

TÁC DỤNG CỦA SỰ GIẬN DỮ

Đa số người coi giận dữ là một tính xấu, giả sử không có nó thì cuộc sống chắc hẳn sẽ tốt đẹp hơn. Nhưng một số công trình nghiên cứu lại cho rằng, giận dữ đôi khi cũng có lợi, nó giúp ta suy nghĩ sáng tạo và nhìn nhận ra sự tương tác

>>> Lợi thế của người hiền muộn

Các nhà tâm lý học Hà Lan vừa cho đăng trên Tạp chí The Journal of Experimental Social Psychology một công trình nghiên cứu, chứng minh rằng chính giận dữ làm xuất hiện những nét độc đáo trong tư duy, không có trong những trạng thái tình cảm bình thường.

Trong thí nghiệm chứng minh của mình, trước hết, bằng các biện pháp tâm lý, các nhà nghiên cứu đã gây ra cho những người tham gia thí nghiệm những trạng thái tình cảm khác nhau: giận dữ, buồn chán và bình thường (làm đối chứng). Sau đó tổ chức cho họ cùng thảo luận với nhau vấn đề (gọi là phương pháp "tấn công não" – brain storm) làm thế nào để duy trì và bảo vệ môi trường. Một "ban giám khảo" đánh giá chất lượng của những ý kiến tham gia vào cuộc thảo luận và cho điểm về sự độc đáo, sáng tạo của từng ý kiến, càng ít sự trùng lặp càng tốt (tất nhiên những người được thí nghiệm không biết điều này).

Kết quả cho thấy đa số người, bao gồm những người buồn chán và người ở trạng thái tình cảm bình thường (đối chứng) chỉ đưa ra được những ý kiến làng nhàng, nhạt nhẽo, na ná như nhau, trong khi những ý kiến mới lạ, xuất sắc thuộc những người đang ở tâm trạng bực bội, cáu kỉnh. Những đề xuất của nhóm người này rất linh hoạt, phát hiện những mối quan hệ giữa các lĩnh vực khác nhau, ảnh hưởng tới nhau, mang tính tổng thể sâu sắc.

Theo đánh giá của "ban giám khảo", họ nhìn nhận được bức tranh toàn cảnh của các sự việc. Tuy nhiên đó là ở thời gian đầu của cuộc tranh luận, sau đó sự xuất sắc của những ý kiến của họ giảm dần và ở cả ba nhóm, những ý kiến chỉ cùng một mức độ. Đó là lúc tình cảm giận dữ của nhóm người thứ ba đã lắng dịu, nói theo cách của các nhà tâm lý "nó đã bị trung hòa".

Hàng loạt thí nghiệm khác được các nhà tâm lý thuộc trường Đại học Denver (Mỹ) thực hiện cũng đi đến kết luận tương tự, chứng minh sự giận dữ làm người ta "khôn ngoan" hơn, tìm ra những giải pháp mới, sáng tạo trong các cuộc đàm phán. Có vẻ như một nghịch lý: Phần thắng không nằm trong tay những người bình tĩnh.

Gần đây nữa, trên Tạp chí Psychological Science cũng công bố những bài báo mà tác giả phát hiện tính nóng nảy, hay bực tức làm những nhà lãnh đạo thành công hơn. Song lại cần một điều kiện không thể thiếu: Tập thể mà nhà lãnh đạo này hợp tác phải gồm những người điềm đạm, khách quan và biết cách tránh những tình huống dẫn đến va chạm.