

ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขัน
กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา

พฤษภาคม 2552

ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขัน
กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา

พฤษภาคม 2552

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

เชมศรี จิรารัตน์. (2552). ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา).

กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม: รองศาสตราจารย์ ดร. วาสนา คุณนาภิสิทธิ์, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ธาตุภูมิ ปลื้มสำราญ.

การวิจัยครั้งนี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง จำนวน 12 ทีม รวม 142 คน ซึ่งได้มาจากการเจาะจงเลือก (Purposive Sampling) จำแนกได้เป็นรอบแรก 142 คน รอบสอง 94 คน รอบรองชนะเลิศ 48 คน และรอบชิงชนะเลิศ 24 คน ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (The Competition State Anxiety Inventory-2 : CSAI-2) ของ มาร์เตนส์ (Martens) เป็นเครื่องมือวิเคราะห์ข้อมูลด้วยการหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติเอฟ (F-test) เมื่อพบความแตกต่างเป็นรายคู่ ใช้สถิติของเชฟเฟ (Scheffe') ตรวจสอบ และกำหนดค่าความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิจัยพบว่า

ความวิตกกังวลตามสถานการณ์โดยรวมทุกรอบการแข่งขันของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ด้านคือ ความวิตกกังวลทางจิตมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 21.34 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.57 ความวิตกกังวลทางกายมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 19.99 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.71 ความเชื่อมั่นในตนเองมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 23.56 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.38

ความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ในการแข่งขันรอบแรก รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศไม่แตกต่างกัน ส่วนความวิตกกังวลทางกายแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ทุกด้านของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงทีมรอบชิงชนะเลิศ ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ในการแข่งขันรอบแรก รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ ไม่แตกต่างกัน

STATE ANXIETY OF FEMALE BASKETBALL PLAYERS ATTENDING IN NATIONAL
YOUTH SPORT 25th



Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the
Master of Education Degree in Physical Education
at Srinakharinwirot University
May 2009

Khemsri Chirarat. (2009). *State Anxiety of Female Basketball Players Attending in National Youth Sport 25th*. Bangkok: Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee: Assoc. Prof. Dr. Wasana Kuna-apisit, Asst.Prof. Thawuth Pluemsamran.

The purpose of study is to investigate state anxiety of female basketball players attending in National Youth Sport 25th. The purposively samples were players from 12 teams; the first round were 142 players, the second round were 94 players, the semi-final round were 48 players, the final round were 24 players. The Competition State Anxiety Inventory-2: CSAI-2 by Martens was used to collect data. Data were analyzed into mean, standard deviation, F-test and Scheffe' method at the statistically significance .05 level.

The research results were found as follows:

Mean of state anxiety of female basketball players attending in National Youth Sport 25th in every round was at moderate level and in each aspect, $\bar{X}$ of cognitive anxiety was = 21.34, S.D. = 4.57, $\bar{X}$ of somatic anxiety was = 19.99, S.D. = 4.71, $\bar{X}$ of self confidence was = 23.56, S.D. = 4.38.

Cognitive anxiety and self confidence of female basketball players attending in National Youth Sport 25th in the first round, the second round, the semi-final round and the final round were not statistically significance difference but somatic anxiety was statistically significant difference at .05 level.

State anxiety, in every aspect of female basketball players attending in National Youth Sport 25th, of the team entering the final round, There were not statistically significant difference in the first round, the second round, the semi-final round and the final round.

ปริญญานิพนธ์

เรื่อง

ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขัน
กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25

ของ

เชมศรี จิรรัตน์

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวัฒนกุล)

วันที่.....เดือน.....พ.ศ. 2552

คณะกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์

คณะกรรมการสอบปากเปล่า

.....ประธาน

.....ประธาน

(รองศาสตราจารย์ดร.วาสนา คุณาอภิสิทธิ์)

(รองศาสตราจารย์เทเวศร์ พิริยะพูนท์)

.....กรรมการ

.....กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ราชูฒิ ปลื้มสำราญ)

(รองศาสตราจารย์ดร.วาสนา คุณาอภิสิทธิ์)

.....กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ราชูฒิ ปลื้มสำราญ)

.....กรรมการ

(รองศาสตราจารย์วิสันศักดิ์ อ่วมเพ็ง)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความกรุณาอย่างสูงจาก รองศาสตราจารย์ ดร.วาสนา คุณาอภิสิทธิ์ และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธาวุฒิ ปลื้มสำราญ ประธานและกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ รองศาสตราจารย์เทเวศร์ พิริยะพจน์ และ รองศาสตราจารย์วิสันศักดิ์ อ่วมเพ็ง ประธานกรรมการและกรรมการสอบปากเปล่า ซึ่งได้กรุณาให้คำแนะนำ และแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ของการวิจัยด้วยดีตลอดเวลา ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาของท่านเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

นอกจากนี้ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่านที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชา ขอขอบพระคุณคณาจารย์ในภาคพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒทุกท่าน ผู้ฝึกสอนและนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ที่ให้ความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ขอขอบคุณเพื่อนๆ ที่คอยให้กำลังใจ และผู้ที่มีส่วนช่วยสนับสนุนในการเก็บรวบรวมข้อมูล ที่มีส่วนช่วยเหลือให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ บรรลุความสำเร็จเรียบร้อยด้วยดี

ขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อมหนู จิราวัฒน์ และคุณแม่นิภา จิราวัฒน์ ผู้ให้กำเนิด เลี้ยงดู และอบรมสั่งสอนสนับสนุนส่งเสริมการศึกษา และยังคงเป็นกำลังใจที่ดีเสมอมา คุณค่าและประโยชน์ของปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอบแต่ผู้มีพระคุณทุกท่านที่กล่าวมาแล้วทั้งหมด

เชมศรี จิราวัฒน์

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
ภูมิหลัง.....	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	3
ความสำคัญของการวิจัย.....	3
ขอบเขตของการวิจัย	3
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	3
ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา.....	3
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	4
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	5
สมมติฐาน.....	5
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	6
ความหมายของความวิตกกังวล.....	6
ประเภทของความวิตกกังวล.....	8
ทฤษฎีเกี่ยวกับความวิตกกังวล.....	10
สาเหตุของความวิตกกังวล	15
ความวิตกกังวลกับการแข่งขันกีฬา.....	17
ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลกับการแข่งขันกีฬา.....	18
ระดับของความวิตกกังวล.....	19
การวัดความวิตกกังวล	20
ประวัติกีฬาเยาวชนแห่งชาติ.....	23
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	29
งานวิจัยในต่างประเทศ	29
งานวิจัยในประเทศ	31
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	40
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง	40
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	40
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	41
ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	42
การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	45

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	46
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	46
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	46
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	47
5 บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	62
สังเขปความมุ่งหมาย และวิธีดำเนินการวิจัย	62
สรุปผลการวิจัย.....	63
อภิปรายผล.....	66
ข้อเสนอแนะ	68
ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป	69
บรรณานุกรม.....	70
ภาคผนวก.....	74
ภาคผนวก	75
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	79

บัญชีตาราง

ตาราง

หน้า

1	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬา บาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 รอบแรก.....	47
2	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬา บาสเกตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 รอบสอง	48
3	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬา บาสเกตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 รอบรองชนะเลิศ	49
4	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬา บาสเกตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 รอบชิงชนะเลิศ	50
5	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬา บาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ทุกรอบการ แข่งขัน	51
6	สรุปค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาสบาสเกตบอลหญิง ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ทุกรอบการแข่งขัน.....	51
7	ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลทางจิต ของนักกีฬาสบาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ในแต่ละรอบการแข่งขัน	53
8	ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลทางกายของ นักกีฬาสบาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ใน แต่ละรอบการแข่งขัน.....	54

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง

หน้า

9 ผลการทดสอบเป็นรายคู่ของค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ด้านความวิตกกังวลทางกาย ของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 โดยวิธีเชฟเฟ (Schaffe').....	54
10 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อมั่นในตนเองของ นักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ใน แต่ละรอบการแข่งขัน	55
11 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของ นักกีฬาบาสเกตบอลหญิงทีมที่เข้ารอบชิงชนะเลิศที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬา เยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 รอบชิงชนะเลิศ ทีมจังหวัดอ่างทอง และทีมจังหวัด ชลบุรี.....	56
12 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงทีมที่เข้ารอบชิงชนะเลิศที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬา เยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 รอบรองชนะเลิศ ทีมจังหวัดอ่างทอง และทีมจังหวัด ชลบุรี.....	57
13 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงทีมที่เข้ารอบชิงชนะเลิศที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬา เยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 รอบสอง ทีมจังหวัดอ่างทอง และทีมจังหวัด ชลบุรี.....	58
14 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงทีมที่เข้ารอบชิงชนะเลิศที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬา เยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 รอบแรก ทีมจังหวัดอ่างทอง และทีมจังหวัด ชลบุรี.....	59
15 เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ของความวิตกกังวลทางจิต ในแต่ละรอบของการแข่งขันของทีมนักกีฬา บาสเกตบอลหญิงที่เข้ารอบชิงชนะเลิศ ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬา เยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25.....	60

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
16 เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ของความวิตกกังวลทางกาย ในแต่ละรอบของการแข่งขันของทีมนักกีฬา บาสเกตบอลหญิงที่เข้ารอบชิงชนะเลิศ ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬา เยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25.....	61
17 เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ของความวิตกกังวลทางกาย ในแต่ละรอบของการแข่งขันของทีมนักกีฬา บาสเกตบอลหญิงที่เข้ารอบชิงชนะเลิศ ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬา เยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25.....	61



บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ

หน้า

1	แสดงระดับความวิตกกังวลหรือสิ่งที่เร้าใจที่เหมาะสม (ANXIETY OR OPTIMAL AROUSAL LEVEL) สำหรับชนิดและทักษะกีฬา	9
2	แสดงทฤษฎีแรงขับ (DRIVE THEORY)	11
3	แสดงทฤษฎียู-คว่ำ (INVERTED-U THEORY)	12
4	แสดงทฤษฎีฮานินโซนของความเหมาะสม (HANIN'S ZONE OF OPTIMAL FUNCTIONING : ZOF)	14
5	แสดงทฤษฎีอักษรรูคว่ำ และโซนแห่งพลังงานที่เหมาะสม (ZONE OF OPTIMAL ENERGY)	15
6	แสดงความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลและความสามารถในการเล่นกีฬา	17
7	แสดงกระบวนการแข่งขันกีฬากับความวิตกกังวล	19
8	ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล	42

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ปัจจุบันวงการกีฬาได้คิดค้นรูปแบบและเทคนิคการฝึกทักษะต่างๆ ของนักกีฬาเพื่อจะช่วยให้ให้นักกีฬาได้พัฒนาระดับความสามารถทางการกีฬาและสมรรถภาพลงโทษที่ดีขึ้น สามารถแข่งขันกีฬาได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสบความสำเร็จ แต่สำหรับนักกีฬาบางคนถึงแม้จะมีการฝึกฝนจนมีความสามารถแต่ในขณะทำการแข่งขัน ยังแสดงความรู้สึกด้านสภาพจิตใจออกมาให้เห็น เช่น ความวิตกกังวล ความประหม่า ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นต้น ทำให้นักกีฬาไม่สามารถแสดงความสามารถออกมาได้อย่างเต็มที่ การพัฒนาให้นักกีฬาประสบความสำเร็จจะต้องมีการพัฒนาองค์ประกอบทักษะเพื่อให้มีความพร้อมทั้ง 3 ด้านคือ ความพร้อมทางด้านทักษะกีฬา ด้านสมรรถภาพทางกายที่สมบูรณ์ และด้านสมรรถภาพทางจิตที่เข้มแข็ง ทักษะทางการกีฬาและสมรรถภาพทางกายที่สมบูรณ์เป็นองค์ประกอบที่สำคัญโดยตรงในการแสดงออกถึงความสามารถของนักกีฬา ซึ่งเป็นผลมาจากการเรียนรู้และการฝึกหัดจนสามารถแสดงทักษะออกมาได้สูง ซึ่งตรงข้ามกับนักกีฬาที่ระดับทักษะต่ำจะแสดงความสามารถออกมาได้ต่ำ แต่ในการแข่งขันระดับสูงส่วนใหญ่ นักกีฬามีทักษะความสามารถที่ใกล้เคียงกัน ความแตกต่างกันมักอยู่ที่สภาพทางจิตของแต่ละบุคคล ในการแข่งขันรอบสุดท้ายนักกีฬามักมีความสามารถใกล้เคียงกัน แต่ผู้ชนะมักเป็นนักกีฬาที่มีสมรรถภาพทางจิตดีกว่า ดังนั้นจิตวิทยาการกีฬาก็มีความสำคัญและจำเป็นต่อสภาพจิตใจของนักกีฬาในการแสดงความสามารถสูงสุดออกมา

ปัจจุบันสถานการณ์การแข่งขันกีฬาในระดับสูงมีส่วนเกี่ยวข้องกับจิตวิทยาการกีฬามากขึ้น เพราะความสามารถของนักกีฬาทั้งในการฝึกซ้อมหรือการแข่งขันมีปัจจัยสำคัญ 3 ประการที่เกี่ยวข้อง คือ ระดับทักษะ สมรรถภาพทางกาย และสมรรถภาพทางจิต ซึ่งจะเห็นได้ว่าสมรรถภาพทางจิตนั้นเป็นส่วนสำคัญที่จะทำให้ นักกีฬามีความพร้อมที่จะฝึกซ้อม หรือแข่งขันได้เต็มความสามารถสูงสุด แต่ในสภาพปัจจุบันโดยทั่วไปผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในกีฬามักจะมองข้ามปัจจัยที่สำคัญนี้ไป คือ มุ่งฝึกหรือเตรียมเฉพาะทางด้านสมรรถภาพทางกาย และระดับทักษะของนักกีฬาเท่านั้น ผลสูงสุดที่ได้จึงไม่เป็นไปตามที่คาดหวังเท่าที่ควร ดังนั้น การเตรียมสมรรถภาพทางจิตของบุคคลโดยใช้หลักและทฤษฎีทางจิตวิทยาการกีฬาเข้าช่วยควบคู่กันไปด้วย จึงมีความจำเป็นและสำคัญที่จะทำให้บุคคลนั้นบรรลุความสามารถสูงสุดทางการกีฬาที่ตนมีอยู่ ยิ่งกว่านั้นความเป็นอยู่ของบุคคลนั้นบรรลุความสามารถกีฬาที่ตนมีอยู่ ยิ่งกว่านั้นความเป็นอยู่ของบุคคลในสังคมปัจจุบันมี

ความรีบเร่งมาก ซึ่งเป็นสาเหตุทำให้เกิดความเคร่งเครียดตลอดเวลา (สุปราณี ขวัญบุญจันทร์. 2541: 8)

สาเหตุอย่างหนึ่งที่ทำให้การฝึกซ้อมและการแข่งขันไม่สามารถประสบความสำเร็จสูงสุดได้ คือความวิตกกังวลและความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬา กล่าวคือ ถ้าหากนักกีฬามีความวิตกกังวลที่พอดี ก็จะช่วยให้นักกีฬาได้แสดงความสามารถออกมาทางการกีฬาได้อย่างเต็มที่ แต่ถ้าหากนักกีฬามีความวิตกกังวลที่มากเกินไปหรือต่ำเกินไปก็จะทำให้นักกีฬาแสดงความสามารถต่ำกว่าจากมาตรฐานเดิม ซึ่งสอดคล้องกับที่ (สมบัติ กาญจนกิจ และสมหญิง จันทรุไทย. (2542: 70) กล่าวว่า ความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นทั้งก่อนการแข่งขัน ระหว่างการแข่งขัน และหลังการแข่งขัน ควรจะมีอยู่ในระดับพอดี ความวิตกกังวลตามสถานการณ์นั้นมีอิทธิพลต่อระดับการแสดงความสามารถของนักกีฬาโดยตรง คือถ้าระดับความวิตกกังวลหรือระดับการตื่นตัวอยู่ในระดับที่เหมาะสมก็จะทำให้นักกีฬาแสดงความสามารถออกมาได้อย่างสูงสุด แต่ถ้าความวิตกกังวลหรือความตื่นตัวอยู่ในระดับที่มากหรือน้อยเกินความเหมาะสมก็จะทำให้ระดับการแสดงความสามารถต่ำลง

ในการแข่งขันกีฬาบาสเกตบอล นักกีฬามักจะเกิดความวิตกกังวล และในการแข่งขันนักกีฬาจำเป็นต้องมีความเชื่อมั่นในตนเองด้วย เนื่องจากกีฬาบาสเกตบอลเป็นกีฬาที่มีความกดดันในการแข่งขันตลอดเวลา ไม่ว่าจะเป็น การยิงโทษบาสเกตบอล การรุก การป้องกัน ซึ่งล้วนแต่ทำให้นักกีฬาเกิดความวิตกกังวล กลัวที่จะทำได้ไม่ดี เพราะการผิดพลาดครั้งเดียวอาจมีผลต่อการแพ้หรือชนะได้ ยิ่งเมื่อเป็นการแข่งขันที่แต่ละทีมมีความสามารถทางทักษะ และสมรรถภาพทางร่างกายใกล้เคียงกัน ทีมใดที่สามารถลดความวิตกกังวลและมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่า ย่อมเป็นฝ่ายที่ได้เปรียบมากกว่า

ในประเทศไทยมีการจัดการแข่งขันกีฬาขึ้นหลายระดับไม่ว่าจะเป็นในระดับเยาวชน ประชาชน และระดับอาชีพ แต่ก่อนที่จะมีการแข่งขันในระดับประชาชน และระดับอาชีพ ก็ต้องมีการแข่งขันในระดับเยาวชนมาก่อน รัฐบาลได้ตระหนักถึงความสำคัญของเยาวชนซึ่งเป็นทรัพยากรมนุษย์ และเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติ เยาวชนจึงควรได้รับการศึกษาอบรม และฝึกฝนให้เจริญงอกงามทั้งในทางร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ สังคมและจิตใจ รัฐบาลจึงได้กำหนดนโยบายเกี่ยวกับเยาวชนไว้อย่างชัดเจนในแผนพัฒนาเยาวชนแห่งชาติ อันเป็นส่วนหนึ่งของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 10 (พ.ศ. 2550-2554) ซึ่งจะเป็นหนทางในการพัฒนาคุณภาพของเยาวชนไทยให้มีความเพียบพร้อมทุกด้าน

จากการที่รัฐบาลได้กำหนดนโยบายในเรื่องนี้อย่างแน่ชัด คณะรัฐมนตรีจึงได้มีมติเมื่อวันที่ 25 กันยายน 2527 เห็นชอบและอนุมัติให้มีการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติเป็นประจำทุกปี โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อส่งเสริม

การกีฬาของชาติไทยให้ขยายไปทั่วประเทศและเน้นถึงสุขภาพพลามัย ปลุกฝังให้เยาวชนมีน้ำใจ เป็นนักกีฬา มีระเบียบวินัย และที่สำคัญยิ่งเพื่อเป็นแผนรองรับการแข่งขันกีฬาแห่งชาติทำให้เกิด นักกีฬาทีมชาติต่อไป (Fluke Club: Online)

ดังนั้น การศึกษาเกี่ยวกับความวิตกกังวลจึงมีความสำคัญและมีประโยชน์แก่การกีฬาในปัจจุบันเป็นอย่างมาก ด้วยเหตุผลดังกล่าวมาข้างต้น ผู้วิจัยตระหนักถึงความสำคัญของอิทธิพลของความวิตกกังวลที่มีต่อประสิทธิภาพในการเล่นกีฬาของนักกีฬา โดยเฉพาะนักกีฬาเยาวชนที่ยังมีวุฒิภาวะทางด้านจิตใจยังไม่สมบูรณ์

จึงสนใจที่จะศึกษาถึงความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ทั้งนี้เพื่อหวังให้งานวิจัยนี้มีประโยชน์ต่อการนำไปส่งเสริมความสามารถในการเล่นกีฬาสเกตบอลในระดับนี้ต่อไป

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาสเกตบอลหญิง
2. เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ในแต่ละรอบการแข่งขันของนักกีฬาสเกตบอลหญิง

ความสำคัญของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ทำให้ทราบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ในแต่ละรอบของการแข่งขันของนักกีฬาสเกตบอลหญิง ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 เพื่อนำมาปรับปรุงและพัฒนาให้นักกีฬาเยาวชนหญิงได้แสดงศักยภาพออกมาได้อย่างเต็มที่ เมื่อได้รับการจัดการกับความวิตกกังวลให้อยู่ในระดับที่เหมาะสมแล้ว และยังมีประโยชน์ต่อครู และผู้ฝึกสอนกีฬา สเกตบอล ตลอดจนผู้ที่เกี่ยวข้องอีกด้วย

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักกีฬาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 จังหวัดกาญจนบุรี ระหว่างวันที่ 15-26 มีนาคม พ.ศ. 2552 จำนวน 12 ทีม รวม 142 คน ซึ่งได้มาจากการเจาะจงเลือก (Purposive Sampling) จำแนกได้เป็น รอบแรก 142 คน รอบสอง 94 คน รอบรองชนะเลิศ 48 คน รอบชิงชนะเลิศ 24 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรต้น ได้แก่ จำนวนรอบของการแข่งขัน จำแนกได้เป็น 4 รอบ ดังนี้

1.1 รอบแรก

1.2 รอบสอง

1.3 รอบรองชนะเลิศ

1.4 รอบชิงชนะเลิศ

2. ตัวแปรตาม ได้แก่ ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ความวิตกกังวล (Anxiety) หมายถึง ภาวะของบุคคลที่รู้สึกกดดัน ไม่สบายใจ วุ่นวายใจ กลัว วิตกกังวล ตลอดจนรู้สึกบีบคั้นต่อเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นล่วงหน้าว่าจะผิดหวังทั้งจากที่เคยมีประสบการณ์มาก่อนและไม่เคยมีมาก่อน ซึ่งเป็นภาวะหนึ่งของอารมณ์ที่เกิดจากกระบวนการของจิตได้สำนึก

2. ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (State Anxiety) หมายถึง ความวิตกกังวลซึ่งเกิดขึ้นในเวลาเฉพาะหรือสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่จะทำให้เกิดความไม่พึงพอใจ หรือเกิดอันตรายมากระตุ้นและแสดงพฤติกรรมโต้ตอบที่สามารถสังเกตเห็นได้ในเวลาช่วงที่ถูกกระตุ้นนั้นเป็นภาวะที่บุคคลรู้สึกตึงเครียด หวาดหวั่น กระวนกระวาย ระบบการทำงานของประสาทอัตโนมัติตื่นตัวสูง ซึ่งความรุนแรงระยะเวลาที่เกิดจะแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ซึ่งส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับลักษณะเฉพาะตัวและประสบการณ์ในอดีตของแต่ละบุคคล

3. ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive Anxiety) หมายถึง ความวิตกกังวลทางจิตปัญญา เป็นการรับรู้หรือถูกให้รับรู้ เป็นอารมณ์ที่จะประเมินสถานการณ์กับความสามารถที่ตนมีอยู่

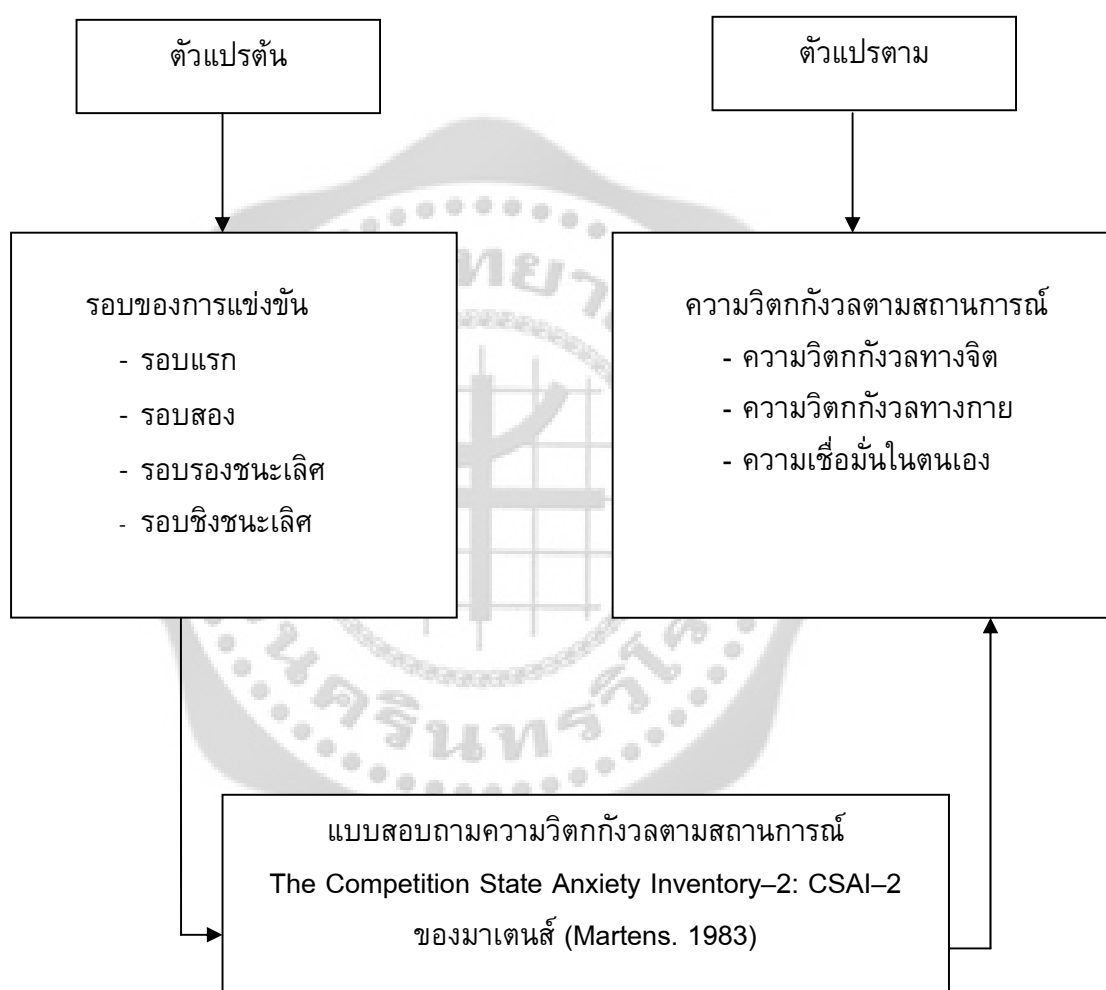
4. ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic Anxiety) หมายถึง ปฏิกริยาการเกิดความวิตกกังวลทางกาย ที่มีการเปลี่ยนแปลงทางสรีระเมื่อนักกีฬาคิดหรือประเมินว่าความสามารถไม่สมดุลงกับข้อเรียกร้องของสถานการณ์ที่เผชิญ

5. ความเชื่อมั่นในตนเอง หมายถึง ความแน่ใจหรือความมั่นใจหรือความกล้าหาญของบุคคล ที่จะกระทำการสิ่งต่างๆ ให้เสร็จลุล่วงได้ตามที่บุคคลนั้นตั้งใจไว้ แม้จะมีเหตุการณ์ใดมาเป็นอุปสรรค และมั่นใจว่าจะสามารถกระทำการสิ่งนั้นได้แล้วเสร็จ

6. นักกีฬาบาสเกตบอลหญิง หมายถึง นักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 จังหวัดกาญจนบุรี ระหว่างวันที่ 15-26 มีนาคม พ.ศ. 2552

7. การแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 25 หมายถึง การแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ จัดขึ้นที่ จ.กาญจนบุรี ระหว่างวันที่ 15-26 มีนาคม พ.ศ. 2552

กรอบแนวคิดในการวิจัย



สมมุติฐาน

ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ในแต่ละรอบของการแข่งขัน มีความแตกต่างกัน

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในประเทศและต่างประเทศ ได้นำเสนอตามหัวข้อดังต่อไปนี้

1. ความวิตกกังวล (Anxiety)

1.1 ความหมายของความวิตกกังวล

1.2 ประเภทของความวิตกกังวล

1.3 ทฤษฎีเกี่ยวกับความวิตกกังวล

1.4 สาเหตุของความวิตกกังวล

1.5 ความวิตกกังวลกับการแข่งขันกีฬา

1.6 ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลกับการแข่งขันกีฬาสเกตบอล

1.7 ระดับของความวิตกกังวล

1.8 การวัดความวิตกกังวล

2. ประวัติกีฬาเยาวชนแห่งชาติและระเบียบการแข่งขันบาสเกตบอล

3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

3.1 งานวิจัยในต่างประเทศ

3.2 งานวิจัยในประเทศ

ความวิตกกังวล (Anxiety)

ความวิตกกังวล (Anxiety) มีรากศัพท์มาจากภาษากรีกว่า “to press tight” หรือ “to stangle” หมายถึง กดให้แน่น รัดให้แน่น และมาจากภาษาละติน “anxious” หมายถึง บีบรัดหรือความคับแค้น ความวิตกกังวลมีผู้ให้ความหมายเกี่ยวกับความวิตกกังวลไว้ดังนี้

ตามทฤษฎีของฟรอยด์ (อ้างถึงใน สมบัติ กาญจนกิจ และ สมหญิงจันทร์ไทย. 2542) หมายถึง สภาวะของความตึงเครียดที่เกิดจากแรงขับ (Drive) คล้ายความหิวหรือความรู้สึกทางเพศ แต่ต่างกันตรงที่สภาวะดังกล่าวไม่ได้เกิดจากสภาพร่างกายภายใน แต่มีสาเหตุดั้งเดิมมาจากภายนอก เมื่อความวิตกกังวลถูกเร้าให้เกิดขึ้น

ไรครอฟ (Rycroft. 1978: 45) กล่าวว่า ความวิตกกังวลเป็นความรู้สึกของการเตรียมพร้อมเพื่อเผชิญกับสิ่งที่คาดว่าจะเกิดขึ้นหรือเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่ไม่คุ้นเคยซึ่งภาวะเช่นนี้จะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลตระหนักว่าจะมีอะไรบางอย่างมาคุกคามต่อตน แต่ตนเองยังมาสามารถจะ

จัดการกับสิ่งนั้นได้ เนื่องจากสิ่งนั้นยังไม่ได้เกิดขึ้นกับตนจริงๆ ซึ่งถ้าหากสิ่งที่คาดไว้นั้นเกิดขึ้นแล้ว หรือบุคคลรู้ตัวอย่างแจ่มชัดในสิ่งที่คาดหวังแล้ว ความวิตกกังวลก็จะหมดไปเพราะไม่ต้องเตรียมพร้อมที่จะเผชิญปัญหา และสภาวะอารมณ์ชนิดอื่นก็จะเข้ามาแทนที่ความวิตกกังวล และยังเชื่อว่าประสบการณ์ ทั้งที่บุคคลยังไม่เคยผ่านหรือพบมาก่อน สามารถก่อให้เกิดความวิตกกังวลได้ทั้งสิ้น

อิงลิช (English. 1958: 35) ให้ความหมายความวิตกกังวลไว้เป็นข้อๆ ดังนี้

1. ความวิตกกังวล เป็นภาวะของความไม่สบายใจอันเนื่องมาจากความปรารถนาอันแรงกล้าและแรงขับไม่อาจถึงเป้าหมายที่ต้องการได้
2. ความวิตกกังวล คือ ความสับสนวุ่นวายอาจมีสิ่งเลวร้ายเกิดขึ้นในอนาคต
3. ความวิตกกังวล คือ ความกลัวต่อสิ่งอาจได้หรือไม่ได้ขึ้นอยู่กับระดับต่ำ
4. ความวิตกกังวล คือ ความรู้สึกที่ถูกข่มขู่ หรือเป็นการข่มขู่ที่น่ากลัวโดยบุคคลนั้นไม่อาจบอกได้ว่า สิ่งที่เขาารู้สึกขู่เข็ญนั้นคืออะไร

สปีลเบอร์เกอร์ (Spielberger. 1989: 3-7) ได้ให้ความหมายของความวิตกกังวลว่า ความวิตกกังวล เป็นลักษณะควบคู่กับความกลัวในแง่อารมณ์แบบชีววิทยา กล่าวคือ ความกลัวเป็นการตอบสนองของสิ่งที่มีชีวิตต่ออันตรายที่มีอยู่จริงภายนอก แต่ความวิตกกังวลเป็นการตอบสนองต่ออันตรายที่มีอยู่ภายใน เช่น แรงกระตุ้นที่ไม่ชอบอารมณ์ แรงกระตุ้นหรืออาการที่ก้าวร้าวเพื่อแก้ปัญหาความคับข้องใจภายใน ที่ทำท่าจะปรากฏในความรู้สึกสำนึกจนกระทั่งเกิดแรงกระตุ้นภายในให้มีการโต้ตอบจริงๆ

สุปราณี ขวัญบุญจันทร์ (2541: 52) กล่าวว่า ความวิตกกังวล (Anxiety) หมายถึง ความรู้สึกกลัวต่อสิ่งที่จะเกิดขึ้นจากการคาดการณ์ล่วงหน้าว่าจะผิดหวัง ล้มเหลวหรือเป็นอันตราย ความวิตกกังวลเกิดขึ้นได้จากประสบการณ์ที่ได้รับมาในอดีต และสภาพอารมณ์ที่เกิดขึ้นในขณะนั้น ความวิตกกังวลมีอิทธิพลต่อการแสดงความสามารถ

สืบสาย บุญวีรบุตร (2541: 76) ให้ความหมายของความวิตกกังวลว่า เป็นอารมณ์ที่ผสมผสานระหว่างความกดดันต่างๆ ที่มีต่อการกระทำและมีผลต่ออารมณ์ที่เป็นลบและอธิบายถึงความรู้สึกที่ไม่เป็นนามธรรมที่เป็นไปได้ในทางที่ไม่พึงพอใจ

สมบัติ กาญจนกิจ และสมหญิง จันทุไทย (2542: 72) กล่าวว่า ความวิตกกังวลเป็นสภาพทางอารมณ์ อันไม่พึงปรารถนาของบุคคล ที่รู้สึกหวั่นกลัว ไม่สบายใจ ล้มเหลว หรือเป็นผลจากการคิดเหตุการณ์ล่วงหน้า ต่อเหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่จะเกิดขึ้น ถ้าบุคคลใดมีระดับความวิตกกังวลที่สูงหรือต่ำเกินไป จะทำให้เป็นผลต่อสภาพร่างกาย และสมรรถภาพการทำงานของร่างกายลดลง แต่ถ้าวัดระดับความวิตกกังวลของคนเราอยู่ในระดับที่เหมาะสมก็จะทำให้เกิดประโยชน์ได้ ซึ่งสอดคล้องกับ ศิลปชัย สุวรรณธาดา (2533) กล่าวว่า ถ้าหากมีความวิตกกังวลสูงจะควบคุม

พฤติกรรมตนเองไม่ได้ และเป็นสาเหตุให้ความสามารถที่แสดงออกต่ำกว่ามาตรฐานหรือที่คาดไว้ เพื่อให้แสดงความสามารถได้เต็มที่ นักกีฬาจะต้องเรียนรู้กลยุทธ์ ควบคุมความวิตกกังวลให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม

จากที่กล่าวมาข้างต้นพอสรุปได้ว่า ความวิตกกังวลเป็นภาวะของบุคคลที่รู้สึกกดดัน ไม่สบายใจ วุ่นวายใจ กลัว วิตกกังวล ตลอดจนรู้สึกบีบคั้นต่อเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นล่วงหน้าว่าจะผิดหวังทั้งจากที่เคยมีประสบการณ์มาก่อนและไม่เคยมีมาก่อน ซึ่งเป็นภาวะหนึ่งของอารมณ์ที่เกิดจากกระบวนการของจิตใต้สำนึก ถ้าบุคคลมีระดับของความวิตกกังวลสูงหรือต่ำเกินไป จะทำให้เป็นอันตรายต่อสภาพของร่างกาย และสมรรถภาพการทำงานของร่างกายจะลดลง แต่ถ้าระดับความวิตกกังวลอยู่ในระดับที่พอเหมาะก็จะทำให้สมรรถภาพการทำงานของร่างกายสูงขึ้น ซึ่งระยะเวลาหรือระดับความวิตกกังวลของแต่ละคนจะแตกต่างกันออกไปในแต่ละบุคคล

ประเภทของความวิตกกังวล

พริ่งพอร์ บัญศิริ (2536: 86) กล่าวว่า โดยปกติบุคคลจะมีความวิตกกังวลอยู่ 2 ลักษณะ คือ ความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัวบุคคล (Trait Anxiety) จัดเป็นพฤติกรรมที่ค่อนข้างถาวรของบุคคล ผู้ที่มีความวิตกกังวลลักษณะนี้ จะเป็นบุคคลที่ตั้งความหวังสูงและกลัวความผิดหวัง ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (State Anxiety) จัดเป็นพฤติกรรมที่เกิดขึ้นในตามสภาวะการณ์จะสูงหรือต่ำมากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับสภาพการณ์ เช่น ในการแข่งขันกับระดับชาติจะทำให้ นักกีฬามีความวิตกกังวลสูงกว่าการแข่งขันปกติทั่วๆ ไป

เลวิตต์ (Levitt. 1967) และ สปีลเบอร์เกอร์ (Spielberger. 1970) ได้ศึกษาเรื่องระดับความวิตกกังวลของกลุ่มนักกีฬาประเภทต่างๆ และได้แบ่งลักษณะความวิตกกังวลออกเป็น 2 ประเภทคือ ความวิตกกังวลตามลักษณะเฉพาะตัว (Trait Anxiety) หรือ (A-Trait) คือ ความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัวของแต่ละบุคคล เป็นลักษณะที่ค่อนข้างจะคงที่และไม่ปรากฏออกมาในลักษณะของพฤติกรรมโดยตรง แต่จะเป็นตัวเสริมหรือตัวประกอบของความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ (A-State) ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (State-Anxiety) หรือ (A-State) คือ ความวิตกกังวลซึ่งเกิดขึ้นในเวลาเฉพาะหรือสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่จะทำให้เกิดความไม่พึงพอใจ หรือเกิดอันตรายมากขึ้น และแสดงพฤติกรรมโต้ตอบที่สามารถสังเกตเห็นได้ในระยะเวลาช่วงที่ถูกกระตุ้นนั้นเป็นภาวะที่บุคคลรู้สึกตึงเครียด หวาดหวั่น กระวนกระวาย ระบบการทำงานของประสาทอัตโนมัติตื่นตัวสูง ซึ่งความรุนแรงและระยะเวลาที่เกิดจะแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ซึ่งส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับลักษณะเฉพาะตัวและประสบการณ์ในอดีตของแต่ละบุคคล

ระดับความวิตกกังวลหรือสิ่งที่เร้าใจที่เหมาะสม

(Anxiety or Optimal Arousal Level)

สำหรับชนิดและทักษะกีฬา

ระดับความวิตกกังวลหรือสิ่งที่เร้าใจ ที่เหมาะสม	ทักษะกีฬา
5-ตื่นเต้นมากที่สุด	วิ่ง 100 200 400 เมตร ยกน้ำหนัก รักบี้
4-ตื่นเต้น	วิ่งกระโดดไกล วิ่งระยะสั้น ทุ่มน้ำหนัก ว่ายน้ำ
3- วิตกกังวล	บาสเกตบอล มวยสากล กระโดดสูง ยิมนาสติก ฟุตบอล
2-ค่อนข้างวิตกกังวล	เบสบอล, กระโดดน้ำ ฟันดาบ เทนนิส
1-ความวิตกกังวลบ้าง	ยิงธนู, โบว์ลิ่ง ชูตบาสเกตบอล กอล์ฟ สเกตฟิกเกอร์
0-สภาพการณ์ปกติ	

ภาพประกอบ 1 ระดับความวิตกกังวลหรือสิ่งที่เร้าใจที่เหมาะสม
(Anxiety or Optimal Arousal Level) สำหรับชนิดและทักษะกีฬา
(สมบัติ การงานกิจ และสมหญิง จันทฤทธิ์. 2542)

มาร์เตนส์ (นันทนา คำมูล. 2545: 12; อ้างอิงจาก Martens. 1976: 698-708) ได้แบ่ง
ความวิตกกังวลออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. ความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ (A-State) คือ ความรู้สึกที่อยู่ในสภาวะที่ตื่นตัวไปทั่ว
กลัวและกังวลใจและมักจะทำให้ประสาทอัตโนมัติตื่นตัวไปด้วย
2. ความวิตกกังวลที่มีคุณลักษณะเฉพาะตัว (A-Trait) คือ สิ่งที่มีอยู่ในตัวบุคคลที่จะบ่ง
บอกพฤติกรรมเมื่อมีการรับรู้ต่อการข่มขู่ที่ไม่มีอันตราย

พิชิต เมืองนาโพธิ์ (2534: 4) ได้แบ่งความวิตกกังวลออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. ความวิตกกังวลทางกาย (Trait Anxiety) คือความวิตกกังวลประจำตัวของแต่ละบุคคลมีลักษณะค่อนข้างคงที่ ไม่มีการเปลี่ยนแปลงในระดับมากนักหากเปลี่ยนแปลงก็จะต้องใช้เวลานาน จำเป็นต้องมีการศึกษา มีการสังเกตพฤติกรรมเพื่อหาข้อมูลและวิเคราะห์ให้ได้ ความวิตกกังวลประเภทนี้บ่งชี้ว่าบุคคลนั้นมีแนวโน้มจะเกิดความวิตกกังวลเฉพาะกาลในระดับสูงและเป็นลักษณะประจำตัวของบุคคลหรือนักกีฬาเมื่อเผชิญกับสถานการณ์

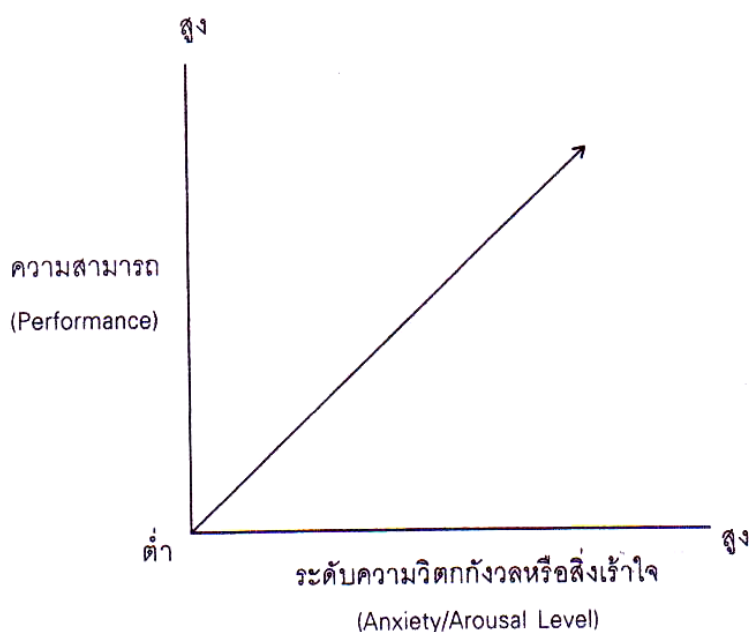
2. ความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะเฉพาะกาลหรือสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่งที่บุคคลนั้นแสดงพฤติกรรมออกมาสังเกตเห็นได้ว่า ความวิตกกังวลเกิดขึ้นสูงหรือต่ำขึ้นอยู่กับระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยรวมกับความเข้มของสิ่งเร้าที่มีส่วนเกี่ยวข้องด้วยว่ามีมากหรือน้อย แต่เมื่อเกิดขึ้นแล้วจะคงที่อยู่ในช่วงระยะหนึ่งมีความเปลี่ยนแปลงไปได้ขึ้นอยู่กับสถานการณ์ที่นักกีฬาหรือบุคคลเผชิญอยู่

ทฤษฎีที่เกี่ยวกับความวิตกกังวล

ในสถานการณ์การแข่งขันกีฬามีทฤษฎีที่มีบทบาทเกี่ยวกับผลกระทบของความวิตกกังวลที่มีต่อการแสดงความสามารถในการเล่นกีฬามี 2 ทฤษฎีด้วยกัน (คิลปชัย สุวรรณธาดา. 2533)

1. ทฤษฎีแรงขับ (Drive Theory)

ทฤษฎีนี้กล่าวว่า ระดับของความวิตกกังวลจะเป็นสัดส่วนกับระดับความสามารถ ถ้านักกีฬามีความวิตกกังวลต่ำ จะมีความสามารถต่ำ ถ้านักกีฬามีความวิตกกังวลสูงก็จะมีความสามารถสูง ซึ่งขึ้นอยู่กับความสามารถของนักกีฬาอย่างแท้จริง ดังนั้น ถ้ามีสิ่งเร้าใจ แรงกระตุ้นมากเกินไป จะทำให้ผลการแสดงความสามารถลดลง หรือแสดงไม่ได้จุดสูงสุด



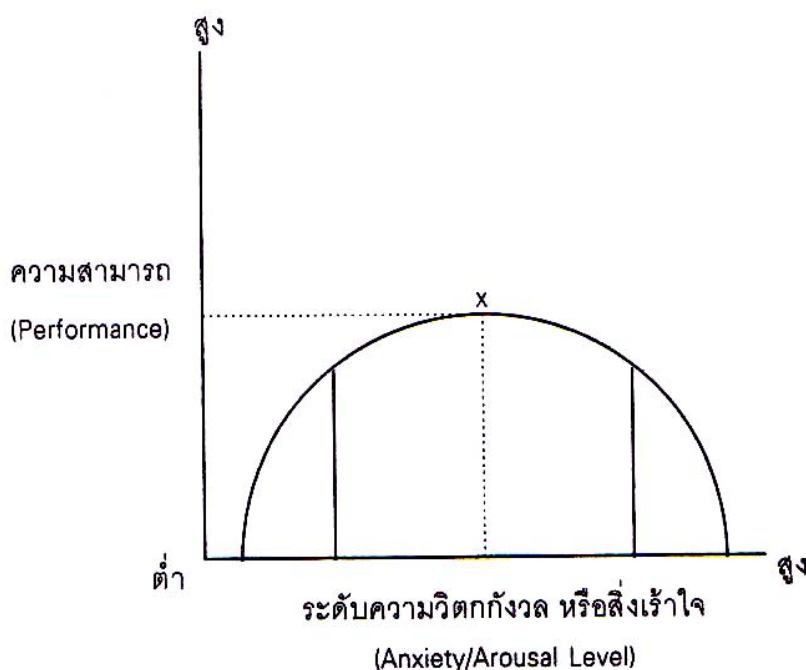
ภาพประกอบ 2 แสดงทฤษฎีแรงขับ (Drive Theory)

หลักทฤษฎีนี้ใช้อธิบายได้ในนักกีฬาประเภทที่ต้องการความแข็งแรงและพลังงานมากๆ เช่น กีฬายกน้ำหนัก หรือกีฬาอื่นๆ ที่มีลักษณะคล้ายกัน ในทฤษฎีนี้นักจิตวิทยาการกีฬาสวนใหญ่ไม่ค่อยให้การสนับสนุนทฤษฎีแรงขับนี้ เมื่อทฤษฎีแรงขับไม่สามารถตอบปัญหาได้ชัดเจนจึงมีกลุ่มนักวิชาการ กลุ่มนักจิตวิทยาการกีฬาได้พยายามอธิบายทฤษฎีใหม่ เรียกว่าทฤษฎีอักษรรูคว่ำ ซึ่งได้พยายามอธิบายถึงความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวล หรือแรงเร้าใจกับการแสดงความสามารถของนักกีฬาหรือในทักษะอื่นๆ

2. ทฤษฎียู-คว่ำ (Inverted-U Theory)

ทฤษฎีนี้กล่าวว่า ถ้ามีระดับความวิตกกังวลต่ำหรือสูงเกินไปจะทำให้มีความสามารถต่ำ แต่ถ้ามีระดับความวิตกกังวลเหมาะสมจะทำให้มีความสามารถสูง ทฤษฎีนี้เป็นที่ยอมรับโดยทั่วไปและใช้อธิบายได้ในการเล่นกีฬาเกือบทุกประเภท ดังภาพประกอบที่ 3

ดังนั้น ในขณะก่อนแข่งขันหรือระหว่างแข่งขัน นักกีฬาจะต้องควบคุมตนเองให้มีสภาวะความวิตกกังวลอยู่ในระดับเหมาะสมจึงจะทำให้ความสามารถที่แสดงออกสูง



ภาพประกอบ 3 แสดงทฤษฎีผิวกว่า (Inverted-U Theory)

ความวิตกกังวลมีทั้งผลดีและผลเสีย ซึ่งจะขึ้นอยู่กับระดับความวิตกกังวลว่าจะอยู่ในระดับใด ศิริพร จิรวัฒน์กุล (2530) อ้างถึงใน สมบัติ กาญจนกิจ และสมหญิง จันทรุไทย. 2542: 77) ได้อธิบายถึงความวิตกกังวลไว้ว่าความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นกับบุคคลในแต่ละครั้งแต่ละบุคคลจะมีความรุนแรงไม่เท่ากัน ความรุนแรงจะมากน้อยเพียงใดนั้นขึ้นอยู่กับบุคคลรับรู้ต่อสิ่งที่มาคุกคามว่าเป็นอันตรายมากน้อยเพียงใด ซึ่งสิ่งคุกคามนั้นอาจจะจริงหรือเป็นเพียงความคิดของบุคคลเองก็ได้ ความวิตกกังวลที่ไม่เป็นปกติมีระดับการแสดงออกที่สัมพันธ์กับสาเหตุและจะไม่คงอยู่ตลอดเวลา ส่วนความวิตกกังวลที่ไม่เป็นปกติมีระดับการแสดงออกที่ไม่สัมพันธ์กับสาเหตุและยังคงอยู่ตลอดเวลาและยังกล่าวถึงระดับความวิตกกังวลทั้ง 4 ระดับไว้ดังนี้

1. ระดับต่ำ (Mild Anxiety + 1) บุคคลที่มีลักษณะตื่นตัวดี กระตือรือร้น สามารถสังเกตการณ์สิ่งแวดล้อมต่างๆ ได้ดี เรียนรู้ได้ มีความคิดริเริ่ม สามารถมองเห็นความเกี่ยวเนื่องของเหตุการณ์และอธิบายเรื่องราวต่างๆ ให้คนอื่นทราบได้อย่างชัดเจน

2. ระดับกลาง (Moderate Anxiety + 2) บุคคลรับรู้สิ่งต่างๆ ได้น้อยลง สนใจในตัว มีสมาธิต่อสิ่งหนึ่งมีสิ่งใดโดยเฉพาะ การรับรู้ต่อสิ่งแวดล้อม ความสามารถในการมองเห็นสถานการณ์และการแปลความหมายต่างๆ น้อยลงและจำกัด มีความรู้สึกท้าทายต้องการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าให้ได้มีความตื่นกลัวมากขึ้น แต่ยังรับรู้เข้าใจความเกี่ยวเนื่องของเหตุการณ์อยู่

3. ระดับสูง (Severe Anxiety + 3) เป็นภาวะความวิตกกังวลในระดับรุนแรงทำให้บุคคลที่อยู่ในภาวะนี้มีการรับรู้ลดลง เลือกสนใจสิ่งกระตุ้น มีพลังมากขึ้น กระสับกระส่าย ลุกลุกนอน แก้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้น้อย ไม่รับรู้และไม่เข้าใจเหตุการณ์อย่างต่อเนื่อง บางครั้งมีอาการทางกาย เช่น เบื่ออาหาร ความดันโลหิตสูง ปวดท้อง เป็นต้น เริ่มมีพฤติกรรมที่แสดงถึงความผิดปกติทางจิตใจ เช่น ซึมเศร้า แยกตัว

4. ระดับรุนแรง (Panic Anxiety + 4) เป็นระดับความรุนแรงที่สุด บุคคลในภาวะนี้จะไม่สามารถควบคุมตัวเองได้ ระบบการทำงานของร่างกายเพิ่มขึ้น มีความอดทนต่อสิ่งกระตุ้นต่างๆ ได้น้อยลง ไม่สามารถรับรู้สิ่งใหม่ๆ ได้ หรือถ้ารับรู้ก็รับผิดพลาด ความคิดเป็นเหตุเป็นผลลดน้อยลง แก้ปัญหาไม่ได้ มีความรู้สึกโกรธ ขาดที่พึ่ง เศร้าหดหู่ หดอวลยตายอยากในชีวิต แยกตัวเอง พุดเสียงดังเร็วไม่ปะติดปะต่อเป็นประโยค หน้ามืดวิงเวียน

บุคคลในภาวะปกติมีความวิตกกังวลในระดับ 1 ถึง 2 ถ้าระดับความวิตกกังวลถึงระดับ 3 และ 4 ถือว่าบุคคลนั้นตกอยู่ในภาวะฉุกเฉินทางจิตเวช ต้องได้รับการช่วยเหลือ เมื่อทฤษฎีอักษรรูคว่ำเป็นที่นิยม ฮาร์ดี (1990) ได้วิพากษ์วิจารณ์ทฤษฎีนี้ว่า การสร้างความวิตกกังวล หรือแรงเร้าใจในระดับพอดี (Optimal Anxiety) จะต้องตกอยู่ที่จุดกลางหรือโซนกลางตลอดเวลา ซึ่งไม่น่าจะเป็นเช่นนั้นเสมอไป

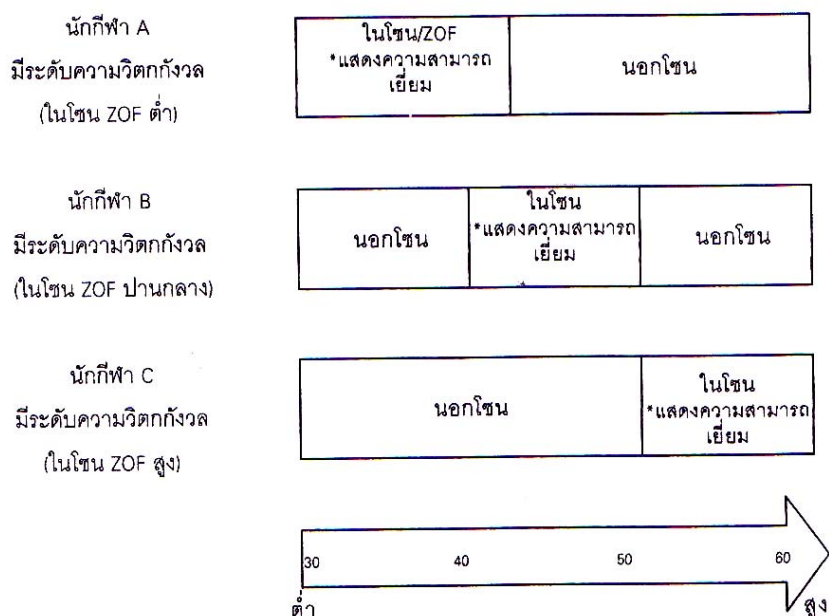
อย่างไรก็ดี ทฤษฎีอักษรรูคว่ำ (Inverted-U Theory) ได้รับความนิยมในการอธิบายพฤติกรรม การแสดงความสามารถ (Performance) กับระดับของความวิตกกังวลของนักกีฬาอยู่จนถึงปัจจุบัน และได้มีการพัฒนาแนวความคิดนี้ต่อไปจนเกิด เรียกว่า โซนความเหมาะสม

3. ทฤษฎีฮานินโซนของความเหมาะสม (Hanin's Zone of Optimal Functioning: ZOF)

ฮานิน (Hanin, 1970) นักจิตวิทยาการกีฬารัสเซียได้อธิบายขยายความคิดต่อจากทฤษฎีอักษรรูคว่ำโดยขยายความให้ทางเลือกใหม่เกี่ยวกับการแสดงความสามารถเชิงกีฬา (Athletic Performance) กับระดับของความวิตกกังวล หรือแรงเร้าใจ (Anxiety Arousal Level) โดยเค้าเรียกสิ่งนี้ว่า “โซนของความเหมาะสม” (Zone of Optimal Functioning) เขาอธิบายว่า นักกีฬาระดับเยี่ยมแต่ละคน มีระดับความวิตกกังวลในโซนที่เหมาะสมไม่เท่าเทียมกันในการแสดงความสามารถสูงสุด และถ้านักกีฬามีระดับความวิตกกังวลออกนอกโซน เขาก็จะแสดงความสามารถต่ำกว่าปกติ ฮานินเห็นความแตกต่างกับทฤษฎีอักษรรูคว่ำอยู่ 2 ประการ คือ

ประการแรก ระดับของความเหมาะสมของความวิตกกังวล ไม่จำเป็นต้องตกอยู่ในจุดกลางเสมอไป แต่สามารถเลื่อนได้ตามความเหมาะสมของนักกีฬาแต่ละคน หมายความว่า นักกีฬาบางคนอาจจะมียกระดับความวิตกกังวลที่เหมาะสม อยู่ในโซนช่วงล่าง บางคนอาจจะมียกระดับความวิตกกังวลอยู่ในโซนกลาง หรือโซนสูงก็ได้ ดังนั้น โค้ช ผู้ฝึกสอน ควรช่วยนักกีฬา ค้นหาจุดหรือโซนที่เหมาะสม

ประการที่สอง ระดับความวิตกกังวล ไม่ได้เป็นจุด แต่เป็นทางยาว ดังนั้นผู้ฝึกสอน ครู อาจารย์ ควรช่วยนักกีฬาค้นหาโซนของพลังงานที่มีความเหมาะสมจะได้พัฒนาศักยภาพสูงสุดของนักกีฬาเท่าที่จะพึงกระทำได้



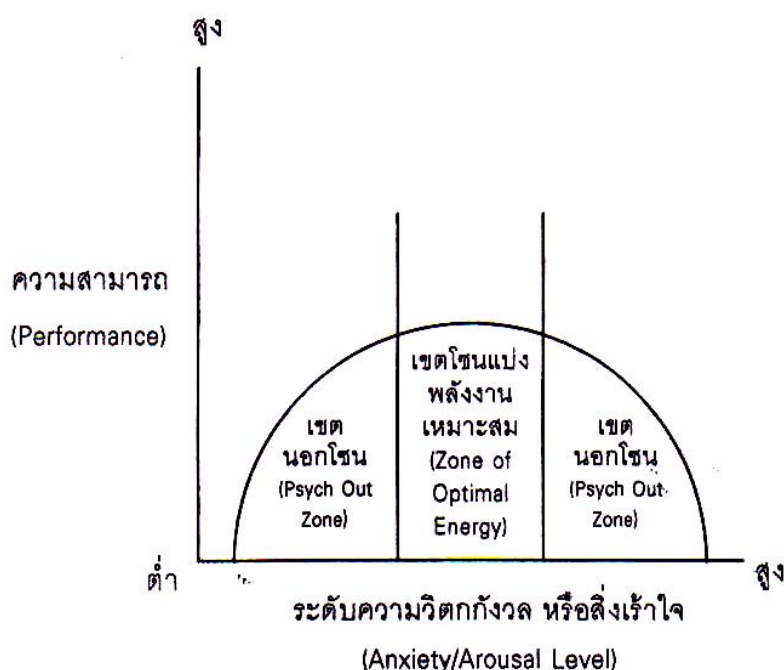
ภาพประกอบ 4 แสดงทฤษฎีฮานินโซนของความเหมาะสม
(Hanin's Zone of Optimal Functioning : ZOF)

หลังจากที่ฮานิน (Hanin) ได้เสนอทฤษฎีโซนของความเหมาะสมแล้ว มีนักจิตวิทยาการกีฬา อีกหลายท่านให้การสนับสนุนและได้ขยายการพัฒนาทฤษฎีนี้

ซิกเซน และมิฮาลยี (สมบัติ กาญจนกิจ และ สมหญิง จันทุไทย. 2542: 80; อ้างอิงจาก Czikzent and Mihalyi. 1975) ได้อธิบายว่า การที่นักกีฬาจะแสดงความสามารถได้ดีเยี่ยมสูงสุด น่าจะมีระดับความวิตกกังวลหรือมีแรงเร้าใจในเขตแสดงความสามารถสูงสุด (Peak Performance for High Achievers) หรือ การแสดงความสามารถและการเป็นตัวของตัวเอง ซึ่งนักกีฬาหรือผู้แสดงความสามารถจะต้องมีสภาพการไหลลื่นอย่างมีคุณภาพ (Flow State) ซึ่งทฤษฎีการอธิบายเช่นนี้ สอดคล้องกับขั้นแสดงความสามารถสูงสุด ซึ่งเป็นขั้นความต้องการสูงของมนุษย์ ดังที่ ปรีเวต (สมบัติ กาญจนกิจ และสมหญิง จันทุไทย. 2542: 81; อ้างอิงจาก Privette. 1983) กล่าวใน Peak

Performance และ Self-Actualization ซึ่งต่อมา ปริเวต (Privette. 1983) ได้อธิบายและเรียกเขตนี้ว่า “Optimal Arousal State (OAS) หรือสภาพแรงเร้าใจที่เหมาะสมนั่นเอง

มาร์เตนส์ (สมบัติ กาญจนกิจ และสมหญิง จันทุไทย. 2542: 81; อ้างอิงจาก Martens. 1987) ได้อธิบายถึงสภาพการลื่นไหลนี้ จะสำเร็จได้เมื่อขาดความเครียดความวิตกกังวล ความเหนื่อยหน่าย และเพิ่มความรู้สึกในทางบวก ความรู้สึกดีๆ มาร์เตนได้เรียกว่า โซนของพลังงานที่เหมาะสม (Zone of Optimal Energy)



ภาพประกอบ 5 แสดงทฤษฎีอักษรยูคว่ำ และโซนแห่งพลังงานที่เหมาะสม (Zone of Optimal Energy)

สาเหตุของความวิตกกังวล

ก. สาเหตุความวิตกกังวลทั่วไป

เจอร์ซิลด์ (นันทนา คำมูล. 2545: 13; อ้างอิงจาก Jersild. 1975) ได้กล่าวถึงสาเหตุใหญ่ๆ ที่ทำให้เกิดความวิตกกังวลมีอยู่ 3 สาเหตุ คือ

1. ความบีบคั้นและความไม่แน่นอนในการดำรงชีวิต ความบีบคั้นเกิดจากการที่บุคคลจะต้องคล้อยตามสังคมโดยการยอมรับค่านิยม ยึดถือจารีตประเพณีและปฏิบัติตามชีวิตอันเนื่องมาจากการตัดสินใจ โอกาสของการเลือก การปฏิบัติตนให้สมบทบาท และการรับผิดชอบในสภาพการณ์ต่างๆ อาจทำให้บุคคลเกิดความวิตกกังวลได้

2. การเปลี่ยนแปลงสภาวะ เช่น จากวัยเด็กเป็นวัยรุ่น จากวัยรุ่นเป็นวัยผู้ใหญ่ โดยบุคคลจะต้องปรับตัวให้เข้ากับความต้องการของสังคม และจะต้องมีพฤติกรรมใหม่ที่สอดคล้องกับความเจริญเติบโตของร่างกาย การพบสถานการณ์ใหม่ๆ และบทบาทที่ซับซ้อนกันอาจทำให้ไม่สามารถปฏิบัติตนได้ถูกต้อง ซึ่งทำให้เกิดความวิตกกังวลได้

3. ความขัดแย้งและปัญหาอันเนื่องมาจากเจตคติ ซึ่งได้แก่ ความรู้สึกที่ตนเองมีปมด้อย ความรู้สึกที่ตนเองมีความผิด หรือความรู้สึกนึกคิดที่เกี่ยวกับตนเองในทางที่ผิดจากสภาพความเป็นจริง เช่น มีความมุ่งหวังที่สูงเกินไป ไม่สอดคล้องกับความสามารถของตนเอง

ข. สาเหตุของความวิตกกังวลทางการกีฬา

ความวิตกกังวลเป็นความรู้สึกที่เราเป็นผู้ทำให้เกิดขึ้นเอง ด้วยการรับรู้ถึงสถานการณ์ต่างๆ การรับรู้ถึงสถานการณ์นี้สร้างปัญหาให้กับตัวเองเสมอๆ ทางด้านกีฬานั้น ความวิตกกังวลอาจมีสาเหตุได้หลายประการ ซึ่ง สมบัติ กาญจนกิจ และสมหญิง จันทฤทธิ์ (2542: 82-84) ได้สรุปไว้ดังนี้

1. การขาดความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง ความจริงแล้วสถานการณ์การแข่งขันอาจไม่ได้ก่อให้เกิดความวิตกกังวล แต่การคิดว่าตนเองจะแสดงความสามารถต่ำได้รับความพ่ายแพ้มากกว่าที่ก่อให้เกิดความวิตกกังวล

2. การเชื่อในความวิตกกังวล และคิดว่าตนเองจะต้องมีความวิตกกังวลเป็นอีกสาเหตุหนึ่ง นักกีฬามองว่าความรู้สึกที่ตนเองไม่กระตือรือร้น และพร้อมที่จะแข่งขัน จนว่าจะรับรู้ถึงความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นทั้งทางร่างกายและจิตใจ

3. ความสามารถที่แสดงออกในการแข่งขันที่ผ่านมาต่ำกว่ามาตรฐานของตนเองมี ความรู้สึกกังวลว่าเหตุการณ์ทำนองนี้จะเกิดขึ้นอีกในการแข่งขันครั้งต่อไป ถ้านักกีฬาย้อนกลับไปคิดถึงความผิดพลาดหรือพ่ายแพ้ที่เกิดขึ้นครั้งที่แล้ว และรู้สึกกังวลเกี่ยวกับเหตุการณ์นั้นอีกก็จะทำให้นักกีฬาผู้นั้นรู้สึกกังวลมากขึ้น

4. การเชื่อว่าคุณค่าของตนเองขึ้นอยู่กับการแข่งขัน ความคิดนี้จะก่อให้เกิดความวิตกกังวลอย่างสูง ความสำคัญของสถานการณ์แข่งขันอาจจะบั่นทอนหรือทำลายการยอมรับนับถือจากบุคคลอื่น ดังนั้น ในการแข่งขันที่มีความสำคัญ เช่น การแข่งขันเพื่อประเทศชาติ นักกีฬาจะมีความวิตกกังวลสูงทั้งทางร่างกายและจิตใจ ทำให้การแสดงความสามารถต่ำกว่าที่คาดหวัง

5. ความพร้อมของร่างกายของนักกีฬา เช่น มีสมรรถภาพทางร่างกายต่ำ ไม่สมบูรณ์ อ่อนแอ มีการบาดเจ็บที่ยังรักษาไม่หายเป็นบาดเจ็บเรื้อรัง ซึ่งมีผลต่อการเล่นกีฬา

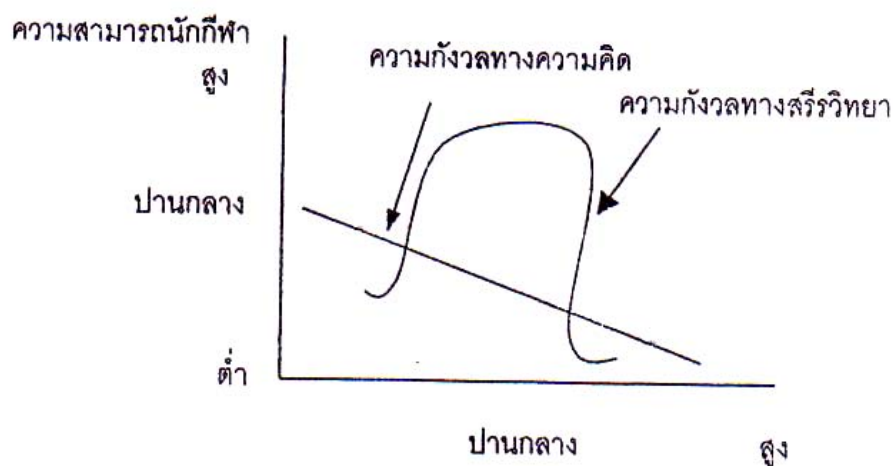
6. สภาพสิ่งแวดล้อม เป็นสิ่งหนึ่งที่ทำให้นักกีฬาเกิดความวิตกกังวล เช่น คนดูในสนาม สภาพของสนามดีเกินไป หรือ ไม่มีความปลอดภัยในการเล่น หรืออุปกรณ์การแข่งขันไม่คุ้นเคยในการแข่งขัน ดังนั้นในสภาพนี้นักกีฬาจะมีความวิตกกังวลภายในจิตใจ ซึ่งมีผลต่อการแข่งขันได้

ดังนั้น พอสรุปได้ว่า ทุกคนไม่สามารถขจัดความวิตกกังวลออกไปได้โดยสิ้นเชิง ทั้งนี้ เพราะ เกิดความกดดันขึ้นมากมายในการแข่งขัน อย่างไรก็ตาม นักกีฬาก็สามารถที่จะตัดความรุนแรงของความวิตกกังวลได้ โดยการเรียนรู้ทักษะทั้งทางร่างกายและจิตใจเพื่อที่จะควบคุมความวิตกกังวลให้อยู่ในระดับที่เหมาะสมเวลาที่มีการฝึกซ้อมหรือการแข่งขัน

ความวิตกกังวลกับการแข่งขันกีฬา

ความวิตกกังวลมีการเปลี่ยนแปลงได้ตลอดการแข่งขันกีฬาทั้ง ก่อน ขณะ และหลังการแข่งขัน คลาเวิร์รา (ปราณี อยู่ศิริ. 2542: 13-14; อ้างอิงจาก Klavara. 1977: 369-377) พบว่า นักกีฬาก็มีความวิตกกังวลตามสถานการณ์สูงก่อนการแข่งขันกีฬา 1 สัปดาห์ และอีก 30 นาทีก่อนลงแข่งขัน นักกีฬาที่มีความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยสูง ก็มีความวิตกกังวลตามสถานการณ์สูงตามไปด้วย แต่อย่างไรก็ตามความวิตกกังวลสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามผลการเล่นและการประเมินจากการเผชิญกับสถานการณ์นั้นๆ โดยปกติความวิตกกังวลตามสถานการณ์ก่อนลงแข่งขันสูงกว่าขณะฝึกซ้อม

นอกจากนี้ความวิตกกังวลที่เกิดจากความคิด หรือทางปัญญาสัมพันธ์กับความสามารถในการเล่นกีฬาเป็นได้ทั้งแบบเป็นสัดส่วนที่เป็นเส้นตรง กล่าวคือเมื่อความวิตกกังวลเพิ่มมากขึ้น ความสามารถก็จะลดลงหรืออาจเป็นแบบตัวยูกลับหัวหรือแบบเส้นโค้ง กล่าวคือเมื่อมีแรงกระตุ้นเพิ่มมากขึ้น ความสามารถในการเล่นก็ค่อยๆ เพิ่มขึ้นเพราะนักกีฬาจะเล่นอย่างระมัดระวัง แต่หากมีความกดดันมากจนเปลี่ยนแรงกระตุ้นเป็นความวิตกกังวลจะทำให้ความสามารถในการเล่นลดลง



ภาพประกอบ 6 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลและความสามารถในการเล่นกีฬา

ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลกับการแข่งขันกีฬา

มาร์เตนส์ (สืบสาย บัญชีรูป. 2541: 77; อ้างอิงจาก Martens. 1972) ได้กล่าวถึงกระบวนการแข่งขันกีฬากับการเกิดความวิตกกังวลไว้ดังนี้

1. จุดมุ่งหมายของการแข่งขัน (Objective Competition Situation) เป็นเงื่อนไขสำคัญที่มีต่อการเล่นของนักกีฬาหากการแข่งขันนั้นๆ มีความหมายหรือมีความสำคัญจะสร้างแรงกระตุ้นที่เป็นแรงกดดันต่อการเล่น เกิดความเครียดทางร่างกาย เกิดเป็นความวิตกกังวลให้กับนักกีฬา เช่น การแข่งขันรอบตัดเชือกหากแพ้จะตกรอบ ขณะที่นั้นจึงจะเข้ารอบหรือการแข่งขันชิงชนะเลิศต้องชนะเท่านั้นจึงจะเป็นแชมป์นอกจากนี้ยังรวมถึงจุดมุ่งหมายในการแข่งขันว่าเป็นการแข่งขันเพื่อชิงชนะเลิศ หรือเป็นเพียงการแข่งขันแบบเชื่อมความสัมพันธ์ แบบทีมเหย้า-เยือน เป็นการแข่งขันที่เน้นความสนุกสนาน ระดับการเกิดความวิตกกังวลก็จะแตกต่างกัน

2. การประเมินสถานการณ์การแข่งขัน (Subjective Competition Situation) เป็นนามธรรมเป็นสิ่งที่นักกีฬาหรือบุคคลนั้นๆ รับรู้ คิด หรือประเมินสถานการณ์การแข่งขันโดยเปรียบเทียบความสามารถของตนกับข้อเรียกร้องของสถานการณ์ เช่น ความสำคัญของการแข่งขัน การประเมินความสามารถของคู่ต่อสู้กับความสามารถของตนเอง มีผลต่อความคิด อารมณ์ และแรงจูงใจที่ส่งผลถึงการตอบสนองทางสรีระและพฤติกรรมการเล่นกีฬาหรือความสามารถในการเล่นกีฬานั้นเอง

3. การตอบสนอง (Response) ที่เกิดขึ้นหลังหรือพร้อมๆ กับการรับรู้ และการประเมินการตอบสนองต่อสถานการณ์ ทั้งทางสรีรวิทยา เช่น หัวใจเต้นเร็วและแรงขึ้น เหงื่อออกตามมือเท้า หรือปวดปัสสาวะ การตอบสนองทางจิตใจและอารมณ์ เช่น ความกังวลใจ ตื่นเต้น รู้สึกเก็บกด กลัว และรวมทั้งการตอบสนองทางพฤติกรรมทั้งก่อนและขณะแข่งขัน เช่นเดินไปมาไร้ความหมาย พุดมากกว่าปกติก่อนทำการแข่งขัน รวมถึงความสามารถในการเล่น อาจทำได้ไม่ดีเป็นไปตามศักยภาพที่มี หรือเล่นได้ไม่ดี ไม่มีความเชื่อมั่น และเล่นพลาด สิ่งเหล่านี้ทำให้เกิดผลที่ตามมาแตกต่างกัน

4. ผลที่ตามมา (Consequence) เป็นสิ่งที่ตามมาหลังการกระทำนั้นๆ ทั้งที่เป็นผลทันที และผลที่ตามมาหลังการแข่งขันจบ ผลที่ตามมามีผลต่อกระบวนการจัดปรับความคิด การประเมินอารมณ์ และจัดปรับพฤติกรรมใหม่ หรือจัดปรับวิธีการเล่นขณะนั้น เช่น นักกีฬาวอลเลย์บอลเมื่อตัดสินใจตอบสนองโดยการตบลูกฝ่าสัดกันของฝ่ายตรงข้ามผลที่ตามมาคือ ฝ่ายตรงข้ามรับได้ และโต้กลับมามีประสิทธิภาพมากกว่า ทำให้ต้องทบทวนใหม่ว่าการตบลูกครั้งต่อไปควรหักข้อมือ หลบการบล็อกหรือใช้การหยอดลูกแทนเป็นต้น นอกจากนี้ผลที่ตามมาหลังเสร็จสิ้นการแข่งขันแล้ว ไม่ว่าแพ้หรือชนะมีผลต่อการรับรู้ถึงผลสำเร็จหรือล้มเหลว ซึ่งความรู้สึกนี้แม้บางส่วนจะเกิดเอง แต่ที่สำคัญคือการได้รับผลย้อนกลับจากคนอื่นหรือสังคมรอบข้าง รวมทั้งการกำหนดและการบรรลุ

เป้าหมายในการแข่งขันแม้จะแพ้อาจจะรู้สึกว่าคุณประสบความสำเร็จได้เพราะผลการแข่งขัน บรรลุจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้หรือได้รับการยอมรับจากคนรอบข้าง ในทางตรงกันข้ามการชนะอาจรู้สึกว้า ล้มเหลวได้หากผู้เล่นประเมินว่าความสามารถของคู่ต่อสู้ต่ำกว่า และการแข่งขันนั้นไม่มีความหมาย สำคัญ แม้ชนะก็ไม่สร้างความรู้สึกที่ดีได้



ภาพประกอบ 7 แสดงกระบวนการแข่งขันที่พากับความวิตกกังวล

ระดับของความวิตกกังวล

ศิริพร จิรวัดกุล (2530. อ้างถึงใน สมบัติ กาญจนกิจ และสมหญิง จันทุไทย. 2542: 77) ได้อธิบายถึงความวิตกกังวลไว้ว่าความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นกับบุคคลในแต่ละครั้งแต่ละบุคคลจะมีความรุนแรงไม่เท่ากัน ความรุนแรงจะมากน้อยเพียงใดนั้นขึ้นอยู่กับบุคคลรับรู้ต่อสิ่งที่มาคุกคามว่าเป็นอันตรายมากน้อยเพียงใด ซึ่งสิ่งคุกคามนั้นอาจจะมีจริงหรือเป็นเพียงความคิดของบุคคลเองก็ได้ ความวิตกกังวลที่ไม่เป็นปกติมีระดับการแสดงออกที่สัมพันธ์กับสาเหตุและจะไม่คงอยู่ตลอดเวลา ส่วนความวิตกกังวลที่ไม่เป็นปกติมีระดับการแสดงออกที่ไม่สัมพันธ์กับสาเหตุและจำคงอยู่ตลอดเวลาและยังกล่าวถึงระดับความวิตกกังวลทั้ง 4 ระดับไว้ดังนี้

1. ระดับต่ำ (Mild Anxiety + 1) บุคคลที่มีลักษณะตื่นตัวดี กระตือรือร้น สามารถสังเกตการณ์สิ่งแวดล้อมต่างๆ ได้ดี เรียนรู้ได้ มีความคิดริเริ่ม สามารถมองเห็นความเกี่ยวเนื่องของเหตุการณ์และอธิบายเรื่องราวต่างๆ ให้คนอื่นทราบได้อย่างชัดเจน
2. ระดับกลาง (Moderate Anxiety + 2) บุคคลรับรู้สิ่งต่างๆ ได้น้อยลง สนใจในตัว มีสมาธิต่อสิ่งหนึ่งมีสิ่งใดโดยเฉพาะ การรับรู้ต่อสิ่งแวดล้อม ความสามารถในการมองเห็นสถานการณ์และการแปลความหมายต่างๆ น้อยลงและจำกัด มีความรู้สึกท้าทายต้องการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าให้ได้มีความตื่นกลัวมากขึ้น แต่ยังรับรู้เข้าใจความเกี่ยวเนื่องของเหตุการณ์อยู่
3. ระดับสูง (Severe Anxiety + 3) เป็นภาวะความวิตกกังวลในระดับรุนแรงทำให้บุคคลที่อยู่ในภาวะนี้มีการรับรู้ลดลง เลือกลงสนใจสิ่งกระตุ้น มีพลังมากขึ้น กระสับกระส่าย ลุกลุกนอน

แก้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้น้อย ไม่รับรู้และไม่เข้าใจเหตุการณ์อย่างต่อเนื่อง บางครั้งมีอาการทางกาย เช่น เบื่ออาหาร ความดันโลหิตสูง ปวดท้อง เป็นต้น เริ่มมีพฤติกรรมที่แสดงถึงความผิดปกติทางจิตใจ เช่น ซึมเศร้า แยกตัว

4. ระดับรุนแรง (Panic Anxiety + 4) เป็นระดับความรุนแรงที่สุด บุคคลในภาวะนี้จะไม่สามารถควบคุมตัวเองได้ ระบบการทำงานของร่างกายเพิ่มขึ้น มีความมีความอดทนต่อสิ่งกระตุ้นต่างๆ ได้น้อยลง ไม่สามารถรับรู้สิ่งใหม่ๆ ได้ หรือถ้ารับรู้ก็รับผิดพลาด ความคิดเป็นเหตุเป็นผลลดน้อยลง แก้ปัญหาไม่ได้ มีความรู้สึกโกรธ ขาดที่พึ่ง เศร้าหดหู่ หมดอ้ายตายอยากในชีวิต แยกตัวเอง พุดเสียงดังเร็วไม่ปะติดปะต่อเป็นประโยค หน้ามืดวิงวอด

การวัดความวิตกกังวล

ธงชัย เจริญทรัพย์มณี (2547: 122-123) ได้กล่าวว่า การวัดความวิตกกังวลมีวิธีวัดได้หลายอย่าง อาจใช้การวัดทางกายภาพ ซึ่งต้องใช้เครื่องมือต่างๆ เช่น การวัดอัตราการเต้นของหัวใจ (Heart Rate) การวัดความดันโลหิต (Blood Pressure) การวัดกระแสไฟฟ้าบนผิวหนังและกล้ามเนื้อ (Electromyography) และการวัดทางเคมีชีวภาพ (Biochemical) เช่น การวัดระดับน้ำตาลในเลือด เป็นต้น อย่างไรก็ตามการวัดโดยใช้เครื่องมือต่างๆ เหล่านี้ไม่ได้เป็นวิธีสะดวกและไม่สามารถนำมาใช้ได้ในขณะที่แข่งขันจริง นอกจากนั้นกระบวนการต่างๆ ในการวัดอาจทำให้นักกีฬาเกิดความเครียดหรือความวิตกกังวลมากกว่าเดิม ดังนั้น จึงมีอีกวิธีหนึ่งที่สามารถวัดได้ และค่อนข้างจะเหมาะสมกว่า คือการสังเกตลักษณะอาการของนักกีฬาแต่การสังเกตลักษณะอาการต่างๆ นี้ สามารถวัดความวิตกกังวลได้อย่างคร่าวๆ เท่านั้นไม่สามารถเจาะลึกลงไปรายละเอียดได้ การสังเกตลักษณะอาการต่างๆ สามารถสังเกตได้จากอาการทางกาย ทางจิตใจ และลักษณะทางพฤติกรรมที่แสดงออก

1. อาการทางกายที่เกิดขึ้นจากความวิตกกังวล

- ระดับอัตราการเต้นของหัวใจเพิ่มขึ้น
- ความดันโลหิตเพิ่มขึ้น
- เหงื่อออกมากกว่าปกติ
- ความถี่ของคลื่นสมองเพิ่มขึ้น
- อัตราการไหลเวียนโลหิตเพิ่มขึ้น
- จำนวนเลือดที่มาเลี้ยงผิวหนังลดลง
- เกิดการตึงตัวของกล้ามเนื้อมากกว่าปกติ
- อัตราการใช้ออกซิเจนเพิ่มขึ้น
- ระดับน้ำตาลในเลือดเพิ่มขึ้น

- ปากแห้ง
 - ปัสสาวะบ่อย
 - หลั่งสารอะดรีนาลิน (Adrenalin)
2. อาการทางจิตใจที่เกิดขึ้นจากความวิตกกังวล
- คิดมาก
 - รู้สึกไม่สบายใจ
 - ไม่สามารถตัดสินใจได้ดังปกติ
 - สับสนวุ่นวาย
 - ขาดสมาธิ
 - ไม่สามารถตั้งใจจดจ่อกับเป้าหมาย หรือการขาดความสนใจ
 - ไม่สามารถควบคุมตนเองได้ตามปกติ
 - ความสนใจลดลง
3. ลักษณะอาการทางพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความวิตกกังวล
- พูดเร็วกว่าเดิม
 - กัดเล็บ
 - เคาะเท้า
 - บิดกลัมนิ้ว
 - หาวบ่อย
 - กระพริบตาบ่อย
 - มีอาการสั่น
 - เสียงไม่เหมือนเดิม

ลักษณะอาการทางพฤติกรรมเหล่านี้ช่วยต่อการสังเกต ดังนั้นผู้ฝึกสอนสามารถสังเกตพฤติกรรมต่างๆ ของนักกีฬาได้ว่ามีความวิตกกังวลมากน้อยเพียงใด ซึ่งเมื่อผู้ฝึกสอนรู้จักการสังเกตลักษณะอาการทางพฤติกรรมเหล่านี้แล้ว จะเป็นประโยชน์อย่างมากกับการจัดระดับความวิตกกังวล และการจัดการกับความเครียดของนักกีฬาได้

สุปราณี ขวัญบุญจันทร์ (2541: 55-56) กล่าวว่า นอกจากการวัดโดยใช้เครื่องมือทางวิทยาศาสตร์ และการสังเกตอาการต่างๆ แล้ว ยังมีการวัดความวิตกกังวลโดยใช้แบบทดสอบความวิตกกังวล ซึ่งแบบทดสอบความวิตกกังวลมีใช้อยู่หลายแบบ เช่น

1. แบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย
 - Spielberger's Trait Anxiety Inventory
 - The Cognitive Somatic Anxiety Questionnaire

2. แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์

- Spielberger's State Anxiety Inventory
- The Activation–Deactivation Checklist

ในปัจจุบันมีแบบทดสอบที่ใช้วัดความวิตกกังวลโดยตรงกับการกีฬาอยู่ 2 แบบทดสอบ คือ แบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (Sport Competition Anxiety Test : SCAT) และแบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (The Competition State Anxiety Inventory–2 CSAI–2) ซึ่งแบบทดสอบทั้ง 2 แบบทดสอบนี้สร้างขึ้น โดย มาร์เตนส์ (Martens. 1977 : 157-168)

พิชิต เมืองนาโพธิ์ (เขวงพจน์ ครองธนารินทร์. 2549 : 18-19; อ้างอิงจาก พิชิต เมืองนาโพธิ์. 2542 : 388-389) ได้กล่าวว่า การวัดความวิตกกังวลนั้นมีวิธีการวัดหลายอย่างหลายประเภทด้วยกัน ดังนี้

1. การวัดทางกายภาพ การวัดแบบนี้ต้องใช้เครื่องมือเครื่องมือนานาชนิด มาช่วยด้วย เช่น เครื่องมือวัดอัตราการเต้นของหัวใจ (Electrocardiogram) เครื่องวัดอัตราการหายใจ (Respiration Pneumogram) การดึงของกล้ามเนื้อ (Electromyogram) เป็นต้น โดยดูการเปลี่ยนแปลงที่แสดงออกทางร่างกาย เช่น อัตราการเต้นของหัวใจ การหายใจ ความดันโลหิต การขยายของรูม่านตา การมีเหงื่อออก การดึงของกล้ามเนื้อ การหลั่งของน้ำลาย การเกร็งของผิวหนัง การตรวจคลื่นสมอง การวัดต้องอาศัยผู้ชำนาญทางตรวจและการแปลผล

2. การสังเกตอาการต่างๆ ของนักกีฬา เป็นวิธีการที่ค่อนข้างจะเหมาะสมสำหรับการวัดความวิตกกังวลในนักกีฬา การสังเกตนี้จะสามารถบอกได้ว่านักกีฬามีความวิตกกังวลมากน้อยอย่างไรได้อย่างคร่าวๆ ไม่สามารถเจาะลึกลงไปอย่างละเอียดได้มาก ซึ่งการสังเกตสามารถที่จะสังเกตได้ทั้งอาการทางกาย อาการทางใจ และการแสดงออกทางพฤติกรรม

3. การวัดความวิตกกังวลโดยใช้แบบทดสอบ เป็นอีกวิธีหนึ่งที่เป็นที่นิยมใช้กันอย่างแพร่หลายทั่วโลก ซึ่งวัดโดยใช้แบบทดสอบวัดความวิตกกังวลนี้ แบบทดสอบที่ใช้โดยตรงกับนักกีฬาปัจจุบันมีอยู่ 2 ชนิด คือ แบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (Sport Competition Anxiety Test: SCAT) และแบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (Competition Sport Anxiety Inventory–2: CSAI-2) โดยแบบทดสอบทั้งสองแบบนี้ถูกสร้างโดย Dr.Martens Rainers นักจิตวิทยาการกีฬาที่มีชื่อเสียงที่สุดในโลกคนหนึ่ง

ประวัติการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ

รัฐบาลได้ตระหนักถึงความสำคัญของเยาวชนซึ่งเป็นทรัพยากรมนุษย์ และเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติ เยาวชนจึงควรได้รับการศึกษา อบรม และฝึกฝนให้เจริญงอกงามทั้งในทางร่างกาย สติปัญญา อารมณ์ สังคมและจิตใจ รัฐบาลจึงได้กำหนดนโยบายเกี่ยวกับเยาวชนไว้อย่างชัดเจนในแผนพัฒนาเยาวชนแห่งชาติ อันเป็นส่วนหนึ่งของแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ ฉบับที่ 5 (พ.ศ. 2525-2529) ซึ่งจะเป็นหนทางในการพัฒนาคุณภาพของเยาวชนไทยให้มีความเพียบพร้อมทุกด้าน (Fluke Club: Online)

จากการที่รัฐบาลได้กำหนดนโยบายในเรื่องนี้อย่างแน่ชัด คณะรัฐมนตรีจึงได้มีมติเมื่อวันที่ 25 กันยายน 2527 เห็นชอบและอนุมัติให้มีการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติเป็นประจำทุกปี โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อส่งเสริม การกีฬาของชาติไทยให้ขยายไปทั่วประเทศและเน้นถึงสุขภาพพลามัย ปลุกฝังให้เยาวชนมีน้ำใจเป็นนักกีฬา มีระเบียบวินัย และที่สำคัญยิ่งเพื่อเป็นแผนรองรับการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ทำให้เกิดนักกีฬาทีมชาติต่อไป

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 1

จังหวัดนครราชสีมา ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 1 ซึ่งกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 26 เมษายน 2528 ถึงวันที่ 2 พฤษภาคม 2528 โดยมีนายสมบุรณ์ ไทยวัชรามาศ ผู้ว่าราชการจังหวัดนครราชสีมา เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน มีการแข่งขันกีฬารวม 7 ประเภท คือ กรีฑา บาสเกตบอล มวยสากลสมัครเล่น ฟุตบอล เซปักตะกร้อ วាយน้ำ และวอลเลย์บอล มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 1,542 คน รวมนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ทั้งสิ้น 1,542 คน

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 2

จังหวัดนครศรีธรรมราช ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 2 ซึ่งกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 18-24 มิถุนายน 2529 โดยมีนายเอนก สิทธิประศาสน์ ผู้ว่าราชการจังหวัดนครศรีธรรมราช เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน และในการแข่งขันครั้งนี้ได้ใช้ข้อบังคับว่าด้วยการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ที่การกีฬาแห่งประเทศไทยได้แก้ไขปรับปรุงมาใช้เป็นครั้งแรก มีการแข่งขันกีฬารวม 10 ประเภท คือ กรีฑา แบดมินตัน บาสเกตบอล มวยสากลสมัครเล่น ฟุตบอล เทนนิส เซปักตะกร้อ วายน้ำ เทเบิลเทนนิส และวอลเลย์บอล มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 1,548 คน รวมนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ทั้งสิ้น 1,832 คน

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 3

จังหวัดสุรินทร์ ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 3 ซึ่งกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 19-25 มีนาคม 2530 โดยมีนายเสนอ มูลศาสตร์ ผู้ว่า

ราชการจังหวัดสุรินทร์ เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน มีการแข่งขันกีฬารวม 10 ประเภท คือ กรีฑา แบดมินตัน บาสเกตบอล มวยสากลสมัครเล่น ฟุตบอล เทนนิส เซปักตะกร้อ วาโยน้ำ เทเบิลเทนนิส และวอลเลย์บอล มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 1,575 คน รวมนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ทั้งสิ้น 1,862 คน

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 4

จังหวัดเชียงราย ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 4 ซึ่งกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 6-12 พฤษภาคม 2531 โดยมีนายอร่าม เอี่ยมอรุณ ผู้ว่าราชการจังหวัดเชียงราย เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน มีการแข่งขันกีฬารวม 10 ประเภท คือ กรีฑา แบดมินตัน บาสเกตบอล มวยสากลสมัครเล่น ฟุตบอล เทนนิส เซปักตะกร้อ วาโยน้ำ เทเบิลเทนนิส และวอลเลย์บอล มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 1,574 คน รวมนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ทั้งสิ้น 1,870 คน

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 5

จังหวัดราชบุรี ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 5 ซึ่งกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 4-10 พฤษภาคม 2532 โดยมีนายพีระ บุญจริง ผู้ว่าราชการจังหวัดราชบุรี เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน มีการแข่งขันกีฬารวม 11 ประเภท คือ กรีฑา แบดมินตัน บาสเกตบอล มวยสากลสมัครเล่น ฟุตบอล เทนนิส เซปักตะกร้อ วาโยน้ำ เทเบิลเทนนิส วอลเลย์บอล และยิมนาสติก มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 1,632 คน รวมนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ทั้งสิ้น 1,944 คน

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 6

จังหวัดภูเก็ต ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 6 ซึ่งกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 25-31 มีนาคม 2533 โดยมีนายเฉลิม พรหมเลิศ ผู้ว่าราชการจังหวัดภูเก็ต เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน มีการแข่งขันกีฬารวม 13 ประเภท คือ กรีฑา แบดมินตัน บาสเกตบอล มวยสากลสมัครเล่น ฟุตบอล เทนนิส เซปักตะกร้อ วาโยน้ำ เทเบิลเทนนิส วอลเลย์บอล ยิมนาสติก จักรยานและยกน้ำหนัก มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 1,755 คน รวมนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ทั้งสิ้น 2,089 คน

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 7

จังหวัดตรัง ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 7 ซึ่งกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 18-27 มกราคม 2534 โดยมีนายภิญโญ เฉลิมนนท์ ผู้ว่าราชการจังหวัดตรัง เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน มีการแข่งขันกีฬารวม 13 ประเภท คือ กรีฑา แบดมินตัน บาสเกตบอล มวยสากลสมัครเล่น ฟุตบอล เทนนิส เซปักตะกร้อ วาโยน้ำ เทเบิลเทนนิส วอลเลย์บอล ยิมนาสติก จักรยานและยกน้ำหนัก มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต

จำนวน 1,880 คน รวมนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ทั้งสิ้น 2,241 คน

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 8

จังหวัดศรีสะเกษ ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 8 ซึ่งกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 26 มีนาคม - 1 เมษายน 2535 โดยมีร้อยตรีสมจิตต์ จุลพงษ์ ผู้ว่าราชการจังหวัดศรีสะเกษ เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน มีการแข่งขันกีฬารวม 13 ประเภท คือ กรีฑา แบดมินตัน บาสเกตบอล มวยสากลสมัครเล่น ฟุตบอล เทนนิส เซปักตะกร้อ วาโยน้ำ เทเบิลเทนนิส วอลเลย์บอล ยิมนาสติก จักรยานและยกน้ำหนัก มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 1,964 คน รวมนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ทั้งสิ้น 2,333 คน

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 9

จังหวัดจันทบุรี ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 9 ซึ่งกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 22-29 มีนาคม 2536 โดยมีนายวิมล พวงทอง ผู้ว่าราชการจังหวัดจันทบุรี เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน มีการแข่งขันกีฬารวม 13 ประเภท คือ กรีฑา แบดมินตัน บาสเกตบอล มวยสากลสมัครเล่น ฟุตบอล เทนนิส เซปักตะกร้อ วาโยน้ำ เทเบิลเทนนิส วอลเลย์บอล ยิมนาสติก จักรยานและยกน้ำหนัก มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 1,992 คน รวมนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ทั้งสิ้น 2,376 คน

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 10

จังหวัดพิษณุโลก ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 10 ซึ่งกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 21-28 มีนาคม 2537 โดยมีนายสวัสดิ์ สงสัยพันธ์ ผู้ว่าราชการจังหวัดพิษณุโลก เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน มีการแข่งขันกีฬารวม 13 ประเภท คือ กรีฑา แบดมินตัน บาสเกตบอล มวยสากลสมัครเล่น ฟุตบอล เทนนิส เซปักตะกร้อ วาโยน้ำ เทเบิลเทนนิส วอลเลย์บอล ยิมนาสติก จักรยานและยกน้ำหนัก มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 1,957 คน รวมนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ทั้งสิ้น 2,341 คน

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 11

จังหวัดสงขลา ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 11 ซึ่งกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 21-28 มีนาคม 2538 โดยมีนายยุวัฒน์ วุฒิเมธี ผู้ว่าราชการจังหวัดสงขลา เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน มีการแข่งขันกีฬารวม 14 ประเภท คือ กรีฑา แบดมินตัน บาสเกตบอล มวยสากลสมัครเล่น ฟุตบอล ยูโด เทนนิส เซปักตะกร้อ วาโยน้ำ เทเบิลเทนนิส วอลเลย์บอล ยิมนาสติก จักรยานและยกน้ำหนัก มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 2,163 คน รวมนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ทั้งสิ้น 2,623 คน

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 12

จังหวัดกำแพงเพชร ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครัง

ที่ 12 ซึ่งกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 19-26 พฤษภาคม 2539 โดยมีนายศิวะ แสงมณี ผู้ว่าราชการจังหวัดกำแพงเพชร เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน มีการแข่งขันกีฬารวม 14 ประเภท คือ กรีฑา แบดมินตัน บาสเกตบอล มวยสากลสมัครเล่น ฟุตบอล ยูโด เทนนิส เซปักตะกร้อ วูตวูต เทเบิลเทนนิส วอลเลย์บอล ยิมนาสติก จักรยานและยกน้ำหนัก มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 2,216 คน รวมนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ทั้งสิ้น 2,691 คน

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 13

จังหวัดสุราษฎร์ธานี ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 13 ซึ่งกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 8-15 มิถุนายน 2540 โดยมีนายนิเวศน์ สมสกุล ผู้ว่าราชการจังหวัดสุราษฎร์ธานี เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน มีการแข่งขันกีฬารวม 15 ประเภท คือ กรีฑา แบดมินตัน บาสเกตบอล มวยสากลสมัครเล่น ฟุตบอล ยูโด เทนนิส เซปักตะกร้อ วูตวูต เทเบิลเทนนิส วอลเลย์บอล ยิมนาสติก จักรยาน ยกน้ำหนัก และรักบี้ฟุตบอล (กีฬาสาธิต วอลเลย์บอลชายหาด) มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 2,359 คน รวมนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ทั้งสิ้น 2,848 คน

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 14

จังหวัดอุดรธานี ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 14 ซึ่งกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 19-26 มีนาคม 2541 โดยมีนายวิชัย ทักษิณเศรษฐ ผู้ว่าราชการจังหวัดอุดรธานี เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน มีการแข่งขันกีฬารวม 17 ประเภท คือ กรีฑา แบดมินตัน บาสเกตบอล มวยสากลสมัครเล่น มวยไทยสมัครเล่น ฟุตบอล ยูโด เทนนิส เซปักตะกร้อ วูตวูต เทเบิลเทนนิส วอลเลย์บอล เปตอง ยิมนาสติก จักรยาน ยกน้ำหนัก และรักบี้ฟุตบอล มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 2,546 คน รวมนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ทั้งสิ้น 3,083 คน

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 15

จังหวัดยะลา ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 15 ซึ่งกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 19-25 มิถุนายน 2542 โดยมีนายสวัสดิ์ แก้วทอง ผู้ว่าราชการจังหวัดยะลา เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน มีการแข่งขันกีฬารวม 17 ประเภท คือ กรีฑา แบดมินตัน บาสเกตบอล มวยสากลสมัครเล่น มวยไทยสมัครเล่น ฟุตบอล ยูโด เทนนิส เซปักตะกร้อ วูตวูต เทเบิลเทนนิส วอลเลย์บอล เปตอง ยิมนาสติก จักรยาน ยกน้ำหนัก และรักบี้ฟุตบอล มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 2,564 คน รวมนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ทั้งสิ้น 3,120 คน

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 16

จังหวัดสุรินทร์ ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 16

ซึ่งกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 19-26 มีนาคม 2543 โดยมีนายเกษมศักดิ์ แสนโกชน์ ผู้ว่าราชการจังหวัดสุรินทร์ เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน มีการแข่งขันกีฬารวม 18 ประเภท คือ กรีฑา ฟุตบอล บาสเกตบอล เซปักตะกร้อ เทนนิส วอลเลย์บอล แบดมินตัน ยูโด ยิมนาสติกสากล-ลีลา เทเบิลเทนนิส มวยสากลสมัครเล่น มวยไทยสมัครเล่น ยกน้ำหนัก รักบี้ฟุตบอล จักรยาน ว่ายน้ำ เปตอง และลี้ลาศ มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 2,979 คน รวมนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ทั้งสิ้น 3,568 คน

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 17

จังหวัดแพร่ ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 17 ซึ่งกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 24-31 มีนาคม 2543 โดยมีนายอนุกุล คุณาวงศ์ ผู้ว่าราชการจังหวัดแพร่ เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน มีการแข่งขันกีฬารวม 18 ประเภท คือ กรีฑา ฟุตบอล บาสเกตบอล เซปักตะกร้อ เทนนิส วอลเลย์บอล แบดมินตัน ยูโด ยิมนาสติกสากล-ลีลา เทเบิลเทนนิส มวยสากลสมัครเล่น มวยไทยสมัครเล่น ยกน้ำหนัก รักบี้ฟุตบอล จักรยาน ว่ายน้ำ เปตอง ลีลาศและกีฬาสาธิต 3 ชนิดกีฬา คือ กบฏัดดี แอนด์บอลและเทควันโด มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 3,076 คน รวมนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ทั้งสิ้น 3,716 คน

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 18

จังหวัดพังงา ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 18 ซึ่งกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 24-31 มีนาคม 2545 โดยมีนายวรสิทธิ์ ไรจนพานิช ผู้ว่าราชการจังหวัดพังงา เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน มีการแข่งขันกีฬารวม 19 ประเภท คือ กรีฑา ฟุตบอล บาสเกตบอล เซปักตะกร้อ เทนนิส วอลเลย์บอล แบดมินตัน ยูโด ยิมนาสติก สากล-ลีลา เทเบิลเทนนิส มวยสากลสมัครเล่น มวยไทยสมัครเล่น ยกน้ำหนัก รักบี้ฟุตบอล จักรยาน ว่ายน้ำ เปตอง ลีลาศ เทควันโด และกีฬาสาธิต 3 ชนิดกีฬา คือ กอล์ฟ มวยปล้ำและยิงปืน มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 3,371 คน รวมนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ทั้งสิ้น 4,084 คน

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 19

จังหวัดเพชรบุรี ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 19 รูปแบบใหม่ซึ่งกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 19-29 มีนาคม 2546 โดยมีนายรินทร์ชัย เพชรสิงห์ ผู้ว่าราชการจังหวัดเพชรบุรี เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน มีการแข่งขันกีฬารวม 24 ประเภท คือ กรีฑา แบดมินตัน บาสเกตบอล มวยสากลสมัครเล่น จักรยาน ลีลาศ ฟุตบอล กอล์ฟ ยิมนาสติก แอนด์บอล ยูโด เทนนิส รักบี้ฟุตบอล มวยไทยสมัครเล่น เปตอง ว่ายน้ำ เทเบิลเทนนิส เทควันโด เซปักตะกร้อ วอลเลย์บอล ยกน้ำหนัก มวยปล้ำ ยิงปืน และสนุกเกอร์ มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 5 ภาค จำนวน 4,433 คน รวมนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ทั้งสิ้น 5,576 คน

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 20

จังหวัดสุโขทัย ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 20 รูปแบบใหม่ซึ่งกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 20-31 มีนาคม 2547 โดยมีนายสุกิจ เจริญรัตน์กุล ผู้ว่าราชการจังหวัดสุโขทัย เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน มีการแข่งขันกีฬารวม 24 ประเภท คือ กรีฑา แบดมินตัน บาสเกตบอล มวยสากลสมัครเล่น จักรยาน ลีลาศ ฟุตบอล กอล์ฟ ยิมนาสติก แอนด์บอล ยูโด เทนนิส รักบี้ฟุตบอล มวยไทยสมัครเล่น เปตอง ว่ายน้ำ เทเบิลเทนนิส เทควันโด เซปักตะกร้อ วอลเลย์บอล ยกน้ำหนัก มวยปล้ำ ยิงปืน และสนุกเกอร์ มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 5 ภาค จำนวน 5,478 คน รวมนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ทั้งสิ้น 7,000 คน

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 21

จังหวัดชัยภูมิ ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 21 รูปแบบใหม่ซึ่งกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 20-31 มีนาคม 2548 โดยมีนายประภากร สมิติ ผู้ว่าราชการจังหวัดชัยภูมิ เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน ใช้ชื่อในการจัดการแข่งขันว่า "พญาแลเกมส์" มีการแข่งขันกีฬารวม 27 ประเภท คือ กรีฑา แบดมินตัน บาสเกตบอล มวยสากลสมัครเล่น จักรยาน ลีลาศ ฟุตบอล กอล์ฟ ยิมนาสติก แอนด์บอล ยูโด เทนนิส รักบี้ฟุตบอล มวยไทยสมัครเล่น เปตอง ว่ายน้ำ เทเบิลเทนนิส เทควันโด เซปักตะกร้อ วอลเลย์บอล ยกน้ำหนัก มวยปล้ำ ยิงปืน และสนุกเกอร์ มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 5 ภาค จำนวน 6,169 คน รวมนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ทั้งสิ้น 7,810 คน

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 22

จังหวัดลำปาง ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 22 รูปแบบใหม่ซึ่งกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 19-27 มีนาคม 2549 โดยมีนายอมรทัต นิธิติศยกกุล ผู้ว่าราชการจังหวัดลำปาง เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน ใช้ชื่อในการจัดการแข่งขันว่า "นครลำปางเกมส์" มีการแข่งขันกีฬารวม 27 ประเภท คือ กรีฑา แบดมินตัน บาสเกตบอล มวยสากลสมัครเล่น จักรยาน ลีลาศ ฟุตบอล กอล์ฟ ยิมนาสติก แอนด์บอล ยูโด เทนนิส รักบี้ฟุตบอล มวยไทยสมัครเล่น เปตอง ว่ายน้ำ เทเบิลเทนนิส เทควันโด เซปักตะกร้อ วอลเลย์บอล ยกน้ำหนัก มวยปล้ำ ยิงปืน และสนุกเกอร์ มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 5 ภาค จำนวน 6,870 คน

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 23

จังหวัดสุราษฎร์ธานี ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 23 โดยกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 20 - 30 มีนาคม 2550 โดยมีนายนิวัติ สวัสดิ์แก้ว ผู้ว่าราชการจังหวัดสุราษฎร์ธานี เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน ใช้ชื่อในการจัดการแข่งขันว่า "เมืองคนดีเกมส์" มีการแข่งขันกีฬารวม 28 ชนิดกีฬา คือ กรีฑา แบดมินตัน บาสเกตบอล มวยสากลสมัครเล่น จักรยาน ลีลาศ ฟุตบอล กอล์ฟ ยิมนาสติก แอนด์บอล ยูโด เทนนิส รักบี้ฟุตบอล มวยไทยสมัครเล่น เปตอง ว่ายน้ำ เทเบิลเทนนิส เทควันโด เซปักตะกร้อ วอลเลย์บอล ยกน้ำหนัก

มวยปล้ำ ยิงปืน สนุกเกอร์ และ กอล์ฟ มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 5 ภาค จำนวน 8,115 คน
กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 24

จังหวัดอุบลราชธานี ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 24 โดยกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 19 - 29 มีนาคม 2551 โดยมีนายชวน ศิรินันท์พร ผู้ว่าราชการจังหวัดอุบลราชธานี เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน ใช้ชื่อในการจัดการแข่งขันว่า "ดอกบัวเกมส์" มีการแข่งขันกีฬารวม 28 ชนิดกีฬา คือ กรีฑา ว่ายน้ำ ฟุตบอล (ชาย/หญิง/ฟุตซอล) วอลเลย์บอล (วอลเลย์บอล/วอลเลย์บอลชายหาด) ตะกร้อ (เซปักตะกร้อ/ตะกร้อลอดห่วง) บาสเกตบอล แอนด์บอล ยิมนาสติก (ลีลา/ศิลป์) ลีลาศ เทนนิส เทเบิลเทนนิส ยูโด ยกน้ำหนัก เทควันโด คาราเต้ แบดมินตัน รักบี้ฟุตบอล เปตอง มวยปล้ำ เรือพาย มวยสากลสมัครเล่น มวยไทยสมัครเล่น สนุกเกอร์ หมากล้อม จักรยาน (ถนน/ลู่วิ่ง/ภูเขา) ยิงปืน กอล์ฟ และ กอล์ฟ มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 5 ภาค จำนวน 9,500 คน

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25

จังหวัดกาญจนบุรี ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 โดยกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 15 - 26 มีนาคม 2552 โดยมีนายเรวัติ มหาวินิจฉัยมนตรี ผู้ว่าราชการจังหวัดกาญจนบุรี เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน ใช้ชื่อในการจัดการแข่งขันว่า "กาญจนบุรีเกมส์" มีการแข่งขันกีฬารวม 31 ชนิดกีฬา คือ กรีฑา ว่ายน้ำ กอล์ฟ กอล์ฟ 3 คน ลีลาศ เรือพาย จักรยาน ตะกร้อ เทควันโด เทนนิส เทเบิลเทนนิส บาสเกตบอล แบดมินตัน เปตอง ฟุตบอล แอนด์บอล มวยไทยสมัครเล่น มวยสากลสมัครเล่น มวยปล้ำ ยกน้ำหนัก ยิงปืน ยิมนาสติก ยูโด รักบี้ฟุตบอล โบว์ลิง วอลเลย์บอล สนุกเกอร์ หมากล้อม คาราเต้-โด วูซู เครื่องบินเล็กบังคับวิทยุ มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 5 ภาค จำนวน 8,246 คน รวมนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ทั้งสิ้น 10,357 คน

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยในต่างประเทศ

คอนเนล (สน ปัญญา. 2549: 21; อ้างอิงจาก Connell. 1976) ได้ทำการศึกษาใน ปี ค.ศ. 1976 "อิทธิพลของการแข่งขันที่มีต่อระดับความวิตกกังวลของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงของสถาบัน" คอนเนลได้ทำแบบทดสอบความวิตกกังวล ชื่อ State Trait Anxiety Inventory (STAI) ซึ่งคิดโดยสปิลเบอร์เกอร์ คอรัช และลูชีน (Spiel Berger, Gousuch, และ Lushene) ไปทดสอบกับนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงของมหาวิทยาลัยสปริงฟิลด์ (Springfield College) จำนวน 11 คน อายุระหว่าง 17-21 ปี ผลการศึกษาพบว่า

1. ค่าเฉลี่ย (MEAN) ของความวิตกกังวลเฉพาะตัว (Trait Anxiety) ไม่มีความแตกต่างกันในสถานการณ์ระหว่างก่อนฤดูแข่งขันและหลังฤดูการแข่งขัน

2. ความวิตกกังวลมีความแตกต่างกันในเมื่ออยู่ในสภาพหลังการแข่งขันตัวแปรที่ทำให้ระดับความวิตกกังวลหลังการแข่งขันมีนัยสำคัญเพราะการแพ้ของทีม

3. มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ระหว่างระดับความวิตกกังวลของการแข่งขัน 3 ครั้ง ที่มีลักษณะความวิตกกังวลต่ำ สาเหตุที่สำคัญคือ องค์ประกอบ 2 ประการ ได้แก่ ระดับความซับซ้อนของการแข่งขันกับปฏิกิริยาทางอารมณ์ที่ตอบสนองต่อการแพ้ของทีม

เบิร์ต และฮอร์น (Bird and Horn. 1990: 216) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลทางจิตกับความผิดพลาดทางจิตในการกีฬา ตัวอย่างในการศึกษาเป็นนักกีฬาซอฟท์บอลระดับมัธยมศึกษาจำนวน 161 คน อายุระหว่าง 14-17 ปี โดยใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (Competitive Sport Anxiety Inventory-2: CSAI-2) ในการเก็บข้อมูลด้านความวิตกกังวล แบบสอบถามความผิดพลาดทางจิต (Manton Error Questionnaire) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเป็นเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (Competitive Sport Anxiety Inventory-2: CSAI-2) ให้กลุ่มตัวอย่างทดสอบก่อนการแข่งขัน 1 ชั่วโมง ส่วนแบบสอบถามความผิดพลาดทางจิตให้ผู้ฝึกสอนกรอกตามที่เขาสังเกตจากผู้เล่นแต่ละคนภายหลังการแข่งขัน

เฮนเดอร์ (ทินกร ชอัมพงษ์. 2545: 20; อ้างอิงจาก Hender. 1995: 76) ได้ทำการศึกษาผลของการฝึกด้วยน้ำหนักที่มีต่อความวิตกกังวลอันเป็นนิสัย ความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ของนักกีฬายิมนาสติกหญิงช่วงอายุก่อนวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬายิมนาสติกหญิง 22 คน มีอายุระหว่าง 8-13 ปี โดยกลุ่มตัวอย่างจะเข้ารับการฝึกน้ำหนัก สร้างความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ หลัง ขา หน้าอก และสะโพก ใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นนิสัย ความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ ข้อมูลที่นำไปวิเคราะห์โดยใช้สถิติวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (ANOVA) ผลการวิจัยพบว่า โปรแกรมการฝึกน้ำหนักสามารถจะเพิ่มความแข็งแรงของร่างกายทั้ง 4 ส่วนและช่วยลดความวิตกกังวลอันเป็นนิสัยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติแต่ไม่สามารถลดความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ได้

วิกิน (เชวงพจน์ ครองธานี. 2549: 26; อ้างอิงจาก Wiggin. 1998: 201-211) ได้ทำการศึกษาผลของความวิตกกังวลที่มีต่อความสามารถทางการกีฬาในช่วงก่อนการแข่งขัน 24 ชั่วโมง กลุ่มตัวอย่างคือ อาสาสมัครเพศชายและหญิงที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับมัธยมศึกษา จำนวน 91 คน ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาฟุตบอล วอลเลย์บอล กรีฑาสู่และลาน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบวัดความวิตกกังวลทางการกีฬา Competitive State Anxiety Inventory-2 โดยให้ตอบแบบวัดความวิตกกังวล 3 ครั้ง คือ ก่อนการแข่งขัน 24 ชั่วโมง ก่อนการแข่งขัน 2 ชั่วโมง และก่อนการแข่งขัน 1 ชั่วโมง ตามลำดับผลการวิจัยพบว่า

1. ความวิตกกังวลทางกายก่อนการแข่งขัน 24 ชั่วโมง ก่อนการแข่งขัน 2 ชั่วโมง และก่อนการแข่งขัน 1 ชั่วโมง มีระดับสูงขึ้นมากกว่าความวิตกกังวลทางจิต
2. ความวิตกกังวลทางจิตจะไม่มี การเปลี่ยนแปลงไปตามช่วงเวลา
3. ความวิตกกังวลทางกายจะเพิ่มสูงขึ้นตั้งแต่ก่อนแข่งขัน 24 ชั่วโมง จนกระทั่งถึงก่อนการแข่งขัน 1 ชั่วโมง ตามลำดับ
4. ความเชื่อมั่นในตนเองก่อนการแข่งขัน 2 ชั่วโมง และก่อนการแข่งขัน 1 ชั่วโมง จะลดลงเล็กน้อยแต่ก็ไม่แตกต่างจากช่วง 24 ชั่วโมงแรกมาก
5. ความสามารถของนักกีฬาไม่ได้ขึ้นอยู่กับช่วงเวลาที่แปรเปลี่ยนไป

คิว และคณะ (Kou et al. 2003: Online) ได้ทำการศึกษาผลของความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย ความเชื่อมั่นในตนเอง และความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยที่มีต่อความสามารถในการยกน้ำหนักของนักกีฬายกน้ำหนักชายไต้หวัน กลุ่มตัวอย่างคือ นักยกน้ำหนักระดับมัธยมและวิทยาลัย จำนวน 182 คน เป็นเพศชาย 111 คน เพศหญิง 71 คน มาจากศูนย์ฝึกกีฬา 9 แห่ง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบวัดความวิตกกังวลทางการกีฬา Competitive State Anxiety Inventory-2 หรือ CSAI-2 และ Sport Competitive Anxiety Test หรือ SCAT โดยให้ตอบแบบวัดความวิตกกังวลทั้ง 2 แบบตามลำดับ ผลการวิจัยพบว่า

1. ความวิตกกังวลทางจิตมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความวิตกกังวลทางกาย และความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย
2. ความเชื่อมั่นในตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย
3. เพศชายและเพศหญิงมีความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเองแตกต่างกัน โดยที่เพศชายจะมีความคงที่ของความวิตกกังวลทางกาย และมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่าเพศหญิง

งานวิจัยในประเทศ

นัยนา บุพวงษ์ (2538: บทคัดย่อ) การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา เปรียบเทียบ และหาความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง ของนักกีฬาโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี ในการแข่งขันกีฬานักเรียน นักศึกษา กรมพลศึกษา และในการแข่งขันคัดเลือกตัวแทนเขต 7 กลุ่มตัวอย่างประชากรได้จากการสุ่มแบบเฉพาะเจาะจง จำนวน 105 คน ใช้แบบวัดความวิตกกังวลแบบซีเอสเอไอ-2 (CSAI-2) ซึ่งประกอบด้วยความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเองของมาร์เท็นส์ วิลเลย์ และเบอร์ตัน (Martens, Vealey, and Burton) ที่แปลโดย นภาพร ทัศนัยนา มีความ

เพียง .75 เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบค่าที (T-test) และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson) ผลการวิจัยพบว่า

1. ในการแข่งขันกีฬานักเรียน นักศึกษา กรมพลศึกษา นักกีฬาความวิตกกังวลทางจิตอยู่ในระดับสูง (21.55 และสูงกว่า) 17 เปอร์เซนต์ ระดับกลาง (11.98-21.54) 73.30 เปอร์เซนต์ ระดับต่ำ (11.97 และต่ำกว่า) 9.50 เปอร์เซนต์ ความวิตกกังวลทางกายอยู่ในระดับสูง (19.34 และสูงกว่า) 15.20 เปอร์เซนต์ ระดับกลาง (11.29-19.33) 66.70 เปอร์เซนต์ ระดับต่ำ (11.28 และต่ำกว่า) 18.10 เปอร์เซนต์ ความเชื่อมั่นในตนเองอยู่ในระดับสูง (30.23 และสูงกว่า) 18.10 เปอร์เซนต์ ระดับกลาง (14.88-30.22) 67.60 เปอร์เซนต์ ระดับต่ำ (14.87 และต่ำกว่า) 14.30 เปอร์เซนต์ ในการแข่งขันคัดเลือกกีฬาเยาวชนชนตัวแทนเขต 7 นักกีฬามีความวิตกกังวลทางจิตอยู่ในระดับสูง (20.63 และสูงกว่า) 13.30 เปอร์เซนต์ ระดับกลาง (11.54-20.62) 72.40 เปอร์เซนต์ ระดับต่ำ (11.53 และต่ำกว่า) 14.30 เปอร์เซนต์ ความวิตกกังวลทางกายอยู่ในระดับสูง (17.30 และสูงกว่า) 9.50 เปอร์เซนต์ ระดับกลาง (10.71-17.29) 82.90 เปอร์เซนต์ ระดับต่ำกว่า (10.70 และต่ำกว่า) 10.60 เปอร์เซนต์ ความเชื่อมั่นในตนเองอยู่ในระดับสูง (29.81 และสูงกว่า) 23.80 เปอร์เซนต์ ระดับกลาง (15.20-29.80) 54.30 เปอร์เซนต์ ระดับต่ำ (15.19 และต่ำกว่า) 21.90 เปอร์เซนต์

2. ความวิตกกังวลทางกายของนักกีฬาโรงเรียนกีฬาสภามหาวิทยาลัยสุพรรณบุรี ในการแข่งขันกีฬานักเรียน นักศึกษา กรมพลศึกษา สูงกว่าความวิตกกังวลทางกายในการแข่งขันคัดเลือกกีฬาเยาวชนชนตัวแทนเขต 7 ส่วนความวิตกกังวลทางจิตและความเชื่อมั่นในตนเองไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

3. ความวิตกกังวลทางจิตและความวิตกกังวลทางกาย ของนักกีฬาโรงเรียนกีฬาสภามหาวิทยาลัยสุพรรณบุรีในการเข้าร่วมการแข่งขันกีฬานักเรียน นักศึกษา กรมพลศึกษา มีความสัมพันธ์กันในเชิงบวกระดับกลาง ($r = .70$) ความวิตกกังวลทางจิตและความเชื่อมั่นในตนเองมีความสัมพันธ์กันในเชิงลบระดับกลาง ($r = -.33$) ความวิตกกังวลทางกายภาพและความเชื่อมั่นในตนเองมีความสัมพันธ์กันในเชิงลบ ระดับกลาง ($r = -.52$) ในการแข่งขันคัดเลือกกีฬาเยาวชนชนตัวแทนเขต 7 ความวิตกกังวลทางจิตกับความวิตกกังวลทางกาย มีความสัมพันธ์กันในเชิงบวกระดับกลาง ($r = -.50$) ความวิตกกังวลทางจิตความเชื่อมั่นในตนเองมีความสัมพันธ์กันในเชิงลบระดับกลาง ($r = -.31$) อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .50

นันทนา คำมูล (2545: บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่องความวิตกกังวลและความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงรุ่นอายุไม่เกิน 20 ปี โดยการวิจัยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์และเปรียบเทียบผลของความวิตกกังวลและความเชื่อมั่นในตนเองในการแข่งขันกีฬาสภามหาวิทยาลัยสุพรรณบุรีอายุไม่เกิน 20 ปีของสมาคมบาสเกตบอลแห่งประเทศไทย กลุ่มตัวอย่างได้จาก

การเลือกแบบเฉพาะเจาะจง จำนวน 96 คน ใช้แบบวัดความวิตกกังวลแบบ ซี เอส เอ ไอ-2 (CSAI-2) ซึ่งประกอบด้วยความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย ความเชื่อมั่นในตนเอง ของมาเตนส์ (Martens) ที่แปลโดย ดร.พิชิต เมืองนาโพธิ์ มีความเที่ยงตรง .76 เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล แล้วนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยการหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานทดสอบค่าที (T-test) และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson) ผลการวิจัยพบว่า

1. ค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 20.39 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.95 ค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลทางกายเท่ากับ 17.38 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.87
2. ค่าเฉลี่ยของคะแนนระดับความเชื่อมั่นในตนเอง เท่ากับ 24.45 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.60
3. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนระดับความวิตกกังวล และคะแนนระดับความเชื่อมั่นในตนเอง มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
4. ความวิตกกังวลและความเชื่อมั่นในตนเอง ระหว่างทีมที่ประสบความสำเร็จกับทีมที่ไม่ประสบความสำเร็จไม่แตกต่างกัน

ทินกร ชัมพงษ์ (2545: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาความวิตกกังวลตามสถานการณ์ก่อนการแข่งขัน 2 ชั่วโมง ของนักกีฬาฟุตบอลในการแข่งขันฟุตบอลอาชีวะ ไทยแลนด์คัพ ครั้งที่ 16 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันฟุตบอลอาชีวะ ไทยแลนด์คัพ ครั้งที่ 16 ระหว่างวันที่ 24 กันยายน-11 ตุลาคม พ.ศ. 2544 จำนวน 16 ทีม ทีมละ 18 คน รวม 288 คนโดยการเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลคือ แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ผลการวิจัยพบว่า

ค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความวิตกกังวลทางจิตก่อนการแข่งขัน 2 ชั่วโมง ของผู้รักษาประตู กองหลัง กองกลาง กองหน้าและรายทีม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความวิตกกังวลทางกายก่อนการแข่งขัน 2 ชั่วโมง ของผู้รักษาประตู กองหลัง กองกลาง กองหน้าและรายทีม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความเชื่อมั่นในตนเองก่อนการแข่งขัน 2 ชั่วโมง ของผู้รักษาประตู กองหลัง กองกลาง กองหน้า ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

จันทิwa จันทะบุตร (2546 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยความวิตกกังวลของนักกีฬา 유도ในการแข่งขันกีฬาวินัยพลศึกษาแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 29 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นนักกีฬา 유도ของวิทยาลัยพลศึกษา 17 แห่ง โดยวิธีการเลือกอย่างมีเงื่อนไข เป็นนักกีฬาชาย 67 คน นักกีฬาวินัย 41 คน รวม 108 คน แล้วทำการเก็บข้อมูลโดยใช้แบบทดสอบความวิตกกังวล

1. ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของเพศชายและหญิงอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ด้าน คือ ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง

2. ทดสอบค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของเพศชายและหญิง ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญ ทางสถิติที่ระดับ .05

3. ทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ก่อนการแข่งขัน 1 สัปดาห์ ก่อนการแข่งขัน และหลังการแข่งขันของเพศชายและหญิง พบว่าทั้ง 2 ด้าน ได้แก่ ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนความวิตกกังวลทางจิตแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เชวงพจน์ ครองธนารินทร์ (2549: บทคัดย่อ) การวิจัยครั้งนี้มีความมุ่งหมายเพื่อทราบระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ในการแข่งขันของนักกีฬายิงปืน และความแตกต่างของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาชายและหญิงในแต่ละรอบในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 33 กลุ่มตัวอย่าง คือ นักกีฬายิงปืนที่เข้าร่วมในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 33 จำนวน 305 คน แยกเป็น ชาย 151 คน หญิง 154 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็น แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (CSAI-2R) นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยการหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบค่าที (T-test) ผลการวิจัยพบว่า

1. ระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬายิงปืนชายและนักกีฬายิงปืนหญิงอยู่ในระดับปานกลาง

2. ระดับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ อยู่ในระดับสูง

3. ระดับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ อยู่ระดับต่ำ

4. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

5. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

6. คำสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง เจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

7. รูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มีทั้งหมด 8 รูปแบบ ซึ่งส่วนใหญ่มีรูปแบบเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานสูง แต่มีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองต่ำที่มีต่อการเล่นกีฬา

สน ปัญญา (2549: บทคัดย่อ) การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความวิตกกังวลของการเป็นผู้ตัดสินกีฬาเนตบอลชิงชนะเลิศแห่งเอเชีย ครั้งที่ 6 2005 ของสหพันธ์กีฬาเนตบอลนานาชาติ กลุ่มตัวอย่างได้จากการสุ่มแบบเฉพาะเจาะจง จำนวน 10 คน ใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์แบบ CSAI-2 ของ มาร์เตนส์ ซึ่งประกอบไปด้วย ความวิตกกังวล (Cognitive Anxiety) ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic Anxiety) และความเชื่อมั่นในตนเอง การเก็บรวบรวมข้อมูลและนำข้อมูลมาวิเคราะห์ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานผลการวิจัยพบว่า

1. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนระดับความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย อยู่ในระดับปานกลาง และความเชื่อมั่นในตนเองก่อนการตัดสินอยู่ในระดับสูง แต่หลังการตัดสินอยู่ในระดับปานกลาง

2. การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนระดับความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเองก่อนและหลังการตัดสิน พบว่า ความวิตกกังวลทางจิตมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ความวิตกกังวลทางกายมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่พบว่าในความเชื่อมั่นในตนเองของผู้ตัดสินไม่มีความแตกต่างกัน

3. การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนระดับความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเองของผู้ตัดสินที่มีประสบการณ์ในการตัดสินระดับนานาชาติมากกว่า 3 ปี และผู้ตัดสินที่มีประสบการณ์ในการตัดสินระดับนานาชาติน้อยกว่า 3 ปี ก่อนและหลังการตัดสิน พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนระดับความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย ไม่มีความแตกต่างกัน แต่พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนระดับความเชื่อมั่นในตนเองก่อนการตัดสินมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ภายหลังการตัดสินไม่มีความแตกต่าง

ความวิตกกังวลเป็นภาวะของบุคคลที่รู้สึกกดดัน ไม่สบายใจ วิตกกังวล วิตกกังวลตลอดจนรู้สึกบีบคั้นต่อเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นล่วงหน้าว่าจะผิดหวังทั้งจากที่เคยมีประสบการณ์มาก่อนและไม่เคยมีมาก่อน ซึ่งเป็นภาวะหนึ่งของอารมณ์ที่เกิดจากกระบวนการของจิตใต้สำนึก ถ้าบุคคลมีระดับของความวิตกกังวลสูงหรือต่ำเกินไป จะทำให้เป็นอันตรายต่อสภาพของร่างกาย และ

สมรรถภาพการทำงานของร่างกายจะลดลง แต่ถ้าระดับความวิตกกังวลอยู่ในระดับที่พอเหมาะก็จะทำให้สมรรถภาพการทำงานของร่างกายสูงขึ้น ซึ่งระยะเวลาหรือระดับความวิตกกังวลของแต่ละคนจะแตกต่างกันออกไปในแต่ละบุคคล ความวิตกกังวลออกเป็น 2 ประเภทคือ

1. ความวิตกกังวลตามลักษณะเฉพาะตัว (Trait Anxiety) หรือ (A-Trait) คือ ความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัวของแต่ละบุคคล เป็นลักษณะที่ค่อนข้างจะคงที่และไม่ปรากฏออกมาในลักษณะของพฤติกรรมโดยตรง แต่จะเป็นตัวเสริมหรือตัวประกอบของความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ (A-State)

2. ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (State-Anxiety) หรือ (A-State) คือ ความวิตกกังวลซึ่งเกิดขึ้นในเวลาเฉพาะหรือสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่จะทำให้เกิดความไม่พึงพอใจ หรือเกิดอันตรายมากระตุ้นและแสดงพฤติกรรมโต้ตอบที่สามารถสังเกตเห็นได้ในระยะเวลาช่วงที่ถูกกระตุ้นนั้นเป็นภาวะที่บุคคลรู้สึกตึงเครียด หวาดหวั่น กระวนกระวาย ระบบการทำงานของประสาทอัตโนมัติตื่นตัวสูง ซึ่งความรุนแรงและระยะเวลาที่เกิดจะแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ซึ่งส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับลักษณะเฉพาะตัวและประสบการณ์ในอดีตของแต่ละบุคคล

ในสถานการณ์การแข่งขันกีฬามีทฤษฎีที่มีบทบาทเกี่ยวกับผลกระทบของความวิตกกังวลที่มีต่อการแสดงความสามารถในการเล่นกีฬามี 2 ทฤษฎีด้วยกัน

1. ทฤษฎีแรงขับ (Drive Theory)

ทฤษฎีนี้กล่าวว่า ระดับของความวิตกกังวลจะเป็นสัดส่วนกับระดับความสามารถ ถ้านักกีฬามีความวิตกกังวลต่ำ จะมีความสามารถต่ำ ถ้านักกีฬามีความวิตกกังวลสูงก็จะมีความสามารถสูง ซึ่งขึ้นอยู่กับความสามารถของนักกีฬาอย่างแท้จริง ดังนั้น ถ้ามีสิ่งเร้าใจ แรงกระตุ้นมากเกินไป จะทำให้ผลการแสดงความสามารถลดลง หรือแสดงไม่ได้จุดสูงสุด

2. ทฤษฎียู-คว่ำ (Inverted-U Theory)

ทฤษฎีนี้กล่าวว่า ถ้ามีระดับความวิตกกังวลต่ำหรือสูงเกินไปจะทำให้มีความสามารถต่ำแต่ถ้ามีระดับความวิตกกังวลเหมาะสมจะทำให้มีความสามารถสูง ทฤษฎีนี้เป็นที่ยอมรับโดยทั่วไปและใช้อธิบายได้ในการเล่นกีฬาเกือบทุกประเภท

3. ทฤษฎีฮานินโซนของความเหมาะสม (Hanin's Zone of Optimal Functioning : ZOF)

ฮานิน (Hanin, 1970) นักจิตวิทยาการกีฬารัสเซียได้อธิบายขยายความคิดต่อจากทฤษฎียูคว่ำโดยขยายความให้ทางเลือกใหม่เกี่ยวกับการแสดงความสามารถเชิงกีฬา (Athletic Performance) กับระดับของความวิตกกังวล หรือแรงเร้าใจ (Anxiety Arousal Level) โดยเค้าเรียกสิ่งนี้ว่า “โซนของความเหมาะสม” (Zone of Optimal Functioning) เขาอธิบายว่า นักกีฬาชั้นเยี่ยมแต่ละคน มีระดับความวิตกกังวลในโซนที่เหมาะสมไม่เท่าเทียมกันในการแสดงความสามารถสูงสุด และถ้านักกีฬามีระดับความวิตกกังวลออกนอกโซน เขาก็จะแสดงความสามารถต่ำกว่าปกติ

สาเหตุของความวิตกกังวล แบ่งออกเป็น

ก. สาเหตุความวิตกกังวลทั่วไป

1. ความขัดแย้งและปัญหาอันเนื่องมาจากเจตคติ
2. การเปลี่ยนแปลงสภาวะ เช่น จากวัยเด็กเป็นวัยรุ่น จากวัยรุ่นเป็นวัยผู้ใหญ่
3. ความบีบคั้นและความไม่แน่นอนในการดำรงชีวิต

ข. สาเหตุของความวิตกกังวลทางการกีฬา

ความวิตกกังวลเป็นความรู้สึกที่เราเป็นผู้ทำให้เกิดขึ้นเอง ด้วยการรับรู้ถึงสถานการณ์ต่าง ๆ การรับรู้ถึงสถานการณ์นี้สร้างปัญหาให้กับตัวเองเสมอๆ ทางด้านกีฬานั้น ความวิตกกังวลอาจมีสาเหตุได้หลายประการ ได้สรุปไว้ดังนี้

1. การขาดความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง
2. การเชื่อในความวิตกกังวล และคิดว่าตนเองจะต้องมีความวิตกกังวล
3. ความสามารถที่แสดงออกในการแข่งขันที่ผ่านมาต่ำกว่ามาตรฐานของตนเอง
4. การเชื่อว่าคุณค่าของตนเองขึ้นอยู่กับการแข่งขัน
5. สภาพสิ่งแวดล้อม
6. ความพร้อมของร่างกายของนักกีฬา

ความวิตกกังวลมีการเปลี่ยนแปลงได้ตลอดการแข่งขันกีฬาทั้ง ก่อน ขณะ และหลังการแข่งขัน นักกีฬาที่มีความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยสูง ก็จะมีความวิตกกังวลตามสถานการณ์สูงตามไปด้วย แต่อย่างไรก็ตามความวิตกกังวลสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามผลการเล่นและการประเมินจากการเผชิญกับสถานการณ์นั้นๆ โดยปกติความวิตกกังวลตามสถานการณ์ก่อนลงแข่งขันสูงกว่าขณะฝึกซ้อม

การวัดความวิตกกังวลนั้นมีวิธีการวัดหลายอย่างหลายประเภทด้วยกัน ดังนี้

1. การวัดทางกายภาพ การวัดแบบนี้ต้องใช้เครื่องมือเครื่องมือต่างๆ มาช่วยด้วย เช่น เครื่องมือวัดอัตราการเต้นของหัวใจ (Electrocardiogram) เครื่องมือวัดอัตราการหายใจ (Respiration Pneumogram) การดึงของกล้ามเนื้อ (Electromyogram) เป็นต้น โดยดูการเปลี่ยนแปลงที่แสดงออกทางร่างกาย เช่น อัตราการเต้นของหัวใจ การหายใจ ความดันโลหิต การขยายของรูม่านตา การมีเหงื่อออก การดึงของกล้ามเนื้อ การหลั่งของน้ำลาย การเกร็งของผิวหนัง การตรวจคลื่นสมอง การวัดต้องอาศัยผู้เชี่ยวชาญทางการตรวจและการแปลผล

2. การสังเกตอาการต่างๆ ของนักกีฬา เป็นวิธีการที่ค่อนข้างจะเหมาะสมสำหรับการวัดความวิตกกังวลในนักกีฬา การสังเกตนี้จะสามารถบอกได้ว่านักกีฬาที่มีความวิตกกังวลมากน้อยอย่างไรได้อย่างคร่าวๆ ไม่สามารถเจาะลึกลงไปอย่างละเอียดได้มาก ซึ่งการสังเกตสามารถที่จะสังเกตได้ทั้งอาการทางกาย อาการทางใจ และการแสดงออกทางพฤติกรรม

3. การวัดความวิตกกังวลโดยใช้แบบทดสอบ เป็นอีกวิธีหนึ่งที่เป็นที่นิยมใช้กันอย่างแพร่หลายทั่วโลก ซึ่งวัดโดยใช้แบบทดสอบวัดความวิตกกังวลนี้ แบบทดสอบที่ใช้โดยตรงกับนักกีฬาปัจจุบันมีอยู่ 2 ชนิด คือ แบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย

(Sport Competition Anxiety test: SCAT) และแบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (Competition Sport Anxiety Inventory-2: CSAI-2) โดยแบบทดสอบทั้งสองแบบนี้ถูกสร้างโดย Dr. Martens Rainers นักจิตวิทยาการกีฬาที่มีชื่อเสียงที่สุดในโลกคนหนึ่ง

นักกีฬามักเกิดความวิตกกังวล และในการแข่งขันนักกีฬาจำเป็นต้องมีความเชื่อมั่นในตนเอง เนื่องจากกีฬาบาสเกตบอลเป็นกีฬาที่มีความกดดันในการแข่งขันตลอดเวลา ไม่ว่าจะเป็นการยิงโทษบาสเกตบอล การรุก การป้องกัน ซึ่งล้วนแต่ทำให้นักกีฬาเกิดความวิตกกังวล เพราะการผิดพลาดครั้งเดียวอาจมีผลต่อการแพ้หรือชนะได้ ยิ่งเมื่อเป็นการแข่งขันที่มีความสามารถทางทักษะและสมรรถภาพทางด้านร่างกายใกล้เคียงกัน ทีมใดที่สามารถลดความวิตกกังวลและมีความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่า ย่อมเป็นฝ่ายที่ได้เปรียบกว่า ผู้วิจัยจึงตระหนักถึงความสำคัญของอิทธิพลของความวิตกกังวลที่มีต่อประสิทธิภาพในการเล่นกีฬาของเยาวชน จึงต้องการศึกษาถึงความวิตกกังวลของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง ในการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 เพื่อนำมาปรับปรุงและพัฒนาให้นักกีฬาเยาวชนหญิงได้แสดงศักยภาพออกมาได้อย่างเต็มที่ เมื่อได้รับการจัดการกับความวิตกกังวลให้อยู่ในระดับที่เหมาะสมแล้ว ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (The Competition State Anxiety Inventory-2: CSAI-2) ของมาร์เตนส์ (Martens, 1983) ซึ่งแปลและเรียบเรียงโดย พิชิต เมืองนาโพธิ์ มีค่าความเที่ยงตรงระหว่าง .70-.80 และมีค่าความเชื่อมั่น .75 เพื่อวัดความวิตกกังวลและความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 จังหวัดกาญจนบุรี ระหว่างวันที่ 15-26 มีนาคม พ.ศ. 2552

แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์

(Competition Sport Anxiety Inventory-2: CSAI-2)

มาร์เตนส์ (พิชิต เมืองนาโพธิ์. 2542: 388-389; อ้างอิงจาก Martens. 1983: 89-99) ได้อธิบายถึงแบบทดสอบนี้ว่าจะมีความวิตกกังวลตามสถานการณ์ตอนที่วัด เป็นการวัดเฉพาะเจาะจงแบบทดสอบนี้ยังสามารถวัดระดับความวิตกกังวลแต่ละประเภทรวมทั้งความเชื่อมั่นในตนเองของบุคคลในสถานการณ์ด้วย แบบทดสอบนี้将有ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic Anxiety) ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive Anxiety) และความเชื่อมั่นในตนเอง (Self Confidence) แบบทดสอบนี้ประกอบด้วยคำถาม 27 ข้อ โดยแบ่งเป็นข้อที่ 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22 และ 25 จะเป็นข้อที่วัดความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive Anxiety) ข้อที่ 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23 และ 26 จะเป็นข้อที่วัดความวิตกกังวลทางกาย (Somatic Anxiety) ข้อที่ 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24 และ 27 จะเป็นข้อที่ใช้วัดความเชื่อมั่นในตนเอง (Self Confidence) คำตอบของแบบทดสอบนี้จะเป็นการตอบความรู้สึกว่าเห็นด้วยกับคำถามหรือไม่ คะแนนออกมาเป็นระดับตั้งแต่ 1 ถึง 4 การให้คะแนนก็จะให้ตามหมายเลขที่เลือก ยกเว้นเพียงข้อ 14 เท่านั้นที่คะแนนกลับกัน นั่นคือการเลือกข้อ 1 จะได้ 4 คะแนน เลือกข้อ 2 จะได้ 3 คะแนน เลือกข้อ 3 จะได้ 2 คะแนน เลือกข้อ 4 จะได้ 1 คะแนน เมื่อรวมคะแนนออกมาแล้วระดับคะแนนจะอยู่ระหว่าง 9 ถึง 36 ในแต่ละหัวข้อชนิดของความวิตกกังวล ถ้าคะแนนมากก็หมายความว่ามีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์สูงกว่าคะแนนน้อยก็หมายความว่ามีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์น้อยนั่นเอง สำหรับด้านความเชื่อมั่นในตนเอง (Self Confidence) เกณฑ์การคิดคะแนนจะกลับกัน ระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ตามการคิดคะแนนดังนี้

คะแนน 9-17	= ระดับความวิตกกังวลต่ำ
คะแนน 18-26	= ระดับความวิตกกังวลปานกลาง
คะแนน 27-36	= ระดับความวิตกกังวลสูง

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
4. การเก็บรวบรวมข้อมูล
5. การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูล

กำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 จังหวัดกาญจนบุรี ระหว่างวันที่ 15-26 มีนาคม พ.ศ. 2552 จำนวน 12 ทีม รวม 142 คน ซึ่งได้มาจากการเจาะจงเลือก (Purposive Sampling) จำแนกได้เป็น รอบแรก 142 คน รอบสอง 96 คน รอบรองชนะเลิศ 48 คน รอบชิงชนะเลิศ 24 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในครั้งนี้ผู้วิจัยใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (The Competition State Anxiety Inventory-2 : CSAI-2) ของมาร์เตนส์ (Martens. 1983) มีค่าความเที่ยงตรงระหว่าง .70-.80 และมีค่าความเชื่อมั่น .75 ทดสอบความวิตกกังวลและความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 จังหวัดกาญจนบุรี ระหว่างวันที่ 15-26 มีนาคม พ.ศ. 2552 ซึ่งแบบทดสอบนี้จะวัดความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive Anxiety) ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic Anxiety) และความเชื่อมั่นในตนเอง (Self Confidence) ดังนี้

1. ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive Anxiety) ประกอบด้วยข้อคำถามที่ 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25
2. ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic Anxiety) ประกอบด้วยข้อคำถามที่ 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26

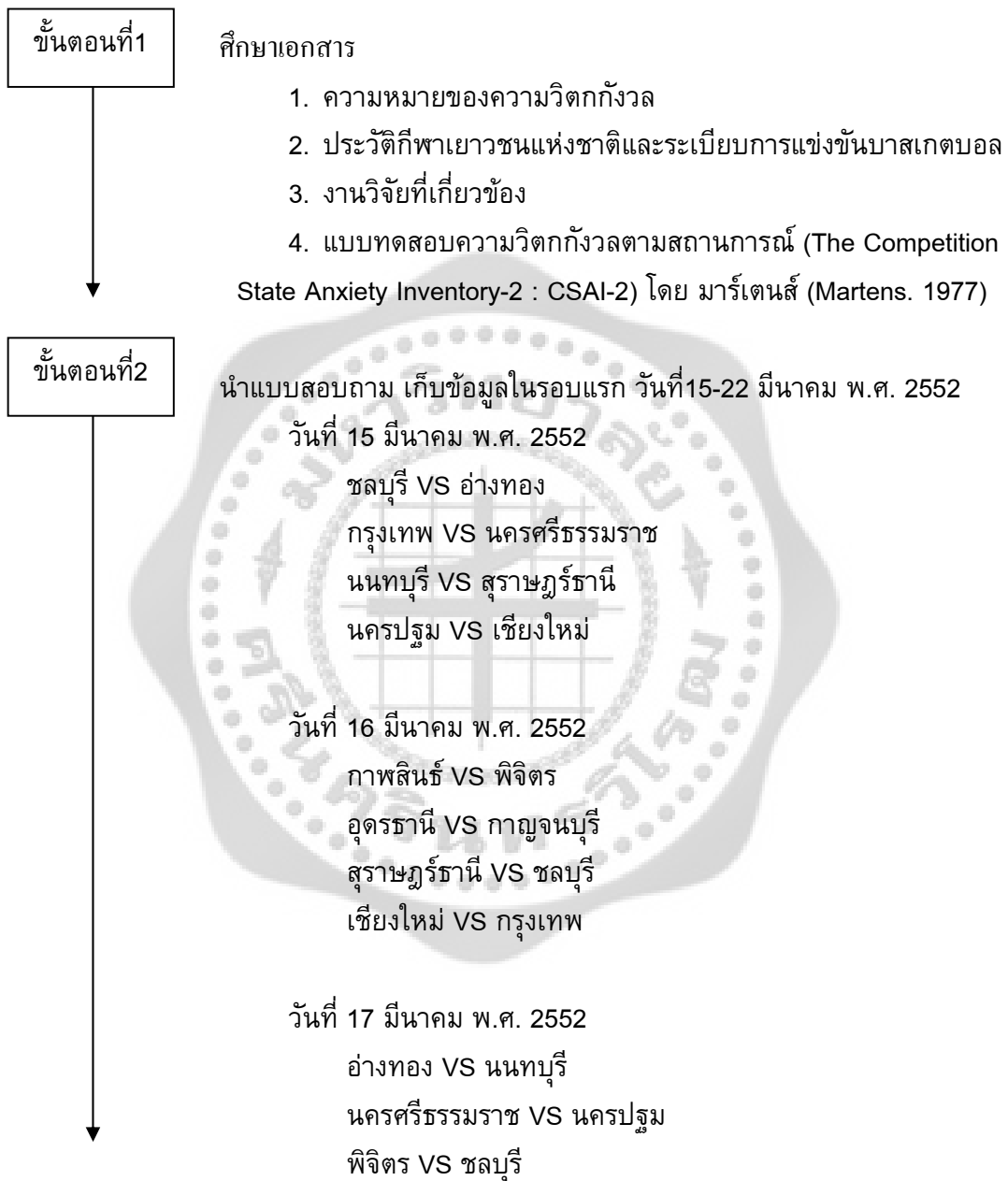
3. ความเชื่อมั่นในตนเอง (Self Confidence) ประกอบด้วยข้อคำถามที่ 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีนี้

1. ศึกษารายละเอียดแบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและแบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อความเข้าใจที่ถูกต้อง
2. ขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อขอความอนุเคราะห์ นายกสมาคมบาสเกตบอลแห่งประเทศไทยและนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 จังหวัดกาญจนบุรี พ.ศ. 2552 เพื่อขออนุญาตและขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง แจกแบบสอบถามและแบบประเมินความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬา ซีเอสเอไอ-2 (CSAI-2) ให้แก่นักกีฬาสเกตบอลหญิงตอบแบบสอบถาม

ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล



วันที่ 18 มีนาคม พ.ศ. 2552

กาญจนบุรี VS กรุงเทพฯ
นนทบุรี VS กาฬสินธุ์
นครปฐม VS อุตรธานี
สุราษฎร์ธานี VS อ่างทอง

วันที่ 19 มีนาคม พ.ศ. 2552

เชียงใหม่ VS นครศรีธรรมราช
ชลบุรี VS กาฬสินธุ์
กรุงเทพฯ VS อุตรธานี
นนทบุรี VS พิจิตร

วันที่ 20 มีนาคม พ.ศ. 2552

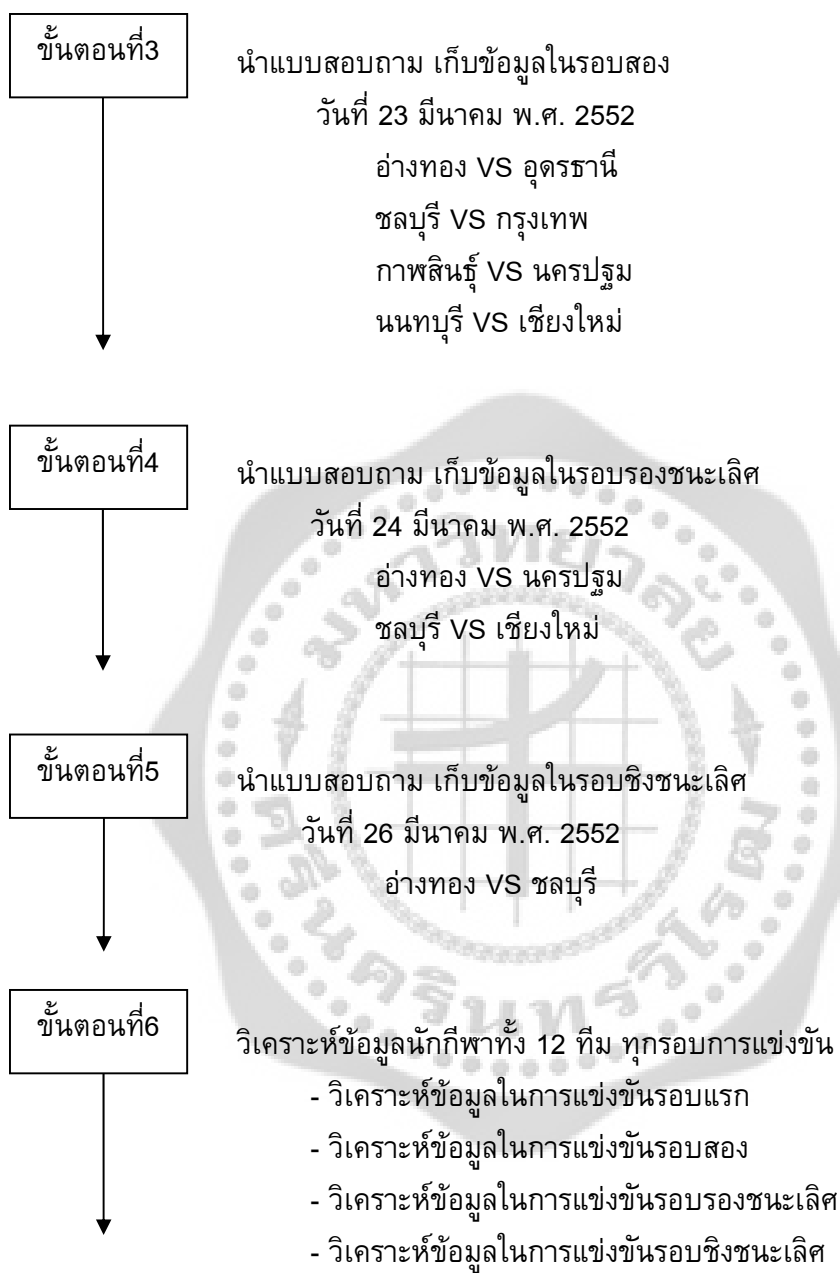
นครปฐม VS กาญจนบุรี
กาฬสินธุ์ VS อ่างทอง
อุตรธานี VS นครศรีธรรมราช
พิจิตร VS สุราษฎร์ธานี

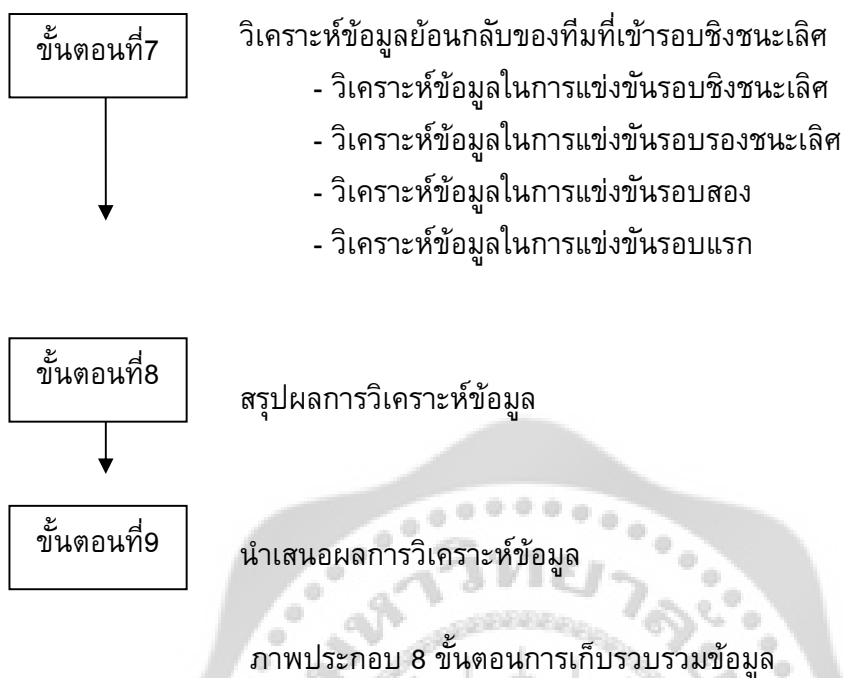
วันที่ 21 มีนาคม พ.ศ. 2552

กาญจนบุรี VS เชียงใหม่
ชลบุรี VS นนทบุรี
กรุงเทพฯ VS นครปฐม

วันที่ 22 มีนาคม พ.ศ. 2552

อ่างทอง VS พิจิตร
นครศรีธรรมราช VS กาญจนบุรี
สุราษฎร์ธานี VS กาฬสินธุ์
เชียงใหม่ VS อุตรธานี





การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูล

1. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนความวิตกกังวลสถานการณ์ทั้ง 3 ด้าน ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง ของนักกีฬาบาสเกตบอล ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 25
2. เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง ในแต่ละรอบของการแข่งขันของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 โดยใช้สถิติเอฟ (F-test)
3. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนความวิตกกังวลสถานการณ์ทั้ง 3 ด้าน ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง ในทีมบาสเกตบอลหญิง ที่เข้ารอบชิงชนะเลิศ ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25
4. เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง ในทีมบาสเกตบอลหญิง ที่เข้ารอบชิงชนะเลิศโดยเปรียบเทียบในแต่ละรอบที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 โดยใช้สถิติเอฟ (F-test)
5. กำหนดค่าความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
6. ใช้สถิติเชฟเฟ (Scheffe') เมื่อพบความแตกต่างเป็นรายคู่

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

$\bar{X}$	แทน ค่าเฉลี่ย
S.D.	แทน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
F	แทน ค่าสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์การแจกแจงแบบเอฟ (F-test)
df	แทน ชั้นแห่งความเป็นอิสระ (Degree of freedom)
SS	แทน ผลบวกของคะแนนเบี่ยงเบนกำลังสอง (Sum of square)
MS	แทน ค่าเฉลี่ยของผลบวกของคะแนนเบี่ยงเบนกำลังสอง (Mean of square)
*	แทน มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การวิเคราะห์ข้อมูล

หลังจากตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามแล้วได้นำมาวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

1. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนความวิตกกังวลสถานการณ์ทั้ง 3 ด้าน ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง ของนักกีฬาบาสเกตบอล ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 25 นำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียงดังตาราง 1-6

2. เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง ในแต่ละรอบของการแข่งขัน ของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 โดยใช้สถิติเอฟ (F-test) นำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียงดังตารางที่ 7-10

3. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนความวิตกกังวลสถานการณ์ทั้ง 3 ด้าน ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง ในทีมบาสเกตบอลหญิงที่เข้ารอบชิงชนะเลิศ ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 นำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียงดังตาราง 11-14

4. เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง ในทีมบาสเกตบอลหญิงที่เข้ารอบชิงชนะเลิศโดยเปรียบเทียบในแต่ละรอบที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 โดยใช้สถิติเอฟ (F-test) นำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียงดังตารางที่ 15-17

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ทั้ง 3 ด้าน ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง ของนักกีฬา บาสเกตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 25

ตาราง 1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬา บาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 รอบแรก
N=142

ความวิตกกังวลตามสถานการณ์	$\bar{X}$	S.D.
ความวิตกกังวลทางจิต	21.42	4.62
ความวิตกกังวลทางกาย	20.19	4.63
ความเชื่อมั่นในตนเอง	23.55	4.41

จากตาราง 1 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานโดยรวมของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 รอบแรก มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 21.42 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.62 มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกายเท่ากับ 20.19 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.63 มีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองเท่ากับ 23.55 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.41

ตาราง 2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬา
 บาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 รอบสอง
 (N=94)

ความวิตกกังวลตามสถานการณ์	$\bar{X}$	S.D.
ความวิตกกังวลทางจิต	21.32	4.72
ความวิตกกังวลทางกาย	19.50	5.42
ความเชื่อมั่นในตนเอง	23.17	4.43

จากตาราง 2 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานโดยรวมของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 รอบสอง มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 21.32 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.72 มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกายเท่ากับ 19.50 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.42 มีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองเท่ากับ 23.17 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.43

ตาราง 3 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬา
 บาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 รอบรองชนะเลิศ
 (N=48)

ความวิตกกังวลตามสถานการณ์	$\bar{X}$	S.D.
ความวิตกกังวลทางจิต	20.95	3.80
ความวิตกกังวลทางกาย	18.45	4.62
ความเชื่อมั่นในตนเอง	24.20	4.07

จากตาราง 3 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ของนักกีฬาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 รอบรองชนะเลิศ มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 20.95 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.80 มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกายเท่ากับ 18.45 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.62 มีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองเท่ากับ 24.20 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.07

ตาราง 4 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬา
 บาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 รอบชิงชนะเลิศ
 (N=24)

ความวิตกกังวลตามสถานการณ์	$\bar{X}$	S.D.
ความวิตกกังวลทางจิต	19.79	3.56
ความวิตกกังวลทางกาย	18.95	3.77
ความเชื่อมั่นในตนเอง	23.95	4.12

จากตาราง 4 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ของนักกีฬาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 รอบชิงชนะเลิศ มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 19.79 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.56 มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกายเท่ากับ 18.95 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.77 มีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองเท่ากับ 23.95 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.12

ตาราง 5 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬา
 บาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ทุกรอบการแข่งขัน

รอบการแข่งขัน	ความวิตกกังวลทางจิต		ความวิตกกังวลทางกาย		ความเชื่อมั่นในตนเอง	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
รอบแรก	21.42	4.62	20.19	4.63	23.55	4.41
รอบสอง	21.32	4.72	19.50	5.42	23.17	4.43
รอบรองชนะเลิศ	20.95	3.80	18.45	4.62	24.20	4.07
รอบชิงชนะเลิศ	19.79	3.56	18.95	3.77	23.95	4.12
รวม	21.34	4.57	19.99	4.71	23.56	4.38

จากตาราง 5 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ด้านความวิตกกังวลทางกาย ความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 25 ในทุกรอบการแข่งขัน

ตาราง 6 สรุปค่าเฉลี่ยของระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ทุกรอบการแข่งขัน

รอบการแข่งขัน	ความวิตกกังวลทางจิต	ความวิตกกังวลทางกาย	ความเชื่อมั่นในตนเอง
	$\bar{X}$	$\bar{X}$	$\bar{X}$
รอบแรก	21.42	20.19	23.55
	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง
รอบสอง	21.32	19.50	23.17
	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง
รอบรองชนะเลิศ	20.95	18.45	24.20
	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง
รอบชิงชนะเลิศ	19.79	18.95	23.95
	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง
รวม	21.34	19.99	23.56
	ปานกลาง	ปานกลาง	ปานกลาง

จากตาราง 6 ค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ทุกรอบการแข่งขัน มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ซึ่งแบ่งเป็น ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง โดยมีค่าเฉลี่ย 21.34, 19.99 และ 23.56 ตามลำดับ

รอบแรก มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 21.42 มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกายเท่ากับ 20.19 มีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองเท่ากับ 23.55

รอบสอง มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 21.32 มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกายเท่ากับ 19.50 มีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองเท่ากับ 23.17

รอบรองชนะเลิศ มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 20.95 มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกายเท่ากับ 18.45 มีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองเท่ากับ 24.20

รอบชิงชนะเลิศ มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 19.79 มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกายเท่ากับ 18.95 มีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองเท่ากับ 23.95

2. เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง ในแต่ละรอบของการแข่งขันของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25

ตาราง 7 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลทางจิตของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ในแต่ละรอบการแข่งขัน

แหล่งข้อมูล	SS	df	MS	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม	70.014	3	23.338	1.117	.341
ภายในกลุ่ม	18214.488	872	20.888		
รวม	18284.502	875			

$P > .05$

จากตาราง 7 แสดงให้เห็นว่าความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความวิตกกังวลทางจิตของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 8 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลทางกายของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ในแต่ละรอบการแข่งขัน

แหล่งข้อมูล	SS	df	MS	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม	190.858	3	63.619	2.877*	.035
ภายในกลุ่ม	19238.085	872	22.113		
รวม	19428.944	875			

P > .05

จากตาราง 8 แสดงให้เห็นว่าความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความวิตกกังวลทางกายของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 แตกต่างกัน

ตาราง 9 ผลการทดสอบเป็นรายคู่ของค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความวิตกกังวลทางกาย ของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 โดยวิธีเชฟเฟ (Schaffe')

รอบการแข่งขัน	รอบแรก	รอบสอง	รอบรองชนะเลิศ	รอบชิงชนะเลิศ
รอบแรก	-	.6963	1.7380	1.2380
รอบสอง	-	-	1.0417	.5417
รอบรองชนะเลิศ	-	-	-	.5000
รอบชิงชนะเลิศ	-	-	-	-

P > .05

จากตาราง 9 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่แสดงให้เห็นว่าค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความวิตกกังวลทางกายของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 25 ในแต่ละรอบการแข่งขันไม่มีความแตกต่างกัน

ตาราง 10 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของค่าเฉลี่ยของคะแนนความเชื่อมั่นใจตนเองของนักกีฬา
 บาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ในแต่ละรอบการแข่งขัน

แหล่งข้อมูล	SS	df	MS	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม	38.284	3	12.761	.661	.576
ภายในกลุ่ม	16823.51	872	19.293		
รวม	116861.79	875			

$P > .05$

จากตาราง 10 แสดงให้เห็นว่าความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความเชื่อมั่นในตนเอง
 ของนักกีฬาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ไม่แตกต่างกัน



3. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของทีมที่เข้ารอบชิงชนะเลิศโดยเปรียบเทียบในแต่ละรอบที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ก่อนการแข่งขัน 2 ชั่วโมง โดยใช้สถิติเอฟ (F-test)

ตาราง 11 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงทีมที่เข้ารอบชิงชนะเลิศที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 รอบชิงชนะเลิศ ทีมจังหวัดอ่างทอง และทีมจังหวัดชลบุรี

ความวิตกกังวลตามสถานการณ์	จังหวัดอ่างทอง		จังหวัดชลบุรี	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
ความวิตกกังวลทางจิต	18.58	3.47	21.00	3.35
ความวิตกกังวลทางกาย	17.08	2.93	20.83	3.66
ความเชื่อมั่นในตนเอง	22.25	3.69	25.66	3.93

จากตาราง 11 แสดงให้เห็น ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงทีมที่เข้ารอบชิงชนะเลิศ ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ในรอบชิงชนะเลิศ ทีมจังหวัดอ่างทองมีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 18.58 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.47 ทีมจังหวัดชลบุรีมีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 21.00 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.35 ทีมจังหวัดอ่างทองมีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกายเท่ากับ 17.08 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.93 ทีมจังหวัดชลบุรีมีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกายเท่ากับ 20.83 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.66 ทีมจังหวัดอ่างทองมีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองเท่ากับ 22.25 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.69 ทีมจังหวัดชลบุรีมีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองเท่ากับ 25.66 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.93

ตาราง 12 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของ นักกีฬาบาสเกตบอลหญิงทีมที่เข้ารอบชิงชนะเลิศที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 รอบรองชนะเลิศ ทีมจังหวัดอ่างทอง และทีมจังหวัดชลบุรี

ความวิตกกังวลตามสถานการณ์	จังหวัดอ่างทอง		จังหวัดชลบุรี	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
ความวิตกกังวลทางจิต	19.25	3.49	21.75	4.76
ความวิตกกังวลทางกาย	16.50	2.71	20.08	5.68
ความเชื่อมั่นในตนเอง	23.16	4.34	23.16	3.90

จากตาราง 12 แสดงให้เห็น ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงทีมที่เข้ารอบชิงชนะเลิศ ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ในรอบรองชนะเลิศ ทีมจังหวัดอ่างทองมีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 19.25 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.49 ทีมจังหวัดชลบุรีมีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 21.75 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.76 ทีมจังหวัดอ่างทองมีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกายเท่ากับ 16.50 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.71 ทีมจังหวัดชลบุรีมีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกายเท่ากับ 20.08 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 5.68 ทีมจังหวัดอ่างทองมีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองเท่ากับ 23.16 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.34 ทีมจังหวัดชลบุรีมีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองเท่ากับ 23.16 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.90

ตาราง 13 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของ นักกีฬาบาสเกตบอลหญิงทีมที่เข้ารอบชิงชนะเลิศที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 รอบสอง ทีมจังหวัดอ่างทอง และทีมจังหวัดชลบุรี

ความวิตกกังวลตามสถานการณ์	จังหวัดอ่างทอง		จังหวัดชลบุรี	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
ความวิตกกังวลทางจิต	22.00	5.62	19.16	2.62
ความวิตกกังวลทางกาย	20.41	5.31	14.83	5.47
ความเชื่อมั่นในตนเอง	22.91	3.65	27.58	2.15

จากตาราง 13 แสดงให้เห็น ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงทีมที่เข้ารอบชิงชนะเลิศ ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ในรอบสอง ทีมจังหวัดอ่างทองมีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 22.00 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.62 ทีมจังหวัดชลบุรีมีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 19.16 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.62 ทีมจังหวัดอ่างทองมีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกายเท่ากับ 20.41 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.31 ทีมจังหวัดชลบุรีมีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกายเท่ากับ 14.83 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 5.47 ทีมจังหวัดอ่างทองมีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองเท่ากับ 22.91 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.65 ทีมจังหวัดชลบุรีมีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองเท่ากับ 27.58 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 2.15

ตาราง 14 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของ นักกีฬาบาสเกตบอลหญิงทีมที่เข้ารอบชิงชนะเลิศที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 รอบแรก ทีมจังหวัดอ่างทอง และทีมจังหวัดชลบุรี

ความวิตกกังวลตามสถานการณ์	จังหวัดอ่างทอง		จังหวัดชลบุรี	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
ความวิตกกังวลทางจิต	19.88	4.71	21.46	4.43
ความวิตกกังวลทางกาย	17.61	4.52	19.76	4.96
ความเชื่อมั่นในตนเอง	23.31	4.00	25.20	3.77

จากตาราง 14 แสดงให้เห็นว่า ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงทีมที่เข้ารอบชิงชนะเลิศ ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ในรอบแรก ทีมจังหวัดอ่างทองมีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 19.88 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.71 ทีมจังหวัดชลบุรีมีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 21.46 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.43 ทีมจังหวัดอ่างทองมีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกายเท่ากับ 17.61 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.52 ทีมจังหวัดชลบุรีมีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกายเท่ากับ 19.76 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.96 ทีมจังหวัดอ่างทองมีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองเท่ากับ 23.31 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.00 ทีมจังหวัดชลบุรีมีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองเท่ากับ 25.20 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.77

4. เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง ในแต่ละรอบของการแข่งขันของทีมนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เข้ารอบชิงชนะเลิศ ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25

ตาราง 15 เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของความวิตกกังวลทางจิต ในแต่ละรอบของการแข่งขันของทีมนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เข้ารอบชิงชนะเลิศ ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25

แหล่งข้อมูล	SS	df	MS	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม	15.696	3	5.232	.264	.852
ภายในกลุ่ม	3732.117	188	19.852		
รวม	3747.812	191			

จากตาราง 15 แสดงให้เห็นว่าความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความวิตกกังวลทางจิตของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่รอบชิงชนะเลิศ ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ในแต่ละรอบ ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 16 เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของความวิตกกังวลทางกาย ในแต่ละรอบของการแข่งขันของทีมนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เข้ารอบชิงชนะเลิศ ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25

แหล่งข้อมูล	SS	df	MS	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม	28.533	3	9.511	.401	.752
ภายในกลุ่ม	4455.133	188	23.698		
รวม	4483.667	191			

จากตาราง 16 แสดงให้เห็นว่าความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความวิตกกังวลทางกายของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่รอบชิงชนะเลิศ ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ในแต่ละรอบ ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 17 เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของความเชื่อมั่นในตนเอง ในแต่ละรอบของการแข่งขันของทีมนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เข้ารอบชิงชนะเลิศ ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25

แหล่งข้อมูล	SS	df	MS	F	Sig
ระหว่างกลุ่ม	53.883	3	17.961	1.130	.338
ภายในกลุ่ม	2987.783	188	15.892		
รวม	3041.667	191			

จากตาราง 17 แสดงให้เห็นว่าความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่รอบชิงชนะเลิศ ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ในแต่ละรอบ ไม่แตกต่างกัน

บทที่ 5

บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สังเขปความมุ่งหมาย และวิธีดำเนินการวิจัย

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง
2. เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ในแต่ละรอบการแข่งขันของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 จังหวัดกาญจนบุรี ระหว่างวันที่ 15-26 มีนาคม พ.ศ. 2552 จำนวน 12 ทีม รวม 142 คน ซึ่งได้มาจากการเจาะจงเลือก (Purposive Sampling) จำแนกได้เป็น รอบแรก 142 คน รอบสอง 94 คน รอบรองชนะเลิศ 48 คน รอบชิงชนะเลิศ 24 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลในครั้งนี้ผู้วิจัยใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (The Competition State Anxiety Inventory-2: CSAI-2) ของมาร์เตนส์ (Martens. 1983) มีค่าความเที่ยงตรงระหว่าง .70-.80 และมีค่าความเชื่อมั่น .75 ใช้แบบทดสอบที่วัดความวิตกกังวลและความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 จังหวัดกาญจนบุรี ระหว่างวันที่ 15-26 มีนาคม พ.ศ. 2552 ซึ่งแบบทดสอบนี้จะวัดความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive Anxiety) ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic Anxiety) และความเชื่อมั่นในตนเอง (Self Confidence) แบบทดสอบแบ่งออกเป็นด้านๆ ซึ่งประกอบด้วย

1. ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive Anxiety) ประกอบด้วยข้อคำถามที่ 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25
2. ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic Anxiety) ประกอบด้วยข้อคำถามที่ 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26

3. ความเชื่อมั่นในตนเอง (Self Confidence) ประกอบด้วยข้อคำถามที่ 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27

การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูล

1. หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลสถานการณ์แต่ละด้าน คือ ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง ของนักกีฬาบาสเกตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25

2. เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง ในแต่ละรอบของการแข่งขันของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 โดยใช้สถิติเอฟ (F-test)

3. หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนความวิตกกังวลสถานการณ์แต่ละด้าน คือ ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง ของทีมบาสเกตบอลหญิงที่เข้ารอบชิงชนะเลิศ ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25

4. เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง ของทีมบาสเกตบอลหญิงที่เข้ารอบชิงชนะเลิศโดยเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนในแต่ละรอบในการเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 โดยใช้สถิติเอฟ (F-test)

5. กำหนดค่าความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

6. ใช้สถิติเชฟเฟ (Scheffe') เมื่อพบความแตกต่างเป็นรายคู่

สรุปผลการวิจัย

1. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานโดยรวมของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 รอบแรก มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 21.42 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.62 ค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกายเท่ากับ 20.19 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.63 และค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองเท่ากับ 23.55 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.41

2. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานโดยรวมของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 รอบสอง มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 21.32 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.72 ค่าเฉลี่ยความวิตกกังวล

ทางกายเท่ากับ 19.50 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 5.42 และค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเอง เท่ากับ 23.17 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.43

3. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ของนักกีฬา บาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 รอบรองชนะเลิศ มีค่าเฉลี่ย ความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 20.95 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.80 ค่าเฉลี่ยความวิตกกังวล ทางกายเท่ากับ 18.45 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.62 และค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเอง เท่ากับ 24.20 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.07

4. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ของนักกีฬา บาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 รอบรองชนะเลิศ มีค่าเฉลี่ย ความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 19.79 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.56 ค่าเฉลี่ยความวิตกกังวล ทางกายเท่ากับ 18.95 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.77 และค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเอง เท่ากับ 23.95 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.12

5. ค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ทุกรอบการแข่งขันมีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลตาม สถานการณ์ ซึ่งแบ่งเป็น ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นใน ตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง

6. คะแนนค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ด้านความวิตกกังวลทางจิต ของ นักกีฬาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ไม่แตกต่างกัน

7. คะแนนค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ด้านความวิตกกังวลทางกาย ของ นักกีฬาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 แตกต่างกันอย่างมี นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

8. ผลการทดสอบความแตกต่างรายคู่ของคะแนนค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลตาม สถานการณ์ด้านความวิตกกังวลทางกายของนักกีฬาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬา เยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 โดยใช้วิธีของเชฟเฟ (Scheffe') พบว่า ไม่แตกต่างกัน

9. ค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ด้านความเชื่อมั่นในตนเอง ของนักกีฬา บาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ไม่แตกต่างกัน

10. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬา บาสเกตบอลหญิงทีมที่เข้ารอบชิงชนะเลิศ ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ใน รอบชิงชนะเลิศ ทีมจังหวัดอ่างทองมีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 18.58 ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐานเท่ากับ 3.47 ทีมจังหวัดชลบุรีมีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 21.00 ส่วน เบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.35 ทีมจังหวัดอ่างทองมีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกายเท่ากับ 17.08

12. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬา
 บาสเกตบอลหญิงทีมที่เข้ารอบชิงชนะเลิศ ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ใน
 รอบสอง ทีมจังหวัดอ่างทองมีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 22.00 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
 5.62 ทีมจังหวัดชลบุรีมีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 19.16 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ
 2.62 ทีมจังหวัดอ่างทองมีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกายเท่ากับ 20.41 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
 เท่ากับ 5.31 ทีมจังหวัดชลบุรีมีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกายเท่ากับ 14.83 ส่วนเบี่ยงเบน
 มาตรฐานเท่ากับ 5.47 ทีมจังหวัดอ่างทองมีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองเท่ากับ 22.91 ส่วน
 เบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.65 ทีมจังหวัดชลบุรีมีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองเท่ากับ 27.58
 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 2.15

13. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬา
 บาสเกตบอลหญิงทีมที่เข้ารอบชิงชนะเลิศ ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ใน
 รอบแรก ทีมจังหวัดอ่างทองมีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 19.88 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
 เท่ากับ 4.71 ทีมจังหวัดชลบุรีมีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 21.46 ส่วนเบี่ยงเบน
 มาตรฐานเท่ากับ 4.43 ทีมจังหวัดอ่างทองมีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกายเท่ากับ 17.61 ส่วน
 เบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.52 ทีมจังหวัดชลบุรีมีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกายเท่ากับ 19.76
 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.96 ทีมจังหวัดอ่างทองมีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองเท่ากับ
 23.31 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.00 ทีมจังหวัดชลบุรีมีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเองเท่ากับ
 25.20 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.77

อภิปรายผล

จากผลการวิจัยความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 โดยจำแนกเป็น ความวิตกกังวลทางกาย ความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเอง สามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

ในการศึกษาความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 พบว่า มีความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ด้านความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเองอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งสอดคล้องกับ รณรัช โยธจักร (2549: บทคัดย่อ) ที่ศึกษาความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬารักบี้ฟุตบอลในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 33 พบว่า นักกีฬามีความวิตกกังวลตามสถานการณ์ รอบ 12 ทีม รอบ 8 ทีม รอบ 4 ทีม และรอบชิงชนะเลิศ อยู่ในระดับปานกลางเช่นกัน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ นักกีฬาบาสเกตบอลหญิงเมื่อผ่านการแข่งขันมาในรอบต่างๆ จะมีการประเมินตนเองและประเมินทีมฝ่ายตรงข้ามจนสามารถควบคุมความวิตกกังวลได้ ถือได้ว่านักกีฬาบาสเกตบอลหญิงมีระดับความวิตกกังวลอยู่ในช่วงที่พอเหมาะกับการแข่งขัน ซึ่งเป็นไปตามทฤษฎีอักษรยูคว่า (In Verted - U Theory) โดยหลักทฤษฎีนี้กล่าวว่า ถ้ามีระดับความวิตกกังวลต่ำหรือสูงเกินไปจะทำให้มีความสามารถต่ำ แต่ถ้ามีความวิตกกังวลเหมาะสมจะทำให้มีความสามารถสูง ทฤษฎีนี้เป็นที่ยอมรับโดยทั่วไปและใช้อธิบายได้ในการเล่นกีฬาเกือบทุกประเภท ดังนั้นก่อนการแข่งขันกีฬาหรือระหว่างการแข่งขัน นักกีฬาจะต้องควบคุมตนเองให้มีสภาวะความวิตกกังวลให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม จึงจะทำให้แสดงความสามารถออกมาได้สูง และนักจิตวิทยาชาวรัสเซีย ฮานิน (Hanin.1970, อ้างถึงใน สมบัติ กาญจนกิจ และสมหญิง จันทรุไทย. 2542 : 78) ได้อธิบายขยายความคิดต่อจากทฤษฎี อักษรยูคว่า (In Verted - U Theory) โดยใช้ทฤษฎีโซนของพลังงานที่เหมาะสม (Zone of Optimal Functioning) โดยอธิบายว่านักกีฬาชั้นเยี่ยมแต่ละคนมีระดับความวิตกกังวลในโซนที่เหมาะสมไม่เท่าเทียมกันในการแสดงความสามารถสูงสุด และถ้านักกีฬามีความวิตกกังวลออกนอกโซนก็จะแสดงความสามารถต่ำกว่าปกติ โดย ฮานิน เห็นความแตกต่างกับทฤษฎีรูปอักษรยูคว่า (In Verted - U Theory) อยู่ 2 ประการคือ ประการแรก ระดับของความเหมาะสมของความวิตกกังวลไม่จำเป็นต้องตกอยู่ในจุดกลางเสมอไปแต่สามารถเลื่อนได้ตามความเหมาะสมของนักกีฬาแต่ละคน หมายความว่านักกีฬาบางคนอาจจะมีความวิตกกังวลที่เหมาะสมอยู่ในช่วงต่ำ บางคนอาจมีระดับความวิตกกังวลอยู่ในโซนกลาง หรือโซนสูงก็ได้ ดังนั้นผู้ฝึกสอนควรช่วยนักกีฬาค้นหาจุดหรือโซนที่เหมาะสม ประการที่สอง ระดับความวิตกกังวลไม่ได้เป็นจุดแต่เป็นทางยาว ดังนั้นผู้ฝึกสอนควรช่วยนักกีฬาค้นหาโซนของพลังงานที่มีความเหมาะสมจะได้พัฒนาศักยภาพสูงสุดของนักกีฬาเท่าที่จะพึงกระทำได้ ซึ่งสอดคล้องกับ TUTKO (1971: 932 – 933) ที่ได้ศึกษาผลของความวิตกกังวลและค้นพบข้อสนับสนุนสมมุติฐานแบบยูคว่า (Inverted –

U Hypothesis) ในการวิจัยซึ่งเป็นการวัดผลความวิตกกังวลในการเล่นกีฬาของนักกีฬาประเภททีม ผลแสดงให้เห็นว่าการตัดสินใจของนักกีฬาที่รู้สึกว่าจะมีความวิตกกังวลจะขยายไปถึงเรื่องการเรียนรู้ด้วย ตัวอย่างเช่น นักกีฬาผู้ซึ่งไม่มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับผลได้และผลเสียของการแข่งขันมากนัก จะมีความเอาใจใส่และเชื่อฟังผู้ฝึกสอนได้ดี ในทางตรงข้ามถ้านักกีฬามุ่งผลได้ผลเสียของการแข่งขันมากก็จะกลายเป็นผู้ที่มีความวิตกกังวลสูงและสิ่งนี้จะไปรบกวนการเรียนรู้ของตนด้วย ทัทโกได้แนะนำว่านักกีฬาคควรระวังระดับของความวิตกกังวลให้อยู่ในระดับปานกลาง เพื่อจะทำให้เป็นผู้เล่นที่มีประสิทธิภาพมากที่สุด

จากผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลในรอบแรก รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ พบว่า ความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเองไม่แตกต่างกัน ส่วนความวิตกกังวลทางกายแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งสอดคล้องกับ ศักตรินทร์ ธรรมวงศ์ (2548: บทคัดย่อ) ที่ศึกษาความวิตกกังวลตามสถานการณ์โดยใช้แบบทดสอบ CSAI - 2R ของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 32 พบว่า นักกีฬาประเภททีมที่มีความวิตกกังวลทางกาย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่มีความแตกต่างกัน เมื่อพิจารณาในด้านความวิตกกังวลทางกายซึ่งนักกีฬาประเภทบุคคลและนักกีฬาประเภททีมมีความแตกต่างกัน ทั้งนี้เพราะนักกีฬาในระดับเยาวชนมีทั้งนักกีฬาที่มีประสบการณ์การแข่งขันมาก และนักกีฬาที่มีประสบการณ์การแข่งขันน้อย และระดับการแข่งขันค่อนข้างน้อย มีผลต่อสภาพจิตใจเมื่อนักกีฬาเข้าสู่การแข่งขัน ทำให้นักกีฬาไม่สามารถควบคุมระดับความวิตกกังวลได้ดีเท่าที่ควร โดยเฉพาะอิทธิพลจากผู้ชม ซึ่งสอดคล้องกับ สุปรณี ขวัญบุญจันทร์ (2541: 89) ได้กล่าวถึงสถานการณ์ของอิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อนักกีฬาไว้ว่า นักกีฬามือใหม่จำนวนผู้ชมจะมีผลลบต่อนักกีฬา เพราะนักกีฬามือใหม่ไม่สามารถจะควบคุมความตื่นเต้น และความวิตกกังวลในสนามได้ ส่วนนักกีฬาระดับกลางจำนวนผู้ชมอาจมีอิทธิพลทั้งทางบวกและทางลบต่อการแสดงความสามารถของนักกีฬา ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสถานการณ์ของเกมการแข่งขันด้วยว่าเป็นการแข่งขันในระดับใด หรือการแข่งขันมีความสำคัญอย่างไร และนักกีฬาระดับสูง จำนวนของผู้ชมจะมีอิทธิพลทางบวกต่อการแสดงความสามารถของนักกีฬา เพราะนักกีฬามีประสบการณ์แล้วย่อมสามารถควบคุมความตื่นเต้น และความวิตกกังวลได้

จากผลการศึกษาเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของทีม นักกีฬาบาสเกตบอลหญิงทีมที่เข้ารอบชิงชนะเลิศ ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ในแต่ละรอบ พบว่าความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่แตกต่าง ซึ่งสอดคล้องกับ รณรัช โยธจักร (2549: บทคัดย่อ) ที่ได้ศึกษาความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬารักบี้ฟุตบอลในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัย ครั้งที่ 33 พบว่าความวิตก

กังวลตามสถานการณ์ด้านความวิตกกังวลทางจิตและความวิตกกังวลทางกาย เฉพาะนักกีฬารักบี้ฟุตบอลที่มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์และที่มหาวิทยาลัยรามคำแหง ที่รอบเข้าชิงชนะเลิศโดยเปรียบเทียบในแต่ละรอบที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 33 ก่อนการแข่งขัน 2 ชั่วโมง ในรอบ 12 ทีม รอบ 8 ทีม รอบ 4 ทีม และรอบชิงชนะเลิศ ไม่แตกต่างทางสถิติที่ระดับนัยสำคัญ .05 ทั้งนี้เพราะนักกีฬาทั้งสองทีมส่วนใหญ่เคยเข้าร่วมการแข่งขันในระดับต่าง ๆ และเป็นนักกีฬาที่มีการแข่งขันตลอดทั้งปี ไม่ว่าจะเป็นระดับโรงเรียน ระดับเขตการศึกษา ระดับเยาวชน และระดับประชาชน ซึ่งทำให้นักกีฬามีการพบเจอกันในการแข่งขัน และยังมีประสบการณ์การแข่งขันกับทีมที่มีความสามารถเหนือกว่า จึงทำให้นักกีฬาทั้งสองทีมมีความพร้อมและมีประสบการณ์ในการแข่งขันมากขึ้น จึงทำให้นักกีฬาสามารถรักษาระดับความวิตกกังวลได้เมื่อต้องพบกับการแข่งขันสภาวะต่าง ๆ จึงทำให้ผลของค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาทั้งสองทีมไม่แตกต่างกันความวิตกกังวลทางการกีฬามีผลต่อความสามารถของนักกีฬา ถ้าจะให้ให้นักกีฬามีระดับความสามารถที่ดีก็จำเป็นต้องมีระดับความวิตกกังวลที่เหมาะสม ดังนั้นผู้ฝึกสอนควรมีการฝึกเพื่อให้นักกีฬาสามารถรักษาระดับความวิตกกังวลให้เหมาะสมกับสถานการณ์ ซึ่งความวิตกกังวลของนักกีฬาแต่ละคนก็ย่อมมีความแตกต่างกัน อีกทั้งขึ้นอยู่กับประสบการณ์ของนักกีฬาด้วย ซึ่งเมื่อนักกีฬาสามารถควบคุมความวิตกกังวลของตัวเองได้ก็ย่อมส่งผลให้นักกีฬาแสดงความสามารถทางการกีฬาได้ดีขึ้น

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งนี้

จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้สิ่งหนึ่งที่ผู้วิจัยพบคือ การตอบแบบทดสอบของนักกีฬา ในบางครั้งนักกีฬาจะให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี แต่นักกีฬาบางส่วนให้ความร่วมมือค่อนข้างน้อยการให้ความร่วมมือไม่เต็มที่อาจก่อให้เกิดผลกระทบต่อผลการวิจัย ดังนั้นในการใช้แบบสอบถามในการเก็บข้อมูลควรมีการเสริมแรงจูงใจแก่นักกีฬา ให้ครบตรงตามความเป็นจริงให้มากที่สุดและผู้วิจัยควรต้องสร้างความคุ้นเคยกับนักกีฬาให้มากก่อนการเก็บข้อมูล

ข้อเสนอแนะ

1. ในการวิจัยครั้งต่อไปควรทำการศึกษากับนักกีฬาสเกตบอลชาย หรือเปรียบเทียบระหว่างนักกีฬาสเกตบอลหญิงกับนักกีฬาสเกตบอลชายในอายุระดับเดียวกัน
2. ในการวิจัยครั้งต่อไปควรทำการศึกษากับนักกีฬาสเกตบอลโดยเปรียบเทียบแต่ละตำแหน่ง
3. ในการวิจัยครั้งต่อไปควรทำการศึกษากับนักกีฬาที่มีระดับอายุที่สูงขึ้น





บรรณานุกรม

- กฤษณกุล สันตจักร. (2549). พฤติกรรมการใช้จิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอนบาสเกตบอลในการแข่งขันกีฬานักเรียนนักศึกษาแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 27. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ม (พลศึกษา). กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- คนมัน. (2551). ประวัติกีฬาบาสเกตบอล. อ้างอิงจาก <http://e-learning.konmun.com/History-of Basketball-id53.aspx>. (11/12/2008)
- จันทิมา จันทะบุตร. (2546). ความวิตกกังวลของนักกีฬาโยโดในการแข่งขันกีฬาวินัยพลศึกษาแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 29. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- เชวงพจน์ ครองธนาจันทร์. (2549). ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬายิงปืนในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 33. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ทินกร ชอัมพงษ์. (2545). ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ก่อนการแข่งขัน 2 ชั่วโมง ของนักกีฬาฟุตบอล ในการแข่งขันฟุตบอลอาชีวะ ไทยแลนด์คัพ ครั้งที่ 16. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ธงชัย เจริญทรัพย์มณี. (2547). เอกสารคำสอนวิชา พล 412 หลักวิทยาศาสตร์ในการฝึกกีฬา. กรุงเทพมหานคร. คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นันทนา คำมูล. (2545). ความวิตกกังวลและความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงรุ่นอายุไม่เกิน 20 ปี. ปรินซ์นิพนธ์ วท.ม. (วิทยาศาสตร์การกีฬา: การเป็นผู้ฝึกกีฬา). กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- นัยนา บุพวงษ์. (2538). ความวิตกกังวลของนักเรียนในโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี ในการแข่งขันกีฬานักเรียน นักศึกษา กรมพลศึกษา และการคัดเลือกกีฬาเยาวชนตัวแทนเขต 7. ปรินซ์นิพนธ์ ค.ม.(พลศึกษา). กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ปราณี อยู่ศิริ. (2542). ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- พิชิต เมืองนาโพธิ์. (2534). *เอกสารประกอบการสอนจิตวิทยาการกีฬา*. กรุงเทพมหานคร: คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- _____. (2536). *การประชุมสัมมนาวิชาการ เรื่อง โปรแกรมจิตวิทยาการกีฬาประยุกต์*. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พีระพงษ์ บุญศิริ. (2536). *จิตวิทยาเบื้องต้น*. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนสโตร์.
- พลุกคัลป์. (2550). *ประวัติการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ*. อ้างอิงจาก <http://www.fluke.is.in.th/th?md=webboard&ma=showtopic&id=13>. (11/12/2008).
- ศิลปชัย สุวรรณธาดา. *การเรียนรู้ทักษะการเคลื่อนไหว ทฤษฎีและการปฏิบัติการ*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2533.
- ศักดิ์รินทร์ ธรรมวงศ์. *ความวิตกกังวลตามสถานการณ์โดยใช้แบบทดสอบ CSAI-2R ของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 32*. ปรินญานิพนธ์ วท.ม. (วิทยาศาสตร์การกีฬา: จิตวิทยาการกีฬา). กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สน ปัญญา. (2549). *ความวิตกกังวลของผู้ตัดสินกีฬาเนตบอลชิงชนะเลิศแห่งเอเชีย ครั้งที่ 6*. สารนิพนธ์ วท.ม. (วิทยาศาสตร์การกีฬา). กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตมหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สมบัติ กาญจนกิจ และ สมหญิง จันทุไทย. (2542). *จิตวิทยาการกีฬา แนวคิด ทฤษฎีสู่การปฏิบัติ*. กรุงเทพมหานคร: ด่านสุทธาการพิมพ์.
- สืบสาย บุญวีรบุตร. (2541). *จิตวิทยาการกีฬา*. ชลบุรี: ชลบุรีการพิมพ์.
- สุปราณี ขวัญบุญจันทร์. (2541). *จิตวิทยาการกีฬา*. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช.
- Bird ,A.M and Horn, M.A. (1990). "Cognitive Anxiety and Mental Error in Sport". *Journal of Sport and Exercise Psychology*.
- English, Herace B. (1958). *A Comprehensive Dictionary of Psychological and psychoanalytical Terms*. New York. Green and Co.
- Kou, Chi-Zhao; Huang, Mai-Yao and Chou, Chien-Chih. (2003). *Effects of cognitive anxiety, somatic anxiety, self-confidence, and trait anxiety in performance in Taiwanese weightlifters*. *Research Quarterly for Exercise and Sport*. Retrieved December, 3, 2008, from http://findarticles.com/p/articles/mi_hb3397/is_ai_n28991589
- Levitt, Eugene E. (1967). New York : The Bobbs – Merrill company, Inc.

Rycroft, C. (1978). *Anxiety and Neurosis*. Harmonds Worth: Penguin Books.

Spielberger, Hackfort D. (1989). *Stress and Anxiety in Sport*. Anxiety in sport: An International Perspective.





ภาคผนวก
แบบสอบถามความวิตกกังวลตามสถานการณ์
The Competition State Anxiety Inventory-2 : CSAI-2
ของมาเตนส์ (Martens)
แปลและเรียบเรียงโดย ดร.พิชิต เมืองนาโพธิ์

**แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาบาสเกตบอลใน
การแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 25
(The Competition State Anxiety Inventory-2 : CSAI-2)**

ตอนที่ 1 สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถามคำชี้แจง: ข้อความต่างๆ ข้างล่างนี้เป็นคำกล่าวที่นักกีฬาใช้อธิบายความรู้สึกของเขาก่อนการแข่งขัน โปรดอ่านแต่ละข้อความและตัดสินใจ ทำเครื่องหมาย X ลงในช่องที่ตรงกับความรู้สึกท่านมากที่สุด ในแบบสอบถามตอนที่ 2 เพื่อบ่งชี้ว่าขณะนี้ท่านมีความรู้สึกอย่างไรเกี่ยวกับการแข่งขันที่กำลังจะมาถึง คำตอบไม่มีถูกหรือผิด อย่าใช้เวลานานเกินไปในแต่ละข้อความ แต่ให้เลือกคำตอบซึ่งสามารถอธิบายความรู้สึกของท่านในขณะนี้

วันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

ชื่อ.....นามสกุล.....

เกิดวันที่.....เดือน.....พ.ศ.....

สังกัดทีมหรือสโมสร.....

รอบของการแข่งขัน

- () รอบแรก
- () รอบสอง
- () รอบรองชนะเลิศ
- () รอบชิงชนะเลิศ

ตอนที่ 2 แบบสอบถามความวิตกกังวลตามสถานการณ์

	ไม่เลย	บ้าง	ปานกลาง	มาก
1. ข้าพเจ้ารู้สึกพะวงเกี่ยวกับการแข่งขัน	1	2	3	4
2. ข้าพเจ้ารู้สึกกระวนกระวาย	1	2	3	4
3. ข้าพเจ้ารู้สึกจิตใจปลอดโปร่ง	1	2	3	4
4. ข้าพเจ้ารู้สึกไม่แน่ใจตนเอง	1	2	3	4
5. ข้าพเจ้ารู้สึกหวาดผวาว้าวุ่น	1	2	3	4
6. ข้าพเจ้ารู้สึกสบายๆ (ร่างกาย)	1	2	3	4
7. ข้าพเจ้าพะวงว่าจะทำได้ไม่ดีเท่าที่ควรในการแข่งขัน	1	2	3	4
8. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าร่างกายจะตึงเครียด	1	2	3	4
9. ข้าพเจ้ารู้สึกมีความเชื่อมั่นในตนเอง	1	2	3	4
10. ข้าพเจ้าพะวงว่าจะแพ้	1	2	3	4
11. ข้าพเจ้ารู้สึกปั่นป่วนในท้อง	1	2	3	4
12. ข้าพเจ้ารู้สึกไม่หวั่นเกรง	1	2	3	4
13. ข้าพเจ้าพะวงว่าจะควบคุมตนเองไม่ได้	1	2	3	4
14. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าร่างกายผ่อนคลาย	1	2	3	4
15. ข้าพเจ้ามั่นใจว่าจะประสบความสำเร็จในการเผชิญหน้ากับความท้าทาย	1	2	3	4
16. ข้าพเจ้าพะวงว่าจะเล่นได้ไม่ดี	1	2	3	4
17. หัวใจของข้าพเจ้ากำลังเต้นเร็วขึ้น	1	2	3	4
18. ข้าพเจ้ามั่นใจว่าจะเล่นได้ดี	1	2	3	4
19. ข้าพเจ้าวิตกกังวลเรื่องการจะไปให้ถึงเป้าหมายที่ตั้งไว้	1	2	3	4
20. ข้าพเจ้ารู้สึกใจหายวูบ	1	2	3	4
21. ข้าพเจ้ารู้สึกจิตใจผ่อนคลาย	1	2	3	4
22. ข้าพเจ้าพะวงว่าจะทำให้ผู้อื่นผิดหวังเกี่ยวกับการเล่นของข้าพเจ้า	1	2	3	4
23. มือของข้าพเจ้าเปียกชื้น	1	2	3	4
24. ข้าพเจ้ามั่นใจเพราะได้มองเห็นภาพในใจว่าตนเองประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย	1	2	3	4
25. ข้าพเจ้าพะวงว่าจะไม่มีสมาธิ	1	2	3	4

26. ข้าพเจ้ารู้สึกร่างกายอึดอัด และตึงเครียด	1	2	3	4
27. ข้าพเจ้ามั่นใจว่าจะผ่านพ้นความกดดันไปได้ด้วยดี	1	2	3	4





ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล	นางสาวเขมศรี จิรรัตน์
วันเดือนปีเกิด	27 กันยายน 2527
สถานที่เกิด	กรุงเทพมหานคร
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	43/1 ตรอกวัดอัมพวา แขวงบ้านช่างหล่อ เขตบางกอกน้อย กรุงเทพฯ
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2538	จบชั้นประถมศึกษา จากโรงเรียนวิชานารี จ.ลำปาง
พ.ศ. 2541	จบชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จากโรงเรียนบุญวาทย์วิทยาลัย จ.ลำปาง
พ.ศ. 2543	จบชั้น ปวช.3 จากวิทยาลัยเทคนิคราชบุรี
พ.ศ. 2549	วิทยาศาสตรบัณฑิต (พลศึกษา) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2552	การศึกษามหาบัณฑิต (พลศึกษา) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กรุงเทพมหานคร