

ความวิตกกังวลของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย

10 พ.ย. 2542

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ภาคภูมิ รัตนโรจนากุล

คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
เมษายน 2540

สารบัญ

บทที่	หน้า
1	
บทนำ.....	1
คำนำ	1
ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	2
ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า	2
ข้อตกลงเบื้องต้น	3
ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า	3
นิยามศัพท์เฉพาะ	3
2	
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	5
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย	5
ประวัติความเป็นมาและสถิติการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัย	
แห่งประเทศไทย	5
ความเครียดกับการกีฬา	13
ความสัมพันธ์ของการปลุกใจของระดับความตื่นตัวกับการแสดง	
ความสามารถในการกีฬา	14
สมมุติฐานอักษรยู่คว่ำ	16
การวัดความวิตกกังวล	16
อาการทางกายที่เกิดขึ้นจากความวิตกกังวล	17
อาการทางจิตใจของความวิตกกังวล	17
ลักษณะพฤติกรรมของความวิตกกังวล	17
แบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย	18
แบบทดสอบความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์	19
การวิจัยในต่างประเทศ	20
การวิจัยในประเทศไทย	24

บทที่	หน้า
3 วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า	28
แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง	28
เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล	28
วิธีดำเนินการรวบรวมข้อมูล	29
วิธีการจัดกระทำกับข้อมูล	29
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลการศึกษาค้นคว้า	31
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	31
การวิเคราะห์ข้อมูล	31
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	32
5 บทย่อ สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	41
ความมุ่งหมายในการศึกษาค้นคว้า	41
วิธีดำเนินการวิจัย	41
เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล	41
วิธีการรวบรวมข้อมูล	42
วิธีการจัดกระทำกับข้อมูล	42
สรุปผลของการศึกษาค้นคว้า	43
อภิปรายผล	46
ข้อเสนอแนะ	48
บรรณานุกรม	49
ภาคผนวก	52

บัญชีตาราง

ตาราง

หน้า

1	แสดงการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เพื่อทราบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย ของนักกีฬามหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ	33
2	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความวิตกกังวลอันเป็น ลักษณะนิสัยในประเภททีมและประเภทบุคคลของนักกีฬามหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ	34
3	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของทราบความวิตกกังวล อันเป็นลักษณะนิสัย เพศชายและเพศหญิงของนักกีฬามหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ	35
4	แสดงการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เพื่อทราบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ของนักกีฬามหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และ ความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ	36
5	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความวิตกกังวลตาม สถานการณ์ ของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประเภททีม และประเภทบุคคล ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และ ความเชื่อมั่นในตนเอง	38
6	แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความวิตกกังวลตาม สถานการณ์ ของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพศหญิง และเพศชาย ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง	39

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 ความสัมพันธ์ระหว่างประเภทของกีฬากับระดับของความตื่นตัว	15
2 แสดงความแตกต่างของแต่ละบุคคลในกีฬาประเภทเดียวกัน	15
3 สมมุติฐานยู่คว่ำ	16

บทที่ 1

บทนำ

คำนำ

เป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปว่าการกีฬามีความสำคัญต่อชีวิต ความเป็นอยู่ของมนุษย์ นอกจากจะมีผลเพื่อพัฒนาสมรรถภาพทางร่างกายแล้วยังมีความสำคัญต่อสังคมทุกระดับอย่างกว้างขวาง สังคมมนุษย์ยิ่งเจริญก้าวหน้า ความต้องการในการเล่นและการแข่งขันกีฬาก็น่าจะมีมากขึ้น

มหาวิทยาลัยถือเป็นสังคมหนึ่งที่อาศัยการแข่งขันกีฬาเป็นสื่อประสานความสามัคคี และพัฒนามวลนิสิตให้ถึงพร้อมซึ่งความเป็นมนุษย์ที่มีคุณค่า โดยได้จัดให้มีการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยมาตั้งแต่ปี พ.ศ. 2513 ถึงปัจจุบัน รวมการแข่งขันทั้งสิ้น 22 ครั้ง

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เป็นสถาบันอุดมศึกษาที่ส่งนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยอย่างต่อเนื่องมาตลอด และเป็นสถาบันที่สร้างนักกีฬาไปสู่ระดับชาติมากมาย ถือได้ว่าเป็นสถาบันชั้นนำในการกีฬาสถาบันหนึ่ง

การที่นักกีฬาจะประสบผลสำเร็จหรือชัยชนะในการแข่งขันกีฬาประเภทนั้น มีองค์ประกอบที่เกี่ยวข้องอยู่หลายประการ อาทิเช่น

1. การมีสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางกลไกที่ดีเยี่ยม
2. ทักษะในกีฬาที่เล่นได้รับการพัฒนาถึงขีดสูงสุด
3. ความเฉลียวฉลาด ไหวพริบและประสบการณ์ของนักกีฬา
4. สภาพจิตใจที่พร้อมต่อการแข่งขันในแต่ละครั้ง

องค์ประกอบที่กล่าวมาข้างต้นนี้สามารถพัฒนาได้จากการฝึกซ้อมภายใต้การควบคุมดูแลของผู้ฝึกสอน และมีวิธีการฝึกซ้อมที่ถูกวิธีเป็นส่วนใหญ่ ยกเว้นเรื่องสภาพจิตใจซึ่งค่อนข้างจะมีความแปรปรวน เพราะสภาพจิตใจของนักกีฬาจะอยู่ในระดับที่เหมาะสมหรือไม่ขึ้นอยู่กับปัจจัยมากมาย เช่น บุคลิกภาพและนิสัยใจคอของนักกีฬาแต่ละคน ลักษณะตามธรรมชาติของประเภทกีฬา ระดับความสำคัญของเกมส์การแข่งขัน คุณสมบัติของคู่แข่งและประสบการณ์ของนักกีฬาเป็นต้น ซึ่งปัจจัยต่างๆเหล่านี้จะส่งผลต่อนักกีฬาในการแข่งขันในแต่ละครั้งแตกต่างกัน การศึกษาสภาพจิตใจของนักกีฬาก่อนทำการแข่งขันจึงเป็นสิ่งที่จำเป็นที่จะต้องปฏิบัติ เพราะถ้าผู้ฝึกสอนทราบสภาพจิตใจของนักกีฬาก็จะสามารถปรับสภาวะทางด้านจิตใจให้เหมาะสมกับการแข่งขันได้

ก่อนการแข่งขันกีฬาในแต่ละครั้ง โดยเฉพาะอย่างยิ่งการแข่งขันที่มีความสำคัญนักกีฬามักจะเกิดความเครียดและความวิตกกังวล ซึ่งเป็นความรู้สึกที่เกิดจากความกลัวและความตึงเครียด เพราะความตื่นตัว/ ความวิตกกังวล มักจะเกิดขึ้นจากประสบการณ์ที่ผ่านมาและสภาพอารมณ์ในขณะนั้นได้ด้วยเช่นกัน ความวิตกกังวลนี้จะเป็นผลลบต่อการแสดงความสามารถทางการกีฬาเสมอ ถ้าวิตกกังวลน้อยก็มีผลลบน้อย วิตกกังวลมาก ก็มีผลลบมากขึ้นเช่นกัน

การวัดความวิตกกังวลมีวิธีการวัดหลายประเภทด้วยกัน อาจใช้การวัดทางกายภาพ เช่น การวัดอัตราการเต้นของหัวใจ การวัดกระแสไฟฟ้าบนผิวหนังและกล้ามเนื้อหรือการวัดทางเคมีชีวภาพ เช่น การวัดระดับน้ำตาลในเลือด เป็นต้น อย่างไรก็ตามวิธีการวัดเหล่านี้เป็นวิธีการที่ไม่สะดวกที่จะนำไปวัดในขณะที่นักกีฬาจะทำการแข่งขัน ดังนั้นการวัดความวิตกกังวลในนักกีฬา จึงมักจะอาศัยการสังเกตจากการแสดงออกทางพฤติกรรมและการใช้แบบทดสอบ ซึ่งในปัจจุบันมีที่นิยมใช้อยู่ 2 ชนิด คือ แบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (Sport Competition Anxiety Test) หรือที่นิยมเรียกกันว่า SCAT และแบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (Competitive Sport Anxiety Inventory - 2) หรือที่เรียกกันว่า CSAI - 2

ผู้วิจัยในฐานะที่เป็นผู้สอนจิตวิทยาการกีฬาและเป็นผู้ควบคุมทีมนักกีฬาในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยมาโดยตลอด เห็น ว่าการศึกษาทางจิตวิทยาการกีฬาโดยเฉพาะอย่างยิ่ง เกี่ยวกับความวิตกกังวลของนักกีฬา ก่อนการแข่งขันจะทำให้ได้ข้อมูลที่จะประโยชน์ต่อการพัฒนานักกีฬาของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จึงได้ทำการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับความวิตกกังวลของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่เข้าร่วมแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยครั้งที่ 22 ขึ้น

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อทราบความวิตกกังวลของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่เข้าร่วมแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 22 ณ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
2. เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลของนักกีฬาเพศชายและเพศหญิง
3. เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลของนักกีฬาประเภททีมและบุคคล

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

1. ทราบความวิตกกังวลของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่เข้าร่วมแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 22 ณ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
2. ทราบความแตกต่างความวิตกกังวลของนักกีฬาเพศชายและเพศหญิง

3. ทราบความแตกต่างความวิตกกังวลของนักกีฬาประเภททีมและประเภทบุคคล
4. เป็นแนวทางในการปรับปรุงสภาพจิตใจของนักกีฬาต่อไป

ข้อตกลงเบื้องต้น

ผู้วิจัยเชื่อว่าข้อมูลที่ได้จากการตอบแบบทดสอบของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เป็นข้อมูลที่เชื่อถือได้ และตรงกับสภาพความเป็นจริง

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักกีฬาของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่เข้าร่วมแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 22 เป็นนักกีฬาชายจำนวน 94 คน นักกีฬาหญิงจำนวน 54 คน

ตัวแปรที่จะศึกษา

ตัวแปรอิสระ ได้แก่ เพศและประเภทกีฬา

ตัวแปรตาม ได้แก่ ความวิตกกังวลของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 22 พ.ศ. 2537 ณ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

นิยามศัพท์เฉพาะ

กีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย หมายถึงการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยหรือสถาบันอุดมศึกษาในสังกัดทบวงมหาวิทยาลัย ซึ่งเป็นสมาชิกตามข้อบังคับคณะกรรมการกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย พุทธศักราช 2532 ครั้งที่ 22 ในวันที่ 2 - 9 ธันวาคม 2537 ณ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

แบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย หมายถึง แบบทดสอบที่ใช้วัดความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นในสถานการณ์ทั่วไปของบุคคล และจะไม่ทดสอบเจาะจงลงไปในสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่ง หรืออีกนัยหนึ่งคือทดสอบความวิตกกังวลทั่วไปของแต่ละบุคคล

แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ หมายถึง แบบทดสอบที่ใช้วัดความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ตอนที่วัด เป็นการวัดแบบเฉพาะเจาะจง และแบบทดสอบนี้ยังสามารถวัดระดับความวิตกกังวลแต่ละประเภท รวมทั้งความเชื่อมั่นในตนเองของบุคคลในสถานการณ์ด้วย ซึ่งแบบทดสอบนี้จะวัดความวิตกกังวลทางกาย (Somatic Anxiety) ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive Anxiety) และความเชื่อมั่นในตนเอง (Self Confidence)

บทที่ 2

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

จากการศึกษารายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้อง ปรากฏว่ามีงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ซึ่งสรุปได้ดังนี้

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

ประวัติความเป็นมาและสถิติการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย

การแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยเริ่มขึ้นครั้งแรกเมื่อ พ.ศ.2513 ณ มหาวิทยาลัย เชียงใหม่ (ก่อนหน้านั้นมหาวิทยาลัยต่าง ๆ ได้ส่งนักกีฬาเข้าแข่งขันประเภทอุดมศึกษาของสมาคม กีฬาที่จัดขึ้น และนอกจากนั้นก็มีการแข่งขันกีฬา 5 มหาวิทยาลัย) สำหรับระเบียบการแข่งขันที่ใช้ใน ตอนนั้น ก็ได้นำมาจากการแข่งขันของสมาคมกีฬาต่างๆ เป็นหลัก ดังรายละเอียดความเป็นมาต่อไปนี้

ครั้งที่ 1 มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เจ้าภาพจัดขึ้นระหว่าง วันที่ 18 – 25 พฤศจิกายน 2513 มีมหาวิทยาลัยเข้าร่วมการแข่งขัน 11 มหาวิทยาลัย แข่งขัน 12 ชนิดกีฬาโดยมีผลการแข่งขัน 3 อันดับแรกคือ

	ทอง	เงิน	ทองแดง	รวม
1. เกษตรศาสตร์	52	37	25	114
2. ธรรมศาสตร์	26	16	18	60
3. จุฬาลงกรณ์	17	33	33	83

ในปี พ.ศ. 2514 ไม่มีการแข่งขันเนื่องจากปัญหาทางการเมืองและเป็นปีที่ มหาวิทยาลัยรามคำแหงเริ่มเปิดรับนักศึกษา

ครั้งที่ 2 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เจ้าภาพ จัดขึ้นระหว่างวันที่ 9 - 17 ธันวาคม 2515 มีมหาวิทยาลัยเข้าร่วมการแข่งขัน 12 มหาวิทยาลัย แข่งขัน 15 ชนิดกีฬา โดยมีผลการแข่งขัน 3 อันดับแรกคือ

	ทอง	เงิน	ทองแดง	รวม
1. เกษตรศาสตร์	54	31	30	115
2. จุฬาลงกรณ์	28	40	27	95
3. วิทยาลัยวิชาการศึกษา 18		11	22	51
(ศรีนครินทรวิโรฒ)				

ในปีพ.ศ. 2516 ไม่มีการแข่งขันเนื่องจากปัญหาทางการเมือง

ครั้งที่ 3 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ เจ้าภาพ จัดขึ้นระหว่างวันที่ 25 ธันวาคม 2517 – 4 มกราคม 2518 มีมหาวิทยาลัยที่เข้าร่วมการแข่งขัน 12 มหาวิทยาลัย แข่งขัน 13 ชนิดกีฬา การแข่งขันในช่วงนี้อยู่ในระหว่างเทศกาลปีใหม่เนื่องจากพิจารณาเห็นว่าในระหว่างวันปีใหม่มียุคหลายวันทำให้นักกีฬาไม่เสียการเรียนมากนัก และในปีนี้มีมหาวิทยาลัยรามคำแหงได้เริ่มเข้าแข่งขัน โดยมีผลการแข่งขัน 3 อันดับแรกคือ

	ทอง	เงิน	ทองแดง	รวม
1. รามคำแหง	40	27	27	94
2. ศรีนครินทรวิโรฒ	24	20	12	56
3. จุฬาลงกรณ์	22	23	30	75

ครั้งที่ 4 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (พลศึกษา) เจ้าภาพ จัดขึ้นระหว่างวันที่ 24 ธันวาคม 2518 - 4 มกราคม 2519 มีมหาวิทยาลัยที่เข้าร่วมการแข่งขัน 11 มหาวิทยาลัย แข่งขัน 13 ชนิดกีฬา โดยมีผลการแข่งขัน 3 อันดับแรกคือ

	ทอง	เงิน	ทองแดง	รวม
1. รามคำแหง	49	32	19	100
2. ศรีนครินทรวิโรฒ	28	25	20	73
3. ธรรมศาสตร์	14	6	15	35

ครั้งที่ 5 มหาวิทยาลัยในกรุงเทพฯ 8 มหาวิทยาลัยร่วมกันเป็นเจ้าภาพ จัดขึ้นระหว่าง
วันที่ 22 - 28 มกราคม 2520 มีมหาวิทยาลัยเข้าร่วมการแข่งขัน 1 มหาวิทยาลัย แข่งขัน 13 ชนิดกีฬา
แต่เนื่องจากการเป็นเจ้าภาพในการจัดการแข่งขันต้องใช้งบประมาณสูง จึงใช้วิธีให้มหาวิทยาลัยใน
กรุงเทพฯ 8 มหาวิทยาลัยร่วมกันเป็นเจ้าภาพมหาวิทยาลัยละ 1 - 3 ชนิดกีฬา และในปีนี้ คณะกรรมการ
กีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยได้เริ่มเข้ามามีบทบาทในการจัดการแข่งขันได้เริ่มดำเนินการเกี่ยวกับ
ระเบียบการแข่งขันของกีฬาแต่ละชนิดขึ้น นอกจากนั้นสถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้า (ซึ่งตอนนั้น
ยังรวมเป็นสถาบันเดียว) ก็ได้เริ่มเข้าร่วมการแข่งขันเป็นครั้งแรก โดยมีผลการแข่งขัน 3 อันดับแรกคือ

	ทอง	เงิน	ทองแดง	รวม
1. รามคำแหง	42	41	24	107
2. ศรีนครินทรวิโรฒ	30	29	28	83
3. จุฬาลงกรณ์	21	18	23	62

ครั้งที่ 6 มหาวิทยาลัยในกรุงเทพฯ 4 มหาวิทยาลัยร่วมกันเป็นเจ้าภาพ จัดขึ้นระหว่าง
วันที่ 29 ธันวาคม 2521 - 6 มกราคม 2522 มีมหาวิทยาลัยเข้าร่วมการแข่งขัน 13 มหาวิทยาลัย
แข่งขัน 18 ชนิดกีฬา ในปีนี้ ก.ก.ม.ท ได้เพิ่มข้อบังคับในการแข่งขันกีฬาขึ้นอีก โดยใช้ควบคู่ไปกับ
ระเบียบการแข่งขัน และยังเพิ่มชนิดกีฬาที่แข่งขันเป็น 18 ชนิดกีฬานอกจากนั้น ยังเริ่มกำหนดให้
นักกีฬาแต่ละคนมีสิทธิ์เข้าร่วมแข่งขันชิงเหรียญทองได้ไม่เกิน 3 เหรียญทองอีกด้วย โดยมีผลการ
แข่งขัน 3 อันดับแรกคือ

	ทอง	เงิน	ทองแดง	รวม
1. รามคำแหง	45	48	20	113
2. จุฬาลงกรณ์	20	33	42	95
3. เกษตรศาสตร์	20	18	26	64

ครั้งที่ 7 มหาวิทยาลัยกรุงเทพฯ 5 มหาวิทยาลัยร่วมกันเป็นเจ้าภาพ จัดขึ้นระหว่าง
วันที่ 9 - 16 ธันวาคม 2522 มีมหาวิทยาลัยเข้าร่วมการแข่งขัน 13 มหาวิทยาลัย แข่งขัน 19 ประเภท
กีฬา โดยมีผลการแข่งขัน 3 อันดับแรกคือ

	ทอง	เงิน	ทองแดง	รวม
1. รามคำแหง	73	41	37	151
2. จุฬาลงกรณ์	27	27	32	86
3. ศรีนครินทรวิโรฒ	24	34	27	85

ครั้งที่ 8 มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เป็นเจ้าภาพ จัดขึ้นระหว่างวันที่ 25 ตุลาคม -

1 พฤศจิกายน 2523 มีมหาวิทยาลัยเข้าร่วมการแข่งขัน 13 มหาวิทยาลัย แข่งขัน 19 ชนิดกีฬา ในปีนี้
ระเบียบข้อบังคับจัดการแข่งขันในช่วง 2 สัปดาห์สุดท้ายของเดือนตุลาคม ทั้งนี้เพราะมหาวิทยาลัย
ส่วนใหญ่ปิดภาคการศึกษาแรก ในช่วงนี้โดยมีผลการแข่งขัน 3 อันดับแรกคือ

	ทอง	เงิน	ทองแดง	รวม
1. รามคำแหง	42	25	30	97
2. ศรีนครินทรวิโรฒ	35	29	24	88
3. เกษตรศาสตร์	24	30	39	93

ครั้งที่ 9 มหาวิทยาลัยในกรุงเทพฯ 5 มหาวิทยาลัยร่วมกันเป็นเจ้าภาพ จัดขึ้นระหว่าง

วันที่ 24 - 31 ตุลาคม 2524 มีมหาวิทยาลัยที่เข้าร่วมการแข่งขัน 13 มหาวิทยาลัย แข่งขัน 19
ชนิดกีฬา ในปีนี้ข้อบังคับระบุให้นักกีฬาในระดับปริญญาตรีแข่งขันได้ไม่เกิน 5 ครั้ง โดยมีผลการ
แข่งขัน 3 อันดับแรกคือ

	ทอง	เงิน	ทองแดง	รวม
1. รามคำแหง	66	32	36	136
2. เกษตรศาสตร์	29	30	19	78
3. ศรีนครินทรวิโรฒ	25	35	34	94

ครั้งที่ 10 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (วิทยาเขตบางแสน) เจ้าภาพ จัดขึ้น

ระหว่างวันที่ 24 - 31 ตุลาคม 2525 มีมหาวิทยาลัยเข้าร่วมการแข่งขัน 13 มหาวิทยาลัย แข่งขัน
17 ชนิดกีฬา โดยมีผลการแข่งขัน 3 อันดับแรกคือ

	ทอง	เงิน	ทองแดง	รวม
1. รามคำแหง	49	32	27	108
2. ศรีนครินทรวิโรฒ	25	26	26	77
3. เกษตรศาสตร์	19	20	35	74

ครั้งที่ 11 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เป็นเจ้าภาพ จัดขึ้นระหว่างวันที่ 24 - 31 ตุลาคม 2526 มีมหาวิทยาลัยเข้าร่วมการแข่งขัน 13 มหาวิทยาลัย แข่งขัน 18 ชนิดกีฬา (ในการแข่งขันครั้งนี้ มีการตกลงห้ามนักกีฬากรีฑาทีมชาติ เข้าแข่งขันในประเภทที่เป็นทีมชาติอยู่อย่างไม่เป็นทางการ) โดยมีผลการแข่งขัน 3 อันดับแรกคือ

	ทอง	เงิน	ทองแดง	รวม
1. รามคำแหง	65	47	43	155
2. ศรีนครินทรวิโรฒ	39	41	27	107
3. เกษตรศาสตร์	16	21	30	68

ครั้งที่ 12 มหาวิทยาลัยขอนแก่น เป็นเจ้าภาพ จัดขึ้นระหว่างวันที่ 24 - 31 ตุลาคม 2527 มีมหาวิทยาลัยที่เข้าร่วมการแข่งขัน 13 มหาวิทยาลัย แข่งขัน 19 ชนิดกีฬา โดยมีผลการแข่งขัน 3 อันดับแรกคือ

	ทอง	เงิน	ทองแดง	รวม
1. รามคำแหง	55	31	36	122
2. ศรีนครินทรวิโรฒ	40	32	32	110
3. เกษตรศาสตร์	17	32	28	77

ครั้งที่ 13 มหาวิทยาลัยรามคำแหง เป็นเจ้าภาพ จัดขึ้นระหว่างวันที่ 3 - 10 พฤศจิกายน 2528 มีมหาวิทยาลัยเข้าร่วมการแข่งขัน 26 มหาวิทยาลัย แข่งขัน 19 ชนิดกีฬา การแข่งขันครั้งนี้มีการเปลี่ยนแปลงและพัฒนาการครั้งใหญ่โดยเปิดโอกาสให้สถาบันอุดมศึกษาของเอกชน เข้าร่วมในการแข่งขันครั้งนี้ได้ในฐานะผู้รับเชิญและให้นักกีฬาทีมชาติเข้าร่วมการแข่งขันได้โดยไม่มีข้อจำกัด ซึ่งในการแข่งขันมีนักกีฬาเข้าร่วมประมาณ 4,939 คน โดยมีผลการแข่งขัน 3 อันดับแรกคือ

	ทอง	เงิน	ทองแดง	รวม
1. รามคำแหง	84	40	21	145
2. ศรีนครินทรวิโรฒ	25	25	35	85
3. เกษตรศาสตร์	19	30	25	74

ครั้งที่ 14 มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ (วิทยาเขตปัตตานี) เจ้าภาพ จัดขึ้นระหว่างวันที่ 24 - 31 ตุลาคม 2529 มีมหาวิทยาลัยเข้าร่วมการแข่งขัน 27มหาวิทยาลัยแข่งขัน 19 ประเภทกีฬา ในปีนี้เป็นปีที่ ก.ก.ม.ท. มีการพัฒนาปรับปรุงแก้ไขข้อบังคับระเบียบ และการดำเนินการให้เหมาะสม และมีประสิทธิภาพครั้งสำคัญโดยเฉพาะในเรื่องข้อบังคับเกี่ยวกับคุณสมบัตินักกีฬาและผลการศึกษา ซึ่งบังคับให้มีผลการเรียนเพิ่มในปีที่ผ่านมาไม่ต่ำกว่า 9 หน่วยกิต เป็นเหตุให้นักกีฬาหลายสถาบันถูกตัดสิทธิ์และลงโทษในครั้งนี้ หนึ่งในปีนี้สถาบันเทคโนโลยีพระจอมเกล้าได้แยกเป็น 3 มหาวิทยาลัยและจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยก็ได้เป็นผู้ริเริ่มให้มี โครงการพัฒนากีฬาชาติ รับนักกีฬาระดับชาติเข้าศึกษาโดยวิธีพิเศษขึ้นเป็นมหาวิทยาลัยแรกและมีนักกีฬาในโครงการส่วยหนึ่งเข้าร่วมการแข่งขัน โดยมีผล 3 อันดับแรกคือ

	ทอง	เงิน	ทองแดง	รวม
1. รามคำแหง	38	26	27	91
2. ศรีนครินทรวิโรฒ	29	34	34	97
3. เกษตรศาสตร์	26	26	26	76

ครั้งที่ 15 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (วิทยาเขตบางแสน) เจ้าภาพ จัดขึ้นระหว่างวันที่ 25 ตุลาคม - 1 พฤศจิกายน 2530 มีมหาวิทยาลัยเข้าร่วมการแข่งขัน 31 มหาวิทยาลัยแข่งขัน 24 ชนิดกีฬา ในปีนี้ ก.ก.ม.ท. ยังมีการปรับปรุงระเบียบข้อบังคับเพิ่มเติม สำหรับปีนี้มหาวิทยาลัยรามคำแหงได้รับผลกระทบกับจำนวนเหรียญรวม โดยมีผลการแข่งขัน 3 อันดับแรกคือ

	ทอง	เงิน	ทองแดง	รวม
1. รามคำแหง	43	26	27	96
2. จุฬาลงกรณ์	41	34	26	101
3. เกษตรศาสตร์	19	26	29	74

ครั้งที่ 16 มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เจ้าภาพ จัดขึ้นระหว่างวันที่ 17 - 24 ตุลาคม 2531
มีมหาวิทยาลัยเข้าร่วมการแข่งขัน 34 มหาวิทยาลัย แข่งขัน 19 ชนิดกีฬา ในปีนี้ข้อบังคับกำหนดให้นักกีฬาที่จะเข้าร่วมทำการแข่งขันต้องมีผลการเรียนเพิ่มในปีที่ผ่านมาไม่ต่ำกว่า 12 หน่วยกิต และการแข่งขันครั้งนี้ได้เกิดปัญหาในเรื่องคุณสมบัตินักกีฬามวยขึ้นอีก จนทำให้ ก.ก.ม.ท. ต้องนำกลับไปทบทวนปรับปรุงข้อบังคับและระเบียบใหม่อีกครั้งหนึ่ง โดยผลการแข่งขัน 3 อันดับแรกคือ

	ทอง	เงิน	ทองแดง	รวม
1. รามคำแหง	47	30	22	99
2. จุฬาลงกรณ์	42	26	20	188
3. เกษตรศาสตร์	14	20	20	54

ครั้งที่ 17 มหาวิทยาลัยขอนแก่น เจ้าภาพ จัดขึ้นระหว่างวันที่ 20 - 27 ตุลาคม 2532
มีมหาวิทยาลัยเข้าร่วมแข่งขัน 33 มหาวิทยาลัย แข่งขัน 19 ประเภทกีฬา ในปีนี้ ข้อบังคับเปิดโอกาสให้มหาวิทยาลัยเอกชนสามารถสมัครเข้าเป็นสมาชิก ก.ก.ม.ท. ได้ จึงทำให้ต้องมีการแข่งขันรอบคัดเลือกในกีฬาบางชนิด และกำหนดให้นักกีฬาที่จะเข้าร่วมการแข่งขัน จะต้องมีผลการเรียนเพิ่มในปีที่ผ่านมาไม่ต่ำกว่า 18 หน่วยกิต สำหรับกีฬามวย นักกีฬาจะต้องมีคุณสมบัติพิเศษคือ ต้องผ่านการศึกษามีผลทางการเรียนมาแล้ว 1 ปี นอกจากนั้น ยังกำหนดให้นักกีฬาทีมชาติลงทำการแข่งขันในกีฬาประเภททีมได้ โดยมีการจำกัดจำนวนไว้ในระเบียบอีกด้วย โดยมีผลการแข่งขัน 3 อันดับแรกคือ

	ทอง	เงิน	ทองแดง	รวม
1. จุฬาลงกรณ์	43	37	29	109
2. เกษตรศาสตร์	28	27	25	80
3. รามคำแหง	24	29	25	78

ครั้งที่ 18 มหาวิทยาลัยรามคำแหง เจ้าภาพ จัดขึ้นระหว่างวันที่ 23 - 30 พฤศจิกายน 2533 มีมหาวิทยาลัยเข้าร่วมการแข่งขัน 34 มหาวิทยาลัย แข่งขัน 20 ชนิดกีฬา โดยมีผลการแข่งขัน 3 อันดับแรกคือ

	ทอง	เงิน	ทองแดง	รวม
1. จุฬาลงกรณ์	30	28	31	96
2. รามคำแหง	31	28	21	80
3. เกษตรศาสตร์	30	29	28	87

ครั้งที่ 19 มหาวิทยาลัยมหิดล เป็นเจ้าภาพ จัดขึ้นระหว่างวันที่ 8 - 15 มกราคม 2535 มีมหาวิทยาลัยเข้าร่วมแข่งขัน 36 มหาวิทยาลัย แข่งขัน 22 ประเภทกีฬา กีฬาในปิ่นทาง ก.ก.ม.ท. ได้ประกาศเพิ่มชนิดกีฬาที่แข่งขันเพิ่มขึ้นอีก 2 ประเภทกีฬา คือ กีฬากอล์ฟและกีฬาโบว์ลิ่ง โดยมีผลการแข่งขัน 3 อันดับแรกคือ

	ทอง	เงิน	ทองแดง	รวม
1. จุฬาลงกรณ์	44	28	24	96
2. รามคำแหง	25	37	41	103
3. กรุงเทพ	24	9	19	52

ครั้งที่ 20 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เจ้าภาพ จัดขึ้นระหว่างวันที่ 8 - 15 มกราคม 2536 มีมหาวิทยาลัยเข้าร่วมการแข่งขัน 36 มหาวิทยาลัย แข่งขัน 22 ชนิดกีฬา

	ทอง	เงิน	ทองแดง	รวม
1. จุฬาลงกรณ์	44	25	32	101
2. รามคำแหง	30	29	26	85
3. กรุงเทพ	16	12	17	45

ครั้งที่ 21 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย เป็นเจ้าภาพ จัดขึ้นระหว่างวันที่ 19 - 26 พฤศจิกายน 2536 มีมหาวิทยาลัยเข้าร่วมการแข่งขัน 39 มหาวิทยาลัย แข่งขัน 23 ชนิดกีฬา

	ทอง	เงิน	ทองแดง	รวม
1. เกษตรศาสตร์	37	25	37	99
2. จุฬาลงกรณ์	36	36	25	97
3. ศรีปทุม	15	9	5	29

ครั้งที่ 22 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ เป็นเจ้าภาพ จัดขึ้นระหว่างวันที่ 2 - 9 ธันวาคม 2537 มีมหาวิทยาลัยเข้าร่วมการแข่งขัน 37 มหาวิทยาลัย แข่งขัน 23 ชนิดกีฬา

	ทอง	เงิน	ทองแดง	รวม
1. จุฬาลงกรณ์	43	31	26	100
2. เกษตรศาสตร์	37	33	39	109
3. รามคำแหง	21	20	22	63

ความเครียดกับการกีฬา

ความเครียด คือการตอบสนองร่างกายต่อสิ่งเร้าหรือความจน ในกรณีที่เกิดขึ้นต่อบุคคลหนึ่ง ความเครียดจะทำให้เกิดความวิตกกังวลและทำให้แสดงความสามารถในการกีฬาตกลงก็ต่อเมื่อนักกีฬาตีค่าตีความหมายหรือเชื่อว่าเขาไม่สามารถฝ่าฟันอุปสรรคหรือสิ่งเร้านั้นได้ ความเครียดสามารถทำให้เกิดได้ทั้งผลบวกและผลลบต่อการแสดงความสามารถ ความเครียดในระดับที่ไม่สูงจนเกินไปนักจะทำให้เกิดการแสดงความสามารถดี ความเครียดชนิดนี้เรียกว่า อุตสเตรค (Eustress) แต่ถ้ามากเกินไปหรือไม่มีความเครียดเลยก็จะทำให้ระดับความสามารถลดลงกว่าที่เคยเป็นซึ่งเรียกความเครียดประเภทนี้ว่า ดิสเตรค (Distress)

การปลุกใจหรือความตื่นตัว คือความรู้สึกอันเกิดจากการทำงานของร่างกายในอันที่จะเตรียมพร้อมที่จะรับมือ หรือเผชิญหน้ากับสถานการณ์ต่าง ๆ ความตื่นตัวมีหลายระดับ ตั้งแต่หลับสนิทจนเป็นความตื่นตัวที่น้อยที่สุด ไปถึงความตื่นเต้นหรือตกใจอย่างมากอัน เป็นระดับการตื่นตัวสูงสุดเช่นเดียวกับความเครียด ความตื่นตัวจะต้องอยู่ในระดับพอดีในการที่จะแสดงความสามารถให้สูงสุด ถ้ามีระดับการตื่นตัวที่น้อยไปหรือระดับการตื่นตัวที่มากเกินไปแล้ว การแสดงความสามารถก็จะลดน้อยถอยลง ระดับความตื่นตัวนี้คล้ายคลึงกับระดับความเครียดคือ ถ้ามีน้อยเกินไปจะทำให้เกิดความเบื่อหน่าย และถ้ามีมากเกินไปจะก่อให้เกิดความวิตกกังวลได้ ในการแข่งขันกีฬาย่อมเป็นหน้าที่ของโค้ชและนักกีฬาที่จะจัดการให้ระดับการตื่นตัว และความเครียดอยู่ในระดับที่พอเหมาะต่อการแสดงความสามารถ

ความวิตกกังวล เป็นความรู้สึกที่เกิดจากความกลัวและความตึงเครียดเพราะเกิดจากความตึงเครียดมากเกินไป ความวิตกกังวลยังสามารถเกิดขึ้นมาจากประสบการณ์ที่ผ่านมาและสภาพอารมณ์ในขณะนั้นด้วยเช่นกัน ความวิตกกังวลนี้จะเป็นผลลบต่อการแสดงความสามารถทางการกีฬาเสมอ ถ้าวิตกกังวลน้อยก็มีผลลบน้อยหากวิตกกังวลมากก็เกิดผลลบมาก

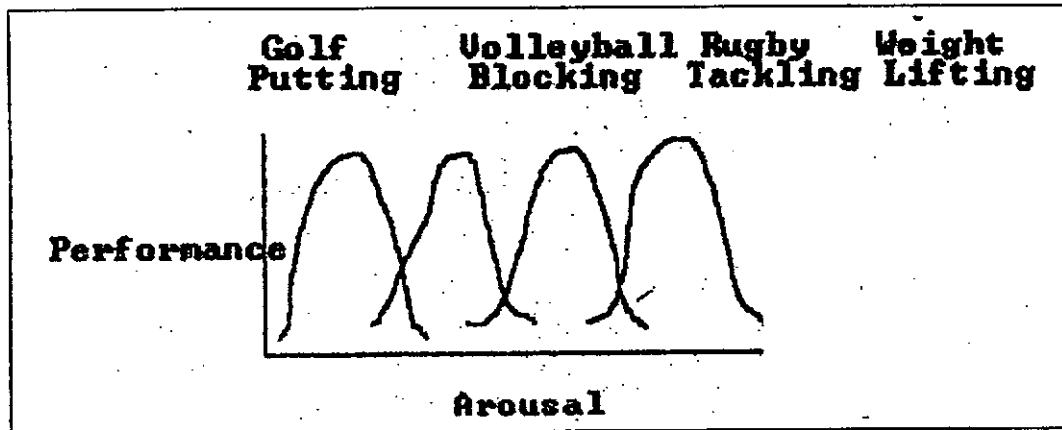
ความสัมพันธ์ของการปลูกใจหรือระดับความตื่นตัวกับการแสดงความสามารถในการกีฬา

ดังที่กล่าวมาแล้วว่าการแสดงความสามารถทางการกีฬานั้น ถ้ามีระดับการแสดงความสามารถที่ดีที่สุดก็จำเป็นอย่างยี่งที่นักกีฬาจะต้องมีระดับการตื่นตัวในระดับพอดี การที่เราจำกัดความของคำว่า “พอดี” ในที่นี้เป็นเรื่องยาก เพราะความพอดีของแต่ละบุคคลก็แตกต่างกันไป และความพอดีของกีฬาแต่ละประเภทก็ไม่เท่ากันอีกด้วย รวมทั้งสาเหตุที่ว่าเรื่องระดับการตื่นตัวนั้นเป็นเรื่องที่มองไม่เห็น จำต้องไม่ได้หรืออีกนัยหนึ่งก็คือเป็นเรื่องนามธรรมนั่นเอง จึงเป็นการยากสำหรับโค้ชและนักกีฬาจะหาระดับการตื่นตัวที่ “พอดี” สำหรับการแข่งขัน สำหรับโค้ชแล้ว การหาความพอดีสำหรับนักกีฬาของตนนั้น ปัจจัยประการแรกคือเรื่องของบุคลิกภาพ นิสัยใจคอของนักกีฬาคนนั้นจะต้องถูกนำมาพิจารณาประกอบกับปัจจัยที่สองคือ ลักษณะธรรมชาติของกีฬาประเภทที่นักกีฬาเล่นอยู่ นักกีฬาแต่ละคนจะมีคุณสมบัติที่ไม่แตกต่างกัน บางคนตื่นเต้นง่าย บางคนตื่นเต้นยาก นักกีฬาบางคนต้องการสิ่งเร้าหรือระดับการตื่นเต้นมากในการแข่งขัน ในขณะที่นักกีฬาบางคนต้องการสิ่งเร้าหรือระดับความตื่นเต้นน้อยกว่า ลักษณะตามธรรมชาติของประเภทกีฬาก็เช่นเดียวกัน กีฬาบางชนิดต้องมีระดับการตื่นตัวมากจึงจะเล่นได้ดี ในขณะที่กีฬาบางชนิดต้องมึระดับความตื่นเต้นน้อยกว่า เป็นต้น

ปัจจัยข้อแรก คือเรื่องของบุคลิกภาพและนิสัยใจคอของนักกีฬานั้น ก็เป็นเรื่องที่โค้ชจะคอยสังเกต ดูแลเอาใจใส่นักกีฬาของตนเองอยู่เสมอจึงจะสามารถเข้าใจได้อย่างถ่องแท้ การที่จะเรียนรู้บุคลิกภาพของนักกีฬาโค้ชจำเป็นต้องมีความสนิทสนมและให้ความรักกับนักกีฬา เพื่อให้เกิดความสัมพันธ์อันดีระหว่างกันเสียก่อน รวมทั้งโค้ชต้องหมั่นศึกษาพฤติกรรมต่าง ๆ ของนักกีฬาอย่างใกล้ชิด มีการทดสอบบุคลิกภาพของนักกีฬาด้วยวิธีการต่าง ๆ จึงจะรู้ได้ว่านักกีฬาแต่ละคนต้องการระดับการตื่นตัวระดับไหนในการแข่งขัน วิธีการสังเกตพฤติกรรมและการทดสอบด้วยแบบทดสอบต่าง ๆ

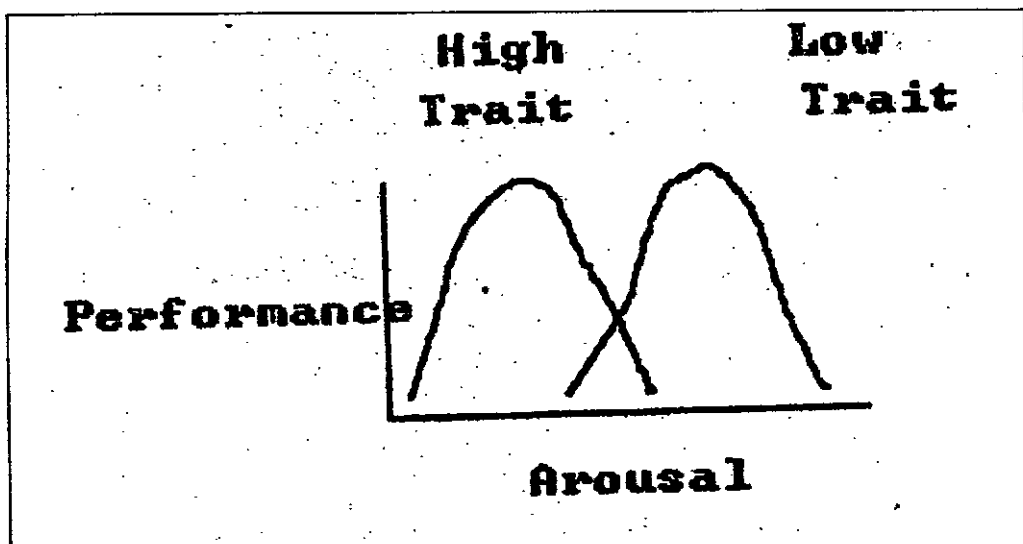
ปัจจัยข้อที่สอง คือเรื่องลักษณะตามธรรมชาติของประเภทกีฬา ก็เป็นเรื่องสำคัญที่จะต้องนำมาพิจารณาประกอบปัจจัยข้อแรก กีฬาแต่ละประเภทย่อมมีข้อแตกต่างกันตามธรรมชาติ บางประเภทต้องการใช้ระดับการตื่นตัวมาก ๆ บางประเภทต้องใช้ระดับการตื่นตัวน้อย ๆ โดยทั่วไปแล้วกีฬาที่ต้องใช้ความละเอียดอ่อนใช้กล้ามเนื้อมัดเล็ก ใช้ความปราณีตแม่นยำ หรือใช้ความสัมพันธ์ระหว่างประสาทกับกล้ามเนื้อต้องการระดับการตื่นตัวน้อยกว่ากีฬาที่ใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่ใช้กำลัง ใช้ความเร็วหรือกีฬาที่ใช้ทักษะหยาบกว่า ตัวอย่างเช่น ถ้าเราเปรียบเทียบระดับการตื่นตัวที่เหมาะสมสำหรับทักษะกีฬาสองประเภทคือ ฟุตบอลและการเทคเลิในเกอรั๊กบี้ จะพบว่า การฟัทบอลใช้ระดับการตื่นตัวที่น้อยกว่าการเทคเลิรักบี้มาก เพราะการฟัทบอลต้องใช้กล้ามเนื้อมัดเล็ก ใช้ความแม่นยำ ลักษณะความสัมพันธ์ระหว่างประสาทกับกล้ามเนื้อสูง และต้องใช้ความตั้งใจหรือสมาธิมาก

ในขณะที่เทคเคิลนั้นใช้กล้ามเนื้อใหญ่ ใช้ ความเร็วและกำลัง ความสัมพันธ์ระหว่างประเภทของกีฬากับระดับความตื่นตัวเป็นดังนี้



ภาพที่ 1 ความสัมพันธ์ระหว่างประเภทของกีฬากับระดับของความตื่นตัว

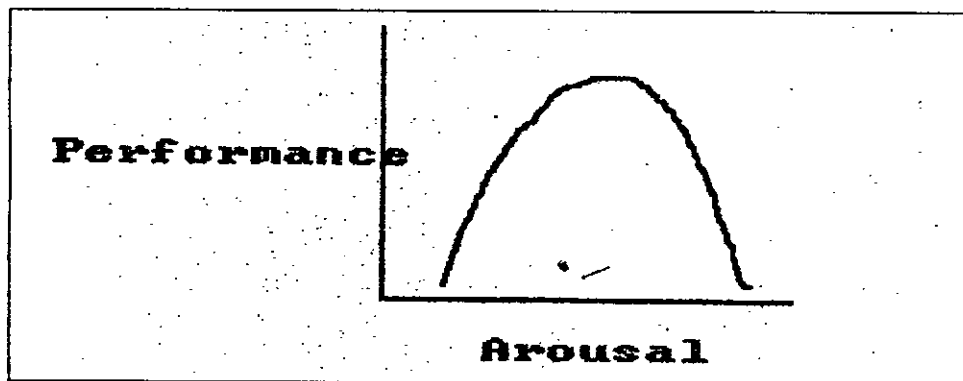
สำหรับการพิจารณาความตื่นตัวที่เหมาะสมนั้น จำเป็นต้องพิจารณาถึงปัจจัยทั้งสองอย่างประกอบกันไป โดยทั่วไปนักยกน้ำหนักย่อมต้องการการตื่นตัวมากกว่า นักกอล์ฟในการแสดงความสามารถให้ดี แต่สำหรับนักกีฬาประเภทเดียวกัน แต่ละบุคคลต้องการระดับการตื่นตัวที่แตกต่างกันไปอีก นักกอล์ฟคนที่มีบุคลิกการตื่นตัวได้ยากต้องใช้ระดับการตื่นตัวมากกว่านักกอล์ฟที่มีลักษณะตื่นตัวได้ง่ายๆ เช่นเดียวกันกับนักกีฬายกน้ำหนัก ถึงแม้จะเป็นกีฬาที่ต้องการความตื่นตัวสูง แต่นักยกน้ำหนักที่ตื่นตัวได้ง่ายก็ต้องการระดับความตื่นตัวที่น้อยกว่านักยกน้ำหนักที่ตื่นตัวได้ยากเช่นกัน ในการพิจารณาระดับความตื่นตัวที่เหมาะสม จึงต้องพิจารณาประกอบกันทั้งสองประการ



ภาพที่ 2 แสดงความแตกต่างของแต่ละบุคคลในกีฬาประเภทเดียวกัน

สมมุติฐานอักษรยูคว่า

สมมุติฐานอักษรยูคว่านี้ ได้ถูกนำมาใช้ในการศึกษาเรื่องของระดับความตื่นตัว ความวิตกกังวล ความเครียดที่มีต่อการแสดงความสามารถของนักกีฬาในปัจจุบัน ในอดีตนั้น เรื่องความสัมพันธ์ระหว่างระดับความตื่นตัวกับการแสดงความสามารถได้ถูกเชื่อมกันตามทฤษฎีแรงขับ (Drive Theory) ซึ่งกล่าวว่า ยิ่งเพิ่มระดับความตื่นตัวมากเท่าไร ระดับการแสดงความสามารถก็จะยิ่งสูงมากเท่านั้น ซึ่งภายหลังเมื่อมีการศึกษาค้นคว้ากันต่อมาจึงเป็นที่ทราบกันว่า ทฤษฎีแรงขับมีข้อบกพร่องอยู่หลายประการและทฤษฎีตัวยูคว่าจึงถูกนำมาใช้มากกว่า สำหรับตัวทฤษฎียูคว่านี้ ได้กล่าวไว้ว่า เมื่อเพิ่มระดับความตื่นตัวจากจุดต่ำสุด ระดับการแสดงความสามารถก็จะเพิ่มขึ้นเป็นเงาตามตัวจนกระทั่งถึงจุดหนึ่ง ถ้าเพิ่มระดับการตื่นตัวมากเกินไปกว่าจุดนี้แล้วระดับการตื่นตัวก็จะลดลงเรื่อย ๆ



ภาพที่3 สมมุติฐานยูคว่า

การวัดความวิตกกังวล

ความวิตกกังวลนั้นมีการวัดหลายอย่างหลายประการด้วยกัน อาจใช้วัดทางกายภาพซึ่งต้องใช้เครื่องมือต่าง ๆ มาช่วย เช่น การวัดอัตราการเต้นของหัวใจ การวัดความดันโลหิต การวัดกระแสไฟฟ้าบนผิวหนังและกล้ามเนื้อ หรือการวัดทางเคมีชีวภาพ เช่น การวัดระดับน้ำตาลในเม็ดเลือด เป็นต้น อย่างไรก็ตามการวัดโดยใช้เครื่องมือต่าง ๆ เหล่านี้ไม่ใช่วิธีวัดที่สะดวก และไม่สามารถนำมาใช้ได้ในขณะที่ทำการแข่งขันจริง นอกจากนั้นกระบวนการต่าง ๆ ในการวัดเหล่านี้ ยังทำให้ผู้วัดเกิดความเครียดหรือความวิตกกังวลมากขึ้นกว่าเดิมอีกด้วย นอกจากการวัดทางกายภาพโดยใช้เครื่องมือแล้ว อีกวิธีหนึ่งที่ค่อนข้างเหมาะสมกว่าคือการสังเกตอาการต่างๆของนักกีฬา หนึ่งการสังเกตจะสามารถบอกได้ว่านักกีฬามีความวิตกกังวลมากน้อยอย่างไรได้อย่างคร่าว ๆ ไม่สามารถเจาะลึกลงไปได้อย่างละเอียดเท่าไรนัก การสังเกตอาการต่าง ๆ นั้นสามารถที่จะสังเกตได้ทั้งอาการทางกาย อาการทางจิตใจ และการแสดงออกทางพฤติกรรม

อาการทางกายที่เกิดขึ้นจากความวิตกกังวล

1. เพิ่มระดับการเต้นของหัวใจ
2. เพิ่มความดันโลหิต
3. เหงื่อออกมากกว่าปกติ
4. เพิ่มความถี่ของคลื่นสมอง
5. เพิ่มอัตราไหลเวียนของโลหิต
6. ลดจำนวนเลือดที่มาเลี้ยงผิวหนัง
7. เกิดความตึงตัวของกล้ามเนื้อมากกว่าปกติ
8. เพิ่มอัตราการใช้ออกซิเจน
9. เพิ่มระดับน้ำตาลในเลือด
10. ปากแห้ง
11. ปัสสาวะบ่อย
12. เพิ่มการหลั่งสารอดีนาลีน

อาการทางจิตใจของความวิตกกังวล

1. คิดมาก
2. รู้สึกไม่สบาย
3. ไม่สามารถตัดสินใจได้ดังปกติ
4. สับสนวุ่นวาย
5. ขาดสมาธิ
6. ไม่สามารถตั้งใจจดจ่อกับเป้าหมาย ขาดความสนใจ
7. ไม่สามารถควบคุมตนเองได้ดังปกติ
8. ความสนใจแคบลง

ลักษณะพฤติกรรมของความวิตกกังวล

1. พุดเร็วกว่าเดิม
2. กัดเล็บ
3. เคาะเท้า

4. บิดกล้ามเนื้อ
5. หาวบ่อย
6. กระพริบตาบ่อย
7. มีอาการสั่น
8. เสียงไม่เหมือนเดิม

อาการต่างๆ เหล่านี้ช่วยต่อการสังเกต โค้ชสามารถสังเกตนักกีฬาของตนเองว่ามีความวิตกกังวลมากน้อยเพียงใดจากอาการดังกล่าว ซึ่งจะเป็นประโยชน์มากในการจัดการความวิตกกังวล หรือความเครียดในการกีฬาให้แก่ นักกีฬาของตน (พิชิต เมืองนาโพธิ์. 2526 :1 - 6) นอกเหนือจากความวิตกกังวลสองแบบที่กล่าวมาแล้วนั้น ยังมีวิธีการวัดอีกวิธีการหนึ่งที่เป็นที่นิยมแพร่หลายไปทั่วโลก นั่นคือการวัดความวิตกกังวลโดยการให้แบบทดสอบ แบบทดสอบที่ใช้วัดความวิตกกังวลนั้นมีหลายแบบทดสอบด้วยกัน แต่แบบที่ใช้โดยตรงกับนักกีฬาในปัจจุบันมีเพียงสองชนิด นั่นคือ แบบทดสอบวัดความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (Sport Competition Anxiety Test) หรือที่นิยมเรียกกันว่า สเครท (SCAT) (Martens.1982 : 89 - 99) และแบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (Competitive Sport Anxiety Inventory - 2) หรือที่นิยมเรียกกันว่า ซีเอสเอไอทู (CSAI - 2) (Martens.1982 : 89 - 99) แบบทดสอบทั้งสองแบบนี้ถูกสร้างโดย ดร.มาร์เติล เรนเนอร์ (Dr. Martens Rainers.) นักจิตวิทยาการกีฬาที่มีชื่อเสียงที่สุดในโลกคนหนึ่ง

แบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย

แบบทดสอบนี้จะวัดความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นจากสถานการณ์ต่างๆไปของบุคคล จะไม่ทดสอบเฉพาะเจาะจงลงไปสถานการณ์ใดสถานการณ์หนึ่งหรืออีกนัยหนึ่งก็คือทดสอบความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นโดยทั่วไปของแต่ละคนนั่นเอง แบบทดสอบสเครท นี้ประกอบด้วยคำถาม 15 ข้อ คำตอบจะไม่มีถูกหรือผิดแต่จะตอบถึงความถี่หรือความบ่อยของอาการที่เกิดขึ้นเนื่องมาจากความวิตกกังวล คำตอบของแบบทดสอบนี้ให้เป็นเลือกข้อ A B หรือ C สำหรับการวิเคราะห์ตีความแบบทดสอบนี้จะต้องนำคำตอบออกมารวมคะแนนกันก่อนโดยมีการให้คะแนนดังนี้

ข้อที่ 1 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

จากนั้นให้รวมคะแนนซึ่งระดับคะแนนจะอยู่ระหว่าง 10 ถึง 30 ยิ่งคะแนนมากเท่าไร ก็หมายถึงคนนั้นเป็นคนที่มีความวิตกกังวลหรือเป็นคนที่ตื่นเต้นง่ายกว่าคนที่ได้คะแนนน้อย ระดับของความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยตามคะแนน สะเครท (SCAT) จะเป็นดังนี้

คะแนน 10 - 15	ความวิตกกังวลน้อย ตื่นเต้นยาก
คะแนน 16 - 23	ความวิตกกังวลปานกลาง
คะแนน 24 - 30	ความวิตกกังวลสูง ตื่นเต้นง่าย

แบบทดสอบความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์

แบบทดสอบนี้จะวัดความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ตอนที่วัด เป็นการวัดแบบเฉพาะเจาะจง แบบทดสอบนี้ยังสามารถวัดระดับความวิตกกังวลแต่ละประเภทรวมทั้งความเชื่อมั่นในตนเองของบุคคลในสถานการณ์ด้วย แบบทดสอบนี้จะวัดความวิตกกังวลทางกาย (Somatic Anxiety) ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive Anxiety) และความเชื่อมั่นในตนเอง (Self Confidence) โดยนำคะแนนที่ได้มาแยกวิเคราะห์ทีละส่วน แบบทดสอบนี้ประกอบไปด้วยคำถาม 27 ข้อ ข้อที่ 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22 และ 25 จะเป็นข้อวัดความวิตกกังวลทางจิตใจ (Cognitive Anxiety) ข้อที่ 2, 5, 8, 11, 17, 20, 23 และ 26 จะเป็นข้อที่วัดความวิตกกังวลทางกาย (Somatic Anxiety) และข้อที่ 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, และ 27 จะเป็นข้อที่ใช้วัดความเชื่อมั่นในตนเอง (Self Confidence) คำตอบของแบบทดสอบนี้จะเป็นการตอบตามความรู้สึกว่าเห็นด้วยกับคำถามหรือไม่ คะแนนจะออกมาเป็นระดับตั้งแต่ 1 ถึง 4 การให้คะแนนก็จะให้ตามหมายเลขที่เลือก ยกเว้นเพียงข้อ 14 เท่านั้นที่คะแนนจะกลับกัน นั่นคือถ้าเลือกข้อ 1 จะได้ 4 คะแนน เลือกข้อ 2 ได้ 3 คะแนน เลือกข้อ 3 ได้ 2 คะแนน และเลือกข้อ 4 ได้ 1 คะแนน เมื่อรวมคะแนนออกมาแล้ว ระดับคะแนนจะอยู่ระหว่าง 9 ถึง 36 ในแต่ละหัวข้อชนิดของความวิตกกังวล ถ้าคะแนนมากก็หมายความว่ามีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์สูงถ้าคะแนนน้อยก็หมายถึงมีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์น้อยนั่นเอง ระดับของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ตามคะแนนของ ซีเอสไอเอไอทู (CSAI - 2) จะเป็นดังนี้

คะแนน 9 - 18	ระดับความวิตกกังวล ความตื่นเต้นต่ำ
คะแนน 18 - 27	ระดับความวิตกกังวล ความตื่นเต้นปานกลาง
คะแนน 27 - 36	ระดับความวิตกกังวล ความตื่นเต้นสูง

การวิจัยในต่างประเทศ

แวกแมน (Wagman. 1993 : 1000) ได้ทำการวิจัยเรื่องความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬา และศักยภาพทางการกีฬา : เมต้า อนาไลซิส จุดมุ่งหมายในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้เป็นการศึกษา เมต้าอนาไลซิส เพื่อทำการสำรวจรวมทั้งหมดของความสัมพันธ์ระหว่าง ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาวัดโดยใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและศักยภาพทางการกีฬา ในส่วนที่เพิ่มเติมสิ่งที่แตกต่างกันหลายลักษณะของความแปรปรวน ความเชื่อในการประยุกต์ดัดแปลงสิ่งที่เป็นไปได้ในความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาและความสัมพันธ์ระหว่างศักยภาพทางการกีฬา (เช่น เพศ ความสามารถ อายุ ประเภทของการกีฬา) จึงทำการทดสอบ 21 คนโดยสมัครใจ 14 คน มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เป็นตัวจำแนกแยกแยะของการพบกันเป็นรายชื่อ ตามข้อกำหนดกฎเกณฑ์เป็นเครื่องบังคับ สำหรับการประสมประสานในการทดลองในครั้งนี้สถิติค่าความแปรปรวนในบรรทัดฐานภายใน เมต้า อนาไลซิส จะยินยอมในคำสั่งของข้อมูลปกติ น้ำหนักของข้อมูลการประสมประสานกันของตัวแปรของสหสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติภายใต้เรื่องที่กำลังพิจารณาอยู่นี้ และโดยเสมอเหมือนกันทั้งหมด ผลชี้ว่าการศึกษานาคัดของการประสมตัวแปรสูงตัวแปรนี้ส่งให้ศึกษาหลายลักษณะ ของการผสมผสานจะเป็นเรื่องที่ควรพิจารณาถึง ดังนั้นจึงเป็นผลสรุปว่า ความวิตกกังวลของการแข่งขันกีฬาและศักยภาพทางการกีฬามีความสัมพันธ์กันในระดับปานกลางโดยลักษณะต่างๆ จะสำรวจไว้ในการศึกษาครั้งนี้

นีอะแมน (Neaman.1994 : 216) ได้ทำการวิจัยเรื่องความวิตกกังวลที่กลับมาอย่างที่เดิมและการส่งเสริมศักยภาพให้สูงขึ้นสำหรับนักกีฬาที่เข้าแข่งขันกีฬายิมนาสติก จุดมุ่งหมายของการศึกษาในครั้งนี้ เพื่อทำการเปรียบเทียบเทคนิคการผ่อนคลายและ Visuo motor behavioral rehearsal เพื่อการตัดสินใจโดยให้ผลที่มากกว่า การพิจารณา ความมั่นใจในการให้สิ่งเทียมความมั่นใจ (เป็นการให้สารที่ไม่มีฤทธิ์ยาหลอกแก่คนไข้ที่ได้รับยานั้น) เพื่อลดความวิตกกังวลให้น้อยลงและทำให้ศักยภาพนักกีฬายิมนาสติกหญิงในการแข่งขัน อายุ 9 - 16 ปี ในระดับ 5 มี 9 วิธีการ กลุ่มทดลองที่นำไปทดลองเป็นนักยิมนาสติกหญิง 50 คน อายุ 9 - 16 ปี ผู้ซึ่งเข้าร่วมการแข่งขันยิมนาสติกหญิงของแคว้น ระดับ 5 - 9 ใช้การประเมินผลด้วยตนเองในการให้ก่อนให้สิ่งเทียมความมั่นใจและหลังการให้สิ่งเทียมความมั่นใจ แบบทดสอบนี้ใช้ประเมินความวิตกกังวลก่อนการแข่งขัน คะแนนของแบบทดสอบนี้ กรรมการเตรียมไว้เพื่อแยกแยะข้อมูลทางสถิติที่จะประเมินศักยภาพ ผลการทดลอง สมมุติฐานที่ 1 ดัชนีจะชี้ถึงความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลของนักกีฬายิมนาสติกและศักยภาพของตัวเอง จะเป็นการสนับสนุน การหาค่าสหสัมพันธ์ทางสถิติจะมีค่าความแตกต่างทางนัยสำคัญทางสถิติ สมมุติฐานที่ 2 จะให้ทำการฝึกการผ่อนคลายจะส่งผลให้ระดับของความวิตกกังวลและศักยภาพของนักยิมนาสติกดีขึ้น และจะสนับสนุนผลการแข่งขันทั้งหมดโดยเฉพาะศักยภาพ

ของโค้งตัวยูคว่า สมมุติฐานที่ 3 โดยการใช้ดัชนีของ Visuo motor behavioral rehearsal (VMBR) การฝึกจะมีระดับมากกว่าในศักยภาพของนักกีฬาอิมานาสติกและลดความวิตกกังวลมากกว่าการผ่อนคลายด้วยตนเอง หรือการให้สิ่งเพิ่มความมั่นใจจะส่งผลโดยตรง อย่างไรก็ตามกลุ่มตัวอย่างที่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ สมมุติฐานที่ 4 การให้สิ่งเพิ่มความมั่นใจ จะแสดงส่วนประกอบเล็กน้อยในการเพิ่มขึ้นในศักยภาพและลดลงในความวิตกกังวล ไม่สนับสนุนกลุ่มตัวอย่างที่ไม่ได้รับเทคนิคการผ่อนคลายหรือ (VMBR) จะลดลงของระดับความวิตกกังวลต่ำกว่ากลุ่มตัวอย่างซึ่งได้รับสิ่งเพิ่มความมั่นใจ ข้อมูลที่ได้การแนะนำจะมีคะแนนต่ำกว่าในด้านสหสัมพันธ์ทางสถิติ ด้านความวิตกกังวลสูงกว่าศักยภาพของคะแนนทั้งหมด

ดิกเค้นท์ (Dickens. 1994 : 786) ได้วิจัยเรื่องผลการฝึกการจัดการความเครียดบนระดับความวิตกกังวลของนักกีฬาวอลเลย์บอลและศักยภาพของนักกีฬา การศึกษาในครั้งนี้เป็นผลมาจากการฝึกการจัดการกับความเครียด (Stress Management Training : SMT) ของศักยภาพนักกีฬาและระดับความวิตกกังวลโดยให้ผู้เล่นนักกีฬาวอลเลย์บอลระดับแข่งขันในมหาวิทยาลัยรีจินา จุดมุ่งหมายในการศึกษาในครั้งนี้ เพื่อศึกษาผลการจัดการความเครียดบนความแตกต่างกัน 2 อย่าง คือประการแรก ศักยภาพของนักกีฬาวัดโดยจำนวนการเสิร์ฟที่ประสบผลสำเร็จ ระหว่างการแข่งขัน ประการที่สอง ความวิตกกังวลก่อนการแข่งขันวัดโดย ใช้แบบทดสอบวัดความวิตกกังวลอันเป็นนิลย (SCAT) ให้ผู้ เล่น 30 ครั้งต่อเวลาที่เวลาของเกมส์การเล่น การฝึกการจัดการความเครียดผล และวิธีการจะใช้การศึกษาค้นคว้านี้เป็นเบื้องต้นของ เทคนิคการผ่อนคลายแบบประยุกต์ ซึ่งดัดแปลงมาจากของจาโคบสัน (1930) และนำมาดัดแปลงใช้ กับนักกีฬาโดย ทัสโกและโทชิ (1976) กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในครั้งนี้ทั้งสิ้น 18 คนประกอบด้วยหญิง 10 คนและชาย 8 คน เป็นนักกีฬาวอลเลย์บอลที่เข้าแข่งขันใน เดอะเกรสแพนเอทแลนติกคอนเฟอเรนซ์ลีก นักกีฬาอายุ 18 - 25 ปี ประสบการณ์การเล่น 1 - 5 ปี ในเกมส์การแข่งขันระดับมหาวิทยาลัย กลุ่มตัวอย่างได้มาจากการสุ่มแบ่งออกเป็นกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลองฝึก 7 ชั่วโมงครั้งต่อสัปดาห์ต่อการฝึกการผ่อนคลายความเครียดใน 2 สัปดาห์ข้อมูลคัดเลือกมา 3 ครั้ง คือ ครั้งที่ 1 ก่อนการทดสอบ ครั้งที่ 2 ระหว่างหลังจากการทดสอบครั้งที่ 1 (Post 1) ครั้งที่ 3 1 สัปดาห์ก่อนการทดสอบ หลังการทดสอบครั้งที่ 2 ทำการวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ยของการทดสอบค่าทีและค่ามาโนวาแบบหมุนเกลียว 2X3 ผลการทดลองพบว่า การฝึกเทคนิคการผ่อนคลายความเครียด ไม่แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สถานการณ์ตามความเป็นจริงของศักยภาพ และผลความวิตกกังวลในขณะแข่งขันไม่ได้มีการเปลี่ยนแปลง คำนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

โทลเคส (Tholkes. 1994 : 1100) วิจัยเรื่องความวิตกกังวลและอัตราการเสี่ยงที่คาดไม่ถึงถึงภายนอก : การศึกษาความวิตกกังวลซึ่งขึ้นอยู่กับสถานการณ์และศักยภาพในการประกอบกิจกรรม จุดประสงค์ในการศึกษาในครั้งนี้ เพื่อที่จะทำการทดสอบความสัมพันธ์กันระหว่าง ความวิตกกังวล

ซึ่งขึ้นอยู่กับสถานการณ์ และศักยภาพในอัตราการเสี่ยงของกิจกรรมที่คาดไม่ถึงถึงภายนอก ความสูงของแนวทางปฏิบัติที่เชื่อมโยงกัน มี 2 ทฤษฎีที่เกี่ยวกับการทดสอบการตัดสินใจในประเภทของความเกี่ยวข้องกัน ในปัจจุบันของได้อักษรยอว่าและความวิตกกังวลในหลายมิติ ผลที่เป็นพื้นฐานของการวิจัยนำไปใช้ใน มาคาโต สเตรท ยูนิเวอร์ซิตี ในแนวทางทฤษฎีที่เชื่อมโยงกันสูงระหว่างการศึกษากลุ่มตัวอย่าง 217 คน ใช้รายการทดสอบความวิตกกังวล ซึ่งขึ้นอยู่กับสถานการณ์ของสปีดเบรเกอร์และสังเกตการณ์มีแนวทางในการปฏิบัติเชื่อมโยงกันสูงบุคคลที่เป็นผลผลิต มีลักษณะมีนัยสำคัญทางสถิติของสหสัมพันธ์ และมีการถดถอยในการถดถอยแบบหลายขั้นตอนจะมีผลต่อการทดสอบความสัมพันธ์ ระหว่างความแปรปรวนของศักยภาพ ความวิตกกังวลในสถานการณ์ อายุ เพศ ชาติพันธุ์ ประสบการณ์ก่อนการทดลองและประสิทธิผลในตนเอง ความแปรปรวน 2 อย่างได้แก่ ศักยภาพและเพศ แสดงส่วนประกอบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติมีความสัมพันธ์กัน ความวิตกกังวลในสถานการณ์และศักยภาพอย่างมีจุดมุ่งหมายโดยมีทฤษฎีความวิตกกังวลในหลายมิติ ทฤษฎี 2 อย่างที่ เกี่ยวข้องกับการทดสอบคือ ทฤษฎีของเอสเตอร์บร็อค (Easterbrook's cue utilization theory) การทดสอบนัยสำคัญทางสถิติ มีความสามารถในการรับรู้ข้อมูลและ ทฤษฎีของแบนดูรา (Bandura's theory) จะเกี่ยวกับทฤษฎีการเรียนรู้เกี่ยวกับการสังเกต

วิลสัน (Wilson. 1994 : 905) วิจัยเรื่องผลของความวิตกกังวลของการเข้ามีส่วนร่วมในการกีฬาของคนหนุ่มสาวตามการกระทำของ อายุ เพศ และความแตกต่างของประสบการณ์ (ทฤษฎีขอบเขตที่เหมาะสมที่สุดของการกระทำ) เป็นสิ่งโดยทั่วไปจะมีความเชื่อเกี่ยวกับ กฎของความวิตกกังวลของนักกีฬาในศักยภาพในนักกีฬา ในทัศนวิสัยดังกล่าวนี้ที่เป็นอยู่คือ เป็นความจริงเฉพาะในพื้นที่ของนักกีฬาหนุ่มสาวที่เข้ามีส่วนร่วมในการเล่นกีฬา ความวิตกกังวลจะสามารถสังเกตเห็น รู้สึกที่จะเป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดความเสียหายเป็นอันตรายต่อศักยภาพทางการกีฬา ดังนั้น ข้อตกลงเบื้องต้นที่เป็นฐานอยู่บนหลักการเบื้องต้นของสมมุติฐานอักษรยอว่า ที่เป็นตัวชี้ถึงความวิตกกังวลในระดับสูงจะเป็นอันตรายต่อศักยภาพทางการกีฬา อย่างไรก็ตามสิ่งที่ยังคงอยู่ในงานวิจัยยังไม่สามารถทำให้แจ่มชัดในการสนับสนุนความวิตกกังวลดังกล่าว มีจุดมุ่งหมายบนรูปแบบจำลองของสิ่งที่เลือกต่อไปยังกฎของความวิตกกังวลและสนับสนุนศักยภาพทางการกีฬาเรียกว่า " ทฤษฎีขอบเขตที่เหมาะสมที่สุดของการกระทำ (ZOF) " ซึ่งจะมีเนื้อหาเกี่ยวกับระดับเปอร์เซ็นต์ที่ถาวรของการทำให้บรรลุความสำเร็จของนักกีฬาได้เป็นอย่างดี ความวิตกกังวลสูงและมีการสนับสนุนอย่างชัดเจนในความเชื่อของหนุ่มสาวและนักกีฬาในวัยผู้ใหญ่ ข้อความของจุดมุ่งหมายจะเกี่ยวกับนักกีฬาที่ก่อนจะถึงวัยหนุ่มสาว อย่างไรก็ตามสิ่งที่ยังคงเป็นจุดอ่อนอยู่ ปัญหาของการสืบสวนก่อนที่จะตัดสินใจไปถึง ทฤษฎี ขอบเขตที่เหมาะสมที่สุดของการกระทำ จะต้องใช้เครื่องมือเหล่านี้กับนักกีฬาหนุ่มสาว ซึ่งประกอบด้วยเด็ก ๆ 40 คน เด็กผู้ชาย 20 คน ผู้ใหญ่ 20 คน ซึ่งมีส่วนร่วมในการแข่งขันโปรแกรมการแข่งขันในฤดูร้อน

เป็นการประเมินระหว่างอันดับของการพบกัน 6 ครั้ง แบ่งออกเป็นแต่ละประเภท ในกลุ่มระยะเริ่มแรก จำนวน 16 คน อายุ 9 - 10 ปี และจำนวน 24 คน อายุ 11 - 12 ปี ข้อตกลงเบื้องต้นที่เป็นพื้นฐานของความวิตกกังวลในสถานการณ์ และความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยสามารถกระทำในสัปดาห์แรกของการฝึกหัด และก่อนการแข่งขันที่ได้จัดและดำเนินการเอาไว้เป็นการเข้ามามีส่วนร่วม ระดับความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ของเด็ก ๆ ในสเกล 6 ชั้นของลิกเกอร์ มาทำการวัดการจัดระดับของบุคคลในการสนทนากันที่พบกันมีความแตกต่างกันอย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติ ไม่พบในความวิตกกังวลอันเป็นพื้นฐานสำหรับอายุหรือ เพศ นักกีฬาทั้งหมดแสดงความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อเปรียบเทียบความยากง่าย แม้กระนั้นก็มีรายงานผลของประสบการณ์ระดับแตกต่างกันของความสนทนากันสำหรับความหนักของเปอร์เซ็นต์ที่ถาวร (26% ของนักกีฬาหนุ่มสาวทั้งหมด) ในรายงานที่ดีที่สุด เมื่อมีความวิตกกังวลในระดับสูง และไม่ได้เป็นการบันทึกในระดับบุคคลที่สนทนากัน ผลของการศึกษาในครั้งนี้จะเป็นตัวชี้ถึงทฤษฎีของขอบเขตที่เหมาะสมที่สุดของการกระทำเพื่อประยุกต์ให้เด็ก ๆ ที่อายุน้อยได้ดีขึ้น

เพอร์รีอาร์ท (Perreault. 1994 : 1511) ได้ทดสอบทฤษฎีความวิตกกังวลในหลายมิติของนักกีฬาบาสเกตบอล การศึกษาครั้งนี้แบ่งแยกการศึกษาออกเป็น 2 ประเภท เพื่อทำการทดสอบคำทำนายของทฤษฎีความวิตกกังวลในหลายมิติของนักกีฬาบาสเกตบอล จุดประสงค์อันดับที่ 2 เพื่อศึกษาการทดสอบผลการกระทำของการแบ่งแยกหน้าที่ออกเป็นแต่ละประเภทบนความวิตกกังวลทางด้านจิตใจ ความวิตกกังวลทางด้านกายและความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาวิลแชร์บาสเกตบอล ในการทดลองที่ 1 นักกีฬาบาสเกตบอล 20 คน เตรียมพร้อมในการทดสอบความวิตกกังวลในสถานการณ์ ของการแข่งขันกีฬา ระหว่าง 9 ลีคของเกมส์การเล่น การทดลองที่ 2 นักกีฬาวิลแชร์ทีมชาติจำนวน 31 คน ทดสอบความวิตกกังวลในสถานการณ์ของการแข่งขันกีฬาใน 3 ทัวร์นาเม้นต์ของการแข่งขัน ผลที่ได้นำมาวิเคราะห์ซึ่งใช้วิธีพิจารณาผลผลิตระหว่างบุคคลโดยซอนสตรอม เบอร์นาโดและโพลีโนมินอล ทัส อนุโลซิส มีการวิเคราะห์ที่ จะแยกออกไปจากกันที่หลายแบบ ใช้ในการทดลองครั้งนี้ เพื่อเป็นตัวชี้ถึงทฤษฎีขอบเขตที่เหมาะสมที่สุดของการกระทำ ไม่มีแนวโน้มระหว่าง ความวิตกกังวลทางด้านจิตใจ ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเองของศักยภาพของนักกีฬาบาสเกตบอลใน 2 กลุ่มที่ทำการทดลอง ผลชี้ว่าไม่มีค่าทางนัยสำคัญทางสถิติที่แตกต่างกัน ระหว่างความวิตกกังวลทางจิตใจ ความวิตกกังวลทางกายและความเชื่อมั่นในตนเอง ซึ่งเป็นบทสรุปของการกระทำของการจัดลำดับชั้นของนักกีฬาวิลแชร์บาสเกตบอล

การวิจัยในประเทศไทย

จันทร์พิมพ์ พลพงษ์ (2528 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเปรียบเทียบความวิตกกังวลระหว่าง นักกีฬาประเภททีมที่มีการปะทะกับนักกีฬาประเภททีมที่ไม่มีการปะทะ ก่อนการแข่งขันและหลังการแข่งขันในรอบแรก รอบที่สอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักบาสเกตบอลหญิงและนักกีฬาวอลเลย์บอล พบว่าความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ระหว่างนักกีฬาที่มีการปะทะกับนักกีฬาประเภททีมที่ไม่มีการปะทะ ก่อนการแข่งขันและหลังการแข่งขัน ในรอบแรก มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนรอบที่สอง รอบรองชนะเลิศและรอบชิงชนะเลิศ ความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ไม่แตกต่างกัน ความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์คู่ชิงชนะเลิศ ก่อนการแข่งขันและหลังการแข่งขันของนักกีฬาประเภททีมที่มีการปะทะในรอบแรก รอบรองชนะเลิศและนักกีฬาประเภททีมที่ไม่มีการปะทะในรอบชิงชนะเลิศ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนในรอบอื่นมีความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ไม่แตกต่างกัน ความวิตกกังวลเฉพาะบุคคลของนักกีฬาทั้งสองประเภท ก่อนการแข่งขันและหลังการแข่งขันมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนความวิตกกังวลเฉพาะบุคคลของกลุ่มนักกีฬาทั้งสองประเภทก่อนการแข่งขันมีความวิตกกังวลเฉพาะบุคคลไม่แตกต่างกัน

ประเวศ ปิยะธำรงการันต์ (2531 :1) ได้ทำการวิจัยเรื่องผลการฝึกแอโรบิคด้านซิทที่มีต่อสมรรถภาพทางกาย คัดสรรและความวิตกกังวลแบบสเตทในนักศึกษาหญิง กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตอาสาสมัครที่พักอยู่หอพักหญิงจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ชั้นปีที่ 1 - 5 อายุ 18 - 23 ปี ซึ่งมีได้ออกกำลังกายเป็นประจำจำนวน 29 คน ตัวแปรด้านสมรรถภาพทางกาย คัดสรรประกอบด้วย น้ำหนักของร่างกาย อัตราการเต้นของหัวใจขณะพัก ความดันโลหิตขณะที่หัวใจบีบตัวและคลายตัว เปอร์เซนต์ไขมันของร่างกายซึ่งใช้วิธีวัดไขมันใต้ผิวหนัง ส่วนการวัดความวิตกกังวล ใช้แบบสเตทใช้แลสสปีดเบอร์เกอร์ การฝึกแอโรบิคดานซ์จะฝึกเป็นเวลา 3 สัปดาห์ ทุละ 1 ชั่วโมง หลังจากสิ้นสุดโปรแกรมการฝึกทำการทดสอบสมรรถภาพทางกายและวัดความวิตกกังวลแบบสเตทอีกครั้ง ผลการวิจัยพบว่า

1. ค่าเฉลี่ยน้ำหนักของร่างกาย อัตราการเต้นของหัวใจขณะพัก ความดันโลหิตขณะหัวใจบีบตัว และเปอร์เซนต์ไขมันในร่างกายทั้งก่อนและหลังการฝึกแอโรบิคดานซ์มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 แต่พบว่า ความดันโลหิตและหัวใจคลายตัวทั้งก่อนและหลังการฝึกแอโรบิคดานซ์ ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

2. ค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลแบบสเตททั้งก่อนและหลังการฝึกแอโรบิคดานซ์ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

ธงชัย สุขดี (2531 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเปรียบเทียบความวิตกกังวลของนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีมและประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว ก่อนการแข่งขันในนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาชายประเภทบุคคล ประเภททีมและประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว โดยใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลลักษณะโดยทั่วไปของบุคคล (General Trait Scale) ของ ซี.เอฟ. สปิเกลเบอร์เกอร์ (C.F. Spielberger) อาร์.แอล. กอร์ซุช (R. L. Gorsuch) และอาร์ลูชัน (R. L. Lushene) และทดสอบความวิตกกังวลเพื่อการแข่งขันกีฬา (Sport Competition Anxiety test) ของอี.จี.มาร์เตนส์ (E.G.Martens) พบว่า ความวิตกกังวลทั่วไปของนักกีฬาประเภทบุคคลและประเภททีมก่อนการแข่งขันแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนนักกีฬาประเภทการต่อสู้ป้องกันตัวไม่แตกต่างกัน และความวิตกกังวลลักษณะทั่วไประหว่างนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีมและประเภทการต่อสู้ป้องกันตัวก่อนการแข่งขันก็ไม่แตกต่างกัน ความวิตกกังวลเพื่อการแข่งขันของกีฬาของนักกรีฑาและนักกีฬามวยสากล ระหว่างก่อนการแข่งขันนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนนักกีฬาสเกตบอล ฟุตบอล ว่ายน้ำและยูโด ไม่แตกต่างกัน ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาระหว่าง นักกีฬาสเกตบอลกับนักกีฬาฟุตบอล และระหว่างนักกีฬามวยสากลกับนักยูโด ก่อนการแข่งขันในรอบชิงชนะเลิศแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนนักกีฬาว่ายน้ำกับนักกรีฑามีความวิตกกังวล ในการแข่งขันกีฬาก่อนการแข่งขันในนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศไม่แตกต่างกัน ระหว่างนักกีฬาสเกตบอลกับนักกีฬาฟุตบอลและระหว่างนักกีฬามวยสากลกับนักกีฬายูโด มีความวิตกกังวลในการแข่งขันในนัดแรกไม่แตกต่างกัน ความวิตกกังวลเพื่อการแข่งขันกีฬาระหว่างนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีมและประเภทการต่อสู้ป้องกันตัวก่อนการแข่งขันในนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศไม่แตกต่างกัน

เกษม มีสง่า. (2532 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาวิจัยผลการใช้ตัวแบบเพื่อลดความวิตกกังวลให้แก่ผู้เริ่มเรียนว่ายน้ำต่อความสามารถในการว่ายน้ำ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้เป็นอาสาสมัครที่เริ่มเรียนว่ายน้ำ กลุ่มทดลองได้ชมเทปบันทึกภาพของตัวแบบ ระยะเวลาการทดลองรวม สัปดาห์ พบว่าความวิตกกังวลของ ผู้เริ่มเรียนว่ายน้ำของกลุ่มทดลองในระยะก่อนการทดลองและหลังสัปดาห์ที่ 1, 2, 3 และ 4 แตกต่างกัน ความวิตกกังวลของผู้เริ่มเรียนว่ายน้ำ ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะก่อนการทดลองและหลังสัปดาห์ที่ 1,2 3 และ 4 แตกต่างกัน กลุ่มทดลองสามารถลดความวิตกกังวลหลังสัปดาห์ที่ 1,2,3 และ 4 ส่งผลต่อการลดความวิตกกังวลแตกต่างกัน ผลของวิธีลดความวิตกกังวลและระยะเวลาในการทดลองมีปฏิสัมพันธ์กัน ความสามารถในการว่ายน้ำของกลุ่มทดลองหลังสัปดาห์ที่ 4 ไม่แตกต่างกัน

พิรยทุธ เจริญวราณะ (2532 : 44 - 47) ได้ทำการวิจัยเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลกับความสามารถของนักกีฬาวิ่งปืนในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยครั้งที่ 17 เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของความวิตกกังวลกับความสามารถในการแข่งขันกีฬายิงปืน กลุ่มตัวอย่างประชากรเป็นนักกีฬาชายและหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยครั้งที่ 17 ณ มหาวิทยาลัยขอนแก่น จำนวน 120 คน ใช้แบบวัดความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬา SCAT (Sport Competition Anxiety Test) ของมาร์เทนส์ (Martens) ผลการวิจัยพบว่า

1. ระดับความวิตกกังวลของนักกีฬาวิ่งปืนในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 17 โดยเฉลี่ยอยู่ในระดับสูงคือ มีค่าเท่ากับ 21.03
2. ระดับความวิตกกังวลไม่มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการยิงปืนอย่าง มีนัยสำคัญมีระดับ .05

นพพร เล้าเรื่องศิลป์ชัย (2533 : 1) ได้ทำการวิจัยเรื่องการศึกษาความวิตกกังวลในการแข่งขัน ของกีฬาฟิการที่เข้าแข่งขันกีฬาคนพิการแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 12 ประจำปี พ.ศ. 2533 ซึ่งมีกลุ่มตัวอย่างที่ได้จากการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจงเลือกโดยจงใจจำนวน 359 คน ใช้วัดความวิตกกังวล ในการแข่งขันกีฬาของมาร์เทนส์เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผลการวิจัยพบว่า

1. ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาฟิการอยู่ในระดับปานกลาง
2. ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาฟิการทางด้านร่างกายแตกต่างกับนักกีฬาฟิการทางด้าน การได้ยินและนักกีฬาฟิการทางด้านสายตา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาฟิการทุกประเภท เพศชายน้อยกว่า เพศหญิง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
4. ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาฟิการทางด้าน การได้ยินและนักกีฬาฟิการทางด้านสายตา เพศชายน้อยกว่าเพศหญิง ยกเว้นความวิตกกังวลของนักกีฬาฟิการทางด้านร่างกาย เพศชายมากกว่าเพศหญิงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
5. ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาฟิการเพศชาย นักกีฬาฟิการทางด้านร่างกายกับนักกีฬาฟิการทางด้านได้ยิน และนักกีฬาฟิการเพศหญิงทุกคู่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

6. ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาฟิการ กลุ่มอายุ 5 - 9 ปี แตกต่างกับกลุ่มกีฬาฟิการกลุ่มอายุ 15 - 19 ปี และ 20 ปีขึ้นไปอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ชนะชัย วัฒนไชย (2536 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยความสัมพันธ์และเปรียบเทียบความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์และเฉพาะบุคคลของนักกรีฑาที่เข้าร่วมการแข่งขันปรีซีเกมส์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกรีฑาตัวแทนทีมชาติจำนวน 32 คน คือกลุ่มที่มีประสบการณ์ในการแข่งขัน 1 - 5 ปี จำนวน 15 คน และกลุ่มที่มีประสบการณ์ในการแข่งขันมากกว่า 5 ปีขึ้นไป จำนวน 17 คน ใช้ แบบ

ทดสอบความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ เอส ซี เอ ที (SCAT) ของ อี.จี. มาร์เตนส์ (E. Martens) และแบบทดสอบความวิตกกังวลเฉพาะบุคคล เอส ที เอ ไอ (STAI) ของ ซี.เอส.สปิลเบอร์เกอร์ (C.F. Spielberger) ปรากฏว่าระดับความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ของนักกรีฑาตัวแทนทีมชาติอยู่ในระดับปานกลาง และความวิตกกังวลเฉพาะบุคคลของนักกรีฑาตัวแทนทีมชาติอยู่ในระดับต่ำ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ระหว่างความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์และเฉพาะบุคคลของนักกรีฑาตัวแทนทีมชาติไทยไม่มีความสัมพันธ์กัน ผลการเปรียบเทียบความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ และความวิตกกังวลเฉพาะบุคคลของนักกรีฑาตัวแทนทีมชาติที่มีประสบการณ์ในการแข่งขันต่างกัน ระหว่าง 1 - 5 ปี มากกว่า 5 ปีขึ้นไป ไม่แตกต่างกัน

บทที่ 3

วิธีการดำเนินการศึกษาค้นคว้า

แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ได้แก่นักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่เข้าร่วมแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยครั้งที่ 22 วันที่ 2 - 9 ธันวาคม 2537 ณ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ เป็นนักกีฬาจำนวนทั้งสิ้น 149 คน เป็นนักกีฬาชายจำนวน 95 คน และนักกีฬาหญิงจำนวน 54 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลในครั้งนี้ ใช้ แบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (Sport Competition Anxiety test - : SCAT) และแบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (Competitive Sport Anxiety Inventory - 2 : CSAI - 2) ทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่เข้าแข่งขันในกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยครั้งที่ 22 วันที่ 2 - 9 ธันวาคม 2537 ณ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ซึ่งแบบทดสอบแบ่งออกได้ดังนี้

1. แบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย
2. แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ซึ่งประกอบด้วยการวัดความวิตกกังวล 3 ประเภทดังนี้
 - 2.1 ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive Anxiety)
 - 2.2 ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic Anxiety)
 - 2.3 ความเชื่อมั่นในตนเอง (Self - Confidence)

วิธีดำเนินการรวบรวมข้อมูล

1. ทำหนังสือพร้อมแบบทดสอบไปยังนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. ชี้แจงรายละเอียดกับผู้ช่วยในการเก็บรวบรวมข้อมูล
3. ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ณ สถานที่เก็บตัวนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (สนามกีฬาแห่งชาติ)

วิธีการจัดกระทำกับข้อมูล

1. นำข้อมูลที่ได้มาหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. นำข้อมูลที่ได้มาทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติที เพื่อทราบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (Sport Competition Anxiety test - : SCAT) ดังต่อไปนี้
 - 2.1 ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยโดยใช้ สถิติที จำแนกตามประเภททีมและประเภทบุคคล
 - 2.2 ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยโดยใช้ สถิติที จำแนกตามเพศชายและเพศหญิง
 - 2.3 ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยโดยใช้ สถิติที ในประเภททีมโดยจำแนกตามเพศชายและเพศหญิง
 - 2.4 ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยโดยใช้ สถิติที ในประเภทบุคคลโดยจำแนกตามเพศชายและเพศหญิง
 - 2.5 ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยโดยใช้ สถิติที ในนักกีฬาชายจำแนกตามประเภททีมและประเภทบุคคล
 - 2.6 ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยโดยใช้ สถิติที ในนักกีฬาหญิงจำแนกตามประเภททีมและ ประเภทบุคคล
3. นำข้อมูลที่ได้มาทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติทีเพื่อทราบ ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (Competitive Sport Anxiety Inventory - 2 : CSAI - 2) ทั้ง 3 ด้านได้แก่ ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive Anxiety) ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic Anxiety) และ ความเชื่อมั่นในตนเอง (Self - Confidence)

3.1 ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ย โดยใช้สถิติทีในด้านความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกายและความเชื่อมั่นในตนเอง จำแนกตามประเภททีมกับประเภทบุคคล

3.2 ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้ สถิติที ในด้าน ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกายและความเชื่อมั่นในตนเอง จำแนกตาม เพศชายกับเพศหญิง

3.3 ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้ สถิติที ในด้าน ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกายและความเชื่อมั่นในตนเอง ในประเภททีม จำแนกตามเพศชายกับเพศหญิง

3.4 ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้ สถิติที ในด้าน ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกายและความเชื่อมั่นในตนเอง ในประเภทบุคคล จำแนกตามเพศชายกับเพศหญิง

3.5 ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้ สถิติที ในด้าน ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกายและความเชื่อมั่นในตนเอง ในนักกีฬาชาย จำแนกตามประเภททีมกับประเภทบุคคล

3.6 ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้ สถิติที ในด้าน ความวิตกกังวลทางจิต ทางจิต ความวิตกกังวลทางกายและความเชื่อมั่นในตนเอง ในนักกีฬาหญิง จำแนกตามประเภททีม กับประเภทบุคคล

บทที่ 4
ผลการวิเคราะห์ข้อมูลศึกษาค้นคว้า

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

$\bar{X}$	แทน	ค่าเฉลี่ยของคะแนน
S.D.	แทน	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
t	แทน	การทดสอบค่าเฉลี่ย

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. นำข้อมูลที่ได้มาหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. นำข้อมูลที่ได้มาทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติที เพื่อทราบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (Sport Competition Anxiety test - : SCAT) ดังต่อไปนี้
 - 2.1 ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยโดยใช้ สถิติที จำแนกตามประเภททีมและประเภทบุคคล
 - 2.2 ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยโดยใช้ สถิติที จำแนกตามเพศชายและเพศหญิง
 - 2.3 ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยโดยใช้ สถิติที ในประเภททีมโดยจำแนกตามเพศชายและเพศหญิง
 - 2.4 ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยโดยใช้ สถิติที ในประเภทบุคคลโดยจำแนกตามเพศชายและเพศหญิง
 - 2.5 ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยโดยใช้ สถิติที ในนักกีฬาชายจำแนกตามประเภททีมและประเภทบุคคล
 - 2.6 ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยโดยใช้ สถิติที ในนักกีฬาหญิงจำแนกตามประเภททีมและ ประเภทบุคคล
3. นำข้อมูลที่ได้มาทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติที เพื่อทราบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (Competitive Sport Anxiety Inventory - 2 : CSAI - 2) ทั้ง 3 ด้านได้แก่ ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive Anxiety) ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic Anxiety) และ ความเชื่อมั่นในตนเอง (Self - Confidence)

3.1 ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้ สถิติที ในด้านความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกายและ ความเชื่อมั่นในตนเอง จำแนกตาม ประเภททีมกับประเภทบุคคล

3.2 ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้ สถิติที ในด้านความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกายและความเชื่อมั่นในตนเอง จำแนกตาม เพศชายกับเพศหญิง

3.3 ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้ สถิติที ในด้านความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกายและ ความเชื่อมั่นในตนเอง ในประเภททีม จำแนกตามเพศชายกับเพศหญิง

3.4 ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้ สถิติที ในด้านความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกายและความเชื่อมั่นในตนเอง ในประเภทบุคคล จำแนกตามเพศชายกับเพศหญิง

3.5 ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้ สถิติที ในด้านความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกายและ ความเชื่อมั่นในตนเอง ในนักกีฬาชาย จำแนกตามประเภททีมกับประเภทบุคคล

3.6 ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้ สถิติที ในด้านความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกายและ ความเชื่อมั่นในตนเอง ในนักกีฬาหญิง จำแนกตามประเภททีมกับประเภทบุคคล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. นำข้อมูลที่ได้มาหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน นำมาทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติที เพื่อทราบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (Sport Competition Anxiety test : SCAT) ของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ตาราง 1 แสดงการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเพื่อ
ทราบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (Sport Competition Anxiety test - : SCAT) ของนัก
กีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

การทดสอบ	ประเภททีม		ประเภทบุคคล		ค่าที
	$\overline{X}$	S.D.	$\overline{X}$	S.D.	
1.จำแนกตามประเภททีม และประเภทบุคคล	16.53	4.07	18.41	4.20	2.73 **
	ชาย		หญิง		ค่าที
	$\overline{X}$	S.D.	$\overline{X}$	S.D.	t
2.จำแนกตามเพศชายกับเพศหญิง	17.11	4.31	18.50	3.98	1.97
	ประเภททีมจำแนกตามเพศชาย		ประเภททีมจำแนกตามเพศหญิง		ค่าที
	$\overline{X}$	S.D.	$\overline{X}$	S.D.	t
3.ประเภททีมจำแนกตามเพศชาย และเพศหญิง	15.66	3.87	19.50	3.36	3.62 **
	ประเภทบุคคลจำแนก ตามเพศชาย		ประเภทบุคคลจำแนก ตามเพศหญิง		ค่าที
	$\overline{X}$	S.D.	$\overline{X}$	S.D.	t
4.ประเภทบุคคลจำแนกตามเพศชาย และเพศหญิง	18.63	4.26	18.15	4.17	0.25
	นักกีฬาชายจำแนก ตามประเภททีม		นักกีฬาชายจำแนก ตามประเภทบุคคล		ค่าที
	$\overline{X}$	S.D.	$\overline{X}$	S.D.	t
5.นักกีฬาชายจำแนกตามประเภททีม และประเภทบุคคล	15.66	3.87	18.63	4.26	3.52 **
	นักกีฬาหญิงจำแนก ตามประเภททีม		นักกีฬาหญิงจำแนก ตามประเภทบุคคล		ค่าที
	$\overline{X}$	S.D.	$\overline{X}$	S.D.	t
6.นักกีฬาหญิงจำแนกตามประเภททีม และประเภทบุคคล	19.50	3.36	18.15	4.17	1.20

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 1 แสดงให้เห็นว่าค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เมื่อจำแนกตามประเภททีมและประเภทบุคคล ในประเภททีมชาย จำแนกตามเพศชายและเพศหญิง ในนักกีฬาชายจำแนกตามประเภททีมและประเภทบุคคล แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ส่วนในการจำแนกตามเพศชายและเพศหญิง ในประเภทบุคคลจำแนกตามเพศชายและเพศหญิง รวมทั้งนักกีฬาหญิงจำแนกตามประเภททีมและประเภทบุคคล ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

ตาราง 2 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (Sport Competition Anxiety test - : SCAT) ในประเภททีมและประเภทบุคคลของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประเภท	ประเภททีม		ประเภทบุคคล	
เพศ	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
ชาย	15.66	3.87	18.63	4.26
หญิง	19.50	3.36	18.15	4.17
รวม	16.53	4.07	18.41	4.20

จากตาราง 2 แสดงว่า ในเพศชายจำแนกตามประเภททีมมีค่าเฉลี่ย 15.66 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.87 ในเพศชายจำแนกตามประเภทบุคคลมีค่าเฉลี่ย 18.63 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.26

ในเพศหญิงจำแนกตามประเภททีมมีค่าเฉลี่ย 19.50 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.36 ในเพศหญิงจำแนกตามประเภทบุคคลมีค่าเฉลี่ย 18.15 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.17

ในประเภททีมโดยรวมมีค่าเฉลี่ย 16.53 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.07 ในประเภทบุคคลมีค่าเฉลี่ย 18.41 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.20

ตาราง 3 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของทราบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (Sport Competition Anxiety test - : SCAT) เพศชายและเพศหญิงของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

เพศ	เพศชาย		เพศหญิง	
ประเภท	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
ทีม	15.66	3.87	19.50	3.36
บุคคล	18.63	4.26	18.15	4.17
รวม	17.11	4.31	18.50	3.98

จากตาราง 3 แสดงว่าค่าเฉลี่ยประเภททีมจำแนกตาม เพศชายมีค่าเฉลี่ย 15.66 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.87 ประเภททีมจำแนกตาม เพศหญิงมีค่าเฉลี่ย 19.50 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.36

ค่าเฉลี่ยประเภทบุคคลจำแนกตาม เพศชายมีค่าเฉลี่ย 18.63 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.26 ประเภทบุคคลจำแนกตาม เพศหญิงมีค่าเฉลี่ย 18.15 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.17

ค่าเฉลี่ยรวมจำแนกตาม เพศชายมีค่าเฉลี่ย 17.11 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.31 ค่าเฉลี่ยรวมจำแนกตามเพศหญิงมีค่าเฉลี่ย 18.50 ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 3.98

2. นำข้อมูลที่ได้มาหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน นำมาทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติ เพื่อทราบ ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (Competitive Sport Anxiety Inventory - 2 : CSAI - 2) ของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive Anxiety) ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic Anxiety) และ ความเชื่อมั่นในตนเอง (Self - Confidence)

ตาราง 4 แสดงการทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเพื่อทราบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (Competitive Sport Anxiety Inventory - 2 : CSAI - 2) ของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive Anxiety) ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic Anxiety) และ ความเชื่อมั่นในตนเอง (Self - Confidence) ของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

การทดสอบ	ทางจิต				t	ทางกาย				T	ความเชื่อมั่นในตนเอง				t
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
	ทีม		บุคคล			ทีม		บุคคล			ทีม		บุคคล		
1.จำแนกตามประเภททีมกับประเภทบุคคล	19.09	6.11	19.44	5.09	0.37	17.12	4.84	18.32	5.52	1.4	26.45	4.11	24.28	4.46	3.04 **
การทดสอบ	ทางจิต				t	ทางกาย				t	ความเชื่อมั่นในตนเอง				t
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
	ชาย		หญิง			ชาย		หญิง			ชาย		หญิง		
2.จำแนกตามเพศชายกับเพศหญิง	19.15	5.08	19.54	6.29	0.38	17.38	4.69	18.6	6.11	1.26	25.85	4.5	24.03	4.1	2.48 **
การทดสอบ	ทางจิต				t	ทางกาย				t	ความเชื่อมั่นในตนเอง				t
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
	ทีมเพศชาย		ทีมเพศหญิง			ทีมเพศชาย		ทีมเพศหญิง			ทีมเพศชาย		ทีมเพศหญิง		
3.ประเภททีมจำแนกตามเพศชายและเพศหญิง	18.93	5.45	19.64	8.22	0.3	16.54	4.47	19.14	5.64	1.59	27.22	4.12	23.78	28.33	3.57 **
การทดสอบ	ทางจิต				t	ทางกาย				t	ความเชื่อมั่นในตนเอง				t
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
	บุคคลเพศชาย		บุคคลเพศหญิง			บุคคลเพศชาย		บุคคลเพศหญิง			บุคคลเพศชาย		บุคคลเพศหญิง		
4.ประเภทบุคคลจำแนกตามเพศชายและเพศหญิง	19.39	4.71	19.51	5.57	0.11	18.26	4.8	18.41	6.33	0.12	24.41	4.47	24.12	4.5	0.29
การทดสอบ	ทางจิต				t	ทางกาย				t	ความเชื่อมั่นในตนเอง				t
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
	เพศชายประเภททีม		เพศชายประเภทบุคคล			เพศชายประเภททีม		เพศชายประเภทบุคคล			เพศชายประเภททีม		เพศชายประเภทบุคคล		
5.นักกีฬาชายจำแนกตามประเภททีมและประเภทบุคคล	18.93	5.45	19.39	4.71	0.43	16.54	4.47	18.26	4.8	1.79	27.22	4.12	24.41	4.47	3.17**

การทดสอบ	ทางจิต				t	ทางกาย				t	ความเชื่อมั่นในตนเอง				t
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	
	เพศหญิง ประเภททีม		เพศหญิงประเภท บุคคล			เพศหญิง ประเภททีม		เพศหญิงประเภท บุคคล			เพศหญิง ประเภททีม		เพศหญิงประเภท บุคคล		
6. นักกีฬาหญิง จำแนกตาม ประเภททีมและ ประเภทบุคคล	19.64	8.22	19.51	5.57	0.05	19.14	5.64	18.41	6.33	0.4	23.78	2.83	24.12	4.05	0.33

** มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากตาราง 4 แสดงให้เห็นว่าค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลตามสถานการณ์ในด้านความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และ ความเชื่อมั่นในตนเอง ของนักกีฬามหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ พบว่า

ความวิตกกังวลทางจิต เมื่อทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้ค่าที่ พบว่าไม่มี ความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกรายการ

ความวิตกกังวลทางกาย เมื่อทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้ค่าที่ พบว่าไม่ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ทุกรายการ

ความเชื่อมั่นในตนเอง เมื่อทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้ค่าที่ เมื่อจำแนกตามประเภททีมกับประเภทบุคคล จำแนกตามเพศชายกับเพศหญิง ประเภททีมชาย จำแนกตามเพศชายและเพศหญิง ในนักกีฬาชาย จำแนกตามประเภททีมและประเภทบุคคล มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนในประเภทบุคคล จำแนกตามเพศชายและเพศหญิง ในนักกีฬาหญิง จำแนกตามประเภททีมและประเภทบุคคล ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตาราง 5 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (Competitive Sport Anxiety Inventory - 2 : CSAI - 2) ของนักกีฬามหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ ประเภททีมและประเภทบุคคล ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive Anxiety) ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic Anxiety) และ ความเชื่อมั่นในตนเอง (Self - Confidence)

ประเภทกีฬา	ประเภททีม						ประเภทบุคคล					
	ทางจิต		ทางกาย		ความเชื่อมั่น ในตนเอง		ทางจิต		ทางกาย		ความเชื่อมั่น ในตนเอง	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
ชาย	16.54	4.47	18.93	5.45	27.22	4.12	18.26	4.80	19.39	4.71	24.41	4.47
หญิง	19.14	5.64	19.64	8.22	23.78	8.33	18.41	6.33	19.51	5.57	24.12	4.50
รวม	17.12	4.84	19.09	6.11	26.45	4.11	18.32	5.52	19.44	5.09	24.28	4.46

จากตาราง 5 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พบว่า

เพศชาย จำแนกตามประเภททีม ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง มีค่าเฉลี่ย 16.54, 18.93 และ 27.22 ตามลำดับ และมีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.47, 5.45 และ 4.12 ตามลำดับ

เพศชาย จำแนกตามประเภทบุคคล ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง มีค่าเฉลี่ย 18.26, 19.39 และ 24.41 ตามลำดับ และมีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.80, 4.71 และ 4.47 ตามลำดับ

เพศหญิง จำแนกตามประเภททีม ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง มีค่าเฉลี่ย 19.14, 19.64 และ 23.78 ตามลำดับ และมีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.64, 8.22 และ 8.33 ตามลำดับ

เพศหญิง จำแนกตามประเภทบุคคล ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง มีค่าเฉลี่ย 18.41, 19.51 และ 24.12 ตามลำดับ และมีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 6.33, 5.57 และ 4.50 ตามลำดับ

ค่าเฉลี่ยรวม จำแนกตามประเภททีม ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง มีค่าเฉลี่ย 17.12, 19.09 และ 26.45 ตามลำดับ และมีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.84, 6.11 และ 4.11 ตามลำดับ

ค่าเฉลี่ยรวม จำแนกตามประเภทบุคคล ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง มีค่าเฉลี่ย 18.32, 19.44 และ 24.28 ตามลำดับ และมีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.52, 5.09 และ 4.46 ตามลำดับ

ตาราง 6 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (Competitive Sport Anxiety Inventory - 2 : CSAI - 2) ของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพศหญิงและเพศชาย ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive Anxiety) ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic Anxiety) และความเชื่อมั่นในตนเอง (Self - Confidence)

ประเภทกีฬา	เพศชาย						เพศหญิง					
	ทางจิต		ทางกาย		ความเชื่อมั่นในตนเอง		ทางจิต		ทางกาย		ความเชื่อมั่นในตนเอง	
	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.
ทีม	18.93	5.45	16.54	4.47	27.22	4.12	19.64	8.22	19.14	5.64	23.78	2.83
บุคคล	19.39	4.71	18.26	4.80	24.41	4.47	19.51	5.57	18.41	6.33	24.12	4.05
รวม	19.51	5.08	17.38	4.64	25.85	4.30	19.54	6.90	18.60	5.99	24.03	3.44

จากตาราง 6 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพศหญิงและเพศชาย ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง พบว่า

ประเภททีม จำแนกตามเพศชาย ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง มีค่าเฉลี่ย 18.93, 16.54 และ 27.22 ตามลำดับ และมีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.54, 4.47 และ 4.12 ตามลำดับ

ประเภททีม จำแนกตามเพศหญิง ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง มีค่าเฉลี่ย 19.64, 19.14 และ 23.78 ตามลำดับ และมีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 8.22, 5.64 และ 2.83 ตามลำดับ

ประเภทบุคคล จำแนกตามเพศชาย ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง มีค่าเฉลี่ย 19.39, 18.26 และ 24.41 ตามลำดับ และมีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 4.71, 4.80 และ 4.47 ตามลำดับ

ประเภทบุคคล จำแนกตามเพศหญิง ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง มีค่าเฉลี่ย 19.51, 18.41 และ 24.12 ตามลำดับ และมีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.57, 6.33 และ 4.05 ตามลำดับ

ค่าเฉลี่ยรวม จำแนกตามเพศชาย ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง มีค่าเฉลี่ย 19.51, 17.38 และ 25.85 ตามลำดับ และมีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 5.08, 4.64 และ 4.30 ตามลำดับ

ค่าเฉลี่ยรวม จำแนกตามเพศหญิง ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง มีค่าเฉลี่ย 19.54, 18.60 และ 24.03 ตามลำดับ และมีค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน 6.90, 5.99 และ 3.44 ตามลำดับ

บทที่ 5

บทย่อ สรุป อภิปรายและข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายในการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อทราบความวิตกกังวลของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่เข้าร่วมการแข่งขัน กีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 22
2. เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลของนักกีฬาเพศชายและเพศหญิง
3. เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลของนักกีฬาประเภททีมและประเภทบุคคล

วิธีดำเนินการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ได้แก่นักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่เข้าร่วมแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยครั้งที่ 22 วันที่ 2 - 9 ธันวาคม 2537 ณ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ เป็นนักกีฬาจำนวนทั้งสิ้น 149 คน เป็นนักกีฬาชายจำนวน 95 คน และนักกีฬาหญิงจำนวน 54 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลในครั้งนี้ใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (Sport Competition Anxiety test - : SCAT) และแบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (Competitive Sport Anxiety Inventory - 2 : CSAI -) ทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่เข้าแข่งขันในกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยครั้งที่ 22 วันที่ 2 - 9 ธันวาคม 2537 ณ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ซึ่งแบบทดสอบแบ่งออกได้ดังนี้

1. แบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย
2. แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ซึ่งประกอบด้วยการวัดความวิตกกังวล 3 ประเภทดังนี้

2.1 ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive Anxiety)

2.2 ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic Anxiety)

2.3 ความเชื่อมั่นในตนเอง (Self - Confidence)

วิธีดำเนินการรวบรวมข้อมูล

1. ทำหนังสือพร้อมแบบทดสอบไปยังนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. ชี้แจงรายละเอียดกับผู้ช่วยในการเก็บรวบรวมข้อมูล
3. ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ณ สถานที่เก็บตัวนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (สนามกีฬาแห่งชาติ)

วิธีการจัดการกับข้อมูล

1. นำข้อมูลที่ได้มาหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
2. นำข้อมูลที่ได้มาทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติที เพื่อทราบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (Sport Competition Anxiety Test : SCAT) ดังต่อไปนี้
 - 2.1 ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติที จำแนกตามประเภททีมและประเภทบุคคล
 - 2.2 ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติที จำแนกตามเพศชายและเพศหญิง
 - 2.3 ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติที ในประเภททีมโดยจำแนกตามเพศชายและเพศหญิง
 - 2.4 ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติที ในประเภทบุคคลจำแนกตามเพศชายและเพศหญิง
 - 2.5 ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติที ในนักกีฬาชายจำแนกตามประเภททีมและประเภทบุคคล
 - 2.6 ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติที ในนักกีฬานักหญิงจำแนกตามประเภททีมและประเภทบุคคล
3. นำข้อมูลที่ได้มาทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติที เพื่อทราบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (Competitive Sport Anxiety Inventory - 2 : CSAI - 2) ทั้ง 3 ด้าน ได้แก่ ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive Anxiety) ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic Anxiety) และ ความเชื่อมั่นในตนเอง (Self - Confidence) ดังต่อไปนี้
 - 3.1 ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติที ในด้านความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และ ความเชื่อมั่นในตนเอง จำแนกตามประเภททีมและประเภทบุคคล
 - 3.2 ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติที ในด้านความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และ ความเชื่อมั่นในตนเอง จำแนกตามเพศชายและเพศหญิง

3.3 ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติที ในด้านความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกายและความเชื่อมั่นในตนเอง ในประเภททีมโดยจำแนกตามเพศชายและเพศหญิง

3.4 ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติที ในด้านความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกายและความเชื่อมั่นในตนเอง ในประเภทบุคคลจำแนกตามเพศชายและเพศหญิง

3.5 ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติที ในด้านความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกายและความเชื่อมั่นในตนเอง ในนักกีฬาชายจำแนกตามประเภททีมและประเภทบุคคล

3.6 ทดสอบความแตกต่างค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติที ในด้านความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกายและความเชื่อมั่นในตนเอง ในนักกีฬาหญิงจำแนกตามประเภททีมและประเภทบุคคล

สรุปผลของการศึกษาค้นคว้า

1. ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

จากการวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อหาความแตกต่างของความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย โดยใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (Sport Competition Anxiety test - : SCAT) ของ มาร์เตน (Marten. 1990 : 56) พบว่า นักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มีระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยอยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}$ ระหว่าง 15.66 – 18.63) แต่เมื่อทำการทดสอบความวิตกกังวลโดยแยกตามประเภทกีฬาและเพศของนักกีฬาพบว่า มีความแตกต่างกันในบางส่วน (ดูตาราง 1 และ 2)

1.1 ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยแยกตามประเภทกีฬา พบว่าเมื่อทำการทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยแยกตามประเภทกีฬาพบว่า นักกีฬาประเภททีม ($\bar{X} = 16.53$, S.D. = 4.07) มีระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย แตกต่างกับนักกีฬาประเภทบุคคล ($\bar{X} = 16.53$, S.D. = 4.07) แสดงว่า นักกีฬาประเภททีมของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒในประเภทบุคคล มีระดับของความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยสูงกว่านักกีฬาประเภททีม (ดูตาราง 1)

1.2 ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬาประเภททีมระหว่างเพศชาย และเพศหญิง พบว่า ผลของคะแนนจากแบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬาประเภททีมแยกตามเพศชาย ($\bar{X} = 15.66$, S.D.= 3.87) และเพศหญิง ($\bar{X} = 19.50$, S.D.= 3.36) และมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($t = 3.52$) แสดงให้เห็นว่านักกีฬาประเภททีมหญิงมีระดับของความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยสูงกว่านักกีฬาประเภททีมชาย ในขณะที่เดียวกันไม่พบว่า นักกีฬาประเภทบุคคลมีความแตกต่างกับนักกีฬาประเภททีมซึ่งไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 (ดูตาราง 1)

1.3 ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยแยกตามเพศ พบว่า ผลการทดสอบทางสถิติเมื่อทำการทดสอบความแตกต่างของระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของเพศชาย และเพศหญิงของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พบว่า นักกีฬาเพศชาย ($\bar{X} = 17.11$, S.D.= 4.31) และนักกีฬาเพศหญิง ($\bar{X} = 18.50$, S.D.= 3.98) ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($t = 1.97$) แสดงให้เห็นว่าเพศของนักกีฬาของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ไม่มีผลต่อระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (ดูตาราง 2)

1.4 ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของเพศชายระหว่างนักกีฬาประเภททีม และประเภทบุคคล ถึงแม้ว่าจะไม่พบความแตกต่างของระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬาประเภททีมและบุคคลโดยรวม แต่เมื่อทดสอบระดับของความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยโดยแยกตามเพศแล้วพบว่า เพศชายมีความแตกต่างกันกล่าวคือ นักกีฬาประเภททีม ($\bar{X} = 15.66$, S.D.= 3.87) มีระดับของความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยต่ำกว่านักกีฬาประเภทบุคคล ($\bar{X} = 18.60$, S.D.= 4.26) และแตกต่างกันอย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($t = 3.52$) แต่ไม่พบความแตกต่างในนักกีฬาหญิงประเภททีม ($\bar{X} = 17.50$, S.D.= 3.36) และประเภทบุคคล ($\bar{X} = 18.15$, S.D.= 4.17) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($t = 1.20$) ไม่ว่าจะเป็นประเภททีมหรือประเภทบุคคล นักกีฬาหญิงมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ดูเหมือนว่าจะมีความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยในระดับใกล้เคียงกัน (ดูตาราง 2)

2. ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ในการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติเพื่อทราบผลของความแตกต่างของระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ โดยใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (Competitive Sport Anxiety Inventory - 2 : CSAI - 2) ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ด้านได้แก่ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive Anxiety) ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic Anxiety) และความเชื่อมั่นในตนเอง

(Self - Confidence) จะมีลักษณะของการค้นพบใกล้เคียงกับการทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (SCAT) ที่ผ่านมาในข้อที่ 1. ซึ่งผลของข้อมูลที่พบมีความแตกต่างกันดังนี้ (ดูตาราง 3 และ 4)

2.1 ความวิตกกังวลตามสถานการณ์แยกตามประเภทกีฬา พบว่าจากตาราง 3 ซึ่งจะแสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาประเภททีมและบุคคล ทั้ง 3 ด้าน พบว่า มีเพียงค่าคะแนนเฉลี่ยด้านความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาประเภททีม ($\bar{X} = 26.45$, S.D.= 4.11) และประเภทบุคคล ($\bar{X} = 24.28$, S.D.= 4.46) เท่านั้นที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($t = 3.04$) ส่วนความวิตกกังวลตามสถานการณ์ทางด้านจิตและทางด้านกาย ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นักกีฬาประเภททีมของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มีความมั่นใจในการลงแข่งขันกีฬาสูงกว่านักกีฬาประเภทบุคคล (ดูตาราง 5)

2.2 ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาประเภททีมแยกตามเพศ พบว่า ผลของการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ เพื่อทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาเมื่อแยกเพศชายและเพศหญิงออกจากกันพบว่า ไม่มีความแตกต่างกันเกิดขึ้นสำหรับนักกีฬาทั้งสองเพศ ไม่ว่าจะเป็นประเภททีมหรือบุคคล ยกเว้นกลุ่มของความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาประเภททีมที่ทีมชาย ($\bar{X} = 27.22$, S.D.= 8.12) และทีมหญิง ($\bar{X} = 23.78$, S.D.= 8.33) มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($t = 3.57$) ดูเหมือนว่านักกีฬาประเภททีมชายของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มีความมั่นใจสูงกว่านักกีฬาประเภททีมหญิง (ดูตาราง 5)

2.3 ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาเพศชายและเพศหญิง พบว่า ผลของการวิเคราะห์ข้อมูล ของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาชายและหญิงในประเภททีมของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ทั้ง 3 ด้าน พบว่ามีเพียงด้านเดียวคือด้านความมั่นใจในตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($t = 2.48$) กล่าวคือ นักกีฬาเพศชายมีระดับของความเชื่อมั่นในตนเอง ($\bar{X} = 25.85$, S.D.= 4.50) สูงกว่านักกีฬาเพศหญิง ($\bar{X} = 24.03$, S.D.= 4.10) ในขณะที่ไม่พบความแตกต่างทางสถิติของนักกีฬาชายและนักกีฬาหญิง ใน 2 ด้านที่เหลือ คือ ความวิตกกังวลทางจิต ($t = 0.38$) และทางด้านร่างกาย ($t = 1.26$) นักกีฬาทั้ง 2 เพศมีความวิตกกังวลทั้งสองด้านมีค่าใกล้เคียงกัน (ดูตาราง 6)

2.4 ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาชายประเภททีมและประเภทบุคคล พบว่า จากการทดสอบระดับความวิตกกังวลทั้ง 3 ด้านของแบบทดสอบ พบว่า นักกีฬาเพศชายเท่านั้นที่มีความแตกต่างกันในทางด้านสถิติและเป็นความแตกต่างที่เกิดขึ้นเฉพาะด้านความมั่นใจในตนเองเท่านั้น กล่าวคือ นักกีฬาทีมชาย ($\bar{X} = 27.20$, S.D.= 4.12) มีระดับของความเชื่อมั่นในตนเอง

เองสูงกว่านักกีฬาบุคคลชาย ($\bar{X} = 24.41$, S.D.= 4.47) มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($t = 3.17$) (ดูตาราง 6)

สรุปผลของการศึกษาในครั้งนี้ จะเห็นได้ว่าผลของการวิเคราะห์ข้อมูลจากการใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (SCAT) และแบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (CSAI-2) มีผลของการวิเคราะห์กระจายออกไปเป็นที่น่าสนใจ ที่ผู้วิจัยค้นพบและวิเคราะห์หาเหตุผลและอภิปรายเหตุผลของการค้นพบในครั้งนี้ในส่วนต่อไป

อภิปรายผล

จากการสำรวจและวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อศึกษาระดับของความวิตกกังวลของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัย ครั้งที่ 22 ซึ่งผู้วิจัยได้ทำการศึกษาวิเคราะห์ระดับของความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย โดยใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของ มาร์ เดน (1977) (SCAT) และระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์โดยใช้แบบทดสอบของ มาร์ เดน (1990) (CSAI-2) รวมทั้งวิเคราะห์เปรียบเทียบความแตกต่างของนักกีฬาประเภททีมและบุคคล ทั้งนักกีฬาเพศชายและเพศหญิงด้วย ผลการศึกษาดังกล่าว ผู้วิจัยขออภิปรายผลและให้เหตุผลไปตามประเด็นของการศึกษาดังต่อไปนี้

1. ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย จากการวิเคราะห์ข้อมูลความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยพบว่า คะแนนของแบบทดสอบอยู่ระหว่างค่าเฉลี่ยที่ 15.66 ถึง 18.63 ซึ่งเมื่อเทียบกับระดับคะแนนมาตรฐานของแบบทดสอบ ถือว่าอยู่ในระดับปานกลาง นักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒทั้งหมดมีความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยที่ใกล้เคียงกันในระดับปานกลาง การค้นพบนี้ทำให้เห็นว่า นักกีฬามีความสามารถไม่สูงมาก เช่น ในนักกีฬาประเภททีมของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ การควบคุมและระดับความตื่นเต้นในการแข่งขันกีฬาจะไม่ได้เท่านักกีฬาที่มีความสามารถสูงและมีประสบการณ์ในการแข่งขันมากๆ ได้

2. ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬาประเภททีมและบุคคล พบว่า นักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒมีระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยสูงกว่านักกีฬาประเภททีม เป็นสิ่งซึ่งไม่ใช่เพิ่งค้นพบใหม่และแปลกไปจากที่เคยค้นพบมา เหตุผลของระดับของความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬาที่เล่นและแข่งขันกีฬาประเภททีม ที่มีความวิตกกังวลต่ำกว่าประเภทบุคคลเพราะสาเหตุหลายประการ เริ่มตั้งแต่ ความรู้สึกกับผิชอบอันเกิดจากการเล่นของทีมที่น้อยกว่าเมื่อเทียบกับประเภทบุคคล อีกประการหนึ่งคือ ขณะที่ทำการเล่นในประเภทบุคคลนั้น การเล่นหรือการแสดงออกของนักกีฬาดูโดดเด่นมากในสายตาของผู้ฝึกสอนกีฬาและคนดู เป็นการเล่น

และการแสดงออกที่ถูกประเมินจากบุคคลอื่นอย่างชัดเจน สิ่งเหล่านี้จะส่งผลต่อความรู้สึกของนักกีฬา และส่งผลต่อระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยโดยตรง ความวิตกกังวลนี้จะถูกสร้างหรือสะสมมาตั้งแต่เริ่มเล่นและแข่งขัน นักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒเองก็อยู่ภายใต้หลักเกณฑ์เดียวกัน เมื่อเล่นและแข่งขัน กีฬาประเภททีม ความวิตกกังวลอันเป็นสาเหตุมาจาก การรับผิดชอบ ต่อผลการแข่งขันและการเปรียบเทียบก็จะน้อยลง

3. ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬาประเภททีมหญิง เมื่อเปรียบเทียบระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย พบว่านักกีฬาทีมหญิงของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จะมีความวิตกกังวลสูงกว่านักกีฬาประเภททีมชาย เหตุผลประการแรกของการค้นพบนี้คือ การยอมรับทางสังคมของผู้หญิงต่อการเล่นกีฬา แน่นอนว่าเมื่อสังคมให้การยอมรับที่จะเห็นว่าผู้เล่นชายฝึกซ้อมและแข่งขันกีฬามากกว่าผู้หญิง ความมั่นใจของนักกีฬาประเภททีมหญิงจึงน้อยกว่า เมื่อมีการเล่นและแข่งขันกีฬา ความวิตกกังวลที่สะสมมาย่อมจะสูงกว่า ความกดดันที่เกิดจากการไม่ได้ยอมรับจากสังคมในด้านการแสดงออกในการเล่นและแข่งขันกีฬา ยิ่งทำให้นักกีฬาทีมหญิงต้องเพิ่มความรับผิดชอบและพยายามที่จะพิสูจน์ความสามารถและความเท่าเทียมกัน ซึ่งจะส่งผลต่อระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยได้เป็นอย่างมาก

4. ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬาทีมชายระหว่างกีฬาประเภททีมและบุคคล เมื่อวิเคราะห์ลงไปในส่วนของนักกีฬาชายแยกตามประเภททีมและบุคคล พบว่า นักกีฬาทีมชายมีระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยต่างกับนักกีฬาประเภทบุคคลชาย การที่นักกีฬาประเภททีมชายมีระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยต่ำกว่าประเภทบุคคลชายนั้นมีเหตุผลคล้ายกันกับการค้นพบในหัวข้อที่ 1 กล่าวคือนักกีฬาประเภททีมชายมีความรับผิดชอบต่ำกว่าส่งผลต่อระดับของความวิตกกังวลน้อยลงน้อยจนเป็นนิสัย

5. ความวิตกกังวลตามสถานการณ์แยกตามประเภทกีฬา จากการค้นพบว่า ความมั่นใจในตนเองของนักกีฬาประเภททีมที่สูงกว่านักกีฬาประเภทบุคคล เพียงด้านเดียวนั้นจะมีลักษณะสอดคล้องกับการค้นพบที่กล่าวไปแล้วในข้อที่ 1 ที่ว่านักกีฬาประเภททีมมีความวิตกกังวลต่ำกว่าประเภทบุคคล ในทางกลับกัน เมื่อความวิตกกังวลน้อยลง ความมั่นใจในตนเองก็จะเพิ่มขึ้นตรงตามการค้นพบจากการศึกษาในครั้งนี้

6. ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาประเภททีมแยกตามเพศ ในที่นี้ ความมั่นใจในตนเองของนักกีฬาก็ยังคงยังเป็นเพียงองค์ประกอบด้านเดียวจากแบบทดสอบที่พบว่า ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาทีมชายและนักกีฬาทีมหญิงมีความแตกต่างกัน ความจริงคือ นักกีฬาทีมชายมีความมั่นใจในตนเองสูงกว่านักกีฬาประเภททีมหญิง เมื่อความกดดันทางด้านวัฒนธรรมต้องทำให้ผู้หญิงมีความพยายาม อดทน ต่อความกดดันที่ไม่ค่อยได้รับการยอมรับให้เข้าร่วมการเล่น ฝึกซ้อมและเล่นกีฬา เมื่อเทียบกับนักกีฬาชาย แน่นอนว่าความมั่นใจก็จะพลอยลด

น้อยลงไปด้วยในส่วนของนักกีฬาเพศหญิง ขณะที่นักกีฬาชายนอกจากได้รับความกดดันทางด้านสังคมน้อยกว่าแล้ว ยังเป็นกีฬาประเภททีมที่ความรับผิดชอบโดยตรงยังน้อยลงไปอีก

7. ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาเพศชายและหญิง การค้นพบโดยใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (CSAI-2) เพื่อทดสอบหาระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ยังคงมีแนวโน้มเช่นเดิม ยกเว้น เมื่อนักกีฬาทั้งประเภททีมและประเภทบุคคลเข้าทำการแข่งขันพบว่า นักกีฬาเพศหญิงกลับมีความมั่นใจในตนเองสูงกว่านักกีฬาเพศชาย ขณะที่ความวิตกกังวลทางด้านร่างกายและจิตใจไม่แตกต่างกัน

8. ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาชายประเภททีมและประเภทบุคคล ความแตกต่างที่ค้นพบของกลุ่มนักกีฬาชายในประเภทกีฬาบุคคลและทีม ก็ยังคงมีเฉพาะในด้านของความมั่นใจในตนเองเพียงด้านเดียว ขณะที่ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านจิตและด้านร่างกายไม่แตกต่างกัน นักกีฬาทีมชายมีความมั่นใจสูงกว่านักกีฬาประเภทบุคคล ซึ่งสอดคล้องกับการค้นพบในกรณีที่ไม่ได้แยกเพศและเมื่อใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย(SCAT) เพื่อวัดระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย ความเป็นทีม ความรับผิดชอบร่วมกันและการเปรียบเทียบที่ไม่เด่นชัด เมื่อเปรียบเทียบกับประเภทบุคคล นักกีฬาประเภททีมมีระดับของความวิตกกังวลทั้งสองลักษณะไปในแนวทางเดียวกัน กล่าวคือ มีความเชื่อมั่นในตนเองสูงกว่าและมีความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยต่ำกว่า

ถึงแม้ว่าการค้นพบในครั้งนี้จะไม่มีอะไรที่แตกต่างกันมากจากที่ค้นพบมา แต่จะเป็นข้อมูลที่ดีในการยืนยันถึงหลักการของความวิตกกังวลที่มีต่อการเล่น การฝึกซ้อมและการแข่งขันกีฬา ที่ว่าความวิตกกังวลส่งผลทางลบต่อการเล่นกีฬาและการแข่งขันกีฬา ขณะที่มีความมั่นใจในตนเองจะส่งผลให้เกิดแรงบวก ไม่ว่าจะเป็นนักกีฬาประเภทใดและมีเพศที่แตกต่างกันก็ตาม

ข้อเสนอแนะ

1. ควรศึกษาระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและความวิตกกังวลตามสถานการณ์ในระดับการแข่งขันกีฬาประเภทต่างๆ เช่น ระดับเยาวชน ระดับเยาวชนทีมชาติ ระดับกีฬาเขต ระดับนักกีฬาทีมชาติ เป็นต้น
2. ควรศึกษาระดับความวิตกกังวลโดยแบ่งเป็นไปตามระยะเวลา เช่น ก่อนการแข่งขัน ระหว่างการแข่งขัน และ หลังการแข่งขัน
3. ควรศึกษาระดับความวิตกกังวลของนักกีฬาตามวงจรของการแข่งขันกีฬาในประเภทยานั้นๆตลอดทั้งปี

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- เกษม มีสง่า. ผลการใช้ตัวแบบเพื่อลดความวิตกกังวลให้แก่ผู้เริ่มเรียนว่ายน้ำต่อความสามารถในการว่ายน้ำ. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ :มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. 2532. จัดสำเนา
- จันทร์พิมพ์ พละพงศ์. ความวิตกกังวลของนักกีฬาประเภททีม. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. 2528. จัดสำเนา
- ชนะชัย วัฒนไชย. ความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์และเฉพาะบุคคลของนักกีฬาที่เข้าแข่งขัน. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ :มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. 2536. จัดสำเนา.
- ธงชัย สุขดี. ความวิตกกังวลของนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีมและประเภทของการต่อสู้ป้องกันตัว. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ :มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร. 2536. จัดสำเนา
- นพพร เล้าเรืองศิลป์ชัย. การศึกษาค้นคว้าความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาฟิสิกส์ที่เข้าแข่งขันกีฬาคนพิการแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 12 ประจำปี พ.ศ. 2523. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. 2533. จัดสำเนา.
- ประเวศ ปิยะธำรงการานต์. ผลการฝึกแอโรบิคด้านจิตใจที่มีต่อสมรรถภาพทางกายคัดสรรและวิตกกังวลแบบแสดงตนในนักศึกษาหญิง. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. 2531. จัดสำเนา.
- พิชิต เมืองนาโพธิ์. การประชุมสัมมนาวิชาการ เรื่องโปรแกรมจิตวิทยาการกีฬาประยุกต์. ณ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เมื่อ วันที่ 17 กุมภาพันธ์ 2536.
- พีระยุทธ เรืองวราหะ. ความสัมพันธ์ระหว่างระดับความวิตกกังวลกับความสามารถของนักกีฬายิงปืนในการเข้าแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยครั้งที่ 17. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. 2533. จัดสำเนา.
- Dickens, Shelley Lynne. " Effect of stress Management Training on Volleyball Player's Anxiety Levels and Athletic Performance " Dissertation Abstracts International. 32 (03) : 786 June 1994.
- Martens, Rainer. Sport Competition Anxiety Test. 2d.ed. Illinois: Human Kinetics Publishers. 1982.

- Martens, Rainer, Vealey Robin S. and Burton Damon. Competitive Anxiety in Sport. Illinois : Human Kinetics Publishers. 1990.
- Neaman, Dale Rose. " Anxiety Reduction and Performance Enhancement for Female Competitive Gymnasts. "Dissertation Abstracts International. 54 (07) : 2516-A : January 1994.
- Perreault, Stephanie. " A test of Multidimensional Anxiety Theory with Basketball Players, "Dissertation Abstracts International. 32 (06) : 1511 :December ,1994.
- Spielberger, C D . STAI Manual. California : Consulting Psychologist Press, 1970.
- " The Measurement of State and Trait Anxiety : Conceptual and Methodological Issues, " In Emotion: Their Parameters and Measurement. Edited by L.Levi,487-489. New York : Raven Press. 1972.
- Thollkes,Benedict. " Anxiety and Outdoor Adventure : A study of state Anxiety and Activity Performance (Ropes Course)" Dissertation Abstracts International. 55 (04) : 1100 :October ,1994.
- Wagman, Daniel Fredrick. " Relationship between Competitive Trait Anxiety and sport Performance : A META – ANALYSIS. "Dissertation Abstracts International. 31 (03) : 1000 :August ,1993.
- Wilson, Gregory Scott. " The Effects of Anxiety on Youth sport participants as a Function of Age, Gender and experience Differences (Zone of Optimal Function Theory) . "Dissertation Abstracts International. 55 (04) : 1100 :October ,1993.

ภาคผนวก

แบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย
Sport Competition Anxiety Test (SCAT)

คำแนะนำ : ข้อความต่าง ๆ ข้างล่างนี้เป็นคำกล่าวของบุคคลเกี่ยวกับความรู้สึกของเขาเมื่อเข้าแข่งขันกีฬาหรือเกมส์ต่าง ๆ โปรดอ่านข้อความและตัดสินใจว่าความรู้สึกเช่นนี้เกิดขึ้นกับท่านน้อยครั้ง บางครั้ง หรือ บ่อย ๆ เมื่อเข้าแข่งขันกีฬาหรือเกมส์ต่างๆและทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับความรู้สึกของท่านที่สุด ข้อความเหล่านี้ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด อย่าใช้เวลานานเกินไปในแต่ละข้อความ โปรดระลึกว่า ให้เลือกคำที่อธิบายว่าโดยทั่ว ๆ ไปแล้ว ท่านมีความรู้สึกอย่างไรเมื่อเข้าแข่งขันกีฬาหรือเกมส์ต่างๆและความรู้สึกเหล่านั้นจะต้องตรงกับความรู้สึกที่แท้จริงของท่าน

	น้อยครั้ง	บางครั้ง	บ่อย ๆ
1.การแข่งขันกับผู้อื่นเป็นกิจกรรมสังคมที่สนุกสนาน	A	B	C
2.ก่อนการแข่งขันข้าพเจ้ารู้สึกว้าวุ่นไม่สบาย	A	B	C
3.ก่อนการแข่งขันข้าพเจ้ารู้สึกกังวลว่าจะทำได้ไม่ดี	A	B	C
4.เมื่อเข้าแข่งขันข้าพเจ้าเป็นนักกีฬาที่มีน้ำใจนักกีฬาที่ดี	A	B	C
5.เมื่อเข้าแข่งขันข้าพเจ้าวิตกกังวลว่าจะทำผิดพลาด	A	B	C
6.ก่อนการแข่งขันข้าพเจ้ารู้สึกจิตใจสงบ	A	B	C
7.การตั้งจุดมุ่งหมายไว้เป็นสิ่งสำคัญในการแข่งขัน	A	B	C
8.ก่อนการแข่งขันข้าพเจ้ารู้สึกกระอักกระอ่วนในท้อง	A	B	C
9.ก่อนจะลงสนามแข่งขัน ข้าพเจ้ามักรู้สึกว้าวุ่นใจจะเต้นเร็วกว่าปกติเสมอ	A	B	C
10.ข้าพเจ้าชอบการแข่งขันในแบบที่ต้องใช้กำลังกายมาก	A	B	C
11.ก่อนการแข่งขันข้าพเจ้ารู้สึกผ่อนคลาย	A	B	C
12.ก่อนการแข่งขันข้าพเจ้ารู้สึกกระวนกระวาย	A	B	C
13.ข้าพเจ้าคิดว่ากีฬาประเภททีมตื่นเต้นกว่ากีฬาประเภทบุคคล	A	B	C
14.ข้าพเจ้ารู้สึกกระวนกระวายอยากให้การแข่งขันเริ่มเร็ว ๆ	A	B	C
15.ก่อนการแข่งขันข้าพเจ้ามักรู้สึกกังวลและว้าวุ่น	A	B	C

ชื่อ.....สกุล.....ประเภทกีฬา.....
เกิดวันที่.....เดือน.....พ.ศ.....
สังกัดวิทยาเขต.....

แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์

Competitive Sport Anxiety Inventory – 2

คำแนะนำ : ข้อความต่างๆข้างล่างนี้เป็นคำกล่าวที่นักกีฬาใช้อธิบายความรู้สึกของเขาก่อนการแข่งขัน โปรดอ่านแต่ละข้อความและตัดสินใจทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่ตรงกับความรู้สึกของท่านมากที่สุด เพื่อบ่งชี้ว่าขณะนี้ท่านมีความรู้สึกอย่างไรเกี่ยวกับการแข่งขันที่กำลังจะมาถึง คำตอบจะไม่มีข้อถูกผิด อย่าใช้เวลานานเกินไปในแต่ละข้อความ ให้เลือกคำตอบซึ่งสามารถอธิบายความรู้สึกของท่านในขณะนี้

	ไม่เลย	บ้าง	ปานกลาง	มาก
1.ข้าพเจ้ารู้สึกพะวงเกี่ยวกับการแข่งขัน	1	2	3	4
2.ข้าพเจ้ารู้สึกกระวนกระวาย	1	2	3	4
3.ข้าพเจ้ารู้สึกจิตใจปลอดโปร่ง	1	2	3	4
4.ข้าพเจ้ารู้สึกไม่แน่ใจตนเอง	1	2	3	4
5.ข้าพเจ้ารู้สึกหวาดผวาว่าวุ่น	1	2	3	4
6.ข้าพเจ้ารู้สึกทรมาน (ร่างกาย)	1	2	3	4
7.ข้าพเจ้าพะวงว่าจะทำได้ไม่ดีเท่าที่ควรในการแข่งขัน	1	2	3	4
8.ข้าพเจ้ารู้สึกว่าร่างกายจะตึงเครียด	1	2	3	4
9.ข้าพเจ้ารู้สึกมีความเชื่อมั่นในตนเอง	1	2	3	4
10.ข้าพเจ้าพะวงว่าจะแพ้	1	2	3	4
11.ข้าพเจ้ารู้สึกปั่นป่วนในท้อง	1	2	3	4
12.ข้าพเจ้ารู้สึกไม่หวั่นเกรง	1	2	3	4
13.ข้าพเจ้าพะวงว่าจะควบคุมตนเองมิได้	1	2	3	4
14.ข้าพเจ้ารู้สึกว่าร่างกายผ่อนคลาย	1	2	3	4
15.ข้าพเจ้ามั่นใจว่าจะประสบผลสำเร็จในการเผชิญหน้ากับความท้าทาย	1	2	3	4
16.ข้าพเจ้าพะวงว่าจะเล่นได้ไม่ดี	1	2	3	4
17.หัวใจข้าพเจ้ากำลังเต้นเร็วขึ้น	1	2	3	4
18.ข้าพเจ้ามั่นใจว่าจะเล่นได้ดี	1	2	3	4
19.ข้าพเจ้ากลัวกลุ่มเรื่องการจะไปให้ถึงเป้าหมายที่ตั้งไว้	1	2	3	4
20.ข้าพเจ้ารู้สึกใจหายวูบ	1	2	3	4
21.ข้าพเจ้ารู้สึกจิตใจผ่อนคลาย	1	2	3	4
22.ข้าพเจ้าพะวงว่าจะทำให้ผู้อื่นผิดหวังเกี่ยวกับการเล่นของข้าพเจ้า	1	2	3	4

	ไม่เลย	บ้าง	ปานกลาง	มาก
23.มือของข้าพเจ้าเปื่อยขึ้น	1	2	3	4
24.ข้าพเจ้ามั่นใจเพราะได้มองเห็นภาพในใจ				
ว่าตนเองประสบผลสำเร็จตามเป้าหมาย	1	2	3	4
25.ข้าพเจ้าพอจะวางว่าจะไม่มีสมาธิ	1	2	3	4
26.ข้าพเจ้ารู้สึกว่าร่างกายอึดอัดตึงเครียด	1	2	3	4
27.ข้าพเจ้ามั่นใจว่าจะผ่านพ้นความกดดันไปได้ด้วยดี	1	2	3	4

ชื่อ.....สกุล ประเภทกีฬา

เกิดวันที่ เดือน พ.ศ.

สังกัดวิทยาเขต.....

ความวิตกกังวลของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย

บทคัดย่อ

ของ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ภาคภูมิ รัตนโรจนากุล

ภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

เมษายน 2540

การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อทราบความวิตกกังวลของนักกีฬามหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยครั้งที่ 22 ณ มหาวิทยาลัย ธรรมศาสตร์ ในวันที่ 2-9 ธันวาคม 2537 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาชาย 94 คน และนักกีฬาหญิง 24 คน โดยใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (Sport Competition Anxiety Test - SCAT) และแบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (Competition Sport Inventory - 2 : CSAI-2) ซึ่งแบบทดสอบนี้ประกอบด้วย ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive Anxiety) ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic Anxiety) และความเชื่อมั่นในตนเอง (Self - Confidence) โดยแบ่งตัวแปรตามเพศและประเภทกีฬา นำมาหาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและนำมาทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยโดยใช้สถิติที (t - test)

ผลการวิจัยพบว่า

1. ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พบว่า

1.1 ในประเภทกีฬา พบว่านักกีฬาประเภททีม ($\bar{X} = 16.53, S.D. = 4.07$)

กับนักกีฬาประเภทบุคคล ($\bar{X} = 16.53, S.D. = 4.07$) มีระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยแตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .01 ($t = 2.73$)

1.2 นักกีฬาประเภททีมระหว่างเพศชายกับเพศหญิง พบว่า นักกีฬา

ประเภททีมเพศชาย ($\bar{X} = 15.66, S.D. = 3.87$) และนักกีฬาประเภททีมเพศหญิง ($\bar{X} = 19.50, S.D. = 3.36$) มีระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยแตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .01 ($t = 3.52$) ส่วนในประเภทบุคคลระหว่าง นักกีฬาประเภทบุคคลเพศชายกับนักกีฬาประเภทบุคคลเพศหญิง ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($t = 1.20$)

1.3 นักกีฬาเพศชาย ($\bar{X} = 17.11, S.D. = 4.31$) และเพศหญิง

($\bar{X} = 18.50, S.D. = 3.98$) เมื่อทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($t = 1.97$)

1.4 นักกีฬาเพศชายระหว่างกีฬาประเภททีม ($\bar{X} = 15.66, S.D. = 3.87$)

และประเภทบุคคล ($\bar{X} = 18.63, S.D. = 4.26$) ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($t = 3.52$) ส่วนในนักกีฬาเพศหญิงระหว่างกีฬาประเภททีม ($\bar{X} = 19.50, S.D. = 3.36$) และประเภทบุคคล ($\bar{X} = 18.15, S.D. = 4.17$) ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ($t = 1.20$)

2. ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ทั้ง 3 ด้าน (ความวิตกกังวลทางจิต, ความวิตกกังวลทางกาย และ ความเชื่อมั่นในตนเอง) พบว่า

2.1 ในประเภทกีฬา พบว่านักกีฬาประเภททีมกับนักกีฬาประเภทบุคคล มีระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ในด้านความเชื่อมั่นในตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนในด้าน ความวิตกกังวลทางจิต และ ความวิตกกังวลทางกาย ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2.2 นักกีฬาประเภททีมระหว่างเพศชายกับเพศหญิง พบว่า ในด้านความวิตกกังวลทางจิต และ ความวิตกกังวลทางกาย ไม่มีความแตกต่างกัน ยกเว้นในด้านความเชื่อมั่นในตนเองซึ่งพบว่า นักกีฬาประเภททีมเพศชาย และนักกีฬาประเภททีมเพศหญิง มีระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ในด้านความเชื่อมั่นในตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ส่วนในด้านนักกีฬาประเภทบุคคลระหว่างเพศชายกับเพศหญิง พบว่า ในด้านความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และ ความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2.3 นักกีฬาเพศชาย และและนักกีฬาเพศหญิงในด้านความวิตกกังวลทางจิตและความวิตกกังวลทางกาย ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ยกเว้นในด้านความเชื่อมั่นในตนเองซึ่งพบว่า นักกีฬาเพศชายและนักกีฬาเพศหญิง มีระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ในด้านความเชื่อมั่นในตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2.4 นักกีฬาชายประเภททีมและประเภทบุคคล ในด้านความวิตกกังวลทางจิตและความวิตกกังวลทางกายไม่มีความแตกต่างกันยกเว้นในด้านความเชื่อมั่นในตนเองซึ่งพบว่า นักกีฬาชายประเภททีม และนักกีฬาชายประเภทบุคคล มีระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ในด้านความเชื่อมั่นในตนเองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นักกีฬาหญิงประเภททีมและประเภทบุคคล ในด้านความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกายและความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

THE ANXIETY OF SRINAKHARINWIROT UNIVERSITY
ATHLETES PARTICIPATING IN THE UNIVERSITY
GAMES OF THAILAND

AN ABSTRACT
BY
ASST.PROF. PARKPOOM RATANAROJANAKOOL

FACULTY OF PHYSICAL EDUCATION
SRINAKHARINWIROT UNIVERSITY PRASARNMIT
APRIL 1997

The study was intended to investigate the anxiety of Srinakharinvirot University athletes participating in the 22nd University Games of Thailand at Dhamasart University during December 2 – 9 , 1994. The subjects were 94 male and 24 female athletes randomly sampled. They were tests for their anxiety levels by the sport Competition Anxiety Test (SCAT) and the Competition Inventory – 2 Z CSAI – 2) for the Cognitive anxiety and the Somatic anxiety as well as their Self Confidence.

After the data were treated for the mean, standard deviation and T – Test, it was found as follows :

1. For the Sport Competition Anxiety,

1.1 The means of team sports ($\bar{X} = 16.53$; S.D.= 4.07) and individual sports ($\bar{X} = 18.41$; S.D.= 4.20) were significantly different. at the .01 level.01 ($t = 2.73$)

1.2 The means of male and female team and (Male $\bar{X} = 15.66$; S.D.= 3.87 , Female $\bar{X} = 19.50$; S.D.= 3.36) were significantly different, at the .01 level. ($t = 3.52$) However, the means of individual sports between the two sexes were not significantly different ($t = 1.20$)

1.3 The means of Sport Competition Anxiety between the two sexes (Male $\bar{X} = 17.11$; S.D.= 4.31; Female $\bar{X} = 18.50$; S.D.= 3.98) were not significantly different, at the .01 level. ($t = 1.97$)

1.4 The means of men team sports ($\bar{X} = 15.66$; S.D.= 1.40) And individual sports ($\bar{X} = 18.63$; S.D.= 4.26) were significantly different, at the .01 level. ($t = 3.52$). However the means of women team sport ($\bar{X} = 19.50$; S.D.= 3.36) and individual sports ($\bar{X} = 18.15$; S.D.= 4.17) were not significantly different. ($t = 1.20$)

2. For the Competition Sport Anxiety in all three dimensions :

2.1 The mean of team sports and individual sport were significantly different, at the .01 level in their self confidence. However, the means of the somatic and cognitive anxiety were not significantly different.

2.2 The mean of team sports between men and women in cognitive anxiety and somatic anxiety were not significantly different..

For the team sports between men and woman, their means of self confidence were significantly different at the .01 level.

For the individual sports between men and woman, the means of cognitive anxiety, the mean of cognitive anxiety, somatic anxiety and self confidence were not significantly different.

2.3 For men and women their means of cognitive anxiety and somatic anxiety were not significantly different.

For the self confidence, the means between men and women under the competition sport anxiety dimension were significantly different, at the .01 level.

2.4 For the team and individual sports, the men's means of cognitive anxiety and somatic anxiety were not significantly different. However, for the individual sports and team sports, the men's means for self confidence under the significantly different, at the .01 level.

For women's team and individual sports anxiety means under three dimensions were not significantly different.