

ความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพันกับความเข้าอกเข้าใจ

Relationship between Attachment Styles and Empathy

อิทธิพล พินิจวิชา (Ittipol Pinijvicha)* สุชีรา ภัทราวุฒวรรตน์ (Sucheera Phattharayuttawat)**

เชียรชัย งามทิพย์วัฒนา (Thienchai Ngamthipwatthana)**

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์หลักของการศึกษานี้เพื่อทำความเข้าใจความสัมพันธ์ระหว่างความผูกพันรูปแบบต่างๆกับความเข้าอกเข้าใจ ศึกษาในนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยระดับปริญญาตรี จำนวน 450 คน เก็บข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามให้ประเมินตนเอง ผลการศึกษาพบว่ารูปแบบความผูกพันมีความสัมพันธ์กับความเข้าอกเข้าใจอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยความผูกพันแบบมั่นคงมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความเข้าอกเข้าใจเชิงอารมณ์และเชิงความคิด ความผูกพันแบบหมกมุ่นมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความเข้าอกเข้าใจเชิงอารมณ์ ความผูกพันแบบหวางเมินมีความสัมพันธ์เชิงลบกับความเข้าอกเข้าใจเชิงอารมณ์ และความผูกพันแบบหวาดกลัวมีความสัมพันธ์เชิงลบกับความเข้าอกเข้าใจเชิงความคิด การศึกษานี้ทำให้เห็นลักษณะรูปแบบความผูกพันที่มีความสัมพันธ์กับความเข้าอกเข้าใจ 2 ด้าน ซึ่งใช้เป็นข้อมูลในการเสริมสร้างความเข้าอกเข้าใจ

ABSTRACT

This study's main objective was to understand the relationship between each attachment styles and empathy. 450 undergraduate students of Chulalongkorn University were collected using self-rating questionnaire. The results revealed that attachment styles statistically significantly correlated to empathy. Secure attachment positively related to both affective and cognitive empathy, preoccupied attachment positively related to affective empathy, dismissing attachment negatively related to affective empathy, and fearful attachment negatively related to cognitive empathy. This study showed characteristic of attachment styles related to two aspects of empathy that can be used as the information for empathy development.

คำสำคัญ: รูปแบบความผูกพัน ความเข้าอกเข้าใจ

Key Words: Attachment style, Empathy

*นักศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาคลินิก คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

**รองศาสตราจารย์ ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล

บทนำ

ในสภาพสังคมที่มีการแข่งขันกันสูง เราสามารถพบเห็นการแข่งขันกันได้ทั่วไป ตั้งแต่เด็กที่ต้องแข่งขันกันเข้าเรียนไปจนถึงการแข่งขันในโลกของการทำงาน ทำให้หลายๆคนมุ่งให้ความสำคัญกับการพัฒนาความรู้ความสามารถทางด้านวิชาการอย่างเต็มที่ แต่ดูเหมือนว่าความรู้ความสามารถทางวิชาการจะไม่เพียงพอสำหรับการประสบความสำเร็จและการใช้ชีวิตอย่างมีความสุข ยังมีความสามารถอีกด้านหนึ่งที่สำคัญไม่แพ้กัน โดย Goleman (2002) เป็นผู้เสนอถึงความสำคัญของความสามารถทางด้านอารมณ์ หรือที่เรียกว่า ความฉลาดทางอารมณ์ (EQ) ว่าเป็นความสามารถอีกด้านที่จะช่วยให้การทำงานประสบความสำเร็จ เพราะช่วยในการสร้างความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงานซึ่งเป็นพื้นฐานสำหรับการขับเคลื่อนความคิด และการตัดสินใจในการทำงานซึ่งหนึ่งในความฉลาดทางอารมณ์ที่เป็นปัจจัยสำคัญในการสร้างความสัมพันธ์ตามแนวคิดของ Goleman (2002) ก็คือความเข้าอกเข้าใจ (Empathy) โดยผู้ที่มีความเข้าอกเข้าใจผู้อื่นจะรับรู้อารมณ์ความรู้สึกของคนที่อยู่รอบข้างทั้งผ่านทางท่าทาง และคำพูดได้ดี มีลักษณะรับฟังผู้อื่น และสื่อสารกับผู้อื่นได้ดี ทำให้สามารถเข้ากับคนอื่น ๆ ได้อย่างราบรื่น รวมถึงเป็นสิ่งสำคัญที่ช่วยลดความขัดแย้งระหว่างบุคคล และช่วยในการผูกมิตรด้วย (Carnegie, 1936) โด ย Jolliffe, Farrington (2006) พบว่าความเข้าอกเข้าใจแยกออกเป็น 2 มิติ คือ ความเข้าอกเข้าใจเชิงความคิด (Cognitive empathy) และความเข้าอกเข้าใจเชิงอารมณ์ (Affective empathy) ความเข้าอกเข้าใจเชิงความคิดหมายถึงความเข้าใจว่าคนอื่นรู้สึกหรือคิดอย่างไร ด้วยการมองในมุมมองของเขา ในขณะที่ความเข้าอกเข้าใจเชิงอารมณ์หมายถึงการ

ตอบสนองต่อความรู้สึกของคนอื่นส่งผลมาถึงบุคคล ในลักษณะการมีประสบการณ์ความรู้สึกร่วมกัน

อย่างไรก็ตาม ยังไม่พบวิธีที่ชัดเจนในการปลูกฝังความเข้าอกเข้าใจให้เกิดขึ้นในแต่ละคน เพราะจากการศึกษาที่ผ่านมาพบว่าความเข้าอกเข้าใจมีความสัมพันธ์กับปัจจัยด้านด้านพันธุกรรม ด้านการเลี้ยงดู รวมถึงด้านพัฒนาการทางจิตใจด้วย Yu et al. (2012) พบความสัมพันธ์ระหว่างความเข้าอกเข้าใจกับความผูกพัน (Attachment) ซึ่งเป็น ทฤษฎี ด้านพัฒนาการจิตใจสังคมที่สำคัญเนื่องจากรูปแบบความผูกพันจะเริ่มสร้างตั้งแต่ช่วงปีแรกของชีวิตและยังส่งผลต่อเนื่องมาถึงช่วงอื่นๆของชีวิตด้วย โดย Bowlby (1969) ทำการศึกษาในเด็กและอธิบายถึงความผูกพันว่าเป็นความรู้สึกมั่นคงปลอดภัยทางอารมณ์ที่บุคคลหนึ่งมีต่อตัวแทนความผูกพันของเขา (Attachment figure) ต่อมา Hazan, Shaver (1987) ทำการศึกษาความผูกพันในความสัมพันธ์แบบคู่รักในผู้ใหญ่ (Romantic relationship) พบว่า สามารถแบ่งรูปแบบความผูกพันแบบคู่รักในผู้ใหญ่ออกเป็น 3 รูปแบบ คือ แบบมั่นคง (Secure) แบบหลีกเลี่ยง (Avoidant) และแบบวิตกกังวล (Anxious) ซึ่งคนที่มีรูปแบบความผูกพันที่ต่างกันก็จะมีลักษณะความสัมพันธ์ที่ต่างกันไปด้วย หลังจากนั้น Bartholomew, Horowitz (1991) สังเกตเห็นว่าลักษณะการแสดงออกของผู้ที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหลีกเลี่ยงนี้ ตามนิยามของ Hazan, Shaver (1987) มีความแตกต่างกัน จึงศึกษาเพิ่มเติมโดยใช้องค์ประกอบเรื่องมุมมองต่อตนเองและมุมมองต่อผู้อื่นของบุคคลและแบ่งรูปแบบความผูกพันออกเป็น 4 รูปแบบ คือ แบบมั่นคง (Secure) แบบหมกมุ่น (Preoccupied) แบบหมางเมิน (Dismissing avoidance) และแบบหวาดกลัว (Fearful avoidance) ซึ่งความผูกพันแบบหมกมุ่นจะ

ใกล้เคียงกับแบบวิตกกังวลตามแนวคิดเดิม และความผูกพันแบบหลีกเลี่ยงหนีตามแนวคิดเดิมแบ่งออกเป็นแบบหมางเมินและแบบหวาดกลัว โดยความผูกพันแต่ละรูปแบบก็จะสะท้อนพฤติกรรม วิธีคิด รวมถึงลักษณะสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นในรูปแบบที่แตกต่างกันออกไป คือ คนที่มีความผูกพันแบบมั่นคง (secure) จะมองตนเองและผู้อื่นในทางบวก ทำให้มีความมั่นใจในตัวเอง ยืดหยุ่น ในการแก้ปัญหา เปิดเผย แสดงความรู้สึกละเอินอย่างเหมาะสม ประเมินสัมพันธ์ภาพที่เกิดขึ้นตามความเป็นจริง รู้สึกสบายใจในการมีความสัมพันธ์ใกล้ชิด ช่วยเหลือหรือพึ่งพาผู้อื่น และสามารถรักษาความสัมพันธ์ที่ยาวนานได้อย่างเป็นที่พึงพอใจ คนที่มีรูปแบบความผูกพัน หมกมุ่น (preoccupied) จะมองตนเองในทางลบ แต่จะมองผู้อื่นในทางบวก ทำให้มีลักษณะพึ่งพิง ไม่มั่นใจในตนเอง เมื่อเกิดปัญหา ก็ยากที่จะแก้ไขได้ด้วยตัวคนเดียว อ่อนไหวง่าย กังวลในสัมพันธ์ภาพ ต้องการความใกล้ชิด การยอมรับ รวมถึงความรักความเอาใจใส่จากผู้อื่นมาก แต่ในขณะที่เดียวกันก็รู้สึกว่าตัวเองไม่มีคุณค่าพอที่จะมีความสัมพันธ์นั้น ส่วนคนที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหมางเมิน (dismissing) จะมีมุมมองต่อตนเองในทางบวก แต่มองผู้อื่นในทางลบ ทำให้มีลักษณะมั่นใจในตนเอง ยึดหลักความจริงและใช้เหตุผลเป็นหลัก เมื่อมีปัญหา มักเผชิญหน้ากับปัญหาโดยตรงด้วยตัวคนเดียว มองว่าตนเองมีความสามารถที่จะจัดการปัญหาได้เอง หลีกเลี่ยงการพึ่งพาความช่วยเหลือจากผู้อื่น รวมถึงพยายามหลีกเลี่ยงการมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับผู้อื่นเพราะกลัวตัวเองจะผิดหวังกับความสัมพันธ์นั้น ทำให้มีสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่นในลักษณะผิวเผิน และคนที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัว (fearful) จะมีการรับรู้ทั้งต่อตนเองและ

ผู้อื่นในทางลบ ขาดความมั่นใจในตนเอง ปรับตัวความรู้สึกว่าตนเองไร้คุณค่าและผู้อื่นก็ไม่น่าไว้วางใจด้วย ทำให้หลีกเลี่ยงการมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับผู้อื่น เพื่อป้องกันการถูกผู้อื่นปฏิเสธ

อย่างไรก็ตาม ในการศึกษาก่อนหน้านี้ยังไม่มีข้อมูลที่ชัดเจนถึงความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพันแต่ละรูปแบบกับความเข้าอกเข้าใจแต่ละด้าน ดังนั้น การศึกษาครั้งนี้มุ่งให้ความสนใจถึงความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพันกับความเข้าอกเข้าใจแต่ละด้านเพื่อเป็นข้อมูลในการพัฒนาความเข้าอกเข้าใจต่อไป

วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพันทั้ง 4 รูปแบบกับความเข้าอกเข้าใจที่แบ่งออกเป็น 2 ด้าน

วิธีการวิจัย

กลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจความสัมพันธ์ เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพันกับความเข้าอกเข้าใจในกลุ่มนิสิตของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เพศชายและหญิง จำนวน 450 คน กำหนดกลุ่มตัวอย่างโดยอ้างอิงจากผลการศึกษาของ Yu et al. (2012) พบว่าความผูกพันกับแม่ พ่อ และเพื่อนมีความสัมพันธ์กับความเข้าอกเข้าใจเชิงความคิด เท่ากับ 0.33, 0.26 และ 0.46 ตามลำดับ ในขณะที่ความผูกพันกับแม่ พ่อ และเพื่อนมีความสัมพันธ์กับความเข้าอกเข้าใจเชิงอารมณ์ เท่ากับ 0.16, 0.10 และ 0.16 ตามลำดับ ซึ่งความผูกพันกับแม่ พ่อ และเพื่อนเปรียบได้กับความผูกพันแบบมั่นคง (ถ้ามีความผูกพันกับพ่อ

แม่ และเพื่อนมาก ก็มีความมั่นคงมาก) จึงใช้ค่าความสัมพันธ์ดังกล่าวสำหรับการคำนวณขนาดตัวอย่าง โดยกำหนดระดับนัยสำคัญทางสถิติเท่ากับ 0.05 และอำนาจการทดสอบเท่ากับร้อยละ 90 สามารถคำนวณขนาดตัวอย่างได้ 407 คน และเนื่องจากเป็นการสำรวจข้อมูลในนักศึกษาโดยใช้แบบสอบถามจึงเพื่อความครบถ้วนสมบูรณ์ของข้อมูลเท่ากับร้อยละ 10 ดังนั้น การศึกษาในครั้งนี้จะใช้ขนาดตัวอย่างอย่างน้อย 450 ราย

ระเบียบวิธีการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างรับทราบรายละเอียดและสิทธิของตนในการเข้าร่วมการวิจัยก่อนลงนามในใบยินยอมเข้าร่วมการวิจัย จากนั้นจึงตอบคำถามในแบบสอบถามข้อมูลทั่วไป เพศ อายุ มาตรฐานรูปแบบความผูกพัน และมาตรวัดความเข้าอกเข้าใจ (Basic Empathy Scale : BES)

มาตรวัดรูปแบบความผูกพัน

Parapob (2003) พัฒนาต่อออกมาจากแบบวัดความผูกพัน Albany Measure of Attachment Styles (AMAS) และ Relationship Style Questionnaire (RSQ) มีจำนวนข้อกระทงทั้งหมด 38 ข้อ แบ่งรูปแบบความผูกพันออกเป็น 4 รูปแบบ คือ แบบมั่นคง (11 ข้อ) แบบหมกมุ่น (12 ข้อ) แบบหมางเมิน (8 ข้อ) และแบบหวาดกลัว (7 ข้อ) โดยมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Cronbach's alpha) ที่ .73, .71, .70 และ .74 ตามลำดับ โดยให้ผู้ถูกประเมินเลือกแสดงความคิดเห็นได้ 7 ระดับต่อข้อคำถามแต่ละข้อ คิดคะแนนโดยใช้ค่าเฉลี่ยในแต่ละด้านซึ่งทำให้ผู้ตอบมาตรวัดคนหนึ่งๆ ได้คะแนนรูปแบบความผูกพันในแต่ละด้านอยู่ในพิสัยที่เป็นไปได้เท่าๆกันคือ ตั้งแต่ -3 ถึง 3

มาตรวัดความเข้าอกเข้าใจฉบับภาษาไทย

(Basic Empathy Scale : BES)

พัฒนาโดย Suavansri (2008) ประกอบด้วยข้อคำถาม 20 ข้อ เป็นมาตรวัด Likert แบบ 5 ระดับ แบ่งลักษณะความเข้าอกเข้าใจออกเป็น 2 ด้าน คือ ด้านความเข้าอกเข้าใจเชิงอารมณ์ (Affective empathy) จำนวน 11 ข้อ และความเข้าอกเข้าใจเชิงความคิด (Cognitive empathy) จำนวน 9 ข้อ มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Cronbach's alpha) ที่ .85 และ .75 ตามลำดับ โดยให้ผู้ถูกประเมินเลือกแสดงความคิดเห็นได้ 5 ระดับต่อข้อคำถามแต่ละข้อ คิดคะแนนโดยใช้ค่าเฉลี่ยในแต่ละด้านซึ่งทำให้ผู้ตอบมาตรวัดคนหนึ่งๆ ได้คะแนนความเข้าอกเข้าใจในแต่ละด้านอยู่ในพิสัยที่เป็นไปได้เท่าๆกันคือ ตั้งแต่ 1 ถึง 5

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมสถิติสำเร็จรูป SPSS โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistic) เพื่ออธิบายลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ใช้สถิติสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson's Correlation Coefficient) เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร และใช้การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้น ตอน (Stepwise Multiple Regression) เพื่อศึกษาความสามารถในการทำนายของตัวแปร

ผลการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยระดับปริญญาตรีจำนวน 450 คน จากตารางที่ 1 กลุ่มตัวอย่างเป็นเพศชาย 185 คน และเพศหญิง 265 คน อายุเฉลี่ย 19.81 ปี มีคะแนนเฉลี่ยความผูกพันรูปแบบมั่นคง, หมกมุ่น, หมางเมิน และหวาดกลัวคือ .863, .506, .742 และ -.647 ตามลำดับ มีคะแนนเฉลี่ยด้านความเข้าอกเข้าใจเชิงความคิดและเชิงอารมณ์ที่ 3.841 และ 3.437 ตามลำดับ

ตารางที่ 1 : ลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

	จำนวน	ต่ำสุด	สูงสุด	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบน
อายุ	450	18	25	19.81	1.38
ความผูกพัน					
มั่นคง	436	-1.64	2.82	.863	.720
หมกมุ่น	440	-2.33	2.42	.506	.765
หมางมึน	444	-2.00	3.00	.742	.869
หวาดกลัว	432	-3.00	2.00	-.647	.961
ความเข้าใจ					
เชิงความคิด	445	1.89	5.00	3.841	.514
เชิงอารมณ์	436	1.55	4.64	3.437	.471
ความเข้าใจ	433	2.10	4.80	3.620	.397
รวม (Listwise)	399				

ตารางที่ 2 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพันกับความเข้าใจ พบว่ารูปแบบความผูกพันแบบมั่นคง มีความสัมพันธ์กับความเข้าใจทั้งเชิงอารมณ์และความคิด ในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ p -value < .01 มีค่า $r = .22$ และ $.29$ ตามลำดับ รูปแบบความผูกพันแบบหมกมุ่นมีความสัมพันธ์กับความเข้าใจเชิงอารมณ์ ในระดับปานกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .32, p < .01$) รูปแบบความผูกพันแบบหมางมึนมีความสัมพันธ์กับความเข้าใจเชิงอารมณ์ ในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = -.21, p < .01$) และรูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัวมีความสัมพันธ์กับความเข้าใจเชิงความคิด ในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = -.23, p < .01$)

ตารางที่ 2 : แสดงความสัมพันธ์ระหว่างรูปแบบความผูกพันกับความเข้าใจ

	ความเข้าใจเชิงอารมณ์	ความเข้าใจเชิงความคิด	ความเข้าใจ
ความผูกพันแบบมั่นคง	.22**	.29**	.31**
ความผูกพันแบบหมกมุ่น	.32**	.07	.24**
ความผูกพันแบบหมางมึน	-.21**	-.03	-.13**
ความผูกพันแบบหวาดกลัว	-.02	-.23**	-.13**

**p-value < .01

จากตารางที่ 3 ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอนพบว่ามีความสัมพันธ์สหสัมพันธ์เป็น 0.405 ความคลาดเคลื่อนมาตรฐานในการทำนายเท่ากับ ± 7.115 โดยความผูกพันรูปแบบมั่นคง หมกมุ่น และหวาดกลัวเป็นตัวแปรที่สามารถทำนายความเข้าใจของกรุปตัวอย่างได้ร้อยละ 16.4 และมีสมการคำนวณ คือ $Y = 68.261 + 2.256(\text{มั่นคง}) + 2.963(\text{หมกมุ่น}) + [-1.515(\text{หวาดกลัว})]$

ตารางที่ 3 : ผลการทำนายความเข้าใจโดยใช้ตัวแปรรูปแบบความผูกพัน

ตัวแปร	b	SEbi	B	t	p-value
มั่นคง	2.256	0.544	0.211	4.144***	0.000
หมกมุ่น	2.963	0.566	0.285	5.237***	0.000
หวาดกลัว	-1.515	0.437	-0.187	-3.465**	0.001
a = 68.261		SEest = ± 7.115			
R = 0.405		R ² = 0.164			

**p-value < .01

***p-value < .001

อภิปรายและสรุปผลการวิจัย

งานวิจัยนี้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความผูกพันรูปแบบต่างๆกับความเข้าใจที่แยกออกมาเป็น 2 ด้าน พบว่า รูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความเข้าใจทั้งเชิงอารมณ์และความคิดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เนื่องจากคนที่มีรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงมีลักษณะเปิดเผย สามารถรับและแสดงความรู้สึกได้อย่างเหมาะสม ประเมินสถานการณ์ตามความเป็นจริง รู้สึกสบายใจกับการมีความสัมพันธ์ใกล้ชิด (Bartholomew, Horowitz, 1991) ทำให้เปิดใจรับความรู้สึกและสนใจสถานการณ์ที่คนอื่นต้องเผชิญได้อย่างเหมาะสม รวมถึงมีโอกาสได้รับการตอบสนองอย่างเข้าใจ (Empathic response) จากตัวแทน

ความผูกพันอย่างสม่ำเสมอซึ่งช่วยในการเรียนรู้และส่งต่อความเข้าใจเข้าไปให้คนรอบข้างได้ (Kestenbaum et al., 1989) จึงทำให้มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความเข้าใจทั้งเชิงอารมณ์และเชิงความคิด สอดคล้องกับงานวิจัยของ Mark et al. (2002), Bischof-Kohler (2000) และ Robinson et al. (1994) ที่รายงานถึงความเกี่ยวข้องกันระหว่างรูปแบบความผูกพันแบบมั่นคงกับความเข้าใจด้วย

รูปแบบความผูกพันแบบหมกมุ่นมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความเข้าใจเชิงอารมณ์ในระดับปานกลางอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = .32, p < .01$) และไม่พบความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับความเข้าใจเชิงความคิด ($r = .07, p > .05$) โดยในส่วนของความเข้าใจเชิงอารมณ์การศึกษาครั้งนี้ได้ผลไปในทิศทางเดียวกับการศึกษาของ Trusty et al. (2005) และ Wei et al. (2011) อธิบายได้ว่าบุคคลที่มีรูปแบบความผูกพันแบบหมกมุ่นมักเคยได้รับประสบการณ์เชิงอารมณ์กับตนเองมาอยู่แล้ว จึงมีความเข้าใจเชิงอารมณ์ สามารถร่วมรับรู้อารมณ์ของผู้อื่นได้ แต่กลับกันในส่วนของความเข้าใจเชิงความคิดที่ไม่พบความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ น่าจะเป็นเพราะความเข้าใจเชิงความคิดต้องอาศัยความเข้าใจบริบท และการพิจารณาสถานการณ์ แต่คนที่มีความผูกพันแบบหมกมุ่นจะมีแนวโน้มหมกมุ่นอยู่กับตนเองทำให้ไม่สนใจนึกถึงคนอื่น (Wei et al., 2011; Britton, Fuendeling, 2005; Joireman et al., 2001; Mikulincer et al., 2001)

รูปแบบความผูกพันแบบหวางเมินมีความสัมพันธ์เชิงลบกับความเข้าใจเชิงอารมณ์ในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = -.21, p < .01$) แต่ไม่พบความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับความเข้าใจเชิงความคิด ($r = -.03, p > .05$) โดยในส่วนของความเข้าใจเชิงอารมณ์อธิบายได้จากลักษณะของรูปแบบความผูกพันแบบหวางเมินที่มอง

ว่าตนเองมีความสามารถเหนือกว่าผู้อื่น และมักใช้เหตุผลมาอธิบายสิ่งต่างๆ (Bartholomew, Horowitz, 1991) ทำให้มองว่าความรู้สึกของผู้อื่นไม่ใช่สิ่งสำคัญ จึงไม่ใส่ใจรับรู้ความรู้สึกของคนอื่น และใช้กระบวนการทางความคิดของคนในการอธิบายความรู้สึกเหล่านั้น สอดคล้องกับ Bennett, Nelson (2011) ที่อธิบายถึงครุที่มีลักษณะหวางเมินว่าจะสร้างระยะห่างทางอารมณ์ (Emotional distance) กับนักเรียนของตนเองไว้ ทำให้การรับรู้ความเข้าใจเชิงอารมณ์ลดลง แต่ไม่พบความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับความเข้าใจเชิงความคิดซึ่งต้องใช้ความเข้าใจมุมมองของผู้ที่เผชิญกับสถานการณ์นั้นมากกว่า เป็นเพราะผู้ที่มีความผูกพันแบบหวางเมินรับรู้ว่าคนอื่นคือยกว่าตนเอง (Bartholomew, Horowitz, 1991) ทำให้ไม่มีความสนใจในมุมมองและสถานการณ์ที่คนอื่นต้องเผชิญอย่างแท้จริง

รูปแบบความผูกพันแบบหวาดกลัวมีความสัมพันธ์เชิงลบกับความเข้าใจเชิงความคิดในระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = -.23, p < .01$) แต่ไม่พบความสัมพันธ์กับความเข้าใจเชิงอารมณ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($r = -.02, p > .05$) เนื่องจากผู้ที่มีความผูกพันแบบหวาดกลัวมีลักษณะขาดความมั่นใจในตนเอง รู้สึกว่าตนเองไร้คุณค่าและไม่สามารถไว้วางใจคนรอบตัวได้ด้วย ทำให้หลีกเลี่ยงการมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับผู้อื่นถึงแม้จะต้องการพึ่งพิงผู้อื่นเพราะป้องกันตนเองถูกผู้อื่นปฏิเสธ และกลายเป็นกลุ่มที่มีลักษณะปิดตัว (Introvert) มากที่สุด เมื่อแบ่งตามรูปแบบความผูกพัน (Bartholomew, Horowitz, 1991) ทำให้มีลักษณะเก็บตัว และค่อนข้างสนใจอยู่กับตัวเองในลักษณะยอมตาม (Submissive) ทำให้โอกาสที่จะเรียนรู้มุมมองต่อสถานการณ์ของคนรอบข้างลดน้อยลงไป ส่งผลให้ไม่สามารถเข้าใจมุมมองความคิดของผู้อื่นได้อย่างถูกต้อง จึงมีความสัมพันธ์ทางลบกับความเข้าใจเชิงความคิด

การศึกษาครั้งนี้ทำให้ทราบว่ารูปแบบความผูกพันแต่ละแบบมีความสัมพันธ์กับความเข้าอกเข้าใจในลักษณะที่แตกต่างกัน โดยความผูกพันแบบมั่นคงมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความเข้าอกเข้าใจโดยรวมมากที่สุด ซึ่งความรู้นี้สามารถใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับการพัฒนาความเข้าอกเข้าใจผ่านทฤษฎีความผูกพันได้ โดยฝึกลักษณะการตอบสนอง และการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้างเพื่อสร้างความผูกพันที่เหมาะสม ในวัยผู้ใหญ่ (Hazan, Shaver, 1987) นอกจากนี้ยังสามารถใช้ข้อมูลจากงานวิจัยนี้เป็นพื้นฐานในการทำความเข้าใจและช่วยเหลือผู้ที่ต้องการพัฒนาความเข้าอกเข้าใจได้อย่างตรงเป้าหมายมากขึ้น เนื่องจากความเข้าอกเข้าใจที่แบ่งออกเป็นเชิงความคิดและเชิงอารมณ์นั้นมีลักษณะและพัฒนาการที่ต่างหากัน จึงต้องการความช่วยเหลือที่ต่างกันด้วย

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร.สุชีรา ภัทรายุววรรณ อาจารย์ที่ปรึกษาที่กรุณาให้คำปรึกษาและความช่วยเหลือที่มีคุณค่ามาตลอด ขอคุณคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย คุณอรพรรณ การพบ และคุณพนิดา เสือวรรณศรี ที่อนุญาตให้ใช้เครื่องมือในการทำวิจัย รวมถึงครอบครัวและคนสนิทอีกหลายท่านสำหรับกำลังใจและกำลังใจให้งานวิจัยครั้งนี้ประสบความสำเร็จ

เอกสารอ้างอิง

Bartholomew K, Horowitz LM. Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology* 1991; (61): 226-244.

Bennett S, Nelson JK. *Adult attachment in clinical social work: practice, research, and policy.* New York: Springer; 2011.

Bischof-Köhler D. Empathie, prosoziales Verhalten und Bindungsqualität bei Zweijährigen (Empathy, prosocial behavior and attachment in two-year olds). *Psychologie in Erziehung und Unterricht* 2000; (47): 142–158.

Bowlby J. *Attachment and loss: Volume 1. Loss.* New York: Basic Books; 1969.

Britton PC, Fuendeling JM. The relations among varieties of adult attachment and the components of empathy. *Journal of Social Psychology* 2005; (145): 519–530.

Carnegie D. *How to win friends and influence people.* New York: Simon & Schuster; 1936.

Goleman D. *The New Leaders: transforming the art of leadership into the science of results.* UK: Time Warner Books; 2002.

Hazan C, Shaver P. Conceptualizing romantic love as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology* 1987; (52): 511-524.

Joireman JA, Needham TL, Cummings AL. Relationships between dimensions of attachment and empathy. *North American Journal of Psychology* 2001; (3): 63–80.

Jolliffe D, Farrington DP. Development and validation of the Basic Empathy Scale. *Journal of Adolescence* 2006; (29): 589-611.

Kestenbaum R, Farber EA, Sroufe LA. Individual differences in empathy among preschoolers: Relation to attachment history. *New Directions for Child Development* 1989; (44): 51-64.

Mark IL, IJzendoorn MH, Bakermans-Kranenburg MJ. Development of empathy in girls during the second year of life: associations with parenting, attachment, and temperament. *Social Development* 2002; (11): 451-468.

- Mikulincer M, Gillath O, Halevy V, Avihou N, Avidan S, Eshkoli N. Attachment theory and reactions to others' needs: Evidence that activation of the sense of attachment security promotes empathetic response. *Journal of Personality and Social Psychology* 2001; (81): 1205–1224.
- Parapob, O. Attachment styles and causal attribution of one's own behaviors versus others' behaviors in negative situations [Master Thesis in Social Psychology]. Bangkok: Chulalongkorn University; 2003. [in Thai]
- Robinson JL, Zahn-Waxler C, Emde RN. Patterns of development in early empathic behavior: Environmental and child constitutional influences. *Social Development* 1994; (3): 125-145.
- Suavansri P. The influences of empathy and problem characteristics of the person in need on prosocial behavior of undergraduate students [Bachelor Thesis in Psychology]. Bangkok: Chulalongkorn University; 2008.
- Trusty J, Ng KM, Watts RE. Model of effects of adult attachment on emotional empathy of counseling students. *Journal of Counseling and Development* 2005; (83): 66–77.
- Wei M, Liao KY, Ku TY, Shaffer PA. Attachment, self-compassion, empathy, and subjective well-being among college students and community adults. *Journal of Personality* 2011; (79): 191-221.
- Yu G, Wang Y, Liu C. Improving public service quality from a developmental perspective: empathy, attachment, and gender differences. *Public Personal Management* 2012; (41): 9-20.