

775-01

ค. 18 ค

๕-๖

ความวิตกกังวลของนักศึกษาประเภทบุคคล ประเภททีม
และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว

ห้องสมุดบัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ปริญญาโท

ของ

ธงชัย สุกดี

๘ พ.ค. 2535

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต

กุมภาพันธ์ 2532

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

4 82235

178478

ความวิตกกังวลของนักศึกษาประเภทบุคคล ประเภททีม
และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว

บทคัดย่อ
ของ
ธงชัย สุกดี

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต
กุมภาพันธ์ 2532

การศึกษาครั้งนี้เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลของนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันในนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศ และระหว่างนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัวก่อนการแข่งขันในนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาชายประเภทบุคคล จำนวน 158 คน ประเภททีม จำนวน 422 คน และประเภทการต่อสู้ป้องกัน จำนวน 178 คน รวมทั้งสิ้น 758 คน โดยใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลลักษณะโดยทั่วไปของบุคคล (General Trait Scale) ของ ซี.เอฟ. สปิเกลเบอร์เกอร์ (C.F. Spielberger) อาร์.แอล. กอร์ซัค (R.L. Gorsuch) และ อาร์.ลูชัน (R. Lushene) และแบบทดสอบความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา (Sport Competition Anxiety Test) ของ อี.จี. มาร์เตนส์ (E.G. Martens) วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติแบบ t - test (Independent, Dependent) และการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One - Way Analysis of Variance) ผลการศึกษาพบว่า

1. ความวิตกกังวลทั่วไป ของนักกีฬาประเภทบุคคล และประเภททีม ก่อนการแข่งขัน มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนนักกีฬาประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว มีความวิตกกังวลลักษณะทั่วไปไม่แตกต่างกันและความวิตกกังวลลักษณะทั่วไป ระหว่างนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัวก่อนการแข่งขันก็ไม่แตกต่างกัน

2. ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา ของนักกรีฑา และนักกีฬามวยสากล ระหว่างก่อนการแข่งขันนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนนักกีฬาบาสเกตบอล ฟุตบอล วูตบอล วูตน้ำ และยูโด มีความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาก่อนการแข่งขันไม่แตกต่างกัน

3. ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขัน ระหว่างนักกีฬาบาสเกตบอลกับนักกีฬาฟุตบอล และระหว่างนักกีฬามวยสากลกับนักกีฬายูโด ก่อนการแข่งขันในรอบชิงชนะเลิศ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนนักกีฬาวูตน้ำกับนักกรีฑา มีความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาก่อนการแข่งขันในนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศ ไม่แตกต่างกัน ระหว่างนักกีฬาบาสเกตบอลกับนักกีฬาฟุตบอล และระหว่างนักกีฬามวยสากล กับนักกีฬายูโด มีความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาก่อนการแข่งขันในนัดแรก ไม่แตกต่างกัน

4. ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา ระหว่างนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศ ไม่แตกต่างกัน

ANXIETIES OF INDIVIDUAL, TEAM AND COMBATIVE SPORTS ATHLETES

AN ABSTRACT

BY

TONGCHAI SÜKDEE

Presented in Partial fulfillment of the requirements

for the Master of Education degree

at Srinakarinwirot University

February 1989

The purpose of this study was to compare general trait and sport competition anxiety of individual, team, and combative sport athletes before competitions in the first and final rounds.

The subjects were purposively sampled from male individual athletes (158), team athletes (422) and combative athletes (178) , totally 758, of the Colleges of Physical Education. The Tools used were the General Trait Scale (GTS) by C.F. Sprielberger, R.L. Gorsuch and R. Lushene, and Sport Competition Anxiety Test (SCAT) by E.G. Martens.

After the data were treated for t - test (Independent, Dependent) and One - Way Analysis of Variance, it was found that :

1. There were significant differences of general trait anxiety levels of individual and team sports athletes before competitions, at .05 levels. However, there were no significant differences of general trait anxiety levels of combative sports athletes and those among individual, team, and combative sports athletes before competitions.

2. Sport competition anxiety levels between the athletics players and boxers as compared before competitions between the first and final rounds were significantly different, at .05 level. However, there were no significant differences of such anxiety levels among the athletes of basketball, football, swimming, and judo.

3. There were significant differences of sport competition anxiety levels between the athletes of basketball and football and between the athletes of amateur boxing and judo before competitions of the final round, at .05 level. However, there were no significant

differences of such anxiety levels between the athletes of swimming and athletics before competitions of the final rounds. For the athletes of basketball and football, and the amateur boxing and judo, there were no significant differences of such anxiety levels before competitions of the first round.

4. There were significant differences of sport competition anxiety levels among the individual, team, and combative sport athletes before competitions of the first and final rounds.

คณะกรรมการที่ปรึกษาประจำตัวนิสิตและคณะกรรมการสอบได้พิจารณา
ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิตของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

คณะกรรมการที่ปรึกษา

..... ประธาน

(ผศ. อดัม หิมพา)

..... กรรมการ

(ผศ. เทเวศร์ พิริยะพจนท์)

คณะกรรมการสอบ

..... ประธาน

(ผศ. อดัม หิมพา)

..... กรรมการ

(ผศ. เทเวศร์ พิริยะพจนท์)

..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม

(อ. แผน เจียรณัย)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
หลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิตของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(ศ.ดร. สมพร บัวทอง)

วันที่... ๙... เดือน... มีนาคม... พ.ศ. ๒๕๖๒..

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความอนุเคราะห์จากผู้ช่วยศาสตราจารย์ อุดม พิงพา ประธานคณะกรรมการวิจัย ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เทเวศร์ พิริยะพณท์ กรรมการควบคุมการวิจัย และอาจารย์แผน เจริญชัย กรรมการสอบ ที่ให้คำปรึกษาตลอดจนแนะนำแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ซึ่งผู้วิจัยซาบซึ้งในความกรุณาเป็นอย่างยิ่ง จึงขอขอบพระคุณอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ผู้วิจัยขอขอบคุณ อาจารย์ ดร. นพวรรณ โชตินันท์ และอาจารย์ ดร. ดุษฎี โยเหลา ที่ให้คำแนะนำ แก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ อาจารย์จิตติพร ไพรัช ที่ได้ให้คำแนะนำช่วยเหลือในการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยคอมพิวเตอร์ อาจารย์ผู้ฝึกสอนกีฬาและนักกีฬาวัยน้ำ กริธา บาสเกตบอล ฟุตบอล มวยสากล และยูโด ในการแข่งขันกีฬาวิทยาลัยพลศึกษาทั่วประเทศ ครั้งที่ 14 ประจำปี 2531 ณ กรุงเทพมหานคร รวมทั้งคณาจารย์วิทยาลัยพลศึกษาทุกท่านที่ให้ความเอื้อเฟื้อ และอำนวยความสะดวกในการเก็บรวบรวมข้อมูลจนทำให้การจัดทำปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงด้วยดี

คุณประโยชน์ที่พึงมีจากปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบแด่คุณพ่อ คุณแม่ ครอบครัว และผู้มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่านที่ได้ให้กำลังใจและให้ความช่วยเหลือ ทำให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จด้วยดี

ธงชัย สุกดี

สารบัญ

บทที่		หน้า
1	บทนำ	1
	ภูมิหลัง	1
	ความมุ่งหมายในการศึกษาค้นคว้า	5
	ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า	6
	ข้อตกลงเบื้องต้น	7
	ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า	7
	คำนิยามศัพท์เฉพาะ	8
2	เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	11
	เอกสารที่เกี่ยวข้อง	11
	เอกสารงานวิจัยในประเทศ	19
	เอกสารงานวิจัยต่างประเทศ	20
	สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า	26
3	วิธีดำเนินการ	27
	กลุ่มตัวอย่าง	27
	เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล	29
	วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล	31
	การวิเคราะห์ข้อมูล	31
	สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	33

4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	34
สัญลักษณ์ในการวิเคราะห์ข้อมูล	34
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	35
5 สรุป อภิปราย และข้อเสนอแนะ	54
ความมุ่งหมายในการศึกษาค้นคว้า	54
กลุ่มตัวอย่าง	55
เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล	55
การวิเคราะห์ข้อมูล	55
สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล	56
อภิปรายผล	58
ข้อเสนอแนะ	64
บรรณานุกรม	65
ภาคผนวก	72

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 แสดงกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามประเภทและกีฬา	29
2 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลลักษณะทั่วไปของนักกีฬา ประเภทบุคคลระหว่างนักกีฬาวัยน้ำและนักกรีฑา ก่อนการแข่งขัน	36
3 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลลักษณะทั่วไปของนักกีฬา ประเภททีมระหว่างนักกีฬาบาสเกตบอลกับนักกีฬาฟุตบอล ก่อนการแข่งขัน	37
4 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลลักษณะทั่วไปของนักกีฬา ประเภทการต่อสู้ป้องกันตัวระหว่างนักกีฬามวยสากลกับนักกีฬายูโด ก่อนการแข่งขัน	38
5 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของความวิตกกังวลลักษณะทั่วไป ของนักกีฬาระหว่างกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการ ต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขัน	39
6 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของ นักกีฬาวัยน้ำ ระหว่างก่อนการแข่งขันในนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศ	40
7 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของ นักกรีฑา ระหว่างก่อนการแข่งขันในนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศ	41
8 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักกีฬา บาสเกตบอล ระหว่างก่อนการแข่งขันในนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศ	42
9 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักกีฬา ฟุตบอล ระหว่างก่อนการแข่งขันในนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศ	43
10 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักกีฬา มวยสากล ระหว่างก่อนการแข่งขันในนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศ	44

11	แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักศึกษา ยูโด ระหว่างก่อนการแข่งขันในนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศ	45
12	แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักศึกษา ประเภทบุคคล ระหว่างนักกีฬาว่ายนํ้ากับนักกรีฑา ก่อนการแข่งขันใน นัดแรก	46
13	แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักศึกษา ประเภทบุคคล ระหว่างนักกีฬาว่ายนํ้ากับนักกรีฑา ก่อนการแข่งขันใน รอบชิงชนะเลิศ	47
14	แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักศึกษา ประเภททีม ระหว่างนักกีฬาบาสเกตบอลกับนักกีฬาฟุตบอล ก่อนการ แข่งขันในนัดแรก	48
15	แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักศึกษา ประเภททีม ระหว่างนักกีฬาบาสเกตบอลกับนักกีฬาฟุตบอล ก่อนการ แข่งขันในรอบชิงชนะเลิศ	49
16	แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักศึกษา ประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ระหว่างนักกีฬามวยสากลกับนักกีฬายูโด ก่อนการแข่งขันในนัดแรก	50
17	แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักศึกษา ประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ระหว่างนักกีฬามวยสากลกับนักกีฬายูโด ก่อนการแข่งขันในรอบชิงชนะเลิศ	51
18	แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของ นักศึกษา ระหว่างนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการ ต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันในนัดแรก	52

19	แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของ นักกีฬา ระหว่างนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการ ต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันในรอบชิงชนะเลิศ	53
----	---	----

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ในปัจจุบันสภาพของสังคมไทย กำลังอยู่ในยุคแห่งการเปลี่ยนแปลงคือ ได้มีการรับเอาวัฒนธรรมและความเจริญทางด้านเทคโนโลยีทางตะวันตก ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางสังคมหลายด้าน ทั้งทางด้านการศึกษา การเมือง และวัฒนธรรม ด้วยเหตุนี้จึงทำให้คนต้องปรับตัวให้เข้ากับสภาพของสังคมและผลของสภาพสังคมดังกล่าวนี้ ทำให้คนเกิดความลึกลับ ความคับข้องใจ ความวิตกกังวล และเกิดปัญหาในการปรับตัว ดังที่แคทเทิลล์และเลวิท (ย้าพล โอ่งเคลือบ. 2515 : 3) กล่าวว่า "ปัจจุบันนี้เราอยู่ในยุคแห่งความวิตกกังวล" และซัลลิแวน (Sullivan) ยังได้กล่าวว่า ความวิตกกังวลเกิดขึ้นจากลักษณะภาพระหว่างบุคคล โดยที่บุคคลถูกขู่ภัยจากสิ่งแวดล้อมทางสังคม

ดังนั้นความวิตกกังวลเป็นเรื่องที่มีความสำคัญมาก เมื่อบุคคลเกิดความวิตกกังวลก็จะทำให้แสดงพฤติกรรมต่าง ๆ เช่น เกรี้ยวกราด เคร่งเครียด หงุดหงิด อารมณ์เสียได้ง่าย กังวลใจ หวาดระแวง คิดฟุ้งซ่าน ซึ่งสอดคล้องกับ วอร์น ริกธรัม (2515 : 3) ซึ่งสรุปได้ว่า ความวิตกกังวลเป็นสภาพอันไม่พึงพอใจทางอารมณ์ที่เกี่ยวกับชีวิตตลอดเวลา และยังส่งผลต่อการตื่นของหัวใจและระบบหายใจด้วย และเจอร์ซิลด์ (Jersild. 1968 : 348) กล่าวว่า ถ้าเกิดความกลัวหรือความวิตกกังวลค่อนข้างสูงแล้ว อย่างน้อยที่สุดก็จะทำให้ปฏิกิริยาทางร่างกายเกิดขึ้น เช่น เกี่ยวกับกลไกของระบบประสาททำให้ต่อมอะดรีนอล (Adrenal Gland) ทำงานมากขึ้น มีผลทำให้หัวใจเต้นเร็วขึ้นทำให้ระบบย่อยอาหารทำงานช้าลง เหงื่อออกตามฝ่ามือและการเปลี่ยนแปลงอื่น ๆ อีก ซึ่งจะส่งผลต่อการเรียนและการแข่งขันกีฬาได้ทั้งสิ้น นอกจากนี้มีผลต่ออารมณ์ พฤติกรรมและความคิด ซึ่งมีแนวโน้มไปในทางลดคุณค่าของตนเอง มีผลต่อการปรับตัวของบุคคลไม่ดีเท่าที่ควร และยังทำให้ประสิทธิภาพการทำงานของคนลดลงอีกด้วย (Sarason. 1972 : 398)

✓ จิตวิทยาการศึกษาเป็นศาสตร์แขนงหนึ่งที่กำลังตื่นตัวและเป็นที่น่าสนใจอย่างมากในวงการศึกษ โดยเฉพาะในกลุ่มประเทศแถบยุโรปและอเมริกา ว่ามีความสำคัญและจำเป็นอย่างมากในการ ส่งเสริมและพัฒนาความสามารถทางการศึกษาให้นักศึกษาทางด้านร่างกายและจิตใจ ตลอดจนทำให้มีประสิทธิภาพสูงสุด การศึกษานสมัยแรก ๆ มุ่งเน้นการฝึกซ้อมทางด้านร่างกายเท่านั้น โดยไม่ได้สนใจปัจจัยทางด้านจิตวิทยาอื่น ๆ ต่อมาในปี ค.ศ. 1938 ไรท์ (Philip K. Wrigley) ได้ริเริ่มนำเอาจิตวิทยามาใช้ในการศึกษาอย่างเป็นระบบ และในปัจจุบันนี้จิตวิทยาการศึกษามีความเจริญก้าวหน้าและเป็นที่ยอมรับในวงการพลศึกษาและกีฬาอย่างดี ซึ่งทั้งนี้เพราะ (กรมพลศึกษา. 2527 : 3 - 5 ; 9 - 10)

1. ช่วยในการเตรียมความพร้อมทางด้านร่างกายและจิตใจให้นักศึกษาก่อนลงแข่งขัน
2. ช่วยพัฒนาทักษะและขีดความสามารถทางการศึกษาของนักศึกษาให้มีประสิทธิภาพสูงสุด
3. ช่วยให้ผู้ฝึกสอนกีฬามีความเข้าใจนักศึกษามากขึ้น และรู้วิธีการบำรุงขวัญและจูงใจ นักกีฬา
4. ช่วยให้นักกีฬาสามารถพัฒนาหลักการและเทคนิคทางด้านจิตวิทยาไปใช้เป็นกฎเกณฑ์ สำหรับตนเองในการเล่นกีฬา
5. ช่วยให้การตัดสินใจของผู้ฝึกสอนในการประเมินความสามารถทางการศึกษาและ คัดเลือกนักกีฬาที่มีความเที่ยงตรงและเชื่อถือได้มากยิ่งขึ้น

แต่สำหรับกลุ่มประเทศในเอเชียได้ให้ความสนใจต่อการเตรียมพร้อมทางด้านจิตวิทยา ทางการกีฬาน้อยมาก โดยเฉพาะเรื่องความวิตกกังวลของนักกีฬา (กรมพลศึกษา. 2527 : 5) และสำหรับความวิตกกังวลของนักกีฬานั้นได้มีผู้ที่ศึกษาค้นคว้า เช่น

✓ เลวิต (Levitt. 1967 : 112 - 113) ได้กล่าวถึงทฤษฎีของสเปนซ์ (Spence) ซึ่งมีชื่อว่า "ทฤษฎีแห่งมหาวิทยาลัยไอโอวา" (The Iowa Theory) ซึ่งสรุปได้ว่า ความวิตกกังวล เปรียบเสมือนแรงขับหรือแรงจูงใจที่ช่วยกระตุ้นให้อินทรีย์เกิดพลังหรือเกิดแรงจูงใจที่จะทำให้เกิด พฤติกรรมบางอย่าง ดังนั้นความวิตกกังวลจึงมีส่วนช่วยส่งเสริมการเรียนรู้ เพิ่มความเร็วและ ประสิทธิภาพในการทำงาน ผลของความวิตกกังวลจะช่วยให้เกิดความเข้มแข็งในการตอบสนองเมื่อนำ มาพิจารณาในทางการศึกษา ทฤษฎีนี้น่าจะมีส่วนในการส่งเสริมประสิทธิภาพในการแข่งขันได้ ซึ่ง

ซิงเกอร์ (Singer. 1980 : 249) ได้ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลกับการเรียนรู้ แสดงให้เห็นโดยลักษณะตัวยูคว่ำ (inverted - U hypothesis) ที่กล่าวว่า "การปฏิบัติปรับปรุงให้ดีขึ้นได้ด้วยการเพิ่มระดับความวิตกกังวลไปจนถึงจุดระดับปานกลาง ซึ่งถ้าเพิ่มความวิตกกังวลมากขึ้นอีกจะส่งผลทำให้การปฏิบัติลดลง" ทั้งนี้เพราะระดับต่ำและสูง ความวิตกกังวลจะให้ผลประโยชน์ต่อการเล่นกีฬาต่ำมาก ยิ่งระดับความวิตกกังวลสูงเท่าใดยิ่งมีผลประโยชน์ต่อการเล่นกีฬาน้อยเท่านั้น ซึ่งสอดคล้องกับ ซันสตรอม (Sonstrom. 1983 : 40) ได้อธิบายถึงความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลและการปฏิบัติทางกลไก ได้ทำการทดสอบความสัมพันธ์ความวิตกกังวลในการตัดสินลงมือปฏิบัติ ถ้ามีความวิตกกังวลมากเกินไปจะทำให้การพิจารณาขาดเหตุผล เป็นสาเหตุทำให้นักกีฬาปฏิบัติการณ์ไม่ได้ดี และที่ระดับปานกลาง ความวิตกกังวลจะให้ประโยชน์ต่อการเล่นกีฬามากที่สุด (อุดม พิมพา. 2526 : 11 ; อ้างอิงมาจาก Bilik. 1982 : บรรยายในชั้น) ซึ่งสอดคล้องกับ ทัทโก (Thomas A. Tutko. 1971 : 932 - 933) ได้แนะนำว่านักกีฬาควรจะรักษาระดับความวิตกกังวลให้อยู่ระดับปานกลาง เพื่อจะทำให้เป็นผู้ที่ปฏิบัติได้อย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุด

นอกจากนี้ ฮัทสัน (Blucker. 1982 : 82 ; อ้างอิงมาจาก Hutson. 1968 : 29) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างระดับความวิตกกังวลกับการเรียนรู้ทักษะในการฝึกหัดขี่ม้า บ็อกคิงพบแสดงให้เห็นว่านักเรียนที่มีทักษะของการขี่ม้ามีความวิตกกังวลมีแนวโน้มลดลง และ เซวิน (Blucker. 1982 : 82 ; อ้างอิงมาจาก Slevin. 1970 : 95) ได้ศึกษาความวิตกกังวลกับการปฏิบัติทักษะทางกลไกที่ไม่คุ้นเคย พบว่าบุคคลที่มีความวิตกกังวลต่ำสามารถปฏิบัติทักษะทางกลไกที่ไม่คุ้นเคยได้ดีกว่าบุคคลที่มีความวิตกกังวลสูง และได้มีผู้ที่ศึกษาการลดความวิตกกังวล เช่น มอร์แกน (Morgan. 1978 : 42) พบว่า การออกกำลังกายโดยการ วิ่งเหยาะ มีความสัมพันธ์กับการลดความวิตกกังวล และความเครียดในบุคคลทั่ว ๆ ไป และ เบอร์เกอร์ (Berger. 1983 : 139 - 143) ได้ศึกษาการลดความวิตกกังวลด้วยการว่ายน้ำ พบว่าสามารถลดความวิตกกังวล ความโกรธและความประหม่า ได้ดีเหมือนกับวิ่งเหยาะ

ความวิตกกังวลของนักกีฬาจึงเป็นไผ่หมากในในปัจจุบัน ไม่ว่าจะเป็นกีฬาประเภทบุคคล กีฬาประเภททีม และกีฬาประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ซึ่งแต่ละประเภทย่อมมีความวิตกกังวลแตกต่างกัน

กันออกไป ดังที่ โอ จิล วี (อดัม พินพา. 2525 : 12 ; อ้างอิงมาจาก Ogilvie. 1971 : 86 - 89) กล่าวว่า "จำไว้เสมอว่า ความพร้อมทางจิตใจสำหรับนักกีฬาแต่ละประเภทนั้นย่อมแตกต่างกันไป" ฉะนั้นผู้ฝึกกีฬาจึงจำเป็นต้องคำนึงถึงความวิตกกังวลของนักกีฬาแต่ละคนแต่ละกีฬา และแต่ละประเภท ซึ่งสาเหตุหลาย ๆ ประการ เช่น มาตรฐานของกีฬาสูงขึ้น เทคนิคและวิธีการฝึกกีฬาดัดขึ้น กติกาการแข่งขัน กรรมการผู้ตัดสิน ผู้ดูกีฬา หรือรอบของการแข่งขัน ซึ่งสอดคล้องกับ จันทรวิมล พลพงษ์ (2528 : 57) ได้สรุปผลของการวิจัยว่า "กีฬาบาสเกตบอลเป็นกีฬาที่ทุกคนจะต้องมีการปะทะระหว่างการแข่งขันตลอดเวลา มีกติกา มีหน้าที่ความรับผิดชอบ เฉพาะที่ทำให้ให้นักกีฬามีความเครียดตลอดเวลา นอกจากนี้ยังมีการกรรมการผู้ตัดสินเสียงเชียร์ของผู้ดูและรอบของการแข่งขัน โดยเฉพาะรอบแรกและรอบสุดท้าย" ฉะนั้นนักกีฬาแต่ละบุคคลมีความสามารถสูงสุดในระดับแตกต่างกันก่อนถึงกำหนดการแข่งขัน/สังเกตได้จากนักกีฬาบางคนแสดงอาการหวั่นวิตก ตื่นเต้น ประหม่า ก่อนการแข่งขัน ในขณะที่มีบางคนมีอาการสงบและความคุมตนเองได้เป็นอย่างดี พวกนี้จะมีความเชื่อมั่นตนเองและพร้อมที่จะแข่งขัน ส่วนภายหลังการแข่งขัน ความวิตกกังวลและความเครียดสามารถส่งผลกระทบต่อการเล่นไปยังการแข่งขันในครั้งต่อไปได้ด้วย นักกีฬาอาจจะห่อเหี่ยว ผิดหวังหรือหมดกำลังใจจากการแข่งขันที่ผ่านมาจนขาดความกระตือรือร้นที่จะแข่งขันในครั้งต่อไปและอาจก่อให้เกิดพฤติกรรมต่าง ๆ เช่น ก้าวร้าว หมดกำลังใจ เศร้าซึม หรืออาจจะเกิดความกระตือรือร้น ตีใจ พังพองใจ ไร้แรง สบ ซึ่งพฤติกรรมดังกล่าวนี้จะขึ้นอยู่กับแต่ละบุคคล ดังนั้นสิ่งแรกที่ผู้ฝึกกีฬาควรทำคือ ประการแรกผู้ฝึกกีฬาใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลลักษณะทั่วไป (A - trait) ของนักกีฬา และประการที่สองผู้ฝึกกีฬาสามารถสังเกตจากระดับความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา (A - state) ของนักกีฬาแต่ละคนในสถานการณ์การแข่งขันต่าง ๆ เช่น สถานการณ์ที่มีความกดดันต่ำ สถานการณ์ที่มีความกดดันปานกลาง และสถานการณ์ที่มีความกดดันสูง ผู้ฝึกกีฬาจะผลของความวิตกกังวลก็จะสามารถสร้างยุทธศาสตร์ในการตัดสินใจระหว่างการแข่งขัน ตัวอย่างเช่น ผู้ฝึกกีฬาควรทราบว่า ทำอย่างไรจะเปลี่ยนตัวนักกีฬานักที่มีความตึงเครียดที่สุดของเกม และจะใช้กับนักกีฬาคนใด (Blucker. 1982 : 84) ตลอดจนหาทางให้นักกีฬามีความวิตกกังวลอยู่ในระดับปานกลาง นอกจากนี้นักกีฬาที่มีความวิตกกังวลสูงไม่ควรได้รับมอบหมายงานในหน้าที่ที่หลายอย่าง เพราะเขาจะไม่สามารถทำงานได้หลายอย่างในขณะที่มีความวิตกกังวลสูง

(อุดม พิมพา. 2526 : 17) และพึงระลึกเสมอว่า นักกีฬาที่มีสมรรถภาพทางกายสมบูรณ์แข็งแรง สุด มิได้หมายความว่า จะมีสภาพจิตใจในสมรรถภาพพร้อมได้ด้วย จะเห็นได้จากนักกีฬาบางคนเกิดความวิตกกังวลและขาดความเชื่อมั่นในตนเองในเมื่อจะต้องลงแข่งขัน ความเปลี่ยนแปลงของสภาพทางจิตใจในลักษณะดังกล่าวนี้ สามารถส่งผลกระทบต่อถึงความสามารถในการปฏิบัติงานของร่างกาย ทำให้ประสิทธิภาพในการเล่นไหลลดลง (เจริญ กระบวนรัตน์. 2525 : 20)

ด้วยเหตุผลดังกล่าวข้างต้นประกอบกับผู้วิจัย ได้เห็นความสำคัญของความวิตกกังวลที่มีผลต่อนักกีฬาในทางด้านการเล่นและการแข่งขัน จึงทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะศึกษาถึงความวิตกกังวลของนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว เวลาก่อนการแข่งขันในนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศ และในการวิจัยครั้งนี้ต้องการทราบข้อมูลความวิตกกังวลของนักกีฬาแต่ละกีฬา และนักกีฬาแต่ละประเภท เพื่อที่จะเป็นแนวทางให้ครูพลศึกษาและผู้ฝึกกีฬาหรือผู้ที่เกี่ยวข้องได้เข้าใจและคำนึงถึงผลของความวิตกกังวลที่มีผลต่อการแข่งขันกีฬา ตลอดจนให้ความสนใจทางด้านจิตวิทยาที่จะทำให้ความวิตกกังวลของนักกีฬาอยู่ในสภาพที่เหมาะสมคือระดับปานกลาง ทั้งนี้เพื่อที่จะช่วยให้นักกีฬามีประสิทธิภาพในการเล่นและการแข่งขันกีฬาดีขึ้น และช่วยให้ประสบความสำเร็จในการเล่นกีฬาอีกด้วย

ความมุ่งหมายในการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อทราบความวิตกกังวลลักษณะทั่วไป (General Trait) ของนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม ประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขัน
2. เพื่อทราบความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา (Sport Competition Anxiety) ของนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม ประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันในนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศ
3. เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลลักษณะทั่วไป ของนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม ประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขัน

4. เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลลักษณะทั่วไป ของนักกีฬา ระหว่างนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม ประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขัน
5. เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา ของนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ระหว่างก่อนการแข่งขันในนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศ
6. เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา ของนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันในนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศ
7. เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา ของนักกีฬา ระหว่างนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันในนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศ

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

1. ทำให้ทราบความวิตกกังวลลักษณะทั่วไป (General Trait) และความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา (Sport Competition Anxiety) ของนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว
2. ทำให้ทราบความวิตกกังวลลักษณะทั่วไป (General Trait) และความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา (Sport Competition Anxiety) ระหว่างนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว
3. เพื่อเป็นแนวทางให้ครูพลศึกษาและผู้ฝึกกีฬาหรือผู้ที่เกี่ยวข้องเกิดความเข้าใจ และเห็นความสำคัญของความวิตกกังวลเพื่อที่จะนำไปแก้ไขปรับปรุง และช่วยให้นักกีฬามีประสิทธิภาพในการเล่นและการแข่งขันกีฬาดียิ่งขึ้น ตลอดจนช่วยให้ครูพลศึกษาหรือผู้ฝึกกีฬาประสบความสำเร็จในการเล่นกีฬามากขึ้น

ข้อดกลงเบื้องต้น

1. ผู้รับการทดสอบคือ นักกีฬาบาสเกตบอล ฟุตบอล กรีฑา ว่ายน้ำ ยูโด และมวยสากล ของวิทยาลัยพลศึกษา

2. ในการศึกษาครั้งนี้ไม่ควบคุมเกี่ยวกับความรู้สึกส่วนตัว การบาดเจ็บและตัวแปรอื่น ๆ ที่มีผลทำให้เกิดความวิตกกังวลได้

3. ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยความร่วมมือของผู้จัดการทีมและผู้ฝึกสอน กีฬาประจำทีม โดยใช้แบบทดสอบ 2 ฉบับ คือ

3.1 แบบทดสอบความวิตกกังวลลักษณะทั่วไปของบุคคล (General Trait Scale) วัดก่อนการแข่งขันครั้งแรก 1 วัน

3.2 แบบทดสอบความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา (Sport Competition Anxiety Test) วัดก่อนการแข่งขัน 1 ชั่วโมง ในนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศ

ขอบข่ายของการศึกษาค้นคว้า

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ มุ่งศึกษาความวิตกกังวลของนักกีฬาประเภทบุคคล (กรีฑาและ ว่ายน้ำ) ประเภททีม (ฟุตบอลและบาสเกตบอล) และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว (ยูโดและมวยสากล) จากการแข่งขันกีฬาวิทยาลัยพลศึกษาทั่วประเทศ ครั้งที่ 14 ณ กรุงเทพมหานคร ระหว่าง วันที่ 1 - 9 ธันวาคม 2531

ประชากร เป็นนักกีฬาชาย จำนวนทั้งสิ้น 1,403 คน จากวิทยาลัยทั่วประเทศ 17 แห่ง
กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักกีฬาชาย จำนวนทั้งสิ้น 758 คน ซึ่งทำการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) คิดเป็นร้อยละ 54.03 จากวิทยาลัยพลศึกษาที่ส่งเข้าแข่งขัน คือ

1. นัดแรก

1.1 นักกีฬาประเภทบุคคล จำนวน 158 คน

1.2 นักกีฬาประเภททีม จำนวน 422 คน

1.3 นักกีฬาประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว	จำนวน	178 คน
	รวมทั้งสิ้น	758 คน
2. รอบชิงชนะเลิศ		
2.1 นักกีฬาประเภทบุคคล	จำนวน	59 คน
2.2 นักกีฬาประเภททีม	จำนวน	44 คน
2.3 นักกีฬาประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว	จำนวน	32 คน
	รวมทั้งสิ้น	135 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ

1.1 นักกีฬาประเภทบุคคล นักกีฬาประเภททีม และนักกีฬาประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว

1.2 รอบของการแข่งขันคือ นัดแรกของรอบแรก และรอบชิงชนะเลิศ

1.3 แบบทดสอบความวิตกกังวล 2 ฉบับ คือ แบบทดสอบความวิตกกังวลลักษณะทั่วไปของบุคคล (General Trait Scale) และแบบทดสอบความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา (Sport Competition Anxiety Test)

2. ตัวแปรตาม

ความวิตกกังวลของนักกีฬา

คำนิยามศัพท์เฉพาะ

ความวิตกกังวล (Anxiety) หมายถึง สภาพทางอารมณ์ของบุคคลที่แสดงถึงความไม่สบายใจ ตึงเครียด ขาดความมั่นคง อันเกิดจากความระแวงหวาดกลัวโดยไม่รู้ว่สิ่งทีกลัวและหวาดระแวงนั้นคืออะไร มีลักษณะอย่างไร และจะเกิดขึ้นเมื่อไร เมื่อบุคคลอยู่ในสภาพอารมณ์ดังกล่าว บุคคลนั้นจะแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ เช่น เสร้าซึม เคร่งเครียด หงุดหงิด กังวลใจ

ฟุ้งซ่าน หรือหวาดกลัว

ความวิตกกังวลลักษณะทั่วไปของบุคคลหรือเฉพาะตัว (General Trait or Trait Anxiety) หมายถึง สิ่งที่มีอยู่ในตัวบุคคลที่บ่งบอกพฤติกรรมเมื่อมีการรับรู้ต่อการข่มขู่ที่ไม่มีอันตราย การตอบสนองของบุคคลจะมากขึ้นเพียงใดขึ้นอยู่กับระดับอันตรายนั้น ๆ (อุดม พิมพา. 2526 : 6) ความวิตกกังวลประเภทนี้จะเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องในระยะเวลาอันนานจนเป็นลักษณะประจำตัวของบุคคล คือถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของบุคลิกภาพ (อาฟล โอง์เคลือบ. 2515 : 15) ซึ่งวัดได้โดยใช้ แบบทดสอบความวิตกกังวลลักษณะทั่วไปของบุคคล (General Trait Scale = G T S) ของสปิลเบอร์เกอร์ (Spielberger. 1970)

ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาหรือเฉพาะสถานการณ์ (Sport Competition Anxiety or State Anxiety) หมายถึง ความรู้สึกที่อยู่ในสำนึกว่าตนเองรู้สึกกลัวและกังวล มักจะทำให้ประสาทอัตโนมัติตื่นตัวไปด้วย (อุดม พิมพา. 2526 : 6) เป็นความวิตกกังวลซึ่งเกิดกับบุคคลแต่ละคนในบางสถานการณ์เท่านั้น และความเข้มของความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นย่อมขึ้นอยู่กับความเข้มของสิ่งเร้าด้วย ความวิตกกังวลประเภทนี้จะมีค่าความเข้มสูง แต่เมื่อเกิดขึ้นแล้วจะคงอยู่ในช่วงระยะเวลาอันสั้น (อาฟล โอง์เคลือบ. 2515 : 15) ซึ่งวัดได้โดยใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา (Sport Competition Anxiety Test = S C A T) ของ มาร์เตนส์ (Martens. 1977)

นักกีฬาประเภทบุคคล หมายถึง นักกีฬาชายที่เล่นกีฬาเฉพาะบุคคล ซึ่งยึดถือความสามารถเฉพาะราย ในการวิจัยครั้งนี้ได้ใช้กีฬา 2 ประเภทเป็นตัวแทนของกีฬาประเภทบุคคล คือ

1. กรีฑา ประเภทลู่วิ่งระยะสั้น ได้แก่ 100 เมตร 400 เมตร และ 4 X 100 เมตร
2. วูตว๊าน ระยะ 100 เมตร จากการวูตว๊าน 4 แบบ คือ ฟรีสไตล์ กบ กรรเชียง และผีเสื้อ

นักกีฬาประเภททีม หมายถึง นักกีฬาชายที่เล่นกีฬาประเภทซุ่มสัมพันธ์ในการเล่นของทีมเป็นหลัก ในการวิจัยครั้งนี้ได้ใช้กีฬา 2 ประเภทเป็นตัวแทนของกีฬาประเภททีม คือ กีฬา บาสเกตบอล และกีฬาฟุตบอล

นักกีฬาประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว หมายถึง นักกีฬาชายที่แข่งขันกีฬาประเภทต่อสู้ระหว่าง
คนต่อคน ในการวิจัยครั้งนี้ได้ใช้กีฬา 2 ประเภทเป็นตัวแทนของกีฬาประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว คือ
กีฬามวยสากล และ กีฬายูโด

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

เอกสารที่เกี่ยวข้อง

ความหมายของความวิตกกังวล

ฮอลล์ และ ลินเซย์ (Hall and Lindzey. 1970 : 44) ได้กล่าวถึงความวิตกกังวลตามทฤษฎีของ فروยด์ (Freud) ไว้ว่า ความวิตกกังวล หมายถึง สภาวะของความตึงเครียดเป็นแรงขับ (Drive) คล้ายความหิวหรือความรู้สึกทางเพศ แต่ต่างกันตรงที่สภาวะดังกล่าวไม่ได้เกิดจากสภาพร่างกายภายใน หากแต่มีสาเหตุดั้งเดิมมาจากภายนอก เมื่อความวิตกกังวลถูกเร้าให้เกิดขึ้น จะสร้างแรงจูงใจบุคคลต้องทำอะไรบางอย่างเพื่อบรรเทาสภาวะดังกล่าว ซึ่งสอดคล้องกับที่ มอร์เรอร์ (Mowrer. 1963 : 264 - 265) ได้กล่าวถึงความวิตกกังวลว่า ความวิตกกังวลคืออารมณ์แต่เป็นอารมณ์ซึ่งคล้ายกับเมื่อเรามีความหิวกระหายเป็นสภาพตึงเครียดหรือเป็นสภาพที่คนเรารู้สึกไม่สบายใจซึ่งต้องกำจัดให้หมด นอกจากนั้นยังเป็นตัวการที่ผลักดันให้คนเรากระทำพฤติกรรมบางอย่างซึ่งในแง่นี้อาจถือได้ว่าเป็นแรงจูงใจ

เจอร์ซิล (Jersild. 1968 : 348) ได้กล่าวว่า ความกลัวและความวิตกกังวลเป็นสภาพทางจิตใจที่ไม่พึงปรารถนา (Unpleasant) เป็นการตอบสนองต่อสิ่งที่เป็นอันตรายหรือสิ่งที่มาข่มขู่ ซึ่งอาจจะรู้หรือไม่ว่าสิ่งนั้นเป็นอะไร และถ้าเกิดความกลัวหรือความวิตกกังวล ในอัตราที่ค่อนข้างสูงแล้วอย่างน้อยที่สุดก็จะทำให้มีปฏิกิริยาทางร่างกายเกิดขึ้น เช่น เกี่ยวกับกลไกของระบบประสาท ทำให้ต่อมอะดรีนอล (Adrenal glands) ทำงานมากขึ้น มีผลทำให้หัวใจเต้นเร็วขึ้น ทำให้ระบบย่อยอาหารทำงานช้าลง เหงื่อออกตามฝ่ามือและการเปลี่ยนแปลงอื่น ๆ อีก ซึ่งตรงกับ มล. ตัญญา ชุมสาย (2508 : 212) ได้กล่าวว่า ความวิตกกังวลจะมีผลกระทบกระเทือนต่อการหายใจ การหมุนเวียนของเลือด การย่อยอาหาร และแม้การทำงานของกล้ามเนื้อก็อาจดำเนินไปไม่สะดวก และ ก่อ สวัสดิทานิชย์ (วิภา มีสวัสดิ์. 2523 : 11 ; อ้างอิงมาจาก ก่อ สวัสดิทานิชย์.

2506 : 253) ได้กล่าวว่า ถ้าบุคคลใดมีความวิตกกังวลมาก ๆ ก็จะทำให้บุคคลนั้นขาดประสิทธิภาพ ทำให้เสียสุขภาพจิตโดยไม่จำเป็น

ฮิลการ์ด (Hilgard. 1962 : 173 - 174) ได้กล่าวว่า" ความวิตกกังวลเป็นสภาพ คล้ายกับความกลัว และมีความสัมพันธ์กับความกลัวอย่างใกล้ชิด นอกจากนี้ยังมีความสำคัญในด้าน การจูงใจ ทั้งนี้เนื่องจากความวิตกกังวลเป็นสภาพที่บุคคลรู้สึกกระวนกระวายใจ เป็นความกลัวซึ่ง ต่างจากความกลัวธรรมดา กล่าวคือ ความกลัวธรรมดานั้นมีวัตถุหรือสิ่งที่ทำให้กลัวปรากฏเป็นรูปร่าง ให้เห็น ดังนั้นจึงอาจพูดได้ว่า ความวิตกกังวลเป็นความกลัวที่เลื่อนลางไม่แจ่มชัด แต่คล้ายกับ ความกลัวในแง่ที่ว่า เป็นสภาพที่ทำให้บุคคลรู้สึกไม่สบายใจ เกิดความตึงเครียด สภาพเหล่านี้ บุคคลต้องการหลีกเลี่ยงนอกจากนี้อาจถือได้ว่าความวิตกกังวลเป็นแรงขับอย่างหนึ่งด้วย" ซึ่งสอดคล้อง กับที่ ชาร์เวอร์ ฟอนเนอร์ (อุดม พินพา. 2526 : 4 ; อ้างอิงมาจาก Foner. n.d.) ให้นิยามความหมายของความกังวลดังนี้ ความวิตกกังวลเป็นลักษณะควบคู่กับความกลัวในแง่อารมณ์ แบบชีววิทยา กล่าวคือ ความกลัวเป็นการตอบสนองของสิ่งที่มีชีวิตต่ออันตรายที่มีอยู่จริงภายนอก แต่ ความวิตกกังวลเป็นการตอบสนองต่ออันตรายที่มีอยู่ภายใน เช่น แรงกระตุ้นที่ไม่สบายใจ แรงกระตุ้น และ/หรืออาการที่ก้าวร้าวเพื่อแก้ปัญหาความขัดแย้งภายในที่ทำการจะปรากฏในความรู้สึกสำนึก จนกระทั่งเกิดแรงกระตุ้นภายในให้มีการโต้ตอบจริง ๆ

อิงลิช (English. 1958 : 35) ได้ให้ความหมายของความวิตกกังวลสรุปเป็นข้อ ๆ ได้ดังนี้

1. ความวิตกกังวล เป็นสภาวะของความไม่สบายใจ อันเนื่องมาจากความปรารถนา อันแรงกล้า และแรงขับไม่อาจไปถึงเป้าหมายที่ต้องการได้ หรือ
2. ความวิตกกังวล หมายถึง ความกังวลอันชั่วขณะสันนิษฐานว่าอาจมีสิ่งที่เลวร้ายเกิดขึ้นใน อนาคต หรือ
3. ความวิตกกังวล หมายถึง ความกลัวต่อเนื่อง ซึ่งอาจสังเกตเห็นได้ แต่อยู่ในระดับ ต่ำ หรือ
4. ความวิตกกังวล หมายถึง ความรู้สึกที่ตนเองถูกข่มขู่ ซึ่งเป็นการขู่เข็ญที่น่ากลัวโดย บุคคลนั้นไม่อาจบอกได้ว่า สิ่งที่เขาารู้สึกว่าข่มขู่เข็ญนั้นคืออะไร

บลัคเกอร์ (Blucker. 1982 : 77 - 79) ได้กล่าวว่า ความวิตกกังวลเป็นลักษณะของอารมณ์ที่ยากจะอธิบายและยากมากขึ้นในการที่กล่าวถึงลักษณะอาการที่แน่นอนเช่น

1. อาการทางประสาท มักใช้คู่กับคำว่า "วิตกกังวล" เกือบทุกกรณีอาการทางประสาทในเวลาใดเวลาหนึ่ง อาการประสาทสามารถรับรู้ได้ในความรุนแรงที่มีหลายระดับ
2. ความตึงเครียด เป็นอีกคำหนึ่งที่ใช้อธิบายอาการซึ่งตามปกติมักจะเป็นความวิตกกังวลในระดับต่ำ ซึ่งจะเห็นได้ในรูปของความรับรู้ไว
3. ความกลัว เป็นระดับของความวิตกกังวลที่สูงขึ้น และจะมีผลอย่างรุนแรงต่อความสามารถในการเล่นกีฬา ความวิตกกังวลนั้นอาจเกิดจาก

3.1 ความวิตกกังวลจากจิตไร้สำนึก ซึ่งเป็นความวิตกกังวลที่บุคคลไม่ตระหนักรู้

3.2 ความวิตกกังวลที่เกิดได้อย่างอิสระ ซึ่งเป็นความวิตกกังวลที่รุนแรงอันอาจสังเกตเห็นได้ และความวิตกกังวลนี้อาจย้อนกลับมาใหม่ได้อีก ใ้ช้ควรตระหนักรู้ว่าในความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นอย่างอิสระนั้น บุคคลที่มีความวิตกกังวลจะรับรู้ได้ว่าเขายู่ภายใต้ความกดดัน แต่ไม่สามารถเข้าใจถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดความวิตกกังวล

4. การเสียขวัญ มักเป็นความวิตกกังวลที่รุนแรงที่สุด ซึ่งไม่ควรให้เกิดการเสียขวัญขึ้นในหมู่นักกีฬาและการเสียขวัญเป็นเงื่อนไขซึ่ง ".....ความวิตกกังวลมีความรุนแรงซึ่งทำให้บุคคลไม่สามารถควบคุมตัวเองได้อย่างสมบูรณ์ และไม่สามารถควบคุมสถานการณ์ได้....." วิธีที่จะจัดการกับบุคคลที่ได้รับผลกระทบกระเทือนจากการเสียขวัญนั้น จะต้องใช้ความอ่อนโยนและความอดทน

วัฒนา ศรีสัตย์วาจา (2517 : 7 - 8) ได้กล่าวว่าความวิตกกังวล หมายถึงสภาวะทางจิตใจที่มีอารมณ์อ่อนไหว ขี้อาย หวาดระแวง และกลัวบางครั้งหาสาเหตุไม่ได้ ควบคุมตนเองไม่ได้ และมีความเคร่งเครียด ซึ่งตรงกับ มานิต ฌอนมพวงศรี (2522 : 6) ว่า ความวิตกกังวล หมายถึง สภาพทางอารมณ์ซึ่งบุคคลรู้สึกไม่สบายใจ ตึงเครียด ขาดความมั่นคงปลอดภัย หรือเกิดความกลัวเมื่อถูกเร้าให้เกิดความรู้สึกหรืออยู่ในสภาพของอารมณ์ดังกล่าว บุคคลจะแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ เช่น หมั่นหมอง เกรี้ยวกราด หงุดหงิด อารมณ์เสื่อง่าย กังวลใจ หวาดระแวง หวาดกลัว คิดฟุ้งซ่าน และ อ้าพล ใจ่องเคลือบ (2525 : 14) ได้สรุปความวิตกกังวลว่า มีลักษณะสำคัญ 3 ประการ คือ

1. ความวิตกกังวล หมายถึง สภาพทางอารมณ์ซึ่งคนเรารู้สึกไม่สบายใจ ตั้งเครียด รู้สึกไม่มั่นคงปลอดภัย เนื่องจากตนถูกข่มขู่ รู้สึกวุ่นวายสับสน เกิดความหวาดกลัว ซึ่งสภาพเหล่านี้บุคคลต้องการหลีกเลี่ยงหรือขจัดให้หมดไป

2. ความวิตกกังวล มีลักษณะคล้ายกับความกลัว แต่เป็นความกลัวที่เลื่อนลางไม่มีสิ่งที่ทำให้อันตรายปรากฏให้เห็น หรือเมื่ออาจบอกได้ว่าสิ่งที่ทำให้เกิดกลัวคืออะไร

3. ความวิตกกังวลอาจถือได้ว่าเป็นแรงขับ ซึ่งสัมพันธ์กับแรงจูงใจ

ประเภทของความวิตกกังวล

สปีลเบอร์เกอร์ (Spielberger. 1972 : 487 - 489) ได้แบ่งลักษณะความวิตกกังวลเป็น 2 ประเภท คือ

1. ความวิตกกังวลที่เป็นคุณลักษณะเฉพาะตัว (Trait Anxiety) หรือ (A - Trait) คือ ความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัวของแต่ละบุคคล เป็นลักษณะที่ค่อนข้างจะคงที่และไม่สามารถออกมาในลักษณะของพฤติกรรมโดยตรง แต่จะเป็นตัวเสริมหรือตัวประกอบของความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ (A - State)

2. ความวิตกกังวลที่มีลักษณะเฉพาะสถานการณ์ (State - Anxiety) หรือ (A - state) คือความวิตกกังวลซึ่งเกิดขึ้นในเวลาเฉพาะ หรือสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่จะทำให้เกิดความไม่พึงพอใจ หรือเกิดอันตรายมากกระตุ้นและแสดงพฤติกรรมโต้ตอบที่สามารถสังเกตเห็นได้ในระยะเวลาช่วงที่ถูกกระตุ้นนั้นเป็นภาวะที่บุคคลรู้สึกตึงเครียด หวาดหวั่น กระวนกระวาย ระบบการทำงานของประสาทอัตโนมัติตื่นตัวสูง ซึ่งความรุนแรงและระยะเวลาที่เกิดจะแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ซึ่งส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับลักษณะเฉพาะตัวและประสบการณ์ในอดีตของแต่ละบุคคล

เลวิต (Levitt. 1967 : 13 - 15) ได้แบ่งความวิตกกังวลออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. ความวิตกกังวลซึ่งขึ้นอยู่กับสถานการณ์ (State anxiety) เกิดขึ้นกับบุคคลแต่ละคนในบางสถานการณ์เท่านั้น

2. ความวิตกกังวลซึ่งเป็นลักษณะคงที่ในตัวบุคคล (Trait anxiety) มักเกิดขึ้นกับบุคคลในสถานการณ์ทั่ว ๆ ไป

ดังนั้นถ้าพิจารณาอย่างละเอียดจะเห็นได้ว่า ประเภทของความวิตกกังวลของสปีลเบอร์เกอร์ (Spielberger) กับ เลวิต (Levitt) จะเหมือนกัน

โครงสร้างและความสัมพันธ์ของความวิตกกังวล

มาร์เตนส์ (อุตม พินพา. 2526 : 6 ; อ้างอิงมาจาก Martens. 1975) กล่าวว่า มาร์เตนส์ ได้ออกแบบโครงสร้างของความวิตกกังวลไว้อธิบายว่า ความวิตกกังวลมีรากฐานมาจากแรงกระตุ้นที่มีสาเหตุและก่อให้เกิดการแปลความหมาย หรือรับรู้ว่าจะมีการข่มขู่และอันตรายแก่ตัวเอง ทำให้ร่างกายตอบสนองโดยความกังวลลักษณะเฉพาะสถานการณ์ (A - State)

	"A - Trait" ของการแข่งขัน	
สภาพการแข่งขัน	การรับรู้	การตอบสนอง "A - Trait"

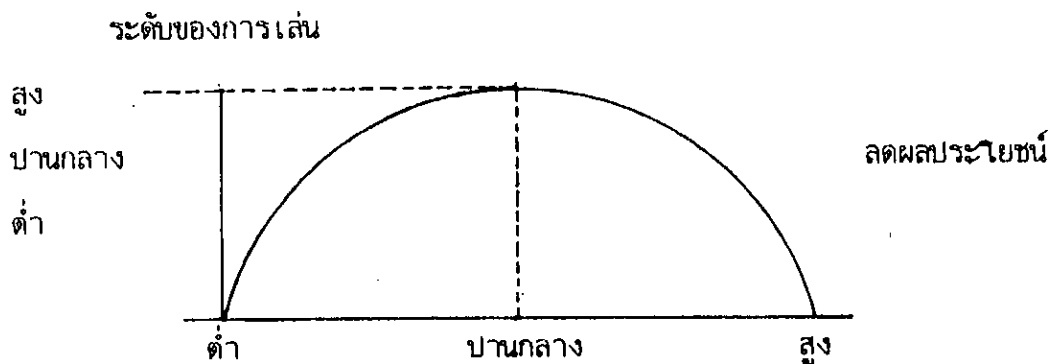
สปีลเบอร์เกอร์ (Spielberger. 1970 : 3 -8, 35) กล่าวถึงความสัมพันธ์ความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะตัว (A - Trait) และความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะสถานการณ์ (A - State) คือ ในบุคคลที่มีความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะตัวสูง เมื่อได้รับสิ่งเร้าทำให้เกิดความไม่พึงพอใจ หรือจะทำให้เกิดอันตราย ระดับความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะสถานการณ์ที่มีอยู่จะเป็นตัวเสริมหรือไปประกอบความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะสถานการณ์ให้มีความรุนแรงและมีระยะเวลาการเกิดนานมากกว่าในบุคคลที่มีความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะตัวระดับต่ำกว่า นอกจากนั้นในบุคคลที่เกิดความวิตกกังวลลักษณะสถานการณ์บ่อยครั้ง โดยในแต่ละครั้งจะมีความรุนแรงหรือไม่ก็ตาม อาจจะส่งผลให้บุคคลนั้นมีความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะตัวในระดับสูงขึ้น

ผลของความวิตกกังวล

เดฟฟานบาคเซอร์ และ ซูน (Ceffenbacher and suinn. 1982 : 39 - 442) กล่าวว่าถ้าความวิตกกังวลทำให้ระบบประสาทอัตโนมัติถูกกระตุ้นและเกิดการเปลี่ยนแปลงทางชีวเคมีในร่างกาย มีผลทำให้เกิดความตึงเครียดของกล้ามเนื้อ มีอาการใจสั่น มือสั่น เหงื่อออก ชีพจรเต้นเร็ว ปัสสาวะบ่อยครั้ง ความวิตกกังวลทำให้แสดงออกของพฤติกรรมเปลี่ยนไป และ ซาราสัน (Sarason. 1972 : 398) กล่าวว่าความวิตกกังวลนอกจากจะมีผลต่อร่างกาย อารมณ์ และพฤติกรรมแล้ว ยังมีผลต่อความคิดและมีแนวโน้มที่จะคิดไปในทางลดคุณค่าของตนเอง และยังทำให้ประสิทธิภาพการทำงานของบุคคลลดลงอีกด้วย

บิลลิก (อุดม พิมพ์า. 2526 : 11 ; อ้างอิงมาจาก Bilik. 1982 : Unpaged) ได้แสดงความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลกับการเล่นกีฬาในลักษณะความโค้งรูประฆัง ดังนี้

ให้ผลประโยชน์



จากรูปนี้จะเห็นได้ว่า ที่ระดับต่ำและสูง ความกังวลจะให้ผลประโยชน์ต่อการเล่นกีฬาน้อยมาก ยิ่งระดับความกังวลสูงเท่าใดยิ่งมีผลประโยชน์ต่อการเล่นกีฬาน้อยเท่านั้น และที่ระดับปานกลาง ความวิตกกังวลจะให้ผลประโยชน์ต่อการเล่นกีฬามากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับพร็อสท์ และ ทัทโก (อุดม พิมพ์า. 2526 : 12 ; อ้างอิงมาจาก Forst. 1977 and Tutko. 1971) มีความเห็นพ้องต้องกันว่า ความตื่นตื้นเต้นมีบทบาทสำคัญมากต่อการเล่นกีฬาและการตื่นตื้นเต้นน้อยก็มีผลเสียพอ ๆ กับการตื่นตื้นมากเกินไป ซึ่งจะยังผลให้เล่นกีฬาได้ไม่ดีเท่าที่ควร นอกจากนี้ โอจิลวี่ (Ogilvie. 1971 : 86 - 89) ได้กล่าวถึงสิ่งสำคัญของความสำเร็จในการเล่นกีฬาว่า "สำหรับนักกีฬาที่มี

ความวิตกกังวลสูงๆให้พยายามลดภาวะทางอารมณ์เขาลง" จำไว้เสมอว่า ความพร้อมทางจิตใจ สำหรับนักกีฬาแต่ละประเภทนั้นย่อมแตกต่างกันไป

สแกนแลน และ พาสเซอร์ (Scanlan and Passer. 1978 : 41 - 129) ได้รวบรวมการประเมินผลความวิตกกังวลแบบลักษณะสถานการณ์ (State Anxiety) ก่อนการแข่งขันของนักฟุตบอลเยาวชนพบว่า 20 เปอร์เซ็นต์ มีความตึงเครียดและความวิตกกังวลที่อยู่ในระดับสูงมาก และความวิตกกังวลสามารถทำได้ผลของการปฏิบัตินั้นลดน้อยลงได้

การจัดการกับระดับความวิตกกังวลของนักกีฬา

ผู้ฝึกกีฬาสามารถใช้เทคนิคต่อไปนี้ที่จะช่วยลดความวิตกกังวลในระหว่างการแข่งขันกีฬา (Blucker. 1982 : 84)

1. ให้ทีมฝึกซ้อมในสถานการณ์ที่มีความกดดัน เช่น ในกีฬาบาสเกตบอลอาจฝึกหัดยิงลูกโทษในวินาทีสุดท้ายของการแข่งขัน เป็นต้น
2. ใช้คำพูดและท่าทางโดยการให้กำลังใจทางบวก เพื่อสร้างความเชื่อมั่นให้แก่ นักกีฬา และเกิดทัศนคติในทบทวนขั้นตอนของการฝึกซ้อมและการแข่งขัน
3. ให้การฝึกซ้อมอย่างเพียงพอ เพื่อให้ให้นักกีฬามีประสบการณ์และทักษะหลาย ๆ ประการ ซึ่งจำเป็นต่อความสำเร็จในการเล่นกีฬา
4. จูงใจให้นักกีฬาให้มีความพยายามใช้ความสามารถสูงสุด ผู้ฝึกกีฬาควรหลีกเลี่ยงการจูงใจแบบสูงส่งเกินไป เพราะสามารถบั่นทอนความสามารถโดยจะทำให้เกิดความตึงเครียดที่กล้ำเนื้อ ระดับการจูงใจที่เหมาะสมของนักกีฬาแต่ละคนจะแตกต่างกันไป
5. สร้างความคิดที่ว่า การแข่งขันกีฬาแต่ละครั้งมีความสำคัญเท่ากัน เช่น จอห์น วูดเดน (John Wooden) โค้ชบาสเกตบอลที่ประสบความสำเร็จของ ยูซีแอลเอ กล่าวว่า ควรรับรู้กับแต่ละเกมด้วยอารมณ์แบบเดียวกัน
6. ช่วยให้นักกีฬาตั้งเป้าหมายสำหรับความสำเร็จของแต่ละบุคคล ซึ่งสามารถเป็นไปได้ สำหรับฤดูกาลแข่งขันนั้น ๆ
7. โค้ชควรซ่อนเร้นความกลัวและความวิตกกังวลของตนเองเกี่ยวกับสถานการณ์การแข่งขันและการเล่นกีฬา ถ้าโค้ชแสดงความวิตกกังวลให้นักกีฬาเห็นนักกีฬาจะได้รับผลจากความ

วิตกกังวล

การประเมินความวิตกกังวล

ความวิตกกังวลสามารถประเมินได้ 3 วิธี คือ

1. ประเมินโดยการให้บุคคลรายงานความรู้สึกวิตกกังวลของตนเอง ซึ่งอาจจะประเมินได้จากรายงานด้วยการเขียน หรือตอบแบบสอบถาม เช่น แบบวัดความวิตกกังวลแบบ เอสทีเอไอ (STAI) (Spielberger. 1970) แบบวัดความวิตกกังวลแบบ ดีอีเอสทีเอ (DESTA) (IZARD. 1972) หรือ แบบวัดความวิตกกังวลแบบ ซีเอสเอไอ - 2 (CSAI - 2) (Martens. 1983) หรือแบบวัดความวิตกกังวลแบบ ซีเอสเอคิว (CSAQ) (Schwartz, Davidson & Goleman. 1978) หรือแบบวัดความวิตกกังวลแบบ เอสซีเอที (SCAT) (Martens. 1977) ซึ่งปัจจุบันมีมากมายหลายแบบ การประเมินความวิตกกังวลด้วยวิธีนี้ สามารถใช้ได้สะดวกและได้ผลดี

2. ประเมินผลจากสภาพทางสรีรวิทยา โดยการประเมินผลการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นจากระบบประสาทอัตโนมัติทุกกระบวน จากการตรวจหาความถี่ของผิวหนังระดับความดันโลหิต อัตราการเต้นของหัวใจ ความตึงเครียดของกล้ามเนื้อ อัตราการหายใจอุณหภูมิในร่างกาย และการตรวจคลื่นสมอง เป็นต้น โดยต้องอาศัยผู้ชำนาญการทางตรวจและการแปลผลที่ได้จากการตรวจทางสรีรวิทยา

3. ประเมินจากลักษณะการแสดงออกของพฤติกรรมของบุคคล โดยการสังเกตพฤติกรรมโดยตรงและโดยทางอ้อม การสังเกตโดยตรง เช่น การสังเกตการหายใจแรงมือสั่น เหงื่อออก กัดริมฝีปาก ถอนหายใจ ลักษณะการพูดเปลี่ยนไป เช่น พูดเร็วขึ้นหรือพูดช้าลง เป็นต้น ส่วนการสังเกตพฤติกรรมทางอ้อมเพื่อประเมินความวิตกกังวล โดยการให้บุคคลแสดงบทบาทสมมติแล้วสังเกตพฤติกรรมทางวิตกกังวลจาก (Behavioral Avoidance Test (BAT)) เป็นต้น (Nietzel and Bemstein. 1981 : 215 - 241)

งานวิจัยภายในประเทศ

จำรอง เงินดี (2519 : 13 - 14) กล่าวว่า จากการศึกษาในด้านต่าง ๆ ของความวิตกกังวลในต่างประเทศนั้น พบว่า ความวิตกกังวลมีความสัมพันธ์แบบตรงข้ามกับงานที่สลับซับซ้อน ความวิตกกังวลที่อยู่ในระดับสูงเกินไป จะไปขัดหรือเป็นอุปสรรคต่อการทำงาน แต่ความวิตกกังวลในระดับปานกลางอาจช่วยให้งานดีขึ้น ฉะนั้นความวิตกกังวลจึงเป็นส่วนช่วยส่งเสริมประสิทธิภาพในการทำงานและเพิ่มความเร็ว แต่ผลของความวิตกกังวลอาจจะขัดขวางในการทำงานในตอนเริ่มต้นไป พอคุ้นเคยกับงานที่ทำหรือสร้างนิสัยในการทำงานถูกต้องแล้ว ความวิตกกังวลจะช่วยให้การทำงานได้ ในเวลาเดียวกันแรงขับที่เป็นผลดีนั้น หากงานนั้นยากขึ้น อาจเป็นตัวขัดขวางการทำงานได้

มานิต งามพวงเสรี (2522 : 15) ได้สรุปว่า ความวิตกกังวลมีความสัมพันธ์ทางตรงข้ามกับงานที่สลับซับซ้อน ความวิตกกังวลซึ่งอยู่ในระดับสูงเกินไปจะไปขัดหรือเป็นอุปสรรคต่อการทำงานด้านต่าง ๆ แต่ความวิตกกังวลระดับปานกลาง อาจช่วยให้งานดีขึ้น ความวิตกกังวลเหมือนแรงขับที่ช่วยกระตุ้นให้อินทรีย์เกิดพลังที่จะทำพฤติกรรมบางอย่าง ความวิตกกังวลจะช่วยให้การทำงานได้ แต่ถ้านายกขึ้นอาจเป็นตัวขัดขวางการทำงานได้

เอี่ยมพร เขียวหิรัญ (2522 : 16) กล่าวว่า เมื่อคนเราเกิดความวิตกกังวล จะมีความต้องการแยกตัวอยู่อย่างโดดเดี่ยว มากกว่าการรวมกลุ่มกัน เพราะการรวมกลุ่มเป็นการเพิ่มความวิตกกังวลให้สูงขึ้นกว่าเดิม ซึ่งสรุปได้ว่า การที่มนุษย์มารวมกันอยู่ บางครั้งก็เป็นสิ่งดีและบางครั้งก็เป็นสิ่งไม่ดี

จันทร์พิมพ์ พลพะวงศ์ (2528 : 52 - 56) ได้ศึกษาความวิตกกังวลของนักกีฬาประเภททีม ระหว่างนักกีฬาประเภททีมที่มีการปะทะ (บาสเกตบอล) กับนักกีฬาประเภททีมที่ไม่มีการปะทะ (วอลเลย์บอล) ก่อนการแข่งขัน และหลังการแข่งขันในรอบแรก รอบที่สอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาสเกตบอลหญิง จำนวน 115 คน และนักกีฬาวอลเลย์บอล 96 คน รวมทั้งสิ้น 211 คน ใช้แบบทดสอบความวิตกกังวล STAI ของสปิลเบอร์เกอร์ (Spielberger. 1970) ผลการศึกษาพบว่า

1. ความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ (State Anxiety) ระหว่างนักกีฬาประเภททีมที่มีการปะทะ (บาสเกตบอล) กับนักกีฬาประเภททีมที่ไม่มีการปะทะ (วอลเลย์บอล) ก่อนการแข่งขันและหลังการแข่งขัน ในรอบแรกมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนรอบที่สอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ ความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ไม่แตกต่างกัน

2. ความวิตกกังวลเฉพาะตัว (Trait Anxiety) ของนักกีฬาประเภททีมที่มีการปะทะ (บาสเกตบอล) กับนักกีฬาประเภททีมที่ไม่มีการปะทะ (วอลเลย์บอล) ก่อนการแข่งขันและหลังการแข่งขัน มีความวิตกกังวลเฉพาะตัวไม่แตกต่างกัน

3. ความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ คู่ชิงชนะเลิศก่อนการแข่งขันและหลังการแข่งขัน ของนักกีฬาประเภททีมที่มีการปะทะ (บาสเกตบอล) ในรอบแรก รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ และนักกีฬาประเภททีมที่ไม่มีการปะทะ (วอลเลย์บอล) ในรอบชิงชนะเลิศมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติและนักกีฬาประเภททีมที่ไม่มีการปะทะ (วอลเลย์บอล) มีความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ไม่แตกต่างกัน

งานวิจัยในต่างประเทศ

วอลลาซ และ โคแกน (Wallach and Kogan. 1965 : 217) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความวิตกกังวลของนักเรียนเกรด 7 จำนวน 151 คน แยกเป็นเด็กชาย 70 คน เด็กหญิง 81 คน พบว่า นักเรียนหญิงมีความวิตกกังวลทั่วไปสูงกว่านักเรียนชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) และในปีเดียวกัน เฟลด์ฮูเซน และ เดนนิ (Feldhusen and Denny. 1965 : 442 -447) ได้ศึกษาความวิตกกังวลของเด็กชาย หญิง เกรด 7.- 9 จำนวน 77 คน พบว่า เด็กหญิงมีความวิตกกังวลสูงกว่าเด็กชาย

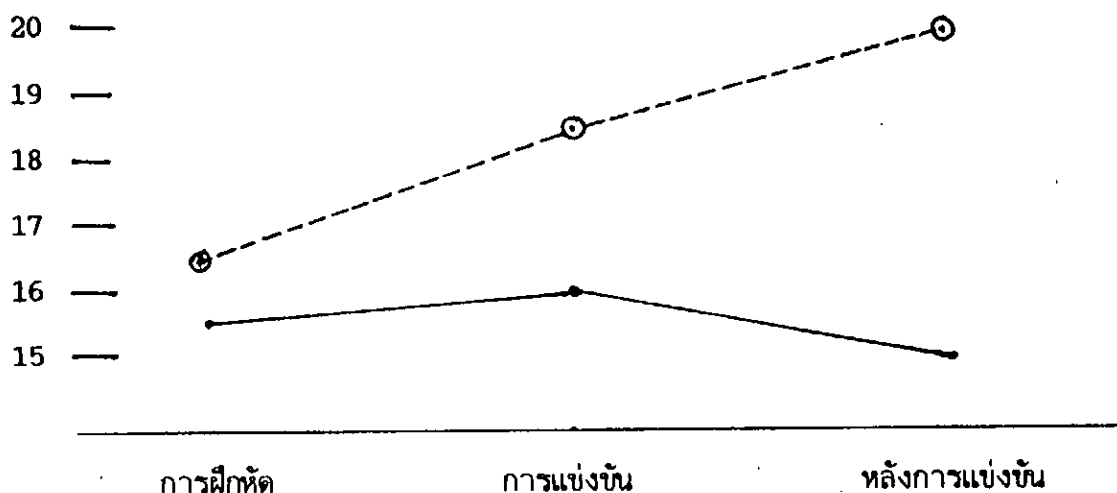
สวิฟท์ (Swift. 1969 : 192) ได้สรุปผลของการวิจัยพบว่า หากมีความวิตกกังวลเล็กน้อยจะช่วยให้มีแรงจูงใจที่จะกระทำสิ่งนั้นเพิ่มเติมขึ้น แต่ถ้าหากมีความวิตกกังวลมากเกินไปก็จะขัดขวางความสามารถด้านการเรียนรู้ เพราะความวิตกกังวลก่อให้เกิดความเหนื่อยล้าและ

ขัดขวางต่อปฏิกิริยาของร่างกาย

เชวิน (Slevin. 1970 : 82) ได้ศึกษาผลของความวิตกกังวลกับการปฏิบัติทักษะทางกลไกที่ไม่คุ้นเคย ผู้เข้าร่วมทดลอง 80 คน เป็นนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ไม่เคยเป็นนักกีฬา ปฏิบัติการภายใต้สถานการณ์การทดลองของการแข่งขัน ใช้เครื่องมือวัดความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะตัวและลักษณะเฉพาะสถานการณ์ (State - Trait Anxiety) ของสปีลเบอร์เกอร์ ผลจากการศึกษาแสดงให้เห็นว่า บุคคลที่มีความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะตัว (Trait Anxiety) ต่ำสามารถปฏิบัติทักษะทางกลไกที่ไม่คุ้นเคยได้ดีกว่าบุคคลที่มีระดับความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะตัว (Trait Anxiety) สูง

ทัทโก (Tutko. 1971 : 932 - 933) ได้ค้นพบข้อสนับสนุนลักษณะด้วยคว่ำ (inverted - U hypothens) ในงานวิจัยของเขา เป็นการวัดผลของความวิตกกังวลในการปฏิบัติของนักกีฬาประเภททีม ผลแสดงให้เห็นว่า การตัดสินใจของนักกีฬาที่รู้สึกรู้สึกความวิตกกังวลจะขยายไปถึงเรื่องการเรียนรู้ด้วย ตัวอย่างเช่น นักกีฬาผู้ซึ่งไม่มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับผลได้และผลเสียของการแข่งขันมากนัก จะมีความเอาใจใส่และเชื่อฟังผู้ฝึกสอนได้ดี ในทางตรงข้ามถ้านักกีฬามุ่งในผลได้ผลเสียของการแข่งขันก็จะกลายเป็นผู้ที่มีความวิตกกังวลสูง และสิ่งเหล่านี้จะไปรบกวนการเรียนรู้ของเขาได้ ทัทโก (Tutko) ได้แนะนำว่า นักกีฬาควรจะรักษาระดับความวิตกกังวลให้อยู่ระดับปานกลาง เพื่อจะทำให้เป็นผู้ที่ปฏิบัติได้อย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุด

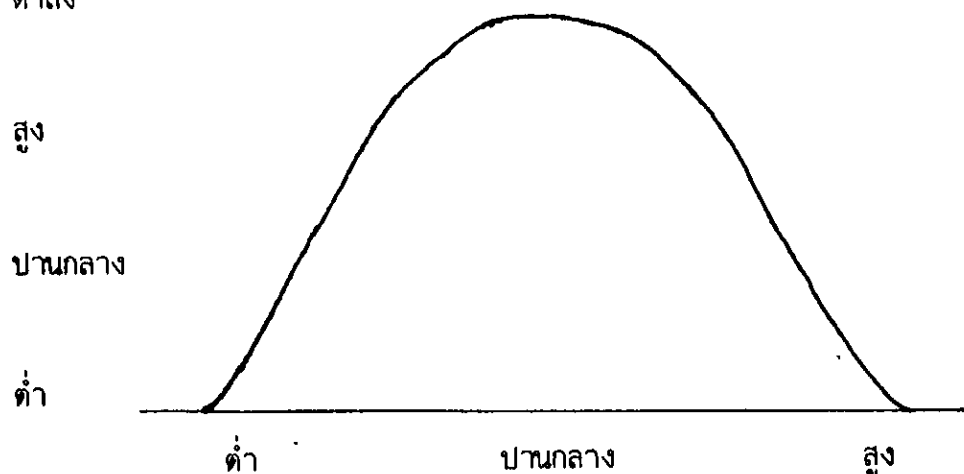
โนวาซึค (Novazyl. 1977 : 83) ได้ศึกษาถึงความแตกต่างของระดับความวิตกกังวลเฉพาะตัวกับเฉพาะสถานการณ์ ของบุคคลในการเข้าร่วมการแข่งขันฮ็อกกี้น้ำแข็ง ซึ่งเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและเป็นนักกีฬา จำนวน 103 คน ให้ผู้เข้าร่วมทดลองทำแบบทดสอบ ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา (Sport Competition Anxiety test) และทดสอบความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ (State Anxiety Inventory) ได้ทำการทดสอบก่อน (pre - test) และหลัง (Post - test) ใน 3 สถานการณ์คือ การฝึกหัดการแข่งขัน และหลังการแข่งขัน ผลปรากฏว่าทั้งสถานการณ์การฝึกหัด การแข่งขัน และหลังการแข่งขันแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และในการทดสอบก่อน (Pre - test) และทดสอบภายหลัง (Post - test) ทั้ง 3 สถานการณ์คือ การฝึกหัด การแข่งขัน และหลังการแข่งขันแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเช่นเดียวกัน



Pre - test _ _ _ _ _

Post - test _____ ค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะสถานการณ์
(A - State) ใน 3 สถานการณ์

ซิงเกอร์ (Singer. 1980 : 249) ได้ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลและการเรียนรู้ความสัมพันธ์นี้ สามารถแสดงให้เห็นโดยลักษณะตัวยูคว่ำ (inverted - U hypothesis) ซึ่งเป็นข้อความที่กล่าวว่า "การปฏิบัติปรับปรุงให้ดีขึ้นได้ด้วยการเพิ่มระดับความวิตกกังวลไปจนถึงจุดระดับปานกลาง ซึ่งถ้าเพิ่มความวิตกกังวลมากขึ้นอีกจะมีผลทำให้การปฏิบัติลดลง"



ระดับของความวิตกกังวล

ไวน์เบิร์ก และ จินุชชี (Weinberg and Genuchi. 1980 : 148 - 154) ได้ทำการศึกษาความวิตกกังวลของนักกอล์ฟระดับวิทยาลัยใน 63 ทัวร์นาเมนต์ แบ่งเป็น 3 กลุ่มคือ พวกที่มีความวิตกกังวลสูง พวกที่มีความวิตกกังวลระดับปานกลาง และพวกที่มีความวิตกกังวลต่ำ วัดความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะตัว ก่อนการแข่งขัน และความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะสถานการณ์ในวันก่อนการแข่งขัน ผู้เข้าร่วมทดลองที่ทำคะแนนความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะตัวต่ำ จะทำคะแนนความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะสถานการณ์ต่ำด้วยเช่นกัน และจะปฏิบัติได้ดีกว่าผู้เข้าแข่งขันที่ทำคะแนนความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะตัวกับความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะสถานการณ์ได้ในระดับกลางและระดับสูง ผู้เข้าแข่งขันทั้งหมดจะมีความวิตกกังวลในตอนเริ่มทัวร์นาเมนต์มากกว่าตอนจบทัวร์นาเมนต์

สันสตรอม และ เบอรันาโด (Sonstrome and Bernado. 1982 : 235 - 245) ได้ศึกษาผู้เริ่มเล่นเทนนิส เป็นหญิง 30 คน ระดับมหาวิทยาลัยแล้วแบ่งเป็น 3 กลุ่มคือ พวกที่มีความวิตกกังวลต่ำ พวกที่มีความวิตกกังวลกลาง และพวกที่มีความวิตกกังวลสูง วัดความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะตัว และความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะสถานการณ์ ก่อนการแข่งขันจำนวน 3 ครั้งของทัวร์นาเมนต์ พบว่า ความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะตัวของการแข่งขันทำนายความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะสถานการณ์ได้อย่างดีที่สุด แต่ความล้มเหลวในความสัมฤทธิ์ผลมีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับการปฏิบัติ คือ พบว่า พวกที่ทำคะแนนความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะสถานการณ์ได้สูง จะมีความสัมพันธ์กับการปฏิบัติการเล่นได้ดีที่สุด

พาสเซอร์ (Passer. 1983 : 33) ได้ศึกษาความวิตกกังวลของเด็กชายอายุต่างกัน พบว่า เด็กชายที่เป็นนักฟุตบอลอายุ 14 - 15 ปี มีความวิตกกังวลต่อการแข่งขัน (Competitive Trait Anxiety) ($M = 19.70$) มากกว่าเด็กชายอายุ 10 - 13 ปี ($M = 17.08$)

คูด และคนอื่น ๆ (Cook and others. 1983 : 460 - 465) ได้ติดตามผลนักกอล์ฟชาย 103 คน ในการแข่งขัน 3 วัน ซึ่งเป็นนักกอล์ฟที่มีชื่อเสียงมากของทัวร์นาเมนต์หนึ่ง ได้แบ่งความสามารถของนักกอล์ฟออกเป็น 3 ระดับคือ นักกอล์ฟระดับสูง นักกอล์ฟระดับกลาง และนักกอล์ฟระดับต่ำ ข้อค้นพบจากการศึกษาครั้งนี้แสดงให้เห็นว่า ความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะสถานการณ์ (State Anxiety) มีความสัมพันธ์กับความสามารถ (Ability) อย่างเช่น นักกอล์ฟที่มีความ

สามารถเล่นได้ดีในวันแรกของการแข่งขัน วันต่อมาจะมีความวิตกกังวลมากกว่านักกอล์ฟที่เล่นได้ไม่ค่อยดีในวันแรก ตลอด 3 วัน ความวิตกกังวลที่ต่ำนั้นจะทำให้ความสามารถในการปฏิบัติของนักกอล์ฟสูงขึ้น แต่บางส่วนนั้นเป็นส่วนที่เกิดจากนักกอล์ฟนั้นมีความสามารถต่ำ ในการปฏิบัติการนั้นอยู่แล้ว

อดัม พิมพา (2526 : 17 - 19) ได้อ้างจากแมคโกแวน (McGowan) คอนเนล (Connell) เดบอย (Deboy) และแมคแกฟฟิคาน (McGaffican) ซึ่งทำการวิจัยดังต่อไปนี้คือ

แมคโกแวน (McGowan) ทำการศึกษาในปี ค.ศ. 1968 เรื่องผลของสถานการณ์การแข่งขันที่มีต่อความสามารถทางกลไกของนักเรียนชายระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ที่มีความวิตกกังวลสูงและต่ำ เพื่อศึกษาผลของระดับความวิตกกังวลดังกล่าวที่มีต่อความสามารถในการปฏิบัติงานของนักเรียน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ IPAT Self Analysis Form ซึ่งคิดค้นโดยแคทเทล (Cattell) และเชียร์ (Sheier) โดยนำไปทดสอบนักเรียนชาย 330 คน เพื่อจำแนกกลุ่มออกเป็น 2 พวกดังกล่าว จากนั้นยังได้ใช้ข้อทดสอบ (Field Goal Speed Test ของ Modified Johnson Basketball Ability Test วัดความสามารถทางกลไกอีกด้วย ปรากฏผลการศึกษา ดังนี้

1. การเล่นกีฬาของกลุ่มที่มีความวิตกกังวล ในสถานการณ์การแข่งขันดีเด่นกว่าการเล่นกีฬาในสถานการณ์เฉพาะบุคคลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p < .05$)
2. การเล่นกีฬาของกลุ่มที่มีความวิตกกังวลต่ำในสถานการณ์การแข่งขัน ไม่มีความดีเด่นกว่าการเล่นกีฬาในสถานการณ์เฉพาะบุคคล
3. เมื่อดูผลความแตกต่างระหว่างสถานการณ์เฉพาะบุคคลแล้ว การเล่นกีฬาของทั้งสองกลุ่มในสถานการณ์การแข่งขัน ไม่มีความแตกต่าง

คอนเนล (Connell) ได้ทำการศึกษาในปี ค.ศ. 1967 เรื่อง "อิทธิพลของการแข่งขันที่มีต่อระดับความวิตกกังวลของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงของสถาบัน" คอนเนลได้ให้แบบทดสอบความวิตกกังวลชื่อ "State Trait Inventory" (STAI) ซึ่งคิดค้นโดย สปีลเบอร์เกอร์ คอร์ช และ ลูชิน (Spielberger, Gorsuch and Lushene) ไปทดสอบกับนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงของวิทยาลัยสปริงฟิลด์ (Springfield College) จำนวน 11 คน อายุระหว่าง 17 - 21 ปี

ผลการศึกษาพบว่า

1. ตัวกลาง (Mean) ของความวิตกกังวลเฉพาะตัว (Trait Anxiety) ไม่มีความแตกต่างกันในสถานการณ์ระหว่างก่อนเหตุการณ์แข่งขัน และหลังเหตุการณ์แข่งขัน
2. มีความแตกต่างกันในระดับความวิตกกังวลเมื่ออยู่ในสภาพหลังการแข่งขัน ตัวแปรที่ทำให้ระดับความวิตกกังวลหลังการแข่งขัน มีนัยสำคัญเพราะการแพ้ของทีม
3. มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ระหว่างระดับความวิตกกังวลของการแข่งขัน 3 ครั้ง ที่มีลักษณะความวิตกกังวลต่ำ สาเหตุที่สำคัญคือ องค์ประกอบ 2 ประการ ได้แก่ ระดับความซับซ้อนของการแข่งขันกับปฏิกิริยาทางอารมณ์ที่ตอบสนองต่อการแพ้ของทีม

เดบอย (Deboy) ได้ทำการศึกษาในปี ค.ศ. 1972 เรื่อง "ผลของกีฬาทางน้ำ มวยปล้ำ วอลเลย์บอล และแบดมินตัน ที่มีต่อระดับความวิตกกังวลของนักกีฬาชายระดับอุดมศึกษาที่มีความวิตกกังวลสูงมาก (Hyperanxious)" จุดมุ่งหมายของการวิจัยเพื่อศึกษาผลของกีฬาทางน้ำ มวยปล้ำ วอลเลย์บอล และแบดมินตัน ว่ามีต่อระดับความวิตกกังวลสูงมาก และเป็นแบบเรื่อรังในนักกีฬาชายระดับอุดมศึกษาอย่างไร เครื่องมือที่ใช้ในการทดสอบคือ "IPAT Self - Analysis Form" ซึ่งใช้ทดสอบนักกีฬาชาย จำนวน 145 คน อายุระหว่าง 18 - 21 ปี ที่วิทยาลัยสปริงฟิลด์ (Springfield College) เพื่อหาค่าระดับความวิตกกังวล ผลการศึกษาพบว่า

โปรแกรมของกีฬาทั้ง 2 โปรแกรม มีผลต่อระดับความวิตกกังวลที่เป็นแบบเรื่อรังในนักกีฬาชายได้ แต่ไม่มีโปรแกรมใดที่ให้ผลดีกว่าอีกโปรแกรมหนึ่ง

แมคแกฟฟิคาน (McGaffican) ทำการศึกษาในปี ค.ศ. 1982 เรื่อง "ความสัมพันธ์ระหว่างระดับความวิตกกังวลกับระดับสมรรถภาพทางกายของผู้บริหารบริษัท" จุดมุ่งหมายของการวิจัยเพื่อศึกษาระดับของความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ของบุคคล ระดับสมรรถภาพทางกาย และ / หรืออายุของบุคคลกลุ่มตัวอย่าง เป็นผู้บริหารบริษัทโทรศัพท์ จำนวน 37 คน และเครื่องมือที่ใช้ทดสอบคือ "State Trait Anxiety Inventory (STAI)" เพื่อวัดระดับความวิตกกังวลกับ "Astrand Work Test" โดยใช้กับจักรยานวัดงาน เพื่อหาสมรรถภาพทางกายด้วยวิธีของ "Aerobic Capacity" จากชีพจรเพื่อปฏิบัติงานก่อนถึงระดับสูงสุด (Submaximal Work) ผลการศึกษาพบว่า อายุความวิตกกังวลเฉพาะตัว และระดับสมรรถภาพทางกายไม่เป็นตัวบ่งชี้

ความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ได้อย่างมีนัยสำคัญ ($p > .05$) นอกจากนั้น ความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ของบุคคลกลุ่มนี้ไม่อาจกำหนดได้จากระดับความวิตกกังวลเฉพาะตัว ระดับสมรรถภาพทางกายหรืออายุของเขาเหล่านั้น

จากผลของการวิจัยในด้านต่าง ๆ ของความวิตกกังวลภายในประเทศและต่างประเทศ จะเห็นได้ว่า ความวิตกกังวลมีอิทธิพลต่อการเล่นกีฬาและการเรียนรู้ทักษะ ซึ่งมีสาเหตุมาจากสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ได้หลายประการ และแล้วแต่ละบุคคลที่แตกต่างกันทั้งในสภาพเฉพาะตัวและสถานการณ์ เมื่อนักกีฬามีความวิตกกังวลจึงเป็นหน้าที่ของผู้ฝึกกีฬาต้องเสาะหาสาเหตุและพยายามให้ความวิตกกังวลอยู่ในระดับปานกลาง ฉะนั้นผู้ฝึกกีฬาหรือผู้เกี่ยวข้องควรจะทำให้ความสนใจในเรื่องนี้เป็นอย่างยิ่ง

สมมติฐานในการศึกษาค้นคว้า

ข้อ 101

ข้อ 3 และ 5 เปลี่ยนจากคำว่า
เป็น เป็น เป็น 5 รายการ

1. ความวิตกกังวลลักษณะทั่วไป ของนักกีฬาประเภทบุคคล ^{และ} ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันมีความแตกต่างกัน

2. ความวิตกกังวลลักษณะทั่วไป ของนักกีฬาระหว่างประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันมีความแตกต่างกัน

3. ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา ของนักกีฬาประเภทบุคคล ^{และ} ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ระหว่างก่อนการแข่งขันนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศมีความแตกต่างกัน

4. ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา ของนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศมีความแตกต่างกัน

5. ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา ของนักกีฬาระหว่างประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศมีความแตกต่างกัน

บทที่ 3

วิธีดำเนินการ

เพื่อให้เป็นไปตามจุดมุ่งหมายที่กำหนดไว้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการเป็นขั้นตอน ดังต่อไปนี้

- การเลือกกลุ่มตัวอย่าง
- เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
- วิธีดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล
- การวิเคราะห์ข้อมูล
- สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

กลุ่มตัวอย่าง

เป็นนักศึกษาชาย จากการแข่งขันกีฬาวิทยาลัยพลศึกษาทั่วประเทศ ครั้งที่ 14 ณ กรุงเทพมหานคร ระหว่างวันที่ 1 - 9 ธันวาคม 2531 จำนวนทั้งสิ้น 1,403 คน และสุ่มมาเป็นกลุ่มตัวอย่างได้จำนวน 758 คน ซึ่งทำการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) คิดเป็นร้อยละ 54.03 ของวิทยาลัยพลศึกษา 17 แห่ง คือ

- | | |
|------------------------------------|-------------------------------------|
| 1. วิทยาลัยพลศึกษากรุงเทพ | 10. วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดอ่างทอง |
| 2. วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดเชียงใหม่ | 11. วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดศรีสะเกษ |
| 3. วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดยะลา | 12. วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดชุมพร |
| 4. วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดชลบุรี | 13. วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดลำปาง |
| 5. วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดมหาสารคาม | 14. วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดกระบี่ |
| 6. วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดอุดรธานี | 15. วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดตรัง |
| 7. วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสมุทรสาคร | 16. วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดเพชรบูรณ์ |

8. วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสุพรรณบุรี

17. วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดชัยภูมิ

9. วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสุโขทัย

ในการแข่งขันกีฬาวินัยพลศึกษาทั่วประเทศครั้งนี้ มีนักกีฬาชายรวมทั้งสิ้น 1,403 คน

จากกีฬาประเภทต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

1. กีฬาประเภทบุคคล	จำนวน	296 คน	คือ
1.1 นักกีฬาว่ายน้ำ	จำนวน	82 คน	
1.2 นักกรีฑา	จำนวน	178 คน	
1.3 นักกีฬายิมนาสติก	จำนวน	36 คน	
2. กีฬาประเภททีม	จำนวน	850 คน	คือ
2.1 นักกีฬาบาสเกตบอล	จำนวน	130 คน	
2.2 นักกีฬาฟุตบอล	จำนวน	310 คน	
2.3 นักกีฬาฮอลเลย์บอล	จำนวน	146 คน	
2.4 นักกีฬาเซปักตะกร้อ	จำนวน	176 คน	
2.5 นักกีฬาเทนนิส	จำนวน	46 คน	
2.6 นักกีฬาเทเบิลเทนนิส	จำนวน	42 คน	
3. กีฬาประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว	จำนวน	257 คน	คือ
3.1 นักกีฬามวยสากล	จำนวน	82 คน	
3.2 นักกีฬามวยไทย	จำนวน	79 คน	
3.3 นักกีฬายูโด	จำนวน	96 คน	

ตาราง 1 แสดงกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามประเภทและกีฬา

ประเภท	กีฬา	กลุ่มประชากร	กลุ่มตัวอย่าง	
			นัดแรก	รอบชิงชนะเลิศ
บุคคล	ว่ายน้ำ	82	56	24
	กรีฑา	178	102	53
ทีม	บาสเกตบอล	130	130	22
	ฟุตบอล	310	292	22
การต่อสู้ป้องกันตัว	มวยสากล	82	82	16
	ยูโด	96	96	16
รวม	—	—	758	135

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ใช้แบบทดสอบความวิตกกังวล 2 ฉบับ คือ

1. แบบทดสอบความวิตกกังวลลักษณะโดยทั่วไปของบุคคล (General Trait Scale = G T S) เป็นแบบสอบถามประเมินตนเอง (Self Evaluation Questionnaire) จำนวน 8 ข้อ ซึ่งได้ดัดแปลงมาจากแบบทดสอบความวิตกกังวลชื่อ "State - Trait Anxiety Inventory" ชื่อย่อว่า "S T A I" ของ ซี. เอฟ. สปีลเบิร์กเกอร์ (C.F. Spielberger) อาร์. แอล. กอร์ซัค (R.L. Gorsuch) และ อาร์. ลูชัน (R. Lushene) ซึ่งอุดม พินพา

ได้เรียบเรียงขึ้นเป็นภาษาไทย

แบบทดสอบความวิตกกังวล (S T A I) นี้ได้มีการหาค่าความเที่ยงตรง (Validity) แล้วโดยเปรียบเทียบกับแบบทดสอบความวิตกกังวลของ แคทเทล (Cattell's I P A T) แบบทดสอบความวิตกกังวลของ เทลเลอร์ (Taylor's M A S) ได้หาค่าความเที่ยงตรง .75 : .77, .78 : .83 ตามลำดับ (Connell. 1976 : 20 ; อ้างอิงมาจาก Spielberger. 1970 : 8)

2. แบบทดสอบวัดความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา (Sport Competition Anxiety Test = SCAT) เป็นแบบสอบถามประเมินตนเอง (Self Evaluation Questionnaire) จำนวน 15 ข้อ ที่สร้างขึ้นโดย อี.จี.มาร์เตนส์ (E.G. Martens) ซึ่ง อุดม พิมพา ได้เรียบเรียงขึ้นเป็นภาษาไทย

แบบทดสอบความวิตกกังวล (S C A T) นี้ มาร์เตนส์ (Blucker. 1982 : 98 ; อ้างอิงมาจาก Martens. 1977 : 7) ได้รายงานแบบทดสอบความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬามีความสัมพันธ์กับคะแนนความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะสถานการณ์ของนักกีฬา (SCAT - A - state) คือ $r = .64$ และเปรียบเทียบกับความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะตัวกับลักษณะเฉพาะสถานการณ์ (State - A - Trait) คือ $r = .30$

ตัวอย่าง

- ข้าพเจ้ารู้สึกตื่นเร้า
- ○ ข้าพเจ้าใจเย็น สงบ และเป็นตัวเอง
- ○ ○ ก่อนการแข่งขันข้าพเจ้ากระวนกระวายใจ

วิธีการตอบแบบสอบถาม

ในแบบสอบถามมีช่องให้เลือก 3 ช่อง ให้นักกีฬาพิจารณาแต่ละข้อที่ตรงกับความรู้สึกมากที่สุด โดยให้เลือกเพียงคำตอบเดียว และตอบทุกข้อ ห้ามเว้นว่าง และเมื่อรวมคะแนนแล้วได้คะแนนน้อย แสดงว่ามีความวิตกกังวลน้อย ถ้าได้คะแนนสูง แสดงว่ามีความวิตกกังวลสูง (วัฒนา ศรีสัตย์วาจา. 2527 : 8)

1. หาความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบทดสอบความวิตกกังวล 2 ฉบับโดยหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อันดับ (OO - coefficient) ของครอนบาค (Cronbach)
2. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลลักษณะทั่วไปของนักศึกษาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันโดยใช้สถิติ (t - Independent)
3. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลลักษณะทั่วไปของนักศึกษา ระหว่างนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันโดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One - Way Analysis of Variance) เมื่อผลทดสอบสมมติฐานมีความแตกต่างกันนำไปทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่โดยใช้วิธี นิวแมน - คูลส์ (Newman - Keuls Method)
4. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ระหว่างก่อนการแข่งขันในนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศ โดยใช้สถิติ (t - Dependent)
5. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันในนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศ โดยใช้สถิติ (t - Independent)
6. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักกีฬา ระหว่างนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันในนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศ โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One - Way Analysis of Variance) เมื่อผลทดสอบสมมติฐานมีความแตกต่างกัน นำไปทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่โดยใช้วิธี นิวแมน - คูลส์ (Newman - Keuls Method)
7. ตรวจสอบนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้นำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยเครื่องคอมพิวเตอร์ ใช้โปรแกรม SPSS[®] จากวิทยาลัยครูมหาสารคาม ดังนี้คือ

1. หาความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบทดสอบความวิตกกังวลทั้ง 2 ฉบับ โดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach)
2. สถิติพื้นฐาน
 - 2.1 หาค่ามัธยฐานเลขคณิต (Arithmetic mean)
 - 2.2 หาค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation)
3. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความวิตกกังวล ของนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขัน โดยใช้สถิติ (t - Independent)
4. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลของนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ระหว่างก่อนการแข่งขันในนัดแรก และรอบชิงชนะเลิศ โดยใช้สถิติ (t - Dependent)
5. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลของนักกีฬาระหว่างนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขัน โดยการวิเคราะห์หาความแปรปรวนทางเดียว (One - Way Analysis of Variance)
6. เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ เมื่อพบว่านักกีฬาประเภทใดมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ โดยใช้วิธีการทดสอบเป็นรายคู่ของ นิวแมน - คูลส์ (Newman - Keuls Method)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

N	แทน	จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง
$\bar{X}$	แทน	ค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวล
S.D	แทน	ความเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน
t	แทน	ค่าสถิติที่ใช้ในการพิจารณา t - distribution
F	แทน	ค่าสถิติที่ใช้ในการพิจารณา F - distribution
SS	แทน	Sum of Square
MA	แทน	Mean of Square
df	แทน	ขั้นแห่งความอิสระ

เปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่โดยใช้วิธีทดสอบเป็นรายคู่ของ นิวแมน - คูลส์ (Newman - Keuls Method)

ในขั้นนี้ได้เสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล และการแปลความหมายของการวิเคราะห์ข้อมูล ประกอบ ซึ่งแบ่งออกตามลำดับดังนี้คือ

1. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลลักษณะทั่วไป ของนักกีฬา ประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันโดยใช้สถิติ (t - Independent)

2. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลลักษณะทั่วไป ของนักกีฬา ระหว่างประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันโดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One - Way Analysis of Variance) เมื่อผลทดสอบสมมติฐานมีความแตกต่างกัน นำไปทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่โดยใช้วิธี นิวแมน - คูลส์

(Newman - Keuls Method)

3. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา ของนักกีฬา ประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ระหว่างก่อนการแข่งขันในนัดแรกกับ รองชิงชนะเลิศ โดยใช้สถิติ (t - Dependent)

4. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา ของนักกีฬา ประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันในนัดแรกและรอบ ชิงชนะเลิศ โดยใช้สถิติ (t - Independent)

5. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา ระหว่าง นักกีฬาระหว่างประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันใน นัดแรกและรอบชิงชนะเลิศ โดยการวิเคราะห์หาความแปรปรวนทางเดียว (One - Way Analysis of Variance) เมื่อผลทดสอบสมมติฐานมีความแตกต่างกัน นำไปทดสอบความ แตกต่างเป็นรายคู่ โดยใช้วิธี นิวแมน - คูลส์ (Newman - Keuls Method)

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ความวิตกกังวลลักษณะทั่วไป ของนักกีฬา ประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขัน ดังปรากฏตามตาราง

ตาราง 2 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลลักษณะทั่วไป ของนักกีฬาประเภทบุคคล ระหว่างนักกีฬาวัยน้ำและนักกรีฑา ก่อนการแข่งขัน

กีฬาประเภทบุคคล	ความวิตกกังวลลักษณะทั่วไป		t
	N	X	
กีฬาวัยน้ำ	24	15.0	2.4055*
กีฬา กรีฑา	35	13.6571	

$$P < .05 \quad (t = 2.000)$$

จากตาราง 2 แสดงว่าความวิตกกังวลลักษณะทั่วไปของนักกีฬาประเภทบุคคล ระหว่างนักกีฬาวัยน้ำและนักกรีฑา ก่อนการแข่งขันแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 3 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลลักษณะทั่วไป ของนักกีฬาประเภททีม ระหว่างนักกีฬาสเกตบอลกับนักกีฬาฟุตบอล ก่อนการแข่งขัน

กีฬาประเภททีม	ความวิตกกังวลลักษณะทั่วไป		t
	N	X	
กีฬาสเกตบอล	22	14.5455	2.5559*
กีฬาฟุตบอล	22	12.8636	

$$P < .05 \quad (t = 2.021)$$

จากตาราง 3 แสดงว่าความวิตกกังวลลักษณะทั่วไปของนักกีฬาประเภททีม ระหว่างนักกีฬาสเกตบอลกับนักกีฬาฟุตบอล ก่อนการแข่งขันแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 4 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลลักษณะทั่วไป ของนักกีฬาประเภทการต่อสู้ป้องกันตัวระหว่างนักกีฬามวยสากลกับนักกีฬายูโด ก่อนการแข่งขัน

กีฬาประเภทการต่อสู้ป้องกัน	ความวิตกกังวลลักษณะทั่วไป		t
	N	X	
กีฬามวยสากล	16	14.0625	0.1541
กีฬายูโด	16	13.9375	

$$P > .05 \quad (t = 2.042)$$

จากตาราง 4 แสดงว่าความวิตกกังวลลักษณะทั่วไปของนักกีฬาประเภทการต่อสู้ป้องกันตัวระหว่างนักกีฬามวยสากลและนักกีฬายูโด ก่อนการแข่งขันไม่แตกต่างกัน

2. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลลักษณะทั่วไป ของนักกีฬา ระหว่างนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขัน ดังปรากฏ ตามตาราง 5

ตาราง 5 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของความวิตกกังวลลักษณะทั่วไปของนักศึกษา
ระหว่างนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขัน

แหล่งของความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	2	5.86	2.93	0.57
ภายในกลุ่ม	132	676.11	5.12	
รวมทั้งหมด	134	681.97		

$$P > .05 \quad (F = 3.0)$$

จากตาราง 5 แสดงว่าความวิตกกังวลลักษณะทั่วไปของนักกีฬาระหว่างนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันไม่แตกต่างกัน

3. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัวระหว่างก่อนการแข่งขันในนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศ ดังปรากฏตามตาราง 6 - 12

ตาราง 6 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา ของนักกีฬาว่ายน้ำ ระหว่างก่อนการแข่งขันนัดแรก กับรอบชิงชนะเลิศ

กีฬาว่ายน้ำ	ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา		t
	N	X	
การแข่งขันนัดแรก	24	17.9583	1.5285
การแข่งขันนัดชิงชนะเลิศ	24	19.1250	

$$P > .05 \quad (t = 2.021)$$

จากตาราง 6 แสดงว่าความวิตกกังวลเพื่อการแข่งขันกีฬานักกีฬาว่ายน้ำ ระหว่างก่อนการแข่งขันนัดแรกกับชิงชนะเลิศไม่แตกต่างกัน

ตาราง 7 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา ของนักกรีฑา
ระหว่างก่อนการแข่งขันในนัดแรก กับรอบชิงชนะเลิศ

กีฬา กรีฑา	ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา		t
	N	X	
การแข่งขันนัดแรก	35	17.20	2.2449*
การแข่งขันนัดชิงชนะเลิศ	35	18.4857	

$$P < .05 \quad (t = 2.000)$$

จากตาราง 7 แสดงว่าความวิตกกังวลเพื่อการแข่งขันกีฬานักกรีฑา ระหว่างก่อน
การแข่งขันในนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ระดับ .05

ตาราง 8 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา ของนักบาสเกตบอล ระหว่างก่อนการแข่งขันนัดแรก กับรอบชิงชนะเลิศ

กีฬาบาสเกตบอล	ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา		t
	N	X	
การแข่งขันนัดแรก	22	18.3182	0.8650
การแข่งขันนัดชิงชนะเลิศ	22	19.1364	

$$P > .05 \quad (t = 2.021)$$

จากตาราง 8 แสดงว่าความวิตกกังวลเพื่อการแข่งขันกีฬานักกีฬาบาสเกตบอล ระหว่างก่อนการแข่งขันนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศ ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 9 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา ของนักกีฬาฟุตบอล ระหว่างก่อนการแข่งขันนัดแรก กับรอบชิงชนะเลิศ

กีฬาฟุตบอล	ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา		t
	N	X	
การแข่งขันนัดแรก	22	17.1364	0.8250
การแข่งขันนัดชิงชนะเลิศ	22	18.9252	

$$P > .05 \quad (t = 2.021)$$

จากตาราง 9 แสดงว่าความวิตกกังวลเพื่อการแข่งขันกีฬานักกีฬาฟุตบอลระหว่างก่อนการแข่งขันนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศ ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 10 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา ของนักกีฬามวยสากล ระหว่างก่อนการแข่งขันนัดแรก กับรอบชิงชนะเลิศ

กีฬามวยสากล	ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา		t
	N	X	
การแข่งขันนัดแรก	16	17.6875	3.7258*
การแข่งขันนัดชิงชนะเลิศ	16	20.6250	

$$P < .05 \quad (t = 2.042)$$

จากตาราง 10 แสดงว่าความวิตกกังวลเพื่อการแข่งขันกีฬาของนักกีฬามวยสากล ระหว่างก่อนการแข่งขันนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 .

ตาราง 11 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา ของนักกีฬาโยโด ระหว่างก่อนการแข่งขันนัดแรก กับรอบชิงชนะเลิศ

กีฬาโยโด	ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา		t
	N	X	
การแข่งขันนัดแรก	16	17.3125	-0.2845
การแข่งขันนัดชิงชนะเลิศ	16	17.5625	

$$P > .05 \quad (t = 2.042)$$

จากตาราง 11 แสดงว่าความวิตกกังวลเพื่อการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาโยโด ระหว่างก่อนการแข่งขันนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศ ไม่แตกต่างกัน

4. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความวิตกกังวล เพื่อแข่งขันกีฬาของนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศ ดังปรากฏตามตาราง 12 - 17

ตาราง 12 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา ของนักกีฬาประเภทบุคคล ระหว่างนักกีฬาว่ายน้ำกับนักกรีฑา ก่อนการแข่งขันในนัดแรก

กีฬาประเภทบุคคล	ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา		t
	N	X	
กีฬาว่ายน้ำ	24	17.9583	1.1620
กีฬากรีฑา	35	17.20	

$$P > .05 \quad (t = 2.000)$$

จากตาราง 12 แสดงว่าความวิตกกังวลเพื่อการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาประเภทบุคคล ระหว่างนักกีฬาว่ายน้ำกับนักกรีฑา ก่อนการแข่งขันในนัดแรก ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 13 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ความวิตกกังวล เพื่อแข่งขันกีฬาของนักกีฬาประเภทบุคคล ระหว่างนักกีฬาวัยน้ำกับนักกรีฑา ก่อนการแข่งขันในรอบชิงชนะเลิศ

กีฬาประเภทบุคคล	ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา		t
	N	X	
กีฬาวัยน้ำ	24	19.1250	0.9183
กีฬากรีฑา	35	18.4857	

$$P > .05 \quad (t = 2.000)$$

จากตาราง 13 แสดงว่าความวิตกกังวลเพื่อการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาประเภทบุคคล ระหว่างนักกีฬาวัยน้ำกับนักกรีฑา ก่อนการแข่งขันในรอบชิงชนะเลิศ ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 14 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักกีฬาประเภททีม ระหว่างนักกีฬาสเกตบอลกับนักกีฬาฟุตบอล ก่อนการแข่งขันในนัดแรก

กีฬาประเภททีม	ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา		t
	N	X	
กีฬาสเกตบอล	22	18.3182	1.2743
กีฬาฟุตบอล	22	17.1364	

$$P > .05 \quad (t = 2.021)$$

จากตาราง 14 แสดงว่าความวิตกกังวลเพื่อการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาประเภททีม ระหว่างนักกีฬาสเกตบอลกับนักกีฬาฟุตบอล ก่อนการแข่งขันในนัดแรก ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 15 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักกีฬาประเภททีม ระหว่างนักกีฬาสเกตบอลกับนักกีฬาฟุตบอล ก่อนการแข่งขันในรอบชิงชนะเลิศ

กีฬาประเภททีม	ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา		t
	N	X	
กีฬาสเกตบอล	22	19.1364	2.3766*
กีฬาฟุตบอล	22	17.1364	

$$P < .05 \quad (t = 2.021)$$

จากตาราง 15 แสดงว่าความวิตกกังวลเพื่อการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาประเภททีม ระหว่างนักกีฬาสเกตบอลกับนักกีฬาฟุตบอล ก่อนการแข่งขันในรอบชิงชนะเลิศ แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 16 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักกีฬาประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ระหว่างนักกีฬามวยสากลกับนักกีฬายูโด ก่อนการแข่งขันในนัดแรก

กีฬาประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว	ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา		t
	N	X	
กีฬามวยสากล	16	17.6875	0.1422
กีฬายูโด	16	17.5625	

$$P > .05 \quad (t = 2.042)$$

จากตาราง 16 แสดงว่าความวิตกกังวลเพื่อการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ระหว่างนักกีฬามวยสากลกับนักกีฬายูโด ก่อนการแข่งขันในนัดแรก ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 17 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักกีฬาประเภท
การต่อสู้ป้องกันตัว ระหว่างนักกีฬามวยสากลกับนักกีฬายูโด ก่อนการแข่งขันในรอบชิงชนะเลิศ

กีฬาประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว	ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา		t
	N	X	
กีฬามวยสากล	16	20.6250	4.2014**
กีฬายูโด	16	17.3125	

$$P < .05 \quad (t = 2.042)$$

$$P < .01 \quad (t = 2.750)$$

จากตาราง 17 แสดงว่าความวิตกกังวลเพื่อการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาประเภทการ
ต่อสู้ป้องกันตัว ระหว่างนักกีฬามวยสากลกับนักกีฬายูโด ก่อนการแข่งขันในรอบชิงชนะเลิศ
แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความวิตกกังวล เพื่อแข่งขันกีฬาระหว่าง
นักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันในนัดแรกและ
รอบชิงชนะเลิศ ดังปรากฏตามตาราง 18 - 19

ตาราง 18 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา ของนักศึกษา ระหว่างนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขัน ในนัดแรก

แหล่งของความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	2	1.22	0.61	0.08
ภายในกลุ่ม	132	954.97	7.23	
รวมทั้งหมด	134	956.19		

$$P > .05 \ (F = 3.000)$$

จากตาราง 18 แสดงว่าความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักศึกษา ระหว่างนักกีฬา ประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันในนัดแรกไม่แตกต่างกัน

ตาราง 19 แสดงผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนของความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา ของนักกีฬา ระหว่างนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันในรอบชิงชนะเลิศ

แหล่งของความแปรปรวน	df	SS	MS	F
ระหว่างกลุ่ม	2	15.06	7.53	1.02
ภายในกลุ่ม	132	977.34	7.40	
รวมทั้งหมด	134	992.40		

$$P > .05 \quad (F = 3.000)$$

จากตาราง 19 แสดงว่าความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักกีฬา ระหว่างนักกีฬา ประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันในรอบชิงชนะเลิศ ไม่แตกต่างกัน

บทที่ 5

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายในการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อทราบความวิตกกังวลลักษณะทั่วไป (General Trait) ของนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขัน

2. เพื่อทราบความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา (Sport Competition Anxiety) ของนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันในนัดแรก และรอบชิงชนะเลิศ

3. เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลลักษณะทั่วไป ของนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขัน

4. เพื่อทราบเปรียบเทียบวิตกกังวลลักษณะทั่วไป ของนักกีฬา ระหว่างนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขัน

5. เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา ของนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ระหว่างก่อนการแข่งขันในนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศ

6. เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา ของนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันในนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศ

7. เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา ระหว่างของนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันในนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศ

วิจัยการวิจัย,
กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ คือนักกีฬาชายประเภทบุคคล จำนวน 158 คน ประเภททีม จำนวน 422 คน และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว จำนวน 178 คน รวมจำนวนทั้งสิ้น 758 คน ซึ่งทำการสุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Sampling) คิดเป็นร้อยละ 54.03 จากการแข่งขันกีฬาวินัยพลศึกษาทั่วประเทศครั้งที่ 14 ณ กรุงเทพมหานคร ระหว่างวันที่ 1 - 9 ธันวาคม 2531

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

แบบทดสอบความวิตกกังวล 2 ฉบับ ซึ่งอุดม พินพา เรียบเรียงขึ้นเป็นภาษาไทย ดังนี้คือ

1. แบบทดสอบวัดความวิตกกังวลลักษณะโดยทั่วไปของบุคคล (General Trait Scale = GTS) ของ ซี.เอฟ. สปีลเบอร์เกอร์ (C.F. Spielberger) อาร์.แอล. กอร์ซัค (R.L. Gorsuch) และ อาร์.ลูชิน (R. Lushene) จำนวน 8 ข้อ
2. แบบทดสอบวัดความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา (Sport Competition Anxiety Test = SCAT) ของ อี.จี. มาร์เตนส์ (E.G. Martens) จำนวน 15 ข้อ

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้นำข้อมูลเฉพาะนักกีฬาประเภทต่าง ๆ ที่เข้าชิงชนะเลิศมาวิเคราะห์ในครั้งแรก และรอบชิงชนะเลิศ โดยเครื่องคอมพิวเตอร์ ใช้โปรแกรม SPSS[®] จากวิทยาลัยครูมหาสารคาม ดังนี้ คือ

1. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลลักษณะทั่วไป ของนักกีฬา ประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันโดยใช้สถิติ (t - Independent)

2. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลลักษณะทั่วไป ระหว่างนักกีฬา ประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันโดยการวิเคราะห์ ความแปรปรวนทางเดียว (One - Way Analysis of Variance) เมื่อผลทดสอบสมมติฐานมีความแตกต่างก็นำไปทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่โดยใช้วิธี นิวแมน - คูลส์ (Newman - Keuls Method)

3. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา ของนักกีฬา ประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ระหว่างก่อนการแข่งขันนัดแรกกับ รอบชิงชนะเลิศ โดยใช้สถิติ (t - Dependent)

4. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา ของนักกีฬา ประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศ โดยใช้สถิติ (t - Independent)

5. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อการแข่งขันกีฬา (Sport Competition Anxiety) ระหว่างนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศ โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One - Way Analysis of Variance) เมื่อผลทดสอบสมมติฐานมีความแตกต่างกัน นำไปทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ โดยใช้วิธี นิวแมน - คูลส์ (Newman - Keuls Method)

6. ตรวจสอบนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

6.1.1 สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ในการวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลลักษณะทั่วไปของนักกีฬา ประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัวก่อนการแข่งขัน พบว่า

1.1 ความวิตกกังวลลักษณะทั่วไปของนักกีฬาประเภทบุคคลระหว่างนักกีฬาวัยน้ำ กับนักกีฬาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

1.2 ความวิตกกังวลลักษณะทั่วไปของนักกีฬาประเภททีม ระหว่างนักกีฬา บาสเกตบอลกับนักกีฬาฟุตบอลแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

1.3 ความวิตกกังวลลักษณะทั่วไปของนักกีฬาประเภทการต่อสู้ป้องกันตัวระหว่างนักกีฬามวยสากลกับนักกีฬายูโด ไม่แตกต่างกัน

2. ความวิตกกังวลลักษณะทั่วไปของนักกีฬา ระหว่างนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัวก่อนการแข่งขันไม่แตกต่างกัน

3. ในการวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬานักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัวระหว่างก่อนการแข่งขันในนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศ พบว่า

3.1 ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬานักกีฬาว่ายนํ้า ระหว่างก่อนการแข่งขันในนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศไม่แตกต่างกัน

3.2 ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬานักกรีฑา ระหว่างก่อนการแข่งขันในนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.3 ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬานักกีฬาบาสเกตบอล ระหว่างก่อนการแข่งขันในนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศไม่แตกต่างกัน

3.4 ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬานักกีฬาฟุตบอล ระหว่างก่อนการแข่งขันในนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศไม่แตกต่างกัน

3.5 ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬานักกีฬามวยสากล ระหว่างก่อนการแข่งขันในนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศไม่แตกต่างกัน

3.6 ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬานักกีฬายูโด ระหว่างก่อนการแข่งขันในนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศไม่แตกต่างกัน

4. การวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา ของนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทต่อสู้ป้องกันตัวก่อนการแข่งขันในนัดแรก และรอบชิงชนะเลิศ พบว่า

4.1 ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬานักกีฬาประเภทบุคคล ระหว่างนักกีฬาว่ายนํ้ากับนักกรีฑา ก่อนการแข่งขันในนัดแรกไม่แตกต่างกัน

4.2 ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักกีฬาประเภทบุคคล ระหว่างนักกีฬายูโด กับนักกรีฑา ก่อนการแข่งขันในรอบชิงชนะเลิศไม่แตกต่างกัน

4.3 ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักกีฬาประเภททีม ระหว่างนักกีฬาสเกตบอร์ด กับนักกีฬาฟุตบอล ก่อนการแข่งขันในนัดแรกไม่แตกต่างกัน

4.4 ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักกีฬาประเภททีม ระหว่างนักกีฬาสเกตบอร์ด ก่อนการแข่งขันในรอบชิงชนะเลิศ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4.5 ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักกีฬาประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ระหว่างนักกีฬามวยสากล กับนักกีฬายูโด ก่อนการแข่งขันในนัดแรกไม่แตกต่างกัน

4.6 ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักกีฬาประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ระหว่างนักกีฬามวยสากล กับนักกีฬายูโด ก่อนการแข่งขันในรอบชิงชนะเลิศ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5. การวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาระหว่างนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันในนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศ พบว่า

5.1 ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักกีฬาระหว่างนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันในนัดแรกไม่แตกต่างกัน

5.2 ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักกีฬาระหว่างนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันในรอบชิงชนะเลิศไม่แตกต่างกัน

สรุป อภิปรายผล

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้างนี้ มีพื้นฐานทางด้านกีฬาล้ำคลึงกันเพราะ เป็นนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัวของวิทยาลัยพลศึกษา ซึ่งมีการเรียนการสอน การฝึกซ้อม และทักษะการกีฬาใกล้เคียงกัน จึงมีความเหมาะสมสำหรับการศึกษาค้างนี้และแบบทดสอบความวิตกกังวลที่นำมาใช้ในการศึกษาค้างนี้ เป็นแบบทดสอบมาตรฐาน ซึ่งมี

ความเชื่อมั่นเดิมสูง และก่อนที่จะนำมาใช้ในการศึกษาครั้งนี้ได้นำมาทดลองใช้กับนักกีฬาสเกตบอล และนักกีฬาฟุตบอลชายของมหาวิทยาลัยครุพุทธชินราช ซึ่งพบว่า แบบทดสอบความวิตกกังวลลักษณะทั่วไปของนักกีฬา (General Trait Scales) มีความเชื่อมั่นสูง ($r = .8662$) และแบบทดสอบความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา (Sport Competition Anxiety Test) มีความเชื่อมั่นสูง ($r = .8917$) จึงทำให้การศึกษาค้นคว้าสามารถทดสอบความวิตกกังวลได้อย่างเชื่อมั่น และได้ข้อมูลที่เหมาะสมสำหรับที่จะนำมาใช้ในการวิเคราะห์ผลการศึกษได้อย่างถูกต้อง ดังปรากฏผลต่อไปนี้

1. ความวิตกกังวลทั่วไปของนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัวก่อนการแข่งขัน ผลการวิจัยพบว่า

1.1 ความวิตกกังวลทั่วไปของนักกีฬาประเภทบุคคลระหว่างนักกีฬาวัยน้ำกับนักกรีฑาก่อนการแข่งขัน มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เพราะกีฬาวัยน้ำกับนักกรีฑามีสิ่งแวดล้อมแตกต่างกันโดยเฉพาะสนามการแข่งขันและทักษะทางกีฬาไม่เหมือนกัน เป็นผลให้นักกีฬาที่มีความวิตกกังวลลักษณะทั่วไปแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับ อุดม พิมพา (2526 : 4) กล่าวว่า ความวิตกกังวลเฉพาะตัว คือสิ่งที่มีอยู่ในตัวบุคคล ที่จะบ่งบอกพฤติกรรมเมื่อมีการรับรู้ต่อการเผชิญที่ไม่มีอันตราย การตอบสนองของบุคคลจะมากขึ้นอยู่กับระดับอันตรายนั้น ฉะนั้นนักกีฬาวัยน้ำกับนักกรีฑาจึงมีความวิตกกังวลลักษณะทั่วไปแตกต่างกัน ซึ่งตรงกับ อุดม พิมพา (2526 : 9) กล่าวว่า ความพร้อมทางจิตใจสำหรับนักกีฬาแต่ละประเภทนั้นย่อมแตกต่างกันไป

1.2 ความวิตกกังวลทั่วไปของนักกีฬาประเภททีม ระหว่างนักกีฬาสเกตบอลกับนักกีฬาฟุตบอลก่อนการแข่งขัน มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เพราะกีฬาสเกตบอลกับกีฬาฟุตบอล มีสิ่งแวดล้อม เช่น สนามแข่งขัน หรือเสียงเชียร์จากผู้ดู เป็นต้น และทักษะทางกีฬาแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับผลงานวิจัยของ จันทรพิณฑ์ พลพะวงศ์ (2528 : 59) กล่าวว่า กีฬาสเกตบอล คือการเคลื่อนไหวตามรูปแบบที่สง่างาม ซึ่งมีช้าและเร็วมีการปะชันไหวพริบและคาดการณ์ล่วงหน้า การเล่นสเกตบอล คือรูปแบบเฉพาะที่เคลื่อนไหวมาในสนามซึ่งมีความเร็ว มีการประสานงานกันระหว่างผู้เล่นทั้ง 5 คน เสมือนเล่นเป็นคนเดียวกัน

(อดม พัมพา. 2526 : 9 ; อ้างอิงมาจาก Papanek. 1982 : 64) นอกจากนั้นกีฬา บาสเกตบอล เป็นนักกีฬาแต่ละคนต้องมีความรับผิดชอบตามที่จากสภาพของเกมส์เป็นนักกีฬาที่เล่น โดยการวิ่งไปรอบสนาม มีการเคลื่อนไหว ต้องมีการปะทะกับคนอื่น มีการรวมกลุ่มกัน ซึ่งตรงกับ คำกล่าวของ เอ็ดมุนด์ เบียร์ทิง (2528 : 16) ที่กล่าวว่า การรวมกลุ่มกันเป็นการเพิ่มความ วิตกกังวลให้สูงขึ้นกว่าเดิม นอกจากนั้นเมื่อนักกีฬาถูกกรรมการเป่าฟาวล์ ทำให้เพิ่มความระมัดระวัง เกิดความเครียด และก่อให้เกิดความวิตกกังวลแตกต่างกับนักกีฬาฟุตบอล เพราะกีฬาฟุตบอลนั้น มี โอกาสในการที่จะแก้ตัวในการเล่นได้มากกว่า ฉะนั้นนักกีฬาสเกตบอลกับนักกีฬาฟุตบอลจึงมีความ วิตกกังวลลักษณะทั่วไปแตกต่างกัน

1.3 ความวิตกกังวลทั่วไปของนักกีฬาประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ระหว่างนักกีฬา มวยสากลกับนักกีฬายูโด ก่อนการแข่งขันไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้อาจจะเป็นเพราะว่าลักษณะของกีฬา เป็นเกมปะทะที่คล้ายคลึงกันและนักกีฬาเหล่านี้มีประสบการณ์การแข่งขัน การฝึกซ้อมใกล้เคียงกัน ตลอดจนสนามการแข่งขันทั้ง 2 กีฬา ลักษณะจะคล้ายคลึงกัน เป็นผลให้ความวิตกกังวลลักษณะทั่วไป ของนักกีฬามวยสากลกับนักกีฬายูโดก่อนการแข่งขัน ไม่แตกต่างกัน

2. ความวิตกกังวลลักษณะทั่วไป ของนักกีฬาระหว่างนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัวก่อนการแข่งขัน ไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้อาจจะเป็นเพราะความวิตกกังวล ลักษณะเฉพาะบุคคลหรือลักษณะทั่วไปของนักกีฬาใกล้เคียงกัน อันสืบเนื่องมาจากสิ่งแวดล้อม เช่น สนามแข่งขัน หรือประสบการณ์ในการแข่งขัน การฝึกซ้อมใกล้เคียงกันและเป็นนักกีฬาอยู่ในระดับ เดียวกัน ความวิตกกังวลของนักกีฬาเหล่านี้มีลักษณะใกล้เคียงกันเป็นผลให้ความวิตกกังวลลักษณะ ทั่วไปของนักกีฬา ก่อนการแข่งขัน ไม่แตกต่างกัน

3. ความวิตกกังวลเพื่อเข้าแข่งขันกีฬา ของนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และ ประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ระหว่างก่อนการแข่งขันในนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศ ผลการวิจัยพบว่า

3.1 ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาวัยน้ำระหว่างก่อนการแข่งขันในนัดแรกกับ รอบชิงชนะเลิศ ไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้อาจจะเป็นเพราะในนัดแรกนักศึกษายังไม่สามารถที่จะปรับตัว ให้เข้ากับสถานการณ์การแข่งขันได้ ตลอดจนเสียงเชียร์จากผู้ดู หรือผลจากการแข่งขันที่จะเข้ารอบ ชิงชนะเลิศ จึงทำให้เกิดความวิตกกังวล และขณะเดียวกันในรอบชิงชนะเลิศ มีอิทธิพลจาก

จุดมุ่งหมายการแข่งขัน ความเครียดของโค้ช และระดับความสามารถของนักกีฬา ทำให้เกิดความวิตกกังวล ซึ่งสอดคล้องกับรูบิช (Rubush. 1963 : 498) ได้สรุปผลการวิจัยต่าง ๆ ว่า ความวิตกกังวลที่จะมีต่อการเรียนรู้ ย่อมขึ้นอยู่กับองค์ประกอบต่าง ๆ เช่น ความเข้มของสิ่งเร้า ความยากง่ายหรือสลับซับซ้อนของสิ่งที่เรียน ความสามารถในการปรับตัวของผู้เรียนให้เข้ากับสถานการณ์หรืองานที่เรียนรู้ เป็นผลทำให้นักกีฬามีความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬานั้นครั้งแรกกับรอบชิงชนะเลิศไม่แตกต่างกัน

3.2 ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันของนักกีฬาระหว่างก่อนการแข่งขันในนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เพราะในนัดแรกของการแข่งขัน นักกีฬาเข้าแข่งขันเป็นครั้งแรกยังไม่คุ้นเคยกับสิ่งแวดล้อมในสภาพของการแข่งขัน ตั้งแต่สถานที่แข่งขัน ทีมคู่ต่อสู้ จึงทำให้เกิดความวิตกกังวล ดังที่ มาเตนส์ (อดัม พิมพ์า. 2526 : 5 ; อ้างอิงมาจาก Martens. 1970) กล่าวว่า ความวิตกกังวลมีรากฐานมาจากแรงกระตุ้นที่มีสาเหตุและก่อให้เกิดการรับรู้ว่าจะมีการล้มเหลวและอันตรายต่อตนเอง ทำให้ร่างกายตอบสนองโดยความวิตกกังวลแบบเฉพาสถานการณ์ (A - State) และในรอบชิงชนะเลิศนักกีฬาจะตื่นเต้น เคร่งเครียดเนื่องจากเป็นรอบที่สำคัญของการแข่งขัน เพราะถ้าพลาดจากการแข่งขันจะทำให้ไม่มีโอกาสได้แก้ตัว

3.3 ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬานักกีฬาบาสเกตบอล ระหว่างก่อนการแข่งขันในนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศ ไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้อาจจะเนื่องจากในนัดแรกนักกีฬายังไม่คุ้นเคยกับสิ่งแวดล้อม เช่น สนามแข่งขันเสียงเชียร์ และวิธีการเล่นของคู่ต่อสู้ ทำให้ไม่สามารถปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมได้ ขณะเดียวกันในรอบชิงชนะเลิศนั้น นักกีฬามุ่งที่จะต้องการชัยชนะตลอดจนเสียงเชียร์จากผู้ดู ทำให้ความวิตกกังวลก่อนการแข่งขันในนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศ ไม่แตกต่างกัน

3.4 ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬานักกีฬาฟุตบอลระหว่างก่อนการแข่งขันในนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศ ไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้อาจจะเป็นเพราะว่า ในนัดแรกนั้นนักกีฬาฟุตบอลยังไม่สามารถปรับความคุ้นเคยกับสนามการแข่งขันและทำการแข่งขันกับทีมที่มีความสามารถ จึงทำให้เกิดความวิตกกังวลค่อนข้างสูง และขณะเดียวกันในรอบชิงชนะเลิศนั้น เสียงเชียร์จากคนดู

ความเครียดของโค้ช ตลอดจนจุดมุ่งหมายของการแข่งขัน จึงทำให้ระดับความวิตกกังวลไม่แตกต่างกัน

3.5 ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักกีฬามวยสากล ระหว่างก่อนการแข่งขันนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เพราะกีฬามวยสากลเป็นกีฬาที่ต้องมีการปะทะกันระหว่างการแข่งขันทลอดเวลา มีกติกา มีหน้าที่รับผิดชอบเฉพาะ ทำให้ความเครียดความวิตกกังวล ได้แก่ เสียงเชียร์ของผู้ดู และรอบของการแข่งขัน โดยเฉพาะในรอบชิงชนะเลิศ ซึ่งสอดคล้องกับการวิจัยของ จันทรพิมพ์ พลพงษ์ (2528 : 57) พบว่า ความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ (State Anxiety) ของนักกีฬาประเภททีม ที่มีการปะทะ (บาสเกตบอล) ก่อนการแข่งขันและหลังการแข่งขันของคู่ชิงชนะเลิศในรอบแรก รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ มีความแตกต่างกัน

3.6 ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักกีฬา 유도 ระหว่างก่อนการแข่งขันนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศ ไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้อาจจะเป็นเพราะในรอบชิงชนะเลิศ นักกีฬามีความคุ้นเคยกับสภาพการแข่งขัน และรู้พื้นฐานความสามารถของคู่ต่อสู้ ตลอดจนมีทักษะทางกีฬายิ่งขึ้น ซึ่งสอดคล้อง ฮัทสัน (Mutson. 1968 : 29) ได้ศึกษานักเรียนที่มีทักษะของการขี่ม้ามีความวิตกกังวลแนวโน้มลดลง เป็นผลทำให้ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันของนักกีฬา 유도 ระหว่างก่อนการแข่งขันนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศ ไม่แตกต่างกัน

4. ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา ของนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศ ผลการวิจัยพบว่า

4.1 ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาระหว่างประเภทบุคคล คือนักกีฬาว่ายน้ำกับนักกรีฑา ก่อนการแข่งขันนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศ ไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้อาจเป็นเพราะนักกีฬาเหล่านี้มีประสบการณ์ในการแข่งขัน การฝึกซ้อมใกล้เคียงกัน และเป็นนักกีฬาอยู่ในระดับเดียวกัน เป็นผลทำให้ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักกีฬาว่ายน้ำกับนักกีฬากรีฑาก่อนการแข่งขันนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศ ไม่แตกต่างกัน

4.2 ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาระหว่างประเภททีม คือนักกีฬาบาสเกตบอลกับนักกีฬาฟุตบอลล ก่อนการแข่งขันนัดแรก ไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้อาจจะเป็นเพราะนักกีฬาเหล่านี้มี

ประสบการณ์ในการแข่งขัน การฝึกซ้อมใกล้เคียงกัน และเป็นนักกีฬาอยู่ในระดับเดียวกัน เป็นผลทำให้ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันของนักกีฬาสเกตบอลกับนักกีฬาฟุตบอลก่อนการแข่งขันในนัดแรก ไม่แตกต่างกัน ส่วนในรอบชิงชนะเลิศ ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เพราะกีฬาสเกตบอลกับกีฬาฟุตบอลเป็นกีฬาที่มีลักษณะการเล่นและกฎกติกาแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับการวิจัยของ จันทร์พิมพ์ พลพะวงศ์ (2528 : 57) กล่าวว่า กีฬาสเกตบอลเป็นกีฬาที่ทุกคนจะต้องมีการปะทะกันระหว่างการแข่งขันตลอดเวลา มีกติกาหน้าที่รับผิดชอบเฉพาะ ที่ทำให้นักกีฬามีความเครียดตลอดเวลา นอกจากนั้นสิ่งที่มีอิทธิพลในการแข่งขันต่อนักกีฬาที่ทำให้เกิดความเครียด ความวิตกกังวล ได้แก่ กรรมการผู้ตัดสินเสียงเชียร์ของผู้ดู และรอบของการแข่งขัน โดยเฉพาะรอบสุดท้าย ซึ่งมีความหมายสำหรับทีม ฉะนั้นจึงมีความวิตกกังวลแตกต่างกับนักกีฬาฟุตบอล เพราะกีฬาฟุตบอลนั้นผู้เล่น ๑ ในสนามที่กว้างและมีโอกาสในการเล่นที่จะแก้ตัวในการเล่นได้มากกว่า

4.3 ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาระหว่างประเภทการต่อสู้ป้องกันคือ นักกีฬามวยสากล กับนักกีฬา 유도 ก่อนการแข่งขันในนัดแรก ไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้อาจจะเป็นเพราะนักกีฬาเหล่านี้มีประสบการณ์ในการแข่งขัน การฝึกซ้อมใกล้เคียงกัน และเป็นนักกีฬาอยู่ในระดับเดียวกัน เป็นผลทำให้ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาของนักกีฬามวยสากลกับนักกีฬา 유도 ก่อนการแข่งขันในนัดแรก ไม่แตกต่างกัน ส่วนในรอบชิงชนะเลิศความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬามีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ทั้งนี้เพราะ ในรอบชิงชนะเลิศของการแข่งขัน นักกีฬามีความเครียด ความวิตกกังวลดังที่ เลวิต (Levitt. 1967 : 13 - 15) กล่าวว่า ความเข้มข้นของความวิตกกังวลที่เกิดขึ้น ย่อมขึ้นอยู่กับสิ่งเร้าด้วย และความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์จะมีความเข้มข้นสูง ด้วยเหตุนี้นักกีฬามวยสากลกับนักกีฬา 유도 มีความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาก่อนการแข่งขัน แตกต่างกัน

5. ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬา (Sport Competition Anxiety) ระหว่างนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันในนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศ ไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้อาจจะเป็นเพราะทั้งในนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศนั้น นักกีฬามีความตื่นเต้น ความเคร่งเครียด ความกังวลใจตลอดเวลา คือนัดแรกอาจจะไม่คุ้นเคยกับสภาพ

การแข่งขัน ได้แก่ สนามแข่งขันหรือเสียงเชียร์จากผู้ดู ผลของการแข่งขัน และระดับความสามารถของนักกีฬา โดยเฉพาะในรอบชิงชนะเลิศนั้นนักกีฬาไม่สามารถปรับตนเองให้มีความวิตกกังวลลดลงได้ เพราะมีผลจากการแพ้และชนะ เป็นผลทำให้ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาระหว่างนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันในนัดแรก และรอบชิงชนะเลิศ ไม่แตกต่างกัน

ข้อเสนอแนะ

1. ควรนำแบบทดสอบนี้ไปทดสอบกับนักกีฬาทุกประเภทที่จะทำการแข่งขัน เพื่อผลในการฝึกและแข่งขันกีฬาที่เป็นประโยชน์ต่อไป
2. ควรนำแบบทดสอบนี้ไปศึกษาเปรียบเทียบความวิตกกังวลระหว่างนักกีฬาชายกับนักกีฬาหญิง
3. ควรนำแบบทดสอบนี้ไปศึกษาเกณฑ์ปกติของความวิตกกังวลระดับต่ำ ระดับปานกลาง และระดับสูงของนักกีฬาแต่ละสถาบัน
4. การศึกษาครั้งต่อไป ควรศึกษาเฉพาะกีฬาอย่างใดอย่างหนึ่ง เช่น ระยะเวลาวิ่งของกรีฑา เป็นต้น เพื่อให้การวิเคราะห์ข้อมูลได้ผลชัดเจนยิ่งขึ้น

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- จิรินทร์ ธานีรัตน์. คู่มือกีฬา. พิมพ์ครั้งที่ 2. สำนักพิมพ์โอเดียนสโตร์, 2527.
- เจริญ กระบวนรัตน์. "การฝึกทางด้านจิตวิทยาก่อนการแข่งขัน," วารสารศึกษา.
พลศึกษา สันตนาการ. 8(4) : 19 - 29 ; ตุลาคม 2525.
- จำรอง เงินดี. ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลกับคุณธรรมด้านทาน บริจาค ความ
อ่อนโยน ความไม่โกรธ และความอดทนของนิสิตมหาวิทยาลัย. ปรินฎานันท์
กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2519. อัดสำเนา.
- จันทร์พิมพ์ พลพงษ์. ความวิตกกังวลของนักกีฬาประเภททีม. ปรินฎานันท์ กศ.ม.
กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2528. อัดสำเนา.
- ชูศรี วงศ์รัตน์. เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย. โรงพิมพ์และทำปกเจริญผล 2527.
- ชาญวิทย์ เทียมบุญประเสริฐ. วิธีการทางสถิติสำหรับการวิจัย. สำนักทดสอบทางการศึกษา
และจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2529.
- ดุษฎี ชุมสาย, มล. จิตวิทยาในชีวิตประจำวัน. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช,
2508.
- ประสาร มาลากุล ณ อยุธยา. เอกสารประกอบการสอนวิชาจิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพฯ :
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2513.
- พลศึกษา, กรม, กระทรวงศึกษาธิการ. จิตวิทยาการศึกษาเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : ม.ป.ท.,
2527.
- มานิต ณอมพวงเสรี. ความวิตกกังวลและความรู้สึกรับผิดชอบของอาจารย์ในวิทยาลัยครู.
ปรินฎานันท์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,
2522. อัดสำเนา.

ล้วน สายยศ และ อังคณา สายยศ. หลักการวิจัยทางการศึกษา. กรุงเทพฯ :

โรงพิมพ์ทวีกิจการพิมพ์, 2524.

วัฒนา ศรีสัตย์วาจา. ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวล และคุณธรรมบางประการของนิสิต

มหาวิทยาลัย. ปริณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประสานมิตร, 2517. อัดสำเนา.

นิภา มีสวัสดิ์. การศึกษาผลของวิธีการกำจัดความรู้สึกอ่อนไหวอย่างเป็นระบบ ในการลด

ความรู้สึกกลัวในการพูดหน้าชั้นของนิสิต มศว. ประสานมิตร. ปริณิพนธ์ กศ.ม.

กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2523. อัดสำเนา.

วรรณ วัชรธรรม. การศึกษาเปรียบเทียบความวิตกกังวล ความต้องการผลสัมฤทธิ์ และ

ความรู้สึกรับผิดชอบของเด็กไทย เชื้อชาติไทย และเด็กไทยเชื้อชาติจีน.

ปริณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร,

2515. อัดสำเนา.

อุดม พิมพ์า. จิตวิทยาการศึกษา. เอกสารประกอบการสอน มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

พลศึกษา, 2526.

_____. ความกังวลกับการเล่นกีฬา. เอกสารประกอบการสอน มหาวิทยาลัย

ศรีนครินทรวิโรฒ พลศึกษา, 2526.

อำพล โอ้งเคลือบ. ความวิตกกังวล ความสามารถในการอ่าน และลักษณะอื่นบางประการของ

บุคลิกภาพ. ปริณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : วิทยาลัยวิชาการศึกษา ประสานมิตร,

2515. อัดสำเนา.

เอี่ยมพร เอียรหิรัญ. อิทธิพลของความกลัวและสถานการณ์เงื่อนไขที่มีต่อความต้องการ

เข้าร่วมกลุ่ม. ปริณิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประสานมิตร, 2522. อัดสำเนา.

- Berger. B.G. "Stress Reduction Following Swimming," In W.P. Morgan and S.E. Glodston, Exercise and Mental Health. Washington D.C. : Hemisphere Publishing Corp, 1983.
- Connell, Kathleen. The Influence of Competition on Anxiety Levels of Women's Intercollegiate Basketball Players. 1976.
- Cook, D., et al. "Relationship among Competition State Anxiety Ability and Golf Performance," Journal of Sport Psychology 5, 1983.
- Deffenbacher, Jerry L. and Suinn, Richard M. "The Self - Control of Anxiety," In Self - Management and Practice. PP. 393 - 399 Edited by Paul Karoly and Frederick H. Kanfer. New York : Pergaman Press, 1982.
- English, Herace B. A Comprehensive Dictionary of Psychological and Psychoanalytical Terms. New York : Longmans, Green and Co., 1958.
- Feldhusen John F. and Denny, Terry. "Teachers and Children's Perceptions of Creativity in High and Low Anxiety Children," Journal of Education Reserch. 58 (10) : 442 - 447
- Hall, Calvins, Gardner and Lindzey. Theories of Personality. 2nd ed., New York : John Willey & Sons, 1970.
- Hillgard, Ernest R. Introduction to Psychology. Englewood Cliff, New York : Harcourt, Hall, Inc., 1968.
- Hutson, Margaret. The Relationship of Anxiety Level to Learning Skills in Beginning Horseback Riding. Master's Thesis, University of North Carolina at Greensboro, 1966.

- Llewellyn, Jack H. and Blucker, Judy A. Psychology of Coaching : Theory and Application. Maimi, Florida, Florida International University. 1982.
- Jersild, Arthur I. Child Psychology. 6th ed., New York Jersey : Prentice - Hall. Inc., 1968.
- Levitt, Eugene E. The Psychology of Anxiety. New York : Bobbs Marrill Company, Inc.
- Matens, R : Sport Competition Anxiety (SCAT). Champaign, II : Human kineticy, 1977
- Morgan W.P. "Anxiety, Reduction following Acute Physical Activity," Psychiatric Annuals. 9, : 141 - 147, 1979.
- Mowrer O.H. "Anxiety and Learning," in Contribution to Modern Psychology. Editied by Don E. Dulany, Jr., and others, New York : University Press, 1963.
- Novazyk, Todd D. "A Comparison of Trait and State Anxiety Levels between Three Divisions of Youth Ice Hockey Participants and Trait Anxiety Levels between Athletes and Non - Athletes," Master's Thesis, Mankato State University, 1977.
- Passer Michael M. "Fear of failure, Fear of Evaluation, percerid Competence, and Self - esteem in Competitive - trait - Anxiety Children," Journal of Sport Psychology. S : 172 - 188, 1983.
- Rubush, Briton K. Anxiety in Child Psychology. Edited by Harold W. Stevenson, The National Society in the Study of Education, 1963.
- Sarason, Seymour B. and others. Anxiety in Elementary School. Children New York : John Wily & Sons, Inc., 1960.

- Scanlan, T.K. and Passer, M.W. "Anxiety - Inducing Factors in Competitive Youth Sport" In F.L. Smoll Smith (Eds), Psychological Perspectives in Youth Sports. Washington : Memishere 1978.
- Schuele, Marry Katherine. "The Relationship of Physical Fitness in Woman to Self - Esteem and Lous of Control," Dissertation Abstracts International. 40 (IO) : 5380 - 5381 - A, April. 1979.
- Singer, Robert N. Motor Learning and Human Performance. 3rd ed., New York : Macmillan Publishing co., 1980.
- Slevin, Robert Lee. The Influence of Trait and State Anxiety upon the Performance of Novel Gross Motor Tasks under Conditions of Competition and Audience. Thesis (Ed.D) Louisiana state University, 1970.
- Spielberger C.D., Gorsuch R.L. and Lushene R. STAI manual for the State - trait Inventory. Pato AHO, California ; Consulting Psychologist Press, 1970.
- Sonstrom R.J. and Bernerdo P. Intraind Vidual Pregame State Anxiety and Basketball Performance : A re - examination of the Inverted - U Curve Journal of Sport Psychology. 4 : 235 - 245, 1982.
- Swift, W Porter. General Psychology. New York : McGraw - Hill book Company, 1969
- Tutko, Thomas H. "Anxiety" in Leonard A Larson, Encyclopedia of sport Sciences and Medicine. New York : Macmillan co , P : 932 - 933, 1971.

Wallach, Michael A. and Kogan, Wathan. Mode of Thinking in Young Children. Holt, Rinehart and Winston, Inc., 1965.

Weinberg R.S. and Genuchi M. "Relationship between Competitive Trait Anxiety, State Anxiety and Golf Performance : A field study," Journal Sport Psychology. 2 : 148 - 154, 1980.

ภาคผนวก
แบบสอบถามประเมินผลตนเอง
(Self - Evaluation Questionnaire)

แบบสอบถามประเมินผลตนเอง
(Self - Evaluation Questionnaire)

ตอนที่ 2 แบบทดสอบเพื่อแข่งขันกีฬา (SCAT)

ชื่อ อายุ ปี สถานศึกษา
ประเภทกีฬา รอบของการแข่งขัน วันที่ เดือน
พ.ศ.

คำอธิบาย : ต่อไปนี้คือลักษณะที่บุคคลรู้สึกเมื่อเข้าแข่งขันกีฬา อ่านแต่ละข้อความแล้ว
ตัดสินใจเลือกว่าคุณรู้สึกอย่างไร เช่น แทบจะไม่เคย บางครั้ง หรือ เกือบทุกครั้ง ตามลักษณะ
เช่นนั้น โดยวงกลมรอบ ทางขวามือ ๑ ลักษณะนั้น ๆ ข้อความเหล่านี้ไม่มีถูกหรือผิด

รายการ	แทบจะไม่เคย	บางครั้ง	เกือบทุกครั้ง
1. การแข่งขันกีฬากับบุคคลอื่นรู้สึกสนุกสนานดี.....			✓
2. ก่อนจะแข่งขันข้าพเจ้ารู้สึกไม่สบายใจ.....		✓	
3. ก่อนเข้าแข่งขันข้าพเจ้ากลัวว่าจะเล่นได้ไม่ดี..	✓	✓	
4. ข้าพเจ้าเป็นนักกีฬาที่ดีเมื่อแข่งขัน.....			✓
5. เมื่อแข่งกีฬาข้าพเจ้ากลัวในงานที่ทำผิด.....		✓	
6. ก่อนแข่งขันข้าพเจ้าสงบใจ.....		✓	
7. การตั้งจุดมุ่งหมายมีความสำคัญเมื่อแข่งขันกีฬา...			✓
8. ก่อนแข่งขันข้าพเจ้ารู้สึกหะอิดพะอิมในท้อง.....		✓	

รายการ	แทบจะไม่เคย	บางครั้ง	เกือบทุกครั้ง
9. พอจะลงแข่งขันข้าพเจ้าสังเกตว่าหัวใจของ ข้าพเจ้าเต้นเร็วผิดปกติ.....	✓		
10. ข้าพเจ้าชอบแข่งขันในกีฬาที่ต้องใช้พลังงาน มากพอ.....		✓	
11. ก่อนแข่งขันข้าพเจ้ารู้สึกผ่อนคลาย.....			✓
12. ก่อนแข่งขันข้าพเจ้ากระวนกระวาย.....		✓	
13. กีฬาประเภททีมจะตื่นเต้นกว่ากีฬาประเภท บุคคล.....		✓	
14. ข้าพเจ้ารู้สึกตื่นเต้นอยากเริ่มแข่งขันเสียที.....	✓		
15. ก่อนแข่งขันข้าพเจ้ามักจะรู้สึกเกร็ง- เคร่งเครียด.....	✓		

เกณฑ์การให้คะแนน

การตรวจให้คะแนนนั้นใช้เฉลย (Key) ดังต่อไปนี้

<u>ตอนที่ 1</u> (GTS) ข้อ 1, 4, 7 ให้ค่าคะแนน	แทบจะไม่เคย	3
	บางครั้ง	2
	เกือบทุกครั้ง	1
ข้อ 2, 3, 5, 6, 8 ให้ค่าคะแนน	แทบจะไม่เคย	1
	บางครั้ง	2
	เกือบทุกครั้ง	3
 <u>ตอนที่ 2</u> (SCAT) ข้อ 2, 3, 5, 8, 9, 12, 14, 15		
ให้ค่าคะแนน	แทบจะไม่เคย	1
	บางครั้ง	2
	เกือบทุกครั้ง	3
ข้อ 6 และ 11 ให้ค่าคะแนน	แทบจะไม่เคย	3
	บางครั้ง	2
	เกือบทุกครั้ง	1
ข้อ 1, 4, 7, 10, และ 13 ไม่มีคะแนนให้		

ประวัติของผู้วิจัย

ชื่อ ธงชัย ชื่อสกุล สุกติ

เกิดวันที่ 21 เดือนพฤศจิกายน

สถานที่เกิด

สถานที่อยู่ปัจจุบัน

ตำแหน่งหน้าที่การงาน

สถานที่ทำงานปัจจุบัน

พุทธศักราช 2498

56 หมู่ 5 ตำบลวังหิน อำเภอเมือง จังหวัดตาก

บ้านเลขที่ 1/16 ถนนสุโขทัย - กำแพงเพชร

ตำบลบ้านกล้วย อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย

อาจารย์ 1 ระดับ 4

วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสุโขทัย

อำเภอเมือง จังหวัดสุโขทัย (611512)

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2515

มัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนตากพิทยาคม อำเภอเมือง
จังหวัดตาก

พ.ศ. 2517

มัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนยุพราชวิทยาลัย
อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

พ.ศ. 2519

ป.กศ. (พลศึกษา) วิทยาลัยพลศึกษา จังหวัดเชียงใหม่

พ.ศ. 2521

กศ.บ. (พลศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พลศึกษา
กรุงเทพมหานคร

พ.ศ. 2531

กศ.ม. (พลศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร กรุงเทพมหานคร