที่มีความรู้สึกว่าตนเองได้รับการปฏิบัติด้วยความยุติธรรม ได้รับความรัก ความอบอุ่น รับผิดชอบรับความสามารถความคิดเห็นให้ความร่วมมือตามโอกาสอันสมควรได้รับผิดชอบในเรื่องส่วนตัวและมีอิสระตามความเหมาะสม การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยวัดได้จากแบบสอบถามวัดลักษณะการอบรมเลี้ยงดูของมะลิ อุดมภาพ (2538)

2.4 การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน หมายถึงวิธีการอบรมเลี้ยงดูบุตรหรือเด็กในปกครองที่มีความรู้สึกว่าตนเองไม่ได้รับอิสระเท่าที่ควร ถูกบังคับให้ทำตามกฎเกณฑ์ที่ได้ตั้งไว้ ต้องอยู่ในระเบียบวินัย ไม่รับผิดชอบ ก้าวภายในเรื่องส่วนตัว ถูกควบคุมไม่ให้ได้รับความสะดวกในการกระทำตามที่ตนเองต้องการ การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันวัดได้จากแบบสอบถามวัดลักษณะการอบรมเลี้ยงดูของมะลิ อุดมภาพ (2538)

2.5 การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย หมายถึง วิธีการอบรมเลี้ยงดูบุตรหรือเด็กในปกครองที่มีความรู้สึกว่าตนเองไม่ได้รับการเอาใจใส่ถูกปล่อยให้ทำอะไรตามใจ และไม่สนใจว่าลูกจะทำอะไรที่ไหน อย่างไร ไม่ได้รับการสนับสนุนหรือคำแนะนำจากพ่อแม่ พ่อแม่หรือผู้ปกครองไม่ให้ความอบอุ่นและชอบใช้อารมณ์ การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยวัดได้จากแบบสอบถามวัดลักษณะการอบรมเลี้ยงดูของมะลิ อุดมภาพ (2538)

3.ค่าน้ำหนักความสำคัญ (Beta Weight) ของปัจจัยทั้ง 3 ประการ หมายถึง ค่าที่บอกให้ทราบว่าน้ำหนักของความวิตกกังวล ความเครียด การอบรมเลี้ยงดู ส่งผลต่อการแสดงความโกรธมากน้อยเพียงใด การวิจัยครั้งนี้จะคำนวณค่าน้ำหนักความสำคัญในรูปคะแนนมาตรฐาน (β) และในรูปคะแนนดิบ (b)

4. ผู้เชี่ยวชาญ หมายถึง ผู้ที่มีคุณวุฒิตั้งแต่ปริญญาโทขึ้นไป สาขาการวัดผลการศึกษาและสาขาจิตวิทยา จำนวน 5 ท่านและมีประสบการณ์ในการทำงานมาแล้วไม่ต่ำกว่า 5 ปี

สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า

การศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยตั้งสมมติฐานในการวิจัยดังนี้

1. ปัจจัยบางประการกับพฤติกรรมความโกรธมีความสัมพันธ์กัน
2. มีปัจจัยอย่างน้อยหนึ่งประการที่ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธ

บทที่ 2

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความโกรธ ความวิตกกังวล ความเครียด การอบรมเลี้ยงดู โดยแบ่งเป็นหัวข้อดังนี้

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความโกรธ
2. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล
3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความเครียด
4. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการอบรมเลี้ยงดู
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความโกรธ

1. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความโกรธ

1.1 ความหมายของความโกรธ

จากการศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับความโกรธ ได้มีผู้ให้คำจำกัดความและความหมายของ “ความโกรธ” ไว้ดังนี้

กรณีการ ภูประเสริฐ (2535 : 62) กล่าวว่า ความโกรธเป็นสภาวะอารมณ์อย่างหนึ่งที่มีพลังผลักดันให้บุคคลแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ออกไปได้เสมอ เช่น อาจแสดงกิริยาก้าวร้าวหรืออาจไม่จำเป็นต้องแสดงกิริยาอาการทางพฤติกรรมภายนอกให้เห็นเสมอไป บางคนอาจแสดงโดยการนิ่งเฉยเก็บซ่อนความโกรธไว้ก็มี

อุษา จารุสวัสดิ์ (2535 : 50) กล่าวว่า ความโกรธเป็นอารมณ์พื้นฐานที่เกิดขึ้นกับบุคคลทั่วไปเป็นความไม่พอใจที่มีต่อบุคคลหรือสถานการณ์นั้น ๆ อารมณ์โกรธนี้อาจจะปรากฏออกมาให้เห็นเด่นชัดหรืออาจจะปิดบังซ่อนเร้นความรู้สึกไว้ก็ได้

สม สุวรรณ (2536 : 13) กล่าวถึงความโกรธว่า ความโกรธหรือโทสะเป็นการแสดงอารมณ์อันไม่พึงปรารถนาของมนุษย์ เพราะหากเกิดขึ้นในจิตใจของผู้ใดแล้ว มันจะทำลายความสุขของผู้นั้นให้หมดใหม่ไปทันที

เอียน ดับเบิลยู ไคเออร์ (2536 : 217) กล่าวว่า ความโกรธ หมายถึง อารมณ์ที่รุนแรงอย่างหนึ่งซึ่งถูกเร้าเร้าให้เกิดขึ้น เมื่อสิ่งที่เรามุ่งหวังไม่เป็นไปตามที่เราคาดหวังไว้ อารมณ์นี้แสดงออกในหลายรูปแบบ ในลักษณะของความเดือดดาลเร้าร้อนและคลุ้มคลั่งหรือในลักษณะของความเย็นชาแต่แฝงด้วยความเป็นปรปักษ์และเต็มไปด้วยเจตนาร้าย หรือแม้กระทั่งการชกต่อยทำร้ายผู้อื่น ในทางตรงข้ามอาจอยู่ในลักษณะมองด้วยความเคียดแค้นอย่างเจียบ ๆ

นิ่มนุช ประสานทอง (2541 : 63) กล่าวว่า ความโกรธเป็นอารมณ์ที่ไม่พึงปรารถนาของมนุษย์ เป็นอารมณ์ที่ทำให้เกิดความทุกข์ และเมื่อแสดงอารมณ์โกรธออกไป สิ่งก็ตามมาคือการสูญเสียสัมพันธภาพ ความไม่เข้าใจ ความขัดแย้งระหว่างบุคคล อารมณ์โกรธเป็นอารมณ์ที่เกิดเมื่อถูกขัดขวางในสิ่งที่ต้องการหรือเป้าหมายที่ต้องการ ความโกรธมีผลเสียต่อตนเองและผู้อื่น

จารุวรรณ ศุภศรี (2542 : 14) กล่าวว่า ความโกรธ หมายถึงอารมณ์พื้นฐานอย่างหนึ่งซึ่งเกิดขึ้นเมื่อเกิดความไม่พอใจไม่ได้สิ่งที่ตนเองต้องการเมื่อถูกรบกวนหรือเมื่อถูกขัดขวางความตั้งใจในการกระทำบางอย่าง และก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ

พระธรรมปิฎก (ป.อ.ปยุตโต) (2544 : 14) กล่าวถึงความโกรธว่าเป็นศัตรูคอยขัดขวางไม่ให้ความมีเมตตาเกิดขึ้นพอเกิดความโกรธขึ้นมาแล้วก็ต้องทำอะไรรุนแรงออกไป ทำให้เกิดความเสียหาย แต่ถ้าทำอะไรไม่ได้ก็หงุดหงิดงุ่นง่านทรมานใจตนเอง

บัทเลอร์ (ทศไนย วงศ์สุวรรณ. 2544 : 7 ; อ้างอิงจาก Butler. 1976 : 2) ให้ความหมายของความโกรธในลักษณะของการแสดงออกทางอารมณ์ของมนุษย์ว่า ความโกรธเป็นอารมณ์ของมนุษย์ที่สามารถแสดงออกมาได้ 3 ทางคือ อย่างสงบ อย่างเหมาะสมและอย่างก้าวร้าว

โนวาโค (Feindler & Ecton. 1986 : 2 ; citing Novaco. 1979) กล่าวว่าความโกรธเป็นความเครียดทางอารมณ์ต่อเหตุการณ์ที่กระตุ้น และจะเกี่ยวข้องกับสรีระวิทยาและความคิด

สเปียร์เบอร์เกอร์ (Spielberger. 1988 : 510) กล่าวถึงความโกรธว่าเป็นสภาพอารมณ์ที่เกิดขึ้นเพื่อตอบสนองสถานการณ์ที่เกิดขึ้นที่ไม่พึงประสงค์ในขณะนั้นทันที (State Anger) และยังเป็นลักษณะนิสัยที่ติดตัวบุคคล (Trait Anger)

จอห์นสัน (Johnson. 1993 : 273) กล่าวว่า ความโกรธเป็นอารมณ์อย่างหนึ่งซึ่งมักจะนำไปสู่ความขัดแย้ง เกิดขึ้นเมื่อบุคคลถูกขัดขวาง ถูกรบกวนความตั้งใจในการปฏิบัติงานหรือการกระทำบางสิ่งบางอย่าง ทำให้บุคคลนั้นรู้สึกว่าตนเองด้อยค่าและถูกปฏิเสธ

กลิคและโรส (Glick and Roose. 1993 : 165) ได้ให้ความหมายของความโกรธว่าเป็นอารมณ์พื้นฐานอย่างหนึ่งของบุคคล ซึ่งเกิดขึ้นเมื่อเป้าหมายที่วางไว้ถูกรบกวนและเมื่อความปรารถนาของบุคคลที่จะนำไปสู่เป้าหมายนั้นมีอุปสรรคขัดขวาง

คาสสิโนฟและซูโคโดลสกี (Kassinove & Sukhodolsky. 1995 : 7) กล่าวว่าความโกรธเป็นสภาพความรู้สึกทางลบที่แสดงออกมาหรือเก็บไว้ภายใน โดยเกี่ยวข้องกับความเบี่ยงเบน ความบกพร่องในการรับรู้และความคิดเฉพาะอย่าง มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางสรีระวิทยาและแนวโน้มในการแสดงพฤติกรรม

จากความหมายของความโกรธดังกล่าวข้างต้น สรุปได้ว่า ความโกรธ หมายถึง อารมณ์พื้นฐานอย่างหนึ่งของมนุษย์ซึ่งเกิดขึ้นเมื่อบุคคลเกิดความไม่พอใจ ไม่ได้สิ่งที่ตนเองต้องการหรือคาดหวัง หรือเมื่อถูกขัดขวางความตั้งใจในการกระทำบางอย่าง และก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ

1.2 ประสบการณ์ของความโกรธ (The Experience of Anger)

สเปียร์เบอร์เกอร์และคณะ (ทศไนย วงศ์สุวรรณ. 2544 : 8 ; อ้างอิงจาก Spielberger and other. 1994 : 293) ได้ศึกษาความโกรธในเชิงการวัด กล่าวถึงความโกรธว่าเป็นสภาวะทางอารมณ์ โดยอารมณ์จะหมายถึงเงื่อนไขทางชีววิทยาและจิตวิทยาของอินทรีย์มนุษย์ซึ่งจะเกี่ยวข้องกับปรากฏการณ์ภายในและนอก ร่างกาย ความแตกต่างของบุคลิกภาพและประสบการณ์เดิมจะมีผลต่อสภาวะทางอารมณ์ นอกเหนือจากตัวสิ่งเร้าเพียงอย่างเดียว เนื่องจากบุคลิกภาพและประสบการณ์เดิมทำให้บุคคลมีแนวโน้มในการตอบสนองต่อสิ่งเร้าในสภาพแวดล้อมที่เหมือนกันในลักษณะที่แตกต่างกัน และเป็นที่ยอมรับโดยทั่วไปว่าการประเมินของบุคคลต่อเหตุการณ์หรือสถานการณ์เฉพาะอย่าง จะมีผลอย่างมากต่อปฏิกิริยาของบุคคลที่มีต่อเหตุการณ์นั้น สเปียร์เบอร์เกอร์และไซเดอร์แมน (ทศไนย วงศ์สุวรรณ. 2544 : 8-9 ; อ้างอิงจาก Spielberger et al.1995 :55 ; Spielberger & Sydeman. 1994 : 302) ได้หาปริมาณเชิงปฏิบัติการเพื่อจะได้ง่ายต่อการวัด โดยพิจารณาประสบการณ์ความโกรธของบุคคลที่เกิดขึ้นในลักษณะกว้างๆ คือ ความโกรธแบบสภาวะ และความโกรธแบบลักษณะ (State and Trait Anger) ดังนี้

ความโกรธแบบสภาวะหรือความโกรธที่มีต่อสภาพการณ์ (State Anger) เป็นภาวะหรือเงื่อนไขทางชีววิทยาและจิตวิทยาที่ประกอบด้วยความรู้สึกซึ่งเกิดขึ้นในจิตใจเมื่อมีความโกรธ ซึ่งมีระดับที่แตกต่างกันจาก

ความหงุดหงิดเพียงเล็กน้อย หรือรำคาญ จนถึงโกรธอย่างรุนแรงและบ้าคลั่ง และสอดคล้องกับการเคลื่อนไหวหรือการกระตุ้นระบบประสาทอัตโนมัติ ความโกรธแบบสภาวะจะเปลี่ยนแปลงตามสภาพการณ์ ซึ่งอาจเกิดจากการถูกสบประมาท ความไม่ยุติธรรมหรือความคับข้องใจ

ความโกรธแบบลักษณะ หรือความโกรธที่เป็นลักษณะประจำตัว (Trait Anger) เป็นสิ่งที่บ่งบอกว่าบุคคลมีความรู้สึกโกรธบ่อยเพียงใดในช่วงของเวลา บุคคลที่มีความโกรธแบบลักษณะในระดับสูงจะมีการรับรู้สถานการณ์ที่กระตุ้นอารมณ์โกรธ เช่น รำคาญ หงุดหงิด คับข้องใจมากกว่าคนที่มีความโกรธแบบลักษณะในระดับต่ำ คนที่มีความโกรธแบบลักษณะ ในระดับสูง จะมีความโกรธแบบสภาวะที่มากกว่าและรุนแรงกว่าเมื่อเกิดความรำคาญหรือความคับข้องใจ คนที่มีความโกรธแบบลักษณะในระดับสูงไม่ได้หมายความว่า บุคคลมีความโกรธตลอดเวลา เพียงแต่ประสบการณ์ความโกรธจะเกิดขึ้นในหลายสถานการณ์และรู้สึกรุนแรงกว่าในช่วงเวลาที่นานกว่า

1.3 หน้าที่ของความโกรธ

โนวาโค (Schuerger, 1979 : 87 ; citing Novaco, 1975) ได้กล่าวถึง หน้าที่ของความโกรธ ว่า ความโกรธเป็นพลังแรงอย่างหนึ่งที่ทำให้บุคคลสามารถแสดงพฤติกรรมทางลบต่อผู้อื่น จากการถูกกระตุ้น ถูกเร่งเร้า ความโกรธยังทำหน้าที่ป้องกันตนเองจากความอ่อนแอภายใน เปลี่ยนความวิตกกังวลไปสู่ความคับข้องใจภายนอก ก่อให้เกิดการเป็นปฏิปักษ์ภายในกระตุ้นให้บุคคลแสดงความก้าวร้าวออกมา และยังบ่งชี้เหตุการณ์ที่เป็นการยั่วยุให้โกรธ

สำหรับ จอห์นสัน (Johnson, 1993 : 274-275) กล่าวถึง หน้าที่หลักของความโกรธ สรุปได้ 8 ข้อคือ

1. ความโกรธนำมาซึ่งพลังและความแข็งแกร่ง ที่ร่างกายสามารถใช้ให้เป็นประโยชน์ได้
2. ความโกรธจะทำลายพฤติกรรมของมนุษย์ สร้างความร้อใจ กระตุ้นและแทรกแซงความตั้งใจเดิม เป็นเหตุให้เกิดความหุนหัน พุ่งความสนใจไปที่ความไม่ยุติธรรม ดังนั้นเพื่อความถูกต้อง และปกป้องตนเอง จึงทำให้เกิดการต่อต้านกับพฤติกรรมที่ก้าวร้าวของบุคคลอื่น
3. ความโกรธทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมที่ไม่ดีและกล่าวถึงผู้อื่นในทางลบหากบุคคลไม่มีความโกรธ เหตุการณ์นั้นก็จะไม่เกิดขึ้น การสื่อสารที่ดีจะช่วยขจัดความโกรธให้ลดลง โดยการปรึกษาหารือกับบุคคลใดบุคคลหนึ่ง ที่ช่วยให้เราสามารถแก้ปัญหาหรือตัดสินใจได้อย่างมีคุณภาพ
4. ความโกรธเป็นกลไกทางจิตอย่างหนึ่งที่ช่วยให้คนที่ไม่กล้าแสดงออก สามารถแสดงออกได้มากขึ้น ทำให้ไม่กังวล ไม่กลัว กล้าทำในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง แม้ว่าสิ่งนั้นไม่เคยกระทำมาก่อน เช่น เด็กชายตัวเล็ก ๆ กล้าต่อสู้กับเพื่อนที่ตัวใหญ่กว่า ลูกจ้างที่เคยกลัวเจ้านายสามารถเผชิญหน้ากับเจ้านายได้ คนชื้อขายกล้าพูดกับคนแปลกหน้าได้ การกระทำเหล่านี้ทำให้เกิดทั้งผลดีและผลเสีย ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสถานการณ์แวดล้อมและสภาพเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น
5. ความโกรธทำให้เกิดการขัดแย้งกัน ทำให้บุคคลทำอะไรไม่ได้ การนำข้อมูลทางลบหรือความรู้สึกทางลบที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งมากล่าวซ้ำก่อให้เกิดการต่อต้านกัน เมื่อมีความรู้สึกโกรธเกิดขึ้น ควรหาทางขจัดปัญหานั้นโดยการพบกับบุคคลที่จะช่วยเราแก้ปัญหาได้
6. ความโกรธเป็นสัญลักษณ์อย่างหนึ่งที่แสดงถึงเหตุการณ์ที่มีการยั่วยุ หรือมีบางสิ่งไม่เป็นที่พอใจเกิดขึ้น ในขณะที่มีความโกรธจะทำให้เห็นว่าอะไรกำลังเกิดขึ้นในสถานการณ์นั้น
7. ความโกรธทำให้บุคคลนึกถึงความยุติธรรมในขณะที่เผชิญกับสิ่งที่ไม่เห็นด้วย ความโกรธทำให้บุคคลเชื่อว่าตัวเองถูกต้องยุติธรรมและดีกว่า
8. ความโกรธเป็นที่มาของการแสดงความคิดเห็นต่อผู้อื่น สามารถขู่บุคคลอื่นและสามารถ

มีอำนาจชักจูงบุคคลอื่น ทั้งนี้เพราะ เมื่อเราต้องการมีอำนาจเหนือบุคคลอื่น ความโกรธสามารถทำให้เราแสดงอาการเช่นนั้นได้

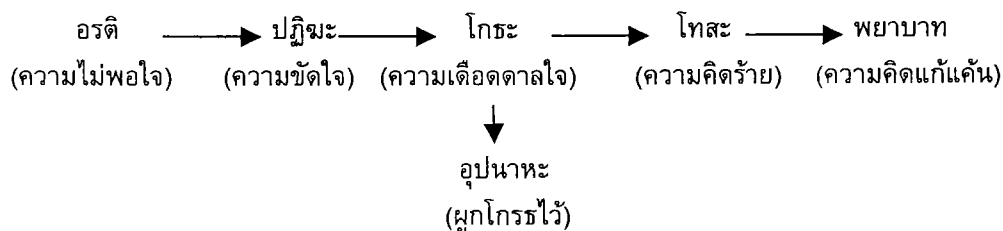
การแสดงอาการโกรธต่อผู้อื่นนั้น ทำให้เกิดประสบการณ์ที่ไม่น่าพึงพอใจ ตัวผู้แสดงอาการโกรธจะรู้สึกวิตกกังวลและกลุ้มใจเมื่อแสดงอาการออกไป จะส่งผลให้ผู้อื่นขุนเคืองและรู้สึกเกลียดชัง ถ้าโกรธตอบจะสร้างความขัดแย้งให้เกิดขึ้น อย่างไรก็ตาม บางครั้งความโกรธสามารถสร้างผลทางบวกได้ หากบุคคลรู้จักวิธีแก้ปัญหา และแสดงอาการให้ออกมาในลักษณะของการสร้างสรรค์

1.4 ลำดับขั้นของการเกิดความโกรธ

พุทธทาสภิกขุ (2532 : 7-8), พินิจ สิงห์โต (2532 : 27) และคอน (2535 : 42 ; อ้างถึง พ.อ.ปิ่น มุทุกันต์) ได้กล่าวตรงกันถึงลำดับขั้นของการเกิดความโกรธตามแนวพุทธศาสนาไว้ดังนี้

- | | |
|------------|--|
| ลำดับที่ 1 | อรติ (offend) ความไม่พอใจ |
| ลำดับที่ 2 | ปฏิมะ (Exasperate) ความขัดเคือง เพราะทำไม่ถูกใจหรือเพราะไม่ตามใจก็จะเกิดความขัดเคืองขึ้นมา |
| ลำดับที่ 3 | โกรธ (Angry) ความเดือดดาลเป็นอาการของอารมณ์โกรธมาก ๆ จะแสดงอาการออกมาทางบุคลิกลักษณะด้วยอาการต่าง ๆ เช่น หน้าแดง มือเท้าสั่น |
| ลำดับที่ 4 | โทสะ (Hatred) การคิดจะทำร้าย คิดจะแก้แค้น |
| ลำดับที่ 5 | พยาบาทะ (Revenge) การปองร้ายเป็นการผูกใจเจ็บที่จะทำร้ายให้สาสมกับความแค้นที่เก็บกดเอาไว้ |

โดยเขียนเป็นแผนผังได้ดังนี้



สำหรับอุปนาหะนั้นไม่มีหน้าที่อะไรจริงจัง เพียงแต่ว่าใจที่เกิดความโกรธขึ้นแล้วแทนที่จะส่งงานให้โทสะพยาบาทจัดการไปตามลำดับขั้นก็ไม่ส่งต่อไป จะเลิกโกรธก็ไม่เลิก จะทำลายเขาก็ไม่คิดทำลาย อุปนี้ขอยุ่อย่างนั้นเรียกว่า อุปนาหะ

ส่วนจากคูโบว์สกี และแลงก์ (Jakubowski & Lange. 1978 : 67-68) ได้เสนอขั้นตอนของการเกิดความโกรธ ตามแนวคิดของโจนส์ (Jones) และแบเนต (Banet) ไว้ดังนี้

1. ขั้นคุกคาม (Threat Stage) เป็นขั้นตอนเริ่มต้น คือ บุคคลรู้สึกว่าตนเองถูกข่มขู่คุกคามทางด้านร่างกาย หรือจิตใจจากภายนอก ซึ่งอาจเป็นบุคคลหรือสิ่งของก็ได้ ทำให้เขาไม่สามารถบรรลุสิ่งที่ต้องการ ซึ่งจะนำไปสู่ขั้นที่ 2

2. ขั้นประเมินอันตราย (Assessment of Danger) ขั้นนี้บุคคลจะประเมินอันตรายที่อาจเกิดขึ้นกับตนเองทันทีทันใด

3. ขั้นประเมินพลังกำลัง (Assessment of Power) ขั้นนี้จะติดตามขั้นที่ 2 อย่างรวดเร็ว คือ บุคคลจะประเมินพลังอำนาจทั้งของตนเองและผู้อื่นในสถานการณ์ที่เกิดขึ้น ถ้าเขาประเมินว่าตนเองมีอำนาจควบคุมเพียงพอ หรือถ้าเห็นการคุกคามนั้นเป็นเรื่องเล็กน้อยไม่สำคัญ บุคคลก็อาจวางเฉย แต่ถ้าประเมินแล้วตัดสินว่า

ตนเองไม่มีอำนาจควบคุมการคุกคามนั้นได้ บุคคลจะมีความโกรธเกิดขึ้น และหาวิธีป้องกันตนเอง ซึ่งนำไปสู่ขั้นสุดท้ายคือ

4. ขั้นแสดงความโกรธ (Anger Stage) ในขั้นนี้เมื่อบุคคลเกิดความโกรธขึ้นมาแล้ว อาจแสดงออกด้วยความก้าวร้าว โดยมีเงื่อนไขว่าถ้าบุคคลนั้นไม่มีทักษะในการพูดเพื่อควบคุมสถานการณ์ได้อย่างเหมาะสม จะปล่อยให้ระดับความโกรธเพิ่มมากขึ้น พร้อมทั้งเชื่อว่าความก้าวร้าวเป็นวิธีการเดียวที่จะดำเนินการกับผู้อื่นได้และในขณะที่เดียวกันบุคคลคิดมากเกินไปกับการกระทำผิดของผู้อื่น ซึ่งอาจเป็นความไม่ยุติธรรมของผู้อื่นในสถานการณ์ตั้งเครียดนั้น ในอีกแง่หนึ่งถ้าความรู้สึกโกรธกลายเป็นสิ่งคุกคามบุคคลนั้นอย่างรุนแรง หรือถ้าบุคคลนั้นรับรู้ว่าการแสดงความโกรธออกไปทำให้เกิดอันตรายกับตนเองอย่างมากแล้วเขาจะหันเหความโกรธเข้าสู่ตนเอง โดยอาจเก็บกอดความรู้สึก และมีพฤติกรรมไม่กล้าแสดงออก แต่ก็จะระเบิดออกมาอย่างก้าวร้าวในที่สุด ขั้นตอนต่าง ๆ นี้ จะเกิดขึ้นต่อเนื่องกันไปอย่างรวดเร็วจนบุคคลอาจแสดงความก้าวร้าวทันทีเมื่อมีเหตุการณ์มากระตุ้น

ซึ่งคล้ายกับแนวคิดของลาซารัส (ทศไนย วงศ์สุวรรณ. 2544 : 11 ; อ้างอิงจาก Lazarus. 1991)

ที่กล่าวว่าความโกรธจะเกิดจากกระบวนการประเมิน (Appraisal Processes) 2 ขั้นตอน คือ

การประเมินขั้นต้น โดยจะประเมินเกี่ยวกับสถานการณ์และสภาพแวดล้อมว่ามีความเกี่ยวข้องกับตน คุกคามหรือเกิดอันตรายต่อตนหรือไม่ ความโกรธจะไม่เกิดขึ้นถ้าเหตุการณ์ถูกประเมินว่าไม่เกี่ยวข้อง หรือเป็นมิตร แต่ความโกรธจะเกิดขึ้นถ้าเหตุการณ์ถูกประเมินว่าเกี่ยวข้องและล่วงล้ำต่อขอบเขตของบุคคล เป็นอุปสรรคต่อความหวังหรืออิสรภาพและพฤติกรรมที่ไปสู่เป้าหมาย ซึ่งในมุมมองของบุคคล สิ่งที่เกิดขึ้นหรืออาจจะเกิดขึ้นนั้นไม่ควรเกิดขึ้น การตัดสินใจหรือการประเมินเพิ่มเติมจะทำให้ความโกรธเพิ่มขึ้น เมื่อบุคคลประเมินว่าสิ่งที่เกิดขึ้นนี้ไม่ยุติธรรม น่าจะสามารถป้องกันไม่ให้เกิดได้แต่ทำไม่ได้ และมีผู้ตั้งใจจะทำให้เกิดขึ้นกับตนและผู้ที่ได้รับผิดชอบควรได้รับการลงโทษ

การประเมินขั้นที่สอง จะเกี่ยวข้องกับความสามารถในการจัดการของบุคคลมากกว่าเงื่อนไขที่กระตุ้นความโกรธจะไม่เกิดขึ้นถ้าบุคคลรับรู้ว่าคุณเองมีทักษะในการจัดการอย่างเพียงพอ แต่ความโกรธจะเกิดขึ้นถ้าบุคคลประเมินว่าคุณไม่สามารถทนกับสถานการณ์เช่นนั้นได้ หรือมีความอดทนต่อความคับข้องใจที่ต่ำ และความโกรธมักเพิ่มขึ้นเมื่อบุคคลใช้วิธีการจัดการอย่างก้าวร้าว

ส่วนคาสสิโนฟและเอคคาร์ต (Kassinove & Eckhardt. 1995 : 198-202) ได้กล่าวถึงขั้นตอนของการเกิดความโกรธไว้ดังนี้

ขั้นที่ 1 เหตุการณ์ที่มากกระตุ้นนั้นถูกรับรู้ว่าเป็นเหตุการณ์ในทางลบเช่นการที่ไม่ได้รับเชิญไปงานเลี้ยง การใช้ถ้อยคำหยาบคาย หรือการเล่นเครื่องเสียงที่ตั้งมาก ความโกรธนั้นจะเกิดจากการที่บุคคลรับรู้เหตุการณ์กระตุ้นต่าง ๆ เหล่านี้ในทางลบ

ขั้นที่ 2 การตอบสนองต่อเหตุการณ์ที่ถูกรับรู้ในทางลบ บุคคลจะตอบสนองต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นซึ่งอาจจะเป็นทางบวกหรือทางลบ บุคคลมักจะแสดงการตอบสนองในรูปแบบของพฤติกรรมที่เคยเข้ามาแล้วในสถานการณ์ที่เคยเกิดขึ้นมาก่อน การตอบสนองจะเป็นการเรียนรู้ที่เกิดจากการสังเกต ตัวแบบ การได้รับการเสริมแรง

จะเห็นได้ว่าการที่บุคคลจะเกิดความโกรธนั้นจะมาจากกรณีที่บุคคลถูกกระตุ้นด้วยสิ่งเร้า ซึ่งถ้าบุคคลมีความรู้สึกในทางลบต่อสิ่งที่มากกระตุ้นนั้น บุคคลก็จะประเมินว่าสามารถจัดการกับสิ่งที่มากกระตุ้นนั้นได้หรือไม่ ถ้าบุคคลประเมินว่าสามารถจัดการได้ ความโกรธก็จะไม่เกิดขึ้น แต่ถ้าบุคคลประเมินว่าไม่สามารถจัดการได้ บุคคลก็จะรู้สึกโกรธและอาจแสดงความโกรธออกมาในลักษณะต่างๆ

1.5 สาเหตุของความโกรธ

สมพร อินทร์แก้ว (2531 : 41-43) กล่าวถึงสาเหตุของความโกรธว่า ความโกรธมักเกิดขึ้น เมื่อความคาดหวัง ความต้องการและความปรารถนากับสภาพความเป็นจริงไม่ตรงกันและที่สำคัญคือ สถานการณ์นั้น ๆ มีผลกระทบต่อความรู้สึกภาคภูมิใจ อบอุ่นใจและความมั่นคงภายในจิตใจของบุคคลจนทำให้ยอมรับความจริงนั้น ๆ ได้ยาก นอกจากนี้ความโกรธอาจเกิดจากสาเหตุต่าง ๆ ได้ดังนี้

1. ความรู้สึกเสียหน้าเสียศักดิ์ศรี เสียความสำคัญ เมื่อบุคคลรู้สึกหรือคิดว่าตนถูกทอดทิ้งสบประมาท และถูกลบหลู่ดูหมิ่น

2. การปฏิเสธที่จะยอมรับความจริงในการสูญเสียสิ่งต่างๆ โดยมีความรู้สึกว่าเหตุการณ์เหล่านี้ไม่ควรเกิดขึ้นกับตนเอง และโกรธที่ตนไม่สามารถจัดการหรือป้องกันเหตุการณ์นั้น ๆ ได้

3. ความผิดหวังที่ไม่ได้รับผลตอบแทนตามที่คาดคิดไว้ เช่น เมื่อพบปะกับผู้ที่เรายืมให้เขา แต่เขาไม่ยืมตอบ ทำให้รู้สึกเสียหน้า เก้อ และโกรธ

พุทธทาสภิกขุ (2532 : 9-12) กล่าวว่าความโกรธ เกิดจากต้นเหตุคือความอยาก ด้วยอำนาจของอวิชชา เป็นความอยากด้วยความโง่ ซึ่งสรุปแล้วมี 3 ประการ

1. กามตัณหา คือ ความอยากทางกาม โดยเฉพาะเกี่ยวกับเพศตรงกันข้าม จะเกิดความโกรธขึ้นเมื่อความรักความหึงหวง ความต้องการเกิดขึ้นแล้วไม่ได้ตามที่ตัณหาที่ต้องการ

2. ภวตัณหา คือ อยากเป็นนั่นเป็นนี่ อยากดีอยากเด่นแล้วไม่ได้ตั้งใจ เมื่อถูกเหยียดหยาม ถูกดูหมิ่นจึงเกิดความโกรธขึ้นมา

3. วิภวตัณหา คือ ความอยากที่จะไม่ให้มี ไม่ให้เป็น ฉะนั้นอะไรที่บุคคลไม่อยากจะเห็น ไม่อยากฟัง ไม่อยากดู ไม่อยากเป็น ปรากฏออกมาหรือถูกขัดใจ ถูกข้อยแย้งสิ่งที่หวงแหนหรืออาจเกิดจากความแปรปรวนของสังขาร เมื่อความชรา ความเจ็บไข้มารบกวน บุคคลไม่อยากจะเจ็บไข้ ไม่อยากตาย พอมันจะเกิดขึ้น ทำให้รู้สึกโกรธ

กรรณิการ์ ภูประเสริฐ (2535 : 62) กล่าวถึงสาเหตุของความโกรธเกี่ยวกับการทำงานว่า คนเราโกรธเพราะเป้าหมายในการทำงานถูกขัดขวางและเวลาที่พบอุปสรรคแล้วไม่สามารถแก้ไขได้

สม สุวรรณ (2536 : 13-14) กล่าวถึงสาเหตุของความโกรธว่า เกิดจากความผิดหวังที่แปรเปลี่ยนเป็นความชิงชังและกลายเป็นความโกรธ โดยมี 2 ประการ คือ

1. ความผิดหวังที่ตัวเองทำอะไรไม่ได้อย่างใจคิด

2. ความผิดหวังที่คนอื่นทำอะไรที่ตนไม่ยอมให้ทำ หรือไม่ทำอะไรที่ตนอยากให้ทำ

ส่วน กนกรัตน์ สุขะตุงคะ (2536 : 24) กล่าวว่า สาเหตุที่พบบ่อยว่าทำให้เกิดอารมณ์โกรธได้แก่

1. ความคับข้องใจที่ไม่สามารถทำบางสิ่งบางอย่างได้

2. ความรำคาญ หงุดหงิดจากสิ่งแวดล้อม ไม่ว่าจะเป็นจากคน ความร้อน แสง เสียง กลิ่น ความไม่สะดวกในการดำเนินชีวิตประจำวันต่าง ๆ

3. การถูกรบกวนความเป็นส่วนตัว

4. ความเสียใจหรือความกลัว แล้วเปลี่ยนไปเป็นความโกรธ

5. ความผิดหวังและรู้สึกว่าตัวเองโชคร้าย ที่คนอื่นไม่ประสบเคราะห์กรรมเหมือนตัวเอง

6. การถูกคุกคามหรือเผชิญกับความสูญเสียของหรือบุคคลอันเป็นที่รักโดยที่ตนเองไม่มีโอกาสเห็นใจหรือช่วยเหลือได้

7. ความอิจฉาโศคติของคนอื่น

นอกจากนี้ เอย์น ดับเบิลยู ไดเนอร์ (2536 : 222-224) ได้กล่าวสรุปถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดอารมณ์โกรธได้ดังนี้

1. การประสบกับสถานการณ์ที่บุคคลไม่คาดคิดว่าจะเกิดขึ้น ทั้งจากการกระทำของตนเอง เช่น การเล่นเกมกีฬาแพ้ หรือ จากการกระทำที่ไม่เหมาะสมของผู้อื่น เช่น การขับขี่ยานยนต์ที่ขาดความระมัดระวังมีอุบัติเหตุเกิดขึ้น ทำให้การเดินทางล่าช้า เป็นต้น

2. การที่บุคคลจริงจังกับเหตุการณ์ในสังคมมากเกินไป เมื่อมีความคิดว่าไม่ได้รับความยุติธรรมจากกฎระเบียบบางอย่าง การไม่เห็นด้วยกับปัญหาทางการเมือง ศาสนา หรือสถานการณ์เศรษฐกิจ

3. จากความล่าช้าของบุคคลอื่น ทำให้การทำงานตามแผนงานที่กำหนดไว้ผิดพลาด

วิจิตร อาวะกุล (2541 : 135-136) กล่าวถึงอารมณ์โกรธว่าอาจเกิดจากสาเหตุดังนี้

1. อาการหิวอาหารที่เรียกว่าโมโหหิว

2. ความเหนื่อยจากการทำงาน หรือการเริ่มทำงานที่ตนไม่ชอบ

3. ความร้อน อากาศร้อน ทำให้คนมีอาการร้อนไปด้วย

4. การไม่ได้อะไรตั้งใจประสงค์ หายของที่ต้องการไม่พบ หรือได้รับของที่ต้องการซ้ำไม่ทันใจ ไม่ได้สิ่งที่ตั้งความหวังไว้

5. การไม่พอใจบุคคล สถานการณ์ สิ่งของ ถูกดูถูก ดูหมิ่นเหยียดหยาม

6. เกิดจากการเปลี่ยนแปลงภายในร่างกาย การเจ็บป่วย

สุชีพ ปุญญานุภาพ (2542 : 22) กล่าวถึง สาเหตุของความโกรธว่าเกิดจากการมีกิเลสและ การเอาแต่ใจตนเองก็ทำให้โกรธง่ายขึ้น

हरषा गैवपुलपक्रन् (2541 : 3) กล่าวว่า สาเหตุสำคัญที่ทำให้วัยรุ่นเกิดความโกรธนั้น อาจเกิดจากการถูกขัดขวางสิทธิที่พึงได้รับ การถูกผู้อื่นดูหมิ่นเหยียดหยาม การไม่เป็นที่ยอมรับของผู้อื่น การถูกล้อเลียน การถูกเปรียบเทียบกับผู้อื่นที่เด่นกว่าตน เป็นต้น

จุลสารพัฒนาข้าราชการพลเรือน ("วิธีชนะความโกรธ." 2542 : 44) อ้างอิงถึงหลวงวิจิตรวาทการ ที่กล่าวถึงสาเหตุของความโกรธว่า เกิดจากการกล่าวร้าย การหมิ่นประมาทกัน

จอห์นสัน (Johnson. 1990 : 246) กล่าวถึงหลักใหญ่ของความโกรธของมนุษย์จะเกิดขึ้นเมื่อ

1. ต้องการป้องกันตนเอง การต่อต้านบางสิ่งบางอย่าง

2. บุคคลเกิดความคับข้องใจถูกขัดขวางและจะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลไม่สมหวังในสิ่งที่ปรารถนา

3. บุคคลมีความรู้สึกและความเชื่อว่าถูกละเมิดสิทธิส่วนบุคคลบุคคล มีความเชื่อว่าเขามีสิทธิที่จะ

โกรธ ในขณะที่บุคคลอื่นแสดงการกระทำที่ไม่ยุติธรรมและไม่มีเหตุผล

จากการศึกษาข้างต้นพอจะสรุปได้ว่าสาเหตุที่ทำให้บุคคลโกรธอาจจะเกิดจากสิ่งเร้าภายในหรือสิ่งเร้าภายนอก รวมทั้งลักษณะนิสัยที่ติดตัวของบุคคล และสภาวะทางความคิดอารมณ์และกายภาพในขณะนั้นก็เป็นได้

1.6 ผลของความโกรธ

เมื่อบุคคลมีความโกรธเกิดขึ้น ผลของความโกรธนั้นจะส่งผลทั้งต่อร่างกายและจิตใจ ดังนี้

เกษม ตันติผลาชีวะ (2530 : 72) กล่าวว่า ความโกรธอาจก่อให้เกิดความเครียดจนเกิดเป็นความผิดปกติในทางสรีระวิทยา ซึ่งควบคุมด้วยระบบประสาทอัตโนมัติได้ เช่น เป็นความดันโลหิตสูง โรคหลอดเลือดหัวใจอุดตัน แผลในกระเพาะอาหาร เป็นต้น

นิภา นิธยาน (2530 : 245) กล่าวว่า วัฏฏะบุคคลที่มีความโกรธ มักมีการเปลี่ยนแปลงทางกายควบคู่ไปด้วย ทำให้หัวใจเต้นแรงและระบบการย่อยไม่ดี กล้ามเนื้อตึงเครียด และมีพลังกำลังมากขึ้น เมื่ออารมณ์คลายลงอาการทางกายเหล่านี้จะคืนสู่สภาพปกติ

ส่วนความโกรธที่ไม่ได้แสดงออกมานั้น สมพร อินทร์แก้ว (2531 : 43) ได้กล่าวสรุปไว้ว่า เป็นสาเหตุที่ทำให้เป็นโรคกระเพาะอาหาร โรคความดันโลหิตสูง โรคปวดหัวข้างเดียว อาการลำไส้ใหญ่อักเสบและ ผู้ที่อยู่ในอาการโกรธแค้นนานๆ แต่ต่อเนื่องอาจนำไปสู่การเป็นโรคเหล่านี้ได้เช่นกัน ส่งผลร้ายให้แก่สุขภาพทั้งร่างกายและจิตใจเพราะในขณะที่มีอาการโกรธนั้นจะมีความรู้สึกวิตกกังวลและเกิดความวุ่นใจร่วมด้วยส่งผลเสียต่อบุคลิกภาพของบุคคลและเสียความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่นอีกด้วย

พุทธทาสภิกขุ (2532 : 12-19) ได้กล่าวถึง ผลของความโกรธว่าก่อให้เกิดโทษดังต่อไปนี้

1. ความโกรธเป็นดั่งสนิมของศัตราในโลกร คือ ทำให้ความรู้ทั้งหลายที่เราต้องใช้การอะไรไม่ได้
2. ความโกรธเป็นเคราะห์ร้ายหรือกลี คือ ทำให้เกิดความวินาศ ความเลวร้าย
3. ความโกรธเป็นเหตุให้สลัดความดี คือ เมื่อถูกความโกรธครอบงำจิตใจแล้วทำให้ไม่นึกถึงความดี
4. คนโกรธไม่เห็นอรรถไม่เห็นธรรม คือเมื่อโกรธแล้วทำให้ไม่มีการใช้เหตุผลจึงกลายเป็นคนไม่มี

เหตุผล

5. ความโกรธทำให้ความซื่อกลายเป็นสิ่งที่ห่างไกลขึ้น

นอกจากนั้น แดลลอร์ฟ (2533 : 131-154) ได้รายงานจากการรักษาผู้ป่วย พบว่าเบื้องหลังความเจ็บปวดและโรคภัยไข้เจ็บนั้นมีสาเหตุจากความโกรธ เช่น ผลที่มีหนองและเลือดไหลผิวหนังเป็นผื่นคัน(โรคเรื้อน) โรคไซนัสเรื้อรัง การเจ็บไข้หลายอย่าง ความเจ็บป่วยทางสมอง โรคจิตเสื่อม โรคซึมเศร้า โรคข้ออักเสบ

ปาหนัน บุญหลง (2534 : 57-58) กล่าวว่า เมื่อบุคคลมีความโกรธ ต่อมาไร้ที่จะขับฮอร์โมนออกมาแล้วไปกระตุ้นการทำงานของหัวใจและอวัยวะอื่น ๆ เช่น ตับไต และลดการทำงานของอวัยวะบางอย่าง เช่น ต่อมขั้วน้ำย่อย การทำงานของลำไส้ ยิ่งไปกว่านั้นเมื่อมีความรู้สึกโกรธเกิดขึ้น จะมีความบกพร่องของการรับรู้สติปัญญา การตัดสินใจ ตลอดจนสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นในสิ่งแวดล้อมของตน

ส่วน อุษา จารุสวัสดิ์ (2535 : 51) กล่าวถึง ผลกระทบโดยตรงของความโกรธที่มีต่อตัวเอง คือ ทำให้ร่างกายเกิดการเปลี่ยนแปลงหลายอย่าง เช่น เหงื่อออก ปากคอบแห้ง กล้ามเนื้อเกร็ง หัวใจเต้นเร็ว ความดันโลหิตและอัตราการเต้นของหัวใจเพิ่มขึ้น ถ้ายิ่งโกรธจัดอาจถึงขั้นเส้นเลือดในสมองแตกถึงตายได้

นอกจากนี้ เอียน ดับเบิลยู ไคเออร์ (2536 : 216) กล่าวว่า ความโกรธก่อให้เกิดความทรุดโทรมต่อตัวเราทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ ทางด้านร่างกายคือ ทำให้มีความดันโลหิตสูง เกิดความเครียด เป็นผลในกระเพาะอาหาร โรคผื่นคันบนผิวหนัง หัวใจสั่น นอนไม่หลับ อ่อนเพลีย โรคหัวใจ หรืออาจเกิดอาการช็อก และหัวใจวายตายได้ ทางด้านจิตใจเป็นสาเหตุของความแตกร้างกันระหว่างคนที่มีความรัก ทำให้การติดต่อในสังคมเกิดปัญหาเป็นต้นเหตุแห่งความละอายใจ หรือนำมาซึ่งความเขินอาย

กนกรัตน์ สุขะตุงคะ (2536 : 23-24) กล่าวถึงสิ่งที่เกิดขึ้นบ่อย เพราะความโกรธสรุปได้ดังนี้

1. การมีอุบัติเหตุเพราะอารมณ์โกรธทำให้ขาดความระมัดระวัง
2. มีปัญหาด้านมนุษยสัมพันธ์ เพราะโกรธแล้วมักจะพูดจากระแทกกระเทียบหรือวิพากษ์วิจารณ์ผู้อื่น
3. เป็นสาเหตุของการเกิดปัญหาสุขภาพได้หลายโรค เช่น โรคความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ
4. เป็นสาเหตุของความคิดหรือการพยายามทำร้ายตัวเองจนถึงขั้นการฆ่าตัวตายได้

พวงน้อย อรุณ (2536 : 40) กล่าวถึงผลของความโกรธว่าขณะที่โกรธสมองจะส่งความรู้สึกตามเส้นประสาท ไปยังต่อมหมวกไต(Adrenal gland) ให้หลั่งฮอร์โมนอะดรีนาลิน(Adrenaline) และ คอติโซล (Cortisol) ออกมามากผิดปกติ เพื่อนำไปใช้ในการแสดงอาการต่างๆ เพื่อให้ผู้อื่นได้รับรู้ถึงอารมณ์ในขณะนั้น

และจากการที่ความโกรธเป็น id อยู่ในจิตไร้สำนึก ซึ่งในวัยเด็กจะเลียนแบบอารมณ์จากคนเลี้ยง พ่อแม่ เมื่อโตขึ้นเป็นผู้ใหญ่ ในระดับจิตสำนึกจะมี Ego มาปรับให้อารมณ์โลก โกรธ หลงลดลงให้อยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ขณะเดียวกัน Super Ego ก็จะช่วยเสริม Ego ให้ช่วยต้านทาน Id ที่ไม่ดีเหล่านั้นเสียโดยใช้พลังงานอย่างมากไปจัดการกับอารมณ์โกรธ พลังงาน Ego จะสูญเสียเป็นผลทำให้พลังกายลดลง จะเห็นได้ว่าคนที่โกรธจะอ่อนเพลีย เมื่อหน่ายในการทำงาน ชอบถอนหายใจเป็นประจำ

เดฟเฟนเบเชอร์และคณะ (Deffenbacher and other. 1996 : 149) กล่าวว่าคนที่มีความโกรธแบบลักษณะสูงมักจะแสดงความโกรธไปในทางข่มขู่และทำให้คนอื่นไม่พอใจ ซึ่งจะส่งผลให้เกิดความเสียหายทางร่างกายทั้งต่อตนเองและผู้อื่น และทำให้สัมพันธ์ภาพต่อบุคคลอื่นสิ้นสุดลง มีปัญหาการทำงานและการเรียน เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ มีความวิตกกังวล ความเศร้า และจัดการกับความเครียดได้ไม่ดีนัก

บาบารา ฮัสเท็ดท์ ครอก (Babara Hustedt Crook .2541 : 120) กล่าวว่า คนที่มีอารมณ์โกรธรุนแรง และเกลียดชังผู้อื่นเป็นนิจ มีแนวโน้มที่จะเป็นโรคหัวใจได้ง่าย

ส่วนสเปียร์ลอบเกอร์ และลอนดอน (ทัตไนย วงศ์สุวรรณ. 2544 : 14 ; อ้างอิงจาก Spielberg and London. 1990 : 48) กล่าวว่าความโกรธนั้นมีความสัมพันธ์กับปัญหาทางสุขภาพโดยเฉพาะโรคหลอดเลือดหัวใจ เช่นความดันโลหิตสูงและโรคหลอดเลือดโคโรนารี

สรุปแล้วจะเห็นได้ว่า ความโกรธนั้น ส่งผลให้เกิดอันตรายต่อบุคคลทั้งร่างกายและจิตใจ เกิดผลร้ายต่อสุขภาพอนามัยทั้งยังส่งผลกระทบต่อผู้อื่นด้วย

1.7 การแสดงออกของความโกรธ

ปาหนัน บุญหลง (2534 : 58) กล่าวว่าเมื่อบุคคลมีความโกรธอาจแสดงออกโดยมีลักษณะที่สังเกตได้คือ หน้าแดงคอและหูแดง ตื่นเต้นและถูกกระตุ้นได้ง่าย การแสดงสีหน้าท่าทางปราศจากจุดหมาย พูดไม่ออก เสียงสั่น ร้องไห้พ่นคำคำหยาบคาย สบถสาบาน หรือขว้างปาทำลายข้าวของเครื่องใช้ ใช้กำลังทุบตีหรือทำร้ายผู้อื่น

อุษา จารุสวัสดิ์ (2535 : 51) กล่าวถึง การแสดงออกของคนที่มีความโกรธ ดังนี้

1. การปิดบังความรู้สึกด้วยการไม่พูด บุคคลประเภทนี้มักมีลักษณะสมยอม หรือได้รับการฝึกอบรมให้เป็นคนเก็บความรู้สึก

2. การก้าวร้าวที่ชอบทำลาย เมื่อมีความโกรธเกิดขึ้น บุคคลประเภทนี้จะทำร้ายผู้อื่นหรือทำให้ผู้อื่นเสียหาย

3. การย้ายอารมณ์โกรธ เมื่อโกรธผู้ใหญ่ หรือผู้มีอำนาจเหนือกว่า แต่ไม่สามารถแสดงอารมณ์ออกไปตรง ๆ ได้ จึงไปแสดงออกกับบุคคลอื่น ๆ ที่มีอำนาจน้อยกว่า

4. วิถีถดถอย เป็นการนำวิธีการที่เคยปฏิบัติในอดีตเมื่อยังเป็นเด็กมาใช้เช่น การแสดงกิริยากระตือรือร้น ร้องไห้พ่นคำ

5. การลงโทษตนเอง บุคคลที่เก็บสะสมความโกรธไว้เป็นเวลานาน ไม่มีการระบายความโกรธอย่างเหมาะสม จึงมีความรู้สึกว่าตนเองไร้ค่า บางคนจึงลงโทษตนเองเช่นฆ่าตัวตาย

เอย์น ดับเบิลยู ไคเออร์ (2536 : 225-226) กล่าวว่า ถ้าบุคคลใดไม่สามารถควบคุมสถานการณ์ได้อย่างเหมาะสม ความโกรธของเขาจะเพิ่มมากขึ้นและพร้อมที่จะแสดงออกก้าวร้าวออกมา เพื่อที่จะจัดการกับบุคคลหรือเหตุการณ์ที่เกี่ยวข้อง แต่หากว่าบุคคลที่ถูกคุกคามคิดมากเกินไปกับการกระทำผิดของผู้อื่นที่อาจจะเป็นเรื่องเล็กน้อย เหตุการณ์นี้ก็อาจจะไม่ยุติธรรมกับบุคคลที่เกี่ยวข้องกับสถานการณ์นั้น ในอีกแง่หนึ่งถ้าความ

รู้สึกโกรธกลายเป็นสิ่งคุกคามบุคคลนั้นอย่างรุนแรง หรือถ้าบุคคลนั้นรับรู้ว่าการแสดงความโกรธออกไปทำให้เกิดอันตรายกับตนเองอย่างมากแล้ว เขาอาจจะพยายามเก็บกดความรู้สึกนั้นและไม่กล้าแสดงความโกรธนั้นออกมา ในที่สุดแล้วก็จะระเบิดออกมาอย่างก้าวร้าวได้ สำหรับการแสดงออกของความโกรธทางคำพูดของบุคคลนั้นพบว่า บุคคลมักใช้คำพูดประชดประชัน ถากถาง เสียดสี เหน็บแนม การหัวเราะเยาะเย้ย สบประมาท พวงน้อย อรุณ (2536 : 40-41) ได้เสนอรูปแบบของบุคคลเมื่อมีความโกรธไว้ดังนี้

- ก้าวร้าว รุกรานโดยตรง (Aggressive) อาจแสดงออกโดยคำพูดหรือใช้กำลังเช่นพูดเย้ยหยัน ประชดประชัน เตะ ต่อย ตี เพื่อให้ผู้อื่นเสียใจและมีอันตราย
- ปฏิเสธความรู้สึกโกรธ (Denial) ไม่ยอมรับอารมณ์นั้นเพราะเกรงว่าคนอื่นจะตำหนิว่าตนเองไม่ดี
- เงียบขรึม (Silence) เป็นการซ่อนความรู้สึก อารมณ์โกรธเอาไว้ แสดงออกโดยการเฉยเมยไม่พูด
- แยกตัวออกจากเหตุการณ์ (Withdrawal) อาจไม่พูด ไม่เข้าร่วมในเหตุการณ์นั้น
- ย้ายความโกรธไปสู่สิ่งอื่นหรือบุคคลอื่น เช่นทำลายข้าวของหรือเตะสุนัข
- ทำตรงกันข้ามกับความรู้สึกจริง (Reaction Formation) ในใจโกรธ แต่กิริยาที่แสดงออก อาจสนุกสนานร่าเริง
- แสดงพฤติกรรมคล้อยตามแรงผลักดันของอารมณ์ซึ่งเป็นระดับจิตไร้สำนึก (Acting out) เช่น หนีไปตีแม่เหล้า สูบบุหรี่ เกเร ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่ไม่ถูกต้อง
- ซึมเศร้า(Depression)เมื่อโกรธแล้วทำอะไรไม่ได้ จะรู้สึกน้อยใจเสียใจรู้สึกคุณค่าของตนเองลดลง
- มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย (Somatization) เกิดโรคต่างๆเช่นความดันโลหิตสูง โรคหัวใจ โรคเบาหวาน โรคกระเพาะ หอบ หืด ภูมิแพ้ ปวดศีรษะข้างเดียว เบื่ออาหาร

หรรษา แก้วพุลปรกรณ์ (2541 : 3) กล่าวว่าเมื่อบุคคลเกิดความโกรธอาจแสดงออกมาอย่างเปิดเผย เช่น การใช้คำพูดข่มขู่ การเยาะเย้ยถากถาง การกล่าวคำหยาบ หรือแสดงออกมาทางการกระทำ เช่น การขว้างปาสิ่งของ ทบตี เตะต่อย หรือแสดงออกทางใบหน้า แววตา เช่นหน้าบึ้ง แววตาเกรี้ยวกราด หรือการไม่พูดตอบและไม่ยอมทำตามสิ่งที่ตั้งใจไว้

ฟูว์เกิร์และคนอื่นๆ (Fuqur and others. 1991 : 440 ; citing Spielberg. 1988.) ได้กล่าวไว้ว่า บุคคลเมื่อมีความโกรธเกิดขึ้นจะแสดงออกได้ 3 ด้านดังนี้คือ เก็บความรู้สึกไว้ในใจ(Anger In) แสดงความรู้สึกออกไปตรงๆ (Anger Out) และการพยายามควบคุมความรู้สึกโกรธ(Anger Control) โดยการจัดการควบคุมความโกรธยังสามารถจำแนกออกมาได้เป็นการควบคุมความโกรธที่อยู่ในใจ (Anger Control In) และการควบคุมความโกรธที่แสดงออกทางพฤติกรรม(Anger Control Out) โดยที่บุคคลจะแสดงออกทางด้านใดนั้นขึ้นอยู่กับสถานการณ์และสภาพแวดล้อม

เอคคาร์ตท์ และเดฟเฟนเบเชอร์ (ทัตไนย วงศ์สุวรรณ. 2544 : 9 ; อ้างอิงจาก Eckhardt & Deffenbacher. 1995 : 34) กล่าวว่าเมื่อบุคคลโกรธจะแสดงออกมาต่างกันทั้งในช่วงของเวลาและต่อสถานการณ์เดียวกัน ความโกรธไม่ได้เป็นตัวกำหนดความก้าวร้าว บุคคลที่มีความโกรธบางคนแสดงออกภายนอกในทางลบ(การแสดงความโกรธออกภายนอก) บุคคลเหล่านี้อาจจะโจมตีทางคำพูดและทางร่างกายต่อผู้อื่น ต่อสิ่งของต่อตนเอง บางครั้งพฤติกรรมจะไม่ค่อยเปิดเผย แต่ยังคงแสดงออกภายนอกและแสดงในทางลบ เช่นขุ่นเคืองไม่พูดจา หรือกล่าววาจาเสียดสี แต่บางคนเมื่อประสบกับความโกรธจะพยายามระงับ กลั้น หรือเก็บความรู้สึกไว้ (การเก็บความรู้สึกไว้ในใจ) โดยอาจแสดงความโกรธออกมามากเพียงเล็กน้อย แต่จะมีประสบการณ์ความป่วนและความเครียดอยู่ภายใน เขาอาจแสดงการตระหนักรู้ถึงความโกรธของเขาเพียงเล็กน้อยแต่จะสะท้อนออกมาทางกายภาพผ่านการเจ็บป่วย เช่น ปวดศีรษะ หรือโรคกระเพาะอาหาร บุคคลเหล่านี้บางคนอาจจะถอนตัวออกมาจากสถานการณ์อย่างไม่เหมาะสม หรืออาจใช้การป้องกันตัวเอง เช่นการ

ปฏิเสธ และบุคคลบางคนเมื่อมีความโกรธจะใช้ทักษะการจัดการอย่างสงบและบรรเทาความโกรธโดยลดการกระตุ้น จะจัดการด้วยความอดทนอย่างสงบมากกว่าต่อสถานการณ์ที่มากกระตุ้น (การควบคุมความโกรธ) เมื่อโกรธบุคคลบางคนจะใช้วิธีการที่เหมาะสมได้อย่างหลากหลาย เช่นการแก้ปัญหา การจัดการกับข้อจำกัด และใช้ทักษะในการเจรจาตกลง มีการแสดงออกอย่างเหมาะสม

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้นจะเห็นได้ว่า บุคคลมีวิธีในการแสดงออกเมื่อมีความโกรธ ดังนี้

1. การเก็บความโกรธไว้ภายใน 2. การแสดงความโกรธออกมาภายนอก 3. การควบคุมความโกรธ ซึ่งถ้าบุคคลตอบสนองต่อความโกรธโดยการแสดงออกมาภายนอกหรือเก็บไว้ภายในจนมากเกินไปจะเกิดผลในทางลบต่อบุคคลทั้งต่อสุขภาพร่างกาย จิตใจ สังคม ดังนั้นถ้าบุคคลเกิดความโกรธต่อสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง การจัดการที่เหมาะสมที่สุดสำหรับเขาคือการควบคุมความโกรธอย่างมีเหตุผล โดยการยอมรับสถานการณ์และเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นและแสดงออกในระดับที่เหมาะสม

1.8 การจัดการกับความโกรธ

เกษม ตันติผลาชีวะ (2530 : 73) กล่าวว่า เมื่อรู้ตัวว่าโกรธควรแก้โดยการพิจารณาว่าเรื่องที่โกรธนั้นมีเหตุผลเพียงใด แล้วใช้ความสุ่มรอบคอบไตร่ตรอง ว่ามีหนทางแก้ไขได้อย่างไรแล้วค่อยดำเนินการไปตามขั้นตอนที่เหมาะสม โดยไม่ให้เกิดผลเสียต่อตนเอง หรือใช้กลไกทางจิตที่เราเรียกว่าการระเหิด (Sublimation) คือการระบายพลังความก้าวร้าวและความต้องการทางเพศออกไปในรูปของกิจกรรมที่สังคมยอมรับ เช่น กีฬา ดนตรี การเดินรำ

สมพร อินทร์แก้ว (2531 : 41) ได้บอกแนวทางในการพัฒนาเพื่อลดหรือระงับความโกรธ ซึ่งอาจทำได้ดังนี้คือให้นึกถึงผลของความโกรธ นึกถึงความดีหรือส่วนดีของอีกฝ่ายและกล้าเผชิญกับความจริง

พุทธทาสภิกขุ (2532 : 24-43) แนะนำวิธีขจัดความโกรธสรุปได้ดังนี้

1. ขันติขจัดความโกรธ (คือให้มีความอดกลั้น)
2. ทมะขจัดความโกรธ (ด้วยการบังคับตัวเอง)
3. ปัญญาขจัดความโกรธ (รู้เรื่องความโกรธอย่างครบถ้วน)
4. สติขจัดความโกรธ (ความระลึกได้ว่าจะโกรธ)
5. สังวรขจัดความโกรธ (ป้องกันความโกรธ)
6. สัจจาธิษฐานขจัดความโกรธ (ตั้งสติด้วยสัจจะมั่นคงลงไปในการที่จะทำในการที่จะประพฤติกการละ)
7. จาคะขจัดความโกรธ (สละให้อภัยอยู่เสมอ)
8. หิริโอตตปปะขจัดความโกรธ (ความละอาย และความกลัว ด้วยความรู้สึกผิดชอบของตนเอง)
9. กัมมัสมกตาญาณขจัดความโกรธ (ความโกรธเป็นกรรมอันหนึ่งเมื่อเราต้องได้รับผลกรรมนี้เป็นที่แน่นอน ก็ทำให้กลัว)
10. มรณานุสสติขจัดความโกรธ (การระลึกถึงความตาย)
11. อัปปปัญญา เมตตา ขจัดความโกรธ (เมื่อมีความเมตตาที่ไม่มีขอบเขต)

ชัลวาทอร์ วี ไตดาโต (2532 : 86-87) กล่าวเกี่ยวกับวิธีการจัดการกับความโกรธ ดังนี้

1. ศึกษาความโกรธที่เกิดขึ้น ว่ามีสาเหตุเนื่องมาจากสิ่งใด แล้วพิจารณาว่าสมควรที่จะโกรธหรือไม่
2. เล่นบทบาทสมมติ โดยหาเพื่อนสักคนมาช่วยแสดงบทบาทสมมติ เมื่อมีใครทำให้โกรธก็ให้แสดงเป็นบุคคลนั้น ให้เพื่อนแสดงบทบาทของคุณอย่างจริงจังทั้งปฏิกิริยาและคำตอบได้แล้วเปลี่ยนบทสลับกัน
3. พักผ่อนให้เพียงพอ พยายามทำจิตใจให้อยู่ในระดับที่เครียดน้อยที่สุด

4. ออกกำลังกาย เพื่อระบายอารมณ์ที่เก็บไว้ภายใน ซึ่งถือว่าการปล่อยความเครียดทางร่างกายวิธีหนึ่ง

5. ระบายออก โดยการพูดคุยกับเพื่อนสนิทหรือคนที่วางตัวเป็นกลาง

6. กิจกรรมสร้างสรรค์อื่น ๆ เช่น การวาดภาพ เขียนหนังสือ หรืองานอดิเรกอื่น ๆ พยายามทำกิจกรรมต่าง ๆ ให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้

7. เขียนจดหมายให้ตัวเองอ่าน เป็นการเขียนระบายความโกรธที่อยากจะระบายแล้วเก็บไว้ เมื่ออารมณ์ดีขึ้นนำมาอ่านใหม่จะได้ทราบว่าอารมณ์โกรธนั้นควรแก้เหตุหรือเกินธรรมดาหากเกินพอดีจะได้หาทางควบคุมให้เหมาะสม

8. ขอเวลานอก เป็นการเดินหนีออกจากเหตุการณ์นั้นจนกว่าอารมณ์เย็นลง เพื่อจะได้มีเวลาทบทวนเหตุการณ์

9. ฝึกคำพูดที่แหลมคมไว้ การใช้คำพูดบางคำบางประโยคสามารถจัดความขัดแย้งลดความโกรธลงได้ สำหรับบุคคลที่มีกบฏไม่ทันหรือพูดไม่เป็น ตัวอย่างเช่น ในการเข้าแถวรับบริการ หากมีบุคคลมาตัดหน้าทำให้คุณโกรธ จะพูดอย่างไรเพื่อไม่ให้เกิดเรื่องและเป็นการระบายความโกรธด้วย ได้แก่ “อย่าตัดแถวสิคะ หากใครตัดหน้า คุณก็คงจะไม่ชอบเหมือนกัน” หรือ “กรุณาอย่าตัดหน้าสิคะ ดิฉันยืนรอนานแล้ว ไม่อยากเสียเวลาเพิ่มอีก พวกเรายืนกันเป็นแถวต่างก็รอเหมือนกันทั้งนั้น”

10. ใช้วิธีคลายความรู้สึก เมื่อมีใครทำให้โกรธ เรามักครุ่นคิดอยู่ตรงจุดนั้นทำให้ไม่พอใจ เก็บความโกรธนั้นไว้ในใจ เมื่อบุคคลนั้นทำสิ่งใดก็จะนึกโกรธอยู่เสมอ แต่หากมีการไตร่ตรองดูจะทำให้ความโกรธค่อย ๆ ลดลงได้

ส่วน เปลื้อง ณ นคร (2533 : 60-63) ได้สรุปการระงับความโกรธไว้หลายวิธีดังนี้

1. เมื่อโกรธ จงระบายความโกรธออกไปเสีย โดยการคิดหาเหตุผล พุดจากกันให้รู้เรื่องอย่างระมัดระวัง ไม่แสดงหน้ายักษ์เข้าหากัน

2. นึกถึงตัวบุคคลมากกว่าคำพูดของเขา ทำให้เกิดการเห็นอกเห็นใจกันมากขึ้น สามารถให้อภัยกับคำพูดหรือเหตุการณ์ที่ทำให้โกรธได้

3. แผ่ความปรารถนาดีและความเมตตา ทำให้จิตใจเป็นสุขและสามารถดับอารมณ์โกรธได้อย่างดี

4. สร้างความนับถือตนเอง การนับถือตนเองนั้นคือตนเองนับถือตนเองของตน ไม่ปล่อยให้ตนเองตกไปในทางที่ผิด หรือเอาคำพูดผู้อื่นที่พูดถึงเรามาเป็นสาระ หากเรื่องใดที่เราไม่ตีจริงควรแก้ไข แต่ถ้าหากไม่เป็นจริงไม่ควรเป็นมาเป็นทุกข์

5. ฝึกใจให้เยือกเย็น ในทางจิตวิทยาหรือทางธรรมกล่าวไว้ว่าในแต่ละวันให้สวดมนต์ภาวนา ทำใจให้มีสมาธิ อ่านกาพย์กลอนเพราะๆ อ่านหนังสือวรรณคดีหรือการฟังดนตรีที่เป็นเพลงเย็นๆ ทำให้อารมณ์เย็นลงได้

6. หาสิ่งมาสับเปลี่ยนความโกรธ การสับเปลี่ยนก็คือ การหาทางลืม โดยการนึกถึงเรื่องที่ดี เรื่องที่คนอื่นพูดถึงเราในทางที่ดี แม้จะทำได้ยากหากพยายามจะทำให้ละเว้นจากการเจ็บใจ การอาฆาต พยาบาทได้

ปานัน บุญหลง (2534 : 59) กล่าวถึงวิธีจัดการกับความโกรธไว้สรุปได้ว่าเมื่อมีความโกรธจงคุมสติให้มั่นแล้วหาเหตุที่กระตุ้นให้เกิดความรู้สึกโกรธว่าเป็นอะไร มาจากไหน ต้องเข้าใจและยอมรับว่าแต่ละชีวิตมีสิ่งกระตุ้นแตกต่างกันแต่พฤติกรรมของแต่ละบุคคลย่อมมีความหมายเสมอหรือบางครั้งอารมณ์โกรธถูกนำมาใช้เพื่อทดแทนหรือชดเชยความรู้สึกอื่น ซึ่งจำต้องปิดบังซ่อนเร้น ดังนั้นจงพยายามเข้าใจและจงรู้จักให้อภัยอย่าลโทษผู้อื่นที่ทำให้ท่านโกรธ จงโทษจิตใจตนเองที่ไปรับความรู้สึกนั้นเข้ามา ทั้ง ๆ ที่รู้ว่าเป็นผลเสียต่อตนและพยายามทำความเข้าใจว่าทุก ๆ คนต่างก็ต้องการความรักด้วยกันทั้งนั้น จึงควรให้ความรักแก่เขาโดยที่ตัวเองก็ต้องยอมรับความจริง และมองตนเองตามความเป็นจริง

สันติภาพ ไชยวงศ์เกียรติ (2534 : 85-87) และกองบริการการศึกษามหาวิทยาลัยเชียงใหม่ (พระเทพเวที. 2536: 27-28 ; 28-36) ได้กล่าวตรงกันถึงวิธีการกำจัดความโกรธตามแนวทางของพระเทพเวทีสรุปได้ดังนี้

1. นึกถึงผลเสียของความเป็นคนมักโกรธ
2. พิจารณาโทษของความโกรธ
3. นึกถึงความดีของคนที่เราโกรธ
4. นึกว่าความโกรธคือการสร้างทุกข์ให้ตัวเอง
5. พิจารณาอารมณ์ที่สัตว์มีกรรมเป็นของตน
6. พิจารณาพระจริยวัตรในปางก่อนของพระพุทธเจ้า
7. พิจารณาความเกี่ยวข้องกันในสังสารวัฏ
8. พิจารณาอานิสงส์ของเมตตา
9. พิจารณาโดยวิธีแยกธาตุ
10. ปฏิบัติทาน คือ การให้เพื่อการแบ่งปันสิ่งของ

อุษา จารุสวัสดิ์ (2535 : 52) ได้เสนอวิธีจัดการกับอารมณ์โกรธในแนวทางที่เหมาะสมไว้ว่า ควรหลีกเลี่ยงการเผชิญหน้า แต่ถ้าหากไม่สามารถหลีกเลี่ยงสถานการณ์นั้น ๆ ได้ ควรยอมรับความเป็นธรรมชาติของอีกฝ่ายหนึ่ง และถ้าโกรธจัดจนคิดว่าจะควบคุมตัวเองไม่ได้ ก็ควรออกจากสถานการณ์นั้นก่อน โดยเราควรหัดให้มีความคิดยืดหยุ่นรู้จักให้อภัยกัน และรู้จักการแสดงอารมณ์โกรธให้เหมาะสม เช่น เล่นกีฬา อีกทั้งควรปรับปรุงตนเอง หมั่นฝึกจิตใจให้มีเมตตา

คอน(นามแฝง) (2535 : 42) สรุปวิธีฆ่าความโกรธไว้ว่าให้มีเมตตาแผ่ความรักให้เขา นึกถึงความดีของเขา เตือนตนเองและคิดว่าทุกคนมีกรรมเป็นของตน ใครทำอย่างไรย่อมรับผลอย่างนั้น ให้พิจารณาถึงพระพุทธคุณว่าไม่ทรงโกรธ และไม่ทรงอาฆาตใครและนึกถึงผลอันยาวนานแห่งสังสารวัฏการเวียนว่ายตายเกิดแล้วพิจารณาถึงอานิสงส์ (ผลของเมตตา) โดยให้แยกธาตุพิจารณาแสดงออกในทางปฏิบัติ คือให้อ่อนน้อมต่อมตนมัสสัมมาคารวะ พูดจาฉะฉาน นวล ทำให้เคยชินและพยายามพูดจาทำความเข้าใจกันให้ได้

กนกรัตน์ สุขะตุงคะ (2536 : 25) ได้กล่าวถึงวิธีจัดการกับความโกรธอย่างเหมาะสมไว้ว่าให้ยอมรับว่าตัวเองกำลังโกรธ และต้องสนใจความโกรธนี้จริง ๆ ว่าทำให้เกิดอะไรขึ้นกับตนเองขณะนั้น โดยเปิดความคิดและโลกส่วนตัวให้กว้างขึ้นและยืดหยุ่นมากขึ้น แล้วหาสาเหตุของความโกรธให้ได้โดยไม่เข้าข้างตัวเอง หรือตำหนิตัวเองจนเกินเหตุ และสุดท้ายคือตัดสินใจว่าจะต้องทำอะไรบางอย่าง เพื่อแก้ปัญหา (อย่างสร้างสรรค์) แล้วปฏิบัติตามนั้น โดยจำแนกตามขั้นตอนที่ควรปฏิบัติดังนี้

1. ตั้งสติให้ดี ทำใจให้สงบระงับอารมณ์ที่เกิดอยู่ก่อน แล้วจึงทำความตกลงกับอีกฝ่ายหนึ่ง
2. ถามตัวเองว่าเราต้องการจะเอาชนะฝ่ายตรงข้ามหรือต้องแก้ปัญหา
3. กล้าแสดงสิทธิและความต้องการของตัวเองด้วยท่าทีที่ไม่ก้าวร้าว หรือล่อลวงละเมิดสิทธิของคนอื่น
4. ขอความช่วยเหลือคนที่เราคิดว่าเขาจะช่วยให้ได้ถ้าคิดว่าไม่สามารถจัดการกับความโกรธของตัวเองได้ การพูดคุยกับคนใกล้ชิดที่เข้าใจ จะช่วยให้มีความรู้สึกดีขึ้นได้
5. ถ้าทำใจที่จะเล่าให้คนอื่นฟังไม่ได้ จงเขียนเรื่องที่เรากำลังโกรธลงบนกระดาษจะทำให้รู้สึกโล่งใจขึ้นบ้าง กิจกรรมที่จะช่วยระงับอารมณ์เมื่อมีความโกรธเกิดขึ้น
 1. เล่นกีฬาที่มีการส่งแรงออกจากตัว เช่น ตีเทนนิส วิ่งเหยาะ ๆ ยกน้ำหนัก เป็นต้น
 2. หาอะไรทำที่อดแน่นอยู่ในตัวออกไปในทางที่เหมาะสม เช่น ถอนหญ้า พรวนดิน ปลูกพืช
 3. ให้เทคนิคผ่อนคลายความเครียดชนิดที่เหมาะสมกับตนเอง เช่น การผ่อนคลายกล้ามเนื้อ

อรวินท์(นามแฝง) (2537 : 52-54) กล่าวถึงวิธีป้องกันไม่ให้เกิดความโกรธโดยยอมรับปัญหา เป็นคนมีเหตุผลมากขึ้น ตั้งสติเตือนตน ควบคุมอารมณ์และใส่ใจความคิด ความรู้สึกของผู้อื่น มีอารมณ์ขัน รู้จักไว้เนื้อเชื่อใจผู้อื่นบ้าง โดยการให้ออกสและไว้ใจเชื่อใจยอมรับความสามารถของผู้อื่นหรือบุคคลที่เรา เกี่ยวข้อง ว่าทุกคนมีความสามารถและอยากทำทุกอย่างให้ดีที่สุด อีกทั้ง ควรประเมินตนเองเชิงบวก ผึกตนเอง ให้รู้จักให้อภัยและแผ่เมตตาแก่คนที่เป็นตัวการทำให้โมโห

ทิพวัลย์ สุทิน (2539 : 36-37) ได้กล่าวถึงการควบคุมความโกรธตามแนวคิดของโนวาโค (Novaco. 1977) ว่าโนวาโคได้พัฒนารูปแบบในการควบคุมความโกรธ โดยประยุกต์และพัฒนาการควบคุมกระบวนการ ทางปัญญาเกี่ยวกับความโกรธ ซึ่งประกอบด้วย 5 ขั้นตอนคือ

1. ระบุอธิบายถึงบุคคลหรือสถานการณ์ที่จะก่อให้เกิดความโกรธ
2. จำแนกความโกรธออกจากความก้าวร้าว
3. ให้การศึกษาเกี่ยวกับความโกรธให้ผู้รับการทดลองทราบเกี่ยวกับกระตุ้นความโกรธและตัวกำหนด ความโกรธ
4. จำแนกแยกแยะปรากฏการณ์ที่เหมาะสมและไม่เหมาะสม เมื่อเกิดความโกรธ
5. แนะนำวิธีจัดการกับความโกรธด้วยกลวิธีในการเผชิญปัญหาและจัดการความขัดแย้งและ ความเครียด

นิ่มนุช ประสานทอง (2541 : 64) เสนอว่าวิธีระับความโกรธ ทำได้ดังนี้คือเมื่อรู้สึกโกรธควรใช้วิธี ผ่อนความโกรธ ด้วยวิธีนับ 1-10 หรือใช้วิธีหนีออกจากสถานการณ์ เพื่อออกไปประรับใจเสียชั่วคราวแล้วจึงค่อย กลับมาเผชิญหน้ากับคน ๆ นั้น หรือสถานการณ์ใหม่ และอาจจะบายอารมณ์โกรธด้วยการออกกำลังกายหรือ เล่นกีฬา หรือออกไปที่โล่งแจ้งแล้วตะโกนให้สุดเสียงหรือจะใช้วิธีทำงานบ้านระบายความโกรธก็ได้

จุลสารพัฒนาข้าราชการพลเรือน ("วิธีชนะความโกรธ." 2542 : 45) อ้างอิงถึงพ.อ.ปิ่น มุกกันต์ ว่า บุคคลสามารถระับความโกรธได้โดย อดทนอดกลั้น ไม่ตกเป็นทาสของความโกรธไม่ว่าความและหัดคิดในแง่ ขำขันจะทำให้ใจเย็นและโกรธช้าลง

โสมรธรรม์ จันทรประภา (2543 : 85-86) กล่าวว่าจากการค้นคว้าของคณะแพทยศาสตร์มหาวิทยาลัย มิชิแกนและมหาวิทยาลัยสแตนฟอร์ดในสหรัฐอเมริกา สรุปถึงวิธีที่จะควบคุมและระับความโกรธไว้ดังนี้คือ เมื่อเกิดความโกรธให้พยายามหาสาเหตุและยอมรับว่าความโกรธเป็นเรื่องธรรมดาของมนุษย์ ดังนั้นจึงไม่ต้อง แสดงกิริยาสนองความโกรธให้ผิดปกติกินควร แต่ก็อย่าเก็บความโกรธเจียบไว้ในใจจนกลายเป็นคนเจ้าคิด เจ้าแค้น แต่ให้แสดงออกอย่างมีสติ

เทอดศักดิ์ เดชคง (2544 : 29) กล่าวถึงวิธีจัดการกับความโกรธของตนเองโดยการสร้างสติรู้ใน อารมณ์ของตน (Emotional awareness) เพื่อรู้จักและเข้าใจอารมณ์ของตนรวมทั้งหาทางออกอย่างเหมาะสม โดยฝึกควบคุมไปกับการฝึกฝนร่างกายคือการทำสมาธิและความผ่อนคลายด้วยการหายใจเข้า-ออกยาวๆ และ ให้หายใจเข้าท้องพอง หายใจออกท้องยุบเพื่อกระตุ้นระบบประสาทพาราซิมพาเทติก(Parasympathetic) ซึ่ง จะมีผลชะลอร่างกายและจิตใจ อารมณ์โกรธที่ดูเหมือนจะรวดเร็วก็จะเริ่มช้าลง จนสามารถที่จะทำความเข้าใจ และควบคุมมันได้

เฟรนด์เลอร์และฟรีมัว (Goldstein, Glick , Reiner, Zimmerman. & Coultry. 1987 ; citing Feindler & Fremouw. 1983) ได้กล่าวถึงขั้นตอนการฝึกการควบคุมความโกรธไว้ดังนี้

1. ประเมินหรือระบุเหตุการณ์ที่เร้าให้เกิดความโกรธ ทั้งภายนอกและภายใน
2. รับรู้ทางด้านสรีระหรือประสาทสัมผัส ที่เป็นตัวชี้แนะให้ทราบถึงระดับการเร้าให้เกิดความโกรธ
3. การสอนตนเองซึ่งเป็นวิธีการในการลดความโกรธ

4. การใช้เทคนิคการผสมผสานกับการสอนตนเอง ซึ่งช่วยลดความโกรธเช่นการฝึกหายใจลึกๆ การนับถอยหลัง การจินตนาการและการพิจารณาถึงผลในระยะยาว

5. การประเมินตนเองเพื่อเป็นการบังคับตนเองและ/หรือการแก้ไขตนเอง

จากเอกสารดังกล่าวข้างต้น จะเห็นได้ว่ามีวิธีการต่างๆ มากมายที่สามารถนำมาใช้เมื่อเกิดความโกรธ เพียงแต่บุคคลยอมรับความโกรธของตนเอง และพร้อมที่จะแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น ความโกรธก็ไม่ทำให้บุคคลเกิดความทุกข์

1.9 การวัดความโกรธ ตามแนวคิดของ สเปียลเบอเกอร์(Spielberg)

ในปี ค.ศ. 1978 สเปียลเบอเกอร์ และคณะได้ศึกษาเกี่ยวกับการวัดความโกรธโดยใช้รูปแบบและแนวคิดของแบบวัดความวิตกกังวลแบบสภาวะ-ลักษณะ (The State-Trait Anxiety Inventory, STAI) โดยมี มโนทัศน์พื้นฐานว่าความโกรธเป็นสภาวะของอารมณ์และเป็นความแตกต่างระหว่างบุคคลในบุคลิกภาพที่มี แนวโน้มของการเกิดความโกรธ และได้กำหนดนิยามเชิงปฏิบัติการของความโกรธแบบสภาวะและลักษณะขึ้น ก่อนที่จะสร้างแบบวัดความโกรธแบบสภาวะ-ลักษณะ(The State-Trait Anger Scale ,STAS) โดยความโกรธแบบสภาวะ (S-Anger) เป็นสภาวะหรือเงื่อนไขทางร่างกายและจิตใจ เป็นความรู้สึกโกรธที่เกิดขึ้นตามสภาพของจิตใจ และมีระดับที่ต่างกันจากความหงุดหงิดเพียงเล็กน้อยหรือรำคาญจนถึงโกรธอย่างรุนแรงและบ้าคลั่ง ซึ่งจะสอดคล้องไปกับการเร้าหรือกระตุ้นของระบบประสาทอัตโนมัติ ความโกรธแบบสภาวะอาจจะเกิดจากการรับรู้สภาพแวดล้อมที่เกิดขึ้น เช่นการถูกสบประมาท การไม่ได้รับความยุติธรรมหรือคับข้องใจ

ส่วนความโกรธแบบลักษณะ(T-Anger) จะหมายถึงความแตกต่างระหว่างบุคคลในความคิดของการเกิดความโกรธแบบสภาวะในช่วงเวลาใดเวลาหนึ่ง ซึ่งอาจสรุปได้ว่า บุคคลที่มีความโกรธแบบลักษณะในระดับสูง จะมีการรับรู้ต่อสถานการณ์ที่กระตุ้นความโกรธเช่น รำคาญ หงุดหงิด และคับข้องใจมากกว่าคนที่มีความโกรธแบบลักษณะในระดับต่ำ และบุคคลที่มีความโกรธแบบลักษณะในระดับสูงจะมีความถี่ในการเกิดความโกรธแบบสภาวะมากกว่าและรุนแรงกว่าเมื่อมีสถานการณ์ที่ทำให้เกิดความรำคาญหรือความคับข้องใจ

เมื่อสเปียลเบอเกอร์ ได้กำหนดนิยามเชิงปฏิบัติการแล้วจึงได้รวบรวมข้อคำถามเพื่อประเมินความรุนแรงของความรู้สึกโกรธโดยใช้พจนานุกรมฉบับมาตรฐานเพื่อหาคำที่มีความหมายตามที่ได้นิยามไว้ และรวบรวมข้อคำถามที่ใช้ประเมินความแตกต่างระหว่างบุคคลในแนวโน้มของการเกิดความโกรธโดยได้ข้อคำถามความโกรธแบบสภาวะ 20 ข้อ ตัวอย่างของข้อคำถามเช่น ฉันรู้สึกโกรธอย่างรุนแรง ฉันรู้สึกหงุดหงิด ฉันรู้สึกว่าอยากจะระเบิด และได้ข้อคำถามความโกรธแบบลักษณะ 22 ข้อ ตัวอย่างข้อคำถามเช่น ฉันขี้โมโห ฉันขาดการควบคุมอารมณ์ ฉันรู้สึกโกรธมากเมื่อฉันถูกตำหนิต่อหน้าคนอื่น และในปีค.ศ.1981 สเปียลเบอเกอร์ได้ตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ โดยนำแบบวัดความโกรธแบบลักษณะไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างนิสิตนักศึกษาจำนวน 146คนเพื่อหาค่าความเชื่อมั่น(Reliability)โดยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาและสหสัมพันธ์กับข้อคำถามที่เหลือ (item-remainder coefficients) และยังมีตรวจสอบโดยการหาค่าสหสัมพันธ์กับแบบวัดลักษณะอื่นอีกหลายครั้ง (ทัศนัย วงศ์สุวรรณ. 2544 : 131 ; อ้างอิงจาก Spielberg et al., 1996 : 9-17 ; citing Spielberg. 1994 : 301-302) และจากการวิเคราะห์องค์ประกอบของข้อคำถามในแบบวัดความโกรธแบบลักษณะนั้น สเปียลเบอเกอร์พบว่ามีองค์ประกอบที่สัมพันธ์กันสององค์ประกอบซึ่งเรียกว่านิสัยในการโกรธ (Angry Temperament,T-Anger/T)และปฏิกิริยาของความโกรธ(AngryReaction,T-Anger/R)ข้อคำถามในองค์ประกอบนิสัยในการโกรธจะเป็นความแตกต่างระหว่างบุคคลในนิสัยการแสดงความโกรธโดยไม่มีการเฉพาะเจาะจงสถานการณ์ที่กระตุ้น เช่น ฉันเป็นคนอารมณ์ร้อน ส่วนข้อคำถามในองค์ประกอบปฏิกิริยาของความโกรธจะ

เป็นปฏิกริยาความโกรธต่อสถานการณ์ที่เกี่ยวกับความคับข้องใจหรือการประเมินในทางลบ เช่น จันรู้สึกโกรธมากเมื่อถูกวิจารณ์ต่อหน้าผู้อื่น

ในปี ค.ศ. 1992 เดฟเฟนเบเซอร์(Deffenbacher) ได้ทำการศึกษาที่มหาวิทยาลัยมิชิแกน โดยใช้แบบวัดความโกรธแบบสภาวะ-ลักษณะ เพื่อประเมินความโกรธในแง่มุมต่างๆ พบว่าบุคคลที่มีคะแนนความโกรธแบบลักษณะที่สูงนั้นจะมีความโกรธที่มีความรุนแรง และมีความถี่ในสถานการณ์ที่กระตุ้นแต่ละวันมากกว่าบุคคลที่มีคะแนนความโกรธแบบลักษณะที่ต่ำ และยังพบอีกว่าบุคคลที่มีคะแนนความโกรธแบบลักษณะที่สูง จะมีการทางร่างกายที่สัมพันธ์กับความโกรธบ่อยกว่าประมาณ 2 หรือ 4 เท่าของคนที่มีความโกรธแบบลักษณะที่ต่ำกว่าเมื่อมีการกระตุ้น และมีแนวโน้มที่จะแสดงความโกรธโดยแสดงความโกรธออกมาภายนอกหรือเก็บไว้ภายใน และมีวิธีการจัดการที่สร้างสรรค์และเหมาะสมน้อยกว่า ซึ่งจะเห็นได้จากการแสดงความโกรธออกไปในการใช้คำพูดและท่าทางในลักษณะที่เป็นศัตรู

ต่อมาได้มีการวิจัยเรื่องความโกรธโดยการศึกษาการแสดงออกของความโกรธระหว่างการเก็บความโกรธไว้ภายใน(Anger-In) และการแสดงความโกรธออกภายนอก(Anger-Out) ซึ่งแตกต่างกันทั้งความหมายและวิธีการ โดยสเปียร์เบอเกอร์ได้ให้นิยามการเก็บความโกรธไว้ภายในว่า เป็นสภาวะทางอารมณ์ที่ถูกเก็บไว้ โดยจะมีความรุนแรงที่เปลี่ยนไปตามสภาพแวดล้อมที่กระตุ้น ซึ่งแตกต่างจากความหมายทางจิตวิเคราะห์ที่กล่าวว่าการเก็บความโกรธไว้ภายในเป็นการแสดงความโกรธต่อตนเอง (ทัตไนย วงศ์สุวรรณ. 2544 : 137 ; อ้างอิงจาก Alexander. 1939,1948) ในความหมายของจิตวิเคราะห์ ความรู้สึกโกรธจะส่งผลให้เกิดความรู้สึกผิดและความเศร้า ซึ่งความคิดและความจำเกี่ยวกับสถานการณ์ที่กระตุ้นความโกรธจะถูกเก็บกดไว้โดยไม่รู้สึกตัว ความโกรธที่แสดงออกภายนอก จะเกี่ยวข้องกับการเกิดของความโกรธแบบสภาวะและการแสดงออกทางพฤติกรรมก้าวร้าว การแสดงความโกรธออกภายนอกจะเป็นการแสดงออกทางร่างกาย เช่น การกระแทกประตู ทำลายสิ่งของ ประทุษร้ายผู้อื่นหรืออาจเป็นการแสดงออกทางคำพูด เช่น ตำหนิ ยั่วยุบประมาท หรือการใช้คำหยาบ การแสดงออกทางร่างกายหรือคำพูดนี้จะแสดงออกต่อแหล่งที่กระตุ้นต่อความคับข้องใจ หรือการแสดงออกทางอ้อมต่อบุคคลหรือสิ่งของที่เชื่อมโยงกับสัญลักษณ์ที่เป็นตัวแทนของการกระตุ้นนั้น

สเปียร์เบอเกอร์กล่าวว่าความแปรปรวนของความรู้สึกโกรธและการแสดงความรู้สึกเมื่อมีความโกรธสามารถทำได้โดยการวัดความเข้มของความรู้สึกแบบสภาวะที่เป็นภาวะทางอารมณ์ และความแตกต่างระหว่างบุคคลในความรู้สึกในการแสดงความโกรธแบบสภาวะ โดยแสดงออกทางภายนอก (Anger-Out) เก็บความโกรธไว้ภายใน (Anger-In) หรือการควบคุมความโกรธ ดังนั้นสเปียร์เบอเกอร์และคณะจึงได้พยายามสร้างแบบวัด 2 ขั้วในมิติเดียวกัน(Unidimensional bipolar scale) เพื่อประเมินความโกรธตามนิยามซึ่งขั้นตอนแรกของการสร้างแบบวัดการแสดงความโกรธคือสร้างนิยามของการเก็บความโกรธไว้ภายใน(Anger-In)และการแสดงความโกรธออกภายนอก(Anger-Out) ซึ่งจากงานวิจัยการเก็บความโกรธไว้ภายในเป็นคำที่หมายถึงเมื่อบุคคลมีความรู้สึกโกรธแล้วเก็บไว้ภายในบ่อยเท่าใด จะแตกต่างจากพื้นฐานทางโครงสร้างของจิตวิเคราะห์ที่บอกว่า เป็นความโกรธที่เข้าหาตนเองซึ่งคลุมเครือกว่า และการแสดงออกภายนอกเป็นคำที่หมายถึง เมื่อบุคคลมีความรู้สึกโกรธจะแสดงออกทางพฤติกรรมก้าวร้าวทั้งคำพูดและทางร่างกายบ่อยเท่าใด

วิธีการของสเปียร์เบอเกอร์ตรงข้ามกับวิธีของแฟรงเกนสไตน์และเฮอบริก(Funkenstein & Harburg) เช่นการแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 ประเภท คือการเก็บความโกรธไว้ภายในกับการแสดงความโกรธออกภายนอก ในแบบวัดการแสดงความโกรธนี้ใช้วัดความแตกต่างระหว่างบุคคลในการแสดงความโกรธว่าเก็บความโกรธไว้ภายในหรือแสดงความโกรธออกภายนอก รูปแบบของการให้คะแนนในแบบวัดการแสดงความโกรธจะเหมือนกับวิธีการที่ใช้กับแบบวัดความโกรธแบบลักษณะในแบบวัดความโกรธแบบสภาวะ-ลักษณะ แต่การ

แนะนำวิธีการทำจะแตกต่างกับวิธีประเมินแบบวัดย่อยความโกรธแบบลักษณะ โดยถามผู้ตอบว่า "คุณมีปฏิกิริยาหรือพฤติกรรมในแบบที่บรรยายเมื่อคุณรู้สึกโกรธหรือเดือดดาลบ่อยครั้งเพียงใด" ผู้ตอบจะประเมินตนเองถึงความถี่ที่เกิดขึ้นในระดับต่างกัน เช่น เกือบจะไม่มีเลย มีบ้าง บ่อยครั้ง และเกือบเสมอหรือเป็นประจำ

เนื้อหาของข้อคำถามจะสอดคล้องกับนิยามของการเก็บความโกรธไว้ภายในและการแสดงความโกรธออกภายนอก โดยเนื้อหาของข้อคำถามในแบบวัดการแสดงความโกรธจะอยู่ระหว่างการเก็บความรู้สึกโกรธจนถึงการแสดงออกอย่างมากเมื่อโกรธโดยแสดงออกต่อบุคคลอื่นหรือสิ่งของ ตัวอย่างแบบวัดการแสดงความโกรธ เช่น ข้อคำถามว่า "เมื่อโกรธหรือเดือดดาล.." ถ้าตอบว่า "ฉันเก็บสิ่งต่างๆไว้ภายใน" "ฉันพรั่งพล่านอยู่ภายในแต่ไม่แสดงมันออกมา" แสดงถึงการเก็บความโกรธไว้ภายใน แต่ถ้าตอบว่า "ฉันควบคุมอารมณ์ไม่ได้" "ฉันหุบตื้ออะไรก็ตามที่ทำให้ฉันโกรธ" แสดงถึงการแสดงความโกรธออกภายนอก(ทัศนัย วงศ์สุวรรณ. 2544: 138-139 ; อ้างอิงจาก Spielberg. 1980)

จากแบบวัดดังกล่าวสเปียร์เบอเกอร์พบว่า มีข้อคำถามที่วัดช่วงกลางระหว่างการเก็บความโกรธไว้ภายในและการแสดงความโกรธออกภายนอก 3 ข้อคำถามคือ "ควบคุมอารมณ์ของฉัน" "ฉันทำให้ใจเย็น" และ"ทำให้สงบอย่างรวดเร็ว" ที่รวมอยู่ในแบบวัดการแสดงความโกรธ ซึ่งค่าสหสัมพันธ์ของข้อคำถามเหล่านี้กับข้อคำถามที่เหลือจะมีปานกลางและมีน้ำหนักทั้งในองค์ประกอบการเก็บความโกรธไว้ภายในและการแสดงความโกรธออกภายนอก สเปียร์เบอเกอร์จึงดำเนินการสร้างแบบวัดการควบคุมความโกรธโดยรวบรวมข้อคำถามทั้งหมดที่มีเนื้อหาเหมาะสมโดยใช้ข้อคำถาม 3 ข้อข้างต้นเป็นแนวทาง จากนั้นก็เขียนข้ออื่นๆเพิ่มเติมอีก การสร้างข้อคำถามนี้จะใช้พจนานุกรมและสารานุกรมเพื่อเป็นนิยามของคำว่า ควบคุม(Control) ข้อคำถามใหม่นี้จะถูกนำไปรวมกับแบบวัดการแสดงความโกรธที่มีอยู่เดิมแล้ว โดยสเปียร์เบอเกอร์, คราสเนอร์ และโซโลมอน (Spielberger , Krasner & Solomon. 1988 : 89-108) ได้ศึกษาความเป็นอิสระขององค์ประกอบการควบคุมความโกรธ และประเมินความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบทั้ง 3 องค์ประกอบ คือการเก็บความโกรธไว้ภายใน การแสดงความโกรธออกภายนอก และการควบคุมความโกรธ พบว่า แบบวัดการควบคุมความโกรธมีน้ำหนักในการวัดองค์ประกอบการควบคุมความโกรธและยังพบว่าในแบบวัดการเก็บความโกรธไว้ภายในและการแสดงความโกรธออกภายนอกมีน้ำหนักในการวัดองค์ประกอบที่เหมาะสมในแต่ละแบบวัดอีกด้วย

ต่อมาสเปียร์เบอเกอร์(Spielberger,1988) ได้รวมแบบวัดความโกรธแบบสภาวะ-ลักษณะและการแสดงความโกรธเป็นแบบวัดความโกรธแบบสภาวะ-ลักษณะและการแสดงความโกรธ(The Strait-Trait Anger Expression Inventory, STAXI) ซึ่งเป็นฉบับย่อและใช้วัดประสบการณ์ความรู้สึกโกรธ การแสดงความโกรธ และการควบคุมความโกรธ โดยวัดลักษณะพื้นฐาน 5 มาตรฐานและอีก 2 มาตรฐาน และมีมาตรที่คำนวณจากมาตรการเก็บความโกรธไว้ภายในรวมกับคะแนนการแสดงความโกรธ ลบด้วยคะแนนการควบคุมความโกรธ บวกด้วยตัวเลขคงที่คือ16

ส่วนฟูควาร์ และคณะ (Fuqua and other. 1991 : 439-445) ได้ใช้แบบวัดความโกรธแบบสภาวะ-ลักษณะและการแสดงความโกรธของสเปียร์เบอเกอร์กับนักศึกษามหาวิทยาลัยจำนวน 455คนและวิเคราะห์องค์ประกอบในคำตอบของผู้ตอบ ผลการวิเคราะห์พบว่า องค์ประกอบทั้งหมดประเมินข้อมูลได้เหมาะสมในเครื่องมือและพื้นฐานทางทฤษฎี ซึ่งเป็นการยืนยันโครงสร้างองค์ประกอบในแบบวัดความโกรธแบบสภาวะ-ลักษณะและการแสดงความโกรธ และจากการศึกษาความเป็นอิสระของแต่ละองค์ประกอบ พบว่าในแบบวัดความโกรธแบบลักษณะจะมีน้ำหนักใน 2 องค์ประกอบที่แยกอิสระจากกันคือนิสัยในการโกรธ (T- Anger Temperament) และปฏิกิริยาของความโกรธ (T- Anger Reaction) และ 6 องค์ประกอบแรกจาก 7 องค์ประกอบที่ ฟูควาร์และคณะได้จำแนกออกเป็นความโกรธแบบสภาวะ การควบคุมความโกรธ การเก็บความโกรธไว้ภายใน การแสดงความโกรธออกภายนอก นิสัยในการโกรธและปฏิกิริยาของความโกรธ จะมีน้ำหนักในการวัดแต่ละองค์ประกอบ

อย่างเหมาะสมซึ่งสอดคล้องกับองค์ประกอบที่วัดโดยแบบวัดแบบสภาวะ-ลักษณะ และการแสดงความโกรธ ข้อค้นพบเหล่านี้เป็นการยืนยันโครงสร้างในแต่ละองค์ประกอบของแบบวัดความโกรธแบบสภาวะ-ลักษณะและการแสดงความโกรธอย่างเด่นชัด แสดงถึงองค์ประกอบที่เป็นอิสระจากกันระหว่างประสบการณ์ การแสดงออกของความโกรธและการควบคุมความโกรธ ส่วนองค์ประกอบที่ 7 นั้นฟูว์เกิร์ตและคณะพบว่ามีข้อคำถามบางข้อ เช่น “รู้สึกอยากทำลายสิ่งของ” “รู้สึกอยากทุบโต๊ะ” และ “รู้สึกอยากตีใครบางคน” ถึงแม้มีน้ำหนักมากในองค์ประกอบความโกรธแบบสภาวะแต่อาจมีองค์ประกอบที่ 2 ของความโกรธแบบสภาวะเพราะเนื้อหาของข้อคำถามนั้นดูเหมือนว่าจะเป็นตัวกระตุ้นอย่างแรงต่อการแสดงความโกรธในทางแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวแต่ฟูว์เกิร์ตยังไม่ได้ให้การนิยามปัจจัยนี้

ฟอร์เกส, ฟอร์เกส และสเปียร์เบอเกอร์ (Forgays, Forgays & Spielberger. 1997 : 497-507) ได้ศึกษาเกี่ยวกับลักษณะองค์ประกอบของแบบวัดความโกรธแบบสภาวะ-ลักษณะและการแสดงออกของความโกรธ โดยทำการวิเคราะห์องค์ประกอบจากคำตอบของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยทั้งเพศหญิงและเพศชาย ผลการศึกษาพบว่าการยืนยันใน 6 องค์ประกอบจาก 7 องค์ประกอบ คือความโกรธแบบสภาวะ การควบคุมความโกรธ การเก็บความโกรธไว้ภายใน การแสดงความโกรธออกภายนอก นิสัยในการโกรธและปฏิกิริยาของความโกรธ และมีน้ำหนักในการวัดแต่ละองค์ประกอบอย่างเหมาะสม โดยมีความแตกต่างกันบ้างในบางองค์ประกอบระหว่างเพศหญิงและเพศชาย นอกจากนี้ฟอร์เกสและคณะพบว่ามีข้อคำถามบางข้อมีน้ำหนักมากในองค์ประกอบที่ 7 โดยส่วนใหญ่เป็นข้อคำถามที่มาจากองค์ประกอบความโกรธแบบสภาวะและมักจะมาจากการตอบของเพศหญิง ซึ่งฟอร์เกสเองก็ยังไม่ได้ตั้งชื่อองค์ประกอบนี้

สำหรับแนวทางในการตีความหมายคะแนนของแบบวัดความโกรธแบบสภาวะ-ลักษณะและการแสดงความโกรธนั้น สเปียร์เบอเกอร์(ทัทไนย วงศ์สุวรรณ. 2544 : 143-144 ; อ้างอิงจาก Spielberger. 1988 : 97-104) ได้กล่าวไว้ว่า การแจกแจงของคะแนนแบบวัดความโกรธแบบสภาวะและนิสัยในการโกรธเป็นลักษณะเบ้ขวา ซึ่งทำให้แบบวัดนี้มีอำนาจในการจำแนกที่จำกัดในคำตอบที่มีคะแนนต่ำ แต่อย่างไรก็ตามคะแนนที่ต่ำในแบบวัดอื่นในแบบวัดความโกรธแบบสภาวะ-ลักษณะและการแสดงความโกรธจะให้ข้อมูลที่เป็นประโยชน์เพื่อที่จะเข้าใจกลไกทางบุคลิกภาพของบุคคล บุคคลที่ได้คะแนนต่ำกว่าเปอร์เซนไทล์ที่ 25 ของแบบวัดความโกรธแบบลักษณะ การแสดงความโกรธออกภายนอกและการเก็บความโกรธไว้ภายใน มักจะมีประสบการณ์การแสดงความโกรธหรือเก็บความโกรธเพียงเล็กน้อย อย่างไรก็ตาม ในคะแนนที่ต่ำในแบบวัดเหล่านี้เมื่อคะแนนในแบบวัดการควบคุมความโกรธสูงจะบ่งบอกว่าการใช้การปฏิเสธและเก็บกดเพื่อป้องกันบุคคลจากการรู้สึกโกรธที่ตนไม่สามารถยอมรับได้

แนวทางโดยทั่วไปในการตีความหมายของคะแนนแต่ละแบบวัดของแบบวัดความโกรธแบบสภาวะ-ลักษณะ คะแนนระหว่างเปอร์เซนไทล์ที่ 25 และ 75 เป็นคะแนนในช่วงปกติ คะแนนที่อยู่ใกล้เปอร์เซนไทล์ที่ 75 และ 25 นั้นถึงแม้ว่ามีแนวโน้มต่อการเกิดประสบการณ์ความโกรธค่อนข้างมากก็ตามแต่ไม่แตกต่างเพียงพอที่จะกระตุ้นความผิดปกติทางกายภาพและทางจิตใจ ส่วนบุคคลที่มีคะแนนความโกรธมากกว่าเปอร์เซนไทล์ที่ 75 จะมีประสบการณ์ของความโกรธ การแสดงความโกรธ อยู่ในระดับที่ก่อให้เกิดความผิดปกติได้ และความโกรธของบุคคลเหล่านี้อาจจะมีผลต่อสัมพันธภาพระหว่างบุคคล เกิดความผิดปกติของจิตใจและร่างกายได้ เมื่อมีคะแนนการเก็บความโกรธไว้ภายในสูง มีคะแนนการแสดงความโกรธออกภายนอกต่ำและมีความวิตกกังวลในระดับสูง จะมีผลต่อความดันโลหิตและอาจจะกระตุ้นความดันโลหิตได้

จากการศึกษาข้างต้นสรุปได้ว่าสเปียร์เบอเกอร์ ศึกษาเกี่ยวกับความโกรธใน 2 ลักษณะคือ

1. ประสบการณ์ของความโกรธ(The Experience of Anger) แบ่งเป็น 2 ลักษณะคือความโกรธแบบสภาวะ (State Anger) และความโกรธแบบลักษณะ (Trait Anger) โดยความโกรธแบบลักษณะนี้จะแบ่งเป็น

2 ลักษณะย่อยคือนิสัยในการโกรธ (Angry Temperament) และปฏิกิริยาความโกรธ (Angry Reaction)

2. การแสดงความโกรธ (The Expression of Anger) ซึ่งจำแนกเป็น 3 ลักษณะคือการเก็บความโกรธไว้ภายใน (Anger In) การแสดงความโกรธออกภายนอก (Anger Out) และการควบคุมความโกรธ (Anger Control)

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามวัดพฤติกรรมความโกรธขึ้นโดยศึกษาจากแนวคิดของสเปียร์ลเบอเกอร์และคนอื่นๆ โดยมีนิยามดังนี้

ความโกรธ (Anger) หมายถึง อารมณ์อย่างหนึ่งของมนุษย์ ซึ่งเกิดขึ้นเมื่อบุคคลเกิดความไม่พอใจไม่ได้ในสิ่งที่ตนต้องการหรือคาดหวัง หรือเมื่อถูกขัดขวางความตั้งใจในการกระทำบางอย่างและก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านร่างกายและจิตใจ ระดับความรุนแรงของความโกรธขึ้นอยู่กับสถานการณ์ที่ประสบการณ์ในอดีตและนิสัยของบุคคลนั้น ซึ่งในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยศึกษาใน 2 ลักษณะคือ ประสบการณ์ของความโกรธและการแสดงความโกรธ

1. ประสบการณ์ของความโกรธ (The Experience of Anger) แบ่งเป็น 2 ลักษณะคือ ความโกรธแบบสภาวะและความโกรธแบบลักษณะ

1.1 ความโกรธแบบสภาวะหรือความโกรธที่มีต่อสภาพการณ์ (State Anger) หมายถึง สภาวะทางอารมณ์ที่มีระดับความเข้มข้นต่างกัน จากความหงุดหงิดเพียงเล็กน้อยจนถึงโกรธอย่างรุนแรงและบ้าคลั่ง โดยความเข้มข้นของอารมณ์จะเปลี่ยนไปตามสภาพแวดล้อมที่เผชิญหรือเพื่อตอบสนองต่อสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่งที่เกิดขึ้น เช่น การถูกสบประมาท การรับรู้ว่าคุณไม่ได้รับความยุติธรรมและความคับข้องใจที่ตนไม่สามารถบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้

1.2 ความโกรธแบบลักษณะหรือความโกรธที่เป็นคุณลักษณะส่วนบุคคล (Trait Anger) หมายถึง ลักษณะนิสัยหรือคุณลักษณะประจำตัวของบุคคลนั้น ที่ทำให้บุคคลมีการรับรู้สภาวะความโกรธต่างกันโดยแบ่งเป็น 2 ลักษณะย่อยคือนิสัยในการโกรธและปฏิกิริยาความโกรธ นิสัยในการโกรธ (Angry Temperament) คือนิสัยโดยทั่วไปของบุคคลในการเกิดประสบการณ์ความโกรธและการแสดงความโกรธโดยไม่คำนึงถึงสิ่งที่กระตุ้นเฉพาะเจาะจง ส่วนปฏิกิริยาความโกรธ (Angry Reaction) คือแนวโน้มที่บุคคลจะแสดงความโกรธเมื่อถูกวิพากษ์วิจารณ์ ถูกสบประมาทหรือไม่ได้รับความยุติธรรมจากบุคคลอื่นและการประเมินในทางลบจากผู้อื่น

2. การแสดงความโกรธ (The Expression of Anger) หมายถึง การแสดงความโกรธออกทั้งภาษาถ้อยคำ และ/หรือภาษาท่าทางเพื่อตอบสนองสถานการณ์หรือสิ่งที่ทำให้โกรธโดยจำแนกเป็น 3 ลักษณะคือการเก็บความโกรธไว้ภายใน การแสดงความโกรธออกภายนอก และการควบคุมความโกรธ

2.1 การเก็บความโกรธไว้ภายใน (Anger In) หมายถึง เมื่อบุคคลเกิดความรู้สึกโกรธแล้วบุคคลเก็บความรู้สึกโกรธนั้นไว้ภายในหรือเก็บกอดความรู้สึกโกรธไว้ เช่น เมื่อรู้สึกโกรธจะซุ่นเคืองอยู่ในใจ นิ่งเฉยโดยไม่แสดงความรู้สึกโกรธออกมา ไม่ได้ตอบหรือกล่าวคำพุดใด ๆ

2.2 การแสดงความโกรธออกภายนอก (Anger Out) หมายถึง เมื่อบุคคลเกิดความรู้สึกโกรธแล้วบุคคลแสดงความโกรธออกไปตรงๆ หรือแสดงความโกรธออกไปภายนอกต่อบุคคลอื่นหรือสิ่งของในสภาพแวดล้อม เช่น พุดจาหรือแสดงกิริยาก้าวร้าว ได้เถียง ประชดประชัน เหน็บแนม แสดงท่าทางหงุดหงิด รำคาญ หน้าบึ้งตึง วิพากษ์วิจารณ์ ขว้างปาสิ่งของ ใช้อำกำลังทำร้ายผู้อื่น

2.3 การควบคุมความโกรธ (Anger Control) หมายถึง เมื่อบุคคลเกิดความรู้สึกโกรธแล้วบุคคลพยายามที่จะควบคุมการแสดงความโกรธ เช่น พยายามควบคุมน้ำเสียงให้เป็นปกติพยายามระงับอารมณ์หรือพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม พยายามปรับอารมณ์ของตนเอง โดยพยายามคิดทบทวนหาสาเหตุของความโกรธและแนวทางในการยุติที่เหมาะสม

2. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล

ความวิตกกังวล สภาวะทางอารมณ์อย่างหนึ่งที่มีบทบาทต่อบุคลิกภาพ การพัฒนาการและการปรับตัวของบุคคลอย่างเห็นได้ชัด ทั้งยังเป็นอุปสรรคขัดขวางต่อการดำเนินชีวิตอีกด้วย

2.1. ความหมายของความวิตกกังวล

ฮอลล์ และลินซี (Hall & Linzey. 1970 : 44) กล่าวถึงความวิตกกังวลตามทฤษฎีของ ฟรอยด์ว่า ความวิตกกังวล หมายถึง สภาวะความตึงเครียดเป็นแรงขับ (Drive) คล้ายความหิว หรือความรู้สึกทางเพศ ต่างกันตรงที่ว่าสภาวะดังกล่าวไม่ได้เกิดจากสภาพภายในของ ร่างกาย แต่มีสาเหตุจากภายนอก เมื่อความวิตกกังวลถูกเร้าให้เกิดขึ้น มักจะสร้างแรงจูงใจให้คนต้องทำอะไรบางอย่างเพื่อลดสภาวะดังกล่าว

สเปียร์ลเบอเกอร์ และคนอื่น ๆ (Spielberger and other. 1970 : 177) กล่าวว่าความวิตกกังวลเป็น สภาวะที่บุคคลรู้สึกไม่สบายใจ เป็นทุกข์ หวาดหวั่นตึงเครียดซึ่งมักจะเกิดร่วมกับการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย โดยที่การทำงานของระบบประสาทอัตโนมัติ (Autonomic Nervous System) เพิ่มขึ้น

เกรซ (Grace. 1981 : 10) กล่าวถึงความวิตกกังวล เป็นความรู้สึกหวาดกลัวไม่มีความสุข คาดว่าจะมี บางสิ่งบางอย่างเกิดขึ้นในทางไม่ดี ส่วนใหญ่มักเนื่องมาจากมีสิ่งคุกคามความมั่นคงของบุคคล ซึ่งสอดคล้อง กับแนวคิดของ แมรีเนสส์ (Mareness. 1982 : 86) ที่กล่าวว่า ความวิตกกังวลเป็นความรู้สึกไม่แน่ใจในเคราะห์กรรมที่จะมาถึง ซึ่งเป็นความรู้สึกกลัว หรือความรู้สึก นำเบื้อ นำรำคาญ และไม่มีเหตุที่แท้จริง

สรุปได้ว่าความวิตกกังวล หมายถึง สภาวะอารมณ์ที่จิตใจถูกรบกวนด้วยสถานการณ์ หรือเหตุการณ์ ต่าง ๆ ทำให้มีความตึงเครียดกระวนกระวายใจ ไม่สบายใจ ขาดความมั่นใจ คิดหรือคาดการณ์ล่วงหน้าไปในทางไม่ดี กลัวในสิ่งที่ยังไม่เกิด ซึ่งแสดงออกทางร่างกายและจิตใจ

2.2 ลักษณะของความวิตกกังวล

สเปียร์ลเบอเกอร์(Spielberger.1976 : 487-489)แบ่งลักษณะของความวิตกกังวลออกเป็น2ประเภทคือ

1. ความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัว (Trait Anxiety or A-Trait) คือความวิตกกังวล

ที่เป็นลักษณะประจำตัวของแต่ละบุคคล เป็นลักษณะที่ค่อนข้างจะคงที่ และจะไม่ปรากฏออกมาในลักษณะ พฤติกรรมโดยตรง แต่จะเป็นตัวเสริมหรือตัวประกอบของความวิตกกังวลที่มีต่อสภาพการณ์ โดยเมื่อมีสิ่งเร้า ที่ไม่พึงพอใจหรือเป็นอันตรายมากระตุ้น บุคคลที่มีความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัวค่อนข้างสูง จะรับรู้ สิ่งเร้าที่ทำให้เกิดความไม่พึงพอใจ หรืออันตรายได้เร็วกว่าผู้ที่มีความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัวต่ำกว่า นอกจากนี้ระดับความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัวที่มีอยู่สูงกว่าจะเป็นตัวเสริม หรือไปประกอบความ วิตกกังวลที่มีต่อสภาพการณ์ให้มีความรุนแรง และจะมีระยะเวลาเกิดนานมากกว่าบุคคลที่มีความวิตกกังวลที่ เป็นลักษณะประจำตัวต่ำกว่า

2. ความวิตกกังวลที่มีต่อสภาพการณ์ (State Anxiety or A-State) คือความวิตกกังวลที่เกิดขึ้น เพื่อ ตอบสนองต่อสถานการณ์เฉพาะอย่างที่เกิดขึ้นทันทีทันใดนั้น โดยเมื่อมีสิ่งใดที่จะทำให้เกิดความไม่พึงพอใจ หรือเกิดอันตรายมากระตุ้น บุคคลจะแสดงพฤติกรรมโต้ตอบที่สามารถสังเกตเห็นได้ ในช่วงเวลาที่ถูกกระตุ้น นั้น เป็นภาวะที่บุคคลรู้สึกตึงเครียด หวาดหวั่น กระวนกระวาย ระบบประสาทการทำงานของระบบประสาท อัตโนมัติตื่นตัวสูง ซึ่งความรุนแรงและระยะเวลาเกิดขึ้น จะแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับ ลักษณะความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัว และประสบการณ์ในอดีตของแต่ละบุคคล

2.3 สาเหตุของความวิตกกังวล

ความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นกับบุคคล มีสาเหตุและความรุนแรงแตกต่างกัน มีผู้ศึกษาสาเหตุของความวิตกกังวลไว้หลายคน ดังเช่น บาคราซ (มุสตี หนังสือ. 2542 : 47-48 ; อ้างอิงจาก Bachrach. 1980 : 382) กล่าวถึงสาเหตุของความวิตกกังวล พอสรุปได้ดังนี้

1) สาเหตุทางจิตใจ ความวิตกกังวลเกิดมาจากการขาดความความรัก ความอบอุ่นทางจิตใจตั้งแต่วัยทารก การขาดการสนองตอบทางจิตใจในวัยแรก ๆ ของชีวิตจะเป็นตัวกระตุ้นให้เกิดความวิตกกังวลได้ง่ายในภายหลัง ซึ่งแนวความคิดนี้สอดคล้องกับวัตสัน (Watson. 1984 : 72) ที่กล่าวถึงสาเหตุของความวิตกกังวลว่าเกิดจากความรู้สึกขัดแย้งในใจ (Conflict) ภาวะเครียด (Stress) ความไม่แน่ใจ (Uncertainty) ความรู้สึกผิด (Guilt) หรือจากการที่แรงขับ หรือความปรารถนาไม่ได้รับการตอบสนองมาตั้งแต่วัยเด็ก

2) สาเหตุทางสังคมและวัฒนธรรม ปัจจัยทางด้านชนบทรรมนิยม ประเพณี ลัทธิการเมือง มีผลต่อการพัฒนาของมนุษย์ตั้งแต่วัยเด็ก เพราะสังคมและวัฒนธรรมจะถูกถ่ายทอดจากผู้เลี้ยงไปสู่เด็ก เมื่อเกิดปัญหาต่าง ๆ ขึ้น เช่น ปัญหาอาชญากรรม ปัญหาการว่างงาน ความแตกร้างในครอบครัว การขาดความช่วยเหลือที่ดีต่อกันในสังคมสิ่งเหล่านี้จะคุกคามจิตใจผู้เลี้ยงดูเด็กและถ่ายทอดไปยังเด็กได้ทั้งสิ้นจึงทำให้เกิดความวิตกกังวลในเด็ก

3) อายุ พัฒนาการในแต่ละวัยจะส่งเสริมให้เกิดความวิตกกังวลได้

ปาหนัน บุญหลง (2534 : 166-177) ได้แบ่งสาเหตุของความวิตกกังวลออกเป็น 2 ประเภทใหญ่ ๆ คือ

1. การคุกคามใดๆก็ตาม ที่คุกคามความปลอดภัยของแต่ละบุคคลจะทำให้บุคคลนั้น เกิดความวิตกกังวล

2. การสื่อถึงกันของความวิตกกังวล ความวิตกกังวลเมื่อเกิดขึ้นกับผู้ใดแล้วจะสามารถถ่ายทอดไปยังผู้อื่น ที่ติดต่อสัมพันธ์กันในขณะนั้นได้ เช่น จากมารดาไปสู่บุตร จากผู้ป่วยไปสู่พยาบาล หรือจากพยาบาลไปสู่ผู้ป่วย เป็นต้น เป็นสาเหตุที่พบได้กับบุคคลที่มีการสื่อสารกันหรือมีปฏิสัมพันธ์กันอย่างใกล้ชิด ความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นจากการสื่อถึงกันวันนี้ จะไม่รุนแรงเท่ากับสาเหตุจากการคุกคามความปลอดภัย

จะเห็นได้ว่าความวิตกกังวลในแต่ละบุคคลในแต่ละสถานการณ์ อาจเกิดจากสาเหตุเพียงอย่างเดียวหรือหลายสาเหตุประกอบกัน การที่บุคคลรู้สึกถูกคุกคามทางจิตใจและความปลอดภัยเมื่อมีสิ่งคุกคามเกิดขึ้นจะทำให้บุคคลนั้นเกิดความคับข้องใจ ความรู้สึกขัดแย้งในใจ ความโกรธและความเครียด ความเจ็บป่วย ซึ่งบุคคลรับรู้สาเหตุอย่างแท้จริงก็ย่อมจะหาทางแก้ไขปัญหานั้นได้ ซึ่งจะทำให้ความวิตกกังวลลดลงอยู่ในระดับที่จะทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ

2.4 ผลของความวิตกกังวล

ความวิตกกังวลที่มีผลต่อบุคคลทั้งทางด้านร่างกาย ความคิด และพฤติกรรมซึ่งพอสรุปผลของความวิตกกังวลดังนี้

จำเริญ พันธุ์พารา (2534 : 17) สรุปว่าความวิตกกังวลก่อให้เกิดผลดังนี้

1. ผลของการเปลี่ยนแปลงทางด้านชีวเคมีและสรีระวิทยา

1.1 มีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นที่ระบบประสาท ซึ่งมีผลทำให้กล้ามเนื้อหดตัว เกร็ง เติริ่มสู้หรือถอยหนี

1.2 มีการเปลี่ยนแปลงทางด้านเคมี ในภาวะวิตกกังวล ฮอร์โมนต่าง ๆ จะถูกขับออกมาสู่กระแสเลือดมากขึ้น ซึ่งฮอร์โมนที่ถูกขับออกมานั้นมีหน้าที่ควบคุมความสมดุลของเกลือแร่ต่างๆ ในร่างกาย การเผาผลาญอาหาร และมีผลต่อระบบกล้ามเนื้อ

1.3 มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านสรีระวิทยา การเปลี่ยนแปลงนั้นขึ้นอยู่กับระดับความวิตกกังวล โดยทั่วไประดับของความวิตกกังวลเล็กน้อยและระดับปานกลางจะเพิ่มการทำงานของระบบต่าง ๆ ในร่างกาย แต่ถ้ามีระดับความวิตกกังวลในระดับรุนแรงที่สุดแล้วจะทำให้ระบบต่าง ๆ หยุดทำงานได้เช่นกัน

2. ผลการเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ ความกังวลทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกหวาดหวั่น เกิดความตึงเครียดและความกลัวซึ่งอาจแสดงออกมาในรูปแบบต่าง ๆ เช่น ตกใจง่าย หงุดหงิด โกรธ เสียใจ โศกเศร้า เหนื่อยง่าย กระสับกระส่าย

3. ผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านความคิด ความจำและการรับรู้ ได้แก่ สมองง่าย ประสิทธิภาพในการจำลอง ระบบความคิดถูกรบกวน เช่น สับสน ย้ำคิดย้ำทำ ตัดสินใจช้า ความคิดคับแคบและไม่ยืดหยุ่นในการแก้ปัญหา ความสนใจลดลง ขาดสมาธิ การรับรู้ผิดพลาด บุคคลที่มีความวิตกกังวลมีแนวโน้มที่จะคิดไปในทางลดคุณค่าของตนเอง

4. พฤติกรรมการแสดงออก จำแนกได้ 4 กลุ่มใหญ่ คือ

4.1 พฤติกรรมที่แสดงความรู้สึกภายในออกมาทั้งอย่างเปิดเผยและอย่างซ่อนเร้นเช่นความหงุดหงิด โมโหง่าย กระสับกระส่ายอยู่ไม่นิ่ง ความรู้สึกขุ่นเคืองไม่เป็นมิตร เป็นต้น ร่างกายทำให้ความสามารถในการกระทำสิ่งต่าง ๆ น้อยลง

4.2 พฤติกรรมที่เบนความสนใจจากภาวะวิตกกังวลไปสู่อาการป่วยทางร่างกาย ทำให้ความสามารถในการกระทำสิ่งต่าง ๆ น้อยลง

เดฟเฟนเบเชอร์ และ ซุน (มุสตี หนังสือ. 2542 : 49 ; อ้างอิงจาก Deffenbacher & Suinn. 1982 : 391-442) สรุปผลของความวิตกกังวลเป็น 3 ลักษณะ ได้แก่

1. ความวิตกกังวลมีผลต่อการแสดงออก ทางความรู้สึกและสรีระ ทำให้บุคคลเกิดความหวาดหวั่น ความตึงเครียด ความกลัว ร่วมกับความตื่นตัวของกลไกต่าง ๆ ทางร่างกาย

2. ผลต่อการแสดงออกทางความคิดเช่นทำให้ประสิทธิภาพในการจำลอง ระดับความคิดชะงักงัน คือ คิดแคบและไม่ยืดหยุ่นในการแก้ปัญหา ขาดสมาธิเกิดความหมกมุ่น หรือย้ำคิด เป็นต้น

3. ผลต่อการแสดงออกด้านพฤติกรรม ความเจ็บป่วยทางกาย เช่น ตึงเครียด กล้ามเนื้อ ปวดคอ ปวดไหล่ มือสั่น ทำให้ความสามารถในการกระทำสิ่งต่าง ๆ ต้อยลง และเกิดพฤติกรรมหลักหนีแบบต่าง ๆ ตามมา เพื่อนำตนเองออกจากสถานการณ์ที่ไม่พึงพอใจ

นอกจากนี้ ซุง (Zung. 1971 : 371-372) ได้กล่าวถึง ผลของความวิตกกังวลที่มีต่อร่างกายและจิตใจ สรุปได้ดังนี้

1. อาการทางร่างกายส่งผลต่อระบบการทำงานส่วนต่างๆ ของร่างกายทำให้ใจสั่น วิงเวียน ปวดศีรษะ เป็นลม คลื่นไส้ อาเจียน เบื่ออาหาร หน้าแดง หรือหน้าซีด มือสั่น นอนไม่หลับ ถ่ายปัสสาวะจะบ่อยหรือกลั้นปัสสาวะไม่อยู่ หรืออาจท้องเดิน เป็นต้น

2. อาการทางอารมณ์ ได้แก่ หลงลืมง่าย ขาดสมาธิ ความไม่สบายใจ กังวลใจ กลัวอย่างไม่มีเหตุผล ตกใจง่าย คาดคิดถึงอันตรายเป็นต่าง ๆ ที่ยังไม่เกิดขึ้น จิตใจไม่สงบหรืออาจกลัวความตาย

สุวณีย์ ตันติพัฒนานันต์ (2522 : 127) กล่าวถึงผลของความวิตกกังวล ที่มีต่อพฤติกรรมการแสดงออก เมื่อเกิดความวิตกกังวลว่า พฤติกรรมที่เห็นได้บ่อยคือหงุดหงิด โมโหง่าย การบ่นจู้จี้ ไม่อดทนและพฤติกรรมดังกล่าวก็อาจก่อให้เกิดความโกรธตามมาดังที่ จำลอง เงินดี (2519 : 66-67) กล่าวถึงความสัมพันธ์ของความโกรธและความวิตกกังวลไว้ สรุปได้ว่า บุคคลที่มีความโกรธช้ำก็จะมี ความวิตกกังวลต่ำ ส่วนบุคคลที่มีความไวในการโกรธ ก็จะมี ความวิตกกังวลสูง

จากแนวคิดดังกล่าวสรุปได้ว่า ความวิตกกังวลส่งผลกระทบต่อบุคคลทั้งด้านร่างกาย ความคิดและพฤติกรรม ซึ่งพฤติกรรมอย่างหนึ่ง que แสดงออกมากก็คือการแสดง ความโกรธ และบุคคลที่มีความไวในการโกรธก็ มักจะมีความวิตกกังวลสูง แสดงว่าพฤติกรรมความโกรธและความวิตกกังวลอาจมีความสัมพันธ์กันในทางใด ทางหนึ่ง

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามวัดบุคลิกภาพความวิตกกังวลขึ้นตามคำนิยามความ วิตกกังวลของ จีระ เจริญสุขวิมล (2527) ดังนี้

บุคลิกภาพด้านความวิตกกังวล หมายถึง คุณลักษณะของนักเรียนที่มีความกระวนกระวายใจ ความไม่สบายใจ ความหวาดระแวงใจต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง que นักเรียนมีส่วนร่วมเกี่ยวข้อง ซึ่งแยกออกเป็นด้านต่างๆ 7 ด้านด้วยกันคือ

1. ความวิตกกังวลเกี่ยวกับครอบครัว หมายถึง ความกระวนกระวายใจ ความไม่สบายใจ ความหวาดระแวงใจต่อครอบครัว ซึ่งเป็นเรื่องเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูเอาใจใส่ การให้ความรักความสนใจของบิดา มารดา ซึ่งวัดได้โดยใช้แบบสอบถามวัดบุคลิกภาพด้านความวิตกกังวลเกี่ยวกับครอบครัว

2. ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการคบเพื่อน หมายถึง ความกระวนกระวายใจ ความไม่สบายใจ ความหวาดระแวงใจต่อการคบเพื่อน การเข้าร่วมกิจกรรมกับเพื่อน ซึ่งอาจจะเป็นเพื่อนเพศเดียวกัน หรือ ต่างเพศกัน ซึ่งวัดได้โดยใช้แบบสอบถามวัดบุคลิกภาพด้านความวิตกกังวลเกี่ยวกับเพื่อน

3. ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเรียน หมายถึง ความกระวนกระวายใจ ความไม่สบายใจ ความหวาดระแวงใจ เกี่ยวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน การสอนของครู การวัดผลและประเมินผล การศึกษาต่อ ซึ่งวัดได้โดยใช้แบบสอบถามวัดบุคลิกภาพด้านความวิตกกังวลเกี่ยวกับด้านการเรียน

4. ความวิตกกังวลเกี่ยวกับสุขภาพร่างกาย หมายถึง ความกระวนกระวายใจ ความไม่สบายใจ ความหวาดระแวงใจ เกี่ยวกับสุขภาพซึ่งได้แก่ โรคประจำตัวหรือความพิการที่ติดมาตั้งแต่กำเนิด ซึ่งวัดได้ โดยใช้แบบสอบถามวัดบุคลิกภาพด้านความวิตกกังวลเกี่ยวกับสุขภาพร่างกาย

5. ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเงิน หมายถึง ความกระวนกระวายใจ ความไม่สบายใจ ความหวาดระแวงใจ เกี่ยวกับการใช้จ่ายเงิน ซึ่งวัดได้โดยใช้แบบสอบถามวัดบุคลิกภาพด้านความวิตกกังวล เกี่ยวกับด้านการเงิน

6. ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรม หมายถึง ความกระวนกระวายใจ ความไม่สบายใจ ความหวาดระแวงใจ เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรม การแต่งกาย การดนตรี การแสดง ความเคารพซึ่งวัดได้โดยใช้แบบสอบถามวัดบุคลิกภาพด้านความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลง ทางวัฒนธรรม

7. ความวิตกกังวลเกี่ยวกับศาสนา หมายถึง ความกระวนกระวายใจ ความไม่สบายใจ ความหวาดระแวงใจ เกี่ยวกับการที่ต้องได้รับบาปในกรณีที่ไม่ปฏิบัติตามกฎของศาสนาอย่างเคร่งครัด ซึ่งวัดได้ โดยใช้แบบสอบถามวัดบุคลิกภาพด้านความวิตกกังวลเกี่ยวกับศาสนา

3. เอกสารที่เกี่ยวข้องกับความเครียด

3.1 ความหมายของความเครียด

ความเครียด(Stress) เป็นคำที่มาจากภาษาละตินว่า Strietus หรือ Stric หมายถึงความกดดันในชีวิตประจำวันทำให้มีความรู้สึกไม่สบายใจ เป็นภาวะที่ทำให้เกิดความวุ่นวายทางจิตใจ ทำให้บุคคลนั้นๆเสียความสมดุลของตนเองซึ่งเป็นแรงผลักดันให้มีพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไป (Webster. 1976 : 1861)

เซลเย (Selye. 1956 : 54) บิดาแห่งทฤษฎีเกี่ยวกับความเครียดได้ให้ความหมายว่าความเครียดเป็นภาวะที่ร่างกายและจิตใจมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งที่มาคุกคามหรือสิ่งเร้าทั้งหลายที่มากระตุ้นทั้งจากภายในและภายนอกร่างกาย ซึ่งคุกคามหรือขัดขวางการทำงาน การเจริญเติบโต ความต้องการของบุคคล เป็นผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงเกี่ยวกับโครงสร้างและปฏิกิริยาเคมีภายในร่างกาย เพื่อต่อต้านการคุกคามนั้น ทำให้ร่างกายและจิตใจขาดความสมดุล ซึ่งจะแสดงให้เห็นโดยมีกลุ่มอาการทางร่างกายที่มีลักษณะไม่เฉพาะเจาะจง

ลักแมนน์ และโซเรนสัน (Luckmann & Sorensen. 1987 : 31) กล่าวว่าความเครียดเป็นส่วนหนึ่งที่เกิดขึ้นในชีวิตของบุคคล เนื่องจากมีสิ่งที่มาคุกคามจะมากหรือน้อยก็ตาม จนทำให้ร่างกายไม่สามารถปรับตัวได้ ความเครียดได้รับอิทธิพลจากสิ่งแวดล้อมภายในและภายนอกตัวบุคคลซึ่งรบกวนความต้องการขั้นพื้นฐานหรือรบกวนภาวะสมดุลทางร่างกายหรือจิตใจของบุคคล

จอห์นสัน (Johnson. 1990 : 243-245) กล่าวว่า ความเครียดหมายถึงการตอบสนองของร่างกายโดยทั่วไป หรือไม่เฉพาะเจาะจง ซึ่งเป็นสัญญาณเตือนให้รู้ถึงความจำเป็นที่จะต้องมีการปรับเปลี่ยนให้เกิดความเหมาะสม เพื่อที่จะกลับสู่ภาวะปกติ และความเครียดในระดับสูงอาจก่อให้เกิดปัญหาทางด้านร่างกาย เช่น ปวดศีรษะ ปวดกล้ามเนื้อ

กองสุขภาพจิต กรมการแพทย์ (2533 : 2) ให้ความหมายของความเครียดว่า ความเครียดคือการที่จิตใจของบุคคลตื่นตัว เตรียมพร้อมที่จะเผชิญกับปัญหาหรือความกดดันอย่างใดอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้น ซึ่งบุคคลคาดว่าจะเป็นเรื่องยาก เรื่องที่ไม่มั่นใจ หรือเรื่องที่มีความสำคัญอย่างมากต่อบุคคล ซึ่งบุคคลจะต้องทุ่มเทกำลังกายกำลังใจทั้งหมดที่มีอยู่เข้าแก้ไขหรือเข้าต่อสู้กับปัญหานั้นๆ

จิราภรณ์ ไชยสิทธิ์ (2543 : 10) กล่าวถึงความเครียดว่า ความเครียดหมายถึงกลุ่มอาการที่ร่างกายและจิตใจขาดสภาวะสมดุล ซึ่งอาจจะเกิดจากสภาวะที่เปลี่ยนแปลงไป ทำให้เกิดปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งที่เปลี่ยนแปลงนั้น เป็นผลทำให้ร่างกายและจิตใจปรับตัวเพื่อให้อยู่ในภาวะสมดุล

สร้อยศรี อนันต์ประเสริฐ (2544 : 13) กล่าวสรุปถึงความเครียดว่า ความเครียดหมายถึง ภาวะที่ร่างกายและจิตใจมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งเร้าหรือสิ่งที่มากระตุ้นทั้งจากภายในและภายนอกร่างกาย ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างและปฏิกิริยาเคมีภายในร่างกาย และทำให้ร่างกายและจิตใจขาดความสมดุล โดยจะแสดงอาการต่างๆออกทางร่างกายที่มีลักษณะไม่เฉพาะเจาะจง ซึ่งเป็นสัญญาณเตือนให้ร่างกายจะต้องมีการปรับเปลี่ยนให้เกิดภาวะสมดุล

จากความหมายต่างๆที่กล่าวข้างต้นทำให้พอจะสรุปความหมายของความเครียดได้ดังนี้

“ ความเครียด หมายถึง สภาวะที่ร่างกายและจิตใจมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่มากระตุ้นทำให้เกิดความเปลี่ยนแปลงโครงสร้างและปฏิกิริยาเคมีภายในร่างกาย ทำให้ร่างกายและจิตใจขาดความสมดุลจึงแสดงอาการต่างๆออกมา ซึ่งเป็นสัญญาณเตือนให้ร่างกายต้องมีการปรับเปลี่ยนเพื่อให้เกิดภาวะสมดุล ”

3.2 สาเหตุของความเครียด

วอลเลซ (Wallace, 1978 : 457-458) ได้แบ่งสาเหตุของความเครียดออกเป็น 2 กลุ่มคือ

1. สาเหตุจากภายนอก (Exogenous stress) เป็นความเครียดที่มักจะมีปัญหาจากความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล แยกออกเป็น สาเหตุจากครอบครัว สาเหตุจากที่ทำงาน และสาเหตุอื่นๆที่เกี่ยวข้องกับคนเช่น ความขัดแย้งทางความคิด ความสนใจ

2. สาเหตุจากภายใน (Endogenous stress) ได้แก่ความเจ็บป่วย ความจำ ความคิด ความรู้สึก ความคาดหวัง เป็นต้น

ฟาร์เมอร์ และคณะ (Farmer et al. 1984 : 20-24) ได้แบ่งสาเหตุของความเครียดไว้ดังนี้

1. สาเหตุจากตัวบุคคล (Personal Source) เป็นสาเหตุที่สัมพันธ์กับวิถีชีวิตของบุคคล ได้แก่โครงสร้างทางบุคลิกภาพ ประสบการณ์ในชีวิต อัตมโนทัศน์(Self - Concept) สุขภาพและอื่นๆ

2. สาเหตุจากการเงิน (Financial Source) เป็นสาเหตุที่เกี่ยวกับเศรษฐกิจ เช่น สถานภาพทางการเงิน ความสามารถในการจัดหาปัจจัย 4 รวมถึงการรับรู้ของบุคคลเกี่ยวกับสถานภาพทางการเงินที่ควรจะเป็น

3. สาเหตุจากสัมพันธภาพ (Relational Source) หมายถึงสาเหตุที่เป็นผลมาจากการพบปะสังสรรค์ (Interaction) กับคณะ เช่นครอบครัว เพื่อนบ้าน คู่สมรส และเพื่อน

4. สาเหตุจากอาชีพการงาน (Occupational Source) เป็นสาเหตุที่สัมพันธ์กับประสบการณ์ในการทำงาน และการดำเนินชีวิต ซึ่งหมายถึงความรู้สึกและประสบการณ์ในอาชีพปัจจุบันรวมทั้งความคาดหวังในอนาคตด้วย

ซูทิดย์ ปานปรีชา (2529 : 486-488) ได้กล่าวถึงสาเหตุของความเครียดไว้หลายประการ ดังนี้

1. สาเหตุภายใน หมายถึง ความเครียดที่เกิดจากสาเหตุหรือปัจจัยต่างๆที่มาจากตัวคน แบ่งได้เป็น 2 ชนิดคือ

1.1 สาเหตุจากร่างกาย เป็นภาวะบางอย่างที่ทำให้เกิดความเครียดเนื่องจากร่างกายและจิตใจเป็นสิ่งที่แยกจากกันไม่ได้ เมื่อส่วนหนึ่งส่วนใดชำรุดหรือเจ็บป่วยจะทำให้อีกส่วนหนึ่งชำรุดหรือเจ็บป่วยไปด้วยเช่น

- ความเมื่อยล้าทางร่างกายเป็นสภาพของร่างกายที่ไม่สมบูรณ์แข็งแรงหรือได้ผ่านการทำงานมาแล้วอย่างหนักและนาน

- ร่างกายได้รับการพักผ่อนไม่เพียงพอ เป็นสภาพของร่างกายที่เกิดจากการตรากตรำทำงาน ติดต่อกันนาน

- รับประทานอาหารไม่เพียงพอ ไม่ถูกสุขลักษณะทำให้ร่างกายทิว น้ำตาลในเลือดต่ำ ร่างกายขาดวิตามินและเกลือแร่ ทำให้ร่างกายอ่อนเพลีย เกิดความเครียดได้

- ความเจ็บป่วยทางร่างกาย เช่น มีโรคประจำตัว ได้รับการผ่าตัดใหม่ ทำให้ไม่ค่อยอยากอาหาร เนื้อเยื่อของอวัยวะที่ป่วยถูกทำลายหรือทำงานไม่ดี เสียน้ำและเสียเลือดเป็นผลทำให้ร่างกายอ่อนเพลีย

- ภาวะติดสุราและยาเสพติด สุราและยาเสพติดไปกดประสาททำให้ร่างกายต้องใช้พลังงานมากเป็นผลทำให้ร่างกายอ่อนเพลียและอ่อนแอมากขึ้น

1.2 สาเหตุทางจิตใจ สภาพจิตใจบางอย่างก่อให้เกิดความเครียดได้คือ

- อารมณ์ไม่ดีทุกชนิด ได้แก่ ความกลัว ความวิตกกังวล ความโกรธ ความเศร้า อารมณ์ดังกล่าวก่อให้เกิดความทุกข์ใจ ไม่สบายใจ ความรู้สึกทั้งหมดนี้ทำให้เกิดความเครียดได้

- ความคับข้องใจ เป็นภาวะของจิตใจที่เกิดขึ้นเมื่อความต้องการถูกขัดขวาง ทำให้มีปัญหาคือต้องเผชิญ เกิดความรู้สึกไม่พอใจ โกรธ วิตกกังวล จิตใจเหมือนถูกบีบคั้นเกิดความเครียดขึ้นมาได้

- บุคลิกภาพบางประการที่ทำให้เกิดความเครียดได้คือ เป็นคนจริงจังกับชีวิต เจ้าระเบียบ มีมาตรฐานในการดำเนินชีวิตสูงเป็นคนใจร้อนรุนแรงก้าวร้าว ควบคุมอารมณ์ไม่อยู่อารมณ์เปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายด้วยทำให้เกิดความเครียดได้ง่าย หรือเป็นคนที่ต้องพึ่งพาผู้อื่น ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่กล้าตัดสินใจ ไม่กล้าทำอะไรด้วยตนเอง ต้องอาศัยความคิด คำแนะนำและกำลังใจจากผู้อื่น ทำให้มีความวิตกกังวล มองอนาคตด้วยความหวาดหวั่นอยู่เสมอจึงเกิดความเครียดเป็นประจำ

2. สาเหตุภายนอก หมายถึงปัจจัยต่างๆ นอกตัวคน ที่เป็นสาเหตุให้เกิดความเครียด ได้แก่

2.1 การสูญเสียสิ่งที่รัก เช่น การสูญเสียคนรัก ของรัก ทรัพย์สิน หน้าที่การงาน ดกงาน

2.2 การเปลี่ยนแปลงในชีวิต พบว่าในระยะหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต การเปลี่ยนแปลงโดยกระทันหัน ไม่คาดคิดหรือไม่ได้เตรียมตัวมาก่อน ทำให้บุคคลมีจิตใจแปรปรวนแปรทำให้เกิดความเครียดไม่มากนัก

2.3 ภัยอันตรายต่างๆ ที่คุกคามชีวิตและทรัพย์สิน

2.4 ทำงานชนิดที่ทำให้เกิดความเครียด เช่น ขาดความปลอดภัยในที่ทำงาน งานเสี่ยงอันตราย

2.5 ภาวะเศรษฐกิจตกต่ำ ยากจน เป็นหนี้สิน

2.6 สภาพของสังคมเมือง ที่ต้องมีการแก่งแย่งชิงดีชิงเด่น ชีวิตครอบครัวที่ไม่อบอุ่น

กองสุขภาพจิต กรมการแพทย์ (2533 : 2) ได้แบ่งสาเหตุของความเครียดไว้ดังนี้

1. ความกดดันภายนอก เช่น เรื่องงาน เรื่องเงิน เรื่องภายในครอบครัวหรือที่อยู่อาศัยซึ่งเป็นสาเหตุทำให้รู้สึกไม่สบายใจ

2. ความขัดแย้งภายในจิตใจ เช่นความรู้สึกไม่สบายใจที่เกิดจากความรู้สึกไม่สมหวัง ความสูญเสีย ความขัดแย้งในใจ

3. ความทุกข์ทรมานจากความเจ็บป่วยทางร่างกาย

จากสาเหตุของความเครียดที่นักวิชาการต่างๆ ได้กล่าวมาข้างต้นพอจะสรุปได้ว่าความเครียดเกิดขึ้นได้จากสาเหตุหลายประการ และมีความแตกต่างกันในแต่ละบุคคล หรือแม้จะเกิดจากสาเหตุเดียวกันแต่อาจมีความรุนแรงไม่เท่ากัน ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับบุคคลนั้นเช่น พื้นฐานทางด้านจิตใจ อารมณ์ สังคม วัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อม และยังขึ้นอยู่กับระดับความมากน้อยของสิ่งที่มากระตุ้นอีกด้วย

3.3 อาการของความเครียด

เมื่อมีความเครียดเกิดขึ้นร่างกายจะมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อความเครียดที่มากระทบ โดยจะแสดงออกมาในลักษณะอาการต่างๆ โดยมีผู้กล่าวไว้หลายท่านดังนี้

สันต์ หัตถิรัตน์ (2534 : 36) ได้สรุปอาการของการแสดงอาการของความเครียดไว้ดังนี้คือ หน้ามืดเป็นลม เช่น ตื่นเต้นตกใจจนเป็นลม หน้าซีดหรือหน้าแดง เช่น โกรธจนหน้าแดง ใจเต้น ใจสั่น รู้สึกว่าใจเต้นแรง ปวดหรือมีนศีรษะ มือเท้าเย็นอาจมีเหงื่อออกตามมือตามเท้าเวลาประหม่าอายุ หงุดหงิดง่าย โมโหง่าย หรือหาเรื่องผู้อื่น โดยไม่สมควร นอนไม่หลับ หรือหลับแล้วตื่นบ่อย ผื่นร้าย เบื่ออาหารหรือกินมากเกินไป ปวดท้อง ท้องเสีย ท้องผูก บัสสาวะบ่อย อ่อนเพลีย ไม่มีแรง เบื่อหน่าย ท้อถอย หายใจไม่สะดวก มือเท้าเกร็งหรือชา

พรพรรณ ทพยประภา (2529 : 39-40) ได้กล่าวถึงสัญญาณการแสดงอาการของความเครียดทั้งทางกายและทางจิตใจสรุปได้ดังนี้ สัญญาณแสดงอาการของความเครียดทางกายคือ น้ำหนักตัวลดหรือเพิ่มขึ้นจนผิดปกติ ความดันโลหิตสูงเกินไป เบื่อหรืออยากอาหารมากเกินไป เจ็บหรือเสียวหน้าอกเป็นประจำ ท้องร่วงหรือท้องผูกเป็นประจำ นอนไม่หลับ ชอบละเมอหรือฝันร้ายเป็นประจำ รู้สึกเหน็ดเหนื่อยหรืออ่อนเพลียมากเกินไปทั้งที่ไม่ได้ทำอะไรมาก ปวดศีรษะข้างเดียวบ่อย กินยาแก้ปวดหรือยาบางอย่างทุกวันโดยไม่จำเป็น หายใจขัดๆหรือหายใจไม่สะดวก เป็นลมหรือคลื่นไส้อาเจียนได้ง่ายรู้สึกอึดอัดทั้งๆที่ไม่ได้รับประทานอาหาร ร้องไห้โดยไม่มี

เหตุอันควร มีปัญหาทางเพศอยู่เป็นประจำ กระสับกระส่ายร้อนรนอยู่เป็นประจำ โดยเมื่อตรวจสอบสัญญาณทางกายเหล่านี้แล้ว พบว่ามีอาการเหล่านี้อยู่เป็นประจำมากกว่า 2 อย่างขึ้นไป แสดงว่ามีแนวโน้มที่จะมีปัญหาเกี่ยวกับความเครียดทางด้านร่างกายเกิดขึ้น

ส่วนสัญญาณแสดงถึงความเครียดทางจิตใจมีดังนี้คือ รู้สึกหงุดหงิดกระสับกระส่ายอยู่เป็นประจำ เบื่ออาหารหรือรำคาญคนในครอบครัวหรือเพื่อนร่วมงานโดยไม่มีเหตุอันควร เบื่อชีวิต ท้อแท้ หมดอาลัยตายอยากในชีวิต ทนต่อปัญหาต่างๆในชีวิตไม่ได้ กลัวจะเป็นโรคมะเร็งหรือโรคหัวใจต่างๆที่ไม่ได้เป็น กลัวความตายของตนเองหรือคนที่ตนรัก เก็บกดความโกรธเอาไว้เป็นเวลานานเกินสมควร ไร้อารมณ์ขันโดยสิ้นเชิง รู้สึกว่าตนเองไร้ค่า รู้สึกผิดหวังขมขื่น วิตกกังวลแต่เรื่องเงิน กลัววันหยุดสุดสัปดาห์ ลังเลที่จะขอลาพักผ่อนทั้งที่ควรลาอย่าง ยิง รู้สึกว่าไม่สามารถเล่าปัญหาของตนเองให้ใครๆ ฟังได้ ขาดสมาธิในการทำงาน กลังความสูง กลัวที่แคบ กลัวฟ้าร้อง ฟ้าผ่าต่างๆที่ไม่ควรกลัว ถ้ามีอาการเหล่านี้เป็นประจำ มากกว่า 4 ข้อ แสดงว่ากำลังมีแนวโน้มที่จะมีปัญหาเกี่ยวกับความเครียดทางจิตใจขึ้นมาแล้ว

สว้อยศรี อนันต์ประเสริฐ (2544 : 25) กล่าวว่าอาการของความเครียดจะแสดงออกให้สังเกตและประเมินได้ดังนี้

1. ทางด้านร่างกาย อาการของความเครียดคือ ปวดศีรษะ หายใจเร็ว หายใจไม่สะดวก ชีพจรเต้นเร็วและแรง เหนื่อยง่าย ท้องเดิน มือสั่น กระสับกระส่าย นอนหลับยาก กล้ามเนื้อเกร็งและตึงเป็นต้น
2. ทางด้านจิตใจ จะมีอาการหงุดหงิด รำคาญ ท้อแท้ เบื่อหน่าย เกร็งเครียด แยกตัวเอง รู้สึกว่าตนเองไม่มีคุณค่า เป็นต้น

กล่าวโดยสรุป อาการของความเครียดมักจะแสดงออกทางร่างกายหรือจิตใจ หรือแสดงออกทั้งสองทาง โดยอาจสังเกตได้จากความผิดปกติของสภาพร่างกายหรือสภาพอารมณ์ที่เปลี่ยนแปลงไปจากปกติ

3.4 ผลของความเครียด

ฟาเมอร์ และคนอื่นๆ (Farmer and others. 1984 : 24) ได้กล่าวถึงผลของความเครียดว่าโดยทั่วไปแล้วจะเกี่ยวข้องกับความรู้สึกหรืออารมณ์ เช่นความซึมเศร้า ความวิตกกังวล ความหงุดหงิดฉุนเฉียว รวมทั้งมีผลทางร่างกายเช่น ปวดศีรษะ ท้องปั่นป่วน ซึ่งผลของความเครียดนี้เป็นปฏิกิริยาที่มีต่อสเหตุของความเครียดในสถานการณ์นั้นๆ

ซูทิตย์ ปานปรีชา (2529 : 491-494) ได้กล่าวถึง ผลของความเครียดที่มีต่อสุขภาพและชีวิตความเป็นอยู่ของคน โดยกล่าวว่าธรรมชาติของคนมีการปรับตัว มีความสามารถในการควบคุมและคงทนต่อความเครียดได้ระดับหนึ่ง โดยทำให้จิตใจอยู่ในสมดุลแต่ถ้าความเครียดเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ และปล่อยให้มืออยู่นานต่อไปเกินความสามารถที่คนทั่วไปจะปรับตัว ควบคุม หรือคงทนต่อไปได้ก็จะเกิดผลเสียต่อร่างกาย จิตใจ หรือชีวิตความเป็นอยู่ได้ดังนี้

1. ผลเสียต่อร่างกาย ความเครียดที่เกิดขึ้นมีผลมีผลทำให้ร่างกายเกิดความแปรปรวนและผิดปกติได้หลายชนิดดังนี้

- ทำให้ร่างกายอยู่ในสภาพเหมือนทำงานหนัก อ่อนเพลีย อ่อนแอ แม้ไม่ได้ออกแรงทำงานเลยก็ตาม ความอ่อนแอของร่างกายทำให้ภูมิคุ้มกันในตัวต่ำลง มีโอกาสติดเชื้อโรคได้ง่าย
- เกิดโรคต่างๆในกลุ่มที่เรียกว่า ความผิดปกติทางสรีระวิทยาเนื่องจากสาเหตุทางจิตใจ (Psycho - psysiologic disorders) โรคที่พบบ่อยเช่น ปวดศีรษะ ปวดเมื่อยตามตัว ปวดศีรษะข้างเดียวหรือที่เรียกว่า ไมเกรน(Migrain headache) เนื่องจากหลอดเลือดในสมองขยายตัวขณะที่มีความเครียด หลอดเลือดที่หัวใจ

ตีบตัน(Coronary heart disease) ทำให้กล้ามเนื้อหัวใจมีเลือดไปเลี้ยงน้อยลงเกิดเป็นโรคกล้ามเนื้อหัวใจขาดเลือดและหัวใจวาย และอาจทำให้เป็นแผลในกระเพาะอาหารและลำไส้เล็กส่วนต้น หรือโรคอื่นๆในระบบทางเดินอาหาร นอกจากนี้ยังทำให้เป็นโรคหอบหืด และอวัยวะเพศไม่ทำงานไม่มีความรู้สึกทางเพศอีกด้วย

- ลิว ความเครียดทำให้ผิวหนังผลิตเคราติน (Keratin) เพิ่มมากขึ้น เคราตินเป็นต้นเหตุให้เกิดสิว
- ผมหงอกเร็วขึ้น ผมร่วงมากขึ้น

- การใช้สารอาหารของร่างกายเปลี่ยนแปลงไป ความเครียดทำให้ร่างกายใช้น้ำตาลเพิ่มมากขึ้น และยังทำให้ร่างกายใช้แร่ธาตุอื่นๆ เช่นแคลเซียม โพแทสเซียม เพิ่มมากขึ้น ทำให้ร่างกายต้องการสารอาหารจำพวกแป้ง ผัก ผลไม้และนมเพิ่มมากขึ้น

- ต่อมหมวกไต (Adrenal gland) ผลิตฮอร์โมนอะดรีนาลิน (Adrenaline) และคอร์ติซอล (Cortisone) เพิ่มมากขึ้น ทำให้ขณะเครียดมีอาการใจสั่น ชีพจรเต้นเร็ว และเกิดความดันโลหิตสูง

- แก่เร็ว แก่ก่อนวัย อายุสั้น

2.ผลเสียต่อจิตใจและชีวิตความเป็นอยู่ ความเครียดทำให้ชีวิตจิตใจและความเป็นอยู่แปรปรวนและเกิดความผิดปกติได้หลายประการดังนี้

- ชีวิตไม่มีความสุข จิตใจไม่เบิกบาน เสมือนถูกบีบคั้นทางใจ รู้สึกหงุดหงิด รำคาญ อารมณ์เสียได้ง่าย มักจะหมกมุ่นครุ่นคิดอยู่ตลอดเวลา

- นอนไม่หลับ เนื่องจากจิตใจไม่สงบ คิดฟุ้งซ่าน ไม่สามารถหาข้อสรุปและหยุดความคิดได้

- เป็นโรคจิตหรือโรคประสาท เนื่องจากความคิด การตัดสินใจ การรับรู้และพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปมาก ไม่สามารถปรับตัวได้ จึงเกิดเป็นโรคประสาทในที่สุด

- เกิดความกลัวสุดขีด และหมดอาลัยตายอยากจากสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดความเครียดโดยฉับพลัน ทำให้หัวใจหยุดเต้นทันที

- ดิตสุรา และยาเสพติด เนื่องจากไม่รู้จักระบายหรือขจัดความเครียดได้ถูกต้องจึงอาจหันไปใช้วิธีดื่มสุราหรือใช้ยาเสพติด

- เกิดอุบัติเหตุ เนื่องจากร่างกายอ่อนเพลีย จิตใจหมกมุ่นครุ่นคิด ใจลอย ขาดสมาธิ การตัดสินใจล่าช้าหรือผิดพลาดได้ จึงมีโอกาสที่จะเกิดอุบัติเหตุได้สูง

- การฆ่าตัวตายหรือฆ่าบุคคลอื่น เนื่องจากความเครียดทำให้ร่างกายและจิตใจอ่อนแอ อาจทำให้ทำอะไรหุนหันพลันแล่น หรือทำไปชั่ววูบ ฆ่าผู้อื่นจากอารมณ์โกรธ

- ครอบครัวยังไม่มีความสุข เนื่องจากจิตใจอ่อนแอ หงุดหงิด อารมณ์เสียง่าย เมื่อไม่พอใจหรือถูกขัดใจก็จะแสดงออกมา ทำให้ผู้อยู่ใกล้ชิดเกิดความเครียดขึ้นด้วย ทำให้มีเรื่องระหองระแหง โกรธ ทะเลาะเบาะแว้งกันในครอบครัว เกิดความไม่สงบสุขในครอบครัว

- การหย่าร้าง ความเครียดทำให้ ความรักความเข้าใจ การให้อภัยกันลดน้อยลงจนหย่าร้างกันมากที่สุด
- นิสัยหรือการดำเนินชีวิตเปลี่ยนแปลงไป

กล่าวโดยสรุปถึงผลของความเครียดว่า บุคคลจะสามารถทนต่อความเครียดได้ระดับหนึ่ง แต่ถ้ามีความเครียดมากหรือเป็นอยู่นานเกินไป จะส่งผลเสียต่อสุขภาพกาย สุขภาพใจ และการดำเนินชีวิตของบุคคล

จากการศึกษาข้างต้นทำให้พอจะสรุปได้ว่า ความเครียดเกิดจากสาเหตุหลายประการ และส่งผลต่อสุขภาพและการดำเนินชีวิตของบุคคลนอกจากนั้นยังสัมพันธ์กับความโกรธของบุคคลด้วย ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของทตไณย วงศ์สุวรรณ (2544 : 11) ที่ศึกษาพบว่า สภาวะที่ไม่น่าพึงพอใจหลากหลาย เช่น ความวิตกกังวล ความเครียด อาจก่อให้เกิดความโกรธได้ โดยสภาวะอารมณ์ในช่วงขณะนั้นอาจจะเพิ่มการตอบสนองความโกรธ แต่ลักษณะส่วนตัวของบุคคลก็อาจจะมีผลต่อช่วงความโกรธที่เฉพาะแตกต่างกันไป และในการ

ศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามวัดความเครียดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยดัดแปลงมาจากแบบวัดความเครียดของ นราทร ศรประสิทธิ์ (2529 : 48, 129-130) และ แบบสอบถามวัดความเครียด HOS (Health Opinion Survey) ซึ่งแพทย์หญิงบรรจง สืบสมาน ดัดแปลงมาจากแบบสำรวจวัดความเครียดของแมคมิลแลน (ชุมพรศรี จัตรียานนท์. 2538 : 37, 73-74) และแบบสอบถามวัดระดับความเครียดของ สร้อยศรี อนันต์ประเสริฐ (2544 : 69-73 , ภาคผนวก ข) โดยมีนิยามความเครียดดังนี้

ความเครียด หมายถึง สภาวะที่ร่างกายและจิตใจมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่มากกระตุ้น ทำให้เกิดความเปลี่ยนแปลงโครงสร้างและปฏิกิริยาเคมีภายในร่างกาย ทำให้ร่างกายและจิตใจขาดสมดุล จึงแสดงอาการต่างๆออกมา ซึ่งเป็นสัญญาณเตือนให้ร่างกายต้องมีการปรับเปลี่ยนเพื่อให้เกิดภาวะสมดุล

4. เอกสารที่เกี่ยวข้องการอบรมเลี้ยงดู

จากการศึกษาเอกสารต่าง ๆ มีผู้ให้ความหมายของการอบรมเลี้ยงดูไว้ต่าง ๆ กัน เช่น

กระทรวงศึกษาธิการ (2529 : 1) การอบรม หมายถึง การแนะนำฝึกฝนให้เด็กมีวินัย มุ่งให้เกิดประพฤติดี รู้จักควบคุมตนเอง มีความรับผิดชอบ รู้ผิดรู้ชอบ รู้ชั่วรู้ดี รู้ควรไม่ควร มีใจหนักแน่น เป็นต้น การเลี้ยงดู หมายถึง การดูแลเพื่อสนองความต้องการที่จำเป็นของเด็กทั้งทางกาย ทางใจ มุ่งให้เด็กมีสุขภาพดี ร่างกายแข็งแรง ไม่มีโรค ไม่เกิดความพิการ อารมณ์แจ่มใส อุนิสมัยดี สติปัญญาเฉลียวฉลาด มีความสัมพันธ์อันดีกับบุคคลอื่น เป็นต้น

ยุวดี เขียวรมประสิทธิ์ (2536 : 72) กล่าวว่า การอบรมเลี้ยงดู หมายถึง การกระทำของพ่อแม่ หรือผู้เลี้ยงดู ทั้งด้วยกาย วาจา ทำที่ที่มีต่อเด็ก อันเป็นผลให้เด็กมีร่างกาย พฤติกรรมเปลี่ยนแปลงไปตามแนวทางการพัฒนาการของชีวิตและเป็นที่ยอมรับของผู้แวดล้อม ผู้อบรมเลี้ยงดูตั้งใจอบรมสั่งสอนให้เด็กยอมรับการปฏิบัติตามเกณฑ์หรือแนวทางที่สังคมยอมรับ เพื่อจะได้เติบโตขึ้นในแนวทางที่ผู้อบรมนั้นต้องการ

จตุพร เฟิงชัย (2534 : 99) ให้ความหมายของการอบรมเลี้ยงดูว่า การอบรมเลี้ยงดู หมายถึง การที่ผู้ใหญ่ในครอบครัวซึ่งประกอบด้วยบิดา มารดา และบุคคลอื่น ๆ ปฏิบัติต่อเด็กเพื่อสนองความต้องการที่จำเป็นของเด็กทั้งทางร่างกายและจิตใจ เพื่อให้เด็กมีสุขภาพกายและ สุขภาพจิตที่ดี และยังให้การแนะนำสั่งรอบตัวฝึกอบรมให้เด็กมีพฤติกรรมที่เหมาะสม

และความโกรธกับการอบรมเลี้ยงดูมีความสัมพันธ์กันดังเช่นที่ ซิสโก (Sisco. 1991 : Unpaged ; citing Tamaki. 1994 : 4) กล่าวไว้ว่า ความโกรธนั้นสามารถสัมพันธ์กับอารมณ์อื่น ๆ และบุคคลจะแสดง ความโกรธออกมาอย่างน้อยเพียงใดนั้น จะขึ้นอยู่กับสถานการณ์และประสบการณ์ในอดีต การอบรมเลี้ยงดู และอื่น ๆ เพราะการอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดา เป็นการให้ความรู้ ประสบการณ์ เป็นการวางแผนการอยู่ในสังคมให้กับเด็ก เนื่องจากบ้านเป็นสถานที่แห่งแรกที่เด็กได้เรียนรู้ทักษะทางสังคม และความต้องการที่จะเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมกับผู้อื่น (Zim Bardo. 1977 : 59) และบุคลิกภาพโดยส่วนรวมของคนเรานั้นส่วนใหญ่เป็นผลสืบเนื่องมาจากการอบรมเลี้ยงดูทางบ้านรวมทั้งประสบการณ์ต่างๆ ที่คนเราได้รับตั้งแต่วัยทารก วัยเด็ก แม้เมื่อเจริญวัยขึ้นบุคคลผู้นั้นจะมีประสบการณ์มากขึ้น แต่ประสบการณ์เหล่านั้นไม่ได้มีอิทธิพลลึกซึ้งไปจนถึงประสบการณ์เดิมอันเป็นรากฐานที่สะสมมาตั้งแต่เยาว์วัย (อรวรรณ พาณิชปฐมพงศ์. 2542 : 24 ;อ้างอิงจาก นิภาพรณ แก่นคง. 2532 : 48 ; อ้างอิงจาก ละม้ายมาศ ศรีทนต์ 2510)

และจากการวิจัยที่ผ่านมา นักจิตวิทยา ได้แบ่งการอบรมเลี้ยงดูออกเป็นหลายรูปแบบ บางประเภท มีลักษณะตรงข้าม และบางประเภทมีลักษณะความเกี่ยวข้องกันจนดูเหมือนว่าเป็นการอบรมเลี้ยงดูประเภทเดียวกัน ดังลักษณะต่าง ๆ ต่อไปนี้

บาวน์ราวด์ (สมคิด อิศระวัฒน์. 2541 : 43 ; อ้างอิงมาจาก Baumrind. 1967) ,เฟาและเบลคิน (Faw & Belkin. 1989 : 346-349) และ จตุพร เฟิงชัย (2534 : 99-100) แบ่งการอบรมเลี้ยงดูออกเป็น 3 ลักษณะ คล้ายกันดังนี้

1. การอบรมเลี้ยงดูแบบให้ความรักหรือแบบมีเหตุผล หมายถึง พฤติกรรมที่บิดามารดาปฏิบัติต่อลูกของตนเองในลักษณะต่าง ๆ เช่น ให้ความดูแลเอาใจใส่ ให้ความรักความห่วงใย ให้คำแนะนำ สนับสนุนและช่วยเหลือ มีความยินดีที่จะอยู่กับลูก ให้การยกย่อง ให้การคุ้มครองตลอดจนใกล้ชิดสนิทสนม

2. การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย หมายถึง พฤติกรรมที่บิดามารดาปฏิบัติต่อลูกแบบทอดทิ้ง ปล่อยให้บุตรจัดการกับตนเอง ขาดการแนะนำ ขาดการดูแลเอาใจใส่ ไม่มีกฎเกณฑ์ให้ปฏิบัติ เมื่อเด็กซุกถามในเรื่องต่าง ๆ พ่อแม่จะไม่สนใจอธิบายให้เด็กหายข้องใจ

3. การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดหรือแบบเผด็จการ หมายถึง พฤติกรรมที่บิดามารดาปฏิบัติต่อลูกคอยบังคับให้ลูกให้ทำตามความต้องการของตนเอง ชอบใช้คำพูดที่ทำให้ลูกรู้สึกอาย ชอบก้าวก่ายในเรื่องส่วนตัวของลูก ลงโทษลูกโดยที่ลูกยังไม่รู้เหตุผลที่ต้องถูกลงโทษ

ส่วนโรเจอร์ (Rogers. 1972 : 117) และมีญชรี บุนนาค (2514 : 22) ได้แบ่งแบบแผนและแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูไว้คล้ายกันดังนี้

โรเจอร์ (Rogers. 1972 : 117) แบ่งแบบแผนการอบรมเลี้ยงดูเด็กเป็น 3 แบบ คือ

1. การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย หมายถึง วิธีการที่พ่อแม่ใช้อบรมเลี้ยงดูที่ทำให้ลูก รู้สึกว่าตนเองได้รับการปฏิบัติด้วยความยุติธรรมพ่อแม่ไม่ตามใจหรือเข้มงวดจนเกินไป ยอมรับนับถือความสามารถและความคิดของลูก ให้ความร่วมมือแก่ลูกตามโอกาสอันสมควร

2. การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน หมายถึง การอบรมเลี้ยงดูที่ลูกรู้สึกว่า พ่อแม่ ก้าวก่ายเรื่องส่วนตัวของตน ยับยั้งการก้าวร้าวและทำให้รู้สึกผิดเมื่อลูกแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม ลูกมีความรู้สึกว่าถูกบังคับให้ทำตามความต้องการของพ่อแม่ พ่อแม่ใช้คำพูดที่ลูกรู้สึกอาย

3. การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย หมายถึง การอบรมเลี้ยงดูที่ลูกรู้สึกว่าตนเองได้รับการตามใจ และไม่ได้รับความเอาใจใส่ให้คำแนะนำช่วยเหลือจากพ่อแม่เท่าที่ควร

ส่วน พุมรอย (Pumroy. 1966 : 73-74) เสนอความคิดว่าการอบรมเลี้ยงดูแบ่งได้ตามลักษณะของพ่อแม่ออกเป็น 4 ประเภท ดังนี้

1. พ่อแม่ประเภทรักจนเหลือ เด็กจะเป็นศูนย์กลางที่สำคัญของผู้เลี้ยงดู ให้ความรักและตามใจมากเกินไปจนเกินควร เมื่อผู้เลี้ยงดูพยายามจะบังคับเด็ก เด็กก็จะหาวิธีหลีกเลี่ยงหรือชนะจนได้ทุกครั้ง เด็กไม่ได้ถูกฝึกให้ออกคิดอยากทำในสิ่งที่แปลกใหม่ เด็กไม่มีหน้าที่รับผิดชอบและไม่ได้รับมอบหมายหน้าที่ที่ตนจะต้องปฏิบัติภายในบ้าน พ่อแม่มักจะให้ของแก่เด็กหรือพาไปสนุกสนานบ่อย ๆ โดยไม่มีเหตุผลอันสมควร

2. พ่อแม่ประเภทเข้มงวด ผู้เลี้ยงดูต้องการและคาดหวังให้เด็กเชื่อฟังตนเองอย่างเคร่งครัดถ้าไม่ทำตามคำสั่งจะถูกลงโทษ มีกฎเกณฑ์อย่างแน่ชัดและลงโทษอย่างยุติธรรมและสมเหตุสมผลพอสมควร พ่อแม่จะผลักดันให้เด็กมีความสามารถเกินธรรมชาติของเด็กและทำให้เด็กพัฒนาไปเร็วกว่าอายุ

3. พ่อแม่ประเภทละทิ้งและปฏิเสธ ผู้เลี้ยงดูจะทำตนเป็นศัตรูกับเด็ก แสดงความโกรธเกลียดเด็กออกมาในรูปของการควบคุม บังคับและลงโทษ ซึ่งเป็นการกระทำเพราะความรู้สึกทางลบของพ่อแม่ที่มีต่อเด็กมากกว่าที่จะเกี่ยวกับการกระทำผิดของเด็ก และพ่อแม่พวกนี้ยังคิดว่าลูกของตนเป็นผู้ที่แก้ให้ไม่ได้แล้ว

4. พ่อแม่ประเภททะนุถนอมแบบไขว่ในหิน การเลี้ยงดูจะคอยสอดส่องดูแลลูกไม่ให้ต้องเสี่ยงและอยู่ในสถานการณ์ต่าง ๆ อันอาจเกิดอันตรายขึ้นได้ พ่อแม่เป็นผู้ทำทุกสิ่งทุกอย่างแก่ลูก แม้ว่าลูกจะโตและทำสิ่งนั้นได้เองนานแล้ว เด็กจะไม่ได้รับอนุญาตให้เจริญเติบโตและทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง

พูนสุข ช่วยทอง (2540 : 53-54) ได้แบ่งการอบรมเลี้ยงดูออกเป็น 5 แบบ คือ

1. แบบรักมากและปกป้องจนเกินควร หมายถึง พ่อแม่ที่รักลูกมากจนกระทั่งไปสร้างบรรยากาศที่ขัดขวางการตัดสินใจด้วยตนเองของเด็ก โดยการบริการ ปฏิบัติ หรือทำทุกอย่างให้แก่ลูกแม้กระทั่งการเสียสละความสุขส่วนตัวทุกอย่างเพื่อลูก ปฏิบัติต่อลูกไม่เหมาะสมกับวัยของเด็ก ไม่ให้โอกาสเด็กได้ฝึกหัดช่วยเหลือตัวเองแม้แต่เรื่องเล็กๆ น้อยๆ ก็คอยระแวดระวังให้ตลอดเวลา การเลี้ยงดูแบบนี้แบ่งออกได้เป็น 2 ลักษณะ คือ

1.1 รักและปกป้องอย่างบริสุทธิ์ใจพ่อแม่จะให้ความรักโดยการแสดงออกช่วยเหลือเด็กอย่างมากมาตลอดเวลา ซอปรนนิบัติลูก

1.2 รักและปกป้องเพื่อเป็นการชดเชยหรือกลบเกลื่อนความรู้สึกผิดที่มีอยู่ในใจพ่อแม่จะให้การเลี้ยงดูแบบไม่เสมอต้นเสมอปลาย บางครั้งก็ปรนนิบัติหรือให้มากมาย บางครั้งก็ทอดทิ้งไม่เหลียวแลหรือเอาใจใส่ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับอารมณ์หรือความรู้สึกของพ่อแม่ในขณะนั้น

2. แบบตามใจมากจนไม่มีขอบเขต ลูกจะได้ทุกอย่างตามต้องการภายใต้การสนับสนุนจากพ่อแม่โดยเฉพาะด้านเศรษฐกิจ โดยพ่อแม่ไม่เคยให้การอบรมสั่งสอนเลยว่ากฎ กติกา ระเบียบปฏิบัติของสังคมทำเช่นไรทุกอย่างเป็นไปตามความต้องการของลูก

3. แบบวิตกกังวลหวาดกลัวมากเกินไป พ่อแม่เลี้ยงลูกด้วยความวิตกกังวลเป็นห่วงลูกเกินกว่าเหตุ ทำเรื่องเล็กๆ ให้กลายเป็นเรื่องใหญ่ พ่อแม่มักจะหวาดระแวง กลัวเหตุร้าย หรือภัยอันตรายต่าง ๆ ที่จะมาถึงลูกมากเกินไป

4. แบบไม่ต้องการลูก พ่อแม่มีปัญหาจากการมีลูก อาจเป็นลูกที่เกิดมาในระยะเวลาที่ยังไม่มีความพร้อมในสภาพจำยอม การเลี้ยงดูลูกโดยใช้อารมณ์นอกเหนือเหตุผล ซึ่งส่วนใหญ่แล้วมักจะเป็นอารมณ์ในทางไม่ดีอันก่อให้เกิดความรุนแรงในการเลี้ยงดู ไม่ว่าจะป็นสีหน้าท่าทาง รวมถึงการกระทำทุกอย่างต่อเด็กจะเต็มไปด้วยความรุนแรง แข็งกร้าว หงุดหงิด ขุ่นมัว

5. แบบเจ้าระเบียบ พ่อแม่ระเบียบจัด บรรยากาศของการอบรมเลี้ยงดูลูกเต็มไปด้วยระเบียบวินัยจัด ไม่มีการยืดหยุ่นต่อสถานการณ์ เด็กจะได้รับฟังแต่คำบ่น จู๊จี้ คำตำหนิติเตียน ว่ากล่าวให้แก่ไขว่ซากอยู่ตลอดเวลา

โรและซีเกลแมน (Roe and Siegelman. 1963 : 357) แบ่งการอบรมเลี้ยงดูออกเป็น 6 แบบ ได้แก่

1. แบบทะนุถนอม เป็นการเลี้ยงดูแบบพ่อแม่เอาใจใส่ต่อเด็กเป็นพิเศษ ยอมตามใจ ให้สิทธิพิเศษและคอยทำทุกอย่างให้

2. แบบเข้มงวดกวดขัน เป็นการเลี้ยงดูแบบให้เด็กทำตามคำสั่งของตนเองอย่างเคร่งครัดถ้าหากเด็กทำในสิ่งที่นอกเหนือจากคำสั่งก็จะลงโทษทันที ไม่เปิดโอกาสให้เด็กคิดด้วยตนเอง

3. แบบปล่อยปละละเลย พ่อแม่จะเลี้ยงดูแบบไม่เอาใจใส่ต่อสวัสดิภาพของเด็ก ทำตนเป็นศัตรูกับเด็กอย่างเปิดเผย แสดงความโกรธและเกลียดเด็กออกมาอย่างชัดเจน

4. แบบเพิกเฉย เป็นการเลี้ยงดูแบบที่พ่อแม่ไม่ยินดียินร้ายต่อพฤติกรรมของเด็ก ไม่ดู ไม่ว่ากล่าวหรือไม่ตักเตือนใด ๆ ทั้งนั้นเมื่อทำผิดหรือไม่แสดงความยินดีเมื่อเด็กประพฤติดี

5. แบบตามสบาย เป็นการเลี้ยงดูที่ให้เสรีภาพแก่เด็กในการทำสิ่งต่าง ๆ ได้ตามสบาย ไม่คอยระแวดระวังให้เป็นไปตามกฎเกณฑ์ของตน แต่เมื่อพบว่าลูกทำไม่ถูกต้องก็ให้คำแนะนำอบรมตักเตือนตามแต่โอกาส

6. แบบให้ความรัก การเลี้ยงดูแบบนี้พ่อแม่จะให้การอบรมตักเตือนสั่งสอนแบบพื้นฐานของความรัก การเลี้ยงดูจะเป็นลักษณะของการชี้แจงเหตุผล และอธิบายให้เด็กเข้าใจถึงเหตุผลของการทำโทษหรือการยกย่องชมเชย

และมีผู้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูเด็กในลักษณะต่าง ๆ ว่าส่งผลกระทบต่อบุคลิกภาพของเด็กอย่างไรบ้าง ดังต่อไปนี้

ไซมอน (สงวน สุทธิเลิศอรุณ. 2529 : 33 – 35 ; อ้างอิงมาจาก Symond. 1970 : 221 – 228) ได้สรุปวิธีการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ที่มีผลต่อบุคลิกภาพของเด็กไว้หลายประการ ดังนี้

1. พ่อแม่ที่ปล่อยปละละเลยบุตร บุตรจะมีลักษณะเป็นคนก้าวร้าวเจ้าคิดเจ้าแค้น ชอบพูดปด ลักเล็ก ขโมยน้อย หนีโรงเรียน

2. พ่อแม่ที่ประคบประหงมบุตรเกินไป บุตรจะมีลักษณะเป็นคนไม่ให้ความร่วมมือ ฟุ้งตนเองไม่ได้ ต้องพึ่งผู้อื่นอยู่เสมอ

3. พ่อแม่ที่มีอำนาจเหนือบุตร บุตรจะเป็นคนเจ้าระเบียบ สุภาพเรียบร้อยอยู่ในโอวาท สามารถปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้ดี ว่านอนสอนง่าย สงบเสงี่ยม การตัดสินใจขึ้นอยู่กับผู้มีอำนาจขาดความคิดริเริ่ม

4. พ่อแม่ที่ยอมจำนนบุตร บุตรจะขาดความรับผิดชอบ ไม่อยู่ในโอวาท เห็นแก่ตัว ดื้อดึง และทำอะไรตามใจ

วารการณ รักรวิชัย (2527 : 14-17) ได้กล่าวถึงผลการอบรมเลี้ยงดูประเภทต่าง ๆ ที่มีผลต่อบุคลิกภาพของเด็ก ดังนี้

ผลของการเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยหรือแบบใช้เหตุผล เด็กจะมีลักษณะดังนี้

- เป็นคนเปิดเผยเป็นตัวของตัวเอง มีเหตุผล
- มีความรับผิดชอบ
- มีอารมณ์ขัน ไร้เรื่องแจ่มใส มองโลกในแง่ดี
- สามารถปรับตัวได้ดี และกล้าแสดงออกอย่างมั่นใจ
- สามารถช่วยเหลือตัวเองและแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าได้ดี
- มีความเชื่อมั่นในตัวเองสูง
- ให้ความร่วมมือกับผู้อื่นได้ดี มีความมั่นคงทางอารมณ์
- รู้จักใช้เหตุผล เคารพสิทธิของตนเองและผู้อื่น

แรดเก้ (Radke. 1946 : 11-12) ให้ความเห็นเกี่ยวกับการอบรมเลี้ยงดูเด็กว่า บิดามารดาที่ฝึกความเป็นระเบียบจะทำให้บุตรเป็นคนเจ้าระเบียบ เคารพกฎเกณฑ์ มีอารมณ์มั่นคงและปรับตัวได้ดี บิดามารดาที่เข้มงวด จะทำให้บุตรมีความวิตกกังวลสูง อารมณ์ไม่มั่นคง ไม่เป็นตัวของตัวเอง ก้าวร้าว มีเพื่อนน้อย บิดามารดาที่ให้อิสระแก่บุตรจะทำให้บุตรดีอื่น

จากแนวคิดดังกล่าวข้างต้นจะเห็นได้ว่าความสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์กับครอบครัวเป็นตัวกระตุ้นให้มนุษย์มีพฤติกรรมต่าง ๆ นานา และหล่อหลอมบุคลิกภาพของมนุษย์ให้เป็นไปในรูปแบบต่าง ๆ ตามลักษณะความสัมพันธ์ที่มีต่อบุคคลอื่น ซึ่งสอดคล้องกับเซียร์ส (เปียพร ดวงทอง. 2539 : 2 ; อ้างอิงจาก Sears. 1957 : 2-4) ที่แสดงความคิดเห็นไว้ว่า แบบแผนการอบรมเลี้ยงดูลูกนั้นจะแตกต่างกันไปตามศาสนา วัฒนธรรม การศึกษา ฐานะทางเศรษฐกิจและขนบธรรมเนียมประเพณีของแต่ละครอบครัวต่างมีผลให้เกิดความแตกต่างกันในบุคลิกภาพของเด็กด้วย

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามวัดลักษณะการอบรมเลี้ยงดูของ มะลิ อุดมภาพ (2538) ซึ่งเป็นแบบสอบถามที่สร้างตามลักษณะการอบรมเลี้ยงดูของโรเจอร์(Rogers. 1972 : 117) ซึ่งแบ่งเป็น 3 แบบ ตามนิยามของ มะลิ อุดมภาพ (2538 : 6) ดังนี้

1. การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย หมายถึง วิธีการอบรมเลี้ยงดูบุตรหรือเด็กในปกครองที่มีความรู้สึกว่าคุณเองได้รับการปฏิบัติด้วยความยุติธรรม ได้รับความรัก ความอบอุ่น รับผิดชอบ ยอมรับความสามารถ ความคิดเห็น ให้มีความร่วมมือตามโอกาสอันสมควร ได้รับผิดชอบในเรื่องส่วนตัวและมีอิสระตามความเหมาะสม

2. การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน หมายถึง วิธีการอบรมเลี้ยงดูบุตรหรือเด็กในปกครองที่มีความรู้สึกว่าคุณไม่ได้รับอิสระเท่าที่ควร ถูกบังคับให้ทำตามกฎเกณฑ์ที่ตั้งไว้ ต้องอยู่ในระเบียบวินัย ไม่รับผิดชอบ ก้าวถอยในเรื่องส่วนตัว ถูกควบคุมไม่ให้ได้รับความสะดวกในการกระทำตามที่ตนต้องการ

3. การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย หมายถึง วิธีการอบรมเลี้ยงดูบุตรหรือเด็กในปกครองที่มีความรู้สึกว่าคุณไม่ได้รับการเอาใจใส่ถูกปล่อยให้อะไรตามใจและไม่สนใจว่าคุณจะทำอะไร ที่ไหน อย่างไร ไม่ได้รับการสนับสนุนหรือคำแนะนำจากพ่อแม่ พ่อแม่หรือผู้ปกครองไม่ให้ความอบอุ่น และชอบใช้อารมณ์

5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความโกรธ

5.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

เมการ์กี (Milan & Kolko. 1985 : 101-135 ; citing Megargee. 1973) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างความโกรธและความก้าวร้าว พบว่าบุคคลก้าวร้าวที่ควบคุมตนเองมากเกินไปจะบกพร่องในการเรียนรู้ วิธีการแสดงความโกรธที่เหมาะสม ในขณะที่คนซึ่งขาดการควบคุมตนเองมักจะยับยั้งในการแสดงความโกรธ แม้มีสถานการณ์มากระตุ้นเพียงเล็กน้อยและมักจะเกิดปัญหาในการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล และเกิดความวิตกกังวล เมื่อแสดงความโกรธ

อัลเบิร์ต และเอ็มมอนส์ (Milan & Kolko. 1985 : 101-135 ; citing Alberti & Emmons . 1978) ได้ศึกษาความสัมพันธ์เกี่ยวกับความโกรธและการควบคุมตนเองพบว่าผู้ที่ควบคุมตนเองมากเกินไป มักจะเกิดปัญหาในการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและเกิดความวิตกกังวลเมื่อแสดงความโกรธ

วินเคิลย์(Winkley.1986 : 33-42)ได้ศึกษาเด็กที่มีอารมณ์โกรธในโรงเรียนทั่ว ๆ ไปในสหราชอาณาจักร พบว่า ปัญหาของความโกรธหรือความก้าวร้าวของเด็ก ๆ ในโรงเรียนเป็นต้นเหตุของการเกิดความวิตกกังวลและความเจ็บป่วย ตลอดจนเป็นบ่อเกิดของอันตรายได้ ผลของความรุนแรงของโรคร้าย ได้ถูกนำมาอภิปรายรวมความไปถึงวิธีการต่าง ๆ เช่น ให้การควบคุม การให้รางวัล การลงโทษ การใช้เหตุผลการอภิปราย การทำให้เกิดความสงสาร การปฏิบัติตัวและวิธีการระลึกรู้อย่างมีสติ ได้ถูกนำมาพิจารณา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้คือ โรงเรียนโกรฟ จูเนียร์ (The Grove Junior School) ในแฮนสเวิร์ท (Handsworth) ประเทศอังกฤษ ครูเป็นผู้ถูกพิจารณาให้มีบทบาทเป็นจุดศูนย์กลาง แบบสำรวจรายการกิริยาท่าทางและสภาพแวดล้อม เป็นสิ่งที่มีความจำเป็นที่จะทำให้การทดลองได้ผลกับเด็กที่มีความโกรธที่กล่าวถึง

เฟรนด์เลอร์ และแอกทอน (Feindler & Ecton. 1986 : 109-123) ได้ศึกษาการควบคุมความโกรธ (Anger Control Training) ด้วยการฝึกให้วัยรุ่นศึกษาตัวแบบ (Modeling) บทบาทสมมุติ (Role-play) และการให้ข้อมูลย้อนกลับในกลุ่ม (group performance feedback) เพื่อให้วัยรุ่นเรียนรู้วงจรการตอบสนองด้วยความโกรธ รู้จักสังเกตตนเองเพื่อลดความโกรธ ซึ่งผลของการศึกษาช่วยให้วัยรุ่นรู้ว่าเขาจะลดระดับความโกรธของตนเองได้อย่างไร

ฮาซาลัสและเดฟเฟนเบเซอร์ (ทักไนเย วงศ์สุวรรณ. 2544 : 45 ; อ้างอิงจาก Hazaleus & Deffenbacher. 1986 : 222-226) ได้ศึกษาเปรียบเทียบการฝึกทักษะการผ่อนคลายและทักษะทางปัญญาที่มีผลต่อการลดความโกรธ กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาคั้งนี้เป็นนักศึกษามหาวิทยาลัยจำนวน 60 คน ผลการศึกษาปรากฏว่า กลุ่มที่ได้รับการฝึกการผ่อนคลายและกลุ่มที่ได้รับการฝึกทักษะทางปัญญา จะมีความโกรธโดยทั่วไป ปฏิกริยาทางกายเมื่อโกรธ การประเมินความโกรธประจำวัน และความโกรธแบบสภาวะ ลดลงมากกว่ากลุ่มควบคุม

แดนเจล , เดสชเนอร์ และราสป (Dangel , Deschner & Rasp. 1989 : 447-458) ทำการวิจัยกลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นที่มีพฤติกรรมก้าวร้าวในศูนย์แก้ไขปัญหายูวชน จำนวน 12 คน อายุ 10 – 17 ปี ซึ่งผู้วิจัยออกแบบวิจัยแบบหลายเส้นฐาน โดยมีเงื่อนไขทดลอง โดยการฝึกควบคุมความโกรธซึ่งประกอบด้วยเทคนิค 3 เทคนิค คือหยุดความคิด (Thought Stopping), การผ่อนคลาย (Relaxation Training) และการฝึกหัดแก้ปัญหาด้วยตนเอง ซึ่งมีระยะเวลาในการฝึก 6 อาทิตย์ ๆ ละครั้ง ครั้งละ 1 ชั่วโมง ผลการวิจัยพบว่านักเรียนที่เข้ารับการฝึก ลดความก้าวร้าวลง จำนวน 9 คน และไม่แสดงพฤติกรรมก้าวร้าวเลยตลอดช่วงที่ศึกษา 2 คน นักเรียนที่เข้ารับการฝึก มีพฤติกรรมก้าวร้าวเพิ่มขึ้น จำนวน 1 คน แต่เมื่อระยะเวลาผ่านไปหลายสัปดาห์ อัตราความก้าวร้าวของเขาลดลงในระยะติดตามผล ผลการวิจัยก็ยังสนับสนุนสมมติฐานที่เชื่อว่า การฝึกให้บุคคลมีทักษะทางปัญญา มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมภายนอกได้

เคนเนดี (Kennedy. 1990 : 47-55) ได้ทำงานวิจัยเพื่อตรวจสอบรูปแบบการฝึกการบริหารความโกรธ (Anger management) กับนักโทษที่มีพฤติกรรมก้าวร้าว ออกแบบการวิจัย โดยให้กลุ่มทดลองได้รับการฝึกการควบคุมความโกรธ และมีการให้คำปรึกษาโดยสอนกระบวนการเรียนรู้เกี่ยวกับพฤติกรรม ในการวิจัยครั้งนี้ใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นนักโทษชายที่อาสาสมัครเข้ารับการฝึก จำนวน 37 คน รูปแบบการทดลองนั้นมีการออกแบบทดสอบก่อนหลัง และติดตามผลในสองเดือนหลังจากสิ้นสุดการทดลองผลการวิจัยพบว่าผู้รับการทดลองในกลุ่มทดลองลดความโกรธลงเมื่อถูกกระตุ้นด้วยสถานการณ์จำลอง และมีพฤติกรรมการสนองตอบทางวาจาเหมาะสมขึ้น

ลาร์สัน (Larson. 1992 : 101-117) ทำการทดลองเพื่อตรวจสอบหลักสูตรที่พัฒนาขึ้นเพื่อสอนนักเรียนที่มีภาวะเสี่ยงที่เป็นวัยรุ่นตอนกลาง บริหารความโกรธและความก้าวร้าวโดยใช้หลักการปรับเปลี่ยนกระบวนการในการเปลี่ยนพฤติกรรมในสภาพการณ์ห้องเรียน ซึ่งกลุ่มตัวอย่างในการศึกษาคั้งนี้ เป็นนักเรียนชายและหญิง จำนวน 221 คน อายุเฉลี่ย 13.9 ปี โดยมีหลักสูตรในการอบรม 10 ครั้ง ใช้เวลา 5 สัปดาห์ ในเงื่อนไขการทดลองนี้ให้ดูตัวแบบจากวีดีโอ บูรณาการเข้ากับเทคนิคการสอนตนเอง การกำกับตนเอง การแก้ปัญหา โดยมีเป้าหมายในการลดตัวแปรตาม คือ พฤติกรรมก้าวร้าวและพฤติกรรมก่อกวนในโรงเรียน การควบคุมอารมณ์โกรธ และคำรายงานแนวโน้มที่จะแสดงพฤติกรรมต่อต้านสังคม ผลการทดลองพบว่า กลุ่มทดลองกับกลุ่มควบคุม (ซึ่งมีกลุ่มตัวอย่าง 15 คน) มีผลแตกต่างกันในระยะติดตามผล

โลเปซ และเทอร์แมน (Lopez & Thurman. 1993 : 524) ได้ศึกษาเรื่อง ความแตกต่างของสภาพแวดล้อมของครอบครัวของนักศึกษาที่มีคุณลักษณะที่แสดงความโกรธสูงและแสดงความโกรธต่ำ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี จำนวน 202 คน เป็นนักศึกษาชาย 86 คน และนักศึกษาหญิง 116 คน ที่เรียนวิชาจิตวิทยา และสมัครเข้าร่วมโครงการการศึกษาความโกรธของศึกษา ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาที่มีคุณลักษณะที่แสดงความโกรธสูงจะมาจากครอบครัวที่มีความสามัคคีและการแสดงออกทางความรู้สึก อารมณ์น้อยกว่านักศึกษาที่มีคุณลักษณะที่แสดงความโกรธต่ำ ส่วนความขัดแย้งและการแตกแยกในครอบครัวมีมากกว่านักศึกษามีคุณลักษณะที่แสดงความโกรธต่ำ

เคลและคณะ (Clay and other. 1993 : 91-94) ได้ศึกษาความโกรธและเหตุการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียด ในการเป็นตัวทำนายอารมณ์เศร้า โดยได้ทำการศึกษากับนักศึกษาในระดับวิทยาลัยจำนวน 247 คน โดยใช้แบบสำรวจเหตุการณ์ในชีวิต(The Life Survey)ของซาราสัน ,จอห์นสันและไซเจล(Sarason, Johnson & Siegal.1978)ในการสำรวจเหตุการณ์ที่ทำให้เครียดใช้แบบสำรวจเพื่อการวินิจฉัยความเศร้า(The Inventory to Diagnose Depression) ของ ซิมเมอร์แมนและคอร์เยลล์ (Zimmerman, Coryel, Corenthal & Wilson.1986 ; citing Zimmerman & Coryell. 1987) เพื่อวัดความเศร้า และใช้มาตรวัดการแสดงความโกรธ (Anger Expression Scale) ของสเปียร์เบอเกอร์, คราสเนอร์ และโซโลมอน (Spielberger, Krasner & Solomon. 1988) ในการวัดการแสดงความโกรธ และใช้สถิติการวิเคราะห์ถดถอยแบบพหุในการวิเคราะห์ความสามารถ ในการเป็นตัวทำนาย ผลการศึกษาพบว่าทั้งตัวแปรความโกรธและเหตุการณ์ที่ทำให้เกิดความเครียดนั้น สามารถเป็นตัวทำนายการเกิดอารมณ์เศร้า โดยความสามารถในการทำนายของทั้งสองตัวแปรนั้นเป็นอิสระจากกัน โดยพบว่ากรเก็บความโกรธไว้ภายในสามารถเป็นตัวทำนายอารมณ์เศร้าได้ ไม่ว่าสถานการณ์ที่ทำให้เครียดจะมากหรือน้อยก็ตาม และความโกรธที่แสดงออกมาภายนอกนั้นไม่มีความสัมพันธ์กับความเศร้า

เลนเฮนและคนอื่น ๆ (Lenehan and others. 1994 : 461) ได้ศึกษาผลของรูปแบบการเรียนรู้ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ความวิตกกังวล ความโกรธ และความอยากรู้ อยากเห็นของนักศึกษาพยาบาล กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาล จำนวน 203 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลองจำนวน 103 คน และกลุ่มควบคุมจำนวน 100 คน ผลการศึกษาพบว่านักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลองที่ได้เรียนรู้เกี่ยวกับยุทธวิธีทางการเรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้น มีความอยากรู้ อยากเห็นเกี่ยวกับการเรียนวิทยาศาสตร์เพิ่มขึ้น และมีความวิตกกังวล และความโกรธลดลงมากกว่านักศึกษาพยาบาลกลุ่มควบคุมที่ได้รับการสอนแบบปกติ

คูเปอร์และเอฟเฟอร์สัน (ทัตไนย วงศ์สุวรรณ. 2544 : 14 ; อ้างอิงจาก Kopper & Epperson. 1996) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างประสบการณ์ความโกรธและการแสดงความโกรธกับเพศ บทบาททางเพศ ความเศร้าและสุขภาพจิต โดยทำการศึกษากับกลุ่มนักศึกษาระดับวิทยาลัยจำนวน 705 คน ซึ่งมีอายุอยู่ในช่วงของวัยรุ่น โดยผลการศึกษาพบว่าความโกรธนั้นเป็นตัวทำนายความเศร้า การกล้าแสดงออก ความมั่นใจในตนเอง การพึงพิง ความรู้สึกผิด และการหลีกเลี่ยงความขัดแย้ง

เดฟเฟนเบเชอร์และคณะ (Deffenbacher and other. 1996 : 149-157) ได้ศึกษาทฤษฎีของความโกรธแบบสภาวะ-ลักษณะ และประโยชน์ของแบบวัดความโกรธแบบลักษณะ โดยทำการศึกษากับนักศึกษาที่มีอายุอยู่ในช่วงวัยรุ่น พบว่าคนที่มีความโกรธสูงจะมีความวิตกกังวลที่สูงและมีการจัดการในทางที่สร้างสรรค์น้อยกว่าคนที่มีความโกรธต่ำ มีการใช้แอลกอฮอล์ ทำร้ายผู้อื่นและทำลายสิ่งของ และมักมีปัญหาด้านสัมพันธภาพกับผู้อื่น

ฟอร์เกส , ฟอร์เกส และสเปียร์เบอเกอร์ (Forgays , Forgays & Spiclberger . 1997 : 500 –503) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการแสดงความโกรธของนักศึกษามหาวิทยาลัยพบว่านักศึกษาหญิงและนักศึกษาชายมีการแสดงความโกรธแตกต่างกันในบางองค์ประกอบ

5.2 งานวิจัยในประเทศ

การ์ดิเนอร์ (จารุวรรณ สุขศรี. 2542 : 22 ; อ้างอิงจาก อริญญา งามระยับ. 2532 : 29 ; อ้างอิงจาก Gardiner. 1968) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการแสดงความโกรธของนิสิตนักศึกษาไทย กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตที่กำลังศึกษาวิชาจิตวิทยา ที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย พบว่านิสิตถูกคาดหวังให้เก็บความรู้สึกโกรธ บิดามารดา และบุคคลที่มีอาวุโสเหนือกว่า และพบว่าวิธีการแสดงความโกรธที่นิสิตเห็นว่าเหมาะสมสำหรับสังคมไทย คือการแสดงอารมณ์ออกทางสีหน้า อยู่ในความสงบ ถอยหนี และนิ่งเฉย

จำลอง เงินดี (2519 : 56-58) และวัฒนา ศรีสัตย์วาจา (2519 : 59-96) ได้ร่วมกันศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลกับคุณธรรมด้านทศพิธราชธรรมของนิสิต มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ และจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 320 ผลปรากฏว่า ความวิตกกังวลมีความสัมพันธ์ทางลบกับคุณธรรมด้านทศพิธราชธรรม ซึ่งได้แก่ ทาน บริจาค ความอ่อนโยน การไม่โกรธ ความอดทน ศีล ความซื่อตรง ความเพียร ความไม่เบียดเบียน และความไม่ประพฤติดินท้านองคลองธรรม

พัชรา บุญเล่า (2535 : 69) ได้ศึกษาผลของการฝึกการเจริญสติและการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อความโกรธของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพิชัย อำเภอพิชัย จังหวัดอุดรธานี พบว่านักเรียนที่ได้รับการฝึกการเจริญสติ มีความโกรธภายหลังการทดลองต่ำกว่าก่อนการทดลอง และนักเรียนที่ได้รับการให้คำปรึกษาแบบกลุ่ม มีความโกรธภายหลังการทดลองต่ำกว่าก่อนการทดลองเช่นเดียวกัน

हररषร ใกั้วพูลปรกรณ (2541 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาผลของการฝึกควบคุมความโกรธและทักษะทางสังคมที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักศึกษาอาชีวศึกษา ผลการศึกษาพบว่านักศึกษาที่ได้รับการฝึกควบคุมความโกรธและฝึกทักษะทางสังคม มีพฤติกรรมก้าวร้าวลดลง

จารุวรรณ สุขศรี (2542 : 1) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมและการฝึกลดความรู้สึกอ่อนไหวอย่างเป็นระบบเป็นรายบุคคลที่มีต่อพฤติกรรมการแสดงออกในการเผชิญความโกรธของนักศึกษาพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนีตรง จังหวัดตรัง ปีการศึกษา 2541 พบว่านักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมมีพฤติกรรมการแสดงออกในการเผชิญความโกรธเหมาะสมขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่.01 และนักศึกษาพยาบาลที่ได้รับการฝึกลดความรู้สึกอ่อนไหวอย่างเป็นระบบเป็นรายบุคคลมีพฤติกรรมการแสดงออกในการเผชิญความโกรธเหมาะสมขึ้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .01

ทศไนย วงศ์สุวรรณ (2544 : ง) ได้ศึกษาผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และพฤติกรรมต่อความโกรธของนักเรียนวัยรุ่น เป็นการวิจัยเชิงทดลองโดยศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างนักเรียนที่มีประวัติจากฝ่ายปกครองว่ามีปัญหาทางพฤติกรรมจำนวน 16 คน ผลการศึกษาพบว่าหลังการทดลองและในระยะติดตามผลนักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มมีคะแนนความโกรธโดยทั่วไปต่ำกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่ม และมีคะแนนต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 และนักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษามีคะแนนการแสดงความโกรธออกภายนอกต่ำกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมการปรึกษาและต่ำกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 และนักเรียนที่เข้าร่วมการปรึกษามีคะแนนการควบคุมความโกรธสูงกว่านักเรียนที่ไม่ได้เข้าร่วมและมีคะแนนสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความโกรธทั้งต่างประเทศและในประเทศจะพบว่ามีปัจจัยหลายประการที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับความโกรธ เช่น ความวิตกกังวล ความเครียด การอบรมเลี้ยงดู ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาว่ามีปัจจัยใดบ้างที่มีผลต่อพฤติกรรมความโกรธของนักเรียน

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. การกำหนดประชากรและการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า
3. วิธีดำเนินการสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า
4. ตัวอย่างของแบบสอบถามที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า
5. วิธีดำเนินการเก็บข้อมูล
6. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากรและการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2544 ภาคเรียนที่ 2 ของโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กลุ่มที่ 1 กรุงเทพมหานคร จำนวน 14 โรงเรียน จำนวน 129 ห้องเรียน นักเรียนจำนวน 5,496 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2544 ภาคเรียนที่ 2 ของโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กลุ่มที่ 1 กรุงเทพมหานคร ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน(Multistage Random Sampling) ได้โรงเรียนจำนวน 9 โรงเรียน จำนวน 10 ห้องเรียน และจำนวนนักเรียน 420 คน โดยกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างทั้งหมดด้วยความเชื่อมั่น 95 % ($\alpha = .05$) ซึ่งเทียบจากตารางขนาดกลุ่มตัวอย่างของยามานะ (ลวัน สายยศ และอังคณา สายยศ. 2538 : 297 ; อ้างอิงจาก Yamane. 1967) ปรากฏว่าต้องใช้นักเรียนกลุ่มตัวอย่างอย่างน้อย 375 คนซึ่งในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้มีขั้นตอนการสุ่มกลุ่มตัวอย่างดังนี้

ขั้นที่ 1 แบ่งโรงเรียนออกเป็น 3 ขนาด โดยยึดจำนวนนักเรียนเป็นเกณฑ์คือโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษ (จำนวนนักเรียน 2,500 คนขึ้นไป) ได้ 5 โรงเรียน 62 ห้องเรียน โรงเรียนขนาดใหญ่ (จำนวนนักเรียน 1,500-2,499 คน) ได้ 3 โรงเรียน 25 ห้องเรียน โรงเรียนขนาดกลาง (จำนวนนักเรียน 500-1,499 คน) ได้ 6 โรงเรียน 42 ห้องเรียน

ขั้นที่ 2 สุ่มโรงเรียนจากโรงเรียนแต่ละขนาดมา โดยวิธีสุ่มการสุ่มแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) โดยมีโรงเรียนเป็นหน่วยการสุ่ม (Sampling Unit) สุ่มออกมาชั้นละ 60 เปอร์เซ็นต์ ซึ่งโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษสุ่มได้ 3 โรงเรียน โรงเรียนขนาดใหญ่สุ่มได้ 2 โรงเรียน โรงเรียนขนาดกลางสุ่มได้ 4 โรงเรียน

ขั้นที่ 3 สุ่มห้องเรียนจากโรงเรียนที่สุ่มได้ในขั้นที่ 2 โรงเรียนละ 1-2 ห้องเรียน โดยวิธีสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) ซึ่งโรงเรียนขนาดใหญ่พิเศษสุ่มได้ 4 ห้องเรียน มีนักเรียนจำนวน 220 คน

โรงเรียนขนาดใหญ่สุ่มได้ 2 ห้องเรียน มีนักเรียนจำนวน 80คน และโรงเรียนขนาดกลางสุ่มได้ 4 ห้องเรียน มีนักเรียนจำนวน 120 คน ดังแสดงในตาราง1

ตาราง 1 จำนวนประชากรและนักเรียนกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาจำแนกตามขนาดของโรงเรียน

ขนาดของโรงเรียน	ชื่อโรงเรียน	จำนวนนักเรียน(ห้องเรียน)	
		ประชากร	กลุ่มตัวอย่าง
ขนาดใหญ่พิเศษ	โยธินบูรณะ	673 (12)	56 (1)
	ราชวินิต มัธยม	578 (14)	-
	สตรีวิทยา	690 (12)	57 (1)
	นวมินทร์เบญจมราชาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์	433 (8)	-
	สวนกุหลาบวิทยาลัย	846 (16)	107 (2)
ขนาดใหญ่	วัดราชาธิวาส	318 (9)	35 (1)
	วัดราชบพิธ	296 (7)	45 (1)
	ศิลาจารพิพัฒน์	321 (9)	-
ขนาดกลาง	วัดน้อยนพคุณ	202 (7)	29 (1)
	วัดบวรนิเวศ	230 (7)	33 (1)
	มัธยมวัดมกุฎกษัตริย์	146 (6)	24 (1)
	สุวรรณสุทธารามวิทยา	364(10)	-
	มัธยมวัดเบญจมบพิตร	172 (6)	-
	วัดสังเวช	200 (6)	34 (1)
	รวม	5,469 (131)	420 (10)

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามต่างๆ จำนวน 4 ฉบับ ดังนี้

ฉบับที่ 1 แบบสอบถามวัดบุคลิกภาพด้านความวิตกกังวล	จำนวน 49	ข้อ
ฉบับที่ 2 แบบสอบถามวัดความเครียด	จำนวน 30	ข้อ
ฉบับที่ 3 แบบสอบถามวัดพฤติกรรมความโกรธ	จำนวน 50	ข้อ ✓
ฉบับที่ 4 แบบสอบถามการได้รับการอบรมเลี้ยงดู	จำนวน 30	ข้อ

วิธีดำเนินการสร้างแบบสอบถามเพื่อใช้ในการวิจัย

1. ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามวัดบุคลิกภาพด้านความวิตกกังวล แบบสอบถามวัดความเครียด แบบสอบถามวัดพฤติกรรมความโกรธ ตามขั้นตอนดังนี้

1.1 กำหนดจุดมุ่งหมายในการสร้างแบบสอบถาม

1.1.1 เพื่อสร้างแบบสอบถามวัดบุคลิกภาพด้านความวิตกกังวล แบบสอบถามวัดความเครียด และแบบสอบถามวัดพฤติกรรมความโกรธ

1.1.2 เพื่อตรวจสอบคุณภาพของแบบสอบถามที่สร้างขึ้นในด้านค่าอำนาจจำแนก ค่าความเชื่อมั่น และค่าความเที่ยงตรง

1.1.3 เพื่อนำไปใช้ในการวิจัย

1.2 ศึกษาทฤษฎี เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยทางด้านความวิตกกังวล ความเครียด พฤติกรรมความโกรธ ดังที่กล่าวไว้ในบทที่ 2 เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม

1.3 เขียนนิยามปฏิบัติการจากการศึกษาในขั้น 1.2 แล้วเขียนพฤติกรรมตามลักษณะที่จะวัด โดยฉบับที่ 1 ผู้วิจัยใช้นิยามบุคลิกภาพด้านความวิตกกังวลตามการนิยามและการศึกษาของ จีระ เจริญสุขวิมล (2527 : 33-35)

ฉบับที่ 2 ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยดัดแปลงมาจากแบบวัดความเครียดของ นราธร ศรีประสิทธิ์ (2529 : 48, 129-130) และแบบสอบถามวัดความเครียด HOS (Health Opinion Survey) ซึ่งแพทย์หญิงบรรจง สืบสมาน ดัดแปลงมาจากแบบสำรวจวัดความเครียดของแมคมิลแลน(ชุมพรศรี ฉัตรปียานนท์. 2538 : 37, 73-74) และแบบสอบถามวัดระดับความเครียดของ สร้อยศรี อนันต์ประเสริฐ (2544 : 69-73, ภาคผนวก ข)

ฉบับที่ 3 ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากแนวคิดเกี่ยวกับความโกรธของของสเปียร์เบอร์เกอร์ (Spielberger)

1.4 เขียนแบบสอบถามแต่ละฉบับให้สอดคล้องตามที่นิยามไว้ โดย

ฉบับที่1 สร้างคำถามให้ครอบคลุมความวิตกกังวลด้านต่าง ๆ ทั้ง 7 ด้าน ด้านละ 10 ข้อ รวม 70 ข้อ

ฉบับที่ 2 สร้างคำถามให้ครอบคลุมความเครียดตามลักษณะที่จะวัด จำนวน 35 ข้อ

ฉบับที่ 3 สร้างคำถามให้ครอบคลุมพฤติกรรมความโกรธตามลักษณะที่จะวัด 5 ลักษณะ ลักษณะละ 15 ข้อ รวม 75 ข้อ

1.5 ตรวจสอบคุณภาพเบื้องต้นของแบบสอบถาม โดยนำแบบสอบถามทั้ง 3 ฉบับมาตรวจสอบคุณภาพเบื้องต้นหาความเที่ยงตรงเชิงพินิจ (Face Validity) โดยนำแบบสอบถามไปให้ผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน ซึ่งเป็นนักวัดผลทางการศึกษา 3 ท่านและนักจิตวิทยา 2 ท่าน ได้พิจารณาความสอดคล้องของแบบสอบถามที่ได้นิยามไว้ และได้คัดเลือกข้อสอบที่มีค่าดัชนีความสอดคล้อง(IOC) ตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไป ดังนี้
ฉบับที่ 1 คัดเลือกไว้ 70 ข้อ โดยต้องปรับปรุงภาษาจำนวน 4 ข้อ,ฉบับที่ 2 คัดเลือกไว้ 35 ข้อโดยต้องแก้ไข 1 ข้อ ปรับปรุงภาษาจำนวน 7 ข้อ และฉบับที่ 3 คัดเลือกไว้ 75 ข้อ โดยต้องแก้ไข 3 ข้อ ปรับปรุงภาษาจำนวน 3 ข้อ แล้วจัดพิมพ์เป็นฉบับ

1.6 นำแบบสอบถามในข้อ 1.5 ที่คัดเลือกข้อความที่อยู่ในเกณฑ์และผ่านการปรับปรุงแก้ไขภาษาแล้วไปทดลองสอบครั้งที่ 1 กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 200 คน

1.7 จากนั้นนำผลที่ได้จากการทดลองสอบครั้งที่ 1 มาวิเคราะห์หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อดังนี้

ฉบับที่ 1 หาค่าอำนาจจำแนกแบบพอยท์-ไบซีเรียล(point biserial) ซึ่งแบบสอบถามวัดบุคลิกภาพด้านความวิตกกังวล จำนวน 70 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ .02 ถึง .54 จึงได้ตัดข้อที่มีค่าอำนาจจำแนกตั้งแต่ .20 ขึ้นไปไว้ใช้ในการวิจัยด้านละ 7 ข้อ รวม 49 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนก (r) ตั้งแต่ .20 ถึง .54 (ดังในภาคผนวก)

ฉบับที่ 2 หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อของแบบสอบถามจากค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนของข้อคำถามแต่ละข้อกับคะแนนรวม(Item Correlation) คำนวณโดยใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ซึ่งแบบสอบถามวัดความเครียด จำนวน 35 ข้อมีค่าอำนาจจำแนก (r) ตั้งแต่ .36 ถึง .67 จึงได้ตัดข้อที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ไว้ใช้ในการวิจัยจำนวน 30 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนก (r) ตั้งแต่ .42 ถึง .67 (ดังในภาคผนวก)

ฉบับที่ 3 หาค่าอำนาจจำแนกรายข้อของแบบสอบถามจากค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนของข้อคำถามแต่ละข้อกับคะแนนรวม(Item Correlation) คำนวณโดยใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ซึ่งแบบสอบถามวัดพฤติกรรมความโกรธ 5 ลักษณะ จำนวน 75 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนก (r) ตั้งแต่ -.01 ถึง .65 จึงได้คัดข้อที่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ไว้ใช้ในการวิจัยลักษณะละ 10 ข้อ รวม 50 ข้อ มีค่าอำนาจจำแนก (r) ตั้งแต่ .16 ถึง .65 (ตั้งในภาคผนวก)

1.8 นำแบบสอบถามที่คัดเลือกไว้ในข้อ 1.7 ไปจัดพิมพ์แล้วนำไปทดสอบครั้งที่ 2 กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 200 คน

1.9 นำผลการทดสอบมาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น ได้ผลดังนี้

ฉบับที่ 1 แบบสอบถามวัดบุคลิกภาพด้านความวิตกกังวล วิเคราะห์ด้วยสูตรการหาสัมประสิทธิ์ r_B (Coefficient r_B) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .91

ฉบับที่ 2 แบบสอบถามวัดความเครียด วิเคราะห์ด้วยสูตรการหาสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .93

ฉบับที่ 3 แบบสอบถามวัดพฤติกรรมความโกรธ วิเคราะห์ด้วยสูตรการหาสัมประสิทธิ์เบต้าเค (Coefficient β_K) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .92

1.10 จัดพิมพ์แบบสอบถามเป็นฉบับเพื่อนำไปใช้ในการวิจัย

2. แบบสอบถามการได้รับการอบรมเลี้ยงดู ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามการได้รับการอบรมเลี้ยงดู ของมะลิ อุดมภาพ (2538) ซึ่งเป็นแบบสอบถามชนิดเป็นสถานการณ์ที่เป็นตัวแทนของเหตุการณ์ซึ่งอาจเกิดขึ้นได้ในชีวิตประจำวันของนักเรียน เกี่ยวกับเรื่องราวการศึกษาเล่าเรียน การแต่งกาย การคบเพื่อน การทำงานบ้าน การรักษาเวลา การรักษาความสะอาด การใช้จ่ายเงิน การใช้เวลาว่าง สุขภาพและมารยาททั่วไป เพื่อช่วยให้เด็กคิดถึงวิธีการที่บิดามารดา ผู้ปกครอง จะปฏิบัติต่อตนเองเมื่อเกิดเหตุการณ์นั้นๆ แบบสอบถามนี้มีจำนวน 30 ข้อในแต่ละข้อมี 3 ตัวเลือก ผู้ตอบจะต้องตอบทุกข้อ คำตอบนั้นเป็นตัวแทนของการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย แต่ละคำตอบเป็นมาตราวัดแบบลิเคิร์ต (Likert Scale) 5 ระดับ เมื่อแยกคำตอบออกมาแล้วจะได้คำตอบฉบับละ 30 ข้อ ซึ่งแบบสอบถามการได้รับการเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมีค่าอำนาจจำแนก (t) อยู่ระหว่าง 3.18 ถึง 9.90 และค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .93 แบบสอบถามการได้รับการเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน มีค่าอำนาจจำแนก (t) อยู่ระหว่าง 2.37 ถึง 6.91 และค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .86 แบบสอบถามการได้รับการเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย มีค่าอำนาจจำแนก (t) อยู่ระหว่าง 2.74 ถึง 9.98 และค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .94

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยจะนำแบบสอบถามการอบรมเลี้ยงดูของมะลิ อุดมภาพ ไปทดสอบกับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 200 คนเพื่อหาคุณภาพของแบบสอบถามด้านความเชื่อมั่นใหม่ ได้ค่าความเชื่อมั่นดังนี้ แบบสอบถามการได้รับการเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .89 แบบสอบถามการได้รับการเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .83 แบบสอบถามการได้รับการเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .90

ลักษณะของแบบสอบถาม

ลักษณะแบบสอบถามแต่ละฉบับมีลักษณะดังนี้

ฉบับที่ 1 แบบทดสอบวัดบุคลิกภาพด้านความวิตกกังวล จำนวน 7 ด้าน รวม 49 ข้อตั้งตัวอย่าง

ข้อ	ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
	<u>ด้านที่ 1 ความวิตกกังวลเกี่ยวกับครอบครัว</u>		
01	ฉันกลัวว่าพ่อแม่จะทะเลาะกัน.....		
02	ฉันไม่สบายใจมากเมื่อมีปัญหาโต้แย้งกับพ่อแม่.....		
	<u>ด้านที่ 2 ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการคบเพื่อน</u>		
03	ฉันรู้สึกว่าคุณเองยังเข้ากับเพื่อนไม่ได้.....		
04	ฉันชอบเก็บเอาเรื่องที่เพื่อนตำหนิมาคิด.....		
	<u>ด้านที่ 3 ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเรียน</u>		
05	ฉันชอบคิดมากเกี่ยวกับคะแนนที่ได้.....		
06	ฉันกังวลใจว่าผลการเรียนจะไม่ดีเท่าที่ควร.....		
	<u>ด้านที่ 4 ความวิตกกังวลเกี่ยวกับสุขภาพร่างกาย</u>		
07	ฉันกังวลใจว่าแข็งแรงสู้คนอื่นไม่ได้.....		
08	ฉันรู้สึกว่าสักวันหนึ่งตนเองจะเจ็บป่วย.....		
	<u>ด้านที่ 5 ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเงิน</u>		
09	ฉันรู้สึกว่าเงินที่ได้รับแต่ละวันไม่พอใช้.....		
010	ฉันรู้สึกไม่สบายใจเพราะไม่มีเงินเข้าร่วมกิจกรรมกับเพื่อน.....		
	<u>ด้านที่ 6 ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรม</u>		
011	ฉันมีความลำบากใจในการแสดงความเคารพต่อผู้ใหญ่.....		
012	ฉันรู้สึกว่าตัวเองแต่งตัวไม่ทันสมัย.....		
	<u>ด้านที่ 7 ความวิตกกังวลเกี่ยวกับศาสนา</u>		
013	ฉันกลัวว่าถ้าเราสร้างกรรมไว้ กรรมนั้นจะตอบสนองเรา.....		
014	ฉันคิดเสมอว่าคนเราตายแล้วจะเกิดใหม่หรือไม่.....		

วิธีการตรวจให้คะแนน

1. ถ้านักเรียนกาเครื่องหมาย \checkmark ลงในช่อง "ใช่" ของแบบสอบถาม ให้ 1 คะแนน
2. ถ้านักเรียนกาเครื่องหมาย \checkmark ลงในช่อง "ไม่ใช่" ของแบบสอบถาม ให้ 0 คะแนน

ฉบับที่ 2 แบบสอบถามวัดความเครียด จำนวน 30 ข้อ ดังตัวอย่าง

ข้อ	ข้อความ	บ่อยครั้ง ที่สุด	บ่อยครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่เคย เลย
01	ท่านมีปัญหาหนักใจที่ต้องขบคิด.....
02	ท่านเคยอยู่เฉยๆแล้วรู้สึกหัวใจสั่น หรือใจเต้นแรงผิดปกติ..

วิธีการตรวจให้คะแนน

ถ้านักเรียนตอบช่อง	บ่อยครั้งที่สุด	ให้	3	คะแนน
ถ้านักเรียนตอบช่อง	บ่อยครั้ง	ให้	2	คะแนน
ถ้านักเรียนตอบช่อง	นานๆครั้ง	ให้	1	คะแนน
ถ้านักเรียนตอบช่อง	ไม่เคยเลย	ให้	0	คะแนน

ฉบับที่ 3 แบบสอบถามวัดพฤติกรรมความโกรธ จำนวน 50 ข้อ ดังตัวอย่าง

ข้อ	ข้อความ	จริงมาก ที่สุด	จริง	มีบ้าง	ไม่จริง เลย
<u>ความโกรธแบบสภาวะ</u>					
เมื่อพบเหตุการณ์ที่ไม่เป็นที่พึงพอใจ...					
01	ฉันรู้สึกโกรธมาก.....
02	ฉันรู้สึกอยากจะทำร้ายตัวของให้แตก.....
<u>ความโกรธแบบลักษณะ</u>					
โดยทั่วไปแล้ว....					
03	ฉันเป็นคนอารมณ์ร้อน.....
04	เมื่อมีใครมาทำให้ฉันเกิดความล่าช้าฉันจะรู้สึกโกรธ.....
<u>การเก็บความรู้สึกโกรธไว้ภายใน</u>					
เมื่อรู้สึกโกรธ....					
05	ฉันจะไม่พูดไม่จาหรือทำหน้าที่ไม่พอใจ.....
06	ฉันจะแสดงสีหน้านิ่งเฉยเก็บความไม่พอใจไว้ภายใน.....

ข้อ	ข้อความ	จริงมากที่สุด	จริง	มีบ้าง	ไม่จริงเลย
07	<u>การแสดงความโกรธออกภายนอก</u> เมื่อรู้สึกโกรธ....				
08	ฉันจะใช้กำลังกับผู้ที่ทำให้ฉันโกรธ..... ฉันจะใช้คำพูดที่รุนแรงหรือทำร้ายจิตใจผู้อื่น.....
09	<u>การควบคุมความรู้สึกโกรธ</u> เมื่อรู้สึกโกรธ....				
09	ฉันจะพยายามปรับอารมณ์ของตนให้เป็นปกติ.....
010	ฉันจะอดกลั้นต่อบุคคลหรือสถานการณ์ที่ทำให้โกรธ.....

วิธีการตรวจให้คะแนน

ถ้านักเรียนตอบช่อง	จริงมากที่สุด	ให้	3	คะแนน
ถ้านักเรียนตอบช่อง	จริง	ให้	2	คะแนน
ถ้านักเรียนตอบช่อง	มีบ้าง	ให้	1	คะแนน
ถ้านักเรียนตอบช่อง	ไม่จริงเลย	ให้	0	คะแนน

ฉบับที่ 4 แบบสอบถามการได้รับการอบรมเลี้ยงดู (มะลิ อุดมภาพ . 2538)

คำชี้แจง

- แบบสอบถามการได้รับการอบรมเลี้ยงดูประกอบด้วยข้อคำถามเป็นแบบสถานการณ์ซึ่งเป็นคำถามเกี่ยวกับการปฏิบัติของบิดามารดาหรือผู้ปกครองที่ปฏิบัติต่อนักเรียนเป็นประจำ
- ให้นักเรียนอ่านข้อความแล้วตอบคำถามทุกข้อของตัวเลือก ซึ่งคำตอบแต่ละข้อเป็นตัวแทนของการได้รับการอบรมเลี้ยงดู
- วิธีทำ ให้นักเรียนกาเครื่องหมาย / ในช่องหมายเลข 0 – 4 ถ้านักเรียนพิจารณาคำตอบและเห็นว่าคำตอบนั้นเป็นจริงที่บิดามารดาหรือผู้ปกครองปฏิบัติต่อนักเรียน โดยที่ตัวเลขแต่ละตัวมีความหมายดังนี้

- 4 หมายถึง นักเรียนพิจารณาและเห็นว่าคำตอบนั้น บิดามารดาหรือผู้ปกครองปฏิบัติต่อนักเรียนมากที่สุด
- 3 หมายถึง นักเรียนพิจารณาและเห็นว่าคำตอบนั้น บิดามารดาหรือผู้ปกครองปฏิบัติต่อนักเรียนมาก
- 2 หมายถึง นักเรียนพิจารณาและเห็นว่าคำตอบนั้น บิดามารดาหรือผู้ปกครองปฏิบัติต่อนักเรียนปานกลาง
- 1 หมายถึง นักเรียนพิจารณาและเห็นว่าคำตอบนั้น บิดามารดาหรือผู้ปกครองปฏิบัติต่อนักเรียนน้อย
- 0 หมายถึง นักเรียนพิจารณาและเห็นว่าคำตอบนั้น บิดามารดาหรือผู้ปกครองปฏิบัติต่อนักเรียนน้อยที่สุด

หมายเหตุ

บิดามารดาหรือผู้ปกครอง หมายถึง ผู้ที่ให้การอบรมเลี้ยงดูนักเรียนมาเป็นเวลานานกว่าผู้อื่น
อาจารย์ พ่อ แม่ ปู่ ย่า ตา ยาย ลุง ป้า น้า อา หรือบุคคลอื่นก็ได้

ข้อความ	มากที่สุด 4	มาก 3	ปานกลาง 2	น้อย 1	น้อยที่สุด 0
- เพื่อนสนิทของนักเรียนมีปัญหาเดือดร้อนทุกข์ใจ และนักเรียนได้นำมาเล่าให้ผู้ปกครองฟัง ผู้ปกครองท่านจะอย่างไร					
ก. ช่วยให้คำปรึกษา.....(ประชาธิปไตย)					
ข. ห้ามไม่ให้ไปให้นักเรียนไปก้าวก่ายเรื่องราวเพื่อน.....(เข้มงวดกวดขัน)					
ค. รับฟังแล้วพยักหน้าไม่สนใจที่จะฟังปัญหา.....(ปล่อยปละละเลย)					

วิธีการตรวจให้คะแนน

ถ้านักเรียนกาเครื่องหมาย / ลงในช่อง “มากที่สุด” ให้ 4 คะแนน “ มาก ” ให้ 3 คะแนน
“ ปานกลาง” ให้ 2 คะแนน “ น้อย ” ให้ 1 คะแนน “ น้อยที่สุด ” ให้ 0 คะแนน

วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ติดต่อผู้บริหารโรงเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ขออนุญาตผู้บริหารโรงเรียน และนัดหมาย วัน เวลา เพื่อนำแบบสอบถามไปเก็บข้อมูล
2. เตรียมแบบสอบถามให้เพียงพอกับจำนวนนักเรียนที่จะเก็บข้อมูลในแต่ละครั้งวางแผนการเก็บข้อมูล รวมทั้งหาผู้ช่วยในการดำเนินการเก็บข้อมูล ซึ่งผู้วิจัยได้ชี้แจงการปฏิบัติในการดำเนินการเก็บข้อมูลจนเข้าใจเป็นอย่างดี
3. อธิบายให้นักเรียนในกลุ่มตัวอย่างเข้าใจวัตถุประสงค์ และผลประโยชน์ที่จะได้รับในการทำแบบสอบถาม
4. อธิบายให้นักเรียนเข้าใจวิธีการทำแบบสอบถาม ก่อนที่จะให้นักเรียนเริ่มต้นลงมือทำ
5. นำผลมาตรวจให้คะแนนและวิเคราะห์หาค่าสถิติเพื่อทดสอบแบบสมมติฐาน

ขั้นตอนในการวิเคราะห์ข้อมูลในการวิจัย

1. ตรวจสอบให้คะแนนของแบบสอบถามแต่ละฉบับตามเกณฑ์การตรวจให้คะแนนที่ตั้งไว้
2. หาค่าเฉลี่ย ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐานและค่าสัมประสิทธิ์ของการกระจายของคะแนนจากแบบทดสอบถามแต่ละฉบับรวม 4 ฉบับ
3. หาค่าสหสัมพันธ์และทดสอบนัยสำคัญทางสถิติของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์
4. หาค่าสหสัมพันธ์พหุคูณ และการทดสอบนัยสำคัญทางสถิติ
5. หาค่าน้ำหนักความสำคัญ (Beta Weight) ของแบบสอบถามและทดสอบนัยสำคัญทางสถิติ

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ค่าเฉลี่ย (\bar{X})
2. ค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S)
3. ค่าสัมประสิทธิ์ของการกระจาย (C.V)
4. ค่าสถิติในการหาคูณภาพของแบบสอบถาม ได้แก่
 - 4.1 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index Of Consistency : IOC) เพื่อหาค่าความเที่ยงตรงเชิงพินิจ (บุญเชิด ภิญญอนันตพงษ์. 2545 : 95)

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ	IOC	แทน	ค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อสอบแต่ละข้อกับนิยามศัพท์เฉพาะ
	$\sum R$	แทน	ผลรวมของคะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ
	N	แทน	จำนวนผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด

- 4.2 ค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อสอบรายข้อโดยใช้หาค่าสหสัมพันธ์แบบพอยท์ ไบซีเรียล (Point - Biserial Correlation) (บุญเชิด ภิญญอนันตพงษ์.2521 :257-258)

$$r_{p \text{ bis}} = \frac{M_p - M_q}{S_t} \cdot \sqrt{pq}$$

เมื่อ	$r_{p \text{ bis}}$	แทน	ค่าอำนาจจำแนก
	M_p	แทน	ค่าเฉลี่ยของคะแนนรวมในกลุ่มตอบถูก
	M_q	แทน	ค่าเฉลี่ยของคะแนนรวมในกลุ่มตอบผิด
	S_t	แทน	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนทั้งหมด
	p	แทน	สัดส่วนของคนที่ตอบถูก
	q	แทน	สัดส่วนของคนที่ตอบผิด (1 - p)

4.3 ค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามจากค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนของข้อคำถามแต่ละข้อกับคะแนนรวม (Item Correlation) คำนวณโดยใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (บุญเชิด ภิญโญอนันตพงษ์. 2545 : 84)

$$r = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}$$

เมื่อ	r	แทน	ค่าอำนาจจำแนกรายข้อ
	N	แทน	จำนวนนักเรียนในกลุ่ม
	X	แทน	คะแนนของข้อคำถาม
	Y	แทน	คะแนนผลรวมของข้ออื่นๆที่เหลือทุกข้อ

4.4 หาความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยใช้สูตร สัมประสิทธิ์ r_B (Coefficient r_B) (บุญเชิด ภิญโญอนันตพงษ์.2545 : 134)

$$r_B = \frac{1}{1 - \sum p_i^2} \left(1 - \frac{\sum P_i (1 - P_i)}{S_x^2} \right)$$

เมื่อ	r_B	แทน	ค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบ
	P_i	แทน	ค่าสัดส่วนของคนที่ตอบข้อนั้นถูกรายข้อ
	S_x^2	แทน	ความแปรปรวนของคะแนนทั้งฉบับ

$$S_x^2 = \frac{N \sum x^2 - (\sum x)^2}{N(N-1)}$$

เมื่อ	$\sum X^2$	แทน	ผลรวมทั้งหมดของคะแนนแต่ละตัวยกกำลังสอง
	$\sum X$	แทน	ผลรวมทั้งหมดของคะแนนแต่ละคน
	N	แทน	จำนวนข้อ

ค่า λ_i หาได้จากสูตรต่อไปนี้

$$\lambda_1 = [\sum B_{1i} - P_1 (\bar{X}-1)]/S_x^2$$

$$\lambda_2 = [\sum B_{2i} - P_2 (\bar{X}-1)]/S_x^2$$

....

$$\lambda_k = [\sum B_{ki} - P_k (\bar{X}-1)]/S_x^2$$

\bar{X} แทน ผลรวมของค่าสัดส่วนคนที่ตอบถูกรายข้อ

B_{ji} แทน สัดส่วนจำนวนผู้ตอบข้อสอบสองข้อใดๆ ถูกทั้งสองข้อ

4.5 หาความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยใช้สูตร สัมประสิทธิ์เบต้าเค (Coefficient β_K) ของราชู (บุญเชิด ภิญโญอนันตพงษ์.2545 : 137 ; อ้างอิงจาก Raju.1977 : 549-565)

$$\beta_K = \left[\frac{1}{1 - \sum P_i^2} \right] \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_x^2} \right]$$

$$P_i = \frac{n_i}{\sum n_i}$$

เมื่อ β_K แทน ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม

P_i แทน สัดส่วนของจำนวนข้อแต่ละส่วนย่อย

S_i^2 แทน ความแปรปรวนของคะแนนในแต่ละส่วน

S_x^2 แทน ความแปรปรวนของคะแนนทั้งฉบับ

n_i แทน จำนวนข้อในแต่ละส่วนย่อยของแบบสอบถาม

$\sum n_i$ แทน จำนวนข้อสอบทั้งหมด

4.6 หาความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม โดยใช้สูตร สัมประสิทธิ์แอลฟา (Coefficient α)
ของครอนบาค (บุญเชิด ภิญโญนนตพงษ์. 2545 : 131)

$$\alpha = \frac{K}{K - 1} \left[1 - \frac{\sum S_i^2}{S_t^2} \right]$$

เมื่อ	α	แทน	ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม
	K	แทน	จำนวนข้อ
	S_i^2	แทน	ค่าความแปรปรวนของคะแนนแต่ละข้อ
	S_t^2	แทน	ค่าความแปรปรวนของคะแนนรวมทั้งฉบับของเครื่องมือวัด

5. สถิติที่ใช้ในการวิจัย

5.1 หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (Correlation Coefficient) โดยใช้สูตรของเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) (บุญเชิด ภิญโญนนตพงษ์.2521:281-282; อ้างอิงจาก McCall, 1970 :117)

$$r_{xy} = \frac{N\sum XY - \sum X\sum Y}{\sqrt{[N\sum X^2 - (\sum X)^2][N\sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

เมื่อ	r_{xy}	แทน	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของคะแนน
	X	แทน	คะแนนที่ได้จากแบบทดสอบฉบับ X
	Y	แทน	คะแนนที่ได้จากแบบทดสอบฉบับ Y
	$\sum X$	แทน	ผลรวมของคะแนน X
	$\sum Y$	แทน	ผลรวมของคะแนน Y
	$\sum XY$	แทน	ผลรวมของผลคูณระหว่าง X กับ Y ทุกคู่
	$\sum X^2$	แทน	ผลรวมของคะแนน X แต่ละตัวยกกำลังสอง
	$\sum Y^2$	แทน	ผลรวมของคะแนน Y แต่ละตัวยกกำลังสอง
	N	แทน	จำนวนนักเรียน

5.2 ทดสอบความมีนัยสำคัญของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ โดยใช้ t – test (ชูศรี วงศ์รัตน์ : 2530 : 325)

$$t = r \sqrt{\frac{n-2}{1-r^2}}$$

เมื่อ	t	แทน	ค่าจากการแจกแจงแบบที
	r	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์
	n	แทน	จำนวนข้อมูลหรือจำนวนคน

5.3 หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ (R) โดยใช้สูตร (Kerlinger and Pedhazur. 1973 : 75)

$$R_{y.1,2,3..n} = \sqrt{\sum \beta_i r_{x_i y}}$$

เมื่อ	$R_{y.1,2,3..n}$	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างตัวอิสระตัวที่ i ถึง n กับตัวแปรตาม (y)
	β_i	แทน	ค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรอิสระตัวที่ i ในรูปคะแนนมาตรฐาน
	$r_{x_i y}$	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระ (x_i) กับตัวแปรตาม (y)

5.4 ทดสอบนัยสำคัญของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ โดยใช้สูตร (Kerlinger and Pedhazur. 1973 : 63)

$$F = \frac{R^2/k}{1-R^2/N-k-1}$$

เมื่อ	F	แทน	ค่าการแจกแจงแบบเอฟ (F – Distribution)
	R	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ
	N	แทน	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง
	k	แทน	จำนวนตัวแปรอิสระ
	df ₁	=	k
	df ₂	=	N – k – 1

5.5 หาค่าน้ำหนักความสำคัญในรูปคะแนนดิบ โดยใช้สูตร (Kerlinger and Pedhazur. 1973 : 61)

$$b_i = \beta_i \frac{S_y}{S_i}$$

เมื่อ	b_i	แทน	ค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรอิสระตัวที่ i ในรูปคะแนนดิบ
	β_i	แทน	ค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรอิสระตัวที่ i ในรูปคะแนนมาตรฐาน
	S_i	แทน	ความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนจากตัวแปรอิสระตัวที่ i
	S_y	แทน	ความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนจากตัวแปรตาม

5.6 ทดสอบนัยสำคัญของค่าน้ำหนักความสำคัญ (Beta – Weight) โดยใช้ t – test (Kerlinger and Pedhazur. 1973 : 119)

$$t_i = b_i / SE_{b_i} \quad ; \quad df = N - k - 1$$

เมื่อ	t_i	แทน	ค่าการแจกแจงแบบทีของค่าน้ำหนักความสำคัญตัวที่ i
	b_i	แทน	ค่าน้ำหนักความสำคัญตัวที่ i ในรูปคะแนนดิบ
	SE_{b_i}	แทน	ความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของค่าน้ำหนักของความสำคัญ
	N	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
	k	แทน	จำนวนแบบทดสอบ

5.7 คัดเลือกตัวพยากรณ์ที่ดีที่สุดระหว่างตัวพยากรณ์ทั้งหลายโดยใช้วิธี Stepwise Multiple Regression

ในการวิจัยครั้งนี้ การคำนวณค่าสถิติ ใช้โปรแกรม SPSS (Statistical Package for the Social Sciences)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

เพื่อให้เกิดความเข้าใจในการแปลความหมายของการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยได้เสนอสัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ดังต่อไปนี้

k	แทน	จำนวนข้อสอบ
k'	แทน	คะแนนเต็มของแบบสอบถาม
\bar{X}	แทน	คะแนนเฉลี่ย
S	แทน	ความเบี่ยงเบนมาตรฐาน
CV	แทน	สัมประสิทธิ์ของการกระจาย
SE _m	แทน	ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานในการวัด
X ₁	แทน	ความวิตกกังวล
X ₂	แทน	ความเครียด
X ₃	แทน	การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย
X ₄	แทน	การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน
X ₅	แทน	การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย
Y	แทน	พฤติกรรมความโกรธ
r	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์
b	แทน	ค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรอิสระในรูปคะแนนดิบ (Score-Weight)
β	แทน	ค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรอิสระในรูปคะแนนมาตรฐาน(Beta-Weight)
$\beta\%$	แทน	ค่าเปอร์เซ็นต์ส่งผลของค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรอิสระในรูปคะแนนมาตรฐาน(Beta-Weight)
SE _b	แทน	ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐานของน้ำหนักความสำคัญในรูปคะแนนดิบ
t	แทน	ค่าสถิติในการแจกแจงแบบ t (t - distribution)
R	แทน	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ
R ²	แทน	กำลังสองของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณหรือค่าความแปรผันร่วมกันของสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ
F	แทน	ค่าการแจกแจงแบบ F (F- distribution)

การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลเป็นลำดับขั้นดังนี้

1. การวิเคราะห์หาค่าสถิติพื้นฐาน
2. การวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น
3. การวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่าย
4. การวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณและค่าน้ำหนักความสำคัญ

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. การวิเคราะห์หาค่าสถิติพื้นฐาน

การวิเคราะห์ข้อมูลในตอนนี้ ผู้วิจัยได้นำคะแนนของแบบสอบถามวัดปัจจัยแต่ละด้านและแบบสอบถามวัดพฤติกรรมความโกรธ จากการตอบแบบสอบถามของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 420 คน ซึ่งเป็นนักเรียนชายจำนวน 285 คน และเป็นนักเรียนหญิงจำนวน 135 คน มาวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสัมประสิทธิ์ของการกระจาย ปรากฏผลดังแสดงในตาราง 2

ตาราง 2 ค่าสถิติพื้นฐานของปัจจัยแต่ละด้านและพฤติกรรมความโกรธ

ปัจจัย	k	k'	นักเรียนชาย			นักเรียนหญิง			นักเรียนทั้งหมด		
			\bar{X}	S	CV	\bar{X}	S	CV	\bar{X}	S	CV
X ₁	49	49	21.23	9.90	46.63	21.09	8.96	42.49	21.18	9.60	45.33
X ₂	30	90	37.57	14.69	39.10	37.65	14.50	38.51	37.60	14.61	38.87
X ₃	30	120	73.10	15.10	20.66	76.22	17.88	23.46	74.10	16.09	21.71
X ₄	30	120	59.47	14.10	23.71	59.70	14.26	23.85	59.58	14.15	23.75
X ₅	30	120	34.93	15.85	45.38	31.68	14.99	47.32	33.88	15.64	46.16
Y	50	150	67.09	18.91	28.19	68.03	15.44	22.69	67.39	17.85	26.49

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 2 แสดงให้เห็นว่าคะแนนเฉลี่ยของปัจจัยแต่ละด้านระหว่างนักเรียนชาย นักเรียนหญิงและรวมทั้งหมดมีค่าเฉลี่ยไม่แตกต่างกันมากนัก โดยคะแนนเฉลี่ยความวิตกกังวล(X₁)มีค่าตั้งแต่ 21.09 ถึง 21.23 คะแนนเฉลี่ยของความเครียด(X₂)มีค่าตั้งแต่ 37.57 ถึง 37.65 ส่วนการได้รับการอบรมเลี้ยงดูของนักเรียนชาย นักเรียนหญิง และรวมทั้งหมด มีค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 31.68 ถึง 76.22 โดยการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย(X₃) มีค่าเฉลี่ยสูงสุด และการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย(X₄)มีค่าเฉลี่ยต่ำสุด สำหรับพฤติกรรมความโกรธ(Y) มีค่าเฉลี่ยตั้งแต่ 67.09 ถึง 68.03 และเมื่อดูจากแบบสอบถามทั้งหมดแล้วส่วนใหญ่มีคะแนนเฉลี่ยต่ำกว่าครึ่งของคะแนนเต็มทั้งฉบับ แสดงว่านักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีลักษณะด้านความวิตกกังวล(X₁) ความเครียด(X₂) การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน(X₄) การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย(X₅)และพฤติกรรมความโกรธ(Y)ค่อนข้างต่ำ สำหรับแบบสอบถามการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมีคะแนนเฉลี่ยเกินครึ่งของคะแนนเต็ม แสดงว่านักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างมีลักษณะการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย(X₃)ค่อนข้างสูง

เมื่อพิจารณาการกระจายคะแนนของแบบสอบถามแต่ละฉบับ ปรากฏว่าแบบสอบถามทั้ง 4 ฉบับมีความเบี่ยงเบนมาตรฐานอยู่ระหว่าง 8.96 ถึง 18.91 และเมื่อนำค่าการกระจายคะแนนมาเปรียบเทียบกับทั้งเมื่อคำนวณจากนักเรียนชาย นักเรียนหญิงและรวมทั้งหมด พบว่า แบบสอบถามทั้งหมดมีค่าสัมประสิทธิ์การกระจายเท่ากับ 20.66 ถึง 47.32 แสดงว่าแบบสอบถามทั้งหมดมีการกระจายของคะแนนไม่กว้างมากนัก แต่แบบสอบถามการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย แบบสอบถามวัดบุคลิกภาพความวิตกกังวล และแบบสอบถามวัดความเครียดจะมีค่าสัมประสิทธิ์การกระจายสูงกว่าแบบสอบถามการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย แบบสอบถามการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน และแบบสอบถามวัดพฤติกรรมความโกรธ

2. การวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น

การวิเคราะห์ข้อมูลในตอนนี้ ผู้วิจัยได้นำคะแนนของแบบสอบถามวัดปัจจัยแต่ละด้านและแบบสอบถามวัดพฤติกรรมความโกรธ จากการตอบแบบสอบถามของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 420 คน ซึ่งเป็นนักเรียนชายจำนวน 285 คน และเป็นนักเรียนหญิงจำนวน 135 คน มาคำนวณหาค่าความเชื่อมั่นโดยใช้วิธีของบุญเชิด ภิญโญอนันตพงษ์ สูตรสัมประสิทธิ์ r_B (Coefficient r_B) สำหรับแบบสอบถามวัดบุคลิกภาพความวิตกกังวล ส่วนแบบสอบถามวัดความเครียดและแบบสอบถามวัดการได้รับการอบรมเลี้ยงดู ใช้วิธีของครอนบาค (Cronbach) สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา (α -Coefficient) และแบบสอบถามวัดพฤติกรรมความโกรธ ใช้วิธีของ ราชู (Raju) สูตรสัมประสิทธิ์เบต้าเค (Coefficient β_K) โดยวิเคราะห์ทั้งฉบับ ปรากฏผลดังแสดงในตาราง 3

ตาราง 3 ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามวัดปัจจัยแต่ละด้านและแบบสอบถามวัดพฤติกรรมความโกรธ

ปัจจัย	นักเรียนชาย		นักเรียนหญิง		นักเรียนทั้งหมด	
	ค่าความเชื่อมั่น	SE _m	ค่าความเชื่อมั่น	SE _m	ค่าความเชื่อมั่น	SE _m
X ₁	.90	.47	.91	.59	.89	.77
X ₂	.93	.71	.92	.87	.92	1.25
X ₃	.91	.83	.90	.94	.92	1.63
X ₄	.81	.65	.82	.79	.80	1.14
X ₅	.90	.80	.90	.97	.90	1.39
Y	.90	.87	.92	1.12	.86	1.32

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 3 พบว่า ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามแต่ละฉบับที่วัดจากนักเรียนชาย นักเรียนหญิง และรวมทั้งหมด มีค่าดังนี้ แบบสอบถามวัดแบบสอบถามวัดบุคลิกภาพความวิตกกังวล (X₁) มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .89 ถึง .91 แบบสอบถามวัดความเครียด (X₂) มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .91 ถึง .93 แบบสอบถามการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (X₃) มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .90 ถึง .92 แบบสอบถามการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน (X₄) มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .80 ถึง .82 แบบสอบถามการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย (X₅) มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .90 แบบสอบถามวัดพฤติกรรมความโกรธมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .86 ถึง .92

3. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่าย

การวิเคราะห์ข้อมูลในตอนนี้ ผู้วิจัยได้นำคะแนนของแบบสอบถามวัดปัจจัยแต่ละด้านและแบบสอบถามวัดพฤติกรรมความโกรธ จากการตอบแบบสอบถามของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 420 คน ซึ่งเป็นนักเรียนชายจำนวน 285 คน และเป็นนักเรียนหญิงจำนวน 135 คน มาวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่าย โดยใช้สูตรเพียร์สัน (r_{xy} : Pearson,s Product Moment Correlation Coefficient) ปรากฏผลดังแสดงในตาราง 4-6

ตาราง 4 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายระหว่างปัจจัยบางประการกับพฤติกรรมความโกรธ ของนักเรียน
ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ทั้งหมด

ปัจจัย	X ₁	X ₂	X ₃	X ₄	X ₅	Y
ความวิตกกังวล (X ₁)	1.000	.639**	-.098*	.283**	.283**	.480**
ความเครียด (X ₂)		1.000	-.102*	.241**	.377**	.626**
การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (X ₃)			1.000	.448**	-.339**	.095
การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน (X ₄)				1.000	.009	.263**
การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย (X ₅)					1.000	.298**
พฤติกรรมความโกรธ (Y)						1.000

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 4 พบว่าเมื่อคำนวณจากนักเรียนทั้งหมด มีดังนี้

ความสัมพันธ์ภายในของปัจจัยบางประการ

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในของปัจจัยบางประการคู่ที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุด คือความวิตกกังวลกับความเครียด มีความสัมพันธ์กันสูงถึง .639 คู่ที่มีความสัมพันธ์รองลงมาตามลำดับคือ การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน (.448) ความเครียดกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย (.377) การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมีความสัมพันธ์ทางลบกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย (-.339) ความวิตกกังวลกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันและการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย (.283) ความเครียดกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน (.241) โดยมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกค่า ส่วนความเครียดกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (-.102) และความวิตกกังวลกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (-.098) มีความสัมพันธ์กันทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนการได้รับการเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน (.009) มีความสัมพันธ์กันอย่างไม่มีความสำคัญทางสถิติ

ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับพฤติกรรมความโกรธ

พฤติกรรมความโกรธ มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์กับความเครียดสูงสุด เท่ากับ .626 และมีความสัมพันธ์รองลงมาตามลำดับกับ ความวิตกกังวล (.480) การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย (.298) การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน (.263) ซึ่งมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกค่า ส่วนพฤติกรรมความโกรธกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (.095) มีความสัมพันธ์กันอย่างไม่มีความสำคัญทางสถิติ

ตาราง 5 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายระหว่างปัจจัยบางประการกับ พฤติกรรมความโกรธ
ของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 อบรม

ปัจจัย	X ₁	X ₂	X ₃	X ₄	X ₅	Y
ความวิตกกังวล (X ₁)	1.000	.662**	-.064	.286**	.256**	.529**
ความเครียด (X ₂)		1.000	-.014	.290**	.360**	.691**
การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (X ₃)			1.000	.475**	-.249**	.147*
การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน (X ₄)				1.000	.009	.316**
การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย (X ₅)					1.000	.278**
พฤติกรรมความโกรธ (Y)						1.000

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 5 พบว่าเมื่อคำนวณจากกลุ่มนักเรียนชาย มีดังนี้

ความสัมพันธ์ภายในของปัจจัยบางประการ

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในของปัจจัยบางประการคู่ที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุดคือความวิตกกังวลกับความเครียด มีความสัมพันธ์กันสูงถึง .662 คู่ที่มีความสัมพันธ์รองลงมาตามลำดับคือ การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน(.475) ความเครียดกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย(.360) ความเครียดกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน (.290) ความวิตกกังวลกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน(.286) ความวิตกกังวลกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย(.256) และการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย(-.249)โดยมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01ทุกค่า ส่วนความวิตกกังวลกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย(-.064)ความเครียดกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย(-.014) และการได้รับการเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน(.009) มีความสัมพันธ์กันอย่างไม่มีความสำคัญทางสถิติทุกค่า

ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับพฤติกรรมความโกรธ

พฤติกรรมความโกรธมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์กับความเครียดสูงสุดเท่ากับ.691และมีความสัมพันธ์รองลงมาตามลำดับกับความวิตกกังวล (.529) การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน (.316) และการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย(.278)ซึ่งมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01ทุกค่า ส่วนพฤติกรรมความโกรธกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (.147) มีความสัมพันธ์กันอย่างไม่มีความสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 6 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายระหว่างปัจจัยบางประการกับพฤติกรรมความโกรธ
ของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3

ปัจจัย	X_1	X_2	X_3	X_4	X_5	Y
ความวิตกกังวล (X_1)	1.000	.586**	-.168	.279**	.354**	.340**
ความเครียด (X_2)		1.000	-.264**	.136	.420**	.465**
การได้รับการอบรมเลี้ยงดู แบบประชาธิปไตย (X_3)			1.000	.406**	-.500**	-.021
การได้รับการอบรมเลี้ยงดู แบบเข้มงวดกวดขัน (X_4)				1.000	.013	.129
การได้รับการอบรมเลี้ยงดู แบบปล่อยปละละเลย (X_5)					1.000	.369**
พฤติกรรมความโกรธ (Y)						1.000

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 6 พบว่าเมื่อคำนวณจากกลุ่มนักเรียนหญิง มีดังนี้
ความสัมพันธ์ภายในระหว่างปัจจัยบางประการ

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ภายในของปัจจัยบางประการคู่ที่มีความสัมพันธ์กันสูงสุดคือความวิตกกังวล
กับความเครียด มีความสัมพันธ์กันสูงถึง .586 คู่ที่มีความสัมพันธ์รองลงมาตามลำดับคือ การได้รับการอบรม
เลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมีความสัมพันธ์ทางลบกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย(-.500)
ความเครียดกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย(.420) การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบ
ประชาธิปไตยกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน (.406) ความวิตกกังวลกับการได้รับการ
อบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย(.354) ความวิตกกังวลกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน
(.279) ความเครียดมีความสัมพันธ์ทางลบกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (-.264)โดยมีความ
สัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01ทุกค่า ส่วนความวิตกกังวลกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบ
ประชาธิปไตย(-.168) ความเครียดกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน (.136) และการได้รับ
การอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย (.013) มีความ
สัมพันธ์กันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ทุกค่า

ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับพฤติกรรมความโกรธ

พฤติกรรมความโกรธ มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์กับความเครียดสูงสุดเท่ากับ .465 และมีความ
สัมพันธ์รองลงมาตามลำดับกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย(.369) และความวิตกกังวล
(.340)ซึ่งมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01ทุกค่า ส่วนพฤติกรรมความโกรธมีความ
สัมพันธ์กับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน(.129)อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และมีความ
สัมพันธ์ทางลบกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (-.021) อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

4. การวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณและวิเคราะห์ค่าน้ำหนักความสำคัญ

4.1 การวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณและการวิเคราะห์ค่าน้ำหนักความสำคัญ โดยการทำแบบ Entered ก่อนทั้งหมด

การวิเคราะห์ข้อมูลในตอนนี้ผู้วิจัยได้นำคะแนนของแบบสอบถามวัดปัจจัยแต่ละด้านและแบบสอบถามวัดพฤติกรรมความโกรธ จากการตอบแบบสอบถามของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 420 คน ซึ่งเป็นนักเรียนชายจำนวน 285 คน และเป็นนักเรียนหญิงจำนวน 135 คน มาวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ โดยใช้ F-test ทดสอบนัยสำคัญทางสถิติ และวิเคราะห์หาค่าน้ำหนักความสำคัญ (Beta Weight : β) ของปัจจัยแต่ละด้านที่ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธโดยการทำแบบ Entered ก่อนทั้งหมดแล้ว ทดสอบนัยสำคัญทางสถิติโดยใช้ t-test และนำค่าน้ำหนักความสำคัญมาแปลงเป็นค่าเปอร์เซ็นต์ส่งผล (β %) ปรากฏผลดังแสดงในตาราง 7-9

ตาราง 7 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ ค่าน้ำหนักความสำคัญ และค่าเปอร์เซ็นต์ส่งผลของปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธ ของนักเรียนทั้งหมด

ปัจจัย	b	β	β %	SE _b	t
ความวิตกกังวล (X ₁)	.248	.133	13.40	.091	2.719**
ความเครียด (X ₂)	.620	.507	51.20	.061	10.206**
การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (X ₃)	.223	.201	20.30	.050	4.461**
การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน (X ₄)	.015	.012	1.20	.056	.259
การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย (X ₅)	.157	.137	13.90	.048	3.263**
รวม		.990	100		
R = .667		R ² = .444	R _{adj} = .438	F = 66.220**	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 7 พบว่าเมื่อคำนวณจากนักเรียนทั้งหมด มีดังนี้

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างปัจจัยบางประการกับพฤติกรรมความโกรธของนักเรียนรวมทั้งหมดปรากฏว่ามีความสัมพันธ์กันเท่ากับ .667 มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01และมีค่าความแปรผันร่วมกันร้อยละ 44.40 นั่นคือปัจจัยบางประการซึ่งได้แก่ ความวิตกกังวล ความเครียด การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย มีลักษณะที่วัดร่วมกับพฤติกรรมความโกรธ เท่ากับร้อยละ 44.40

ค่านำหนักความสำคัญ

ค่านำหนักความสำคัญของปัจจัยบางประการในรูปคะแนนดิบ (b) มีค่าตั้งแต่ .015 ถึง .620 และในรูปคะแนนมาตรฐาน (β) มีค่าตั้งแต่ .012 ถึง .507 โดยน้ำหนักความสำคัญของ ความวิตกกังวล ความเครียด การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ โดยส่งผลมากมาน้อยตามลำดับดังนี้ ความเครียด ส่งผลมากที่สุด ร้อยละ 51.20 รองลงมาได้แก่การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยส่งผลร้อยละ 20.30 การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย ส่งผลร้อยละ 13.90 ความวิตกกังวลส่งผลร้อยละ 13.40 และการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน ส่งผลร้อยละ 1.20

ตาราง 8 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ ค่านำหนักความสำคัญ และค่าเปอร์เซ็นต์ส่งผลของปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธของนักเรียนชาย

ปัจจัย	b	β	β %	SE _b	t
ความวิตกกังวล (X ₁)	.261	.136	13.80	.108	2.410*
ความเครียด (X ₂)	.726	.564	57.40	.075	9.682**
การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (X ₃)	.211	.168	17.10	.063	3.367**
การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน (X ₄)	.044	.033	3.40	.068	.640
การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย (X ₅)	.097	.081	8.30	.055	1.765
รวม		.982	100		
R = .721		R ² = .520	R _{adj} = .511	F = 60.349**	

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 8 พบว่าเมื่อคำนวณจากกลุ่มนักเรียนชาย มีดังนี้

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างปัจจัยบางประการกับพฤติกรรมความโกรธของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปรากฏว่ามีความสัมพันธ์กันเท่ากับ .721 มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีความแปรผันร่วมกันร้อยละ 52.00 นั่นคือปัจจัยบางประการซึ่งได้แก่ ความวิตกกังวล ความเครียด การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยมีลักษณะที่วัดร่วมกับพฤติกรรมความโกรธเท่ากับร้อยละ 52.00

ค่าน้ำหนักความสำคัญ

ค่าน้ำหนักความสำคัญของปัจจัยบางประการในรูปคะแนนดิบ (b) มีค่าตั้งแต่ .044 ถึง .726 และในรูปคะแนนมาตรฐาน (β) มีค่าตั้งแต่ .033 ถึง .564 โดยน้ำหนักความสำคัญของ ความเครียด การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และความวิตกกังวล ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันและการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ โดยส่งผลมากมาน้อยตามลำดับดังนี้ความเครียดส่งผลมากที่สุดร้อยละ 57.40 รองลงมาได้แก่การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ส่งผลร้อยละ 17.10 ความวิตกกังวล ส่งผลร้อยละ 3.80 การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยส่งผลร้อยละ 8.30 การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน ส่งผลร้อยละ 3.40

ตาราง 9 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ ค่าน้ำหนักความสำคัญ และค่าเปอร์เซ็นต์ส่งผลของปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธของนักเรียนหญิง

ปัจจัย	B	β	β %	SE _b	t
ความวิตกกังวล (X ₁)	.124	.072	6.60	.164	.754
ความเครียด (X ₂)	.389	.365	33.30	.101	3.843**
การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (X ₃)	.227	.274	25.00	.085	2.791**
การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน (X ₄)	-.061	-.056	5.10	.096	-.635
การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย (X ₅)	.337	.328	30.00	.096	3.530**
รวม		1.095	100		
R = .550		R ² = .302	R _{adj} = .275	F = 18.533**	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 9 พบว่าจากการคำนวณในกลุ่มนักเรียนหญิง

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างปัจจัยบางประการกับพฤติกรรมความโกรธของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปรากฏว่ามีความสัมพันธ์กันเท่ากับ .550 มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 และมีค่าความแปรผันร่วมกันร้อยละ 30.20 นั่นคือปัจจัยบางประการซึ่งได้แก่ ความวิตกกังวล ความเครียด การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยมีลักษณะที่วัดร่วมกับพฤติกรรมความโกรธเท่ากับร้อยละ 30.20

ค่าน้ำหนักความสำคัญ

ค่าน้ำหนักความสำคัญของปัจจัยบางประการในรูปคะแนนดิบ (b) มีค่าตั้งแต่ -.061 ถึง .389 และในรูปคะแนนมาตรฐาน (β) มีค่าตั้งแต่ -.056 ถึง .365 โดยน้ำหนักความสำคัญของความเครียด การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนความวิตกกังวล การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ โดยส่งผลมากมาน้อยตามลำดับดังนี้ ความเครียด ส่งผลมากที่สุดร้อยละ 33.30 รองลงมาได้แก่การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยส่งผลร้อยละ 30.00 การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ส่งผลร้อยละ 25.00 ความวิตกกังวลส่งผลร้อยละ 6.60 และการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน ส่งผลร้อยละ 5.10

4.2 การวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณและการวิเคราะห์หาค่าน้ำหนักความสำคัญโดยวิธี Stepwise Regression

การวิเคราะห์ข้อมูลในตอนนี้ ผู้วิจัยได้นำคะแนนของแบบสอบถามวัดปัจจัยแต่ละด้านและแบบสอบถามวัดพฤติกรรมความโกรธ จากการตอบแบบสอบถามของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 420 คน ซึ่งเป็นนักเรียนชายจำนวน 285 คน และเป็นนักเรียนหญิงจำนวน 135 คน มาวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ โดยใช้ F-test ทดสอบนัยสำคัญทางสถิติ และวิเคราะห์หาค่าน้ำหนักความสำคัญ (Beta Weight : β) ของปัจจัยแต่ละด้านที่ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธโดยวิธี Stepwise Regression แล้วทดสอบนัยสำคัญทางสถิติโดยใช้ t-test และนำค่าน้ำหนักความสำคัญมาแปลงเป็นค่าเปอร์เซ็นต์ส่งผล (β %) ปรากฏผลดังแสดงในตาราง 10-12

ตาราง 10 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ ค่าน้ำหนักความสำคัญ และค่าเปอร์เซ็นต์ส่งผลของปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธ ของนักเรียนทั้งหมด

ปัจจัย	b	β	β %	SE _b	t
ความเครียด (X ₂)	.621	.508	51.36	.060	10.294**
การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (X ₃)	.230	.207	20.94	.043	5.313**
การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย (X ₅)	.157	.138	13.95	.048	3.296**
ความวิตกกังวล (X ₁)	.253	.136	13.75	.089	2.850**
รวม		.989	100		
R = .667		R ² = .444	R _{adj} = .439	F = 82.945**	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 10 พบว่าเมื่อคำนวณจากนักเรียนทั้งหมด มีดังนี้

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างปัจจัยบางประการกับพฤติกรรมความโกรธของนักเรียนรวมทั้งหมดปรากฏว่ามีความสัมพันธ์กันเท่ากับ .667 มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 และมีค่าความแปรผันร่วมกันร้อยละ 44.40 นั่นคือปัจจัยบางประการซึ่งได้แก่ ความเครียด การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย ความวิตกกังวล มีลักษณะที่วัดร่วมกับพฤติกรรมความโกรธเท่ากับร้อยละ 44.40

ค่าน้ำหนักความสำคัญ

ค่าน้ำหนักความสำคัญของปัจจัยบางประการในรูปคะแนนดิบ (b) มีค่าตั้งแต่ .157 ถึง .621 และในรูปคะแนนมาตรฐาน (β) มีค่าตั้งแต่ .136 ถึง .508 โดยน้ำหนักความสำคัญของ ความเครียด การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย ความวิตกกังวล ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยส่งผลมากมาน้อยตามลำดับดังนี้ ความเครียดส่งผลมากที่สุดร้อยละ 51.36 รองลงมาได้แก่การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ส่งผลร้อยละ 20.94 การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยส่งผลร้อยละ 13.95 และความวิตกกังวลส่งผลน้อยที่สุดร้อยละ 13.75

ตาราง 11 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ ค่าน้ำหนักความสำคัญและค่าเปอร์เซ็นต์ส่งผลของปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธของนักเรียนชาย

ปัจจัย	b	β	β %	SE _b	t
ความเครียด (X ₂)	.769	.598	65.93	.072	10.751**
การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (X ₃)	.206	.165	18.19	.052	3.947**
ความวิตกกังวล (X ₁)	.275	.144	15.88	.106	2.586**
รวม		.907	100		
R = .717		R ² = .513	R _{adj} = .508	F = 98.823**	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 11 พบว่าเมื่อคำนวณในกลุ่มนักเรียนชาย มีดังนี้

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างปัจจัยบางประการกับพฤติกรรมความโกรธของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปรากฏว่ามีความสัมพันธ์กันเท่ากับ .717 มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 และมีค่าความแปรผันร่วมกันร้อยละ 51.30 นั่นคือปัจจัยบางประการซึ่งได้แก่ ความเครียด การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยและความวิตกกังวล มีลักษณะที่วัดร่วมกับพฤติกรรมความโกรธเท่ากับร้อยละ 51.30

ค่านำหนักความสำคัญ

ค่านำหนักความสำคัญของปัจจัยบางประการในรูปคะแนนดิบ (b) มีค่าตั้งแต่ .206 ถึง .769 และในรูปคะแนนมาตรฐาน (β) มีค่าตั้งแต่ .144 ถึง .598 โดยนำหนักความสำคัญของ ความเครียด การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย และความวิตกกังวล ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยส่งผลมากมาน้อยตามลำดับดังนี้ ความเครียดส่งผลมากที่สุดร้อยละ 65.93 รองลงมาได้แก่การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยส่งผลร้อยละ 18.19 และความวิตกกังวลส่งผลน้อยที่สุดร้อยละ 15.88

ตาราง 12 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ ค่านำหนักความสำคัญและค่าเปอร์เซ็นต์ส่งผลของปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธของนักเรียนหญิง

ปัจจัย	b	β	β %	SE _b	t
ความเครียด (X ₂)	.418	.393	40.68	.086	4.857**
การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย (X ₅)	.336	.327	33.85	.093	3.628**
การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย (X ₃)	.212	.246	25.47	.073	2.903**
รวม		.966	100		
R = .546		R ² = .298	R _{adj} = .282	F = 18.533**	

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01

ผลการวิเคราะห์ตามตาราง 12 พบว่าจากการคำนวณในกลุ่มนักเรียนหญิง มีดังนี้
ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างปัจจัยบางประการกับพฤติกรรมความโกรธของนักเรียนหญิงชั้นมัธยมศึกษาปีที่3 ปรากฏว่ามีความสัมพันธ์กันเท่ากับ .546 มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และมีค่าความแปรผันร่วมกันร้อยละ 29.80 นั่นคือปัจจัยบางประการ ซึ่งได้แก่ ความเครียด การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย และการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย มีลักษณะที่วัดร่วมกับพฤติกรรมความโกรธเท่ากับร้อยละ 29.80

ค่านำหนักความสำคัญ

ค่านำหนักความสำคัญของปัจจัยบางประการ ในรูปคะแนนดิบ (b) มีค่าตั้งแต่ .212 ถึง .418 และในรูปคะแนนมาตรฐาน (β) มีค่าตั้งแต่ .246 ถึง .393 โดยนำหนักความสำคัญของ ความเครียด การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย และการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยส่งผลมากมาน้อยตามลำดับดังนี้ ความเครียดส่งผลมากที่สุดร้อยละ 40.68 รองลงมาได้แก่การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยส่งผลร้อยละ 33.85 และการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ส่งผลน้อยที่สุดร้อยละ 25.47

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายในการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับพฤติกรรมความโกรธของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำแนกตามเพศ และรวมทั้งหมด
2. เพื่อศึกษานำหนักความสำคัญของปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำแนกตามเพศ และรวมทั้งหมด

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2544 ภาคเรียนที่ 2 ของโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ กลุ่มที่ 1 กรุงเทพมหานคร จำนวน 5,474 คน

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2544 ภาคเรียนที่ 2 ของโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ กลุ่มที่ 1 กรุงเทพมหานคร จำนวน 420 คน ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multistage Random Sampling)

สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า

การศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ผู้วิจัยตั้งสมมติฐานในการวิจัยดังนี้

1. ปัจจัยบางประการกับพฤติกรรมความโกรธมีความสัมพันธ์กัน
2. มีปัจจัยอย่างน้อยหนึ่งประการที่ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธ

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามจำนวน 4 ฉบับดังนี้

1. แบบสอบถามวัดบุคลิกภาพด้านความวิตกกังวล เป็นแบบสอบถามชนิดตรวจสอบรายการ (Checklist) ซึ่งกำหนดการตอบไว้ 2 ระดับโดยให้คะแนน 1 เมื่อตอบ "ใช่" และให้คะแนน 0 เมื่อตอบ "ไม่ใช่" ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นจากนิยามบุคลิกภาพความวิตกกังวลของ จีระ เจริญสุขวิมล (2527 : 33-35) จำนวน 49 ข้อ และหาความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์ r_B ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .91 มีค่าอำนาจจำแนก (r) ตั้งแต่ .20 ถึง .54

2. แบบสอบถามวัดความเครียด เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยดัดแปลงมาจากแบบวัดความเครียดของ นราทร ศรประสิทธิ์ (2529 : 48, 129-130) และแบบสอบถามวัดความเครียดHOS (Health Opinion Survey) ซึ่งแพทย์หญิงบรรจง สืบสมาน ดัดแปลงมาจากแบบสำรวจวัดความเครียดของแมคมิลแลน(ซุมพรศรี ฉัตรปิยานนท์. 2538 : 37, 73-74)และแบบสอบถามวัดความเครียดของ สร้อยศรี อนันต์ประเสริฐ (2544 : 69-73, ภาคผนวก ข) จำนวน 30 ข้อ และหาความเชื่อมั่นโดยใช้สูตรสัมประสิทธิ์แอลฟา ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .93 มีค่าอำนาจจำแนก (r) ตั้งแต่ .42 ถึง .67

3. แบบสอบถามวัดพฤติกรรมความโกรธ เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า 4 ระดับ ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นจากแนวคิดเกี่ยวกับความโกรธของสเปียร์เบอร์เกอร์ (Spielberger. 1988) จำนวน 50 ข้อ และหาความเชื่อมั่นโดยใช้สูตร สัมประสิทธิ์เบต้าเค ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .92 มีค่าอำนาจจำแนก (r) ตั้งแต่ .16 ถึง .65

4. แบบสอบถามการได้รับการอบรมเลี้ยงดู เป็นแบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่า 5 ระดับ ซึ่งผู้วิจัยใช้แบบสอบถามการได้รับการอบรมเลี้ยงดูของ มะลิ อุดมภาพ (2538) มีจำนวน 30 ข้อ ในแต่ละข้อมี 3 ตัวเลือกแทนการอบรมเลี้ยงดู 3 แบบคือการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย โดยผู้วิจัยได้หาคุณภาพของแบบสอบถามด้านความเชื่อมั่นใหม่ ซึ่งแบบสอบถามการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .89 มีค่าอำนาจจำแนก (t) อยู่ระหว่าง 3.18 ถึง 9.90 แบบสอบถามการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .83 มีค่าอำนาจจำแนก (t) อยู่ระหว่าง 2.37 ถึง 6.91 แบบสอบถามการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .90 มีค่าอำนาจจำแนก (t) อยู่ระหว่าง 2.74 ถึง 9.98

วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ติดต่อผู้บริหารโรงเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ขออนุญาตผู้บริหารโรงเรียน และนัดหมาย วัน เวลา เพื่อนำแบบสอบถามไปเก็บรวบรวมข้อมูล
2. เตรียมแบบสอบถามให้เพียงพอกับจำนวนนักเรียนที่จะเก็บข้อมูลในแต่ละครั้ง วางแผนการเก็บข้อมูล รวมทั้งหาผู้ช่วยในการดำเนินการเก็บข้อมูล ซึ่งผู้วิจัยได้ชี้แจงการปฏิบัติในการดำเนินการเก็บข้อมูลจนเข้าใจเป็นอย่างดี
3. อธิบายให้นักเรียนในกลุ่มตัวอย่างเข้าใจวัตถุประสงค์, ประโยชน์ที่จะได้รับในการทำแบบสอบถาม
4. อธิบายให้นักเรียนเข้าใจวิธีการทำแบบสอบถาม ก่อนที่จะให้นักเรียนเริ่มต้นลงมือทำ
5. นำผลมาตรวจให้คะแนนและวิเคราะห์หาค่าสถิติเพื่อทดสอบสมมติฐาน

การวิเคราะห์ข้อมูล

หลังจากได้เก็บรวบรวมข้อมูลแล้ว ผู้วิจัยได้ดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลเป็นลำดับขั้นดังนี้

1. การวิเคราะห์หาค่าสถิติพื้นฐาน
2. การวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น
3. การวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่าย
4. การวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณ และค่าน้ำหนักความสำคัญ

สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับพฤติกรรมความโกรธของนักเรียนชายมีค่าอยู่ระหว่าง .147 ถึง .691 ซึ่งความวิตกกังวล ความเครียด การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน และการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมความโกรธอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมความโกรธอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับพฤติกรรมความโกรธ ของนักเรียนหญิงมีค่าอยู่ระหว่าง -.021 ถึง .465 ซึ่งความวิตกกังวล ความเครียด และการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมความโกรธอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมความโกรธอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับพฤติกรรมความโกรธ ของนักเรียนรวมทั้งหมด มีค่าอยู่ระหว่าง .095 ถึง .626 ซึ่งความวิตกกังวล ความเครียด การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันและการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมความโกรธอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมความโกรธอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

2. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณและค่าน้ำหนักความสำคัญ

2.1 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์พหุคูณระหว่างปัจจัยด้านความวิตกกังวล ความเครียด การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย กับพฤติกรรมความโกรธ เมื่อวิเคราะห์จากนักเรียนชาย นักเรียนหญิง และรวมทั้งหมด มีค่าเท่ากับ .717 .546 และ .667 ตามลำดับ ซึ่งมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยที่ปัจจัยทั้ง 5 ด้านวัดลักษณะรวมกันกับพฤติกรรมความโกรธได้เท่ากับร้อยละ 51.30 29.80 และ 44.40 ตามลำดับ

2.2 น้ำหนักความสำคัญของปัจจัยด้าน ความเครียด การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ความวิตกกังวล ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธของนักเรียนชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 โดยส่งผลเท่ากับร้อยละ 65.93, 18.19 และ 15.88 ตามลำดับ นอกนั้นส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แต่เมื่อวิเคราะห์จากนักเรียนหญิงพบว่าน้ำหนักความสำคัญของปัจจัยด้านความเครียด การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย และการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธของนักเรียนหญิงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 โดยส่งผลเท่ากับร้อยละ 40.68, 33.85 และ25.47 ตามลำดับ นอกนั้นส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และเมื่อวิเคราะห์จากนักเรียนรวมทั้งหมดพบว่าน้ำหนักความสำคัญของปัจจัยด้านความเครียด การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย และความวิตกกังวล ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธของนักเรียนรวมทั้งหมดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01 โดยส่งผลเท่ากับร้อยละ 51.36, 20.94, 13.95 และ 13.75 ตามลำดับ ส่วนการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

อภิปรายผล

จากการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้สามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

1. ความวิตกกังวล ความเครียด กับพฤติกรรมความโกรธของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทั้งเมื่อศึกษาจากนักเรียนชาย นักเรียนหญิงและรวมทั้งหมด ทั้งนี้อาจเป็นเพราะในปัจจุบันสังคมมีความสับสนวุ่นวายและเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว นักเรียนจึงต้องดำเนินชีวิตอย่างเร่งรีบและเผชิญกับปัญหาต่างๆ มากขึ้น เช่น การจราจร การเรียน และปัญหาครอบครัว ทำให้นักเรียนมีความเครียดและความวิตกกังวลสูง จึงมีโอกาที่จะแสดงพฤติกรรมความโกรธมากขึ้น และเมื่อพิจารณาจากปัจจัยด้านการได้รับการอบรมเลี้ยงดูพบว่าปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมความโกรธอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 เมื่อศึกษาจากนักเรียนทั้งหมดคือการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน และเมื่อศึกษาจากนักเรียนชาย พบว่าการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยกับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมความโกรธอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมความโกรธอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อศึกษาจากนักเรียนหญิง พบว่าการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมความโกรธอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากผลการศึกษาดังกล่าวแสดงว่า ปัจจัยด้าน ความเครียด ความวิตกกังวล และการได้รับการอบรมเลี้ยงดู มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมความโกรธ ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อ 1 และสอดคล้องกับการศึกษาของสเปียร์เบอร์เกอร์ (Spielberger, 1988 :90) ที่ศึกษาพบว่า การเก็บความโกรธไว้ภายในและการแสดงความโกรธออกภายนอกมีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวล และยังสอดคล้องกับการศึกษาของเอ็คคาร์ดและเดฟเฟนเบเซอร์ (ทัตไนย วงศ์สุวรรณ, 2544 : 9 ; อ้างอิงจาก Eckhardt and Deffenbacher, 1996 : 34) ที่กล่าวว่าบุคคลที่มีความบั่นทอนและความเครียดอยู่ภายในมีแนวโน้มที่จะเก็บความโกรธไว้ภายใน นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับการศึกษาของชิสโต (Tamaki, 1994 : 4 ; citing Sisco, 1991 : Unpagde.) ที่กล่าวว่าความโกรธกับการอบรมเลี้ยงดูมีความสัมพันธ์กันคือ บุคคลจะแสดงความโกรธออกมามากน้อยเพียงใดนั้น ส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับ การอบรมเลี้ยงดูเพราะการอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดา เป็นการให้ความรู้ ประสบการณ์ และเป็นการวางแผนการอยู่ในสังคมให้กับเด็ก

2. เมื่อศึกษาว่ามีปัจจัยใดบ้างที่ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จากการศึกษานักเรียนชายพบว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 คือ ความเครียด การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย และความวิตกกังวล ส่วนในนักเรียนหญิงพบว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ความเครียด การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย และการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย และพบว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 รวมทั้งหมดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 คือปัจจัยด้าน ความเครียด การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย และความวิตกกังวล ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ที่ตั้งไว้ว่ามีปัจจัยอย่างน้อยหนึ่งประการที่ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธ โดยจากการวิจัยครั้งนี้พบว่า มีปัจจัยถึง 4 ประการที่ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 คือ ความเครียด การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย และความวิตกกังวล ซึ่งสอดคล้องกับ

การศึกษาของซิลล์แมน และ ไบรอันท์ (ทักไนเย วงศ์สุวรรณ. 2544 : 11 ; อ้างอิงจาก Zillman and Bryant . 1974 ; citting Zillman.1971) ที่ศึกษาพบว่าสถานะที่ไม่น่าพึงพอใจหลากหลาย เช่นความเครียด ความวิตกกังวล อาจก่อให้เกิดความโกรธได้ นอกจากนั้นยังสอดคล้องกับการศึกษาของเดฟเฟนเบเชอร์และคณะ (Deffenbacher et al., 1996 : 149) ที่ศึกษาพบว่า คนที่มีความโกรธสูง มักจะมีความวิตกกังวล ความเศร้ามากกว่าคนที่มีความโกรธต่ำ และมักจะจัดการกับความเครียดได้ไม่ดีนัก และเมื่อพิจารณาการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย ซึ่งจากการศึกษาของวารภรณ์ วัทธิวิชัย(2527:14-17) และเฮอร์ลิค (พิริยาภรณ์ ประเทืองเศรษฐ์. 2544 :45 ; อ้างอิงจาก Hurlock. 1978 : 661) กล่าวว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยจะทำให้เด็กมีความมั่นคงทางอารมณ์ ระวังแฉะใส สามารถปรับตัวได้ดี ซึ่งผู้มีลักษณะดังกล่าวน่าจะจัดการกับความโกรธได้ดี แต่จากการวิจัยพบว่าปัจจัยการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธ ทั้งเมื่อวิเคราะห์จากนักเรียนทั้งหมดและจำแนกตามเพศ ที่เป็นเช่นนี้อาจเป็นเพราะว่าพฤติกรรมความโกรธนั้น นอกจากจะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลเกิดความรู้สึกไม่พึงพอใจแล้ว จากการศึกษายังพบว่าความโกรธ อาจจะเป็นสิ่งที่ตามมาจากการประสบการณของอารมณ์อื่น เช่น ความวิตกกังวล หรือสาเหตุอื่นๆ ก็เป็นตัวกระตุ้นให้เกิดความโกรธได้ (ทักไนเย วงศ์สุวรรณ. 2544 : 10) ซึ่งจากเหตุผลดังกล่าวจึงอาจเป็นไปได้ว่า ปัจจัยความเครียดหรือความวิตกกังวลซึ่งมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมความโกรธสูงจากการศึกษาในครั้งนี้ อาจเป็นตัวกระตุ้นให้นักเรียนมีพฤติกรรมความโกรธได้แม้จะได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตย และอาจเป็นเพราะว่ากลุ่มตัวอย่างที่ผู้วิจัยศึกษากำลังอยู่ในช่วงวัยรุ่น ซึ่งวัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งทาง ร่างกาย ความคิด อารมณ์ และลักษณะอารมณ์ของวัยรุ่นนั้นมักจะเป็นลักษณะอารมณ์ที่รุนแรงไม่คงที่ขาดการควบคุม ซึ่งพัฒนาการทางอารมณ์ของวัยรุ่นที่มีการเปลี่ยนแปลงเช่นนี้ทำให้มีปัญหาในเรื่องของอารมณ์โกรธในวัยรุ่น (ทักไนเย วงศ์สุวรรณ. 2544 : 15 ; อ้างอิงจาก Brodzinsky et.1986 :308) จากเหตุผลดังกล่าวจึงอาจทำให้การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธของนักเรียน

ส่วนการที่ปัจจัยด้านการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธนั้น อาจเป็นเพราะวิธีการอบรมเลี้ยงดูของพ่อแม่ที่ปล่อยปละละเลยบุตร จะส่งผลต่อบุคลิกภาพของเด็ก คือ จะทำให้เด็กมีลักษณะเป็นคนเก็บกด ก้าวร้าว เจ้าคิดเจ้าแค้น ชอบทะเลาะกับผู้อื่น ยึดตนเองเป็นใหญ่ อารมณ์ไม่มั่นคง (Symond. 1970 : 221 , สมคิด อิศระวัฒน์.2541 : 34) และจากลักษณะนิสัยดังกล่าวจึงอาจเป็นสาเหตุที่ทำให้ ปัจจัยด้านการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธ

และเมื่อพิจารณาปัจจัยด้านการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันที่ไม่ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธนั้น อาจเนื่องมาจากการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันนั้น ผู้ปกครองจะคาดหวังให้เด็กเชื่อฟังตนเองอย่างเคร่งครัด ถ้าไม่ทำตามคำสั่งจะถูกลงโทษ (Pumroy. 1966 : 73-74)เด็กจะมีความรู้สึกที่ถูกบังคับให้ทำตามความต้องการของพ่อแม่และจะทำให้เด็กรู้สึกผิดถ้าแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม (Roger. 1972 : 117) จากเหตุผลดังกล่าวจึงอาจทำให้นักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน จะรู้สึกผิดถ้าแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม จึงไม่กล้าแสดงความรู้สึกโกรธออกมาหรืออาจเป็นเพราะอีกสาเหตุหนึ่งคือนักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน จะมีความเครียดและความวิตกกังวลร่วมด้วย โดยดูจากการศึกษาความสัมพันธ์ภายในระหว่างปัจจัยบางประการ พบว่าความเครียดและความวิตกกังวล มีความสัมพันธ์กับการได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ไม่ว่าจะวิเคราะห์จากนักเรียนทั้งหมดหรือจำแนกตามเพศทำให้การได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกวดขันไปส่งผลต่อความเครียดและความวิตกกังวลเด่นชัดกว่า ทำให้ไม่ส่งผลต่อพฤติกรรมความโกรธซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของแรดเก้ (Radke. 1946 : 11-14) ที่กล่าวว่าพ่อแม่ที่อบรมเลี้ยงดูบุตรแบบเข้มงวดกวดขัน จะทำให้บุตรมีความวิตกกังวลสูง และสอดคล้องกับการศึกษาของอัลเบิร์ตและเอ็มมอนส์ (Milan & Kolko. 1985 :

131-135 ; citing Alberti & Emmons. 1978) ที่ศึกษาพบว่าผู้ที่ควบคุมตนเองมากเกินไปจะเกิดความวิตกกังวล เมื่อแสดงความโกรธ

ข้อเสนอแนะ

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยขอเสนอแนะเป็น 2 ด้านคือ

1. ด้านการนำผลการวิจัยไปใช้

เนื่องจากการวิจัยครั้งนี้พบว่า ปัจจัยด้านความเครียด ความวิตกกังวล และการอบรมเลี้ยงดูของผู้ปกครอง ต่างมีผลต่อพฤติกรรมความโกรธของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ทั้งสิ้น โดยเฉพาะความเครียด ซึ่งมีเปอร์เซ็นต์การส่งผลค่อนข้างสูง ดังนั้นผลการวิจัยครั้งนี้จะเป็นประโยชน์ต่อผู้ที่เกี่ยวข้องกับนักเรียน เช่น ครู อาจารย์ และผู้ปกครอง โดยการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่สนุกสนาน และสร้างบรรยากาศที่ดีทั้งในชั้นเรียนและภายในครอบครัว ที่ไม่ทำให้นักเรียนเกิดความเครียดหรือวิตกกังวลมากเกินไป ก็อาจช่วยให้นักเรียนมีพฤติกรรมความโกรธลดลงหรือมีพฤติกรรมที่เหมาะสมมากขึ้น เป็นบุคคลที่มีคุณภาพและเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติต่อไป

2. ด้านการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการวิจัยในทำนองเดียวกัน โดยทำการศึกษาเปรียบเทียบกลุ่มตัวอย่างในระดับต่างๆ เช่น ระดับประถมศึกษา ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย หรือระดับอุดมศึกษา ทั้งนี้เพราะนักเรียนที่อยู่ต่างระดับชั้นอาจมีพฤติกรรมความโกรธต่างกัน

2. ควรมีการวิจัยซ้ำในทำนองเดียวกันกับผู้วิจัยศึกษาแต่อาจทำการศึกษาเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มตัวอย่างเพศหญิงและเพศชายจำนวนเท่าๆกัน โดยนำตัวแปรเพศเข้าไปเป็นตัวแปรอิสระร่วมวิเคราะห์ด้วย

3. ควรศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยด้านอื่นๆ กับพฤติกรรมความโกรธ นอกเหนือจากที่ผู้วิจัยได้ศึกษา เพื่อที่จะได้ทราบความสัมพันธ์และสาเหตุของพฤติกรรมความโกรธกับปัจจัยด้านอื่นๆ เช่น ความอดทน ความเชื่อมั่นในตนเอง ความก้าวร้าว และความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) เป็นต้น

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กนกรัตน์ สุขะตุงคะ. (2536). "ความโกรธ," *จิตวิทยาคลินิก*. 24 (1):23-28 ; มกราคม-มิถุนายน.
- กรรณิการ์ ภูประเสริฐ. (2535). "จริงหรือที่ว่าผู้ชายโกรธดีกว่าร้องไห้," *เพิ่มผลผลิต*. 31(5):60-63 ; กันยายน-ตุลาคม.
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2529). *การอบรมเลี้ยงดูเด็ก*. กรุงเทพฯ : กรมวิชาการ.
- การแพทย์, กรม. (2533). " ความเครียด ," *บทวิทยุเรื่องความเครียดและข้อคิดเพื่อชีวิตที่เป็นสุข*. กรุงเทพฯ : กองสุขภาพจิต กรมการแพทย์.
- กิตติศักดิ์ เชื้ออาษา. (2536). *การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสภาพแวดล้อมบางประการกับบุคลิกภาวะของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3*. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- เกษม ดันดีผลาชีวะ. (2530). " โกรธ," *ใกล้หมอ*. 11(12):71-73; ธันวาคม.
- คอน. (2535). " ฆ่าความโกรธเสียเถอะ," *การศึกษาทบทม*. 15 (5) : 41-43 ; กุมภาพันธ์ 2535.
- จตุพร เฟิงชัย. (2534). *สุขภาพจิต มหาสารคาม : ภาควิชาการแนะแนวและจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มหาสารคาม*.
- จรรูวรรณ ศุภศรี. (2542). *การเปรียบเทียบผลของการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมและการฝึกลดความรู้สึกอ่อนไหวอย่างเป็นระบบเป็นรายบุคคลที่มีต่อพฤติกรรมการแสดงออกในการเผชิญความโกรธของนักศึกษพยาบาลศาสตร์ชั้นปีที่ 2 วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนคร จังหวัดตรัง*. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- จำเริญ พันธุพารา. (2534). *การเปรียบเทียบผลของการฝึกพฤติกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมและการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อที่มีต่อความวิตกกังวลในการพูดหน้าชั้นเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนกุดตุ้มวิทยาคม อำเภอโนนสัง จังหวัดหนองบัวลำภู*. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- จำลอง เงินดี. (2519). *ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลกับคุณธรรมด้าน ทาน บริจาค ความอ่อนโยน การไม่โกรธ และความอดทนของนิสิตมหาวิทยาลัย*. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- จิราภรณ์ ไชลิตโชติ. (2543). *การศึกษาปัจจัยบางประการที่ส่งผลต่อความเครียดของข้าราชการตำรวจที่ปฏิบัติงานในเขตกรุงเทพมหานคร*. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- จีระ เจริญสุขวิมล. (2527). *การสร้างแบบทดสอบวัดบุคลิกภาพด้านความวิตกกังวลสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จังหวัดนครปฐม*. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- ชุมพรศรี นัตริยานนท์. (2538). *การศึกษาปัจจัยบางประการกับความเครียดของครูในโรงเรียนมัธยมศึกษา*. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.

- ชูทิศย์ ปานปรีชา. (2529). "ความเครียด," *จิตวิทยาทั่วไป*. นนทบุรี : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- _____. (2543). "ความก้าวร้าวรุนแรงอีกแล้วหรือ," *ชีวจิต*. 3(52) : 32-33; ธันวาคม.
- ชูศรี วงศ์รัตนะ. (2530). *เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย*. พิมพ์ครั้งที่ 4 ศูนย์หนังสือจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
 ชัลวาทอร์ วิ ไตดาโต. (2532). *ไซโคเทคนิค : พิชิตปัญหา*. แปลและเรียบเรียงโดย ชรรมรงค์ น้อยคุณ.
 กรุงเทพฯ ; บริการสารมวลชนจำกัด.
- แดลลาร์ฟ, โรเจอร์ เจ. (2533). *พิฆาตความโกรธ*. แปลโดยเมยानी. กรุงเทพฯ : วลัยลักษณ์.
- พิทักษ์ไวย วงศ์สุวรรณ.(2544). *ผลของการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาเหตุผล อารมณ์และ
 พฤติกรรมต่อความโกรธของนักเรียนวัยรุ่น*. วิทยานิพนธ์ มหาบัณฑิต.กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- เทอดศักดิ์ เดชคง. (2544). "เยี่ยวยาอารมณ์โกรธด้วยการสร้างความฉลาดทางอารมณ์," *ผาสุก*. 24(132) :
 28-29 ,มกราคม-มีนาคม.
- ทิพวัลย์ สุทิน. (2539). *การลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนวัยรุ่นโดยรูปแบบการปรับพฤติกรรม
 ด้วยปัญญา*. วิทยานิพนธ์ปริญญาดุษฎีบัณฑิต ภาควิชาจิตวิทยา กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- นราธร ศรีประสิทธิ์. (2529). *ปัจจัยทางสังคมและจิตวิทยาที่มีความสัมพันธ์กับความเครียดของเด็กวัยรุ่น*.
 วิทยานิพนธ์ สคม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล. ถ่ายเอกสาร.
- นิภา นิชยานน. (2530). *การปรับตัวและบุคลิกภาพจิตวิทยาเพื่อการศึกษาและชีวิต*. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- นันทุช ประสานทอง. (2541). "โกรธแล้วทำอะไร," *หมออนามัย*. 7(4) : 63-64 ; มกราคม-กุมภาพันธ์.
- บาบารา ฮัสเท็ดท์ ครอบ. (2541). "เป็นนายเหนืออารมณ์," *สรรสาระ*. บริษัท ริดเดอร์สไตเจสท์ จำกัด ,
 เมษายน.
- บุญเชิด ภิญโญอนันตพงษ์. (2521). *การวัดและประเมินผลการศึกษา*. กรุงเทพฯ: ภาควิชาพื้นฐานทางการ
 ศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- _____. (2533). "Congeneric part Reliability," *วารสารการวัดผลการศึกษา*.12(34) : 28 - 32 ;
 พฤษภาคม - สิงหาคม.
- _____. (2538). "แบบทดสอบคะแนนจริงสัมพันธ์สัมพันธ์ r_B ," *วารสารการวัดผลการศึกษา*. กรุงเทพฯ.
- _____. (2545). "ประมวลสาระชุดวิชา การพัฒนาเครื่องมือสำหรับประเมินการศึกษา (หน่วยที่ 3).
 กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช สาขาวิชาศึกษาศาสตร์.
- เปลื้อง ณ นคร. (2533). *สร้างกำลังใจ*. กรุงเทพฯ : เรือนแก้วการพิมพ์.
- ปาหนัน บุญหลง. (2534). "ความโกรธ," *วารสารพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย*. กรุงเทพฯ :
 โรงพิมพ์จุฬา . 3(2) : 57-59 ; สิงหาคม.
- ปิยพร ดวงทอง. (2539). *การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับบุคลิกภาพการแสดงตัวของ
 นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
 ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- มุสตี หนังสือ. (2542). *ผลของการฝึกผ่อนคลายกล้ามเนื้อควบคู่กับการให้การศึกษาแบบกลุ่มเพื่อลดความ
 วิตกกังวลในการพยาบาลผู้ป่วยโรคเอดส์ของนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 1 วิทยาลัยพยาบาลบรมราช
 ชนนี้ วชิระ กรุงเทพมหานคร*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม.กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
 ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- พรรณราย ทวีพะประภา. (2529). "นักบริหารกับความเครียด," *สารพัฒนาหลักสูตร*. 57 : 34-41 ; ธันวาคม.

- พระเทพเวที (ประยูร ปยุตโต). (2536). "ทำอย่างไรจะหายโกรธ," *ข่าวสารกองบริการการศึกษา*. มหาวิทยาลัยเชียงใหม่. 4(33) :27-28 ; มีนาคม , 4(34) : 28-36 ; เมษายน.
- พระธรรมปิฎก(ป.อ. ปยุตโต). (2544). "ทำอย่างไรจะหายโกรธ," *วิปัสสนาสาร*. 47(1) :14 ; มกราคม.
- พวงน้อย อรุณ. (2536). *ปัญหาสุขภาพจิตในผู้ป่วยอัมพาตครึ่งซีก*. วิทยานิพนธ์ วิทยาศาสตร์ มหาวิทยาลัย : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- พัชรา บุญเล่า. (2535). *ผลของการฝึกการเจริญสติและการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อความโกรธของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. พิษณุโลก : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยนเรศวร. ถ่ายเอกสาร.
- พินิจ สิงห์โต. (2532). *การสร้างแบบทดสอบวัดบุคลิกภาพด้านจิต 6 ตามแนวพุทธศาสนาสำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- พิริยาภรณ์ ประเทืองเศรษฐี. (2544). *บทบาทบิดา มารดา และการปรับตัวกับเพื่อนของวัยรุ่น*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- พุทธทาสภิกขุ. (2532). *การเก็บความโกรธใส่ถังฉาง*. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : กลุ่มศึกษาและปฏิบัติธรรม.
- พูนสุข ช่วยทอง. (2540). *เด็กและการเลี้ยงดู*. กรุงเทพฯ : เจริญดีการพิมพ์.
- มะลิ อุดมภาพ. (2538). *การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- มัญชรี บุณนาค. (2514). *การศึกษาเปรียบเทียบสังคมประเพณีของบิดามารดากับบุคลิกภาพของเด็กในพระนคร*. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- ยุวดี เทียรประสิทธิ์. (2536). *การพัฒนาเด็กก่อนวัยเรียน*. ม.ป.ท.
- ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ. (2538). *เทคนิคการวิจัยทางการศึกษา*. กรุงเทพฯ : สุวีริยาสาส์น.
- วราภรณ์ รักวิจัย. (2527). *การอบรมเลี้ยงดูเด็กปฐมวัย*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาหลักสูตรและการสอน คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- วิจิตร อาวะกุล. (2541). *เทคนิคมนุษยสัมพันธ์*. กรุงเทพฯ : โอ. เอส. พริ้นติ้งเฮ้าส์.
- "วิธีชนะความโกรธ," (2542). ใน *จุลสารพัฒนาข้าราชการพลเรือน*. 42.
- ศิริวรรณ ศิริอารยา. (2528). "โกรธแล้วทำอย่างไรดี," *ข้าราชการ*. 30(9) : 81-83 ; กันยายน.
- สงวน สุทธิเลิศอรุณ. (2529). *ทฤษฎีและปฏิบัติการทางจิตวิทยาสังคม(ศึกษา322)*. กรุงเทพฯ : อักษรบัณฑิต.
- สม สุวรรณ. (2536). "ความโกรธ," *วิทยาจารย์*. 91(16) : 13-14 ; ตุลาคม.
- สมคิด อิศระวัฒน์. (2541). *ลักษณะการอบรมเลี้ยงดูของคนไทยในชนบทซึ่งมีผลต่อการเรียนรู้ด้วยตนเอง*. กรุงเทพฯ : รายงานการวิจัย ภาควิชาศึกษาศาสตร์และมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.
- สมพร อินทร์แก้ว. (2531). "จัดการกับความโกรธอย่างไรดี," *การทำเร็ว*. 35 (361) : 41-45 ; กุมภาพันธ์.
- สร้อยศรี อนันต์ประเสริฐ. (2544). *ความเครียดและสุขภาพจิตของนักศึกษาแพทย์แผนโบราณแบบประยุกต์โรงเรียนอายุรเวทวิทยาลัย (ชีวโกมารภักจ)*. กรุงเทพฯ : วิทยานิพนธ์ กศ.ม.กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- สันต์ หัตถิรัตน์. (2534). "การตรวจรักษาอาการเครียด," *หมอชาวบ้าน*. 13(45) : 35-38 ; พฤษภาคม.

- สันติภาพ ไชยวงศ์เกียรติ. (2534). " ธรรมะในโรงพยาบาล ทำอย่างไรจะหายโกรธ," *ใกล้หมอ*. 15 (1) : 85-87 ; มกราคม.
- สำเนาวิ ขจรศิลป์. (2537-2538). *มิติใหม่ของกิจการนักศึกษาเล่ม1 พื้นฐานและบริการนักศึกษา*. กรุงเทพฯ : ศูนย์หนังสือมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- สุชีพ ปุญญานุภาพ. (2542). " ปุจฉา – วิสัชนา," *ธรรมจักร*. 83(10) : 18-22 ; กรกฎาคม.
- สุณีย์ ดันดีพัฒนานันท์. (2522). *การพยาบาลจิตเวช*. กรุงเทพฯ : อักษรสัมพันธ์.
- โสภณรัตน์ จันทระประภา. (2543). *การบริหารทางจิตสำหรับเด็กวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ : กรมวิชาการ กระทรวงศึกษาธิการ
- หรรษา แก้วพูลปกรณ์. (2541). *ผลของการฝึกควบคุมความโกรธและทักษะทางสังคมที่มีต่อการลดพฤติกรรมก้าวร้าวของนักศึกษาอาชีวศึกษา*. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.
- อรวรรณ พาณิชปฐมพงศ์. (2542). *ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับพฤติกรรมด้านความมีวินัยในตนเองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6*. วิทยานิพนธ์ กศ.ม.กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร.
- อรวิรินทร์(นามแฝง) . (2537). " ความโกรธฆ่าคุณได้," *วารสารแนะแนว*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภา, 28(151) : 52-54 ; กุมภาพันธ์ – มีนาคม.
- อุษา จารุสวัสดิ์. (2535). " วิธีจัดการกับความโกรธ," *วารสารแนะแนว*. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภา . 26(141):50-52 ; มิถุนายน-กรกฎาคม.
- เอย์น ดับเบิลยู ไตเออร์. (2536). *จากจุดอ่อนสู่ความมั่นใจ*. แปลและเรียบเรียงโดย : วินัย จันท์เปล่ง. กรุงเทพฯ: บริษัทเอช.เอ็น.กรุ๊ปจำกัด.
- Bachrach' Arthur J. (1980). " Learning Theory," *Comprehensive Textbook of Psychiatry*. Vol.1. edited. By Harold I Kaplan. Baltimore : Williams and Wilkins.
- Clay, D. L., Anderson, W. P., and Dixon, W. A. (1993). Relationship between anger expression and stress in predicting depression. *Journal of Counseling and Development*. 72 : 91-94.
- Dangel, R.F, and Others. (1989). " Anger control training for adolescents in residential treatment. Special Issue : Empirical research in behavioral Social work." *Behavior Modification*, 13 : 447-458.
- Deffenbacher, Jerry L. and Richard M. Suinn. (1982). " The Self – Control of Anxiety," *Self- Management and Practice*. New York : Pergamon Press.
- Deffenbacher, Jerry L., Lynch, R. S., Oetting, E. R., and Komper, C.C. (1996). "Anger reduction in early adolescents," *Journal of Counseling Psychology*. 43 : 149-157.
- Farmer, Richard E. and others. (1984). *Stress Management for Human Services*. Michigan : Stage Publication Inc. 20-24.
- Faw, T. and Belkin, G.S. (1989). *Child Psychology*. New York : McGraw – Hill.
- Feindler, Ecton, R., Kingley, D. (1986). " Group anger control training for Institutionalized psychiatric male adolescents," *Behavior Therapy*, 17:109-123.

- Forgays, Donald G. and Deborah Kirby Forgays, Spielberger, Charles D. (1997). "Factor Structure of the State – Trait Anger Expression Inventory," *Journal of Personality Assessment*. 69 (3) :497-507.
- Fuqua, Dale R. and others.(1991,Summer). "A Structural Analysis of the State – Trait Anger Expression Inventory," *Education and Psychological Measurement*. 51(2):139-446.
- Glick, R.A. and Roose, S.P. (1993). *Rage, Power and Aggression*. New Haven, London: Yale University Press.
- Goldstein, and Glick, B. Reiner, S, Zimmurman, Dacl Coultry T,M. (1987). *Aggression Replacement Training: A Comprehensive Intervention for Aggressive Youth*, Illinois : Research Press.
- Grace, H.K. (1981). *Mental Health Nursing: A Socio – Psychological Approach*. 2nd ed. London : W.C.Brown Co.
- Hall, Calvin S. and Gardner Lindzey. (1970). *Theory of Personality*. 2nd ed. John Wiley & Sons, Inc.
- Jakubowski, Patricia and Lange Arthur J. (1978). *The Assertive Option: Your Right and Responsibilities*. Compaign, Illinois : Prentice Hall.
- Johnson, David W. (1990). *Reaching Out: Interpersonal Effectiveness and Self – Actualization*. 5th ed. Englewood Cliffs, N.J. : Prentice - Hall.
- _____. (1990). "Anger, Stress and Manging Your Feeling," *Reaching out: Interpersonal Effectiveness and Self-Actualization*. 4th ed. Englewood Cliffs, N.J. : PrenticeHall.
- _____. (1993). *Reaching Out: Interpersonal Effectiveness and Self – Actualization*. 5th ed. New York : Prentice - Hall.
- Kassinove, H., and Eckhardt, C. I. (1995). "An anger model and look to the future.In H. Kassinove (Ed.)," *Anger disorders: definition, diagnosis, and treatment*. Washington, DC : Taylor & Francis. 197-204.
- Kassinove, H., and Sukhodolsky, D. G. (1995). "Anger disorders : basis science and practice issues. In H. Kassinove(Ed.)," *Anger disorders: definition, diagnosis, and treatment*. Washington, DC : Taylor & Francis. 1-26.
- Kennedy, R.E. (1990)." Cognitive – behavioral approaches to the Modification of Aggressive behavior in children," *School Psychology Review*. 11: 47-55.
- Kerlinger, F.N. ,and Pedhazur, E.J. (1973). *Multiple Regression in behavioral Research*. New York : Holt, Rinehart, and Winston.
- Larson. (1992). "Anger and Aggression management techniques through the Think First Curriculum," *Journal of offender Rehabilitation*. 18 : 101-117.
- Lanehan, M.C. and others. (1994,November). "Effects of Learning- Style Intervention on College Students' Achievement, Anxiety, Anger, and Curiosity, " *Journal of College Student Development*. 35 : 461-466.
- Lopez, Frederick G. and Thurman, Christopher W. (1993, May-June). "High - Trait and Low - trait Angry College Student : A Comparison of Family Environments," *Journal of Counseling and Development*. 71 : 524-527.

- Luckmann, Joan and Karen Creason Sorensen. (1987). *Medical Surgical Nursing : A Psychopsysiologic Approach*. 3rd ed. Philadelphia : W.B. Saunders.
- Mareness, Dorothy A. (1982). *Essentials of Psychiatric in Nursing*. 1st ed. St. Louis : The C.V. Mo & by Co.
- Milan, M.A., and Kolko, D.J. (1985). " Social skills training and Complementary strategies in anger control and the Treatment of Aggressive behavior," *Handbook of Social Skills Training and Research*. New York : John Wiley & Son.101-135.
- Presscott, Daniel A. (1961). *Educational Bullentine*. Bangkok : faculty of Education.
- Pumroy, D.K. (1966). " Maryland Parent attitude Survey. A Research instrument with Social Deairability Controlled." *Journal of Psychology*.
- Radke, M.J. (1946). *The Reliom of Parental Authority to Children Behavior and Attitudes*. University of Minnesoty Press.
- Roe, A. and M. Siegelman. (1963, March-December). *Child Development*. A Parent – Child Relations Questionnaire.
- Rogers, Dorothy. (1972). *Issues in Adolescent Psychology*. New York : Meredith Corporation.
- Schuerger, J.M. (1979). " Understanding and Controlling Anger," *Helping Clients with Special Concerns*. Edited by Eisenberg, S.and L.E. Patterson. Chicago : R and Mc.Nally College Publishing. 79-102.
- Sears, Robert R. Eleanor E. Moccoby and Harry Levin. (1957). *Pattern of Child Rearing*. New York : Row Peterson and Company.
- Selye Hans. (1956). *The stress of life*. New York : McGraw – Hillbook Co.
- Spielberger, Charles D., Richard L. Gorsuch and Robert E. Lushens. (1970). *STAI Manual*. California : Consulting Psychologist Press, Inc.
- Spielberger, Charles Donald. (1976). *Cross – Cultural Anxiety*. Edited. y Charles D. Spielberger and Regelio Diaz – Guerecro. Washington, Hemisphere.
- Spielberger, C.D. (1988). *State – Trait Anger Expression Inventory, Research Edition : Professional Manual*. Odssa, Florida : Psychological Assessment Resources.
- Spielberger, C.D., Krasner, S.S. and Solomon, E. P. (1988). The experience, expression, and control of anger. In M. P. Janisse(Ed.), *Health psychology : individual differences and stress*. Newyork : Springer Verlag / publisher. 89-108.
- Tamaki, Shelly. (1994). *Adolesent Anger Control*. SSTA Research Center Report.(On Line)
- Wallace, McDonald J. (1978). " Living with stress," *Nursing Time*. 4(7) : 457-458 ; March.
- Watson, I.P. (1984, May). " The Treatment of Anxiety," *Nursing Mirror*. 9 (17) : 72.
- Webster, Noah. (1976). *Webster's New Universal Dictionary of the English Language*. New York : Webster's International Press.
- Winkley, David. (1986). " The Angry Child in the Ordinary School," *Maladjustment and The repeutic – Education*.4(3) : 33-42 ; Fall.

Zimbardo, Philip (Philip G.). (1977). *Influencing attitudes and changing behavior*.

Ebbesen and Christina Maslack. Addison, Wesley.

Zung, William W.K. (1971, November- December). " A Rating Instrument for Anxiety Disorder,"

Psychosomatic. 12 (6) : 371-372.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
ตารางค่าอำนาจจำแนกรายชื่อของแบบสอบถาม

ตาราง 13 ค่าอำนาจจำแนก (r) ของแบบสอบถาม วัดบุคลิกภาพด้านความวิตกกังวล

ข้อ	r	ข้อ	r
1	.242	26	.422
2	.489	27	.404
3	.480	28	.457
4	.437	29	.201
5	.373	30	.296
6	.317	31	.457
7	.541	32	.235
8	.390	33	.338
9	.373	34	.298
10	.295	35	.389
11	.424	36	.462
12	.474	37	.427
13	.497	38	.389
14	.296	39	.349
15	.371	40	.428
16	.321	41	.438
17	.403	42	.449
18	.398	43	.476
19	.401	44	.525
20	.376	45	.535
21	.465	46	.402
22	.470	47	.505
23	.522	48	.515
24	.388	49	.374
25	.392		

ตาราง 14 ค่าอำนาจจำแนก (r) ของแบบสอบถาม วัดความเครียด

ข้อ	r	ข้อ	r
1	.546	16	.481
2	.624	17	.632
3	.445	18	.515
4	.548	19	.539
5	.539	20	.601
6	.476	21	.424
7	.521	22	.443
8	.591	23	.489
9	.537	24	.627
10	.651	25	.662
11	.603	26	.489
12	.524	27	.607
13	.534	28	.641
14	.487	29	.679
15	.401	30	.515

ตาราง 15 ค่าอำนาจจำแนก (r)ของแบบสอบถาม พฤติกรรมความโกรธ

ข้อ	r	ข้อ	r
1	.532	26	.464
2	.559	27	.532
3	.597	28	.429
4	.577	29	.442
5	.531	30	.428
6	.614	31	.556
7	.568	32	.548
8	.580	33	.403
9	.621	34	.486
10	.601	35	.226
11	.521	36	.361
12	.537	37	.476
13	.621	38	.514
14	.572	39	.201
15	.579	40	.252
16	.653	41	.252
17	.555	42	.463
18	.527	43	.504
19	.535	44	.284
20	.562	45	.157
21	.480	46	.357
22	.357	47	.244
23	.184	48	.322
24	.395	49	.313
25	.408	50	.344

ภาคผนวก ข

ตัวอย่างแบบสอบถามวัดพฤติกรรมความโกรธและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง

แบบสอบถามพฤติกรรมความโกรธและปัจจัยที่เกี่ยวข้อง

คำชี้แจงในการตอบแบบสอบถาม

1. แบบสอบถามชุดนี้มี 159 ข้อ ให้เวลาทำ 50 นาที
2. แบบสอบถามชุดนี้แบ่งเป็น 4 ตอน คือ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามวัดบุคลิกภาพความวิตกกังวล	จำนวน 49 ข้อ
ตอนที่ 2 แบบสอบถามการอบรมเลี้ยงดู	จำนวน 30 ข้อ (90 ข้อย่อ)
ตอนที่ 3 แบบสอบถามวัดความเครียด	จำนวน 30 ข้อ
ตอนที่ 4 แบบสอบถามพฤติกรรมความโกรธ	จำนวน 50 ข้อ

ให้นักเรียนอ่านคำชี้แจงในแต่ละตอนก่อนลงมือทำแบบสอบถาม

3. แบบสอบถามชุดนี้ไม่มีข้อใดถูกหรือผิด เป็นเพียงแต่ศึกษาความเป็นจริงของนักเรียนเท่านั้น คำตอบของนักเรียนไม่มีผลกระทบต่อการศึกษาใดๆทั้งสิ้นและจะเป็นความลับ
4. ขอขอบคุณที่กรุณาให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถามชุดนี้ด้วยดี

ชฎาธาร คำเนียม
 นิสิตปริญญาโท สาขาการวัดผลการศึกษา
 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามวัดบุคลิกภาพความวิตกกังวล

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความในแบบสอบถามแต่ละข้อว่า ใช่หรือไม่ใช่สภาพความเป็นจริงที่นักเรียนประสบอยู่ แล้วตอบให้ตรงกับความรู้สึกหรือความเป็นจริงมากที่สุด โดยทำเครื่องหมาย \surd ลงในช่อง "ใช่" หรือ "ไม่ใช่" ลงในแบบสอบถาม (กรุณาทำทุกข้อ)

ข้อ	ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
1	ฉันรู้สึกว่กลับบ้านแล้วไม่มีความสุข.....		
2	ฉันวิตกกังวลว่าจะเรียนสู้เพื่อนไม่ได้.....		
3	ฉันกลัวว่าผลการเรียนจะเทียบเท่ามาตรฐานสถาบันอื่นไม่ได้.....		
4	ฉันรู้สึกว่าเงินที่ได้รับแต่ละวันไม่พอใช้.....		
5	ฉันไม่สบายใจในเรื่องค่าใช้จ่ายในการเรียน.....		
6	ฉันรู้สึกว่าตัวเองแต่งตัวไม่ทันสมัย.....		
7	ฉันรู้สึกว่าตนเองมีบาปในใจ.....		
8	ฉันรู้สึกกังวลใจว่าไม่เชื่อฟังพ่อแม่แล้วจะมีบาปติดตัว.....		
9	ฉันรู้สึกกังวลใจว่าแต่งตัวเข้ากับเพื่อนฝูงไม่ได้.....		
10	ฉันกังวลใจว่าร้องเพลงสากลไม่ได้.....		
11	ฉันกลัวว่าพ่อแม่จะทะเลาะกัน.....		
12	ถ้าพ่อแม่ของฉันตำหนิหรือว่ากล่าว ฉันจะเก็บมาคิดเป็นเวลานาน.....		
13	ฉันมีความกังวลใจว่าผู้ปกครองคอยจับผิดความประพฤติ.....		
14	ฉันชอบคิดฟุ้งซ่านว่าทำไมคนเราต้องเกิดมา.....		
15	ฉันคิดเสมอว่าคนเราตายแล้วจะเกิดใหม่หรือไม่.....		
16	ฉันชอบคิดมากกว่าวิญญานนั้นมีจริงหรือไม่.....		
17	ฉันกังวลใจว่าถ้าคุยกับเพื่อนต่างเพศแล้วเขาจะไม่คุยด้วย.....		
18	ฉันมีอารมณ์เครียดมากถ้าเพื่อน ๆ โกรธฉัน.....		
19	ฉันรู้สึกว่าตัวเองยังเข้ากับเพื่อนไม่ได้.....		
20	ฉันกังวลใจว่าพ่อแม่ไม่มีเงินส่งให้ฉันเรียนสูงต่อไป.....		
21	ฉันกังวลใจว่าพ่อแม่จะทราบว่าจะนำเงินไปใช้ในทางที่ไม่เหมาะสม.....		
22	ฉันกังวลใจว่าไม่สามารถซื้อของขวัญให้เพื่อนหรือคนที่ชอบได้.....		
23	ฉันกังวลใจว่ามีความแข็งแรงสู้คนอื่นไม่ได้.....		
24	ฉันมักนอนไม่ค่อยหลับตอนกลางคืนเพราะคิดถึงเรื่องต่างๆที่ทำให้ไม่สบายใจ.....		
25	เวลาพูดคุยกับผู้อื่นฉันรู้สึกกังวลใจว่าตัวเองอาจจะมีกลิ่นปากได้.....		

ข้อ	ข้อความ	ใช่	ไม่ใช่
26	ฉันชอบคิดฟุ้งซ่านเกี่ยวกับขนาดและรูปร่างของตนเอง.....		
27	ฉันกังวลใจว่าผลการเรียนจะไม่ดีเท่าที่ควร.....		
28	ฉันมีความเครียดมากกับวิธีการสอนของอาจารย์.....		
29	ฉันกังวลใจว่าเข้ากับเพื่อนไม่ได้เพราะเล่นดนตรีไทย.....		
30	ฉันกังวลใจว่าถ้าแต่งตัวตามแฟชั่นแล้ว คนอื่นจะมองว่าเป็นคนไม่เรียบร้อย.....		
31	ฉันลำบากใจที่จะเลือกชุดแต่งกายไปงานเลี้ยง.....		
32	ฉันรู้สึกลำบากใจที่ต้องเรียนดนตรีไทย.....		
33	ฉันรู้สึกเครียดมากกับวิธีการลงโทษของผู้ปกครอง.....		
34	ฉันไม่สบายใจมากเมื่อมีปัญหาโต้แย้งกับพ่อแม่.....		
35	ฉันกังวลใจว่าถ้าไม่ทำตามเพื่อน เพื่อนจะโกรธ.....		
36	ฉันชอบเก็บเอาเรื่องที่เพื่อนตำหนิมาคิด.....		
37	ฉันรู้สึกว่าตัวเองเป็นคนที่เพื่อน ๆ ควรตำหนิอยู่เสมอ.....		
38	ฉันกังวลใจว่าถ้ามีเรื่องเดือดร้อนสิ่งศักดิ์สิทธิ์จะช่วยได้หรือไม่.....		
39	ฉันชอบคิดมากกว่าบาปบุญนั้นมีจริงหรือไม่.....		
40	ฉันกังวลใจว่าไม่มีเงินซื้อหนังสือที่อยากอ่าน.....		
41	ฉันคิดอยากจะทำอะไรใหม่เพื่อจะได้มีรูปร่างและสุขภาพดีกว่าที่เป็นอยู่.....		
42	ฉันชอบคิดมากเกี่ยวกับคะแนนที่ได้.....		
43	ฉันมีความเครียดมากในการสอบปลายภาค.....		
44	ฉันกังวลใจว่าถ้าไม่ช่วยเหลือเพื่อนแล้วจะหาเพื่อนคุยไม่ได้.....		
45	ฉันมีความกังวลใจและเก็บมาคิดมากที่พ่อแม่ชอบว่าคนอื่นดีกว่าฉัน.....		
46	ฉันกังวลใจว่าอาจารย์จะให้คะแนนไม่ยุติธรรม.....		
47	ฉันรู้สึกว่าสักวันหนึ่งตนเองจะเจ็บป่วย.....		
48	ฉันกลัวว่าถ้าไม่สบายแล้วจะเจ็บหนัก.....		
49	ฉันชอบนั่งคิดคนเดียวว่าสักวันหนึ่งเราต้องตาย.....		

ตอนที่ 2 แบบสอบถามการอบรมเลี้ยงดู

คำชี้แจง ข้อความต่อไปนี้เป็นข้อความเกี่ยวกับการปฏิบัติของพ่อแม่หรือผู้ปกครองที่ปฏิบัติต่อนักเรียนและเป็นคำถามเกี่ยวกับการปฏิบัติของนักเรียนที่ปฏิบัติเป็นประจำ ให้นักเรียนอ่านแล้วตอบคำถามทุกตัวเลือกในแต่ละข้อ ซึ่งคำตอบแต่ละตัวเลือกเป็นตัวแทนของการอบรมเลี้ยงดู โดยกาเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับการปฏิบัติของผู้ปกครองต่อนักเรียนมากที่สุด

ข้อ	ข้อความ	มากที่สุด 4	มาก 3	ปานกลาง 2	น้อย 1	น้อยที่สุด 0
1.	ในระหว่างที่นักเรียนกำลังศึกษาเล่าเรียนผู้ปกครองปฏิบัติต่อนักเรียนอย่างไร ก. บังคับให้อ่านหนังสือเป็นประจำ..... ข. ไม่เคยถามเรื่องการเรียนเลย..... ค. พุดคุยถึงปัญหาการเรียนว่าเป็นอย่างไร.....
2.	เวลานักเรียนทำการบ้านผู้ปกครองจะปฏิบัติต่อนักเรียนอย่างไร ก. ไม่สนใจว่านักเรียนทำการบ้านได้หรือไม่..... ข. ไม่ให้ไปไหนจนกว่าจะทำการบ้านเสร็จ..... ค. ชักถามว่าทำการบ้านได้หรือไม่.....
3.	เวลาใกล้สอบนักเรียนจะต้องดูตำราเพื่อเตรียมตัวสอบผู้ปกครองจะปฏิบัติต่อนักเรียนอย่างไร ก. ให้กำลังใจและแนะนำการอ่านหนังสือ..... ข. ควบคุมบังคับดูแลให้นักเรียนอ่านหนังสือทุกวัน..... ค. ไม่เคยสนใจที่จะตักเตือนให้นักเรียนดูหนังสือ.....
4.	บางครั้งนักเรียนเกิดความท้อแท้ผิดหวังด้านการเรียนผู้ปกครองจะปฏิบัติต่อนักเรียนอย่างไร ก. ปลอบและให้กำลังใจ..... ข. ไม่สนใจว่านักเรียนมีปัญหาอะไร..... ค. ให้อ่านหนังสือมากยิ่งขึ้น.....
5.	นักเรียนได้นำสมุดรายงานผลการเรียนมาให้ผู้ปกครองได้รับทราบและผลการเรียนดีขึ้นกว่าเทอมที่ผ่านมานักเรียนคิดว่าผู้ปกครองจะปฏิบัติอย่างไรเมื่อได้รับสมุดรายงานนี้ ก. ดูผลการเรียนแล้วกล่าวชมเชย..... ข. วางไว้บนโต๊ะไม่สนใจที่จะเปิดดู..... ค. พอใจผลการเรียนและคอยควบคุมดูแลด้านการเรียนมากขึ้น.....

ข้อ	ข้อความ	มากที่สุด 4	มาก 3	ปาน กลาง 2	น้อย 1	น้อยที่ สุด 0
6.	ขณะที่นักเรียนแต่งตัวออกนอกบ้านไปเที่ยว ผู้ปกครอง ท่านจะทำอย่างไร ก. ช่วยดูว่านักเรียนแต่งตัวเช่นไรจึงจะเหมาะสม..... ข. บังคับให้ใส่ชุดตามที่ผู้ปกครองจัดให้..... ค. ไม่สนใจว่านักเรียนจะใส่ชุดอะไร.....
7.	เสื้อผ้าที่นักเรียนสวมใส่แล้ว ผู้ปกครองให้นักเรียนปฏิบัติ เช่นไร ก. ให้คำแนะนำเกี่ยวกับเสื้อผ้าที่ใส่แล้ว..... ข. บังคับให้นำไปแช่ผงซักฟอก..... ค. จะนำมาสวมใส่ซ้ำอีกก็ได้.....
8.	เพื่อนสนิทของนักเรียนมีปัญหาเดือดร้อนทุกซีก และ นักเรียนได้นำมาเล่าให้ผู้ปกครองฟัง ท่านจะทำอย่างไร ก. ช่วยให้คำปรึกษา..... ข. ห้ามไม่ให้ไปหาเพื่อนไปกล่าวหาเรื่องของเพื่อน..... ค. รับฟังแล้วพยักหน้าไม่สนใจที่จะตอบปัญหา.....
9.	นักเรียนกับเพื่อนสนิทมีปัญหาขัดแย้งกันอย่างรุนแรง เมื่อนักเรียนปรึกษากับผู้ปกครอง ท่านจะทำอย่างไร ก. ให้ไปขอโทษเพื่อน..... ข. ไม่สนใจปัญหาที่เกิดขึ้น..... ค. ยินดีที่จะให้คำปรึกษา.....
10.	ถ้านักเรียนกลับมาจากโรงเรียน เมื่อมาถึงที่บ้านแล้ว ผู้ปกครอง ให้นักเรียนทำอะไร ก. ให้พักผ่อนแล้วไปทำการบ้าน..... ข. บังคับให้ไปอาบน้ำเปลี่ยนเสื้อผ้าทันที..... ค. ไม่สนใจว่านักเรียนจะทำอะไร.....
11.	วันหยุด เสาร์ – อาทิตย์ นักเรียนอยู่ที่บ้านปฏิบัติอย่างไร ก. คุยปัญหากับผู้ปกครอง..... ข. ทำงานตามผู้ปกครองกำหนด..... ค. ไม่ต้องทำอะไรเพราะผู้ปกครองไม่สนใจ.....
12.	เมื่อนักเรียนได้ช่วยทำงานบ้าน ผู้ปกครองนักเรียนจะ ปฏิบัติอย่างไร ก. ยกย่องชมเชย..... ข. ซักถามว่าทำงานเสร็จหรือยัง..... ค. ทำงานของท่านไปไม่สนใจว่านักเรียนจะทำอะไร.....

ข้อ	ข้อความ	มากที่สุด 4	มาก 3	ปานกลาง 2	น้อย 1	น้อยที่สุด 0
13.	ขณะที่นักเรียนช่วยทำงานบ้าน บังเอิญนักเรียนได้ทำ- ข้าวของเครื่องใช้เสียหาย ผู้ปกครองจะปฏิบัติอย่างไร ก. ไม่สนใจเหตุการณ์ที่เกิดขึ้น..... ข. รับฟังเหตุผลว่าทำไมจึงเป็นเช่นนั้น..... ค. ลงโทษนักเรียนทันที.....					
14.	ขณะที่นักเรียนรับประทานอาหารกับผู้ปกครองนั้น ผู้ปกครองจะปฏิบัติเช่นไร ก. สนทนาปัญหาต่างๆไป..... ข. ดักเตือนเรื่องการเรียนเป็นประจำ..... ค. ไม่สนใจที่จะสนทนาด้วย.....					
15.	หลังจากที่นักเรียนได้ทำการบ้านเสร็จแล้ว ผู้ปกครองจะ ปฏิบัติเช่นไร ก. ผู้ปกครองไม่สนใจว่านักเรียนจะไปเข้านอนเมื่อใด..... ข. ให้นักเรียนพักผ่อนและเข้านอนตามเวลาปกติ..... ค. กวดขันให้นักเรียนอ่านหนังสือก่อนเข้านอน.....					
16.	นักเรียนนอนตื่นสายไปโรงเรียนไม่ทันผู้ปกครองจะปฏิบัติ เช่นใด ก. ดุว่าทันที..... ข. ไม่สนใจว่านักเรียนจะทำอย่างไรต่อไป..... ค. แนะนำว่าไม่ควรนอนตื่นสาย.....					
17.	วันหนึ่งนักเรียนได้ร่วมกิจกรรมในโรงเรียนทำให้กลับบ้าน- ช้า ผิดเวลา ผู้ปกครองจะปฏิบัติเช่นไร ก. แนะนำว่าควรจะบอกให้ทราบล่วงหน้า..... ข. ทำโทษทันทีไม่ฟังเหตุผล..... ค. ไม่สนใจว่านักเรียนกลับถึงบ้านเมื่อไร.....					
18.	นักเรียนคิดว่าผู้ปกครองปฏิบัติต่อนักเรียนอย่างไร ก. ให้ความรักและความอบอุ่น..... ข. ไม่เคยให้คำแนะนำอะไรเลย..... ค. ให้อยู่ในระเบียบวินัยและทำตามคำสั่ง.....					

ข้อ	ข้อความ	มากที่สุด 4	มาก 3	ปานกลาง 2	น้อย 1	น้อยที่สุด 0
19.	ขณะที่รับประทานอาหารร่วมกัน ผู้ปกครองจะปฏิบัติเช่นไร ก. ผู้ปกครองจะพูดคุยเป็นกันเองตามปกติ..... ข. ผู้ปกครองจะรับประทานอาหาร จะไม่พูดคุยอะไรเลย..... ค. ผู้ปกครองจะอบรมสั่งสอนบังคับให้รับประทานอาหารที่มีประโยชน์.....
20.	นักเรียนได้รับเงินเพื่อนำไปเป็นค่าใช้จ่ายในโรงเรียนจากผู้ปกครองอย่างไร ก. ได้รับเป็นประจำตามที่ได้ตกลงกันไว้..... ข. ได้รับเงินจากผู้ปกครองตามที่ได้กำหนดให้ไว้..... ค. ได้รับเงินจากผู้ปกครองแต่บางครั้งไม่พอใช้จ่าย.....
21	โรงเรียนได้จัดทัศนศึกษานักเรียนต้องไปทุกคน เมื่อไปขอค่าเดินทางกับผู้ปกครอง นักเรียนคิดว่าผู้ปกครองจะทำเช่นไร ก. เต็มใจที่จะให้นักเรียนไปทัศนศึกษาครั้งนี้..... ข. ไม่สนใจว่านักเรียนจะไปทัศนศึกษาในครั้งนี..... ค. ซักถามถึงจำนวนเงินที่จะนำไปใช้และหยิบยื่นให้ทันที.....
22	นักเรียนได้ขออนุญาตจากผู้ปกครองไปดูภาพยนตร์ นักเรียนคิดว่าผู้ปกครองนักเรียนจะปฏิบัติเช่นไร ก. ไม่อนุญาตให้ไปตามลำพัง..... ข. อนุญาตและได้แนะนำว่าควรดูเรื่องใด..... ค. ทำเฉยๆไม่สนใจนักเรียน.....
23.	เวลาว่างนักเรียนปฏิบัติเช่นไร ก. ผู้ปกครองให้ช่วยทำงานบ้าน..... ข. ดูโทรทัศน์ทั้งวันผู้ปกครองไม่ว่าอะไร..... ค. สนทนาปัญหากับผู้ปกครอง.....
24.	เวลาที่ฝนตกนักเรียนได้ออกไปเดินตากฝน ทำให้ไม่สบาย เมื่อผู้ปกครองทราบจะปฏิบัติต่อนักเรียนเช่นไร ก. ดุหรือตำหนิทันที..... ข. ให้ไปหยิบยารับประทานเอง..... ค. แนะนำว่าควรจะไปหาหมอ.....

ข้อ	ข้อความ	มากที่สุด 4	มาก 3	ปาน กลาง 2	น้อย 1	น้อยที่ สุด 0
25.	ขณะที่นักเรียนกำลังช่วยผู้ปกครองทำงาน บังเอิญได้รับบาดเจ็บเล็กน้อยๆ ผู้ปกครองปฏิบัติต่อนักเรียนเช่นไร ก. ไม่สนใจว่านักเรียนได้รับบาดเจ็บ..... ข. แนะนำในการรักษาบาดเจ็บ..... ค. ตักเตือนและให้รีบไปหายามารักษา.....
26.	การเดินทางไปโรงเรียน นักเรียนได้รับการปฏิบัติจากผู้ปกครองเช่นไร ก. คอยรับส่งหรือให้ไปกับผู้ใด..... ข. ให้คำแนะนำในการเดินทางไปโรงเรียน..... ค. จะไปหรือจะกลับจากโรงเรียนเวลาใดก็ได้ เพราะต่างคนต่างไปอยู่แล้ว.....
27.	ขณะที่นักเรียนกำลังทำการบ้านผู้ปกครองปฏิบัติเช่นไร ก. ผู้ปกครองดูแลเอาใจใส่ถ้าเสร็จแล้วจะนำของว่างมาให้..... ข. ผู้ปกครองนั่งซักถามว่าเมื่อไรจะทำการบ้านเสร็จ..... ค. ผู้ปกครองไม่สนใจว่าจะทำการบ้านเสร็จหรือไม่.....
28.	ถ้าผู้ปกครองได้ทราบว่านักเรียนกำลังพูดจาหรือแสดงกิริยามารยาทไม่เรียบร้อยกับพี่น้องๆ ผู้ปกครองจะทำเช่นไร ก. ไม่สนใจที่นักเรียนแสดงกิริยาเช่นนี้..... ข. ให้ข้อคิดว่าไม่สมควรแสดงกิริยาเช่นนี้..... ค. ตำหนดิเตือนว่ากิริยาเช่นนี้ไม่ควรทำ.....
29.	นักเรียนกลับมาจากโรงเรียนเสื้อผ้าของนักเรียนสกปรก ผู้ปกครองเห็นเสื้อผ้าของนักเรียนสกปรกเช่นนี้ ผู้ปกครองจะปฏิบัติเช่นไร ก. ไม่สนใจว่าเสื้อผ้าจะเป็นเช่นไร..... ข. แนะนำนักเรียนว่า ควรจะนำเสื้อผ้าไปแช่ผงซักฟอก.. ค. บอกให้นักเรียนรีบไปอาบน้ำเปลี่ยนเสื้อผ้าทันที.....
30.	ถ้ามีญาติผู้ใหญ่หรือเพื่อนสนิทของผู้ปกครองมาเยี่ยมเยียนที่บ้าน ผู้ปกครองจะปฏิบัติเช่นไร ก. ตักเตือนให้นักเรียนยกน้ำมาให้..... ข. แนะนำให้นักเรียนรู้จักแขกผู้มาเยี่ยมเยียน..... ค. ให้นักเรียนหลบหน้าไปที่ไหนก็ได้.....

ตอนที่ 3 แบบสอบถามวัดความเครียด

คำชี้แจง ให้นักเรียนอ่านข้อความในแบบสอบถามแต่ละข้อ แล้วเลือกคำตอบที่ตรงกับความรู้สึกของนักเรียนมากที่สุดเพียงคำตอบเดียว โดยกาเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องด้านขวาของข้อความในแบบสอบถาม

ข้อ ที่	ข้อความ	บ่อยครั้ง ที่สุด	บ่อย ครั้ง	นานๆ ครั้ง	ไม่เคย เลย
1.	ฉันมีปัญหาหนักใจที่ต้องขบคิด.....				
2.	ฉันรู้สึกเซ็ง ระแเหยใจ หรือท้อแท้.....				
3.	ฉันรู้สึกว่าตนเองเป็นคนที่ชอบคิดเกี่ยวกับเรื่องไร้สาระ.....				
4.	ฉันรู้สึกว่าเจ็บที่นั่น ปวดที่นี่โดยไม่ทราบสาเหตุ.....				
5.	ฉันรู้สึกไม่มีความเชื่อมั่นในตนเอง.....				
6.	ฉันรู้สึกว่าสุขภาพของฉันมีปัญหา.....				
7.	ฉันรู้สึกว่าโลกนี้น่าเบื่อและไม่มีสิ่งใดมีค่าเลย.....				
8.	ฉันมีเรื่องทำให้คิดมาก จนขาดสมาธิในการเรียน.....				
9.	ฉันรู้สึกกังวลกับผลการเรียน.....				
10.	ฉันรู้สึกว่าหงุดหงิดกระสับกระส่ายอยู่เป็นประจำ.....				
11.	ฉันมีเรื่องไม่สบายใจอย่างมากแต่ไม่สามารถเล่าให้ใครฟังได้.....				
12.	ฉันรู้สึกอยากอยู่คนเดียวเงียบๆ.....				
13.	ฉันรู้สึกว่าไม่มีใครจริงใจกับฉันเลย.....				
14.	ฉันเคยอยู่เฉยๆแล้วรู้สึกวุ่นวายใจ หรือใจเต้นแรงผิดปกติ.....				
15.	ฉันมีปัญหาเกี่ยวกับการนอนไม่หลับ หรือหลับๆตื่นๆ.....				
16.	ฉันรู้สึกว่าคนอื่นชอบเอาเปรียบฉัน.....				
17.	ฉันรู้สึกว่าโลกนี้ไม่ยุติธรรมกับฉันเลย.....				
18.	ฉันอยากมีความสุขเหมือนกับคนอื่นบ้าง.....				
19.	ฉันคิดว่าแม้จะขยันให้มากกว่านี้ ก็เรียนให้ดีเท่าเพื่อนไม่ได้.....				
20.	ฉันรู้สึกว่าไม่มีใครเข้าใจฉันเลย.....				
21.	ฉันรู้สึกว่าตนเองอารมณ์เสียง่าย แม้เรื่องเล็กๆน้อยๆ.....				
22.	ฉันปวดศีรษะข้างเดียวอยู่เป็นเวลานาน.....				
23.	ฉันรู้สึกหมดแรง อ่อนเพลีย อยากนอนทั้งวัน.....				
24.	ฉันรู้สึกว่าอุปสรรคมีมากมายจนเอาชนะได้ยาก.....				
25.	ฉันรู้สึกไม่สบายใจเมื่อคิดว่าตนเองด้อยกว่าเพื่อนๆ.....				
26.	ฉันรู้สึกหายใจขัดหรือมีอาการหอบเหนื่อยโดยไม่ได้ออกแรง.....				
27.	ฉันรู้สึกกังวลและไม่สบายใจเมื่อนึกถึงสิ่งที่ไม่สมหวัง.....				
28.	ฉันรู้สึกว่าไม่เคยทำอะไรให้ถูกใจใครได้เลย.....				
29.	ฉันรู้สึกเศร้าหมอง ไม่มีความสุข.....				
30.	ฉันรู้สึกไม่พร้อมที่จะเรียน หรือสอบ.....				

ตอนที่ 4 แบบสอบถามวัดพฤติกรรมความโกรธ

คำชี้แจง ข้อความต่อไปนี้ เป็นข้อความที่จะใช้บรรยายเกี่ยวกับตัวนักเรียน โปรดอ่านข้อความในแต่ละข้อ แล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องที่ตรงกับความรู้สึกหรืออาการของนักเรียนมากที่สุด (กรุณาทำทุกข้อ)

ข้อ ที่	ข้อความ	จริงมาก ที่สุด	จริง	มีบ้าง	ไม่จริง เลย
	เมื่อพบเหตุการณ์ที่ไม่เป็นที่พึงพอใจ.....				
1.	ฉันรู้สึกโกรธมาก.....
2.	ฉันรู้สึกอยากร้องตะโกนออกมา.....
3.	ฉันรู้สึกอยากทำลายข้าวของให้เสียหาย.....
4.	ฉันรู้สึกเคืองแค้นใครบางคน.....
5.	ฉันรู้สึกโมโหคนบางคนหรือสถานการณ์บางอย่าง.....
6.	ฉันรู้สึกเหมือนจะห้ามอารมณ์ตนเองไม่ได้.....
7.	ฉันรู้สึกหงุดหงิด.....
8.	ฉันอยากสบถหรือพูดคำหยาบคายออกมา.....
9.	ฉันรู้สึกฉุนเฉียว.....
10.	ฉันรู้สึกเดือดดาลกับบางสิ่งบางอย่าง.....
	โดยทั่วไปแล้ว				
11.	ถ้ามีใครมาวิพากษ์วิจารณ์ฉัน ฉันจะโกรธมาก.....
12.	ฉันเป็นคนโมโหง่าย.....
13.	ฉันเป็นคนฉุนเฉียวง่าย.....
14.	เมื่อมีใครมาทำให้ฉันเกิดความล่าช้าฉันจะรู้สึกโกรธ.....
15.	ฉันขี้รำคาญหงุดหงิดง่าย.....
16.	ฉันอารมณ์แปรปรวนพลุ่งพล่านง่าย.....
17.	ฉันขี้โมโห.....
18.	ฉันจะไม่พอใจถ้ารู้สึกว่าไม่ได้รับความยุติธรรม.....
19.	ฉันจะโกรธมากหากถูกมองว่าไม่มีความสามารถ.....
20.	เมื่อถูกตำหนิต่อหน้าผู้อื่นฉันจะรู้สึกโกรธมาก.....
	เมื่อรู้สึกโกรธ.....				
21.	ฉันจะพูดประชดประชัน เย้ยหยันคนที่ฉันโกรธ.....
22.	ฉันจะหนีไปให้ห่างจากผู้อื่น.....

ข้อ ที่	ข้อความ	จริงมาก ที่สุด	จริง	มีบ้าง	ไม่จริง เลย
	เมื่อรู้สึกโกรธ.....				
23	ฉันจะพยายามเข้าใจเขาและเข้าใจตนเอง.....
24	ฉันจะแสดงความรู้สึกออกมาทันที.....
25	ฉันจะไม่พูดไม่จาหรือทำหน้าที่ไม่พอใจ.....
26	ฉันจะนั่งเฉยแต่แอบตำหนิผู้ที่ทำให้โกรธอยู่ในใจ.....
27	ฉันจะมีอารมณ์ฉุนเฉียวมากกว่าที่คนอื่นรู้.....
28	ฉันจะเก็บตัวเงียบ ไม่ติดต่อพบปะกับผู้คน.....
29	ฉันจะใช้กำลังกับผู้ที่ทำให้โกรธ.....
30	ฉันจะแอบวิพากษ์วิจารณ์ผู้อื่นอยู่ในใจ.....
31	ฉันจะโกรธมากเกินไปกว่าที่ตัวเองจะยอมรับได้.....
32	ฉันจะโต้ตอบอย่างรุนแรงต่อบุคคลหรือสิ่งของที่ทำให้ฉันโกรธ.....
33	ฉันไม่สามารถเผชิญหน้ากับคนที่ทำให้โกรธได้.....
34	ฉันจะแสดงอาการบึ้งบึ้ง เช่น ปิดประตูเสียงดัง.....
35	ฉันควบคุมอารมณ์ของตนเองได้.....
36	ฉันจะไม่เล่าให้ใครฟัง.....
37	ฉันจะพูดจาหยาบคายกับผู้ที่ทำให้โกรธ.....
38	ฉันจะจ้องมองคนที่ทำให้โกรธอย่างไม่พอใจ.....
39	ฉันจะทำให้ใจให้สงบเยือกเย็น.....
40	ฉันจะพยายามควบคุมความโกรธเอาไว้.....
41	ฉันจะพยายามอดทนต่อผู้ที่ทำให้โกรธ.....
42	ฉันจะแสดงอาการเอะอะไว้วายว้าย กระเทียมเท้า.....
43	ฉันจะแสดงอาการก้าวร้าว.....
44	ฉันจะพยายามปรับอารมณ์ของตนให้เป็นปกติ.....
45	ฉันจะอดกลั้นต่อบุคคลหรือสถานการณ์ที่ทำให้โกรธ.....
46	ฉันจะทำหน้าบึ้งตึงใส่ผู้อื่น.....
47	ฉันจะคิดหาเหตุผลก่อนที่จะโต้ตอบอะไรกลับไป.....
48	ฉันจะคิดถึงเรื่องอื่นที่ทำให้สบายใจ.....
49	ฉันจะนับ1-100 หรือจนกว่าจะหายโกรธ.....
50	ฉันจะเก็บความขุ่นแค้นไว้ภายใน.....

ภาคผนวก ค
รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ประพนธ์ จำยเจริญ โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร ฝ่ายประถม
2. อาจารย์ นพดล กองศิลป์ โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร ฝ่ายประถม
3. อาจารย์ เรณูรัชต์ ประสิทธิเกตุ โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร ฝ่ายประถม
4. อาจารย์ กรรณิกา เพ็ชรเหลี่ยม โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร ฝ่ายประถม
5. อาจารย์ มิ่ง เทพครเมือง โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร ฝ่ายประถม

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล	นางสาว ชฎาธาร คำเนียม
วันเดือนปีเกิด	23 กุมภาพันธ์ 2513
สถานที่เกิด	อำเภอธัญบุรี จังหวัดปทุมธานี
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	14/15 ตำบลบึงสนั่น อำเภอธัญบุรี จังหวัดปทุมธานี 12110
ตำแหน่งหน้าที่การงาน	อาจารย์
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร 10110
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2532	มัธยมศึกษาตอนปลาย จากโรงเรียนมัธยมสาธิตวัดพระศรีมหาธาตุ วิทยาลัยครูพระนคร
พ.ศ. 2536	ศษ.บ. (การประถมศึกษา) จากมหาวิทยาลัยขอนแก่น
พ.ศ. 2545	กศ.ม. (การวัดผลการศึกษา) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ