

ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขัน
กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25

ปริญญานิพนธ์
ของ
พรณรงค์ ไกรรอด

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา
พฤษภาคม 2552

ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขัน
กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25

ปริญญานิพนธ์
ของ
พรณรงค์ ไกรรอด

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา
พฤษภาคม 2552
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขัน
กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25

บทคัดย่อ
ของ
พรณรงค์ ไกรรอด

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา
พฤษภาคม 2552

พรณรงค์ ไกรรอด. (2552). ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม:
อาจารย์ ดร. พิมพา ม่วงศิริธรรม ผู้ช่วยศาสตราจารย์เจียมศักดิ์ พานิชชัยกุล

การวิจัยครั้งนี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาและเปรียบเทียบระดับของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 จำนวน 142 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของมาร์เตนส์ นำผลที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าเฉลี่ย ร้อยละ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน วิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว และทดสอบความแตกต่างโดยวิธีการของเซฟเฟ

ผลการวิจัยพบว่า

1. ระดับของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ในทุกรอบของการแข่งขันพบว่า นักกีฬาฟุตบอลมีความวิตกกังวลทางกายอยู่ในระดับต่ำ ($\bar{X} = 18.48$, S.D. = 5.97) ความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเองอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 20.02$ และ 29.14, S.D. = 6.82 และ 6.58 ตามลำดับ)

2. ระดับของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 มีดังนี้

2.1 จำแนกตามรอบของการแข่งขัน พบว่า

2.1.1 นักกีฬาฟุตบอลมีความวิตกกังวลทางกายใน รอบแรก รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยพบว่า ความวิตกกังวลทางกายของนักกีฬาฟุตบอลในรอบรองชนะเลิศ ($\bar{X} = 21.30$) สูงกว่าในรอบแรก ($\bar{X} = 18.48$) และในรอบสองกับรอบรองชนะเลิศ ($\bar{X} = 19.86$ และ 21.30 ตามลำดับ) สูงกว่าในรอบชิงชนะเลิศ ($\bar{X} = 16.36$)

2.1.2 นักกีฬาฟุตบอลมีความวิตกกังวลทางจิตในรอบแรก รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ ไม่แตกต่างกัน

2.1.3 นักกีฬาฟุตบอลมีความเชื่อมั่นในตนเองในรอบแรก รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยพบว่า ความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาฟุตบอลในรอบแรก ($\bar{X} = 29.14$) สูงกว่าในรอบสองและรอบชิงชนะเลิศ ($\bar{X} = 23.80$ และ 25.50 ตามลำดับ) และในรอบรองชนะเลิศ ($\bar{X} = 27.25$) สูงกว่าในรอบสอง ($\bar{X} = 23.80$)

2.2 จำแนกตามประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอล พบว่า นักกีฬาฟุตบอลที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอลที่ต่างกัน มีความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความวิตกกังวลทางกาย ความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่แตกต่างกัน

STATE ANXIETY OF FUTSAL PLAYERS AT ATTENDING THE 25th NATIONAL
YOUTH GAMES.

AN ABSTRACT
BY
PORNNARONG GRAIROD

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

Pornnarong Grairod. (2009). *State Anxiety of Futsal Players Attending the 25th National Youth Games*. Master's thesis, M.Ed. (Physical Education). Bangkok: Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee: Dr.Pimpa Moungsirithum, Asst. Prof. Jiamsak Panitchaikul.

The purpose of this research was to study and compare the state anxiety of futsal players attending the 25th National Youth Games. The population comprised 142 players who attended the 25th National Youth Games. The Revised Competitive Sports Anxiety Inventory–2 Test (CSAI–2R) by Martens was used to collect the data. The data were analyzed and presented in terms of percentage, mean, standard deviation, one – way analysis of variance and Sheffe method.

The research results were as follows :

1. The state anxiety levels of futsal players attending the 25th National Youth Games were the somatic anxiety was at low level ($\bar{X}$ = 18.48, S.D. = 5.97), the cognitive anxiety and the self confidence were at medium level ($\bar{X}$ = 20.02 and 29.14, S.D. = 6.82 and 6.58 respectively) in all rounds of the competition.

2. The levels of the state anxiety of the futsal players who attended the 25th National Youth Games were the following :

2.1. When classified by rounds, the findings were as follows :

2.1.1 The state anxiety showed a statistically significant difference on the somatic anxiety of futsal players in all rounds of competition at the .05 level. The somatic anxiety of futsal players in the semi final round ($\bar{X}$ = 21.30) was higher than that in the first round ($\bar{X}$ = 18.48). Meanwhile, the somatic anxiety of the players in the second and semi final rounds ($\bar{X}$ = 19.86 and 21.30 respectively) were higher than that in the final round ($\bar{X}$ = 16.36).

2.1.2 There was no significant difference on the cognitive anxiety of futsal players in all rounds of competition.

2.1.3 The state anxiety showed a statistically significant difference on the self confidence of futsal players in all rounds of competition at the .05 level. The self confidence of futsal players in the first round ($\bar{X}$ = 29.14) was higher than that in the second and final rounds ($\bar{X}$ = 23.80 and 25.50 respectively). Meanwhile, the self confidence of the players in the semi final round ($\bar{X}$ = 27.25) was higher than that in the second round ($\bar{X}$ = 23.80).

2.2. When classified in terms of experiences in playing futsal, the findings showed that there was no significant difference on the state anxiety, somatic anxiety, cognitive anxiety and self confidence of the players with different experiences.

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง
ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขัน
กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25

ของ
พรณรงค์ ไกรรอด

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวัฒนกุล)
วันที่.....เดือน.....พ.ศ. 2552

คณะกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์

คณะกรรมการสอบปากเปล่า

.....ประธาน
(อาจารย์ ดร. พิมพา ม่วงศิริธรรม)

.....ประธาน
(อาจารย์ ดร.พัชรศักดิ์ ธัญประจันบาน)

.....กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์เจียมศักดิ์ พานิชชัยกุล)

.....กรรมการ
(อาจารย์ ดร. พิมพา ม่วงศิริธรรม)

.....กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์เจียมศักดิ์ พานิชชัยกุล)

.....กรรมการ
(อาจารย์ ดร. ไวยพจน์ จันทร์เสม)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความกรุณาอย่างสูงจากอาจารย์ ดร. พิมพาม่วงศิริธรรม และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์เจียมศักดิ์ พานิชชัยกุลประธานและกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ อาจารย์ ดร.พัชรชศักดิ์ รัญประจันบาน ประธานสอบปากเปล่า และ อาจารย์ ดร. ไวยพจน์ จันทรเสม กรรมการเพิ่มเติม ซึ่งได้กรุณาให้คำแนะนำ และแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ของการวิจัย ด้วยดีตลอดเวลา ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาของท่านเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงไว้ในโอกาสนี้

นอกจากนี้ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่านที่ได้ประสิทธิประสาทวิชา ขอขอบพระคุณคณาจารย์ในภาควิชาพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒทุกท่าน ขอขอบคุณ ผู้ฝึกสอน ผู้ตัดสิน และนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ที่ให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม ขอขอบคุณพี่วรรณ เนตรทิพย์ นิสิตปริญญาโทภาคปกติ สาขาวิชาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ ประยุกต์ ที่ให้คำแนะนำเกี่ยวกับสถิติที่ใช้ในการวิจัย รวมทั้งขอบคุณเพื่อนๆ ที่คอยให้กำลังใจ และผู้ที่มีส่วนช่วยสนับสนุนในการเก็บรวบรวมข้อมูล ทำให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี

ขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อเจริญ และคุณแม่อุไร ไกรรอด ผู้ให้กำเนิด เลี้ยงดู อบรม สั่งสอน กราบขอบพระคุณนางสาวฤทัยรัตน์ ไกรรอด คอยให้การสนับสนุน ส่งเสริมการศึกษา และยังคงเป็นกำลังใจที่ดีเสมอมา คุณค่าและประโยชน์ของปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอบอบแต่ผู้มีพระคุณทุกท่านที่กล่าวมาแล้วทั้งหมด

พรณรงค์ ไกรรอด

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง.....	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	3
ความสำคัญของการวิจัย	3
ขอบเขตของการวิจัย.....	3
นิยามศัพท์เฉพาะ	4
กรอบแนวคิดในการวิจัย.....	6
สมมติฐานของการวิจัย	6
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	7
ความหมายของความวิตกกังวล	7
ทฤษฎีเกี่ยวกับความวิตกกังวล.....	11
ประเภทของความวิตกกังวล.....	14
ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลกับการแข่งขันกีฬา	16
ความวิตกกังวลกับการแข่งขันกีฬา.....	18
สาเหตุของความวิตกกังวล	19
ระดับความวิตกกังวล	21
การวัดความวิตกกังวลทางการกีฬา	22
ประวัติการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ	26
ประวัติกีฬาฟุตซอล.....	34
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	42
งานวิจัยในต่างประเทศ	42
งานวิจัยในประเทศ	45

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	51
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง	51
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	52
การเก็บรวบรวมข้อมูล	52
การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	52
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	52
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	52
การวิเคราะห์ข้อมูล	52
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	54
5 บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	66
สังเขปความมุ่งหมาย และวิธีดำเนินการวิจัย	66
สรุปผลการวิจัย.....	67
อภิปรายผล	69
ข้อเสนอแนะ	72
ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป	72
บรรณานุกรม.....	73
ภาคผนวก.....	78
ประวัติย่อผู้วิจัย	83

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 ข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม.....	54
2 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ด้านความวิตกกังวลทางกาย ความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเอง ของนักกีฬา ฟุตซอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 25 ในรอบของการแข่งขัน (N=142).....	56
3 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ทั้ง 3 ด้านของนักกีฬาฟุตซอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 25 รอบแรก รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ.....	57
4 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ของนักกีฬาฟุตซอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ในรอบแรก จำแนกตามประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตซอล.....	59
5 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวของค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลทางกาย ของนักกีฬาฟุตซอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 จำแนกตามรอบของการแข่งขัน ได้แก่ รอบแรก รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ.....	60
6 ผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ด้านความวิตกกังวลทางกายของนักกีฬาฟุตซอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬา เยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 25 โดยวิธีการของเชฟเฟ.....	61
7 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวของค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลทางจิต ของนักกีฬาฟุตซอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 จำแนกตามรอบของการแข่งขัน ได้แก่ รอบแรก รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ.....	61
8 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนค่าเฉลี่ยของด้านความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬา ฟุตซอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 จำแนกตามรอบ ของการแข่งขัน ได้แก่ รอบแรก รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ.....	62
9 ผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความ เชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาฟุตซอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 โดยวิธีการของเชฟเฟ.....	62

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง	หน้า
10 ผลวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวของค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลทางกาย ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 จำแนกตามประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอล.....	64
11 ผลวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวของค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลทางจิต ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 จำแนกตามประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอล.....	64
12 ผลวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวของค่าเฉลี่ยของความเชื่อมั่นในตนเอง ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 จำแนกตามประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอล.....	65

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ

หน้า

1 ระดับความวิตกกังวลหรือสิ่งที่เร้าใจที่เหมาะสม (Anxiety or Optimal Arousal Level) สำหรับชนิดและทักษะกีฬา.....	9
2 แสดงทฤษฎีแรงขับ (Drive Theory).....	11
3 แสดงทฤษฎียู-คว่ำ (Inverted-U Theory).....	12
4 แสดงทฤษฎีฮานินโซนของความเหมาะสม (Hanin's Zone of Optimal Functioning: ZOF).....	14
5 แสดงทฤษฎีอักษรยูคว่ำ และโซนแห่งพลังงานที่เหมาะสม (Zone of Optimal Energy)....	15
6 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลและความสามารถในการเล่นกีฬา.....	17
7 แสดงกระบวนการแข่งขันกีฬากับความวิตกกังวล.....	19
8 ผลปฏิสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความวิตกกังวลทางกาย ความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเอง กับรอบของการแข่งขัน.....	63

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

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

จากการที่รัฐบาลได้กำหนดนโยบายในเรื่องนี้อย่างแน่ชัด คณะรัฐมนตรีจึงได้มีมติเมื่อวันที่ 25 กันยายน 2527 เห็นชอบและอนุมัติให้มีการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติเป็นประจำทุกปี โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมการกีฬาของชาติไทยให้ขยายไปทั่วประเทศและเน้นถึงสุขภาพพลานามัย ปลูกฝังให้เยาวชนมีน้ำใจเป็นนักกีฬา มีระเบียบวินัย และที่สำคัญยิ่งเพื่อเป็นแผนรองรับการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ทำให้เกิดนักกีฬาทิมชาติต่อไป

เนื่องจากสภาพการเปลี่ยนแปลงทางสังคม โดยเป้าหมายเดิมของการกีฬาคือ เพื่อส่งเสริมการออกกำลังกายและเน้นถึงสุขภาพพลานามัย ปลูกฝังให้เยาวชนมีน้ำใจเป็นนักกีฬา มีระเบียบวินัย ได้เปลี่ยนไปสู่การแข่งขันกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ การกีฬาจึงเปลี่ยนเป็นการแข่งขันเพื่อความต้องการการยอมรับ ต้องการเกียรติยศชื่อเสียง ต้องการผลตอบแทนหรือเงินรางวัล ซึ่งเป็นแรงผลักดันให้นักกีฬามุ่งหวังชัยชนะเพียงอย่างเดียว จึงได้มีการนำเอาเทคนิควิธีการต่างๆ มาเสริมเพื่อผลักดันให้ประสบผลสำเร็จตามเป้าหมายที่ต้องการ ดังนั้น นักกีฬาที่มีระดับทักษะของตัวนักกีฬาที่ดี สมรรถภาพทางกายที่ดี ประสิทธิภาพในการแข่งขันก็ดีขึ้นไปถึงเทคโนโลยีต่างๆ ที่นำมาใช้ในการแข่งขัน องค์ประกอบเหล่านี้ถึงแม้จะฝึกหรือพัฒนาได้ดียังไงแต่หากสภาพทางจิตใจของตัวนักกีฬาไม่สมบูรณ์หรือไม่มีความพร้อมก็ย่อมส่งผลถึงการแข่งขันได้เช่นกัน (ณัฐชา สันติปาตี. 2549: 1)

จิตวิทยาการกีฬาเป็นวิทยาศาสตร์แขนงหนึ่งที่นำทฤษฎีและหลักการต่างๆ ทางจิตวิทยา มาประยุกต์ใช้ในการกีฬา มีความมุ่งหมายสำคัญในการเพิ่มขีดความสามารถในการเล่นกีฬาประเภทต่างๆ ของนักกีฬา อย่างไรก็ตามสำหรับนักจิตวิทยาการกีฬาที่แท้จริง ภารกิจสำคัญนอกเหนือจากการมุ่งพัฒนาความสามารถทางการกีฬาของนักกีฬาแล้ว ยังควรจะต้องให้ความสำคัญกับการใช้กีฬาเป็นเครื่องมือในการพัฒนาคุณภาพของคนอีกด้วย หรือสรุปอีกนัยก็คือ นักจิตวิทยาการกีฬานอกจากจะต้องมีบทบาทสำคัญในการช่วยให้นักกีฬาได้พัฒนาศักยภาพทางการกีฬาของตนเองให้ถึงขีดสูงสุดแล้ว ยังต้องให้นักกีฬาได้พัฒนาความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์อีกด้วย

การแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ เป็นการแข่งขันที่บุคคลหลายๆ ฝ่ายต่างให้การสนใจเป็นอย่างมาก เพราะเป็นรายการที่คัดสรรและเฟ้นหานักกีฬาในระดับเยาวชนเพื่อก้าวสู่ระดับทีมชาติ

ในอนาคต จึงทำให้การแข่งขันรายการนี้เต็มไปด้วยนักกีฬาที่มีความเป็นเลิศในแต่ละชนิดกีฬามาเข้าร่วมการแข่งขัน

กีฬาฟุตบอลเพิ่งถูกบรรจุอยู่ในการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ และถือได้ว่าเป็นกีฬาฟุตบอลที่กำลังเป็นที่นิยมอย่างแพร่หลายในทุกระดับ กีฬาฟุตบอลเป็นเกมที่สนุกสนานตื่นเต้น และยังเป็นเกมใหม่ที่ก่อให้เกิดความสนใจไปทั่วประเทศ ซึ่งแน่นอนนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันต่างก็มีการฝึกซ้อมมาเป็นอย่างดีเพื่อหวังที่จะได้รับชัยชนะในการแข่งขันและอาจจะเป็นหนทางหนึ่งที่จะได้ก้าวไปสู่ตัวแทนในระดับชาติต่อไป ดังนั้นนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันก็จะเต็มไปด้วยความวิตกกังวลทั้งจากตัวนักกีฬาเองและจากสภาพแวดล้อมของการแข่งขัน ความวิตกกังวลอาจจะส่งผลให้เกิดผลกระทบต่อนักกีฬาได้ทั้งทางบวกและทางลบทั้งนี้ขึ้นอยู่กับระดับความวิตกกังวล กล่าวคือ ถ้านักกีฬามีความวิตกกังวลที่พอดีก็จะช่วยให้นักกีฬาได้แสดงความสามารถทางการกีฬาออกมาได้อย่างเต็มที่ แต่ถ้าหากนักกีฬามีความวิตกกังวลมากเกินไปหรือต่ำเกินไปก็จะทำให้นักกีฬาแสดงความสามารถต่ำลงนั่นคือ แสดงความสามารถได้ไม่เหมือนกับที่เคยฝึกซ้อมมา ตรงกับ สมบัติ กาญจนกิจ; และ สมหญิง จันทุไทย. (2542: 70) ที่กล่าวว่า ความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นทั้งก่อนการแข่งขัน ระหว่างการแข่งขัน และหลังการแข่งขัน ควรจะอยู่ในระดับพอดี ความวิตกกังวลตามสถานการณ์นั้นมีอิทธิพลต่อระดับการแสดงความสามารถของนักกีฬาโดยตรง คือถ้าระดับความวิตกกังวลหรือระดับการตื่นตัวอยู่ในระดับที่เหมาะสมก็จะทำให้นักกีฬาแสดงความสามารถออกมาได้อย่างสูงสุด แต่ถ้าความวิตกกังวลหรือความตื่นตัวอยู่ในระดับที่มากหรือน้อยเกินความเหมาะสมก็จะทำให้ระดับการแสดงความสามารถต่ำลง

ในการแข่งขันกีฬาในทุกชนิดกีฬา สร้างความกดดันให้กับนักกีฬาซึ่งส่งผลให้นักกีฬามีความวิตกกังวลไปตามสถานการณ์การแข่งขันนั้นด้วย ผู้วิจัยเห็นว่า การแข่งขันกีฬาฟุตบอลเป็นเกมการแข่งขันที่มีความกดดันเกือบตลอดทั้งเกมเช่นกัน เพราะสนามแข่งขันมีขนาดเล็ก การแข่งขันค่อนข้างไว ไม่ว่าจะเป็นการรุก หรือ การป้องกัน ซึ่งล้วนแล้วแต่จะทำให้เกิดความวิตกกังวลตลอดเวลา เพราะหากผิดพลาดเพียงครั้งเดียวก็อาจจะส่งผลกระทบต่อผลการแข่งขัน โดยเฉพาะการแข่งขันที่ต้องการผลแพ้ชนะ มีผลต่อการตกรอบเข้ารอบหรือมีผลต่อรางวัลชนะเลิศ ดังนั้น ทีมใดที่มีความวิตกกังวลที่เหมาะสมหรือสามารถที่จะปรับความวิตกกังวลให้เหมาะสมตามสถานการณ์ได้ย่อมเป็นฝ่ายที่จะได้เปรียบในการแข่งขัน ผู้วิจัยตระหนักถึงความสำคัญของอิทธิพลของความวิตกกังวลที่มีผลต่อประสิทธิภาพในการแข่งขันกีฬาเยาวชน จึงต้องการที่จะศึกษาถึงความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ทั้งนี้ เพื่อที่จะเป็นแนวทางให้แก่ครูพลศึกษา ผู้ฝึกสอน นักกีฬาและเจ้าหน้าที่ในทีมทุกคนที่มีส่วนเกี่ยวข้อง เข้าใจและตระหนักถึงความวิตกกังวลที่เกิดกับตัวนักกีฬา เพื่อที่จะนำไปทำการปรับปรุง แก้ไข สร้างความมั่นใจในการแข่งขันให้แก่นักกีฬาฟุตบอลให้มีสมรรถภาพทางกายและทางจิตที่ดี และสร้างนักกีฬาเพื่อเป็นตัวแทนทีมชาติไทย สร้างชื่อเสียงให้แก่ประเทศชาติ ในการเข้าร่วมการแข่งขันในกีฬาซีเกมส์ เอเชียนเกมส์ กีฬาโอลิมปิกเกมส์ ในโอกาสต่อไป

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25
2. เพื่อเปรียบเทียบระดับของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 จำแนกตามรอบของการแข่งขัน และประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอล

ความสำคัญของการวิจัย

ทราบถึงระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ในแต่ละรอบของการแข่งขัน และนักกีฬาที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอลที่ต่างกัน รวมทั้งเพื่อใช้เป็นแนวทางแก่นักจิตวิทยาการกีฬา ผู้จัดการทีม ผู้ฝึกสอน นักกีฬาและเจ้าหน้าที่ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ในอันที่จะนำความรู้ไปสู่การปฏิบัติและนำไปประยุกต์ใช้กับการฝึกซ้อมและการแข่งขัน เพื่อให้ให้นักกีฬาได้พัฒนาทักษะและแสดงความสามารถทางกีฬาได้สูงสุด

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 จังหวัดกาญจนบุรี ระหว่างวันที่ 15 – 25 มีนาคม พ.ศ. 2552 จำนวน 12 ทีม คือ ทีมสมุทรสาคร สมุทรปราการ กรุงเทพมหานคร ลำปาง สงขลา อ่างทอง ระนอง สุรินทร์ อุตรดิตถ์ พระนครศรีอยุธยา มหาสารคาม ทีมละ 12 คน และ ทีมกาญจนบุรี 10 คน รวมทั้งสิ้น 142 คน ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposively Selected)

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ แบ่งเป็นดังนี้
 - 1.1 รอบของการแข่งขัน ได้แก่
 - รอบแรก 142 คน
 - รอบสอง 94 คน
 - รอบรองชนะเลิศ 48 คน
 - รอบชิงชนะเลิศ 48 คน
 - 1.2 ประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอล
 - น้อยกว่า 3 ปี
 - 3 – 5 ปี
 - มากกว่า 5 ปี ขึ้นไป

2. ตัวแปรตาม ได้แก่ ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอล แบ่งออก ได้เป็น 3 ด้าน

2.1 ความวิตกกังวลทางกาย

2.2 ความวิตกกังวลทางจิต

2.3 ความเชื่อมั่นในตนเอง

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ความวิตกกังวล (Anxiety) หมายถึง สภาพของความรู้สึกของบุคคลที่แสดงถึงความไม่สบายใจ หวาดหวั่น ตึงเครียด ขาดความมั่นคง หากนักกีฬามีความวิตกกังวลสูงจะควบคุมพฤติกรรมของตนเองไม่ได้ เป็นสาเหตุแสดงความสามารถทางการกีฬาออกมาได้ไม่เต็มที่

2. ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (State Anxiety) เป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นระยะหนึ่งในช่วงระยะเวลาสั้นๆ ของนักกีฬาแต่ละบุคคลซึ่งความเข้มของความวิตกกังวลจะขึ้นอยู่กับความสำคัญของสถานการณ์นั้นๆ ถ้าสถานการณ์ใดมีความสำคัญมากก็จะมี ความวิตกกังวลมาก แต่หากสถานการณ์ใดมีความสำคัญน้อยก็จะมี ความวิตกกังวลน้อยตามไปด้วย ซึ่งนักกีฬาที่ประสบความสำเร็จมาแล้วนั้น และจะต้องลงทำการแข่งขันอีกจึงก่อให้เกิดอารมณ์ความรู้สึกกลัว ไม่สบายใจขึ้นได้บ่อยๆ เพราะกลัวว่าตนเองจะเล่นได้ไม่ดีเหมือนเดิม กลัวว่าคู่ต่อสู้จะเก่งกว่า ยิ่งนักกีฬาที่เป็นความหวังของทีมและผู้ชมมากด้วยแล้ว อารมณ์และความวิตกกังวลก็เพิ่มขึ้นมากด้วยเช่นกัน ซึ่งความวิตกกังวลนี้จะมีผลต่อความสามารถทางการกีฬาเสมอ

3. แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (ฉบับปรับปรุง)

(Revised Competitive State Anxiety Inventory -2 (CSAI-2R) หมายถึง แบบทดสอบที่ใช้วัดความวิตกกังวลตามสถานการณ์เป็นแบบวัดแบบเฉพาะเจาะจง ซึ่งแบบทดสอบนี้จะวัดระดับความวิตกกังวลทางกาย (Somatic anxiety) ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive anxiety) และความเชื่อมั่นในตนเอง (Self confidence) โดยพัฒนามาจากแบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ฉบับเดิม

4. ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic anxiety) หมายถึง ความรู้สึกของร่างกายที่เกิดขึ้นจากการตอบสนองต่อสิ่งเร้าของร่างกาย มีลักษณะเฉพาะ และแสดงออกมาทางร่างกาย (ดร. พิชิต เมืองนาโพธิ์ 2543: 2-3)

5. ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive anxiety) หมายถึง ความรู้สึกทางจิตใจของนักกีฬาในการเผชิญหน้ากับความท้าทาย ความเครียดประเภทนี้มักมีสาเหตุมาจากความคิดในแง่ลบของนักกีฬาเป็นความเครียดที่ไม่แสดงออกมาทางร่างกาย (ดร.พิชิต เมืองนาโพธิ์ 2543: 2-3)

6. ความเชื่อมั่นในตนเอง (Self confident) หมายถึง ความแน่ใจ ความมั่นใจ หรือความกล้าหาญของบุคคลที่จะกระทำการสิ่งต่างๆ ให้เสร็จลุล่วงได้ตามที่บุคคลนั้นตั้งใจไว้แม้จะมีเหตุการณ์ใดมาเป็นอุปสรรค และมั่นใจว่าจะสามารถกระทำการสิ่งนั้นได้แล้ว

7. การแข่งขันกีฬาฟุตบอล หมายถึง การแข่งขันกีฬาฟุตบอล ในกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ณ จังหวัดกาญจนบุรี ระหว่างวันที่ 15 -25 มีนาคม พ.ศ. 2552 แบ่งเป็นรอบของการแข่งขัน คือ รอบแรก รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ

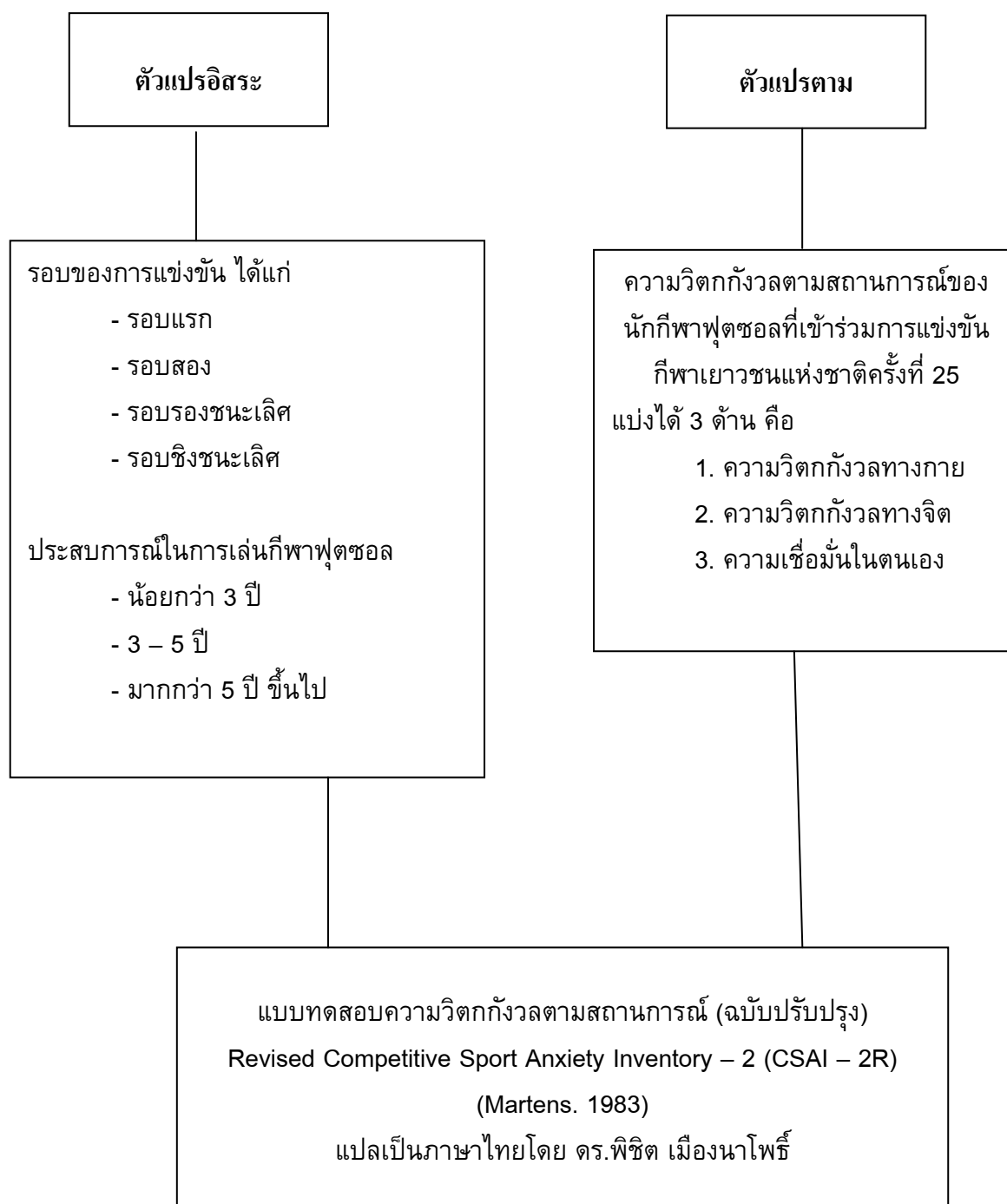
8. นักกีฬาฟุตบอล หมายถึง นักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 จังหวัด กาญจนบุรี ระหว่างวันที่ 15 -25 มีนาคม พ.ศ. 2552 แบ่งออกเป็น 12 ทีมรวมจำนวนนักกีฬาทั้งสิ้น 142 คน ประกอบด้วย

- | | |
|-----------------------------------|---------------------------------|
| 1. ทีมสมุทรสาคร จำนวน 12 คน | 2. ทีมกาญจนบุรี จำนวน 10 คน |
| 3. ทีมสมุทรปราการ จำนวน 12 คน | 4. ทีมอุตรดิตถ์ จำนวน 12 คน |
| 5. ทีมสุรินทร์ จำนวน 12 คน | 6. ทีมลำปาง จำนวน 12 คน |
| 7. ทีมสงขลา จำนวน 12 คน | 8. ทีมกรุงเทพมหานคร จำนวน 12 คน |
| 9. ทีมพระนครศรีอยุธยา จำนวน 12 คน | 10. ทีมระนอง จำนวน 12 คน |
| 11. ทีมอ่างทองจำนวน 12 คน | 12. ทีมมหาสารคาม จำนวน 12 คน |

9. การแข่งขันระดับชาติกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 หมายถึง ทีมที่มีสิทธิเข้าแข่งขันในระดับชาติ กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ประกอบด้วยจังหวัดต่างๆ จำนวน 12 ทีม คือ

1. ทีมสมุทรสาคร ทีมชนะเลิศฟุตบอล กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 24 (พ.ศ. 2551)
2. ทีมกาญจนบุรี ทีมจังหวัดเจ้าภาพกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 (พ.ศ. 2552)
3. ทีมสมุทรปราการ ทีมชนะเลิศ รอบคัดเลือกกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ภาค 1
4. ทีมกรุงเทพมหานคร ทีมรองชนะเลิศ รอบคัดเลือกกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 25 ภาค1
5. ทีมพระนครศรีอยุธยา ทีมชนะเลิศ รอบคัดเลือกกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ภาค 2
6. ทีมอ่างทอง ทีมรองชนะเลิศ รอบคัดเลือกกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ภาค 2
7. ทีมมหาสารคาม ทีมชนะเลิศ รอบคัดเลือกกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ภาค 3
8. ทีมสุรินทร์ ทีมรองชนะเลิศ รอบคัดเลือกกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ภาค 3
9. ทีมระนอง ทีมชนะเลิศ รอบคัดเลือกกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ภาค 4
10. ทีมสงขลา ทีมรองชนะเลิศ รอบคัดเลือกกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ภาค 4
11. ทีมลำปาง ทีมชนะเลิศ รอบคัดเลือกกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ภาค 5
12. ทีมอุตรดิตถ์ ทีมรองชนะเลิศ รอบคัดเลือกกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ภาค 5

กรอบแนวคิดในการวิจัย



สมมติฐานของการวิจัย

ระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลในการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 25 ในแต่ละรอบของการแข่งขัน และประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอลแตกต่างกัน

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และได้นำเสนอหัวข้อต่อไปนี้

1. ความหมายของความวิตกกังวล
2. ทฤษฎีที่เกี่ยวกับความวิตกกังวล
3. ประเภทของความวิตกกังวล
4. ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลกับการแข่งขันกีฬา
5. ความวิตกกังวลกับการแข่งขันกีฬา
6. สาเหตุความวิตกกังวล
7. ระดับความวิตกกังวล
8. การวัดความวิตกกังวลทางการกีฬา
9. แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์
10. ประวัติการแข่งขันทennisเยาวชนแห่งชาติ
11. ประวัติกีฬานาฬิกาสอย
12. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 12.1 งานวิจัยในต่างประเทศ
 - 12.2 งานวิจัยในประเทศ

ความหมายของความวิตกกังวล

ความหมายของความวิตกกังวล (สมบัติ กาญจนกิจ; และสมหญิง จันทฤทธิ์. 2542) ความวิตกกังวล (Anxiety) มีรากศัพท์มาจากภาษากรีกว่า “to press tight” หรือ “to stangle” หมายถึง กดให้แน่น รัดให้แน่น และมาจากภาษาละติน “anxious” หมายถึง ปีบรัด หรือ ความคับคั่ง ความวิตกกังวลมีผู้ให้ความหมายเกี่ยวกับความวิตกกังวลไว้ดังนี้

ฮิลการ์ด (Hillgard.1968: 173-174) ได้กล่าวไว้ว่า ความวิตกกังวล เป็นสภาวะคล้ายกับความกลัวและมีความสัมพันธ์กับความกลัวอย่างใกล้ชิด นอกจากนี้ยังมีความสัมพันธ์ในด้านการรับรู้ ทั้งนี้เนื่องจากความวิตกกังวลเป็นสภาวะที่บุคคลรู้สึกกระวนกระวายใจ เป็นความกลัวที่ต่างจากความกลัวธรรมดา กล่าวคือ ความกลัวธรรมดานั้นมีวัตถุประสงค์หรือสิ่งที่ทำให้กลัวปรากฏเป็นรูปร่างให้เห็น ดังนั้นจึงอาจพูดได้ว่า ความวิตกกังวลเป็นความกลัวที่เลื่อนรางไม่แจ่มชัด แต่คล้ายกับความกลัวในแง่ที่ว่าเป็นสภาวะที่ทำให้รู้สึกไม่สบายใจ เกิดความตึงเครียด สภาวะเหล่านี้บุคคลต้องการหลีกเลี่ยง นอกจากนี้อาจถือได้ว่าความวิตกกังวลเป็นแรงขับอย่างหนึ่งด้วย

อิงลิช และอิงลิช (English and English. 1968) ได้ให้ความหมายของความวิตกกังวลซึ่งพอสรุปได้ดังนี้

1. ความวิตกกังวล คือ เป็นสภาวะของความไม่สบายใจอันเนื่องมาจากความปรารถนาอันแรงกล้า และแรงขับไม่อาจจะไปถึงเป้าหมายที่ต้องการได้
2. ความวิตกกังวล คือ ความกังวลอันว่าวันสัปดาห์นี้อาจมีสิ่งเลวร้ายเกิดขึ้นในอนาคต
3. ความวิตกกังวล คือ ความกลัวต่อเนื่อง ซึ่งอาจสังเกตเห็นได้ แต่อยู่ในระดับต่ำ
4. ความวิตกกังวล คือ ความรู้สึกที่ตัวเองถูกข่มขู่ ซึ่งเป็นการขู่เข็ญที่น่ากลัวโดยบุคคลนั้นอาจบอกได้ว่า สิ่งที่เขารู้สึกว่ามาขู่เข็ญนั้นคืออะไร

ไรครอฟท์ (Rycroft. 1978) ได้ให้ความหมายว่า ความวิตกกังวลเป็นความรู้สึกของการเตรียมพร้อมเผชิญหน้ากับสิ่งที่จะเกิดขึ้น และความเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่ไม่คุ้นเคย ภาวะเช่นนี้เกิดขึ้นเมื่อบุคคลตระหนักว่ามีอะไรบางอย่างคุกคามต่อตน แต่ยังไม่สามารถลงมือจัดการกับสิ่งนั้นได้ เนื่องจากว่ายังไม่ได้เกิดขึ้นจริงๆ หากสิ่งนั้นได้เกิดขึ้นแล้ว หรือบุคคลนั้นได้รู้อย่างแจ่มชัด ความวิตกกังวลก็จะหมดไป เพราะไม่ต้องเตรียมพร้อมที่จะเผชิญปัญหา และภาวะอารมณ์ชนิดอื่นจะเข้ามาแทนที่ความวิตกกังวล ไรครอฟท์ เชื่อว่าประสบการณ์ใหม่ทั้งหลายที่บุคคลไม่เคยเผชิญพบมาก่อนสามารถก่อให้เกิดความวิตกกังวลได้ทั้งสิ้น ไม่ว่าประสบการณ์นั้นจะน่าพึงพอใจหรือไม่

สปีลเบิร์กเกอร์ (Spielberger. 1989: 3-7) ได้ให้ความหมายของความวิตกกังวลว่า ความวิตกกังวลเป็นลักษณะควบคู่กับความกลัวในแง่อารมณ์แบบชีววิทยา กล่าวคือ ความกลัวเป็นการตอบสนองของสิ่งมีชีวิตที่มีต่ออันตรายที่มีอยู่จริงภายนอก แต่ความวิตกกังวลเป็นการตอบสนองต่ออันตรายที่มีอยู่ภายใน ที่ทำท่าจะปรากฏในความรู้สึกสำนึกจนกระทั่งเกิดแรงกระตุ้นภายในให้มีการโต้ตอบจริงๆ พฤติกรรมที่แสดงถึงความวิตกกังวลของบุคคลโดยทั่วไป อาจจำแนกออกเป็นลักษณะต่างๆ ได้ดังนี้

1. อารมณ์อ่อนไหว (Affected by Felling) คือ ลักษณะที่โกรธง่าย เสียใจ ดีใจง่าย หวั่นไหวไปกับคำพูดหรือการกระทำของผู้คนอื่นง่าย มีอาการเมื่อยทางประสาท หงุดหงิด กังวลใจ
2. ขี้อาย (Shy) คือ ลักษณะที่หลีกเลี่ยงการเผชิญหน้ากับเพศตรงข้าม ไม่ชอบติดต่อกับผู้อื่น ขี้อาย
3. ระแวง (Suspecting) คือ ลักษณะที่ไม่ไวใจใคร ถือความเห็นของตนเป็นใหญ่ ช่างระแวง อิจฉาริษยา
4. หวาดกลัว (Apprehensive) คือ ลักษณะหวาดกลัว ตื่นเต้น ตกใจง่าย มีความรู้สึกไม่ปลอดภัย เศร้าหมอง ชอบติดคนอื่น
5. ไม่มีวินัยในตนเอง (Undisciplined Self Conflict) คือ ลักษณะที่ทำอะไรตามสบายไม่มีระเบียบ ไม่ปฏิบัติตามกฎของสังคม มีความขัดแย้งในตนเอง
6. เคร่งเครียด (Tense) คือ ลักษณะที่มีแรงกระตุ้นสูง ตื่นเต้น ตกใจ หงุดหงิด ใจร้อน

อำพล โอ้งเคลือบ (2515: 14) ได้สรุปความวิตกกังวล มีลักษณะสำคัญ 3 ประการ คือ

1. ความวิตกกังวล หมายถึง สภาพทางอารมณ์ซึ่งคนเรารู้สึกไม่สบายใจ ตึงเครียด รู้สึกไม่มั่นคงปลอดภัย เนื่องจากตัวเองถูกคุกคาม รู้สึกท้อแท้สับสน เกิดความกลัว ซึ่งสภาพเหล่านี้บุคคลต้องการหลีกเลี่ยงหรือขจัดให้หมดไป
2. ความวิตกกังวลมีลักษณะคล้ายกับความกลัว แต่เป็นความกลัวที่เลื่อนราง ไม่มีสิ่งที่กลัวปรากฏให้เห็นหรือไม่อาจบอกได้ว่าสิ่งที่ทำให้กลัวคืออะไร
3. ความวิตกกังวลอาจถือได้ว่าเป็นแรงขับซึ่งสัมพันธ์กับแรงจูงใจ

อุดม พิมพา (2526) ได้สรุปความวิตกกังวลไว้ว่า เป็นสภาพอารมณ์ที่ถูกกระตุ้นภายในจนก่อให้เกิดความรู้สึกไม่สบายใจ และทำให้บุคคลนั้นมีความลำบากในการปรับตัว ต่อสภาพการณ์เฉพาะอย่าง ได้สอดคล้องกับ สปีลเบอร์กเกอร์ (Spielberger. 1971; Trait-state anxiety and motor behavior) ที่เสนอไว้ว่า ความวิตกกังวล เป็นอารมณ์ที่ผสมผสานระหว่างความกดดันต่างๆ ที่มีต่อการกระทำและมีผลต่อความรู้สึกหรืออารมณ์ที่มีผลโดยตรงต่ออารมณ์ที่เป็นลบ และเป็นความรู้สึกที่ตอบสนองต่อการกระตุ้นทางสรีรวิทยา นักกีฬาเกิดความวิตกกังวล ก่อน ขณะแข่งขัน และหลังการแข่งขันด้วยความรู้สึกที่เก็บกด ไม่สบายใจ ความรู้สึกกังวลใจในขณะที่ร่างกายได้รับแรงกดดันสูง

สุปราณี ขวัญบุญจันทร์ (2541: 52) กล่าวว่า ความวิตกกังวล (Anxiety) หมายถึง ความรู้สึกกลัวต่อสิ่งที่จะเกิดขึ้นจากการคาดการณ์ล่วงหน้าว่าจะผิดหวัง ล้มเหลวหรือเป็นอันตราย ความวิตกกังวลเกิดขึ้นได้จากประสบการณ์ที่ได้รับมาในอดีต และสภาพอารมณ์ที่เกิดขึ้นในขณะนั้น ความวิตกกังวลมีอิทธิพลต่อการแสดงความสามารถของนักกีฬามากและความวิตกกังวลแบ่งออกได้เป็น 2 แบบ คือ

1. ความเครียดทางบวก (Eustress) ความเครียดแบบนี้ถ้ามีระดับที่ไม่สูงมากจะช่วยให้ นักกีฬาแสดงความสามารถทางกีฬาได้ดี
2. ความเครียดทางลบ (Distress) ความเครียดแบบนี้ถ้ามีระดับสูงหรือต่ำมากเกินไป จะช่วยให้นักกีฬาแสดงความสามารถทางการกีฬาลดต่ำกว่ามาตรฐานเดิม

สืบสาย บุญวิรุบุตร (2541: 76) ให้ความหมายของความวิตกกังวลว่า เป็นอารมณ์ที่ผสมผสานระหว่างความกดดันต่างๆ ที่มีต่อการกระทำและมีผลต่ออารมณ์ที่เป็นลบและอธิบายถึงความรู้สึกที่เป็นนามธรรมที่เป็นไปในทางที่ไม่พึงพอใจ

สมบัติ กาญจนกิจ; และสมหญิง จันทุไทย (2542: 72) กล่าวว่า ความวิตกกังวลเป็นสภาพทางอารมณ์ อันไม่พึงปรารถนาของบุคคล ที่รู้สึกหวั่นกลัว ไม่สบายใจ ล้มเหลว หรือเป็นผลจากการคาดการณ์ล่วงหน้า ต่อเหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่จะเกิดขึ้น ถ้าบุคคลใดมีระดับความวิตกกังวลที่สูงหรือต่ำเกินไป จะทำให้เป็นผลต่อสภาพร่างกาย และสมรรถภาพการทำงานของร่างกายลดลง แต่ถ้าระดับความวิตกกังวลของคนเราอยู่ในระดับที่เหมาะสมก็จะทำให้เกิดประโยชน์ได้ ซึ่งสอดคล้องกับ ศิลปะชัย สุวรรณธาดา (2532) กล่าวว่า ถ้านักกีฬามีความวิตกกังวลสูงจะควบคุมพฤติกรรมตนเองไม่ได้ เป็นสาเหตุให้ความสามารถที่แสดงออกมาต่ำกว่ามาตรฐานที่คาดไว้เพื่อให้เกิดการแสดง

ความสามารถได้เต็มที่ นักกีฬาก็จะต้องเรียนรู้กลไกของร่างกาย ควบคุมความวิตกกังวลให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม

พิชิต เมืองนาโพธิ์ (2543: 2-3) ได้ให้ความหมายของลักษณะความวิตกกังวลทั้ง 2 ด้านไว้ดังนี้

1. ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic anxiety) คือความรู้สึกของร่างกายที่เกิดขึ้นจากการตอบสนองต่อสิ่งเร้าของร่างกาย มีลักษณะเฉพาะและแสดงออกมาทางร่างกาย เช่น การตึงตัวของกล้ามเนื้อ อาการสั่น ความรู้สึกปั่นป่วน เป็นต้น อาการที่เกิดขึ้นนี้อาจจะทำให้การแสดงความสามารถลดลง เพราะนักกีฬากังวลกับความรู้สึกของตนเองมากเกินไป หรือเกิดการเคลื่อนไหวบางอย่างที่ไม่สามารถควบคุมได้ เกิดการผิดเพี้ยนของทักษะการแสดงความสามารถเป็นต้น ความวิตกกังวลหรือความเครียดทางกายนี้ มักจะเกิดในช่วงระยะเวลาสั้น และหายไป อย่างไรก็ตามการเกิดความเครียดทางกายแม้ในระยะเวลาสั้นๆ ก็อาจจะทำให้เกิดผลเสียต่อการแสดงความสามารถได้มากโดยเฉพาะอย่างยิ่งการทำให้เกิดการนำไปสู่ความวิตกกังวลทางจิตใจต่อมา

2. ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive anxiety) คือความรู้สึกทางจิตใจของนักกีฬาในการเผชิญหน้ากับความท้าทาย ความเครียดประเภทนี้มักมีสาเหตุมาจากความคิดในแง่ลบของนักกีฬาเป็นความเครียดที่ไม่แสดงออกมาทางร่างกาย ความคิดในแง่ลบนี้จะทำให้ระดับการแสดงความสามารถลดลง เนื่องจากนักกีฬาคิดในแง่ลบจนไม่มีสมาธิ ลืมรายละเอียด ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง และขาดความมั่นใจในการแสดงความสามารถให้ดีที่สุดของนักกีฬา นอกจากนั้นความคิดในแง่ลบหรือความเครียดทางด้านจิตใจนี้ ยังนำไปสู่ความตึงเครียดทางกายที่เพิ่มมากขึ้นและมีผลร้ายต่อการแสดงความสามารถมากขึ้นไปอีกได้เช่นกัน

ลักษณะอาการพฤติกรรมเหล่านี้ง่ายต่อการสังเกต ดังนั้นผู้ฝึกสอนสามารถสังเกตพฤติกรรมต่างๆ ของนักกีฬาได้ว่ามีความวิตกกังวลมากน้อยเพียงใด ซึ่งหากผู้ฝึกสอนรู้จักสังเกตลักษณะอาการทางพฤติกรรมเหล่านี้แล้ว จะเป็นประโยชน์อย่างมากต่อการจัดระดับความวิตกกังวลและจัดการกับความเครียดของนักกีฬา

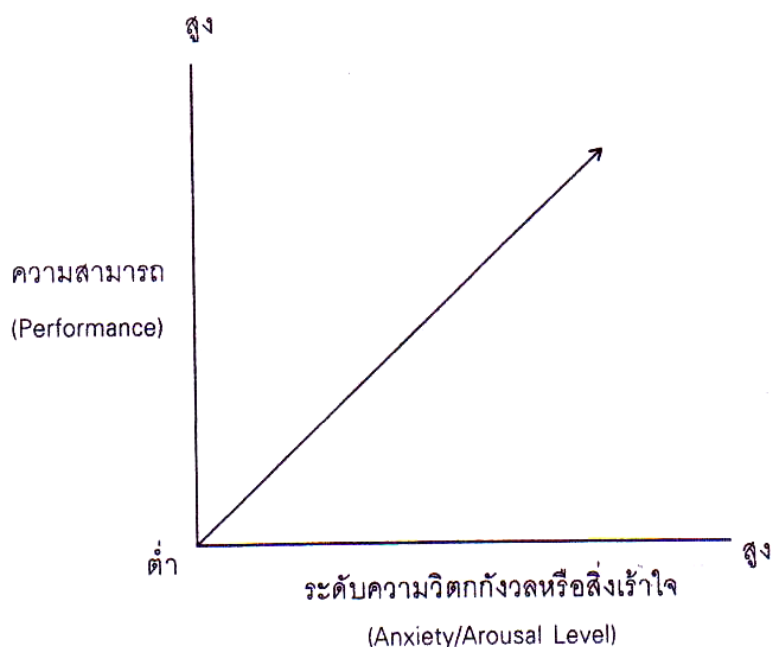
จากแนวคิดและทัศนะที่กล่าวมาข้างต้นพอจะสรุปได้ว่า ความวิตกกังวลเป็นสภาพทางอารมณ์อันไม่พึงปรารถนาของบุคคลที่รู้สึกหวั่นกลัว รู้สึกกดดัน ไม่สบายใจ วุ่นวายใจ กลัวต่อเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้นล่วงหน้า ซึ่งหากระดับความวิตกกังวลสูงหรือต่ำมากเกินไปก็จะส่งผลต่อสภาพร่างกายและอาจส่งผลให้การทำงานของสมรรถภาพร่างกายลดลงได้อีกด้วย แต่ถ้าหากระดับความวิตกกังวลอยู่ในระดับที่เหมาะสมก็จะทำให้สมรรถภาพการทำงานของร่างกายดีขึ้นมีประสิทธิภาพสูงขึ้น

ทฤษฎีที่เกี่ยวกับความวิตกกังวล

พิชิต เมืองนาโพธิ์ (ศักตรินทร์ ธรรมวงศ์. 2548: 17–18; อ้างอิงจาก พิชิต เมืองนาโพธิ์. 2536. หน้า 3) ได้อธิบายถึงทฤษฎีความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลและความสามารถในการกีฬา 2 ทฤษฎี

1. ทฤษฎีแรงขับ (Drive Theory)

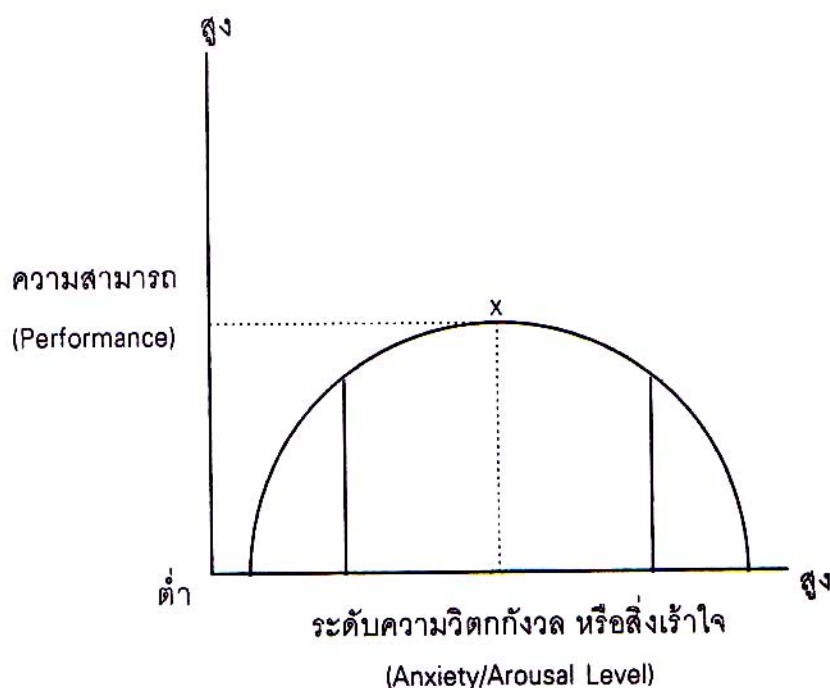
ทฤษฎีนี้กล่าวว่า ระดับของความวิตกกังวลจะเป็นสัดส่วนกับระดับความสามารถ ถ้านักกีฬามีความวิตกกังวลต่ำ จะมีความสามารถต่ำ ถ้านักกีฬามีความวิตกกังวลสูงก็จะมีความสามารถสูง ซึ่งขึ้นอยู่กับความสามารถของนักกีฬาอย่างแท้จริง ดังนั้น ถ้ามีสิ่งเร้าใจ แรงกระตุ้นมากเกินไป จะทำให้ผลการแสดงความสามารถลดลง หรือแสดงไม่ได้ถึงจุดสูงสุด



ภาพประกอบ 1 แสดงทฤษฎีแรงขับ (Drive Theory)

หลักทฤษฎีนี้ใช้อธิบายได้ในนักกีฬาประเภทที่ต้องการความแข็งแรงและพลังงานมากๆ เช่น กีฬายกน้ำหนัก หรือกีฬาอื่นๆ ที่มีลักษณะคล้ายกัน ในทฤษฎีนี้นักจิตวิทยาการกีฬาสวนใหญ่ไม่ค่อยให้การสนับสนุนทฤษฎีแรงขับนี้ เมื่อทฤษฎีแรงขับไม่สามารถตอบปัญหาได้ชัดเจนจึงมีกลุ่มนักวิชาการ กลุ่มนักจิตวิทยาการกีฬาได้พยายามอธิบายทฤษฎีใหม่ เรียกว่าทฤษฎีอักษรรูคว่ำ ซึ่งได้พยายามอธิบายถึงความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวล หรือแรงเร้าใจ กับการแสดงความสามารถของนักกีฬาหรือในทักษะอื่นๆ

2. ทฤษฎียู – คว่ำ (Inverted – U Theory) ทฤษฎีนี้กล่าวว่า ถ้ามีระดับความวิตกกังวลต่ำหรือสูงเกินไป จะทำให้มีความสามารถต่ำแต่ถ้ามีระดับความวิตกกังวลเหมาะสมจะทำให้มีความสามารถสูง ทฤษฎีนี้เป็นที่ยอมรับโดยทั่วไปและใช้อธิบายได้ในการเล่นกีฬาเกือบทุกประเภท ดังนั้น ในขณะก่อนแข่งขันหรือระหว่างแข่งขัน นักกีฬาจะต้องควบคุมตนเองให้มีสภาวะความวิตกกังวลอยู่ในระดับเหมาะสมจึงจะทำให้ความสามารถที่แสดงออกสูง



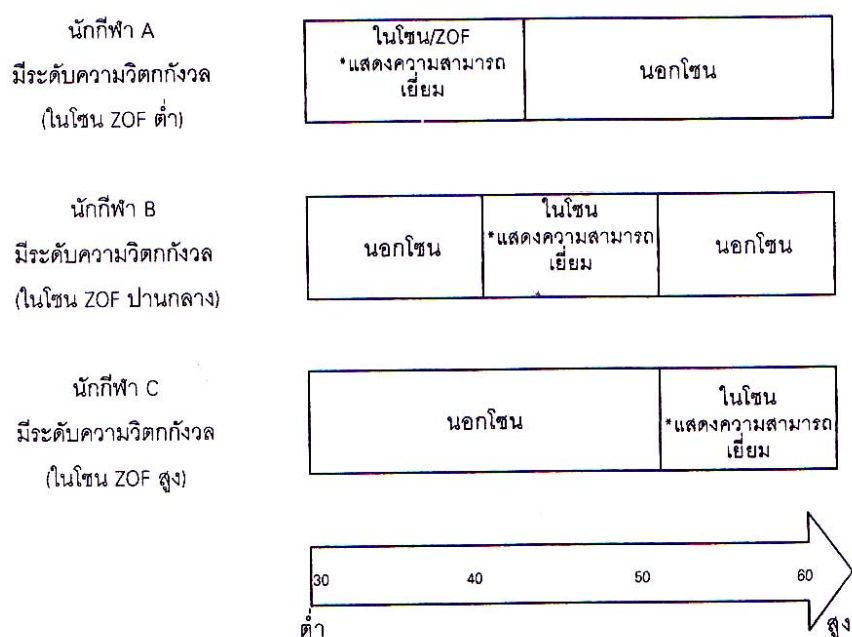
ภาพประกอบ 2 แสดงทฤษฎียู – คว่ำ (Inverted – U Theory)

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

ยูริ ฮานิน (Hanin. 1970) นักจิตวิทยาการกีฬารัสเซียได้อธิบายขยายความคิดต่อจากทฤษฎียูคว่ำโดยขยายความให้ทางเลือกใหม่เกี่ยวกับการแสดงความสามารถเชิงกีฬา (Performance) กับระดับของความวิตกกังวล หรือสิ่งเร้า (Anxiety or Arousal Level) โดยเขาเรียกสิ่งนี้ว่า “โซนของเหมาะสม” (Zone of Optimal Functioning) เขาอธิบายว่า นักกีฬาชั้นเยี่ยมแต่ละคนมีระดับความวิตกกังวลในโซนที่เหมาะสมไม่เท่าเทียมกันในการแสดงความสามารถสูงสุด และถ้านักกีฬามีระดับความวิตกกังวลออกนอกโซน เขาก็จะแสดงความสามารถต่ำกว่าปกติ ฮานิน เห็นความแตกต่างกับทฤษฎีรูปอักษรยูคว่ำอยู่ 2 ประการ คือ

1. ระดับของความเหมาะสมของความวิตกกังวล ไม่จำเป็นต้องตกอยู่ในจุดกลางเสมอไป แต่สามารถเลื่อนได้ตามความเหมาะสมของนักกีฬาแต่ละคน หมายความว่า นักกีฬาบางคนอาจจะมีระดับความวิตกกังวลที่เหมาะสม อยู่ในโซนช่วงล่าง บางคนอาจจะมีระดับความวิตกกังวลอยู่ในโซนกลาง หรือโซนสูงก็ได้ ดังนั้น โค้ช ผู้ฝึกสอน ควรช่วยนักกีฬาค้นหาจุดหรือโซนที่เหมาะสม

2. ระดับความวิตกกังวลไม่ได้เป็นจุดแต่เป็นทางยาว ดังนั้นผู้ฝึกสอน ครู อาจารย์ ควรช่วยนักกีฬาค้นหาโซนของพลังงานที่มีความเหมาะสมจะได้พัฒนาศักยภาพสูงสุดของนักกีฬาเท่าที่จะพึงกระทำได้



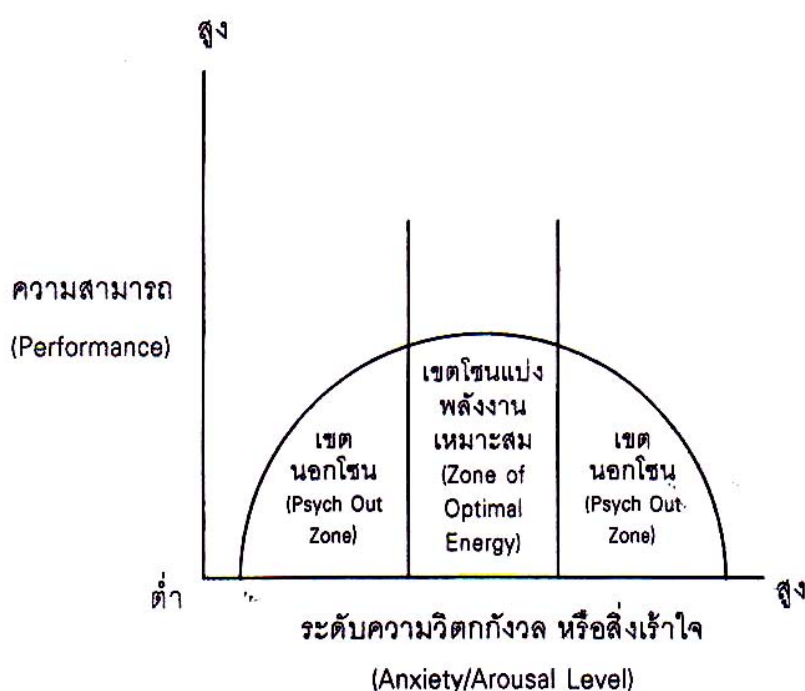
ภาพประกอบ 3 แสดงทฤษฎีฮานินโซนของความเหมาะสม
(Hanin's Zone of Optimal Functioning : ZOF)

หลังจากที่ฮานิน (Hanin) ได้เสนอทฤษฎีโซนของความเหมาะสมแล้ว มีนักจิตวิทยาการกีฬา อีกหลายท่านให้การสนับสนุนและได้ขยายการพัฒนาทฤษฎีนี้

ซิกเซนต์ และมิฮาลยี (สมบัติ กาญจนกิจ; และสมหญิง จันทรุไทย. 2542: 80; อ้างอิงจาก Czikzent and Mihalyi. 1975) ได้อธิบายว่า การที่นักกีฬาจะแสดงความสามารถได้ดีเยี่ยมสูงสุด น่าจะมีระดับความวิตกกังวลหรือมีสิ่งรบกวนในเขตแสดงความสามารถสูงสุด (Peak Performance for High Achievers) หรือ การแสดงความสามารถและการเป็นตัวของตัวเอง ซึ่งนักกีฬาหรือผู้แสดงความสามารถจะต้องมีสภาพการไหลลื่นอย่างมีคุณภาพ (Flow State) ซึ่งทฤษฎีการอธิบายเช่นนี้ สอดคล้องกับขั้นแสดงความสามารถสูงสุด ซึ่งเป็นขั้นความต้องการสูงของมนุษย์

ดังที่ ปรีเวต (สมบัติ กาญจนกิจ; และสมหญิง จันทุไทย. 2542: 81; อ้างอิงจาก Privette. 1983) กล่าวใน Peak Performance และ Self-Actualization ซึ่งต่อมา ปรีเวต (Privette. 1983) ได้อธิบาย และเรียกเขตนี้ว่า “Optimal Arousal State (OAS) หรือสภาพแรงเร้าใจที่เหมาะสมนั่นเอง

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



ภาพประกอบ 4 แสดงทฤษฎีอักษรรูปว่า และโซนแห่งพลังงานที่เหมาะสม (Zone of Optimal Energy)

ประเภทของความวิตกกังวล

สปีลเบร์เกอร์ (ธีระ มงคลเจริญลาภ. 2541: 7; อ้างอิงจาก Spielberger. 1972: 487-489) ได้แบ่งประเภทของความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬา ออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (Trait Anxiety) หรือ (A-Trait) คือ ความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัวของแต่ละบุคคล เป็นลักษณะที่ค่อนข้างจะคงที่ และไม่ปรากฏออกมาในลักษณะของพฤติกรรมโดยตรง แต่จะเป็นตัวเสริมหรือตัวประกอบของความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ (State - Anxiety)
2. ความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ (State - Anxiety) หรือ (A- State) คือ ความวิตกกังวลซึ่งเกิดขึ้นในเวลาเฉพาะหรือสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่ทำให้เกิดความไม่พึงพอใจหรือเกิดอันตรายมากระตุ้นและแสดงพฤติกรรมโต้ตอบที่สามารถสังเกตได้ในระยะเวลาช่วงที่ถูกกระตุ้นนั้นเป็นภาวะ

ที่บุคคลรู้สึกตึงเครียด หวาดหวั่น กระวนกระวาย ระบบการทำงานของประสาทอัตโนมัติตื่นตัวสูง ซึ่งความรุนแรงและระยะเวลาที่เกิดจะแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ซึ่งส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับลักษณะเฉพาะตัว และประสบการณ์ในอดีตของแต่ละบุคคล

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

1. ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (A-State) คือ ความรู้สึกที่อยู่ในความสำนึกว่าตนเองรู้สึกกลัวและกังวลใจและมักทำให้ประสาทอัตโนมัติตื่นตัวไปด้วย
2. ความวิตกกังวลที่มีคุณลักษณะเฉพาะตัว (A-Trait) คือ สิ่งที่มีอยู่ในตัวบุคคลที่จะบ่งบอกพฤติกรรมเมื่อมีการรับรู้ต่อการข่มขู่ที่ไม่มีอันตราย

ความสัมพันธ์ของความวิตกกังวลที่มีคุณลักษณะเฉพาะตัว (A-Trait) และความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (A-State) คือ ในบุคคลที่มีความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะตัวสูงเมื่อได้รับสิ่งเร้าที่ทำให้เกิดความไม่พึงพอใจ หรือจะทำให้เกิดอันตราย ระดับความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะสถานการณ์ที่มีอยู่จะเป็นตัวเสริมหรือไปประกอบความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะสถานการณ์ให้มีความรุนแรงและมีระยะเวลาการเกิดนานกว่าในบุคคลที่มีความวิตกกังวลเฉพาะตัวระดับต่ำกว่า นอกจากนั้นในบุคคลที่เกิดความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะสถานการณ์บ่อยครั้งโดยในแต่ละครั้งจะมีความรุนแรงหรือไม่ก็ตามอาจจะส่งผลให้บุคคลนั้นมีความวิตกกังวลลักษณะเฉพาะตัวในระดับสูง ซึ่งสอดคล้องกับมาร์เตนส์ (Martens. 1977) ออกแบบโครงสร้างของความวิตกกังวลไว้ว่า ความวิตกกังวลมีรากฐานมาจากแรงกระตุ้นที่มีสาเหตุและก่อให้เกิดการแปลความหมายหรือการรับรู้ว่าจะมีการข่มขู่และอันตรายแก่ตัวเอง ทำให้ร่างกายตอบสนองโดยความกังวลเฉพาะสถานการณ์ (A-State)

ลีวิทท์ (Levitt. 1967) ได้ให้ความหมายของความวิตกกังวลว่า หมายถึง ความรู้สึกหวาดกลัว เป็นการที่คนมีสภาวะความตื่นตัวเพิ่มมากขึ้น ซึ่งเป็นความรู้สึกที่ใกล้เคียงกับความกลัวเป็นอย่างมาก ความวิตกกังวลเกิดขึ้นได้จากประสบการณ์ที่ได้รับมาในอดีตและสภาพอารมณ์ที่เกิดขึ้นในขณะนั้นด้วย ความวิตกกังวลมีอิทธิพลต่อการแสดงความสามารถของนักกีฬามาก ความวิตกกังวลแบ่งออกได้เป็น 2 แบบ

1. ความเครียดทางบวก (Eustress) ความเครียดแบบนี้ถ้ามีระดับที่ไม่สูงมากจะช่วยให้นักกีฬาแสดงความสามารถทางการกีฬามากขึ้น
2. ความเครียดทางลบ (Distress) ความเครียดแบบนี้ถ้ามีระดับสูงหรือต่ำมากเกินไปทำให้นักกีฬาแสดงความสามารถทางการกีฬาลดต่ำกว่ามาตรฐานเดิม

ประเภทของความวิตกกังวล (Type of Anxiety) ความวิตกกังวลแบ่งออกได้เป็น 2 ประเภท คือ

1. ความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัวบุคคล (Trait Anxiety) ความวิตกกังวลประเภทนี้มีลักษณะค่อนข้างถาวร ไม่ว่าจะทำกิจกรรมใดๆ ก็จะทำให้เกิดความวิตกกังวลอยู่เสมอ ผู้ที่มีความวิตกกังวลประเภทนี้มักเป็นบุคคลที่มีความคาดหวังสูงและรู้สึกกลัวที่จะผิดหวัง

2. ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (State Anxiety) เป็นความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นตามสถานการณ์ ถ้าสถานการณ์ใดมีความสำคัญมาก จะมีความวิตกกังวลมาก แต่หากสถานการณ์ใดมีความสำคัญน้อยจะมีความวิตกกังวลน้อยตามไปด้วย

พิชิต เมืองนาโพธิ์ (2543: 4) ได้แบ่งความวิตกกังวลออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. ความวิตกกังวลทางกาย (Trait Anxiety) คือความวิตกกังวลประจำตัวของแต่ละบุคคล มีลักษณะค่อนข้างคงที่ ไม่มีการเปลี่ยนแปลงในระดับมากนัก หากเปลี่ยนแปลงก็จะต้องใช้เวลานาน จำเป็นต้องมีการศึกษา มีการสังเกตพฤติกรรมเพื่อหาข้อมูลและวิเคราะห์ให้ได้ ความวิตกกังวลประเภทนี้บ่งชี้ว่าบุคคลนั้นมีแนวโน้มจะเกิดความวิตกกังวลเฉพาะกาลในระดับสูงและเป็นลักษณะประจำตัวของบุคคลหรือนักกีฬาเมื่อเผชิญกับสถานการณ์

2. ความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะเฉพาะกาลหรือสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่งที่บุคคลนั้นแสดงพฤติกรรมออกมาสังเกตเห็นได้ว่า ความวิตกกังวลเกิดขึ้นสูงหรือต่ำขึ้นอยู่กับระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยรวมกับความเข้มของสิ่งเร้าที่มีส่วนเกี่ยวข้องด้วยว่ามีมากหรือน้อย แต่เมื่อเกิดขึ้นแล้วจะคงที่อยู่ในช่วงระยะหนึ่งมีความเปลี่ยนแปลงไปได้ขึ้นอยู่กับสถานการณ์ที่นักกีฬาหรือบุคคลเผชิญอยู่

ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลกับการแข่งขันกีฬา

มาร์เตนส์ (สปีสาย บุญวิรูปต. 2541: 77; อ้างอิงจาก Martens. 1972) ได้กล่าวถึงกระบวนการแข่งขันกีฬากับการเกิดความวิตกกังวลไว้ดังนี้

1. จุดมุ่งหมายของการแข่งขัน (Objective Competition Situation) เป็นเงื่อนไขสำคัญที่มีต่อการเล่นของนักกีฬาหากการแข่งขันนั้นๆ มีความหมายหรือมีความสำคัญจะสร้างแรงกระตุ้นที่เป็นแรงกดดันต่อการเล่น เกิดความเครียดทางร่างกาย เกิดเป็นความวิตกกังวลให้กับนักกีฬา เช่น การแข่งขันรอบตัดเชือกหากแพ้จะตกรอบ ชนะเท่านั้นจึงจะเข้ารอบหรือการแข่งขันชิงชนะเลิศต้องชนะเท่านั้นจึงจะเป็นแชมป์นอกจากนี้ยังรวมถึงจุดมุ่งหมายในการแข่งขันว่าเป็นการแข่งขันเพื่อชิงชนะเลิศ หรือเป็นเพียงการแข่งขันแบบเชื่อมความสามัคคี แบบทีมเหย้า – เยือน เป็นการแข่งขันที่เน้นความสนุกสนาน ระดับการเกิดความวิตกกังวลก็จะแตกต่างกัน

2. การประเมินสถานการณ์การแข่งขัน (Subjective Competition Situation) เป็นนามธรรม เป็นสิ่งที่นักกีฬาหรือบุคคลนั้นๆ รับรู้ คิด หรือประเมินสถานการณ์แข่งขันโดยเปรียบเทียบความสามารถของตนกับข้อเรียกร้องของสถานการณ์ เช่น ความสำคัญของการแข่งขัน การประเมินความสามารถของคู่ต่อสู้กับความสามารถของตนเอง มีผลต่อความคิด อารมณ์ และแรงจูงใจที่ส่งผลถึงการตอบสนองทางสรีระและพฤติกรรมการเล่นกีฬาหรือความสามารถในการเล่นกีฬานั้นเอง

3. การตอบสนอง (Response) ที่เกิดขึ้นหลังหรือพร้อมๆ กับการรับรู้ และการประเมินการตอบสนองต่อสถานการณ์ ทั้งทางสรีรวิทยา เช่น หัวใจเต้นเร็วและแรงขึ้น เหงื่อออกตามมือเท้า หรือปวดปัสสาวะ การตอบสนองทางจิตใจและอารมณ์ เช่น ความกังวลใจ ตื่นเต้น รู้สึกเก็บกด กลัว และรวมทั้งการตอบสนองทางพฤติกรรมทั้งก่อนและขณะแข่งขัน เช่นเดินไปมาไร้ความหมาย

พูดมากกว่าปกติก่อนทำการแข่งขัน รวมถึงความสามารถในการเล่น อาจทำได้เป็นอย่างดีเป็นไปตาม ศักยภาพที่มี หรือเล่นได้ไม่ดี ไม่มีความเชื่อมั่น และเล่นพลาด สิ่งเหล่านี้ทำให้เกิดผลที่ตามมา แตกต่างกันไป

4. ผลที่ตามมา (Consequence) เป็นสิ่งที่ตามมาหลังการกระทำนั้นๆ ทั้งที่เป็นผลทันที และผลที่ตามมาหลังการแข่งขันจบ ผลที่ตามมามีผลต่อกระบวนการจัดปรับความคิด การประเมิน อารมณ์ และจัดปรับพฤติกรรมใหม่ หรือจัดปรับวิธีการเล่นขณะนั้น เช่น นักกีฬาบอลเลย์บอลเมื่อ ตัดสินใจตอบสนองโดยการตบลูกฝ่าสกัดกันของฝ่ายตรงข้ามผลที่ตามมาก็คือ ฝ่ายตรงข้ามรับได้ และ โต้กลับมามีประสิทธิภาพมากกว่า ทำให้ต้องทบทวนใหม่ว่าการตบลูกครั้งต่อไปควรหักข้อมือ หลบการบล็อกหรือใช้การหยอดลูกแทนเป็นต้น นอกจากนี้ผลที่ตามมาหลังเสร็จสิ้นการแข่งขันแล้ว ไม่ว่าแพ้หรือชนะมีผลต่อการรับรู้ถึงผลสำเร็จหรือล้มเหลว ซึ่งความรู้สึกนี้แม้บางส่วนจะเกิดเอง แต่ที่สำคัญคือการได้รับผลย้อนกลับจากคนอื่นหรือสังคมรอบข้าง รวมทั้งการกำหนดและการบรรลุ เป้าหมายในการแข่งขันแม้จะแพ้อาจจะรู้สึกว่าการแข่งขันประสบความสำเร็จได้เพราะผลการแข่งขัน บรรลุ จุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้หรือได้รับการยอมรับจากคนรอบข้าง ในทางตรงกันข้ามการชนะอาจจะรู้สึกว่าการล้มเหลวได้หากผู้เล่นประเมินว่าความสามารถของคู่ต่อสู้ต่ำกว่า และการแข่งขันนั้นไม่มีความหมาย สำคัญ แม้ชนะก็ไม่สร้างความรู้สึกที่ดีได้

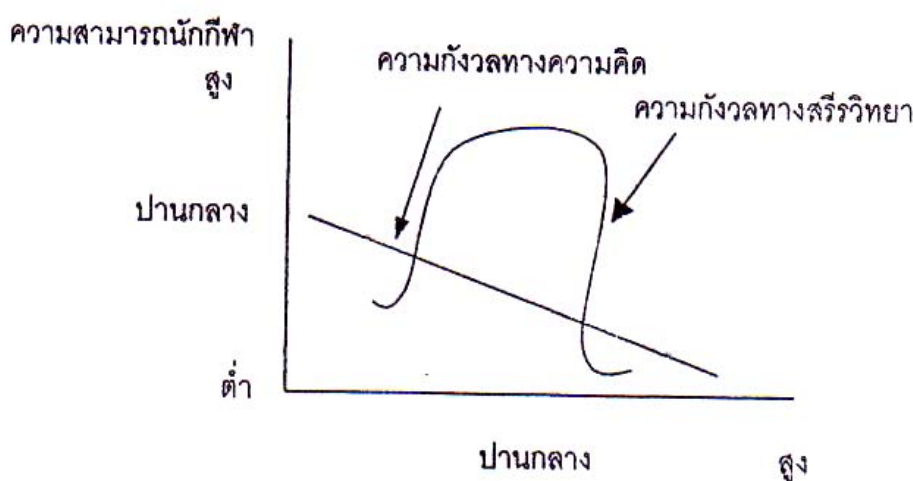


ภาพประกอบ 5 แสดงกระบวนการแข่งขันก็พากับความวิตกกังวล

ความวิตกกังวลกับการแข่งขันกีฬา

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

นอกจากนี้ความวิตกกังวลที่เกิดจากความคิด หรือทางปัญญาสัมพันธ์กับความสามารถในการเล่นกีฬาเป็นได้ทั้งแบบเป็นสัดส่วนที่เป็นเส้นตรง กล่าวคือเมื่อความวิตกเพิ่มมากขึ้น ความสามารถก็จะลดลงหรืออาจเป็นแบบตัวยูกลับหัวหรือแบบเส้นโค้ง กล่าวคือเมื่อมีแรงกระตุ้นเพิ่มมากขึ้น ความสามารถในการเล่นก็ค่อยๆ เพิ่มขึ้นเพราะนักกีฬาจะเล่นอย่างระมัดระวัง แต่หากมีความกดดันมากจนเปลี่ยนแรงกระตุ้นเป็นความวิตกกังวลจะทำให้ความสามารถในการเล่นลดลง



ภาพประกอบ 6 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลและความสามารถในการเล่นกีฬา

สาเหตุของความวิตกกังวล

ก.สาเหตุความวิตกกังวลทั่วไป

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

1. ความบีบคั้นและความไม่แน่นอนในการดำรงชีวิต ความบีบคั้นเกิดจากการที่บุคคลจะต้องคล้อยตามสังคมโดยการยอมรับค่านิยม ยึดถือจารีตประเพณีและปฏิบัติตามชีวิตอื่น

เนื่องมาจากการตัดสินใจ โอกาสของการเลือก การปฏิบัติตนให้สมบทบาท และการรับผิดชอบต่อสถานการณ์ต่างๆ อาจทำให้บุคคลเกิดความวิตกกังวลได้

2. การเปลี่ยนแปลงสภาวะ เช่น จากวัยเด็กเป็นวัยรุ่น จากวัยรุ่นเป็นวัยผู้ใหญ่ โดยบุคคลจะต้องปรับตัวให้เข้ากับความต้องการของสังคม และจะต้องมีพฤติกรรมใหม่ที่สอดคล้องกับความเจริญเติบโตของร่างกาย การพบสถานการณ์ใหม่ๆ และบทบาทที่ซับซ้อนกันอาจทำให้ไม่สามารถปฏิบัติตนได้ถูกต้อง ซึ่งทำให้เกิดความวิตกกังวลได้

3. ความขัดแย้งและปัญหาอันเนื่องมาจากเจตคติ ซึ่งได้แก่ ความรู้สึกว่าตนเองมีปมด้อย ความรู้สึกที่ตนเองมีความผิด หรือความรู้สึกนึกคิดที่เกี่ยวกับตนเองในทางที่ผิดจากสภาพความเป็นจริง เช่น มีความมุ่งหวังที่สูงเกินไป ไม่สอดคล้องกับความสามารถของตนเอง

ข. สาเหตุของความวิตกกังวลทางการกีฬา

สมบัติ กาญจนกิจ; และสมหญิง จันทุไทย (2542: 82-84) ได้สรุปไว้ดังนี้

1. การขาดความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง ความจริงแล้วสถานการณ์การแข่งขันอาจไม่ได้ก่อให้เกิดความวิตกกังวล แต่การคิดว่าตนเองจะแสดงความสามารถต่ำกว่าที่ได้รับความพ่ายแพ้มากกว่าที่ก่อให้เกิดความวิตกกังวล

2. การเชื่อในความวิตกกังวล และคิดว่าตนเองจะต้องมีความวิตกกังวลเป็นสาเหตุหนึ่ง นักกีฬาบางคนรู้สึกว่าตนเองไม่กระตือรือร้น และพร้อมที่จะทำการแข่งขัน จนกว่าจะรับรู้ถึงความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นทั้งทางร่างกายและจิตใจ

3. ความสามารถที่แสดงออกในการแข่งขันที่ผ่านมาต่ำกว่ามาตรฐานของตนเองมีความรู้สึกกังวลว่าเหตุการณ์ทำนองนี้จะเกิดขึ้นอีกในการแข่งขันครั้งต่อไป ถ้านักกีฬาย้อนกลับไปคิดถึงความผิดหวังหรือความพ่ายแพ้ที่เกิดขึ้นครั้งที่แล้ว และรู้สึกกังวลเกี่ยวกับเหตุการณ์นั้นอีกก็จะทำให้นักกีฬาผู้นั้นรู้สึกกังวลมากขึ้น

4. การเชื่อว่าคุณค่าของตนเองขึ้นอยู่กับการแข่งขัน ความคิดนี้จะก่อให้เกิดความวิตกกังวลอย่างสูง ความสำคัญของสถานการณ์แข่งขันอาจจะบั่นทอนหรือทำลายการยอมรับนับถือจากบุคคลอื่น ดังนั้น ในการแข่งขันที่มีความสำคัญ เช่น การแข่งขันเพื่อประเทศชาติ นักกีฬาจะมีความวิตกกังวลสูงทั้งทางร่างกายและจิตใจ ทำให้การแสดงความสามารถต่ำกว่าที่คาดหวัง

5. ความพร้อมทางร่างกายของนักกีฬา เช่น มีสมรรถภาพร่างกายต่ำ ไม่สมบูรณ์ อ่อนแอ มีการบาดเจ็บที่ยังรักษาไม่หายเป็นบาดเจ็บเรื้อรัง ซึ่งมีผลต่อการเล่นกีฬา

6. สภาพสิ่งแวดล้อม เป็นสิ่งหนึ่งที่ทำให้นักกีฬาเกิดความวิตก เช่น คนดูในสนาม สภาพของสนามดีเกินไป หรือ ไม่มีความปลอดภัยในการเล่น หรืออุปกรณ์การแข่ง ไม่คุ้นเคยในการแข่งขัน ดังนั้นในสภาพแบบนี้นักกีฬาจะมีความวิตกกังวลภายในจิตใจ ซึ่งมีผลต่อการแข่งขันได้ ดังนั้น พอสรุปได้ว่านักกีฬาทุกคนไม่สามารถขจัดความวิตกกังวลออกไปได้โดยสิ้นเชิง ทั้งนี้เพราะเกิดความกดดันขึ้นมากมายในการแข่งขัน อย่างไรก็ตาม นักกีฬาก็สามารถที่จะตัดความรุนแรงของความวิตกกังวลได้ โดยการเรียนรู้ทักษะทั้งทางร่างกายและจิตใจเพื่อที่จะควบคุมความวิตกกังวลให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม ในเวลาที่มีการฝึกซ้อมหรือการแข่งขัน

ซิงเกอร์ (Singer. 1986: 20) ได้กล่าวถึงสาเหตุของความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬา ซึ่งประกอบด้วย

1. ความไม่แน่ใจในผลที่จะเกิดขึ้น (Outcome uncertainty)
2. ความหมายหรือความสำคัญของการแข่งขัน (Meaningfulness of event)
3. กลัวความล้มเหลว (Fear of failure)
4. กลัวว่าจะทำให้คนอื่นตกต่ำ (Fear of letting down significant others)
5. กลัวอันตราย (Fear of danger)
6. กลัวประสบผลสำเร็จ (Fear of success)
7. เกรงศักดิ์ศรีของคู่แข่ง (Intimidation by opponent)

เอนเดอร์ (Endler. 1978: 332–340) ได้อธิบายถึงหลักการที่ทำให้เกิดความวิตกกังวลดังต่อไปนี้

1. ความเชื่อมั่นในตนเองลดลง เมื่อแข่งแพ้ กลัวจะเสียศักดิ์ศรี เสียหน้า
2. อันตรายทางกายภาพ กลัวการบาดเจ็บจากการแข่งขัน กลัวการถูกทำร้าย
3. ความรู้สึกไม่อาจวางใจในสถานการณ์ข้างหน้า ไม่รู้ว่าจะเกิดสถานการณ์อะไรบ้างในเกมการแข่งขัน
4. การชะงักของกิจกรรมที่เคยกระทำสม่ำเสมอ กลัวว่าเวลาแข่งขันจะเกิดการผิดพลาดเล่นไม่ได้เหมือนเวลาฝึกซ้อม
5. การประเมินคุณค่าจากสังคม กลัวได้รับการประเมินคุณค่าไปในทางลบ เมื่อเป็นฝ่ายแพ้การแข่งขัน

จากสาเหตุการเกิดความวิตกกังวลของนักวิชาการต่างๆ ได้กล่าวไว้ พอสรุปได้ว่า ปัจจัยที่ส่งผลต่อความวิตกกังวลนั้น มีทั้งปัจจัยที่เกิดขึ้นภายในตัวบุคคล และปัจจัยที่เกิดจากสภาพแวดล้อมภายนอกบุคคล ซึ่งปัจจัยเหล่านี้เป็นแรงผลักดันให้บุคคลมีปฏิกิริยาต่อการตอบสนองทั้งทางด้านร่างกายและจิตใจ

ระดับความวิตกกังวล

ความวิตกกังวลมีทั้งผลดีและผลเสียขึ้นอยู่กับระดับของความวิตกกังวลว่าจะอยู่ในระดับใด ศิริพร จิรวัฒน์กุล (2530: 20–29) ได้อธิบายถึงความวิตกกังวลไว้ว่า ความวิตกกังวล ที่เกิดขึ้นกับบุคคลในแต่ละครั้งแต่ละบุคคลจะมีความรุนแรงไม่เท่ากัน ความรุนแรงจะมากน้อยเพียงใดนั้น ขึ้นอยู่กับบุคคลรับรู้ต่อสิ่งที่มาคุกคามว่าเป็นอันตรายมากน้อยเพียงใด ซึ่งสิ่งคุกคามนั้นอาจมีจริงหรือเป็นเพียงความคิดของบุคคลเองก็ได้ ความวิตกกังวลที่เป็นปกติมีระดับการแสดงออกที่สัมพันธ์กับสาเหตุและไม่คงอยู่ตลอดเวลา ส่วนความวิตกกังวลที่ไม่เป็นปกติ มีระดับการแสดงออกที่ไม่สัมพันธ์กับสาเหตุและจะคงอยู่ตลอดเวลาและยังได้แบ่งระดับของความวิตกกังวลออกเป็น 4 ระดับ ดังนี้

1. ระดับต่ำ (Mild Anxiety + 1) บุคคลที่มีลักษณะการตื่นตัวดี กระตือรือร้น สามารถสังเกตการณ์สิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ได้ดี เรียนรู้ได้ มีความริเริ่ม สามารถมองเห็นความเกี่ยวเนื่องของเหตุการณ์และอธิบายเรื่องต่างๆ ให้คนอื่นทราบได้ชัดเจน

2. ระดับกลาง (Moderate Anxiety + 2) บุคคลรับรู้สิ่งต่างๆ ได้น้อยลง สนใจตื่นตัว มีสมาธิต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใดโดยเฉพาะ การรับรู้ต่อสิ่งแวดล้อมน้อยลง ความสามารถในการมองสถานการณ์แปลความหมายต่างๆ น้อยลงและจำกัด มีความรู้สึกท้อแท้ ต้องการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าให้ได้ มีความตื่นกลัวมากขึ้น แต่ยังรับรู้ เข้าใจเกี่ยวเนื่องของเหตุการณ์อยู่

3. ระดับสูง (Severe Anxiety + 3) เป็นภาวะวิตกกังวลในระดับรุนแรงที่ทำให้บุคคลที่อยู่ในภาวะนี้มีการรับรู้ลดลง เลือกลสนใจสิ่งกระตุ้น มีพลังมากขึ้น กระสับกระส่าย ลุกโล่ลุกนอน แก้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้ง่าย ไม่รับรู้และไม่เข้าใจเหตุการณ์อย่างต่อเนื่อง บางคนมีอาการทางกาย เช่น เบื่ออาหาร ความดันโลหิตสูง ปวดท้อง คลื่นไส้ ท้องเดิน เป็นต้น เริ่มมีพฤติกรรมที่แสดงถึงความผิดปกติทางจิตใจ เช่น ซึมเศร้า

4. ระดับรุนแรง (Panic Anxiety + 4) เป็นระดับความวิตกกังวลที่รุนแรงที่สุด บุคคลในภาวะนี้จะไม่สามารถควบคุมตนเองได้ ระบบการทำงานของร่างกายเพิ่มขึ้น มีความอดทนต่อสิ่งกระตุ้นต่างๆ ได้น้อย ไม่สามารถรับรู้สิ่งใหม่ๆ ได้ หรือถ้ารับรู้ก็ผิดพลาด ความคิดเป็นเหตุเป็นผลลดลง แก้ปัญหาไม่ได้ มีความรู้สึกโกรธ ขาดที่พึ่ง เศร้าหดหู่ หดอาลัยตายอยากในชีวิต แยกตนเองพูดเสียงดังเร็วไม่ประติดปะต่อเป็นประโยค หน้ามืดวิงเวียน

บุคคลในภาวะปกติมีความวิตกกังวลในระดับ + 1 ถึง + 2 ถ้าระดับความวิตกกังวลถึงระดับ + 3 ระดับ + 4 ถือว่าบุคคลนั้นตกอยู่ในภาวะฉุกเฉินทางจิตเวช ต้องได้รับการช่วยเหลือ ดังนั้น ในขณะก่อนทำการแข่งขัน หรือระหว่างการแข่งขันนักกีฬาจะต้องควบคุมตนเองให้มีสภาวะความวิตกกังวลอยู่ในระดับที่เหมาะสมจึงจะทำให้แสดงความสามารถออกมาได้สูงสุด

การวัดความวิตกกังวลทางการกีฬา

สุปราณี ขวัญบุญจันทร์ (2541: 54-55) กล่าวว่า การวัดความวิตกกังวลมีวิธีวัดได้หลายอย่าง อาจใช้การวัดทางกายภาพ ซึ่งต้องใช้เครื่องมือต่างๆ เช่น การวัดอัตราการเต้นของหัวใจ (Heart Rate) การวัดความดันโลหิต (Blood Pressure) การวัดกระแสไฟฟ้าบนผิวหนังและกล้ามเนื้อ (Electromyography) และการวัดทางเคมีชีวภาพ (Biochemical) เช่น วัดระดับน้ำตาลในเลือด เป็นต้น อย่างไรก็ตาม การวัดโดยใช้เครื่องมือต่างๆ เหล่านี้ไม่ได้เป็นวิธีที่สะดวกและไม่สามารถนำมาใช้ได้ ในขณะที่แข่งขันจริง นอกจากนั้นกระบวนการต่างๆ ในการวัดอาจจะทำให้นักกีฬาเกิดความเครียดหรือความวิตกกังวลมากกว่าเดิม ดังนั้น จึงมีอีกวิธีหนึ่งที่สามารถวัดได้และค่อนข้างจะเหมาะสมกว่าคือการสังเกตลักษณะอาการของนักกีฬา ซึ่งเป็นการวัดความวิตกกังวลได้อย่างคร่าวๆ เท่านั้น ไม่สามารถเจาะลึกลงไปรายละเอียดได้ การสังเกตลักษณะอาการต่างๆ สามารถสังเกตได้จากทั้งทางกาย ทางจิตใจ และลักษณะทางพฤติกรรมที่แสดงออก ดังนี้

1. อาการทางกายที่เกิดขึ้นจากความวิตกกังวล ได้แก่
 - 1.1 ระดับอัตราการเต้นของหัวใจเพิ่มขึ้น
 - 1.2 ความดันโลหิตเพิ่มขึ้น
 - 1.3 เหงื่อออกมากกว่าปกติ
 - 1.4 ความถี่ของคลื่นสมองเพิ่มขึ้น
 - 1.5 อัตราการไหลเวียนโลหิตเพิ่มขึ้น
 - 1.6 จำนวนเลือดที่มาเลี้ยงผิวหนังลดลง
 - 1.7 เกิดการตึงตัวของกล้ามเนื้อมากกว่าปกติ
 - 1.8 อัตราการใช้ออกซิเจนเพิ่มขึ้น
 - 1.9 ระดับน้ำตาลในเลือดเพิ่มขึ้น
 - 1.10 ปากแห้ง
 - 1.11 ปัสสาวะบ่อย
 - 1.12 การหลั่งสารอะดรีนาลีน (Adrenalin) เพิ่มขึ้น
2. อาการทางจิตใจที่เกิดขึ้นจากความวิตกกังวล ได้แก่
 - 2.1 คิดมาก
 - 2.2 รู้สึกไม่สบายใจ
 - 2.3 ไม่สามารถตัดสินใจได้ดังปกติ
 - 2.4 สับสนวุ่นวาย
 - 2.5 ขาดสมาธิ
 - 2.6 ไม่สามารถตั้งใจจดจ่อกับเป้าหมายหรือการขาดความสนใจ
 - 2.7 ไม่สามารถควบคุมตนเองได้ตามปกติ
 - 2.8 ความสนใจลดลง
3. ลักษณะอาการทางพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความวิตกกังวล ได้แก่
 - 3.1 พูดเร็วกว่าเดิม
 - 3.2 กัดเล็บ
 - 3.3 เคาะเท้า
 - 3.4 บิดกล้ามเนื้อ
 - 3.5 หาวบ่อย
 - 3.6 กระพริบตาบ่อย
 - 3.7 มีอาการสั่น
 - 3.8 เสียงไม่เหมือนเดิม

ลักษณะอาการทางพฤติกรรมเหล่านี้ง่ายต่อการสังเกต ดังนั้นผู้ฝึกสอนจึงสามารถสังเกตพฤติกรรมต่างๆ ของนักกีฬาได้ว่ามีความวิตกกังวลมากน้อยเพียงใด ซึ่งเมื่อผู้ฝึกสอนรู้จักสังเกตลักษณะอาการทางพฤติกรรมเหล่านี้แล้ว จะเป็นประโยชน์อย่างมากกับการจัดระดับความวิตกกังวล

และการจัดการกับความเครียดของนักกีฬา นอกจากการวัดโดยใช้เครื่องมือทางวิทยาศาสตร์ และการสังเกตอาการต่างๆ แล้วยังมีการวัดความวิตกกังวลโดยใช้แบบทดสอบความวิตกกังวล ซึ่งปัจจุบันมีแบบทดสอบที่ใช้วัดความวิตกกังวลโดยตรงกับกีฬา อยู่ 2 แบบ คือ แบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (Sport Competition Anxiety test: SCAT) และแบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (Competition Sport Anxiety Inventory - 2: CSAI - 2) ซึ่งแบบทดสอบทั้ง 2 แบบทดสอบนี้สร้างขึ้นโดย มาร์เตนส์ (สุปราณี ขวัญบุญจันทร์. 2541: 52; อ้างอิงจาก Martens. 1977: 121-136)

พิชิต เมืองนาโพธิ์ (2543: 388-389) ได้กล่าวไว้ว่า การวัดความวิตกกังวลนั้นมีวิธีวัดหลายอย่างหลายประเภทด้วยกัน ดังนี้

1. การวัดทางกายภาพ การวัดแบบนี้ต้องใช้เครื่องมือเครื่องมืต่าง ๆ มาช่วยด้วย เช่น เครื่องมือวัดอัตราการเต้นของหัวใจ (Electrocardiogram) เครื่องวัดอัตราการหายใจ (Respiration Pneumogram) ความตึงของกล้ามเนื้อ (Electromyogram) เป็นต้น โดยดูการเปลี่ยนแปลงที่การแสดงออกทางร่างกาย เช่น อัตราการเต้นของหัวใจ การหายใจ ความดันโลหิต การขยายของรูม่านตา การมีเหงื่อออก การตึงของกล้ามเนื้อ การหลั่งของน้ำลาย การตรวจคลื่นสมองการวัดต้องอาศัยผู้ชำนาญทาง การตรวจและแปลผล

2. การสังเกตอาการต่างๆ ของนักกีฬา เป็นวิธีการค่อนข้างจะเหมาะสมสำหรับการวัดความวิตกกังวลในนักกีฬา การสังเกตนี้จะสามารถบอกได้ว่านักกีฬามีความวิตกกังวลมากน้อยอย่างไรได้อย่างคร่าวๆ ไม่สามารถเจาะลึกลงไปอย่างละเอียดได้มาก ซึ่งการสังเกตสามารถที่จะสังเกตได้ทั้งอาการทางกาย อาการทางจิต และการแสดงออกทางพฤติกรรม

3. การวัดความวิตกกังวลโดยใช้แบบทดสอบ เป็นอีกวิธีหนึ่งที่นิยมใช้กันอย่างแพร่หลายทั่วโลก ซึ่งวัดโดยใช้แบบทดสอบวัดความวิตกกังวลนี้ แบบทดสอบที่ใช้โดยตรงนักกีฬาปัจจุบันมีอยู่ 2 ชนิด คือ แบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (Sport Competition Anxiety test : SCAT) และแบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (Competition Sport Anxiety Inventory - 2: CSAI - 2) โดยแบบทดสอบทั้ง 2 แบบนี้ถูกสร้างโดย นักจิตวิทยาการกีฬาที่มีชื่อเสียงที่สุดในโลกคนหนึ่ง

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

1. แบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย

Spielberger's Trait Anxiety Inventory

The Cognitive Somatic Anxiety Questionnaire

2. แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์

Spielberger's State Anxiety Inventory

The Activation – Deactivation Checklist

ซึ่งการวัดโดยใช้แบบทดสอบวัดความวิตกกังวลนี้ แบบทดสอบที่ใช้โดยตรงกับการกีฬาปัจจุบัน มีอยู่ 2 ชนิด คือ

1. แบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะ ถูกสร้างโดย มาร์เตนส์ (Martens) นักจิตวิทยาการกีฬาที่มีชื่อเสียงที่สุดในโลกคนหนึ่งแบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย ปี 1977 มาร์เตนส์ ได้สร้างแบบทดสอบ ขึ้นเพื่อวัดความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (Trait Anxiety) หรือความวิตกกังวลที่นักกีฬารู้สึกปกติทุกเวลาเกี่ยวกับการแข่งขันกีฬา เนื่องจากแบบทดสอบนี้ใช้วัดความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยสำหรับการกีฬา จึงได้เกิดแนวคิดขึ้นว่าแบบทดสอบนี้จะสามารถทำนายความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (State Anxiety) ได้ดีกว่าแบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยแบบทดสอบนี้ประกอบไปด้วยคำถาม 15 ข้อ คำตอบถึงความถี่ หรือความบ่อยของการเกิดอาการอันเนื่องมาจากความวิตกกังวล คำตอบของแบบทดสอบนี้จะต้องนำคำตอบออกมารวมคะแนนก่อนโดย

ข้อที่ 1, 4, 7, 10 และ 13 ไม่มีคะแนน

ข้อที่ 2, 3, 5, 8, 9, 12, 14 และ 15 A = 1, B = 2, C = 3

ข้อที่ 6 และ 11 A = 3, B = 2, C = 1

จากนั้นรวมคะแนนซึ่งคะแนนจะอยู่ระหว่าง 10 ถึง 30 ยิ่งคะแนนมากเท่าไรก็หมายถึงคนนั้นเป็นคนที่มีความวิตกกังวลหรือเป็นคนที่มีความตื่นตันทันง่ายกว่าคนที่ได้คะแนนน้อยระดับของความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยตามคะแนน จะเป็นดังนี้

คะแนน 10 – 15 ความวิตกกังวลน้อย

คะแนน 16 – 23 ความวิตกกังวลปานกลาง

คะแนน 24 – 30 ความวิตกกังวลสูง

2. แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ มาร์เตนส์ (ภาคภูมิ รัตนโรจนากุล. 2540: 22-24; อ้างอิงจาก Martens. 1983 : 89 – 99) ได้อธิบายถึงแบบทดสอบนี้ว่าจะมีความวิตกกังวลตามสถานการณ์ตอนที่วัด เป็นการวัดเฉพาะเจาะจง แบบทดสอบนี้ยังสามารถวัดระดับความวิตกกังวลแต่ละประเภทรวมทั้งความเชื่อมั่นในตนเองของบุคคลในสถานการณ์นั้นด้วย แบบทดสอบนี้จะมี ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic anxiety) ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive anxiety) และความเชื่อมั่นในตนเอง(Self confidence) แบบทดสอบนี้ประกอบด้วยคำถาม 27 ข้อ โดยแบ่งเป็น ข้อที่ 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22 และ 25 จะเป็นข้อที่วัดความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive anxiety) ข้อที่ 2, 5, 8, 11, 17, 20, 23 และ 26 จะเป็นข้อที่วัดความวิตกกังวลทางกาย (Somatic anxiety) ข้อที่ 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24 และ 27 จะเป็นข้อที่วัดความเชื่อมั่นในตนเอง (Self - confidence) คำตอบของแบบทดสอบนี้จะเป็นการตอบความรู้สึกว่าเห็นด้วยกับคำถามหรือไม่ คะแนนออกมาเป็นระดับตั้งแต่ 1 ถึง 4 การให้คะแนนก็จะให้ตามหมายเลขที่เลือก ยกเว้นเพียงข้อ 14 เท่านั้นที่คะแนนจะกลับกัน นั่นคือถ้าเลือกข้อ 1 จะได้ 4 เลือกข้อ 2 จะได้ 3 คะแนนเลือกข้อ 3 จะได้ 2 คะแนนเลือกข้อ 4 จะได้ 1 คะแนน เมื่อรวมคะแนนออกมาแล้วระดับคะแนนจะอยู่ระหว่าง 9 ถึง 36 ในแต่ละหัวข้อชนิดความวิตกกังวล ถ้าคะแนนมากก็หมายความว่ามีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์สูงถ้า

คะแนนน้อยก็หมายความว่ามีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์น้อยนั่นเอง สำหรับในด้านความเชื่อมั่นในตนเอง (Self confidence) เกณฑ์การคิดคะแนนจะกลับกันระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ตามคะแนนของ ซีเอสเอไอทู (CSAI - 2) จะเป็นดังนี้

คะแนน 9 – 17 ระดับความวิตกกังวล ความตื่นเต้นต่ำ

คะแนน 18 – 26 ระดับความวิตกกังวล ความตื่นเต้นปานกลาง

คะแนน 27– 36 ระดับความวิตกกังวล ความตื่นเต้นสูง

แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ฉบับปรับปรุงใหม่ (Revised Competition Sport Anxiety Inventory – 2: CSAI – 2R) ถูกสร้างโดย มาร์เตนส์และรัสเซลแบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ฉบับปรับปรุงใหม่ (Revised Competition Sport Anxiety Inventory – 2 : CSAI – 2R) ในปี 2003 มาร์เตนส์ และรัสเซล ได้นำเสนอแบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ฉบับปรับปรุงใหม่ (Revised Competition Sport Anxiety Inventory – 2 : CSAI –2R) ซึ่งเป็นแบบทดสอบที่ใช้วัดความวิตกกังวลตามสถานการณ์ทางการกีฬาของนักกีฬา โดยได้พัฒนาจากแบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ฉบับเดิม ซึ่งแบบทดสอบนี้สามารถวัดความวิตกกังวลทางกาย (Somatic anxiety) ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive anxiety) ความเชื่อมั่นในตนเอง (Self confidence) แบบทดสอบนี้ประกอบไปด้วยคำถาม 17 ข้อ โดยแบ่งเป็น

ความวิตกกังวลทางกาย ประกอบด้วย ข้อ 1, 4, 6, 9, 12, 15, 17

ความวิตกกังวลทางจิต ประกอบด้วย ข้อ 2, 5, 8, 11, 14

ความเชื่อมั่นในตนเอง ประกอบด้วย ข้อ 3, 7, 10, 13, 16

คำตอบของแบบทดสอบนี้จะเป็นการตอบความรู้สึกว่าเห็นด้วยกับคำถามหรือไม่คะแนนออกมาเป็นระดับ 1 ถึง 4 โดยให้คะแนนตามหมายเลขที่เลือก การคิดคะแนนให้เอาคะแนนของแต่ละข้อในแต่ละด้านบวกกัน แล้วนำผลที่ได้มาหารด้วยจำนวนข้อทั้งหมดในแต่ละด้าน และคูณด้วย 10 จะได้ผลออกมาเป็นคะแนนของความวิตกกังวลในแต่ละด้าน ช่วงของคะแนนจะอยู่ที่ 10 – 40 ซึ่งเกณฑ์ของคะแนนเป็นดังนี้

10 – 19 คะแนน = เป็นคนที่มีความวิตกกังวลก่อนการแข่งขัน ต่ำ

20 – 30 คะแนน = เป็นคนที่มีความวิตกกังวลก่อนการแข่งขัน ปานกลาง

31 – 40 คะแนน = เป็นคนที่มีความวิตกกังวลก่อนการแข่งขัน สูง

ประวัติการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ

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

จากการที่รัฐบาลได้กำหนดนโยบายในเรื่องนี้อย่างแน่ชัด คณะรัฐมนตรีจึงได้มีมติเมื่อวันที่ 25 กันยายน 2527 เห็นชอบและอนุมัติให้มีการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติเป็นประจำทุกปี โดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อส่งเสริม การกีฬาของชาติไทยให้ขยายไปทั่วประเทศและเน้นถึงสุขภาพพลานามัย ปลุกฝังให้เยาวชนมีน้ำใจเป็นนักกีฬา มีระเบียบวินัย และที่สำคัญยิ่งเพื่อเป็นแผนรองรับการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ทำให้เกิดนักกีฬาทิพย์ชาติต่อไป

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 1

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

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 2

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

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 3

จังหวัดสุรินทร์ ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 3 ซึ่งกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 19 - 25 มีนาคม 2530 โดยมีนายเสนอ มูลศาสตร์ ผู้ว่าราชการจังหวัดสุรินทร์ เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน มีการแข่งขันกีฬารวม 10 ประเภท คือ กรีฑา แบดมินตัน บาสเกตบอล มวยสากลสมัครเล่น ฟุตบอล เทนนิส เซปักตะกร้อ วอลเลย์บอล เทเบิลเทนนิส

และวอลเลย์บอล มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 1,575 คน รวมนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ทั้งสิ้น 1,862 คน

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 4

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

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 5

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

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 6

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

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 7

จังหวัดตรัง ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 7 ซึ่งกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 18 - 27 มกราคม 2534 โดยมีนายภิญโญ เฉลิมนนท์ ผู้ว่าราชการจังหวัดตรัง เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน มีการแข่งขันกีฬารวม 13 ประเภท คือ กรีฑา แบดมินตัน บาสเกตบอล มวยสากลสมัครเล่น ฟุตบอล เทนนิส เซปักตะกร้อ วายน้ำ เทเบิลเทนนิส วอลเลย์บอล ยิมนาสติก จักรยานและยกน้ำหนัก มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 1,880 คน รวมนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ทั้งสิ้น 2,241 คน

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 8

จังหวัดศรีสะเกษ ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 8 ซึ่งกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 26 มีนาคม - 1 เมษายน 2535 โดยมีร้อยตรีสมจิตต์ จุลพงษ์ ผู้ว่าราชการจังหวัดศรีสะเกษ เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน มีการแข่งขันกีฬารวม 13

ประเภท คือ กรีฑา แบดมินตัน บาสเกตบอล มวยสากลสมัครเล่น ฟุตบอล เทนนิส เซปักตะกร้อ วาโยน้ำ เทเบิลเทนนิส วอลเลย์บอล ยิมนาสติก จักรยานและยกน้ำหนัก มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 1,964 คน รวมนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ทั้งสิ้น 2,333 คน

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 9

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

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 10

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

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 11

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

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 12

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

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 13

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

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 14

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

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 15

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

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 16

จังหวัดสุรินทร์ ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 16 ซึ่งกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 19 - 26 มีนาคม 2543 โดยมีนายเกษมศักดิ์ แสนโกชน์ ผู้ว่าราชการจังหวัดสุรินทร์ เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน มีการแข่งขันกีฬารวม 18 ประเภท คือ กรีฑา ฟุตบอล บาสเกตบอล เซปักตะกร้อ เทนนิส วอลเลย์บอล แบดมินตัน ยูโด ยิมนาสติกสากล-ลีลา เทเบิลเทนนิส มวยสากลสมัครเล่น มวยไทยสมัครเล่น ยกน้ำหนัก รักบี้ฟุตบอล จักรยาน วาเลย์บอล เปตอง และลีลาศ มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 10 เขต จำนวน 2,979 คน รวมนักกีฬาและเจ้าหน้าที่ทั้งสิ้น 3,568 คน

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 17

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

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 18

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

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 19

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

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 20

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

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 21

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

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 22

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

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 23

จังหวัดสุราษฎร์ธานี ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 23 โดยกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 20 - 30 มีนาคม 2550 โดยมีนายนิวัติ สวัสดิ์แก้ว ผู้ว่าราชการจังหวัดสุราษฎร์ธานี เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน ใช้ชื่อในการจัดการแข่งขันว่า "เมืองคนดีเกมส์" มีการแข่งขันกีฬารวม 28 ชนิดกีฬา คือ กรีฑา แบดมินตัน บาสเกตบอล มวยสากลสมัครเล่น จักรยาน ลีลาศ ฟุตบอล ฟุตซอล กอล์ฟ ยิมนาสติก แอนด์บอล ยูโด เทนนิส รักบี้ฟุตบอล มวยไทยสมัครเล่น เปตอง ว่ายน้ำ เทเบิลเทนนิส เทควันโด เซปักตะกร้อ วอลเลย์บอล ยกน้ำหนัก มวยปล้ำ ยิงปืน สนุกเกอร์ และ กาบัดดี้ มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 5 ภาค จำนวน 8,115 คน

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 24

จังหวัดอุบลราชธานี ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 24 โดยกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 19 - 29 มีนาคม 2551 โดยมีนายชวน ศิรินันท์พร ผู้ว่าราชการจังหวัดอุบลราชธานี เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน ใช้ชื่อในการจัดการแข่งขันว่า "ดอกบัวเกมส์" มีการแข่งขันกีฬารวม 28 ชนิดกีฬา คือ กรีฑา ว่ายน้ำ ฟุตบอล (ชาย/หญิง/ฟุตซอล) วอลเลย์บอล (วอลเลย์บอล/วอลเลย์บอลชายหาด) ตะกร้อ(เซปักตะกร้อ/ตะกร้อลอดห่วง) บาสเกตบอล แอนด์บอล ยิมนาสติก (ลีลา/ศิลป์) ลีลาศ เทนนิส เทเบิลเทนนิส ยูโด ยกน้ำหนัก

เทควันโด คาราเต้ แบดมินตัน รักบี้ฟุตบอล เปตอง มวยปล้ำ เรือพาย มวยสากลสมัครเล่น มวยไทยสมัครเล่น สกูเกอร์ หมากล้อม จักรยาน(ถนน/ลู่วิ่ง/ภูเขา)ยิงปืน กอล์ฟ และกอล์ฟดี มีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 5 ภาค จำนวน 9,500 คน

กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25

จังหวัดกาญจนบุรี ได้รับเกียรติให้เป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 โดยกำหนดให้มีการแข่งขันระหว่างวันที่ 15 - 26 มีนาคม 2552 ใช้ชื่อในการแข่งขันว่า "กาญจนบุรีเกมส์" โดยมีนายเรวัติ วัฒนวณิช มหาวินิจฉัยมนตรี ผู้ว่าราชการจังหวัดกาญจนบุรี เป็นประธานกรรมการจัดการแข่งขัน สัญลักษณ์ของการแข่งขันเป็นด้านเจดีย์สามองค์ สีแสด และมีคำว่า "กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 สัตว์นำโชคเป็น "ปลาเยือก" ซึ่งเป็นปลาที่ขึ้นชื่อของจังหวัด โดยมีคำขวัญประจำการแข่งขันว่า "เยาวชนไทย จิตใจนักกีฬา นำพาสังคม" ด้านของชนิดกีฬาทางเจ้าภาพ "กาญจนบุรีเกมส์" พร้อมรับจัดมากถึง 31 ชนิดกีฬา ซึ่งมากกว่าครั้งที่ดอกบัวเกมส์ถึง 3 ชนิด คือ โบว์ลิ่ง วูซู และเครื่องบินเล็กบังคับวิทยุ ทั้งนี้ชนิดกีฬาทั้งหมดทางพลตรี อดิศักดิ์ นาคสมามคมกีฬาสโมสรเล่นจังหวัด กาญจนบุรี ได้เผยแพร่ประกอบด้วย กีฬาบังคับ 2 ชนิดกีฬา คือ กรีฑา และ วายน้ำ กีฬาสากล รวม 28 ชนิดกีฬา ประกอบด้วย กอล์ฟ กอล์ฟดี ลีลาศ จักรยาน (ประเภทลู่วิ่งและเสือภูเขา) เซปักตะกร้อ ตะกร้อลอดห่วง เทควันโด เทนนิส เทเบิลเทนนิส บาสเกตบอล แบดมินตัน ฟุตบอล-ฟุตซอล เปตอง มวยสากลสมัครเล่น มวยปล้ำ ยกน้ำหนัก ยิงปืน ยิมนาสติก (ประเภทสากล และลีลา) ยูโด รักบี้ โบว์ลิ่ง วอลเลย์บอล (ในร่มและชายหาด) สกูเกอร์ หมากล้อม คาราเต้-โด วูซู แอนด์บอล เรือพาย และเครื่องบินเล็กบังคับวิทยุ สำหรับ กีฬานูรักข์ ได้แก่ มวยไทยสมัครเล่นมีนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขัน 5 ภาค จำนวน 10,856 คน

"การกีฬาแห่งประเทศไทย" เรียกโดยย่อว่า "กกท." ได้จัดตั้งขึ้นโดยพระราชบัญญัติการกีฬาแห่งประเทศไทย พ.ศ.2528 ซึ่งประกาศในราชกิจจานุเบกษา เล่มที่ 102 ตอนที่ 149 ลงวันที่ 17 ตุลาคม 2528 โดยเหตุผลในการประกาศใช้พระราชบัญญัติฉบับนี้คือ เพื่อจัดตั้งการกีฬาแห่งประเทศไทยขึ้นแทน "องค์การ ส่งเสริมกีฬาแห่งประเทศไทย" (ซึ่งตั้งขึ้นตาม พระราชกฤษฎีกาจัดตั้งองค์การส่งเสริมการกีฬาแห่งประเทศไทย เมื่อวันที่ 12 กันยายน 2507) และให้มีอำนาจหน้าที่ในการส่งเสริมการกีฬา และควบคุมการดำเนินกิจการกีฬาได้กว้างขวางและมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น โดยนัยของพระราชบัญญัติการกีฬาแห่งประเทศไทย การกีฬาแห่งประเทศไทยได้เป็นหน่วยงานรัฐวิสาหกิจ สังกัดกระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา โดยได้รับงบประมาณรายจ่ายประจำปีจากรัฐบาล การบริหารงานของการกีฬาแห่งประเทศไทยนั้น บริหารโดยคณะกรรมการกีฬาแห่งประเทศไทย ประกอบด้วยกรรมการโดยตำแหน่ง และกรรมการซึ่งคณะรัฐมนตรีเป็นผู้ แต่งตั้ง มีนายกรัฐมนตรีหรือรัฐมนตรี ที่นายกรัฐมนตรีมอบหมายเป็นประธานและมีผู้ว่าการการกีฬาแห่งประเทศไทยรับผิดชอบต่อคณะกรรมการในการบริหารกิจการของ กกท.

การแข่งขันระดับภาค สิทธิในการสมัครทีมเข้าแข่งขันคณะกรรมการจัดการแข่งขันฯ จะดำเนินการจัดการแข่งขัน โดยแบ่งออกเป็น 5 ภาค ในแต่ละภาคประกอบด้วยจังหวัดต่างๆ ในภาค มีสิทธิส่งทีมเข้าร่วมการแข่งขันในนามของจังหวัดได้จังหวัดละ 1 ทีม ดังต่อไปนี้

ภาค 1 ประกอบด้วย 14 จังหวัด คือ

- | | | |
|--------------------|-----------------------|-----------------------|
| 1. กรุงเทพมหานคร | 2. จังหวัดจันทบุรี | 3. จังหวัดฉะเชิงเทรา |
| 4. จังหวัดชลบุรี | 5. จังหวัดตราด | 6. จังหวัดสมุทรสงคราม |
| 7. จังหวัดปทุมธานี | 8. จังหวัดระยอง | 9. จังหวัดสมุทรปราการ |
| 10. จังหวัดนนทบุรี | 11. จังหวัดสระแก้ว | 12. จังหวัดสมุทรสาคร |
| 13. จังหวัดนครนายก | 14. จังหวัดปราจีนบุรี | |

การแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 25 คัดภาค 1 ณ จังหวัด จันทบุรี ระหว่างวันที่ 19-29 ตุลาคม 2551 ใช้ชื่อการแข่งขันว่า “จันท์เกมส์”

ภาค 2 ประกอบด้วย 14 จังหวัด คือ

- | | | |
|----------------------|----------------------------|---------------------------|
| 1. จังหวัดกาญจนบุรี | 2. จังหวัดชัยนาท | 3. จังหวัดนครสวรรค์ |
| 4. จังหวัดราชบุรี | 5. จังหวัดลพบุรี | 6. จังหวัดพระนครศรีอยุธยา |
| 7. จังหวัดสุพรรณบุรี | 8. จังหวัดสิงห์บุรี | 9. จังหวัดสระบุรี |
| 10. จังหวัดอ่างทอง | 11. จังหวัดอุทัยธานี | 12. จังหวัดเพชรบุรี |
| 13. จังหวัดนครปฐม | 14. จังหวัดประจวบคีรีขันธ์ | |

การแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 25 คัดภาค 2 ณ จังหวัด ชัยนาท ระหว่างวันที่ 21-29 ตุลาคม 2551 ใช้ชื่อการแข่งขันว่า “ชัยนาทเกมส์”

ภาค 3 ประกอบด้วย 19 จังหวัด คือ

- | | | |
|------------------------|----------------------|------------------------|
| 1. จังหวัดกาฬสินธุ์ | 2. จังหวัดขอนแก่น | 3. จังหวัดชัยภูมิ |
| 4. จังหวัดนครพนม | 5. จังหวัดนครราชสีมา | 6. จังหวัดบุรีรัมย์ |
| 7. จังหวัดมุกดาหาร | 8. จังหวัดมหาสารคาม | 9. จังหวัดยโสธร |
| 10. จังหวัดร้อยเอ็ด | 11. จังหวัดเลย | 12. จังหวัดศรีสะเกษ |
| 13. จังหวัดสกลนคร | 14. จังหวัดสุรินทร์ | 15. จังหวัดหนองคาย |
| 16. จังหวัดหนองบัวลำภู | 17. จังหวัดอุดรธานี | 18. จังหวัดอุบลราชธานี |
| 19. จังหวัดอำนาจเจริญ | | |

การแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 25 คัดภาค 3 ณ จังหวัด มหาสารคาม ระหว่างวันที่ 19-29 พฤศจิกายน 2551 ใช้ชื่อการแข่งขันว่า “ดักสิลานครเกมส์”

ภาค 4 ประกอบด้วย 14 จังหวัด คือ

- | | | |
|------------------|--------------------|--------------------------|
| 1. จังหวัดกระบี่ | 2. จังหวัดชุมพร | 3. จังหวัดตรัง |
| 4. จังหวัดสงขลา | 5. จังหวัดนราธิวาส | 6. จังหวัดปัตตานี |
| 7. จังหวัดพังงา | 8. จังหวัดพัทลุง | 9. จังหวัดภูเก็ต |
| 10. จังหวัดยะลา | 11. จังหวัดระนอง | 12. จังหวัดนครศรีธรรมราช |

13. จังหวัดสตูล 14. จังหวัดสุราษฎร์ธานี

การแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 25 คัดภาค 4 ณ จังหวัด สุราษฎร์ธานี ระหว่างวันที่ 10-20 พฤศจิกายน 2551 ใช้ชื่อการแข่งขันว่า "เมืองคนดีเกมส์ 2008"

ภาค 5 ประกอบด้วย 15 จังหวัด คือ

- | | | |
|---------------------|-----------------------|----------------------|
| 1. จังหวัดกำแพงเพชร | 2. จังหวัดเชียงราย | 3. จังหวัดเชียงใหม่ |
| 4. จังหวัดตาก | 5. จังหวัดน่าน | 6. จังหวัดพะเยา |
| 7. จังหวัดพิจิตร | 8. จังหวัดพิษณุโลก | 9. จังหวัดเพชรบูรณ์ |
| 10. จังหวัดแพร่ | 11. จังหวัดแม่ฮ่องสอน | 12. จังหวัดลำปาง |
| 13. จังหวัดลำพูน | 14. จังหวัดสุโขทัย | 15. จังหวัดอุตรดิตถ์ |

การแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 25 คัดภาค 5 ณ จังหวัด พะเยา ระหว่างวันที่ 25 ตุลาคม - 3 พฤศจิกายน 2551 ใช้ชื่อการแข่งขันว่า "กว๊านพะเยาเกมส์"

โดยในการจัดการแข่งขันคัดนักกีฬาในส่วนของการคัดภาค ก็ได้จบลงไปแล้ว ซึ่งในแต่ละชนิดกีฬาก็จะได้ทีมตัวแทนในแต่ละภาคมาเข้าร่วมแข่งขันในรอบชิงชนะเลิศคือการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ที่จังหวัดกาญจนบุรี ระหว่างวันที่ 15 - 25 มีนาคม 2552

ประวัติกีฬาฟุตซอล

ฟุตซอลเป็นกีฬาที่ได้รับความนิยมอย่างมากในปัจจุบัน ทั้งในต่างประเทศและภายในประเทศไทยก็ถือว่ากีฬานี้เป็นที่นิยมอย่างมากในปัจจุบัน

คำว่า “ฟุตซอล Futsal” เป็นคำที่ใช้เรียกในการแข่งขันระหว่างชาติ มาจากภาษาสเปน และโปรตุเกส ที่ใช้เรียก “ซอกเกอร์ (Soccer)” ว่า “Futbol หรือ Futebol” และคำว่า “ในร่ม (Indoor)” นำมาจากภาษาฝรั่งเศส และภาษาสเปนที่เรียกว่า “Salon หรือ Sala” เป็นการแข่งขันที่มักเรียกกันอยู่เสมอ ๆ ว่าเป็นการเล่น “ฟุตบอลล 5 คน (Five-A-Side Football Or Soccer)”

ฟุตซอลใช้เล่นในสนามบาสเกตบอลและสามารถเล่นได้กับพื้นผิวสนามที่หลากหลายแบบ ลูกบอลที่ใช้มีการกระดอนน้อยผู้เล่นต้องใช้ความสามารถทางทักษะอย่างมากในการบังคับให้เกิดการเคลื่อนที่เป็นกีฬาที่พัฒนาให้เกิดทักษะต่างๆ อย่างมาก ต้องการปฏิกิริยาตอบสนองที่รวดเร็ว ความคิดที่ฉับไว และการส่งที่แม่นยำทำให้การแข่งขันมีความตื่นเต้นเร้าใจทั้งสำหรับผู้เล่นและผู้ชม การเล่นฟุตซอลเริ่มแรกย้อนหลังไปตั้งแต่ ปี ค.ศ.1930 ที่เมืองมอนเตวิดีโอ ประเทศอุรุกวัยในขณะนั้นโจอัน คาร์ลอส เซเรียเน (Juan Carlos Ceriane) ได้คิดค้นการเล่นฟุตบอลล 5 คน ซึ่งเป็นการเอาฟุตบอลลและกีฬามวยบาสเกตบอลมาผสมผสานรวมกันระหว่างกฎการเล่นและวิธีการเล่น เพื่อใช้แข่งขันในระดับเยาวชนของ วาย เอ็ม ซี เอ (Y M C A) ในการแข่งขันในครั้งนี้ใช้สนามบาสเกตบอลที่มีพื้นสนามเป็นพื้นไม้เรียกว่า พื้นปาร์เก้ ภายในโรงยิมเนเซียม ต่อมาฟุตซอลได้ถูกขยายการเล่นออกไปทั่วโลกในอเมริกาใต้ โดยเฉพาะในบราซิลทักษะต่างๆ ได้ถูกพัฒนาการเล่นอย่างเห็นได้ชัดในสไตล์การเล่นของผู้เล่นระดับโลกที่นำไปใช้เล่นในสนามใหญ่ เช่น เปเล่ ซีโก้ โซเครติส เบเบโต และ

ผู้เล่นในระดับดาวเด่นอื่นๆ ของบราซิลอีกหลายคนก็พัฒนาก้าวหน้าของพวกเขาจากการเล่นฟุตบอล ในขณะที่บราซิลเป็นจุดศูนย์กลางในการพัฒนาการเล่นฟุตบอลอย่างต่อเนื่อง ขณะเดียวกันฟีฟ่าได้รับเอากการแข่งขันฟุตบอลไว้ภายใต้การควบคุมดูแล โดยมีประเทศทั่วโลกกว่า 100 ประเทศจากยุโรป อเมริกาเหนือ อเมริกากลาง และแคริบเบียน อเมริกาใต้ แอฟริกา เอเชีย ซึ่งมีผู้เล่นกว่า 12 ล้านคน

การแข่งขันกีฬาในต่างประเทศ

กีฬาฟุตบอลได้มีการแข่งขันอย่างเป็นทางการมาช้านานดังรายการต่างๆ ดังนี้

ในปี ค.ศ.1965 มีการแข่งขันระหว่างประเทศครั้งแรกเรียกว่า “การแข่งขันอเมริกาใต้คัพ ครั้งที่ 1” ต่อมาการแข่งขันอเมริกาใต้คัพอย่างต่อเนื่องมากกว่า 6 ครั้ง จนถึงปี ค.ศ.1979 ซึ่งบราซิลเป็นทีมชนะเลิศทุกครั้งและบราซิลยังได้รับชัยชนะอย่างต่อเนื่องในการแข่งขันแพนอเมริกันคัพ ในปี ค.ศ.1980 และชนะเลิศอีกครั้งในเวลาต่อมาที่จัดแข่งขันขึ้นในปี ค.ศ. 1984

การแข่งขันชิงแชมป์โลกครั้งแรกจัดขึ้นโดยการควบคุมของฟีฟ่า (Fifusa) ซึ่งปัจจุบันได้ถูกรวมไว้เป็นสมาชิกอยู่ในฟีฟ่าตั้งแต่ปี ค.ศ.1989 ได้จัดการแข่งขันขึ้นที่เมืองเซาเปาโล ประเทศบราซิล ในปี ค.ศ.1982 และบราซิลสามารถคว้าแชมป์โลกมาครองได้เป็นประเทศแรก และบราซิลยังคงแสดงความสามารถได้เช่นเดิมเมื่อเป็นแชมป์โลกอีกครั้งในปี ค.ศ. 1985 ที่ประเทศสเปนแต่มาเสียแชมป์โลกครั้งที่ 3 ให้แก่ประเทศปารากวัยที่ประเทศออสเตรเลีย ในปี ค.ศ. 1989 ฟีฟ่าได้เข้ามาดำเนินการเป็นสนับสนุนการจัดการแข่งขันโดยตรงที่ประเทศเนเธอร์แลนด์ ในปี ค.ศ.1992 ที่ประเทศฮ่องกง และในปี ค.ศ.1996 ที่ประเทศสเปน ซึ่งบราซิลสามารถชนะเลิศได้ทั้งสามครั้ง ซึ่งนับเป็นการแข่งขันชิงแชมป์โลกครั้งที่ 1 ถึงครั้งที่ 3 อย่างเป็นทางการภายใต้การควบคุมของฟีฟ่า ต่อมาในปี ค.ศ.2000 มีการจัดการแข่งขันชิงแชมป์โลกครั้งที่ 4 ที่ประเทศกัวเตมาลา ซึ่งทีมชาติไทยได้ผ่านเข้าไปเล่นในรอบสุดท้ายชิงแชมป์โลกในครั้งนี้ด้วย ทีมที่สามารถครองแชมป์โลกในครั้งนี้ ได้แก่ ประเทศสเปน และในปี ค.ศ.2004 ได้มีการจัดการแข่งขันชิงแชมป์โลกครั้งที่ 5 ซึ่งจัดการแข่งขันที่ประเทศจีน ไต้หวัน และสเปนก็สามารถคว้าแชมป์โลกได้อีก 1 สมัย ในการจัดการแข่งขันชิงแชมป์มา 5 ครั้งอย่างเป็นทางการที่ทีมที่สามารถคว้าแชมป์โลกมีแค่สองทีม คือ ทีมบราซิล ในครั้งที่ 1 - 3 และทีมชาติสเปน ในครั้งที่ 4 และ 5 ส่วนทีมชาติไทยของเราก็สามารถผ่านเข้ามาเล่นในครั้งนี้ด้วย โดยสามารถเก็บคะแนนได้ 3 คะแนน จากการเอาชนะทีมชาติออสเตรเลีย แต่ก็ไม่สามารถผ่านเข้าไปเล่นในรอบที่สองได้ ในการจัดการแข่งขันชิงแชมป์ครั้งที่ 6 จะทำการจัดการแข่งขันที่ประเทศบราซิลในเดือนกันยายน ปี ค.ศ.2008 ประเทศของเราก็สามารถผ่านเข้าไปเล่นในรอบสุดท้ายจากการคว้าอันดับที่ 2 จากรายการชิงแชมป์เอเชียที่ประเทศไทย ซึ่งการจัดการแข่งขันฟุตบอลชิงแชมป์โลกจะมีการจัดการแข่งขันเหมือนกับฟุตบอลโลกคือ 4 ปี จะมีการจัดการแข่งขันครั้ง และการจัดการแข่งขันชิงแชมป์ครั้งต่อไป คือครั้งที่ 7 ในปี ค.ศ.2012 ประเทศไทยได้เสนอตัวเป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันชิงแชมป์โลกและกำลังอยู่ในขั้นตอนของการพิจารณาของฟีฟ่าอยู่ในขณะนี้

การแข่งขันฟุตบอลในประเทศไทย

การจัดการแข่งขันฟุตบอลในประเทศไทยครั้งแรกเริ่มจัดการแข่งขันอย่างเป็นทางการเมื่อประมาณปี พ.ศ.2535 - 2536 ซึ่งจัดโดยความร่วมมือระหว่างสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทยฯ กับบริษัททวิบอค โดยนำทีมสโมสรฟุตบอลระดับถ้วยพระราชทานประเภท ก ซึ่งเป็นทีมระดับสูงสุดขณะนั้นเชิญเข้าร่วมการแข่งขัน จากนั้นมาประมาณ พ.ศ.2540 บริษัทเดอะมอลล์ กรุ๊ป จำกัด ได้เริ่มเข้ามาดำเนินการจัดการแข่งขันร่วมกับสมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทยฯ โดยใช้ชื่อว่า

“Bangkok Star Indoor Soccer”

ครั้งที่ 1 ปี พ.ศ.2540 ทีมการทำเรือแห่งประเทศไทย ได้ตำแหน่งชนะเลิศ

ครั้งที่ 2 ปี พ.ศ.2541 ทีมกรุงเทพมหานคร ได้ตำแหน่งชนะเลิศ

ครั้งที่ 3 ปี พ.ศ.2542 ได้เปลี่ยนมาเชิญทีมจากมหาวิทยาลัยต่างๆ เข้าร่วมทำการแข่งขัน ทีมชนะเลิศได้แก่ ทีมมหาวิทยาลัยศรีปทุม

ครั้งที่ 4 ปี พ.ศ.2543 มีการเปลี่ยนแปลงชื่อการแข่งขันใหม่ว่า “อัมสเตอร์ดัมฟุตซอลชิงแชมป์ประเทศไทย” และทีมทหารอากาศ ได้ตำแหน่งชนะเลิศ

ครั้งที่ 5 ปี พ.ศ.2544 ทีมการทำเรือแห่งประเทศไทย ได้ตำแหน่งชนะเลิศ

ครั้งที่ 6 ปี พ.ศ.2545 ทีมการทำเรือแห่งประเทศไทย ได้ตำแหน่งชนะเลิศ

ครั้งที่ 7 ปี พ.ศ.2546 ทีมราชนาวิสโมสร ได้ตำแหน่งชนะเลิศ

ในปี พ.ศ.2547 – 2549 การจัดการแข่งขันชิงแชมป์ประเทศไทยดังกล่าวได้หยุดชะงักลง เนื่องจากขาดการสนับสนุนด้านงบประมาณ แต่ในปี พ.ศ.2549 สมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทยได้ทำการจัดการแข่งขันฟุตซอลไทยลีกขึ้นครั้งแรกของประเทศไทย โดยมีทีมเข้าร่วมการแข่งขัน 10 ทีม โดยทำการแข่งขันแบบเหย้า - เยือน ทีมที่สามารถคว้าแชมป์ ครั้งที่ 1 ปี พ.ศ.2549 ได้แก่ทีมจังหวัดชลบุรี และครั้งที่ 2 ปี พ.ศ.2550 ทีมการทำเรือแห่งประเทศไทยสามารถคว้าแชมป์มาได้ การแข่งขันฟุตซอลในระดับเยาวชนของประเทศไทย การจัดการแข่งขันในระดับนี้ได้มีการจัดการแข่งขันอย่างต่อเนื่อง โดยใช้ชื่อการจัดการแข่งขันนี้ว่า คริกจูเนียร์ฟุตซอลไทยแลนด์แชมป์เปียนชิพ ซึ่งจัดการแข่งขันมาตั้งแต่ปี 2543 โดยมีการเล่นในรอบคัดเลือกจากโรงเรียนต่างๆ ทุกภูมิภาค และนำทีมชนะเลิศและรองชนะเลิศเข้ามาเล่นในรอบสุดท้ายในปี พ.ศ.2544 ร่วมกับโรงเรียนในกรุงเทพมหานคร รวมทั้งหมด 24 ทีม และยังคงมีการจัดการแข่งขันถึงปัจจุบัน โดยทีมที่ได้ครองตำแหน่งชนะเลิศในปีต่างๆ

ครั้งที่ 1 ปี พ.ศ.2544 ทีมโรงเรียนกรุงเทพคริสเตียน

ครั้งที่ 2 ปี พ.ศ.2545 ทีมโรงเรียนปทุมคงคา

ครั้งที่ 3 ปี พ.ศ.2546 ทีมลานสากวิทยา

ครั้งที่ 4 ปี พ.ศ.2547 ทีมจังหวัดชลบุรี (การจัดการแข่งขันในครั้งนี้นำทีมคัดเลือกจากตัวแทนโรงเรียนส่วนภูมิภาคเป็นตัวแทนจังหวัด)

ครั้งที่ 5 ปี พ.ศ.2548 ทีมโรงเรียนวัดสุทธิวาราม

ครั้งที่ 6 ปี พ.ศ.2549 ทีมโรงเรียนสธารวิทยา

ครั้งที่ 7 ปี พ.ศ.2550 ทีมปทุมคงคา(ในการแข่งขันครั้งที่ 7 ได้มีการเปลี่ยนชื่อการแข่งขัน โดยใช้ชื่อว่า “เจเพรส ฟุตซอลไทยแลนด์แชมเปียนชิพ”)

ครั้งที่ 8 ปี พ.ศ.2551 การจัดการแข่งขันในรอบคัดเลือกกันอยู่ในส่วนของภูมิภาคและจะทำการแข่งขันรอบสุดท้ายในเดือนธันวาคม และทีมที่ได้ตำแหน่งชนะเลิศในครั้งนี้ คือ โรงเรียนสวนกุหลาบวิทยาลัย

การแข่งขันฟุตซอลในปัจจุบันถือได้ว่าการจัดการแข่งขันกันอย่างแพร่หลาย เนื่องจากสามารถจัดการแข่งขันได้ง่ายจึงทำให้กีฬาฟุตซอลเป็นกีฬาที่มีการพัฒนาขึ้นมาค่อนข้างจะเร็ว และงบประมาณในการทำทีมไม่มากนักเหมือนกับฟุตบอล สนามที่ใช้ในการแข่งขันก็สามารถหาเล่นได้ง่าย เนื่องจากขนาดของสนามมีขนาดเล็กกว่าฟุตบอล และจากการพัฒนาดังกล่าวทีมฟุตซอลของไทยก็สามารถรั้งอันดับที่ 2 จากการชิงแชมป์เอเชีย ที่ประเทศไทยเป็นเจ้าภาพ และสามารถคว้าสิทธิ์ในการเข้าไปเล่นในรอบสุดท้ายที่ประเทศบราซิลที่จะเป็นเจ้าภาพเป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันในเดือนกันยายน ปี ค.ศ.2008 และประเทศยังได้เสนอตัวขอเป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันชิงแชมป์โลกครั้งที่ 7 ในปี ค.ศ.2012 และเราคนไทยทุกคนหวังว่าการจัดการแข่งขันฟุตซอลชิงแชมป์โลกครั้งที่ 7 จะเกิดขึ้นที่ประเทศไทยของเราในปี ค.ศ.2012

ประโยชน์ของการเล่นกีฬาฟุตซอล

กองพัฒนาการบุคลากรกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย ได้ให้ความหมายของประโยชน์ในการเล่นกีฬาฟุตซอลไว้หลายด้าน ซึ่งทั้งตัวผู้เล่น สังคม และประเทศชาติ ดังนี้

1. ประโยชน์ต่อผู้เล่น แยกเป็น 4 ส่วน คือ

ด้านร่างกาย

- ทำให้ร่างกายมีการเคลื่อนไหว ซึ่งนำไปสู่ทักษะการเคลื่อนไหวในการเล่นกีฬา
- ทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรงและอดทน
- ทำให้ระบบหายใจและระบบหมุนเวียนโลหิตดีขึ้น
- ทำให้อวัยวะส่วนต่างๆ ของร่างกายมีการทำงานสัมพันธ์กัน
- ทำให้ร่างกายมีการทรงตัวที่ดี
- ทำให้การขยับถ่ายและการรักษาอุณหภูมิของร่างกายดีขึ้น
- ทำให้ร่างกายมีการเคลื่อนไหว เคลื่อนที่ได้อย่างรวดเร็วและว่องไว
- ทำให้เป็นผู้ที่มีบุคลิกภาพที่ดี สง่างาม

ด้านจิตใจ

- ทำให้จิตใจสบาย อารมณ์แจ่มใส สดชื่น
- ทำให้ผ่อนคลายความตึงเครียดทางอารมณ์
- ทำให้รู้จักอดทนและอดกลั้นกับสิ่งที่มากระทบ
- ทำให้รู้จักเป็นผู้ให้และเสียสละ
- ทำให้มีสมาธิ จิตใจแข็งแกร่งขึ้น
- ทำให้เป็นผู้ที่มีน้ำใจ เคารพและยอมรับกฎกติกา

- ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง เคารพตนเอง และผู้อื่น

ด้านสติปัญญา

- ทำให้เกิดความเป็นผู้ที่มีความคิดริเริ่ม
- ทำให้รู้จักคิดและคาดคะเนล่วงหน้า
- ทำให้รู้จักวิเคราะห์สถานการณ์อย่างมีเหตุผล
- ทำให้กล้าที่จะแสดงออกทางความคิดและทางกาย
- ทำให้รู้จักแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า ด้วยไหวพริบ
- ทำให้เกิดความรู้ใน กฎกติกา ระเบียบวินัย ยุทธวิธี และระบบการแข่งขัน

ด้านทัศนคติคุณธรรมและจริยธรรม

- ทำให้รู้จักเคารพสิทธิของผู้อื่น
- ทำให้รู้จักรักและเคารพในความยุติธรรม
- ทำให้รู้จักปฏิบัติตนเองตามขอบเขตอันเหมาะสมถูกต้อง
- ทำให้รู้จักมองคนและสิ่งอื่นๆ ในแง่ดี
- ทำให้รู้จักการออกกำลังกายและการเล่นกีฬาฟุตบอลเป็นอย่างดี
- ทำให้เกิดทัศนคติที่ดีต่อกัน รู้จักแพ้ รู้จักชนะ และรู้จักการให้อภัย

2. ประโยชน์ด้านสังคม

- ทำให้รู้จักการทำงานร่วมกับผู้อื่นและหมู่คณะ
- ทำให้รู้จัก และยอมรับในสังคม
- ทำให้รู้จักเคารพกฎระเบียบของสังคม และมีวินัย
- ทำให้เกิดความเสมอภาคขึ้นในสังคม
- ทำให้รู้จักการเป็นผู้นำ และผู้ตามที่ดี
- ทำให้เป็นผู้ที่มีมารยาทที่ดีทางสังคม
- ทำให้ไม่ก่อให้เกิดปัญหาทางสังคม
- รู้จักทำตัวเป็นตัวอย่างที่ดีแก่เยาวชนและบุคคลทั่วไป

3. ประโยชน์ด้านอื่นๆ

- สามารถสร้างชื่อเสียง เกียรติยศให้กับตนเองและวงศ์ตระกูล รวมทั้งสถาบัน บ้านเกิด

และประเทศชาติ

- ทำให้เกิดการสร้างงาน และอาชีพให้แก่ตนเอง และผู้อื่นที่เกี่ยวข้องกับกีฬา

สื่อมวลชน องค์กรธุรกิจ เป็นต้น

- ทำให้สถานที่ หรือ ห้องถื่นที่จัดการแข่งขันเป็นที่รู้จักและเป็นผลดีต่อเศรษฐกิจ
- เป็นกิจกรรมที่ก่อให้เกิดมิตรภาพและความสัมพันธ์อันดี ระหว่าง บุคคล องค์กร ทั้ง

ภายในและระหว่างประเทศ

ซึ่งในการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ณ จังหวัดกาญจนบุรี นี้ กีฬาฟุตซอลก็ได้มีการจัดการแข่งขัน และมีการคัดเลือกตัวแทนในแต่ละภาคโดยการแข่งขันฟุตซอลระดับภาค 5 ภาค เป็นการแข่งขันเพื่อคัดเลือกทีมตัวแทนภายในภาค โดยให้สิทธิ ทีมชนะเลิศ และ รองชนะเลิศ ของ ภาค 1 ภาค 2 ภาค 3 ภาค 4 และ ภาค 5 จะได้รับสิทธิเป็น ทีมตัวแทนภายในภาค เข้าแข่งขันฟุตซอล ในกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ณ จังหวัดกาญจนบุรี

การแข่งขันระดับชาติ (กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25) ทีมที่มีสิทธิเข้าแข่งขันในระดับชาติ กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ประกอบด้วยจังหวัดต่างๆ จำนวน 12 ทีม คือ

- ทีมชนะเลิศฟุตซอล กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 24 (พ.ศ. 2551) ทีมจังหวัดสมุทรสาคร
- ทีมจังหวัดเจ้าภาพกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 (พ.ศ. 2552) ทีมจังหวัดกาญจนบุรี
- ทีมชนะเลิศและรองชนะเลิศ ของการแข่งขันฟุตซอล รอบคัดเลือกกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ภาค 1 ภาค 2 ภาค 3 ภาค 4 และ ภาค 5 รวมจำนวน 10 ทีม

โปรแกรมการแข่งขันกีฬาฟุตบอล
กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 (พ.ศ.2552) ณ จังหวัดกาญจนบุรี

รอบแรก

สายที่ 1	สายที่ 2	สายที่ 3	สายที่ 4
1. สมุทรสาคร	4. สมุทรปราการ	7. อุตรดิตถ์	10. กาญจนบุรี
2. สุรินทร์	5. ลำปาง	8. สงขลา	11. กรุงเทพมหานคร
3. อุดรธานี	6. ระนอง	9. อ่างทอง	12. มหาสารคาม

คู่ที่	ว/ด/ป	สาย	คู่แข่งขัน			สนาม	ผลการแข่งขัน
			<u>รอบแรก (N = 142)</u>				
1	14 มี.ค. 52	1	สมุทรสาคร	-	สุรินทร์	วิสุทธิรังษี	8 : 5
2		2	สมุทรปราการ	-	ลำปาง	วิสุทธิรังษี	3 : 4
3	15 มี.ค. 52	3	อุตรดิตถ์	-	สงขลา	วิสุทธิรังษี	2 : 9
4		4	กาญจนบุรี	-	กรุงเทพมหานคร	วิสุทธิรังษี	4 : 9
5	16 มี.ค. 52	2	ลำปาง	-	ระนอง	วิสุทธิรังษี	0 : 0
6		1	สุรินทร์	-	อุดรธานี	วิสุทธิรังษี	2 : 4
7	17 มี.ค. 52	4	กรุงเทพมหานคร	-	มหาสารคาม	วิสุทธิรังษี	5 : 2
8		3	สงขลา	-	อ่างทอง	วิสุทธิรังษี	9 : 7
9	18 มี.ค. 52	1	อุดรธานี	-	สมุทรสาคร	วิสุทธิรังษี	2 : 2
10		2	ระนอง	-	สมุทรปราการ	วิสุทธิรังษี	3 : 4
11	19 มี.ค. 52	3	อ่างทอง	-	อุตรดิตถ์	วิสุทธิรังษี	10 : 6
12		4	มหาสารคาม	-	กาญจนบุรี	วิสุทธิรังษี	7 : 8
	20 มี.ค. 52		<u>พักการแข่งขัน</u>				
			<u>รอบที่สอง (N = 94)</u>				
13	21 มี.ค. 52	ก	สมุทรสาคร	-	สมุทรปราการ	วิสุทธิรังษี	1 : 3
14		ข	ลำปาง	-	อุดรธานี	วิสุทธิรังษี	2 : 6
15	22 มี.ค. 52	ค	สงขลา	-	กาญจนบุรี	วิสุทธิรังษี	3 : 1
16		ง	กรุงเทพมหานคร	-	อ่างทอง	วิสุทธิรังษี	16 : 1

	23 มี.ค. 52		<u>พักการแข่งขัน</u>				
			<u>รอบรองชนะเลิศ (N = 48)</u>				
17	24 มี.ค. 52	คู่ที่ 1	สมุทรปราการ	-	สงขลา	วิสุทธิรังษี	9 : 5
18		คู่ที่ 2	อยุธยา	-	กรุงเทพมหานคร	วิสุทธิรังษี	4 : 7
	25 มี.ค. 52		<u>พักการแข่งขัน</u>				
			<u>รอบชิงชนะเลิศ (N = 24)</u>				
19	26 มี.ค. 52		สมุทรปราการ กับ กรุงเทพมหานคร			วิสุทธิรังษี	6 : 5
			อันดับที่ 3 ครองเหรียญร่วมกัน				

หมายเหตุ : หลักเกณฑ์การจับสลากแบ่งสายการแข่งขันระดับชาติ

(กีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25) ประเภทฟุตซอล ตามระเบียบการแข่งขัน มีดังต่อไปนี้

1. แบ่งการแข่งขันออกเป็น 4 สาย สายละ 3 ทีม
2. ทีมจังหวัดสมุทรสาคร (ภาค 1) ทีมชนะเลิศฟุตซอลชายกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 24 (พ.ศ. 2551) ให้จับสลากเป็นทีมยืนในสายหนึ่งสายใดก่อน แต่ต้องไม่อยู่ร่วมสายกับทีมจังหวัดที่เป็นตัวแทนภายในภาคเดียวกัน
3. จับสลากแยกทีมชนะเลิศและรองชนะเลิศตัวแทนภายในภาคแต่ละภาคให้อยู่แยกสายกัน
4. ทีมจังหวัดกาญจนบุรี ทีมจังหวัดเจ้าภาพกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 (พ.ศ. 2552) มีสิทธิ์ที่จะเลือกเข้าอยู่ในสายหนึ่งสายใดได้

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยในต่างประเทศ

ทัทโก (Tutko. 1971: 932-933) ได้ศึกษาผลของความวิตกกังวลค้นพบข้อสนับสนุนสมมุติฐานแบบยูคว่ำ (Inverted-U Hypothesis) ในการวิจัยซึ่งเป็นการวัดผลของความวิตกกังวลในการปฏิบัติงาน ของนักศึกษาประเภททีมผลแสดงให้เห็นว่าการตัดสินใจของนักกีฬาที่รู้สึกว่าจะมีความวิตกกังวลจะขยายไปถึงเรื่องการเรียนรู้ด้วยตัวอย่าง เช่น นักกีฬาผู้ซึ่งไม่มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับผลได้ และ ผลเสีย ของการแข่งขันมากนัก จะมีความเอาใจใส่และเชื่อฟังผู้ฝึกสอนได้ดี ในทางตรงกันข้าม ถ้านักกีฬามุ่งในผลได้ ผลเสีย ของการแข่งขันก็จะกลายเป็นผู้ที่มีความวิตกกังวลสูงและสิ่งนี้จะไปรบกวนการเรียนรู้ของเขาด้วย ทัทโก (Tutko) ได้แนะนำว่านักกีฬาควรจะรักษาระดับของความวิตกกังวลให้อยู่ในระดับปานกลางเพื่อจะทำให้เป็นผู้ปฏิบัติได้อย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุด

โนวาซิก (Novazyk. 1977: 83) ได้ศึกษาถึงความแตกต่างของความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและตามสถานการณ์ ของบุคคลในการเข้าร่วมการแข่งขันอีกก็น้ำแข็ง ซึ่งเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและเป็นนักกีฬาจำนวน 103 คน ให้ผู้เข้าร่วมทดสอบทุกคนทำแบบทดสอบ เอส ซี เอ ที (SCAT : Sport Competition Anxiety Test) และ เอส เอ ไอ (SAI : State Anxiety Inventory) ได้ทำการทดสอบก่อน (Pre-Test) และทดสอบภายหลัง (Post-Test) ในสถานการณ์ คือ การฝึก การแข่งขันและหลังการแข่งขัน ผลปรากฏว่าความวิตกกังวลทั้งสถานการณ์การฝึก การแข่งขันและหลังการแข่งขัน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติและในการทดสอบก่อน (Pre-Test) และทดสอบภายหลัง (Post-Test) ทั้งสถานการณ์ คือการฝึกแข่งขันและหลังการแข่งขัน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเช่นเดียวกัน

เพาเวอร์ และซีน (Power and Sean. 1982: 335-357) ได้ศึกษาระดับความวิตกกังวลของนักกีฬาประเภทลู่วิ่งและลานที่มีอายุและความสามารถต่างกัน จากการทดสอบภาวะความวิตกกังวลในการแข่งขันของนักกรีฑาประเภทลู่วิ่งและลาน โดยใช้ตัวแปร อายุ ระดับการแข่งขัน ประสบการณ์การแข่งขันนานาชาติและจำแนกเหตุการณ์การแข่งขัน โดยให้กลุ่มทดลอง 19 คน ทำแบบทดสอบเรื่องภาวะความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาโดยใช้รูปแบบมาร์เตน (Marten 's Sport Competition Anxiety Test) ผลการวิจัยพบว่าอายุเท่านั้นที่มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลอย่างมีนัยสำคัญและสรุปได้ว่าคะแนนที่ได้จาก CTA ที่มีคะแนนสูงมีความสัมพันธ์กับปัจจัยที่กล่าวถึงในแบบทดสอบซึ่งเป็นตัวบ่งชี้ปัญหาที่เกิดขึ้น จำเป็นต้องเร่งแก้ไขโดยด่วน

เรนเนย์และคันทิงแฮม (Rainey and Cunningham. 1988: 24-107) ได้ศึกษาความวิตกกังวลในการแข่งขันของนักกีฬาในระดับมหาวิทยาลัย ตัวอย่างในการศึกษาค้นคว้านี้เป็นนักกีฬาชายและหญิงจำนวน 64 คน อายุ 18 - 22 ปี ซึ่งรวมกีฬาชนิดต่างๆ ในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยของอเมริกา โดยใช้แบบวัดความวิตกกังวล เอส ซี เอ ที และแบบสอบถามความวิตกกังวล ของ พาสเซอร์ (Passer Questionnaire) ซึ่งประกอบด้วยข้อคำถาม 18 รายการ เกี่ยวกับความกังวล (Worry)

แบบวัดความวิตกกังวล แบบสอบถามความกังวล โดยมอบให้ตัวอย่างกรอกก่อนสิ้นสุดภาคเรียน 2 สัปดาห์ โดยให้ทำแบบสอบถาม ความกังวลให้เสร็จก่อนแล้วจึงทำแบบวัดความวิตกกังวลนำข้อมูลมาวิเคราะห์ด้วยการวิเคราะห์ตัวประกอบ และวิเคราะห์ความถดถอย พบว่า ผลการศึกษาพบว่า

1. ค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลในการแข่งขันของนักกีฬาชาย เท่ากับ 21.52 และนักกีฬาหญิง เท่ากับ 22.83 ซึ่งเมื่อทดสอบแล้ว ด้วยค่าที (t-test) แล้วไม่แตกต่างกันที่ระดับมีนัยสำคัญ .05
2. ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการแสดงออก (Performance Worry) เช่น เกรงว่าจะกระทำความผิดพลาด กลัวว่าจะแพ้ กลัวว่าจะเล่นไม่ดีมีความสัมพันธ์กับการวิตกกังวลในการแข่งขัน
3. ความเกรงกลัวว่าจะถูกวิพากษ์วิจารณ์จากผู้อื่น มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลในการแข่งขันของนักกีฬาเพศชายเท่านั้น นักกีฬาหญิงไม่มีความสัมพันธ์กับตัวแปรดังกล่าว
4. ระดับความสำคัญของชัยชนะในการแข่งขันจะสัมพันธ์กับความวิตกกังวลในการแข่งขันของเพศหญิงเท่านั้น แต่ไม่มีความสัมพันธ์ในการแข่งขันในนักกีฬาชาย
5. ผลการแข่งขันที่ผ่านมาหรือความพึงพอใจในประสบการณ์ในอดีตมีผลต่อความวิตกกังวลในการแข่งขัน

วีลเลย์ (Vealey. 1988: 109) ได้ศึกษาความแตกต่างของเพศกับคะแนนความเชื่อมั่นในการกีฬาและการยึดมั่นใจการแข่งขัน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนมัธยมศึกษา จำนวน 103 คน นักศึกษา 96 คน และนักกีฬา 48 คน รวมกลุ่มตัวอย่าง 247 คน โดยใช้ ที เอส ซี ที และ ซี โอ ไอ เป็นเครื่องมือในการศึกษา ผลการศึกษาพบว่า

1. ความเชื่อมั่นในกีฬามีความสัมพันธ์กับความยึดมั่นในการแข่งขันกีฬา
2. นักกีฬาประเภททีมจะมีความเชื่อมั่นในกีฬาสูงกว่านักกีฬาประเภทบุคคล
3. กลุ่มนักกีฬาชั้นเยี่ยมทั้งเพศชายและเพศหญิง จะมีความมั่นใจกีฬาสูงกว่านักกีฬาระดับอื่น
4. ความยึดมั่นในการแข่งขัน (Competitive Oriented) ระหว่างเพศชายและหญิงไม่แตกต่างกัน

เบิร์ดและฮอร์น (Bird and Horn. 1990: 216-217) ได้ศึกษาความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลทางจิตกับความผิดพลาดทางจิตในการกีฬา ตัวอย่างในการศึกษาเป็นนักกีฬาซอฟท์บอล ระดับมัธยมจำนวน 161 คนอายุระหว่าง 14 - 17 ปี โดนใช้ ซี เอส เอ ไอ - 2 ในการเก็บข้อมูลด้านการวิตกกังวลแบบสอบถามความผิดพลาดทางจิต (Mental Error Questionnaire) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เป็นเครื่องมือในการวิจัย ซี เอส เอ ไอ - 2 จะแจกให้ตัวอย่างกรอกก่อนการแข่งขัน 1 ชั่วโมง ส่วนแบบสอบถามความผิดพลาดทางจิตจะแจกให้ผู้ฝึกสอนกรอกตามที่เขาสังเกตจากผู้เล่นแต่ละคน ภายหลังการแข่งขันเริ่มขึ้น ผลการศึกษาพบว่าความผิดพลาดทางจิตมีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลทางจิตแต่ไม่มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลทางกายและความเชื่อมั่นในตนเอง

คารูโซและคณะ (Caruso et al. 1990: 6-20) ได้ศึกษาการเปลี่ยนแปลงทางจิตวิทยาและสรีรวิทยาของความวิตกกังวล ระหว่างความสำเร็จและความล้มเหลวในแมตช์ที่มีการแข่งขันและไม่มีการแข่งขัน โดยใช้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษายาว อายุระหว่าง 18 - 25 ปี จำนวน 24 คน กลุ่มตัวอย่างลงทะเบียนเรียนวิชาพลศึกษา และเคยเป็นนักกีฬามาแล้วในช่วงที่เรียนอยู่โรงเรียนมัธยมศึกษา การทดลองประกอบด้วยการถีบจักรยานวัดงานใน 3 สถานการณ์ คือ ไม่มีการแข่งขัน

ประสบความสำเร็จในการแข่งขันและความล้มเหลวในการแข่งขัน แต่ละสถานการณ์ จัดวันสำหรับการทดลองสถานการณ์แต่ละวันให้สมดุลกัน (Counter Balanced) เครื่องมือในการเก็บข้อมูล ประกอบด้วยแบบวัดความวิตกกังวล ซี เอส เอ ไอ – 2 เครื่องมือวัดกระแสไฟฟ้าของกล้ามเนื้อ (EMG) ความสามารถในการแสดงออก พิจารณาคะแนนจากการถีบจักรยาน กำหนด 5 รอบ คิดเป็น 1 คะแนน การทดลองดำเนินโดยใช้ตัวอย่างถีบจักรยานในแต่ละสถานการณ์ให้เร็วที่สุดภายใน 45 วินาที ทดลองครั้งละ 2 เทียว ผู้วิจัยจะเป็นผู้ป้อนข้อมูลว่า “เขาประสบความสำเร็จหรือล้มเหลว” เมื่อถีบหมดเทียวแรกและเมื่อสิ้นสุดเวลาการทดลองผู้วิจัยจะบอกอีกครั้งว่า ตัวอย่างแพ้หรือชนะการแข่งขัน ตัวอย่างต้องทำแบบวัด ซี เอส เอ ไอ – 2 ก่อนการแข่งขันช่วงพักระหว่างเทียวของการทดลอง และหลังการสิ้นสุดหลังการทดลอง ผลการศึกษาพบว่า

1. ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเองมีความสัมพันธ์กันในระดับปานกลาง
2. ความวิตกกังวลทางกายกับการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยา มีความสัมพันธ์กันในระดับปานกลาง เฉพาะในแมตช์ที่ไม่มีการแข่งขัน
3. สถานการณ์ที่ไม่มีการแข่งขัน ประสบความสำเร็จในการแข่งขัน และล้มเหลวในการแข่งขัน เป็นตัวแปรสำคัญที่มีผลต่อความวิตกกังวลทางจิตและความเชื่อมั่นในตนเอง กล่าวคือ ความวิตกกังวลในสถานการณ์ ที่ไม่มีการแข่งขันจะต่ำกว่าในสถานการณ์ที่ล้มเหลวในการแข่งขัน ในขณะที่มีความเชื่อมั่นในตนเองจะสูงในขณะที่ไม่มีการแข่งขันและประสบความสำเร็จในการแข่งขัน แต่จะต่ำเมื่อล้มเหลวจากการแข่งขัน ส่วนความวิตกกังวลทางกายและสรีรวิทยา ไม่ได้รับอิทธิพลจากสถานการณ์ดังกล่าวแต่อย่างใด
4. ความวิตกกังวลทางจิต จะเพิ่มขึ้นจากก่อนแข่งขันไปจนถึงหลังการแข่งขันหากนักกีฬานั้นล้มเหลวในการแข่งขัน แต่จะตรงกันข้ามในกรณีที่นักกีฬานั้นประสบความสำเร็จในการแข่งขัน
5. ความเชื่อมั่นในตนเอง จะลดลงจากก่อนแข่งขันไปจนกระทั่งสิ้นสุดการแข่งขันกรณีที่นักกีฬานั้นล้มเหลวจากการแข่งขัน
6. ความวิตกกังวลทางกาย จะแตกต่างกันตามช่วงเวลาของการแข่งขันแล้วจะสูงขึ้นในช่วงก่อนการแข่งขันและจะสูงขึ้น ในระหว่างแข่งขันและหลังแข่งขัน เช่นเดียวกันความเชื่อมั่นในตนเองก็จะแตกต่างกันตามช่วงเวลาของการแข่งขัน แต่เป็นไปในทางกลับกัน ความเชื่อมั่นในตนเองจะสูงในช่วงก่อนการแข่งขัน แล้วลดลงในระหว่างแข่งขันและหลังแข่งขัน แต่ช่วงเวลาของการแข่งขันไม่มีผลต่อความวิตกกังวลทางจิตและสรีรวิทยา

เสดและคณะ (Sade et al. 1990: 33-68) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวล การควบคุมตนเอง และความสามารถในการยิงปืนยาว กลุ่มตัวอย่างเป็น นักกีฬายิงปืนยาว จำนวน 55 คน เป็นชาย 37 คน และหญิง 28 คน จำแนกเป็นนักยิงปืนระดับดี 28 คน และระดับปานกลาง 27 คน ความวิตกกังวลวัดโดยใช้แบบสอบถาม เอส ที เอ คิว (State Trait Anxiety Questionnaire) การควบคุมตนเอง ใช้แบบตารางการควบคุมตนเอง (Self Control Schedule) ส่วนความสามารถใน

การยิงปืนพิจารณาจากสถิติการยิงปืนระยะ 10 เมตร 60 นัด จำนวน 7 รายการแข่งขัน ผลการศึกษาพบว่า

1. ระดับความสามารถของนักกีฬายิงปืนไม่มีผลต่อการควบคุมตนเองและความวิตกกังวล อันเป็นลักษณะนิสัยแต่ความวิตกกังวลตามสถานการณ์มีผลต่อความสามารถในการยิงปืน กล่าวคือ นักกีฬายิงปืนระดับดี จะมีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ต่ำ และทำคะแนนได้สูงในทุกการแข่งขัน
2. ไม่มีความสัมพันธ์ระหว่างการควบคุมตนเอง และความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย และความวิตกกังวลตามสถานการณ์

โจนส์ สเวนและเคล (Jones, Swain and Cale. 1990: 118) ได้ศึกษาผลของสถานการณ์ต่าง ๆ ที่มีผลต่อความวิตกกังวลในการแข่งขันและความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาระยะกลางชั้นเยี่ยม ตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้เป็นนักกีฬาระยะกลางชั้นเยี่ยมของการแข่งขันกีฬาระหว่างวิทยาลัย จำนวน 125 คน เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย ซี เอส เอ ไอ – 2 และ พี อาร์ คิว (Pre-Race Questionnaire) ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยเฉพาะเพื่อทดสอบสภาพการณ์ในการแข่งขัน เครื่องมือดังกล่าวแจกให้ตัวอย่างกรอกก่อนแข่งขัน 1 ชั่วโมง ผลการศึกษาพบว่า

1. ความวิตกกังวลทางจิตมีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลทางกายในระดับปานกลาง
2. ความวิตกกังวลทางจิตมีความสัมพันธ์เชิงลบกับความเชื่อมั่นในตนเองในระดับปานกลาง
3. ความวิตกกังวลทางกายมีความสัมพันธ์กับความเชื่อมั่นในตนเองในระดับต่ำ
4. สภาพการณ์ที่ใช้เป็นตัวทำนายความวิตกกังวลทางจิตได้ดีที่สุดก็คือ สภาพความพร้อมก่อนการแข่งขัน ซึ่งหมายถึงสภาพความพร้อมทั้งร่างกายและจิตใจ ประสิทธิภาพการฝึกซ้อมระดับความล้าจากการฝึก สถานการณ์ที่ใช้เป็นตัวทำนายได้รองลงมา คือ เจตคติที่มีต่อความสามารถของตนเองที่ผ่านมา อันได้แก่ ผลการแข่งขันที่ผ่านมาเรื่อยๆ กับการแข่งขันครั้งนี้ สภาพการณ์ที่ใช้เป็นตัวทำนายได้รองลงมา คือ เป้าหมายที่วางไว้ (Goal Setting)
5. ไม่มีสภาพการณ์ใดๆ ที่สามารถทำนายความวิตกกังวลทางกายได้

งานวิจัยในประเทศ

ชนะชัย วัฒนไชย (2536: บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยความสัมพันธ์และเปรียบเทียบความวิตกกังวลตามสถานการณ์และเฉพาะบุคคลของนักกรีฑาที่เข้าแข่งขันในปรีซีเกมส์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกรีฑาตัวแทนทีมชาติจำนวน 32 คน คือกลุ่มที่มีประสบการณ์ในการแข่งขัน 1- 5 ปี จำนวน 15 คน และกลุ่มที่มีประสบการณ์ในการแข่งขันมากกว่า 5 ปี ขึ้นไป จำนวน 17 คน ใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ เอส ซี เอ ที (SCAT) ของมาร์เตนส์ (Martens) และแบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย เอส ที เอ ไอ (STAI) ของ ซี เอฟ.สปีลเบิร์กเกอร์ (C.F. Spielberger) ปรากฏว่าความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกรีฑาตัวแทนทีมชาติอยู่ในระดับปานกลางและความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกรีฑาตัวแทนทีมชาติอยู่ในระดับต่ำ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ระหว่างความวิตกกังวลตามสถานการณ์และอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกรีฑา

ตัวแทนทีมชาติ ไม่มีความสัมพันธ์กัน ผลการเปรียบเทียบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ และความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกรีฑาตัวแทนทีมชาติที่มีประสบการณ์ในการแข่งขัน ต่างกันระหว่าง 1 – 5 ปี กับมากกว่า 5 ปี ขึ้นไป ไม่แตกต่างกัน

นัยนา บุปวงษ์ (2538: บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่องความวิตกกังวลของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี ในการแข่งขันกีฬา นักเรียน นักศึกษา กรมพลศึกษา และการแข่งขันคัดเลือกกีฬาเยาวชนตัวแทนเขต 7 เพื่อศึกษา เปรียบเทียบ และหาความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง ของนักกีฬาโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี กลุ่มตัวอย่างประชากรจากการสุ่มแบบเฉพาะเจาะจง จำนวน 105 คน ใช้แบบวัดความวิตกกังวล ซี เอส เอ ไอ – 2 (CSAI – 2) ซึ่งประกอบไปด้วยความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเองของมาร์เตนส์ วิลเลย์ และเบอร์ตัน (Martens, Vealey and Burton) ซึ่งแปลโดย นภพร ทัศนัยนา มีความเที่ยง .75 เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบค่าที (t - test) และสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation) การวิจัยพบว่า

1. ในการแข่งขันกีฬานักเรียน นักศึกษา กรมพลศึกษา นักกีฬามีความวิตกกังวลทางจิตอยู่ในระดับสูง (21.55 และสูงกว่า) 17% ระดับกลาง (11.98 – 21.54) 73.30% ระดับต่ำ (11.97และต่ำกว่า) 9.50% ความวิตกกังวลทางกายอยู่ในระดับสูง (19.34 และสูงกว่า) 15.20% ระดับกลาง(11.29 – 19.33) 66.70% ระดับต่ำ (11.28 และต่ำกว่า) 18.10% ความเชื่อมั่นในตนเองอยู่ในระดับสูง (30.23 และสูงกว่า) 18.10% ระดับกลาง (14.88 – 30.22) 66.60% ระดับต่ำ(14.87 และต่ำกว่า) 14.30% ในการแข่งขันคัดเลือกเยาวชนตัวแทนเขต 7 นักกีฬามีความวิตกกังวลทางจิตอยู่ในระดับสูง (20.60 และสูงกว่า) 13.30% ระดับกลาง (11.54 – 20.62) 72.40% ระดับต่ำ(11.53 และต่ำกว่า) 14.30 % ความวิตกกังวลทางกายอยู่ในระดับสูง (17.30 และสูงกว่า) 9.50% ระดับกลาง (10.71 – 17.29) 82.90% ระดับต่ำ(10.70 และต่ำกว่า) 10.60% ระดับต่ำ (15.19 และต่ำกว่า) 21.90%

2. ความวิตกกังวลทางกายของนักกีฬาโรงเรียนกีฬาสุพรรณบุรีในการแข่งขันกีฬานักเรียน นักศึกษา กรมพลศึกษา สูงกว่าความวิตกกังวลทางกายในการแข่งขันคัดเลือกกีฬาเยาวชนตัวแทนเขต 7 ส่วนความวิตกกังวลทางจิตและความเชื่อมั่นในตนเองไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

3. ความวิตกกังวลทางจิตและความวิตกกังวลทางกายของนักกีฬาโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรีในการเข้าร่วมการแข่งขันกีฬานักเรียน นักศึกษา กรมพลศึกษา มีความสัมพันธ์กันในเชิงบวกระดับกลาง ($r = .70$) ความวิตกกังวลทางจิตและความเชื่อมั่นในตนเองมีความสัมพันธ์กันเชิงลบระดับกลาง ($r = -.33$) ความวิตกกังวลทางกายและความเชื่อมั่นในตนเองมีความสัมพันธ์กันเชิงลบระดับกลาง ($r = -.52$) ในการแข่งขันคัดเลือกเยาวชนตัวแทนเขต 7 ความวิตกกังวลทางจิตกับความวิตกกังวลทางกายมีความสัมพันธ์กันในเชิงบวกระดับกลาง ($r = .50$) ความวิตกกังวลทางจิตความเชื่อมั่นในตนเองมีความสัมพันธ์กันในเชิงลบระดับกลาง ($r = -.31$) อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

บัญชา ไตรรส (2539: บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยความวิตกกังวลของนักกีฬาซอฟท์บอล สโมสรมหาวิทยาลัยพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหารลาดกระบังในการแข่งขันกีฬาซอฟท์บอลเยาวชน อายุ 19 ปี ลีคแชมป์แห่งประเทศไทย กลุ่มตัวอย่างนักกีฬาซอฟท์บอลชาย จำนวน 20 คน ใช้แบบสอบถามความวิตกกังวลเฉพาะบุคคลและเฉพาะสถานการณ์ก่อนการแข่งขัน 3 สัปดาห์ 1 สัปดาห์ และ 30 นาทีก่อนการแข่งขันผลการวิจัยพบว่าระดับความวิตกกังวลที่เป็น ลักษณะนิสัยของนักกีฬาไม่แตกต่างกันเมื่อการแข่งขันใกล้เข้ามา ส่วนระดับความวิตกกังวล ด้านสถานการณ์ ความคิด พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเมื่อการแข่งขัน ใกล้เข้ามาแต่เมื่อมาวิเคราะห์โดยละเอียด โดยสังเกตพบได้ว่าระดับความวิตกกังวลทางด้านความคิดมีการเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องเล็กน้อยเมื่อการแข่งขันใกล้เข้ามา ส่วนของระดับความวิตกกังวลทางด้านสถานการณ์ด้านร่างกายนั้นมีความเปลี่ยนแปลงลดลงซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีของมาร์เตนตามสมมุติฐาน

ธีระ มงคลเจริญลาภ (2541: บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาความวิตกกังวลของนักกีฬานักเรียนระดับประถมศึกษาตอนปลายของสำนักงานเขตบางคอแหลม กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬานักเรียนชายและหญิงระดับประถมศึกษาตอนปลาย ของสำนักงานเขตบางคอแหลม จำนวน 168 คน ใช้วิธีการสุ่มอย่างง่าย โดยใช้แบบทดสอบวัดความวิตกกังวลอันเป็นนิสัยก่อนการแข่งขัน 4 สัปดาห์ และก่อนการแข่งขัน 1 สัปดาห์และใช้แบบทดสอบความวิตกกังวล เฉพาะสถานการณ์ก่อนการแข่งขัน 4,3,2,1 สัปดาห์ และก่อนการแข่งขัน 1 ชั่วโมง ผลการวิจัยพบว่า

1. ระดับความวิตกกังวลอันเป็นนิสัยของนักกีฬาระดับประถมศึกษาตอนปลายก่อนการแข่งขัน 4 และ 1 สัปดาห์ ทั้งชายและหญิงอยู่ในระดับปานกลาง
2. ระดับความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ของนักกีฬาระดับประถมศึกษาตอนปลายก่อนการแข่งขัน 4,3,2,1 สัปดาห์และ 1 ชั่วโมง ทั้งชายและหญิงอยู่ในระดับปานกลาง
3. ค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลอันเป็นนิสัยของนักกีฬาระดับประถมศึกษาตอนปลายก่อนการแข่งขันก่อนการแข่งขัน 4 และ 1 สัปดาห์ทั้งชายและหญิง ไม่แตกต่างกัน
4. ค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ในด้านความคิดของนักกีฬานักเรียนระดับประถมศึกษาตอนปลายก่อนการแข่งขันก่อนการแข่งขัน 4,3,2,1 สัปดาห์ และ 1 ชั่วโมงทั้งชายและหญิงแตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .01
5. ค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ในด้านร่างกายของนักเรียนนักเรียนระดับประถมศึกษาตอนปลายก่อนการแข่งขันก่อนการแข่งขัน 4,3,2,1 สัปดาห์ และ 1 ชั่วโมงทั้งชายและหญิงแตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .01
6. ค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ในด้านความเชื่อมั่นของนักกีฬานักเรียนระดับประถมศึกษาตอนปลายก่อนการแข่งขัน 4,3,2,1 สัปดาห์ และ 1 ชั่วโมง ทั้งชายและหญิงแตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .01

ทินกร ชอัมพงษ์ (2545: บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาความวิตกกังวลตามสถานการณ์ก่อนการแข่งขัน 2 ชั่วโมงของนักฟุตบอลในการแข่งขันฟุตบอลอาชีพ ไทยแลนด์คัพ ครั้งที่ 16 การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาความวิตกกังวลตามสถานการณ์ก่อนการแข่งขัน 2 ชั่วโมง ของนักฟุตบอลในการแข่งขันฟุตบอลอาชีพ ไทยแลนด์คัพ ครั้งที่ 16 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันฟุตบอลอาชีพ ไทยแลนด์คัพ ครั้งที่ 16 ระหว่างวันที่ 24 กันยายน – วันที่ 11 ตุลาคม 2544 จำนวน 16 ทีม ทีมละ 18 คน รวม 288 คน โดยการเลือกแบบเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ผลการศึกษาพบว่า

1. ค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความวิตกกังวลทางจิตก่อนการแข่งขัน 2 ชั่วโมง ของผู้รักษาประตู กองหลัง กองกลาง กองหน้า และรายทีม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05
2. ค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ด้านความวิตกกังวลทางกายก่อนการแข่งขัน 2 ชั่วโมง ของผู้รักษาประตู กองหลัง กองกลาง กองหน้า และรายทีม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05
3. ค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ด้านความเชื่อมั่นในตนเองก่อนการแข่งขัน 2 ชั่วโมง ของผู้รักษาประตู กองหลัง กองกลาง กองหน้า และรายทีม ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

นันทนา คำมูล (2545: บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาความวิตกกังวลและความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิงรุ่นอายุไม่เกิน 20 ปี โดยการวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์และเปรียบเทียบผลของความวิตกกังวลและความเชื่อมั่นในตนเองในการแข่งขันกีฬาบาสเกตบอลหญิง รุ่นอายุไม่เกิน 20 ปี ของสมาคมบาสเกตบอลแห่งประเทศไทย กลุ่มตัวอย่างได้จากการสุ่มแบบเฉพาะเจาะจง จำนวน 96 คน ใช้แบบวัดความวิตกกังวลแบบ CSAI - 2 ซึ่งประกอบด้วยความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง ของมาเดนส์ (Martens) ที่แปลโดย ดร.พิชิต เมืองนาโพธิ์ มีความเที่ยง 0.75 เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล แล้วนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยการหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบค่าที (t - test) และสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson) ผลการวิจัยพบว่า

1. ค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลทางจิตเท่ากับ 20.39 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 3.95 ส่วนค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลทางกายเท่ากับ 17.38 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.87
2. ค่าเฉลี่ยของคะแนนระดับความเชื่อมั่นในตนเองเท่ากับ 24.45 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.60
3. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนความวิตกกังวลและคะแนนระดับความเชื่อมั่นในตนเอง มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
4. ความวิตกกังวลและความเชื่อมั่นในตนเอง ระหว่างทีมที่ประสบความสำเร็จกับทีมที่ไม่ประสบความสำเร็จไม่แตกต่างกัน

5. ความวิตกกังวลและความเชื่อมั่นในตนเองในทีมที่ประสบความสำเร็จในการแข่งขันในรอบแรกและรอบรองชนะเลิศไม่แตกต่างกัน

จันทิwa จันทะบุตร (2547: บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาความวิตกกังวลของนักกีฬา 유도 ในการแข่งขันกีฬาวินยาลัยพลศึกษาแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 29 โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาความวิตกกังวลของนักกีฬา 유도 ในการแข่งขันกีฬาวินยาลัยพลศึกษาแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 29 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาในครั้งนี้เป็นนักศึกษาที่เป็นนักยูโดของวิทยาลัยพลศึกษา 17 แห่ง โดยวิธีการเลือกอย่างมีเงื่อนไข เป็นนักกีฬาชาย 67 คน นักกีฬาหญิง 41 คน รวม 108 คน แล้วทำการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย และแบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผลการวิจัยพบว่า

1. ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย ของเพศชายและหญิงอยู่ในระดับปานกลาง ส่วนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ด้าน คือ ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเองอยู่ในระดับปานกลาง

2. ทดสอบค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของเพศชายและเพศหญิงไม่มีความแตกต่างกัน

3. ทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ก่อนการแข่งขัน 1 สัปดาห์ ก่อนการแข่งขัน และหลังการแข่งขัน ของเพศชายและเพศหญิง พบว่าทั้ง 2 ด้าน ได้แก่ ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่แตกต่างกัน ส่วนความวิตกกังวลทางจิต แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

วชิรา วิสุกัน (2547: บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่องความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาวาน้ำโรงเรียนเบญจมราชาลัย โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย และความวิตกกังวลตามสถานการณ์ จำแนกตามระยะก่อนการแข่งขันของนักกีฬาโรงเรียนเบญจมราชาลัย ที่เข้าร่วมแข่งขันกีฬาวาน้ำรายการกีฬานักเรียนกรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาวาน้ำหญิง อายุระหว่าง 12 – 18 ปี ของโรงเรียนเบญจมราชาลัย จำนวน 20 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลคือ แบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย และแบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ของมาร์เต็นส์ ผลการวิจัยพบว่า

1. ระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬารุ่นอายุ 12-18 ปี ก่อนการแข่งขัน 6 สัปดาห์ อยู่ในระดับกลาง

2. ระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านจิตใจของนักกีฬารุ่นอายุ 12-18 ปี ก่อนการแข่งขัน 4, 3, 2, 1 สัปดาห์ ก่อนการแข่งขัน 1 วัน และก่อนการแข่งขัน 1 ชั่วโมง อยู่ในระดับต่ำถึงระดับปานกลาง

3. ระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านร่างกายของนักกีฬารุ่นอายุ 12-18 ปี ก่อนการแข่งขัน 4, 3, 2, 1 สัปดาห์ ก่อนการแข่งขัน 1 วัน และก่อนการแข่งขัน 1 ชั่วโมง อยู่ในระดับต่ำถึงระดับปานกลาง

4. ระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬา รุ่นอายุ 12–18 ปี ก่อนการแข่งขัน 4, 3, 2, 1 สัปดาห์ ก่อนการแข่งขัน 1 วัน และก่อนการแข่งขัน 1 ชั่วโมง อยู่ในระดับปานกลางถึงระดับสูง

จากการศึกษาค้นคว้างานวิจัยที่กล่าวมา จึงพอสรุปได้ว่าการแข่งขันกีฬาในทุกชนิดกีฬาสร้างความกดดันให้กับนักกีฬาซึ่งส่งผลให้นักกีฬามีความวิตกกังวลไปตามสถานการณ์การแข่งขันนั้นด้วย ผู้วิจัยเห็นว่า การแข่งขันกีฬาฟุตบอลเป็นเกมการแข่งขันที่มีความกดดันเกือบตลอดทั้งเกมเช่นกัน เพราะสนามแข่งขันมีขนาดเล็ก การแข่งขันค่อนข้างไว ไม่ว่าจะเป็นการรุก หรือ การป้องกัน ซึ่งล้วนแล้วแต่จะทำให้เกิดความวิตกกังวลตลอดเวลา เพราะหากผิดพลาดเพียงครั้งเดียวก็อาจจะส่งผลกระทบต่อผลการแข่งขัน โดยเฉพาะการแข่งขันที่ต้องการผลแพ้ชนะ มีผลต่อการตกรอบเข้ารอบหรือมีผลต่อรางวัลชนะเลิศ ดังนั้น ทีมใดที่มีความวิตกกังวลน้อยหรือสามารถที่จะลดความวิตกกังวลลงได้ ย่อมเป็นฝ่ายที่จะได้เปรียบในการแข่งขัน ผู้วิจัยจึงตระหนักถึงความสำคัญของอิทธิพลของความวิตกกังวลที่มีผลต่อประสิทธิภาพในการแข่งขันกีฬาเยาวชนจึงต้องการที่จะศึกษาถึงความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 เพื่อนำมาปรับปรุงและพัฒนาให้นักกีฬาเยาวชนฟุตบอลได้แสดงศักยภาพออกมาได้อย่างเต็มที่ และมีประสิทธิภาพสูงสุด เมื่อได้รับการปรับปรุงจัดการกับความวิตกกังวลให้อยู่ระดับที่เหมาะสมแล้ว ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้วิจัยแบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (ฉบับปรับปรุง) Revised Competitive Sport Anxiety Inventory – 2 (CSAI – 2R) อ้างอิงจาก Martens.1983 แปลเป็นภาษาไทยโดย ดร.พิชิต เมืองนาโพธิ์ เพื่อวัดความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ณ จังหวัดกาญจนบุรี ระหว่างวันที่ 15 – 25 มีนาคม พ.ศ.2552 ซึ่งแบบทดสอบนี้จะใช้วัดความวิตกกังวลออกเป็น 3 ด้าน คือ 1. ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic anxiety) 2. ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive anxiety) 3. ความเชื่อมั่นในตนเอง (Self confidence)

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. การกำหนดกลุ่มประชากร
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดกลุ่มประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักกีฬาฟุตซอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 จังหวัดกาญจนบุรี ระหว่างวันที่ 15 – 25 มีนาคม พ.ศ. 2552 จำนวน 12 ทีม คือ ทีมสมุทรสาคร สมุทรปราการ กรุงเทพมหานคร ลำปาง สงขลา อ่างทอง ระนอง สุรินทร์ อุตรดิตถ์ พระนครศรีอยุธยา มหาสารคาม ทีมละ 12 คน และ ทีมกาญจนบุรี 10 คน รวมทั้งสิ้น 142 คน ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposively Selected)

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระแบ่งเป็นดังนี้

1.1 รอบในการแข่งขัน ได้แก่

- รอบแรก 142 คน
- รอบสอง 94 คน
- รอบรองชนะเลิศ 48 คน
- รอบชิงชนะเลิศ 24 คน

1.2. ประสบการณ์ในการในการเล่นกีฬาฟุตซอล

- น้อยกว่า 3 ปี
- 3 – 5 ปี
- มากกว่า 5 ปี ขึ้นไป

2. ตัวแปรตาม คือ ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตซอล

แบ่งออก ได้เป็น 3 ด้าน

- 2.1 ความวิตกกังวลทางกาย
- 2.2 ความวิตกกังวลทางจิต
- 2.3 ความเชื่อมั่นในตนเอง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในครั้งนี้นำมาใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (ฉบับปรับปรุง)
(Revised Competitive Sport Anxiety Inventory – 2(CSAI - 2R) (Cox, R.H.,Martens, M.P., & Russell, W.D., 2003) ของมาเตนส์ (Martens) แปลเป็นภาษาไทยโดย ดร.พิชิต เมืองนาโพธิ์ ซึ่งแบบทดสอบแบ่งออกได้ 2 ส่วน ดังนี้

1. ข้อมูลส่วนตัวของนักกีฬา
2. แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ทั้งหมดมี 17 ข้อ แบ่งออกได้ดังนี้
 - 2.1 ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic Anxiety) 1,4,6,9,12,15,17 = 7 ข้อ
 - 2.2 ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive Anxiety) 2,5,8,11,14 = 5 ข้อ
 - 2.3 ความเชื่อมั่นในตนเอง (Self – Confidence) 3,7,10,13,16 = 5 ข้อ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อขอความร่วมมือถึง สมาคมฟุตบอลแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ ผู้จัดการทีม/ผู้ฝึกสอน กีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 จังหวัดกาญจนบุรี วันที่ 15 – 25 มีนาคม พ.ศ. 2552 ในการขอใช้นักกีฬาฟุตบอลที่ทำการแข่งขัน เป็นกลุ่มตัวอย่างในการเก็บข้อมูล
2. ศึกษารายละเอียดเกี่ยวกับแบบทดสอบ และรายละเอียดเพื่อความเข้าใจ
3. ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ด้วยการแบบทดสอบถามด้วยตนเอง
4. ทำการรวบรวมแบบทดสอบที่ด้วยตนเอง
5. ตรวจสอบความถูกต้อง ความสมบูรณ์ของแบบทดสอบเพื่อนำไปวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

1. หาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ทั้ง 3 ด้าน คือ ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic anxiety) ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive anxiety) และ ความเชื่อมั่นในตนเอง (Self confidence)
 2. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 25 จำแนกตามรอบของการแข่งขัน และประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอล โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One – way analysis of variance)
 3. ทดสอบความแตกต่างจากการวิเคราะห์ความแปรปรวนระหว่างค่าเฉลี่ยของรอบของการแข่งขัน โดยวิธีการของเชฟเฟ (Scheffe' test)
 4. กำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .01
- ผลการวิเคราะห์ข้อมูลสามารถนำเสนอในรูปตารางและความเรียงได้ดังต่อไปนี้

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

จากการวิเคราะห์ข้อมูลตามระเบียบทางสถิติ เพื่อศึกษาระดับของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 นั้น สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล และการวิเคราะห์ข้อมูลมีดังนี้

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

N	แทน จำนวนในกลุ่มตัวอย่าง
$\bar{X}$	แทน ค่าเฉลี่ย
S.D.	แทน ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
%	แทน ค่าร้อยละ
F	แทน อัตราส่วน F (F- ratio)
SS	แทน ผลบวกของ $(x - \bar{X})^2$ (Sum of Square)
MS	แทน ความแปรปรวน (Mean of Square)
df	แทน ชั้นแห่งความเป็นอิสระ
*	แทน มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
P	แทน ความน่าจะเป็น (Probability)

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. หาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ทั้ง 3 ด้านของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 คือ ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic anxiety) ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive anxiety) และความเชื่อมั่นในตนเอง (Self confidence)
2. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 25 จำแนกตามรอบของการแข่งขัน และประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอล โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One – way analysis of variance)
3. ทดสอบความแตกต่างจากการวิเคราะห์ความแปรปรวนระหว่างค่าเฉลี่ยของรอบของการแข่งขัน โดยวิธีการของเชฟเฟ (Scheffe' test)

4. กำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .01

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลสามารถนำเสนอในรูปตารางและความเรียงได้ดังต่อไปนี้

ผลการวิเคราะห์

ตาราง 1 ข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบทดสอบ

รายการ	จำนวน(คน)	ร้อยละ(%)
รอบของการแข่งขัน		
รอบแรก	142	100.00
รอบสอง	94	100.00
รอบรองชนะเลิศ	48	100.00
รอบชิงชนะเลิศ	24	100.00
ประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอล		
น้อยกว่า 3 ปี	25	17.60
3 – 5 ปี	63	44.37
มากกว่า 5 ปี ขึ้นไป	54	38.03
รวม	142	100.00
ประสบการณ์ในการเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ		
ไม่เคยเข้าร่วมการแข่งขัน	102	71.83
เคยเข้าร่วมการแข่งขัน	40	28.17
รวม	142	100.00
ภูมิภาคที่นักกีฬาเป็นตัวแทน		
ภาค 1	36	25.35
ภาค 2	34	23.95
ภาค 3	24	16.90
ภาค 4	24	16.90
ภาค 5	24	16.90
รวม	142	100.00

จากตาราง 1 แสดงให้เห็นว่าจำนวนและร้อยละของข้อมูลส่วนตัวของนักกีฬาฟุตซอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 25 พบว่า นักกีฬาในรอบแรก รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ มีการตอบแบบทดสอบ คิดเป็นร้อยละ 100.00 ทั้ง 4 รอบการแข่งขัน และ พบว่านักกีฬาส่วนใหญ่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตซอล 3 – 5 ปี จำนวน 63 คน คิดเป็นร้อยละ 44.37 รองลงมาคือ มีประสบการณ์มากกว่า 5 ปี ขึ้นไป จำนวน 54 คน คิดเป็นร้อยละ 38.03 และมีประสบการณ์น้อยกว่า 3 ปี จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 17.60 สำหรับประสบการณ์ในการเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ส่วนใหญ่ไม่เคยเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ จำนวน 102 คน คิดเป็นร้อยละ 71.83 และเคยเข้าร่วมการแข่งขัน จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 28.17 โดยมีนักกีฬาที่เป็นตัวแทนภาคเข้าร่วมการแข่งขัน ภาค 1 จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 25.35 ภาค 2 จำนวน 34 คน คิดเป็นร้อยละ 23.95 และภาค 3 ภาค 4 ภาค 5 จำนวนภาคละ 24 คน คิดเป็นภาคละร้อยละ 16.90

1. หาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความวิตกกังวลทางกาย ความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเอง ของนักกีฬาฟุตซอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25

ตาราง 2 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความวิตกกังวลทางกาย ความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาฟุตซอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ทุกรอบของการแข่งขัน (N=142)

ความวิตกกังวล	N	$\bar{X}$	S.D.	ระดับความวิตกกังวล
ความวิตกกังวลทางกาย	142	18.48	5.97	ต่ำ
ความวิตกกังวลทางจิต	142	20.02	6.82	ปานกลาง
ความเชื่อมั่นในตนเอง	142	29.14	6.58	ปานกลาง

จากตาราง 2 แสดงให้เห็นว่า ระดับของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตซอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ทุกรอบของการแข่งขันโดยรวมมีระดับของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ด้านความวิตกกังวลทางกาย อยู่ในระดับต่ำ ($\bar{X} = 18.48$, S.D. = 5.97) ความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 20.02$ และ 29.14, S.D. = 6.82 และ 6.58 ตามลำดับ)

ตาราง 3 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ทั้ง 3 ด้าน
ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 รอบแรก รอบสอง
รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ

รอบของการแข่งขัน	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของความวิตกกังวลตามสถานการณ์								
	ความวิตกกังวลทางกาย			ความวิตกกังวลทางจิต			ความเชื่อมั่นในตนเอง		
	$\bar{x}$	S.D.	ระดับ ความ วิตก กังวล	$\bar{x}$	S.D.	ระดับ ความ วิตก กังวล	$\bar{x}$	S.D.	ระดับ ความ วิตก กังวล
รอบแรก(N=142)	18.48	5.97	ต่ำ	20.02	6.82	ปาน กลาง	29.14	6.58	ปาน กลาง
รอบสอง(N=94)	19.86	3.65	ต่ำ	20.78	3.60	ปาน กลาง	23.80	5.30	ปาน กลาง
รอบรองชนะเลิศ(N=48)	21.30	4.11	ปาน กลาง	21.29	4.33	ปาน กลาง	27.25	5.22	ปาน กลาง
รอบชิงชนะเลิศ(N=24)	16.36	3.15	ต่ำ	21.50	3.55	ปาน กลาง	25.50	4.05	ปาน กลาง

จากตาราง 3 แสดงให้เห็นว่า ในรอบแรก ระดับของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 มีความวิตกกังวลทางกายอยู่ในระดับต่ำ ($\bar{x} = 18.48$, S.D. = 5.97) ความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเองอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 20.02$ และ 29.14, S.D. = 6.82 และ 6.58 ตามลำดับ)

ในรอบสอง ระดับของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 มีความวิตกกังวลทางกาย อยู่ในระดับต่ำ ($\bar{x} = 19.86$, S.D. = 3.65) ความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x} = 20.78$ และ 23.80, S.D. = 3.60 และ 5.30 ตามลำดับ)

ในรอบรองชนะเลิศ ระดับของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 มีความวิตกกังวลทางกาย มีความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}$ = 21.30, 21.29 และ 27.25, S.D. = 4.11, 4.33 และ 5.22 ตามลำดับ)

ในรอบชิงชนะเลิศ ระดับของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 มีความวิตกกังวลทางกาย อยู่ในระดับต่ำ ($\bar{X}$ = 16.36, S.D. = 3.15) ความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}$ = 21.50 และ 25.50, S.D. = 3.55 และ 4.05 ตามลำดับ)

และเพื่อพิจารณาความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบทดสอบวัดความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ในรอบแรก รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ ผู้วิจัยได้นำข้อมูลจากตาราง 3 มาทำการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One – way analysis of variance) และนำเสนอผลการวิเคราะห์ในตาราง 5

ตาราง 4 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์
ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ในรอบแรก
จำแนกตามประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอล

ประสบการณ์ในการเล่น กีฬาฟุตบอล	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับของความวิตกกังวลตามสถานการณ์								
	ความวิตกกังวลทางกาย			ความวิตกกังวลทางจิต			ความเชื่อมั่นในตนเอง		
	$\bar{x}$	S.D.	ระดับ ความ วิตก กังวล	$\bar{x}$	S.D.	ระดับ ความ วิตก กังวล	$\bar{x}$	S.D.	ระดับ ความ วิตก กังวล
น้อยกว่า 3 ปี(N=25)	17.42	5.29	ต่ำ	20.16	5.74	ปาน กลาง	28.00	6.00	ปาน กลาง
3 – 5 ปี(N=63)	18.32	5.47	ต่ำ	19.87	7.02	ต่ำ	28.73	6.02	ปาน กลาง
มากกว่า 5 ปี ขึ้นไป (N=54)	19.15	6.80	ต่ำ	20.14	7.16	ปาน กลาง	30.14	7.24	ปาน กลาง

จากตาราง 4 แสดงให้เห็นว่า นักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอลน้อยกว่า 3 ปี มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอล 3 – 5 ปี และมีประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอลมากกว่า 5 ปี ขึ้นไป มีความวิตกกังวลทางกาย อยู่ในระดับต่ำ ($\bar{x}$ = 17.42, 18.32 และ 19.15, S.D. = 5.29, 5.47 และ 6.80 ตามลำดับ) มีความวิตกกังวลทางจิต อยู่ในระดับต่ำ ในนักกีฬาที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอล 3 – 5 ปี ($\bar{x}$ = 19.87, S.D. = 7.02 ตามลำดับ) และ ที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอลน้อยกว่า 3 ปี และมากกว่า 5 ปี ขึ้นไป มีความวิตกกังวลอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x}$ = 20.16 และ 20.14, S.D. = 5.74 และ 7.16 ตามลำดับ) และมีความเชื่อมั่นในตนเองอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{x}$ = 28.00, 28.73 และ 30.14, S.D. = 6.00, 6.02 และ 7.24 ตามลำดับ)

และเพื่อพิจารณาความแตกต่างของค่าเฉลี่ย ของคะแนนจากแบบทดสอบวัดความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ในนักกีฬาที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอลที่แตกต่างกัน ผู้วิจัยได้นำข้อมูลจากตาราง 4 มาทำการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One – way analysis of variance) และนำเสนอผลการวิเคราะห์ในตาราง 10

2. เปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของความวิตกกังวลทางกาย ความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเอง ในแต่ละรอบของการแข่งขันของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 25

ตาราง 5 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวของค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลทางกายของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25
จำแนกตามรอบของการแข่งขัน ได้แก่ รอบแรก รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ

แหล่งแห่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	P
ระหว่างกลุ่ม	3	520.59	173.53	7.22*	.00*
ภายในกลุ่ม	304	7302.43	29.47		
ทั้งหมด	307	7823.03			

P* <.05, P** <.01

จากตาราง 5 แสดงให้เห็นว่าความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความวิตกกังวลทางกายของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเพื่อให้ทราบว่ารอบของการแข่งขันรอบใดมีความแตกต่างกัน จึงทำการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย โดยวิธีการของเซฟเฟ และนำเสนอผลการทดสอบในตาราง 6

ตาราง 6 ผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลตามสถานการณ์
ด้านความวิตกกังวลทางกายของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 25
โดยวิธีการของเซฟเฟ

รอบของการแข่งขัน	$\bar{x}$	ความแตกต่างระหว่างรอบของการแข่งขัน			
		รอบแรก	รอบสอง	รอบรองชนะเลิศ	รอบชิงชนะเลิศ
		18.48	19.86	21.30	16.36
รอบแรก(N=142)	18.48	-	1.38	2.83*	2.11
รอบสอง(N=94)	19.86	-	-	1.45	3.50*
รอบรองชนะเลิศ(N=48)	21.30	-	-	-	4.94*
รอบชิงชนะเลิศ(N=24)	16.36	-	-	-	-

จากตาราง 6 แสดงให้เห็นค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบทดสอบวัดความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ด้านความวิตกกังวลทางกายของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 25 ในรอบแรก รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยพบว่า ความวิตกกังวลทางกายของนักกีฬาฟุตบอลในรอบแรกแตกต่างกับรอบรองชนะเลิศ และในรอบสองกับรอบรองชนะเลิศแตกต่างกับรอบชิงชนะเลิศ และพบว่าค่าเฉลี่ยในรอบรองชนะเลิศ (21.30) สูงกว่าค่าเฉลี่ยในรอบแรก(18.43) และค่าเฉลี่ยในรอบสองกับรอบรองชนะเลิศ (19.86 และ 21.30 ตามลำดับ) สูงกว่าค่าเฉลี่ยในรอบชิงชนะเลิศ (16.36)

ตาราง 7 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวของค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลทางจิต
ของนักกีฬา ฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25
จำแนกตามรอบของการ แข่งขัน ได้แก่ รอบแรก รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ

แหล่งแห่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	P
ระหว่างกลุ่ม	3	91.88	30.63	1.04	.36
ภายในกลุ่ม	304	8959.55	29.47		
ทั้งหมด	307	9051.43			

จากตาราง 7 แสดงให้เห็นว่าความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความวิตกกังวลทางจิตของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 8 ผลการวิเคราะห์ความแปรปรวนค่าเฉลี่ยของด้านความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 จำแนกตามรอบของการแข่งขัน ได้แก่ รอบแรก รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ

แหล่งแห่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	P
ระหว่างกลุ่ม	3	1663.97	554.66	16.22*	.00*
ภายในกลุ่ม	304	10394.74	34.19		
ทั้งหมด	307	12058.70			

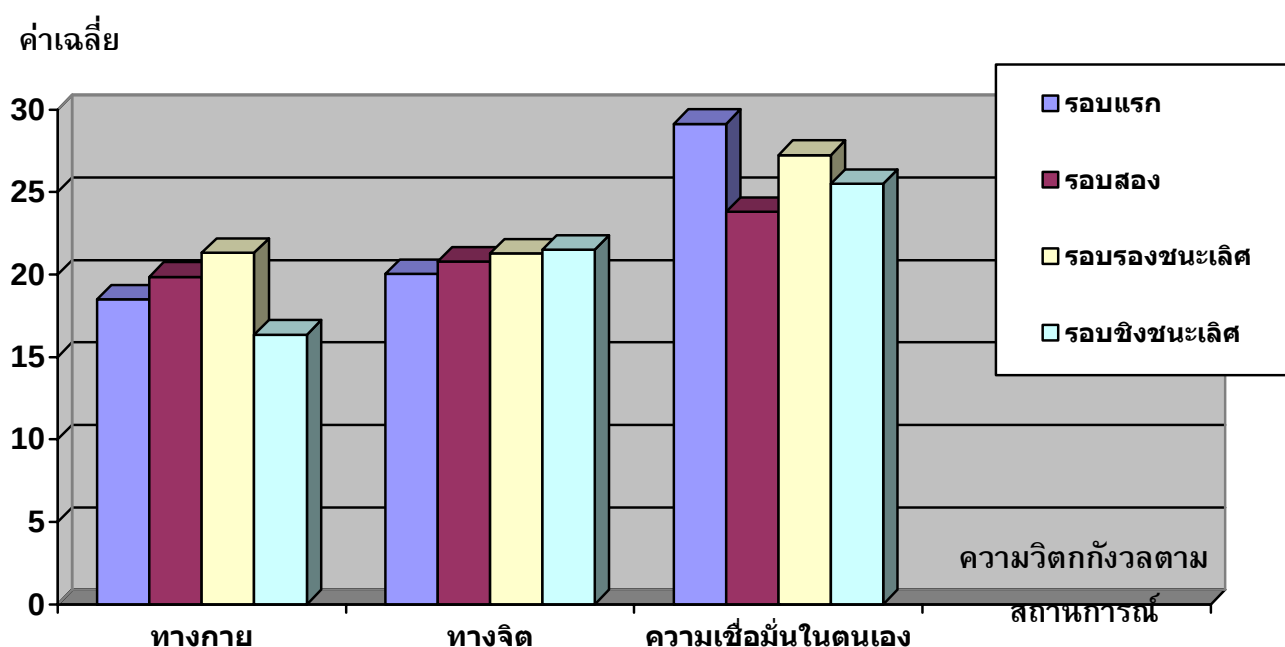
P* <.05 , P** <.01

ตาราง 8 แสดงให้เห็นว่าความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเพื่อให้ทราบว่ารอบของการแข่งขันรอบใดมีความแตกต่างกัน จึงทำการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย โดยวิธีการของเชฟเฟ และนำเสนอผลการทดสอบในตาราง 9

ตาราง 9 ผลการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 โดยวิธีการของเชฟเฟ

รอบของการแข่งขัน		ความแตกต่างระหว่างรอบของการแข่งขัน			
		รอบแรก	รอบสอง	รอบรองชนะเลิศ	รอบชิงชนะเลิศ
	$\bar{x}$	29.14	23.80	27.25	25.50
รอบแรก(N=142)	29.14	-	5.33*	1.89	3.64*
รอบสอง(N=94)	23.80	-	-	3.44*	1.69
รอบรองชนะเลิศ(N=48)	27.25	-	-	-	1.75
รอบชิงชนะเลิศ(N=24)	25.50	-	-	-	-

จากตาราง 9 แสดงให้เห็นว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนจากแบบทดสอบวัดความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ในรอบแรก รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยพบว่า ความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาฟุตบอลในรอบแรกแตกต่างกับรอบสอง และรอบชิงชนะเลิศ และในรอบสองแตกต่างกับรอบรองชนะเลิศ และพบว่าค่าเฉลี่ยในรอบแรก (29.14) สูงกว่าค่าเฉลี่ยในรอบสองและรอบชิงชนะเลิศ (23.80 และ 25.50 ตามลำดับ) และค่าเฉลี่ยในรอบรองชนะเลิศ (27.25) สูงกว่าค่าเฉลี่ยในรอบสอง (23.80) และเพื่อให้ทราบผลปฏิสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความวิตกกังวลทางกาย ความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเอง กับรอบของการแข่งขัน จึงนำเสนอค่าเฉลี่ยในแผนภาพประกอบ



ภาพประกอบ ผลปฏิสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความวิตกกังวลทางกาย ความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเอง กับรอบของการแข่งขัน

ตาราง 10 ผลวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวของค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลทางกาย
ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 จำแนกตามประสบการณ์
ในการเล่นกีฬาฟุตบอล

แหล่งแห่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	P
ระหว่างกลุ่ม	2	53.70	26.85	.75	.48
ภายในกลุ่ม	139	4983.91	35.86		
ทั้งหมด	141	5037.61			

จากตาราง 10 แสดงให้เห็นว่าความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วม
การแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอลที่ต่างกัน
มีความวิตกกังวลทางกาย ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 11 ผลวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวของค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลทางจิต
ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 จำแนกตามประสบการณ์
ในการเล่นกีฬาฟุตบอล

แหล่งแห่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	P
ระหว่างกลุ่ม	2	2.73	1.36	.03	.97
ภายในกลุ่ม	139	6573.16	47.29		
ทั้งหมด	141	6575.89			

จากตาราง 11 แสดงให้เห็นว่าความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วม
การแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอลที่ต่างกัน มีความ
วิตกกังวลทางจิต ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 12 ผลวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียวของค่าเฉลี่ยของความเชื่อมั่นในตนเอง
ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 จำแนกตามประสบการณ์
ในการเล่นกีฬาฟุตบอล

แหล่งแห่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	P
ระหว่างกลุ่ม	2	97.96	48.98	1.13	.33
ภายในกลุ่ม	139	6017.23	43.29		
ทั้งหมด	141	6115.18			

จากตาราง 12 แสดงให้เห็นว่าความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วม
การแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอลที่ต่างกัน
มีความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่แตกต่างกัน

บทที่ 5

บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สังเขปความมุ่งหมาย และวิธีดำเนินการวิจัย

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25
2. เพื่อเปรียบเทียบระดับของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 จำแนกตามรอบการแข่งขัน และประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอล

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 จังหวัดกาญจนบุรี ระหว่างวันที่ 15 – 25 มีนาคม พ.ศ. 2552 จำนวน 12 ทีม คือ ทีมสมุทรสาคร สมุทรปราการ กรุงเทพมหานคร ลำปาง สงขลา อ่างทอง ระนอง สุรินทร์ อุตรดิตถ์ พระนครศรีอยุธยา มหาสารคาม ทีมละ 12 คน และ ทีมกาญจนบุรี 10 คน รวมทั้งสิ้น 142 คน ได้มาโดยการเลือกแบบเจาะจง (Purposively Selected)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (ฉบับปรับปรุง) (Revised Competitive Sport Anxiety Inventory – 2 (CSAI - 2R) (Cox, R.H., Martens, M.P., & Russell, W.D., 2003) ของมาเตนส์ (Martens) แปลเป็นภาษาไทยโดย ดร.พิชิต เมืองนาโพธิ์ ซึ่งแบบทดสอบแบ่งออกได้ 2 ส่วน ดังนี้

1. ข้อมูลส่วนตัวของนักกีฬา
2. แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ทั้งหมดมี 17 ข้อ แบ่งออกได้ดังนี้
 - 2.1 ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic anxiety) 1,4,6,9,12,15,17 = 7 ข้อ
 - 2.2 ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive anxiety) 2,5,8,11,14 = 5 ข้อ
 - 2.3 ความเชื่อมั่นในตนเอง (Self confidence) 3,7,10,13,16 = 5 ข้อ

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. หาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ทั้ง 3 ด้านของนักกีฬาฟุตซอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 คือ ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic anxiety) ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive anxiety) และความเชื่อมั่นในตนเอง (Self confidence)
2. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตซอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 25 จำแนกตามรอบของการแข่งขัน และประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตซอล โดยการวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว (One – way analysis of variance)
3. ทดสอบความแตกต่างจากการวิเคราะห์ความแปรปรวนระหว่างค่าเฉลี่ยของรอบของการแข่งขัน โดยวิธีการของเชฟเฟ (Scheffe' test)
4. กำหนดนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และ .01

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลสามารถนำเสนอในรูปตารางและความเรียงได้ดังต่อไปนี้

สรุปผลการวิจัย

1. นักกีฬาฟุตซอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 25 พบว่านักกีฬาส่วนใหญ่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตซอล 3 – 5 ปี จำนวน 63 คน คิดเป็นร้อยละ 44.37 รองลงมาคือ มีประสบการณ์มากกว่า 5 ปี ขึ้นไป จำนวน 54 คน คิดเป็นร้อยละ 38.03 และมีประสบการณ์น้อยกว่า 3 ปี จำนวน 25 คน คิดเป็นร้อยละ 17.60 สำหรับประสบการณ์ในการเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ส่วนใหญ่ไม่เคยเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ จำนวน 102 คน คิดเป็นร้อยละ 71.83 และเคยเข้าร่วมการแข่งขัน จำนวน 40 คน คิดเป็นร้อยละ 28.17 โดยมีนักกีฬาที่เป็นตัวแทนภาคเข้าร่วมการแข่งขัน ภาค 1 จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 25.35 ภาค 2 จำนวน 34 คน คิดเป็นร้อยละ 23.95 และภาค 3 ภาค 4 ภาค 5 จำนวนภาคละ 24 คน คิดเป็นภาคละร้อยละ 16.90
2. ระดับของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ทั้ง 3 ด้าน ของนักกีฬาฟุตซอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 25 พบว่า
 - 2.1 ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตซอลโดยรวม พบว่า ด้านความวิตกกังวลทางกาย อยู่ในระดับต่ำ ($\bar{X} = 18.48$, S.D. = 5.97) ความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 20.02$ และ 29.14, S.D. = 6.82 และ 6.58 ตามลำดับ)
 - 2.2 ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตซอล จำแนกตามรอบของการแข่งขันพบว่า

2.2.1 รอบแรก นักกีฬามีความวิตกกังวลทางกาย อยู่ในระดับต่ำ ($\bar{X} = 18.48$, S.D. = 5.97) ความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 20.02$ และ 29.14, S.D. = 6.82 และ 6.58 ตามลำดับ)

2.2.2 รอบสอง นักกีฬามีความวิตกกังวลทางกาย อยู่ในระดับต่ำ ($\bar{X} = 19.86$, S.D. = 3.65) ความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 20.78$ และ 23.80, S.D. = 3.60 และ 5.30 ตามลำดับ)

2.2.3 รอบรองชนะเลิศ นักกีฬามีความวิตกกังวลทางกาย มีความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 21.30$, 21.29 และ 27.25, S.D. = 4.11, 4.33 และ 5.22 ตามลำดับ)

2.2.4 รอบชิงชนะเลิศ นักกีฬามีความวิตกกังวลทางกาย อยู่ในระดับต่ำ ($\bar{X} = 16.36$, S.D. = 3.15) ความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 21.50$ และ 25.50, S.D. = 3.55 และ 4.05 ตามลำดับ)

2.3 ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอล จำแนกตามประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอล พบว่า

2.3.1 นักกีฬาที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอลน้อยกว่า 3 ปี มีความวิตกกังวลทางกาย อยู่ในระดับต่ำ ($\bar{X} = 17.42$, S.D. = 5.29) มีความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 20.16$ และ 28.00, S.D. = 5.74 และ 6.00 ตามลำดับ)

2.3.2 นักกีฬาที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอล 3 - 5 ปี มีความวิตกกังวลทางกาย ความวิตกกังวลทางจิต อยู่ในระดับต่ำ ($\bar{X} = 18.32$ และ 19.87, S.D. = 5.47 และ 7.02 ตามลำดับ) และความเชื่อมั่นในตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 28.73$, S.D. = 6.02 ตามลำดับ)

2.3.3 นักกีฬาที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอลมากกว่า 5 ปี ขึ้นไป มีความวิตกกังวลทางกาย อยู่ในระดับต่ำ ($\bar{X} = 19.15$, S.D. = 6.80) มีความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X} = 20.14$ และ 30.14, S.D. = 7.16 และ 7.24 ตามลำดับ)

3. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 พบว่า

3.1 จำแนกตามรอบของการแข่งขัน

3.1.1 ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความวิตกกังวลทางกายของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ในรอบแรก รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยพบว่า ความวิตกกังวลทางกายของนักกีฬาฟุตบอลในรอบแรกแตกต่างกับรอบรองชนะเลิศ และในรอบสองกับรอบรองชนะเลิศแตกต่างกับรอบชิงชนะเลิศ และพบว่าค่าเฉลี่ยในรอบรองชนะเลิศ (21.30) สูงกว่าค่าเฉลี่ยในรอบแรก (18.48) และค่าเฉลี่ยในรอบสองกับรอบรองชนะเลิศ (19.86 และ 21.30 ตามลำดับ) สูงกว่าค่าเฉลี่ยในรอบชิงชนะเลิศ (16.36)

3.1.2 ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความวิตกกังวลทางจิตของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ในรอบแรก รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ ไม่แตกต่างกัน

3.1.3 ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 25 ในรอบแรก รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยพบว่า ความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาฟุตบอลในรอบแรกแตกต่างกับรอบสองและรอบชิงชนะเลิศ และในรอบสองแตกต่างกับรอบรองชนะเลิศ และพบว่าค่าเฉลี่ยในรอบแรก (29.14) สูงกว่าค่าเฉลี่ยในรอบสองและรอบชิงชนะเลิศ (23.80 และ 25.50 ตามลำดับ) และค่าเฉลี่ยในรอบรองชนะเลิศ (27.25) สูงกว่าค่าเฉลี่ยในรอบสอง (23.80)

3.2 จำแนกตามประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอล พบว่า นักกีฬาที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอลที่ต่างกัน มีความวิตกกังวลทางกาย ความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่แตกต่างกัน

อภิปรายผล

จากผลการวิจัยความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 พบว่า

1. ด้านความวิตกกังวลทางกาย พบว่า ระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอล โดยรวม มีความวิตกกังวลทางกาย อยู่ในระดับต่ำ ทั้งนี้ ผู้วิจัยเห็นว่านักกีฬาฟุตบอลส่วนใหญ่มีความสามารถในการเล่นฟุตบอลในระดับดี ในฐานะที่ผู้วิจัยเป็นผู้ตัดสินคนหนึ่งในการแข่งขันฟุตบอลในกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 นี้ จึงได้เห็นวิธีการเล่นของทีมแข่งขันทุกทีม มีนักกีฬาที่มีความสามารถสูง จึงทำให้มีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ต่ำ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของเสดและคณะ (Sade et al. 1990:211) ที่ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวล การควบคุมตนเองและความสามารถในการยิงปืนยาว พบว่า ความวิตกกังวลตามสถานการณ์มีผลต่อความสามารถในการยิงปืน กล่าวคือ นักกีหายิงปืนระดับดี จะมีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ต่ำ แต่ในรอบของการแข่งขันที่ต่างสถานการณ์กัน ย่อมมีผลต่อความวิตกกังวลต่อนักกีฬาด้วยเช่นกัน อันเนื่องมาจากการได้พบกับสิ่งเร้าที่เปลี่ยนไป ไม่ว่าจะเป็นตัวนักกีฬา หรือผู้ตัดสิน หรือผู้ชม อาจทำให้ความวิตกกังวลของนักกีฬาเปลี่ยนไป โดยที่ ในรอบรองชนะเลิศ นักกีฬาฟุตบอลมีความวิตกกังวลทางกายสูงขึ้น อยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งแน่นอนว่ารอบรองชนะเลิศเป็นรอบที่มีความกดดันเป็นอย่างมาก กลัวว่าจะทำได้ไม่ดี กลัวทำให้คนอื่นผิดหวังในการแข่งขัน ดังที่สมบัติ กาญจนกิจ (2532: 106-107) ได้กล่าวไว้ว่า ในช่วงก่อนการแข่งขัน นักกีฬาจะมีความเครียดและมีความวิตกกังวลมาก

ทั้งนี้เนื่องมาจากนักกีฬาทุกคนอยากชนะเลิศกันทุกคนแต่มีปัจจัยต่างๆ รอบด้านที่มีอิทธิพลต่อนักกีฬา เช่น ทีมผู้ร่วมเข้าแข่งขันที่มีสถิติดีกว่า ความรู้สึกกลัวแพ้ กลัวผู้คน กลัวคนดูจะผิดหวัง กลัวจะแสดงความสามารถไม่เท่าสถิติเดิม ขาดความมั่นใจในตนเอง ประมาทคู่ต่อสู้ หรือกลัวศักดิ์ศรีแชมป์เก่า อาการความวิตกกังวลทางกายจะสังเกตเห็นได้ชัดเจนที่สุดในตอนช่วงการแข่งขัน เช่น อาการสั่น อาการตึงเครียดของกล้ามเนื้อ ความรู้สึกกระอักกระอ่วน ซึ่งเป็นผลทำให้นักกีฬาไม่สามารถแสดงศักยภาพทางการแข่งขันออกมาได้อย่างเต็มที่ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ เรนเนย์และคันทิงแฮม (Rainey and Cunningham. 1968: 98-103) ที่ได้ศึกษาเรื่อง ความวิตกกังวลในการแข่งขันของนักกีฬาในระดับมหาวิทยาลัย พบว่า ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการแสดงออก (Performance Worry) เช่น เกรงว่าจะกระทำผิดพลาด กลัวว่าจะแพ้ กลัวว่าจะเล่นไม่ดี มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลในการแข่งขัน และเกรงกลัวว่าจะถูกวิพากษ์วิจารณ์ จากผู้อื่น มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลในการแข่งขัน นอกจากนี้ยังเป็นไปตามทฤษฎีอักษรรูคว่ำ (In Verted-U Theory) ของ มาร์เตนส์ (Martens. 1982: 121) โดยหลักทฤษฎีนี้กล่าวว่า การเพิ่มระดับความวิตกกังวลมีความสัมพันธ์กับระดับความสามารถของนักกีฬา คือ เมื่อความวิตกกังวลเพิ่มขึ้นความสามารถของนักกีฬาก็เพิ่มขึ้นด้วย เมื่อความวิตกกังวลเพิ่มขึ้นถึงจุดที่พอเหมาะ ระดับความสามารถของนักกีฬาก็จะเพิ่มขึ้นถึงจุดสูงสุด แต่ถ้าระดับความวิตกกังวลเพิ่มขึ้นไปกว่าจุดที่พอเหมาะแล้ว ระดับความสามารถของนักกีฬาจะลดลงไปเรื่อยๆ และอาจลดลงได้อย่างรวดเร็ว ดังที่ มาร์เตนส์ (Martens. 1982: 96) ได้กล่าวไว้ว่า ความเครียดทางกาย คือความรู้สึกของร่างกายที่เกิดการตอบสนองของร่างกาย ภายใต้อาการตื่นตัว ความเครียดในลักษณะนี้จะเฉพาะเจาะจงต่ออาการต่างๆ ทางด้านร่างกายและความเครียดทางกาย มักเกิดจากสิ่งเร้าของสิ่งแวดล้อม และจากสภาพอารมณ์ของบุคคลนั้นๆ ลักษณะของการเกิดความเครียดจะเกิดในช่วงเวลาสั้นๆ คือก่อนที่จะเข้าสู่การแข่งขันและจะค่อยๆ ลดระดับลงจากการแข่งขันได้เริ่มขึ้นแล้ว ซึ่งหมายถึงการที่นักกีฬามีความกดดันอันเนื่องมาจากการแข่งขันกับคู่ต่อสู้ที่มีประสบการณ์มากกว่าก็อาจจะเป็นได้

2. ด้านความวิตกกังวลทางจิต พบว่า ระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาโดยรวม มีความวิตกกังวลทางจิต อยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้ผู้วิจัยเห็นว่านักกีฬาฟุตบอลในแต่ละทีมมีประสบการณ์จากการฝึกซ้อมและการแข่งขันหลายครั้ง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของเรนเนย์และคันทิงแฮม (Rainey and Cunnig. 1988: 98-103) ที่ได้ศึกษาเรื่องความวิตกกังวลในการแข่งขันของนักกีฬาในระดับมหาวิทยาลัย พบว่า ผลการแข่งขันที่ผ่านมาและความพึงพอใจในประสบการณ์ในอดีตมีผลต่อความวิตกกังวลในการแข่งขัน จากการมีประสบการณ์ดังกล่าวจึงทำให้

นักกีฬาฟุตบอลมีความวิตกกังวลอยู่ในระดับต่ำ ประกอบกับนักกีฬาแต่ละทีมได้มีโอกาสฝึกซ้อมในสนามจริงที่ใช้ในการแข่งขันครั้งนี้ จึงอาจทำให้ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ลดลงเนื่องจากได้สร้างความคุ้นเคยกับสถานที่แข่งขันไปแล้ว ดังที่ สมบัติ กาญจนกิจ; และสมหญิง จันทรุไทย (2541: 82) ได้กล่าวไว้ว่า สภาพสิ่งแวดล้อม เป็นสิ่งหนึ่งที่ทำให้นักกีฬาเกิดความวิตกกังวล เช่น คนดูในสนาม สภาพของสนามดีหรือไม่ปลอดภัย หรือไม่คุ้นเคยในการแข่งขัน สนามหรืออุปกรณ์ที่ใช้ในการแข่งขันในสภาพแบบนี้ นักกีฬาจะมีความวิตกกังวลภายในจิตใจและมีผลต่อการแข่งขันได้ อย่างไรก็ตาม ในรอบรองชนะเลิศนักกีฬามีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลสูงกว่าในรอบแรก รอบสอง และรอบชิงชนะเลิศ อาจมีผลมาจากการที่นักกีฬากลับฟ่ายแพ้ กลัวความผิดหวัง หรือไม่สามารถควบคุมตนเองได้ตามปกติ

3. ด้านความเชื่อมั่นในตนเอง พบว่า ระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอล โดยรวม มีความเชื่อมั่นในตนเองอยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้ผู้วิจัยเห็นว่ากีฬาฟุตบอลเป็นกีฬาประเภททีม ผู้เล่นต้องใช้ความสามารถทางทักษะอย่างมากในการบังคับให้เกิดการเคลื่อนที่ เป็นกีฬาที่พัฒนาให้เกิดทักษะต่างๆ อย่างมาก ต้องการปฏิกิริยาตอบสนองที่รวดเร็ว ความคิดที่ฉับไว จึงอาจส่งผลกระทบต่อนักกีฬา ทำให้เกิดความรู้สึกตึงเครียด กตัญถัน กลัวว่าจะทำได้ไม่เต็มที่ กลัวว่าจะไม่บรรลุตามเป้าหมายที่วางไว้ ซึ่งสอดคล้องกับ ทัตโก (Tutko. 1971: 932-933) ที่ได้ศึกษาผลของความวิตกกังวล ซึ่งเป็นการวัดความวิตกกังวลในการปฏิบัติงานของนักกีฬาประเภททีม ผลแสดงให้เห็นว่าการตัดสินใจของนักกีฬาที่รู้สึกว่ามีความวิตกกังวลจะขยายไปถึงเรื่องการเรียนรู้ด้วยตัวเอง ตัวอย่างเช่น นักกีฬาผู้ซึ่งไม่มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับ ผลได้ และ ผลเสีย ของการแข่งขันมากนัก จะมีความเอาใจใส่และเชื่อฟังผู้ฝึกสอนได้ดี ในทางตรงกันข้ามถ้านักกีฬามุ่งในผลได้ ผลเสีย ของการแข่งขันก็จะกลายเป็นผู้ที่มีความวิตกกังวลสูงและสิ่งนี้จะไม่รบกวนการเรียนรู้ของเขาด้วย ทัตโก (Tutko) ได้แนะนำว่านักกีฬาควรรักษาระดับของความวิตกกังวลให้อยู่ในระดับปานกลางเพื่อจะทำให้เป็นผู้ปฏิบัติได้อย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุด

ผลการเปรียบเทียบคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 จำแนกตามประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอล น้อยกว่า 3 ปี, 3 – 5 ปี และ มากกว่า 5 ปี ขึ้นไป พบว่าความวิตกกังวลทั้ง 3 ด้านไม่แตกต่างกัน ซึ่งอาจสืบเนื่องมาจากกีฬาฟุตบอลเป็นกีฬาที่เพิ่งได้เข้ามาสู่ประเทศไทยไม่นานนักและนักกีฬาที่มาเล่นกีฬาฟุตบอลก็มาจากนักกีฬาฟุตบอลเป็นส่วนใหญ่มีประสบการณ์ในการแข่งขัน ประสบการณ์ในการฝึกซ้อม วิธีการฝึกซ้อมที่ใกล้เคียงกัน ตลอดจนสิ่งแวดล้อมในสภาพการเก็บตัวนักกีฬาที่เหมือนกัน คุ้นเคยกับสภาพการแข่งขันและรู้พื้นฐานความสามารถของกลุ่มต่อสู้ ตลอดจนมีทักษะที่ใกล้เคียงกัน

จึงมีผลให้ความวิตกกังวลไม่แตกต่างกัน ดังที่ ชนะชัย วัฒนไชย (2536: บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยความสัมพันธ์และเปรียบเทียบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ และเฉพาะบุคคลของนักกรีฑาที่เข้าแข่งขันในปรีซีเกมส์กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกรีฑาตัวแทนทีมชาติจำนวน 32 คน คือกลุ่มที่มีประสบการณ์ในการแข่งขัน 1- 5 ปี จำนวน 15 คน และกลุ่มที่มีประสบการณ์ในการแข่งขันมากกว่า 5 ปี ขึ้นไป จำนวน 17 คน พบว่า ผลการเปรียบเทียบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ และความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกรีฑาตัวแทนทีมชาติที่มีประสบการณ์ในการแข่งขันต่างกัน ระหว่าง 1 – 5 ปี กับมากกว่า 5 ปี ขึ้นไป ไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับ รูบุช (Rubush. 1963: 498) ได้สรุปการวิจัยว่า ความวิตกกังวลที่จะมีต่อการเรียนรู้ ย่อมขึ้นอยู่กับองค์ประกอบต่างๆ เช่น ความเข้มของสิ่งเร้า ความยากง่ายหรือสลับซับซ้อนของสิ่งที่เรียน ความสามารถในการปรับตัวของผู้เรียนให้เข้ากับสถานการณ์หรืองานที่เรียนรู้ เป็นผลทำให้นักกีฬามีความวิตกกังวล ไม่แตกต่างกัน

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งนี้

จากการศึกษาวิจัยครั้งนี้สิ่งที่ผู้วิจัยพบ คือ การตอบแบบทดสอบของนักกีฬา ในบางครั้งนักกีฬาจะให้ความร่วมมือเป็นอย่างดี แต่นักกีฬาบางส่วน ให้ความร่วมมือค่อนข้างน้อย ดังนั้นในการใช้แบบทดสอบในการเก็บรวบรวมข้อมูลควรมีการเสริมแรงจิตใจในการตอบแบบทดสอบให้กับนักกีฬา โดยผู้จัดการทีม ผู้ฝึกสอน นักกีฬาและเจ้าหน้าที่ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ควรศึกษาข้อมูลครั้งนี้เพื่อจัดวางแผนและดำเนินการพัฒนาให้นักกีฬาเจริญก้าวหน้าต่อไป

ข้อเสนอแนะ

1. ในการวิจัยครั้งต่อไปควรทำการศึกษากับนักกีฬาฟุตบอลหญิง หรือเปรียบเทียบระหว่างนักกีฬาฟุตบอลชายนักกีฬาฟุตบอลหญิงในอายุระดับเดียวกัน
2. ในการวิจัยครั้งต่อไปควรทำการศึกษากับนักกีฬาที่มีระดับอายุที่สูงขึ้น

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

การกีฬาแห่งประเทศไทย. การแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25. อ้างอิงจาก

<http://www.sat.or.th/> (ธันวาคม 2551)

_____. ระเบียบการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 (พ.ศ. 2552) ณ จังหวัด กาญจนบุรี.

อ้างอิงจาก <http://www.sat.or.th/> (ธันวาคม 2551)

การกีฬาแห่งประเทศไทยส่วนภูมิภาค. การแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25. อ้างอิงจาก

http://www.sat.or.th/upload/download/92_1.pdf (ธันวาคม 2551)

จันจิรา จันทะบุตร. (2547). ความวิตกกังวลของนักกีฬายูโดในการแข่งขันกีฬาวิทยาลัยพลศึกษาแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 29. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ชัยสิทธิ์ ภาวิลาศ. (2544). ความสมดุลของการควบคุมระบบประสาทอัตโนมัติกับการกีฬา.

เอกสารประกอบการสอน. กรุงเทพมหานคร: การกีฬาแห่งประเทศไทย.

ทรงศักดิ์ สร้อยแสงทอง. (2534). ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬา

วิทยาลัยพลศึกษาแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 16. วิทยานิพนธ์ (ค.ม). กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. บทคัดย่อ.

ทินกร ชอัมพงษ์. (2545). ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ก่อนการแข่งขัน 2 ชั่วโมง ของนักฟุตบอล

ในการแข่งขันฟุตบอลอาชีพ ไทยแลนด์ ครั้งที่ 16. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา).

กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ณัฐชา สันติปาตี. (2549). ศึกษาความสัมพันธ์ของความวิตกกังวลทางกาย โดยการใช้แบบทดสอบ

CSAI-2R และ Polar S810i . ปรินญานิพนธ์ วท.ม. วิทยาศาสตร์การกีฬา กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

นันทนา คำมูล. (2545). ความวิตกกังวลและความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาบาสเกตบอลหญิง รุ่น

อายุไม่เกิน 20 ปี. ปรินญานิพนธ์ วท.ม. (วิทยาศาสตร์การกีฬา: การเป็นผู้ฝึกกีฬา)

กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

นัยนา บุพวงษ์. (2538). ความวิตกกังวลของนักเรียนโรงเรียนกีฬาจังหวัดสุพรรณบุรี ในการแข่งขัน

กีฬา นักเรียน นักศึกษา กรมพลศึกษา และการแข่งขันคัดเลือกกีฬาตัวแทนเขต 7.

วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา).กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. ถ่ายเอกสาร.

ธีระ มงคลเจริญลาภ. (2541). ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและความวิตกกังวลเฉพาะ

สถานการณ์ในการแข่งขันกีฬานักเรียนระดับประถมศึกษาตอนปลาย สังกัดสำนักงานเขต

บางคอแหลม. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา).กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- ปราณี อยู่ศิริ. (2542). ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพมหานคร : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พิชิต เมืองนาโพธิ์. (2536). การจัดการกับความเครียด. เอกสารประกอบการประชุมจิตวิทยาการกีฬา. กรุงเทพฯ: ม.ป.พ.
- พิชิต เมืองนาโพธิ์. (2543). เอกสารประกอบการสอน พล 437 จิตวิทยาการกีฬา : คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- พลัศศิลป์. (2550). ประวัติการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ. อ้างอิงจาก <http://www.fluke.is.in.th/th?md=webboard&ma=showtopic&id=13>. (11/12/2008).
- ศักดิ์รินทร์ ธรรมวงศ์. (2548). ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ โดยใช้แบบทดสอบ CSAI – 2R ของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 32. ปรินซ์นิพนธ์ วท.ม. (วิทยาศาสตร์การกีฬา: จิตวิทยาการกีฬา). กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ศิริพร จีระวัฒน์กุล. (2530). “ครูกับการช่วยเหลือนักเรียนที่ตกอยู่ในภาวะฉุกเฉินทางจิตเวช,” วารสารแนะแนว. กรุงเทพฯ.
- สมบัติ กาญจนกิจ และสมหญิง จันทุไทย. (2542). จิตวิทยาการกีฬา แนวคิด ทฤษฎีสู่การปฏิบัติ. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สืบสาย บุญวีรบุตร. (2541). จิตวิทยาการกีฬา. ชลบุรี : ชลบุรีการพิมพ์.
- สุปราณี ขวัญบุญจันทร์. (2541). จิตวิทยาการกีฬา. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช.
- อุดม พิมพ์ (2528). จิตวิทยาการกีฬา.กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ วิทยาเขตพลศึกษา
- อำพล โองเคือบ. (2515). ความวิตกกังวล ความสามารถในการอ่านลักษณะอื่นบางประการของบุคลิกภาพ. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพมหานคร: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. ถ่ายเอกสาร
- Between anxiety and athletic performance. In D.M. Landers and R.W. Christina (eds.). Psychology of motor behavior and sport. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.*
- Bird, A.M. and Horn, M.A. (1990). "Cognitive anxiety and Mental errors in sport," Journal of Sport and exercise Psychology, 12 :216-217.*
- Blackwell, A.J. (1994). Effect of Hassles, Stressful Situations in Basketball, State Anxiety, Trait Anxiety and Distraction on Performance in Basketball, Puen's University at Kingston. Canada.*

- Caruso, C.M., et al. (1990). *Psychological and Psychological Change in Competitive Success and Failure*. *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 12 : 6-20.
- Freud, S. (1978). *A General Introduction to Psycho - Analysis*. New York : Liveright Publishing Corporation.
- Levit, E.E.Z (1967). *The Psychology of Anxiety*. New York : Bobbs – Merrill Company, Inc
- Martens, R. and D.L. Gill. (1976). "State Anxiety among Successful Competitors Who Differ in Competitive Trait Anxiety". *Research Quarterly*, 47 : 698 – 708.
- Martens, R. (1977). *Sport Competition Anxiety Test*. Champaign, IL : Human Kinetics.
- _____. (1983). *Sport Competition Anxiety Test*. 2d ed. Illinois : Human Kinetics Publishers.
- _____. (1987). "Science, Knowledge and Sport Psychology". *Sport Psychologist*, 1 : 29 – 55.
- Martens, Rainer. Damon, Burton. & Vealey, Robin S. (1990). *Competition Anxiety in Sport*. Champaign IL: Human Kinetic.
- Novazyk, Todd. (1977). *A Comparison of Trait and State Anxiety Levels Between three Division of Youth Ice Hockey Participants and Trait Anxiety Levels between Athletes and Non – athletes*. Master's Thesis, Mankoto State University.
- Power and Sean, L.D. (1982). *An Analysis of Anxiety Level in Track and Field Athletes of varying Ages and Abilities*. *Proceeding Sport and Science*. 4 : 355-357.
- Rainey, D.W. and Cunningham H. (1988). *Competitive Trait Anxiety in Male and Female College Athletes*. *Research Quarterly for Exercise and Sport*. 3 : 24-247.
- Ryckoff, C. (1978). *Anxiety and Neurosis*. Harmondsworth: Penguin Book.
- Schwartz, G.E., Davidson, R.J. & Goleman, D.J. (1978). *Patterning of cognitive and somatic processes in the self regulation of anxiety : Effect of meditation versus exercise* *Psychosomatic Medicine*, : 40, 321 – 328.
- Sade, S., et al. (1990). *Anxiety Self Control and Shooting Performance*. *Perception and Motor Skills*. 71 : 33 – 68.
- Singer, R.N. (1986). *Perk Performance and More*. Michigan : Menavghton and Gunn co., Inc 69
- Spielberger, C.D. (1966). *Theory and Research on Anxiety*. New York: Academic.
- _____. (1972). "The measurement of State and Trait Anxiety : Conceptual and Methodological Issues". In *Emotions : Their Parameters and Measurement*. Edited by L. Levi, p. 487 – 489. New York : Raven Press.

Tutko, Thomas. (1971). A. Anxiety. In Leonard, A. Larson. Encyclopedia of Sport Sciences And Medicine. New York: Macmillan Publishing Co.,

ภาคผนวก

แบบทดสอบเพื่อการวิจัย

เรื่อง

ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชน
แห่งชาติ ครั้งที่ 25 ระหว่างวันที่ 15 - 25 มีนาคม พ.ศ. 2552
ณ จังหวัดกาญจนบุรี

คำชี้แจง

แบบทดสอบชุดนี้จัดทำขึ้นเพื่อสำรวจความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอล
ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 ระหว่างวันที่ 15 - 25 มีนาคม พ.ศ. 2552
ณ จังหวัดกาญจนบุรี แบ่งออกเป็น 2 ตอน

ตอนที่ 1 ข้อมูลสถานภาพของผู้แบบทดสอบ

ตอนที่ 2 แบบทดสอบวัดความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (ฉบับปรับปรุง)

Revised Competitive Sport Anxiety Inventory – 2 (CSAI – 2R)

การตอบแบบทดสอบครั้งนี้ คำตอบของท่านจะถูกเก็บไว้เป็นความลับเพื่อประโยชน์ในการ
วิจัยเท่านั้น และจะไม่นำมาเปิดเผยในที่ใดเป็นรายบุคคล ดังนั้น จึงขอความกรุณาจากท่านตอบ
แบบทดสอบตามความคิดที่แท้จริงของท่าน ซึ่งจะเป็นประโยชน์อย่างยิ่งต่อการศึกษาในครั้งนี้ และ
ผู้วิจัยขอขอบพระคุณทุกท่านเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้

นายพรณรงค์ ไกรรอด

นิสิตปริญญาโท

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ตอนที่ 1 ข้อมูลสถานภาพของผู้ตอบแบบทดสอบ

คำชี้แจง โปรดเขียนเครื่องหมาย / ลงใน () หน้าข้อความที่ท่านเลือกตอบหรือเติมข้อความที่ท่านต้องการในช่องที่กำหนด

วันที่..... เดือน ...มีนาคม.... พ.ศ. ...2552...

ชื่อ.....นามสกุล.....อายุ.....ปี

เพศ ...ชาย... ชนิดกีฬา ...ฟุตบอล...

รอบที่ท่านทำการแข่งขัน

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

ประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอล

- () น้อยกว่า 3 ปี
- () 3 - 5 ปี
- () มากกว่า 5 ปี ขึ้นไป

ประสบการณ์ในการเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ () ไม่เคยเข้าร่วมการแข่งขัน

() เคยเข้าร่วมการแข่งขัน

ภูมิภาคที่นักกีฬาเป็นตัวแทน

- () ภาค 1
- () ภาค 2
- () ภาค 3
- () ภาค 4
- () ภาค 5

ตอนที่ 2 แบบทดสอบวัดความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (ฉบับปรับปรุง)

Revised Competitive Sport Anxiety Inventory – 2 (CSAI – 2R)

คำชี้แจง ข้อความต่าง ๆ ข้างล่างนี้เป็นคำกล่าวที่นักกีฬาใช้อธิบายความรู้สึกของเขา

ก่อนการแข่งขัน โปรดอ่านข้อความแต่ละข้อความและทำเครื่องหมาย X ลงในหมายเลขที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด เพื่อบ่งชี้ว่าขณะนี้ท่านมีความรู้สึกอย่างไรเกี่ยวกับการแข่งขันที่กำลังจะมาถึง คำตอบจะไม่มีข้อถูกผิด อย่าใช้เวลาานมากเกินไปในแต่ละข้อความ ให้เลือกคำตอบซึ่งสามารถอธิบายความรู้สึกของท่านในขณะนี้

รายการ	ไม่เลย	บ้าง	ปานกลาง	มาก
	1	2	3	4
1. ข้าพเจ้ารู้สึกหวาดผวาว้าวุ่น				
2. ข้าพเจ้าจะลงมือทำได้ไม่ดีเท่าที่ควรในการแข่งขัน				
3. ข้าพเจ้ารู้สึกมีความเชื่อมั่นในตัวเอง				
4. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าร่างกายของข้าพเจ้าตึงเครียด				
5. ข้าพเจ้าจะลงมือจะทำแพ้				
6. ข้าพเจ้ารู้สึกปั่นป่วนในท้อง				
7. ข้าพเจ้ามั่นใจว่าข้าพเจ้าสามารถเผชิญหน้ากับความท้าทาย				
8. ข้าพเจ้าจะลงมือจะควบคุมตนเองไม่ได้ภายใต้ความตึงเครียด				
9. หัวใจของข้าพเจ้ากำลังเต้นเร็วขึ้น				
10. ข้าพเจ้ามั่นใจว่าจะเล่นได้ดี				
11. ข้าพเจ้าจะลงมือจะเล่นได้ไม่ดี				
12. ข้าพเจ้ารู้สึกงวยในท้อง				
13. ข้าพเจ้ามั่นใจเพราะได้มองเห็นภาพในใจว่าตนเองประสบผลสำเร็จตามเป้าหมาย				
14. ข้าพเจ้าจะลงมือจะทำให้ผู้อื่นผิดหวังเกี่ยวกับการเล่นของข้าพเจ้า				

15. มือของข้าพเจ้าเปื่อยขึ้น				
16. ข้าพเจ้ามั่นใจว่าจะผ่านพ้นความกดดัน ไปได้ด้วยดี				
17. ข้าพเจ้ารู้สึกร่างกายอึดอัด ตึงเครียด				

แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ แปลเป็นภาษาไทยโดย ดร.พิชิต เมืองนาโพธิ์
แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ มีทั้งหมด 17 ข้อ โดยแบ่งออกเป็น 3 ด้าน ดังนี้

ด้านความวิตกกังวลทางกาย (Somatic Anxiety) 1,4,6,9,12,15,17 = 7 ข้อ

ด้านความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive Anxiety) 2,5,8,11,14 = 5 ข้อ

ด้านความเชื่อมั่นในตนเอง (Self - Confidence) 3,7,10,13,16 = 5 ข้อ

คำตอบของแบบทดสอบนี้จะเป็นการตอบตามความรู้สึกว่าเห็นด้วยกับคำถามหรือไม่

การให้คะแนน : ไม่เลย = 1 เป็นบ้าง = 2 ปานกลาง = 3 มาก = 4

การคิดคะแนน :
$$\frac{\text{คะแนนที่ได้แต่ละข้อบวกกัน}}{\text{จำนวนข้อทั้งหมด}} \times 10$$

การคิดคะแนนให้เอาคะแนนของแต่ละข้อในแต่ละด้านบวกกัน แล้วนำผลที่ได้มาหารด้วย
จำนวนข้อทั้งหมดในแต่ละด้าน และคูณด้วย 10 จะได้ผลออกมาเป็นคะแนนของความวิตกกังวลใน
แต่ละด้าน ช่วงของคะแนนจะอยู่ที่ 10 – 40

แปลผลคะแนนดังนี้

10 – 19 คะแนน = เป็นคนที่มีความวิตกกังวลก่อนการแข่งขัน ต่ำ

20 – 30 คะแนน = เป็นคนที่มีความวิตกกังวลก่อนการแข่งขัน ปานกลาง

31 – 40 คะแนน = เป็นคนที่มีความวิตกกังวลก่อนการแข่งขัน สูง

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล	นายพรณรงค์ ไกรรอด
วันเดือนปีเกิด	30 กันยายน 2527
สถานที่เกิด	นครศรีธรรมราช
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	130/153 ซอย ลาดพร้าว 121(สีระรา) แขวงคลองจั่น เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร 10240
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2538	สำเร็จการศึกษาระดับประถมศึกษาปีที่ 6 จากโรงเรียนบ้านสระนางมโนราห์ จ.นครศรีธรรมราช
พ.ศ. 2541	สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาปีที่ 3 จากโรงเรียนกรุงหยันวิทยาคาร จ.นครศรีธรรมราช
พ.ศ. 2543	สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาปีที่ 6 จากโรงเรียนนวมินทราชินูทิศ เตรียมอุดมศึกษาน้อมเกล้า
พ.ศ. 2549	สำเร็จการศึกษาปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต (วท.บ. พลศึกษา) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
พ.ศ. 2552	ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต (กศ.ม. สาขาวิชาพลศึกษา) จากมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ