

ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงาน
และตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ปริญญาานิพนธ์
ของ
ปราณี อยู่ศิริ

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกพลศึกษา
พฤษภาคม 2542

ลิขสิทธิ์ เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

คณะกรรมการควบคุมและคณะกรรมการสอบได้พิจารณาปริญญานิพนธ์ฉบับนี้แล้ว
เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต
วิชาเอกพลศึกษา ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

คณะกรรมการควบคุม

..... ประธาน
(รองศาสตราจารย์ ดร.สุปราณี ขวัญบุญจันทร์)

..... กรรมการ
(ดร.พิชิต เมืองนาโพธิ์)

คณะกรรมการสอบ

..... ประธาน
(รองศาสตราจารย์ ดร.สุปราณี ขวัญบุญจันทร์)

..... กรรมการ
(ดร.พิชิต เมืองนาโพธิ์)

..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธงชัย เจริญทรัพย์มณี)

..... กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ดร.พิมพ์วิไล สุภาวิบูลย์)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตาม
หลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกพลศึกษา ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ศาสตราจารย์ ดร.เสริมศักดิ์ วิศาลาภรณ์)

วันที่ 12 เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2562

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จลุล่วงได้ด้วยความสามารถจาก รองศาสตราจารย์ ดร. สุปราณี ขวัญบุญจันทร์ และดร. พิชิต เมืองนาโพธิ์ ประธานและกรรมการผู้ควบคุม ปริญญานิพนธ์ และดร. นฤพนธ์ วงศ์จตุรภัทร ได้ให้คำปรึกษา แนะนำตลอดจนช่วยแก้ไข ข้อบกพร่องต่าง ๆ เป็นอย่างดี จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอขอบคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์สมชาย ไกรสังข์ ที่กรุณาให้แนวทางต่อสู้กับ อุปสรรคและช่วยคลี่คลายปัญหาต่าง ๆ จนบรรลุผลสำเร็จด้วยดี

ขอขอบคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธงชัย เจริญทรัพย์มณี และ ดร.พิมพ์วิไล ศุภวิบูลย์ ที่กรุณาเป็นกรรมการเพิ่มเติมในการสอบปากเปล่าปริญญานิพนธ์

ขอขอบคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิรัช วรรณรัตน์ และ รองศาสตราจารย์ ผาณิต บิลมาศ ที่ได้ให้คำปรึกษาในการทำปริญญานิพนธ์เล่มนี้

ขอขอบคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ชัยโรจน์ สายพันธุ์ ที่ได้ให้คำปรึกษาและข้อมูลเกี่ยวกับ นักกีฬาเป็นอย่างดี

ขอขอบคุณ อาจารย์วราวุธ สัตยพานิช อาจารย์นัทที คำวร อาจารย์อำพัน มะลิ อาจารย์พิกุล ศรีใส อาจารย์อังคณา นพคุณ อาจารย์ประครอง ธรรมไชย อาจารย์สุวัฒน์ ตัดพิน และอาจารย์ชนิษฐา เพ็ญเจริญ ที่ได้สนับสนุนและให้คำปรึกษาในทุกด้านแก่ผู้วิจัย

ขอขอบคุณพี่ๆ ปริญญาโทปี 2540 ตลอดจน พี่ ๆ เพื่อน ๆ และน้อง ๆ ทุกท่านที่เป็น กำลังใจและช่วยเหลือผู้วิจัยเสมอมา

อึ่งผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่าน ที่ได้ประสิทธิ์ประสาทวิชาความรู้ แก่ข้าพเจ้าด้วยดีตลอดมา

ท้ายสุดนี้ ผู้วิจัยขอระลึกถึงพระคุณของคุณพ่อ คุณแม่ ที่ได้ให้ความรัก ความห่วงใย และสนับสนุนให้กำลังใจโดยตลอด จนงานวิจัยสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี

ปราณี อยู่ศิริ

สารบัญ

บทที่		หน้า
1	บทนำ	1
	คำนำ	1
	ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า	2
	ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า	2
	ข้อตกลงเบื้องต้น	3
	ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า	3
	นิยามศัพท์เฉพาะ	4
2	เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย	6
	ความวิตกกังวล	6
	ประเภทของความวิตกกังวล	8
	ปัจจัยที่มีผลต่อความวิตกกังวล	11
	สภาพความวิตกกังวลกับการแข่งขันกีฬา	13
	ทฤษฎีความวิตกกังวล	14
	สาเหตุของความวิตกกังวลทางด้านการกีฬา	18
	การวัดความวิตกกังวล	19
	วิธีควบคุมความวิตกกังวล	21
	เจตคติต่อการเล่นกีฬา	22
	เจตคติเกี่ยวกับความสำเร็จในการเล่นกีฬา	24
	ความแตกต่างของเจตคติที่เกี่ยวกับความสำเร็จในการเล่นกีฬา	27
	ลักษณะของเป้าหมายและกระบวนการจูงใจในกีฬา	30
	องค์ประกอบความเชื่อของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองของนักกีฬา	31
	การวิจัยในต่างประเทศ	34
	การวิจัยในประเทศไทย	40
3	วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า	46
	แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง	46
	เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูล	47
	วิธีการดำเนินการรวบรวมข้อมูล	47
	วิธีจัดกระทำกับข้อมูล	48

บทที่	หน้า
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	49
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	49
การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล	49
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	51
5 สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ	72
ความมุ่งหมายในการศึกษาค้นคว้า	72
แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง	72
เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล	72
วิธีจัดกระทำกับข้อมูล	73
สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล	73
อภิปรายผล	77
ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยต่อไป	79
บรรณานุกรม	81
ภาคผนวก	87
ประวัติย่อของผู้วิจัย	92

บัญชีตาราง

ตาราง		หน้า
1	ความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองและความเชื่อเกี่ยวกับการทำให้ประสบความสำเร็จในการเล่นกีฬา	32
2	จำนวนนักกีฬา	46
3	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (N=181)	51
4	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒจำแนกตามเพศ	52
5	ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒจำแนกตามประเภทกีฬา	53
6	ค่าร้อยละคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (N=181)	54
7	ค่าร้อยละคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒจำแนกตามเพศ	55
8	ค่าร้อยละคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒจำแนกตามประเภทกีฬา	56
9	ค่าร้อยละคะแนนความเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒจำแนกตามเพศ	57
10	ค่าร้อยละคะแนนความเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒจำแนกตามประเภทกีฬา	58
11	ค่าร้อยละคะแนนความเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒจำแนกตามเพศ	59
12	ค่าร้อยละคะแนนความเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒจำแนกตามประเภทกีฬา	60
13	ค่าร้อยละของรูปแบบเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (N=181)	61

ตาราง		หน้า
14	คำร้อยละของรูปแบบเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของ นักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒจำแนกตามเพศ	63
15	คำร้อยละของรูปแบบเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของ นักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒจำแนกตามประเภทกีฬา	65
16	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่ เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ (N=181)	67
17	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่ เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒเพศชาย (N=118)	68
18	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่ เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒเพศหญิง (N=63)	69
19	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่ เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒประเภทบุคคล (N=75)	70
20	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่ เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒประเภททีม (N=106)	71

บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลตามสถานการณ์และความวิตกกังวล อันเป็นลักษณะนิสัย	11
2 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลและความสามารถในการเล่นกีฬา	14
3 แสดงทฤษฎีแรงขับ	15
4 แสดงทฤษฎีอักษรยูกว่า	16
5 แสดงทฤษฎีอักษรยูกว่า และโซนของพลังงานที่เหมาะสม (Zone of Optimal Energy)	18
6 ทิศทางของรูปแบบเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา ของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ	62
7 ทิศทางของรูปแบบเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา ของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒจำแนกตามเพศ	64
8 ทิศทางของรูปแบบเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา ของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒจำแนกตามประเภทกีฬา	66

บทที่ 1

บทนำ

คำนำ

ปัจจุบันจิตวิทยาการกีฬาได้มีบทบาทเป็นอย่างมากในการที่จะทำให้นักกีฬาแต่ละคนประสบความสำเร็จ และมีความสำคัญเท่าเทียมกันกับการสร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย และทักษะของนักกีฬา (สมบัติ กาญจนกิจ และ สมหญิง จันทน์.2541:2) การที่นักกีฬามีความจำเป็นที่ต้องฝึกทางจิตใจ เนื่องจากสถานการณ์การฝึกซ้อมและการแข่งขันทำให้นักกีฬาเกือบทุกคนต้องมีความวิตกกังวล ความวิตกกังวลของนักกีฬานั้นมีความแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ซึ่งอยู่ในระดับที่ต่างกัน จากการศึกษาด้านจิตวิทยาการกีฬานักจิตวิทยาการกีฬาหลายท่านพบว่า หากความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นนั้นมีมากหรือน้อยเกินไป ก็จะส่งผลถึงเจตคติ สภาพจิตใจและการแสดงความสามารถสูงสุดในการแข่งขันของนักกีฬาได้

ความวิตกกังวลเป็นสภาวะปกติของมนุษย์ทุกคน ที่ควรจะต้องมีอยู่ในระดับพอดี จึงจะเกิดความตื่นตัวและพร้อมที่จะปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ ในการดำเนินชีวิตได้ดี หากแต่ระดับความวิตกกังวลจะมีมากหรือน้อยนั้นเป็นผลมาจากความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย ซึ่งจะมีลักษณะตามความแตกต่างระหว่างบุคคล และจากสถานการณ์ที่บุคคลหรือนักกีฬาเข้าไปเกี่ยวข้อง เช่น นักกีฬาที่เข้าแข่งขันในระดับประเทศเป็นครั้งแรก หรือประชาชนคาดหวังว่าเขาจะชนะในการแข่งขัน สิ่งต่าง ๆ เหล่านี้จะทำให้นักกีฬาเกิดความวิตกกังวลมาก เพราะตกอยู่ในสถานการณ์ที่มีความกดดันสูง ประกอบกับถ้านักกีฬา มีระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยสูง ก็จะยิ่งไปเพิ่มความวิตกกังวลตามสถานการณ์ให้มากยิ่งขึ้น

ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬานั้น จึงเป็นพื้นฐานและแนวโน้มของความวิตกกังวลประเภทต่าง ๆ ว่าจะมีมากหรือน้อยก็ขึ้นอยู่กับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬาแต่ละคนว่าเป็นเช่นไร

ในการแข่งขันนั้น นักกีฬาย่อมเกิดความวิตกกังวลอยู่ในระดับใดระดับหนึ่ง ทั้งนี้เพราะความวิตกกังวล เป็นความรู้สึกกลัวต่อสิ่งที่จะเกิดขึ้นจากการคาดการณ์ล่วงหน้าว่าจะผิดหวัง ล้มเหลว หรือเป็นอันตราย จากประสบการณ์ที่ได้รับมาในอดีตและสภาพอารมณ์ที่เกิดขึ้นในขณะนั้น (สุปราณี ขวัญบุญจันทร์.2541:52) ซึ่งในการแข่งขันนักกีฬาย่อมคาดหวังที่จะประสบความสำเร็จ และขณะเดียวกันก็จะกลัวความผิดหวัง จึงเกิดความวิตกกังวลขึ้น

การคาดการณ์ล่วงหน้าถึงความสำเร็จหรือล้มเหลวของนักกีฬานั้นเกิดจากการที่นักกีฬามีเจตคติที่มีต่อการเล่นกีฬาเป็นเช่นใดซึ่งเจตคติที่มีต่อการเล่นกีฬานั้น ดูด้า (Duda.1993:421-422) ได้แบ่งออกเป็น 2 ชนิด ชนิดแรกคือเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงาน

(Task Orientation) นักกีฬาที่มีเจตคตินี้จะเล่นกีฬาด้วยความพยายาม (มุ่งมั่น) เช่น การเล่นเพื่อพัฒนาทักษะและฝีมือในการเล่นของตนให้ดียิ่ง ๆ ขึ้น โดยไม่ได้ให้ความสำคัญต่อผลการแข่งขันว่าจะ แพ้-ชนะ แต่จะเชื่อว่าความพยายามจะนำไปสู่ความสำเร็จ ชนิดที่สอง คือเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเอง (Ego Orientation) นักกีฬาที่มีเจตคตินี้จะเล่นกีฬาโดยมุ่งที่ผลการแข่งขันแพ้-ชนะ ซึ่งเชื่อว่าความสามารถและปัจจัยภายนอก เช่น รางวัล ชื่อเสียง เป็นปัจจัยที่สำคัญนำไปสู่ความสำเร็จและส่งเสริมสถานภาพทางสังคมให้สูงขึ้น

เจตคติที่มีต่อการเล่นกีฬานักกีฬาทั้ง 2 ชนิดนั้น จะพบได้ว่า การแสดงออกในการเล่นกีฬามีความแตกต่างกัน หรือแม้แต่วิธีการวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬาแต่ละคนก็มีความแตกต่างเช่นเดียวกัน ซึ่งแต่ละระดับนั้นสามารถบ่งชี้ถึงความตื่นตัวของนักกีฬาในการเล่นกีฬาได้เป็นอย่างดี

ดังนั้นผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาถึงความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยว่าจะมีความสัมพันธ์กับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒอย่างไร ทั้งนี้เพื่อนำผลของการวิจัยนี้ไปเป็นแนวทางในการหาความวิตกกังวลของนักกีฬา และเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองในการเล่นกีฬานักกีฬา ในการฝึกซ้อมและแข่งขันได้อย่างมีประสิทธิภาพ พร้อมทั้งสามารถพัฒนาให้นักกีฬามีศักยภาพเพิ่มขึ้นตลอดจนนักกีฬาสามารถควบคุมตนเองและแสดงความสามารถสูงสุดได้ในการแข่งขัน

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬานักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. เพื่อศึกษาถึงทิศทางของรูปแบบเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา ตามเพศและประเภทกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
3. เพื่อศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย และเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา ของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ความสำคัญของการศึกษาค้นคว้า

1. ทำให้ทราบถึงระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย และเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา ของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. ทำให้ทราบถึงทิศทางของรูปแบบเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา ตามเพศและประเภทกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

3. ทำให้ทราบถึงความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย และเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

4. ทำให้นักกีฬา ผู้ฝึกสอนและผู้ที่เกี่ยวข้องกับการกีฬาที่จะได้ตระหนักถึงความสำคัญของความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา

5. เป็นแนวทางในการศึกษาวิจัยในครั้งต่อไป

ข้อตกลงเบื้องต้น

1. ในการศึกษาครั้งนี้ไม่ควบคุมตัวแปรอื่น ๆ ที่อาจมีผลทำให้ผู้เข้ารับการทดสอบเกิดความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยมากกว่าหรือน้อยกว่าปกติ

2. กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ตอบแบบสอบถามด้วยความเต็มใจตามความรู้สึกของความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาที่เกิดขึ้นกับนักกีฬานั้นเอง

ขอบเขตของการศึกษาค้นคว้า

1. กลุ่มประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักกีฬาของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่จะเข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัย ครั้งที่ 26 ทั้งหมด จำนวน 181 คน

2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ โดยได้มาจากการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ทั้งหมดเป็นนักกีฬาของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ แบ่งเป็น

2.1 กีฬาประเภทบุคคล เป็นนักกีฬาชาย 43 คน นักกีฬาหญิง 32 คน รวม 75 คน

2.2 กีฬาประเภททีม เป็นนักกีฬาชาย 75 คน นักกีฬาหญิง 31 คน รวม 106 คน

3. ตัวแปรที่ศึกษา

3.1 ตัวแปรอิสระ คือ

3.1.1 เพศ

3.1.2 ประเภทกีฬา

3.2 ตัวแปรตาม ได้แก่

3.2.1 ระดับคะแนนของความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

3.2.2 ระดับคะแนนของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. ความวิตกกังวล (Anxiety) หมายถึง ความรู้สึกกลัวที่เกิดขึ้นจากการคาดการณ์ล่วงหน้าว่าจะผิดหวัง ล้มเหลว หรือเป็นอันตราย ซึ่งเป็นตัวสาเหตุที่ทำให้ความเชื่อมั่นลดลง ยิ่งเป็นความวิตกกังวลมาก ความมั่นใจก็จะย่อมลดน้อยลง ทำให้เกิดความรู้สึกไม่แน่ใจ ลังเล ซึ่งเป็นสิ่งทำให้ความสามารถทางด้านการวินิจฉัยและขีดความสามารถของการแสดงออกทางทักษะลดลง (พิระพงษ์ บุญศิริ.2536 : 82)

2. ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (Trait Anxiety) หมายถึง ความวิตกกังวลที่มีลักษณะค่อนข้างถาวร ไม่ว่าจะทำกิจกรรมใดๆ ก็จะทำให้เกิดความวิตกกังวลอยู่เสมอ ผู้ที่มีความวิตกกังวลประเภทนี้นั้นมักเป็นบุคคลที่มีความหวังสูงและรู้สึกกลัวที่จะผิดหวัง (สุปราณี ขวัญบุญจันทร์.2541 : 53) ความวิตกกังวลประเภทนี้จะเกิดขึ้นกับบุคคลในสถานการณ์ทั่วไปทุกสถานการณ์ จะมีความเข้มข้นระดับต่ำแต่จะเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่อง ระยะเวลาอันยาวนาน จนเป็นลักษณะนิสัยประจำตัวของบุคคล คือถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของบุคลิกภาพ (อำพล โองเคลือบ. 2515 : 15) ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยนี้สามารถวัดได้โดยใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะนิสัย เอส ซี เอ ที (Sport Competition Anxiety Test :SCAT) ของ มาเตนส์ (Martens. 1977 : 698) ฉบับภาษาไทยโดย พิชิต เมืองนาโพธิ์ (พิชิต เมืองนาโพธิ์. 2536 :6)

3. เจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา หมายถึง แนวความคิดของนักกีฬามหาวิทยาลัย เกี่ยวกับความสำเร็จในการเล่นกีฬา ซึ่งแบ่งออกเป็น 2 ชนิดคือ เจตคติที่เกี่ยวข้องกับงาน และเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเอง วัดโดยใช้แบบทดสอบวัดเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา (Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire : TEOSQ) ของ ดูด้า (Duda.1989 : 38) ฉบับภาษาไทย โดยนฤพนธ์ วงศ์จตุรภัทร (Li et al. 1996 : 208 - 213)

4. เจตคติที่เกี่ยวข้องกับงาน (Task Orientation) หมายถึง แนวความคิดเกี่ยวกับความสำเร็จในการเล่นกีฬานักกีฬา ที่เกี่ยวข้องกับการกำหนดเป้าหมายที่เกิดจากความพยายาม (มุ่งที่งาน) เชื่อว่าความพยายามจะนำไปสู่ความสำเร็จ

5. เจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเอง (Ego Orientation) หมายถึง แนวความคิดเกี่ยวกับความสำเร็จในการเล่นกีฬานักกีฬา ที่เกี่ยวข้องกับการกำหนดเป้าหมายที่เกิดจากปัจจัยภายนอก (มุ่งผลแพ้ – ชนะ) สูง รับรู้ว่ามีผลระเบียบข้อบังคับของการเล่น ความสามารถ และปัจจัยภายนอกเป็นปัจจัยที่สำคัญนำไปสู่ความสำเร็จ

6. กีฬามหาวิทยาลัย หมายถึง การแข่งขันกีฬาระดับมหาวิทยาลัยที่ดำเนินการจัดการแข่งขันโดยมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ณ กรุงเทพมหานคร ๙ ครั้งที่ 26 วันที่ 29 มกราคม – 5 กุมภาพันธ์ 2542

7. นักกีฬามหาวิทยาลัย หมายถึง นักกีฬาตัวแทนมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่เข้าร่วมแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัย ครั้งที่ 26
8. ตัวแทนนักกีฬาประเภทบุคคล หมายถึง นักกีฬามหาวิทยาลัยที่เล่นกีฬาเฉพาะบุคคล ซึ่งยึดถือความสามารถเฉพาะรายบุคคล
9. นักกีฬาประเภททีม หมายถึง นักกีฬาที่เล่นกีฬาประเภทชุดสัมพันธ์ในการเล่นของทีมเป็นหลัก

บทที่ 2

เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

การนำเสนอเอกสารและการวิจัย ผู้วิจัยได้นำเสนอเป็นขั้นตอนดังนี้

1. ความวิตกกังวล
2. เจตคติที่มีต่อกีฬา
3. เจตคติเกี่ยวกับความสำเร็จในการเล่นกีฬา
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1 ความวิตกกังวล

เป็นความรู้สึกกลัวต่อสิ่งที่จะเกิดขึ้นจากการคาดการณ์ล่วงหน้าว่าจะผิดหวัง ล้มเหลว หรือเป็นอันตราย ความวิตกกังวลเกิดขึ้นได้จากประสบการณ์ที่ได้รับมาในอดีต และสภาพอารมณ์ที่เกิดขึ้นในขณะนั้นด้วย ซึ่งมีนักวิชาการหลายท่านได้ให้ความหมายคำว่า “ความวิตกกังวล” ไว้ในทัศนะคติต่าง ๆ กัน ซึ่งผู้วิจัยขอเสนอเพื่อเป็นแนวทางในการศึกษาดังต่อไปนี้

ลิปคิน และ โคเฮน (Lipkin and Cohen. 1973 : 10) ได้ให้ความหมายของความวิตกกังวลไว้ว่า ความวิตกกังวล หมายถึง ความรู้สึกเครียด ความไม่สบาย ความกระวนกระวายและความกลัวซึ่งเกิดขึ้นจากความกดดันซึ่งอาจทราบหรือไม่ทราบสาเหตุก็ได้

ฟรอยด์ (Freud. 1978 : 96) ได้ให้ความหมายของความวิตกกังวลไว้ว่า ความวิตกกังวลเป็นภาวะหนึ่งของอารมณ์ (Emotion) ที่เกิดจากกระบวนการของจิตใต้สำนึกซึ่งเป็นความรู้สึกขัดแย้งภายในจิตใจ ระหว่างการตอบสนอง ความต้องการของตนเองหรือมโนคติที่มีต่อตนเอง (Ego) กับ สภาพความต้องการโดยธรรมชาติ (Id)

ไรครอฟท์ (Rycroft. 1978 : 45) ได้อธิบายว่า ความวิตกกังวลเป็นความรู้สึกของการเตรียมพร้อม เพื่อเผชิญกับสิ่งที่คาดว่าจะเกิดขึ้นหรือเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่ไม่คุ้นเคย ซึ่งภาวะเช่นนี้จะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลตระหนักว่าจะมีอะไรบางอย่างมาคุกคามต่อตน แต่ตนเองยังไม่สามารถจะจัดการกับสิ่งนั้นได้ เนื่องจากสิ่งนั้นยังไม่ได้เกิดขึ้นกับตนจริง ๆ ซึ่งถ้าหากสิ่งที่คาดไว้นั้นเกิดขึ้นแล้วหรือบุคคลได้รู้อย่างแจ่มชัดในสิ่งที่คาดหวังแล้ว ความวิตกกังวลก็จะหมดไป เพราะไม่ต้องเตรียมพร้อมที่จะเผชิญกับปัญหา และสภาวะอารมณ์ชนิดอื่นก็จะเข้ามาแทนที่ความวิตกกังวล ไรครอฟท์ เชื่อว่าประสบการณ์ทั้งหลายที่บุคคลยังไม่เคยผ่านหรือพบมาก่อนสามารถก่อให้เกิดความวิตกกังวลได้ทั้งสิ้น ไม่ว่าประสบการณ์จะน่าพึงพอใจหรือไม่ก็ตาม

เฮอร์เนย์ (Herney. 1942 : 7) ได้อธิบายความวิตกกังวลมีลักษณะคล้าย ๆ กับความกลัวแตกต่างกันตรงที่ว่าความวิตกกังวลเป็นความกลัวอย่างมวงมวายไร้เหตุผล เป็นความกลัวโดยไม่ทราบสาเหตุว่าสิ่งที่เขากลัวนั้นคืออะไร ด้วยเหตุนี้เขาจึงไม่สามารถที่จะตัดต้นตอของความกลัวที่ไม่ทราบสาเหตุนั้นได้ ส่วนความกลัวโดยทั่ว ๆ ไปนั้นเป็นความรู้สึกทั่ว ๆ ไปที่ทุกคนมักประสบและรู้จักจากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริง ๆ ตลอดจนมีปฏิกิริยาโต้ตอบอย่างได้สัดส่วนกับสภาพอันตรายซึ่งความรู้สึกเช่นนั้นจะเกิดขึ้นเป็นครั้งคราว เฉพาะเมื่อเผชิญกับสภาพอันตรายเท่านั้น

บาโซวิทซ์ (Basowitz. 1955 : 20) ได้ให้ความเห็นว่าความวิตกกังวลเป็นสภาพอารมณ์ที่เกิดจากแรงขับภายใน (Inner Drive) เป็นความรู้สึกที่ไม่ชัดเจน ไม่แน่นอน เลื่อนลอย สับสน บั่นป่วน ตึงเครียด ไม่สบายใจและเจ็บปวด บุคคลจะมีความรู้สึกว่าเขาถูกคุกคามข่มขู่จากเหตุการณ์ใดเหตุการณ์หนึ่งซึ่งอาจเกิดขึ้นหรือไม่เกิดขึ้นจริง ๆ ก็ได้ ความรู้สึกเช่นนี้ทำให้มีปฏิกิริยาอย่างไม่ได้สัดส่วนกับสภาพอันตราย เนื่องจากคิดสร้างมโนภาพเพิ่มเติมขึ้นเองโดยไม่สามารถแยกความแตกต่างระหว่างตนเองกับสถานการณ์ ไม่สามารถแยกอันตรายออกจากตนเอง ไม่สามารถแยกสิ่งที่เกี่ยวข้องออกจากสิ่งที่ไม่เกี่ยวข้อง และไม่สามารถแยกความจริงออกจากความไม่จริงได้ บุคคลใดที่อยู่ในสภาพเช่นนี้ จะมีความวิตกกังวลอยู่ตลอดเวลา โดยมีความรู้สึกว่าจะมีสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่น่ากลัวเกิดขึ้นแต่ไม่รู้ว่าสิ่งนั้นคืออะไร และมีสาเหตุมาจากอะไร ถ้าไม่สามารถทำให้ความรู้สึกเช่นนั้นหมดไป ความวิตกกังวล จะแผ่ขยายกว้างออกไปและจะรุนแรงขึ้นทุกที

อิงลิช (English. 1985 : 35) ได้ให้ความหมายของความวิตกกังวลสรุปเป็นข้อ ๆ ดังนี้

1. ความวิตกกังวลเป็นสภาวะ ของความไม่สบายใจ อันเนื่องมาจากความปรารถนาอันแรงกล้า และแรงขับไม่อาจไปถึงเป้าหมายที่ต้องการได้
2. ความวิตกกังวล หมายถึง ความกังวลอันว่าวุ่นสับสนว่าอาจมีสิ่งที่เลวร้ายเกิดขึ้นในอนาคต
3. ความวิตกกังวล หมายถึง ความกลัว ต่อเนื่องซึ่งอาจสังเกตเห็นได้อยู่ในระดับต่ำ
4. ความวิตกกังวล หมายถึง ความรู้สึกที่ตัวเองถูกข่มขู่ ซึ่งเป็นการขู่เข็ญที่น่ากลัว โดยบุคคลนั้นไม่อาจบอกได้ว่า สิ่งที่เขาารู้สึกว่ามาขู่เข็ญนั้นคืออะไร

ฮอลล์ และ ลินาเซย์ (Hall and Linazey. 1970 : 44) ได้กล่าวถึงความวิตกกังวลตามทฤษฎีของฟรอยด์ (Freud) ไว้ว่าความวิตกกังวล หมายถึง สภาวะของความตึงเครียดเป็นแรงขับ (Drive) คล้ายความหิวหรือความรู้สึกทางเพศ แตกต่างกันในที่สภาวะดังกล่าวไม่ได้เกิดตามสภาพร่างกายภายในหากแต่มีสาเหตุดั้งเดิมมาจากภายนอก เมื่อความวิตกกังวลถูกเร้าให้เกิดขึ้นจะสร้างแรงจูงใจบุคคลต้องทำอะไรบางอย่างเพื่อทดสอบสภาวะดังกล่าว จากความหมายดังกล่าวสรุปได้ว่า ความวิตกกังวลเป็นสภาพทางอารมณ์อันไม่พึงปรารถนาของบุคคลที่รู้สึกหวั่นกลัว ไม่สบายใจ ล้มเหลว หรือเป็นอันตรายจากการคาดเหตุการณ์ล่วงหน้าต่อเหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่จะเกิดขึ้น ถ้าบุคคลใดมีระดับความวิตกกังวลที่สูงหรือต่ำเกินไป จะทำให้เป็น

อันตรายต่อสภาพร่างกาย และสมรรถภาพการทำงานของร่างกายลดลงแต่ถ้าระดับความวิตกกังวลของคนเราอยู่ในระดับที่เหมาะสมก็จะทำให้เกิดประโยชน์ได้

จากความหมายที่นักวิชาการหลายท่านได้ให้ไว้ ผู้วิจัยสรุปได้ว่า ความวิตกกังวลเป็นการเตรียมพร้อมเพื่อเผชิญกับความรู้สึกกลัวต่อสิ่งที่เกิดจากการคาดการณ์ล่วงหน้าว่าจะผิดหวังทั้งจากสิ่งที่เคยมีประสบการณ์มาก่อนและไม่เคยมีมาก่อน ซึ่งเป็นภาวะหนึ่งของอารมณ์ที่เกิดจากกระบวนการของจิตใต้สำนึก ซึ่งเราให้เกิดแรงจูงใจให้กระทำบางอย่างเพื่อทดสอบสภาวะนั้น

ประเภทของความวิตกกังวล

สปีลเบิร์กเกอร์ (Spielberger. 1972 : 487-489) ได้แบ่งลักษณะความวิตกกังวลเป็น 2 ประเภทคือ

1. ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (Trait Anxiety) หรือ (A-Trait) คือความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัวของแต่ละบุคคล เป็นลักษณะที่ค่อนข้างจะคงที่และไม่ปรากฏออกมาในลักษณะของพฤติกรรมโดยตรง แต่จะเป็นตัวเสริมหรือตัวประกอบของความวิตกกังวลเฉพาะทางสถานการณ์ (A-State)

2. ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (State – Anxiety) คือความวิตกกังวลซึ่งเกิดขึ้นในเวลาเฉพาะหรือสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่จะทำให้เกิดความไม่พึงพอใจ หรือเกิดอันตรายมากระตุ้น และแสดงพฤติกรรมโต้ตอบที่สามารถสังเกตเห็นได้ในระยะเวลาช่วงที่ถูกกระตุ้นนั้น เป็นภาวะที่บุคคลรู้สึกตึงเครียด หวาดหวั่น กระวนกระวาย ระบบการทำงานของประสาทอัตโนมัติตื่นตัวสูง ซึ่งความรุนแรงและระยะเวลาที่เกิดจะแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคลซึ่งส่วนหนึ่งขึ้นอยู่กับลักษณะเฉพาะตัวและประสบการณ์ในอดีตของแต่ละบุคคล

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

1. ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (State Anxiety) เกิดขึ้นกับบุคคลแต่ละคนในบางสถานการณ์เท่านั้น
2. ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (Trait Anxiety) มักเกิดขึ้นกับบุคคลในสถานการณ์ทั่ว ๆ ไป

จะเห็นได้ว่าประเภทของความวิตกกังวลของสปีลเบิร์กเกอร์กับเลวิตเหมือนกันและในสถานการณ์แข่งขันกีฬานั้น ความวิตกกังวลทั้งสองประเภทจะเป็นตัวเสริมซึ่งกันและกัน ถ้าการแข่งขันมีความสำคัญ นักกีฬาที่มีความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยสูง จะเสริมให้นักกีฬานั้นมีความวิตกกังวลตามสถานการณ์สูงมากขึ้น

นอกจากนี้ มาร์เทนส์ (Martens. 1971:151-179) ได้อธิบายกระบวนการแข่งขันกีฬา กับการเกิดความวิตกกังวล ดังนี้

1. จุดมุ่งหมายของการแข่งขัน (Objective Competition Situation) เป็นเงื่อนไขสำคัญที่มีผลต่อการเล่นของนักกีฬาหากการแข่งขันนั้น ๆ มีความหมายหรือมีความสำคัญจะสร้างแรงกระตุ้น ที่เป็นแรงกดดันต่อการเล่น เกิดความเครียดทางร่างกาย เกิดเป็นความวิตกกังวลให้กับนักกีฬา เช่น การแข่งขันรอบตัดเชือก หากแพ้จะตกรอบ ชนะเท่านั้นจึงจะเข้ารอบ หรือการแข่งขันชิงชนะเลิศ ต้องชนะเท่านั้นจึงจะเป็นแชมป์ นอกจากนี้ยังรวมถึง จุดมุ่งหมายในการแข่งขันว่าเป็นการแข่งขันเพื่อชิงชนะเลิศ หรือเป็นเพียงการแข่งขันแบบเชื่อมความสัมพันธ์ แบบทีมเหย้า-เยือน เป็นการแข่งขันที่เน้นความสนุกสนาน ระดับการเกิดความวิตกกังวลก็จะแตกต่างกัน

2. การประเมินสถานการณ์การแข่งขัน (Subjective Competition Situation) เป็นนามธรรม เป็นสิ่งที่นักกีฬาหรือบุคคลนั้น ๆ รับรู้ คิด หรือประเมินสถานการณ์การแข่งขัน โดยเปรียบเทียบความสามารถของตนกับข้อเรียกร้องของสถานการณ์ เช่น ความสำคัญของการแข่งขัน การประเมินความสามารถของคู่ต่อสู้กับความสามารถของตนเอง มีผลต่อความคิด อารมณ์ และแรงจูงใจที่ส่งผลถึงการตอบสนองทางสรีระและพฤติกรรมการเล่นกีฬาหรือความสามารถในการเล่นกีฬานั้นเอง

3. การตอบสนอง (Response) ที่เกิดขึ้นหลังหรือพร้อม ๆ กับการรับรู้ และการประเมินการสนองตอบต่อสถานการณ์ ทั้งทางสรีรวิทยา เช่น หัวใจเต้นเร็วและแรงขึ้น เหงื่อออกตามมือ เท้า หรือปวดปัสสาวะ การตอบสนองทางจิตวิทยาและอารมณ์ เช่น ความกังวลใจ ตื่นเต้น รู้สึกเก็บกด กลัว รวมทั้งการตอบสนองทางพฤติกรรมทั้งก่อนและขณะแข่งขัน เช่น เดินไป-มา ไร้ความหมาย พูดมากกว่าปกติ ก่อนทำการแข่งขัน รวมถึงความสามารถในการเล่น อาจทำได้ไม่ดีเป็นไปตามศักยภาพที่มี หรือเล่นได้ไม่ดี ไม่มีความเชื่อมั่น และเล่นพลาด สิ่งเหล่านี้ทำให้เกิดผลที่ตามมาแตกต่างกัน

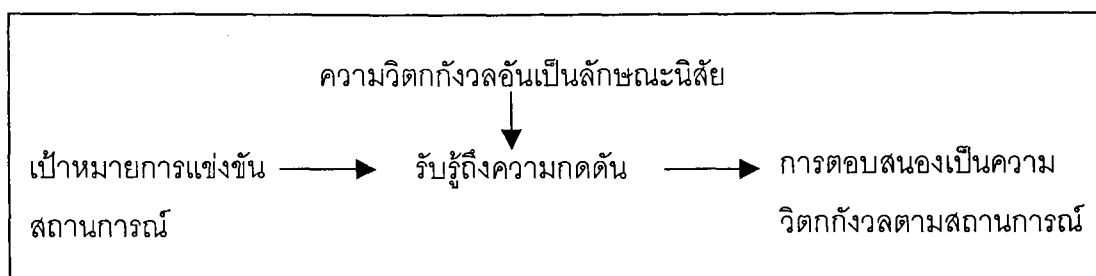
4. ผลที่ตามมา (Consequence) เป็นสิ่งที่ตามมาหลังการกระทำนั้น ๆ ทั้งที่เป็นผลทันที และผลที่ตามมาเมื่อการแข่งขันจบ ผลที่ตามมามีผลต่อกระบวนการจัดปรับความคิด การประเมินอารมณ์ และจัดปรับพฤติกรรมใหม่ หรือจัดปรับวิธีการเล่นขณะนั้น เช่น นักกีฬาวอลเลย์บอล เมื่อตัดสินใจตอบสนองโดยการตบลูกฝ่าการสกัดกั้นของฝ่ายตรงข้ามผลที่ตามมาคือฝ่ายตรงข้าม รับผิดชอบและได้กลับอย่างมีประสิทธิภาพมากกว่า ทำให้ต้องทบทวนใหม่ว่า การตบลูกครั้งต่อไปควรหักข้อมือหลบการบล็อกหรือใช้การหยอดลูกแทน เป็นต้น นอกจากนี้ผลที่ตามมาหลังเสร็จสิ้นการแข่งขันแล้ว ไม่ว่าแพ้หรือชนะ มีผลต่อการรับรู้ถึงผลสำเร็จหรือล้มเหลว ซึ่งความรู้สึกนี้แม้บางส่วนจะเกิดเองแต่ที่สำคัญคือการได้รับผลย้อนกลับจากคนหรือสังคมรอบข้าง รวมทั้งการกำหนด และการบรรลุเป้าหมายในการแข่งขัน แม้จะแพ้อาจจะรู้สึกว่าการแข่งขันประสบความสำเร็จได้เพราะผลการแข่งขันบรรลุจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้หรือได้รับการยอมรับจากคน

รอบข้าง ในทางตรงกันข้ามการชนะอาจรู้สึกว้าเหวได้ หากผู้เล่นประเมินว่าความสามารถของคู่ต่อสู้ต่ำกว่าและการแข่งขันนั้นไม่มีความหมายหรือความสำคัญ แม้ชนะก็ไม่สร้างความรู้สึกที่ดีได้

กระบวนการแข่งขันกับความวิตกกังวลเป็นกระบวนการที่สัมพันธ์ต่อเนื่องและมีการจัดปรับตลอดเวลา นับตั้งแต่การสร้างแรงกระตุ้น การประเมินการแข่งขันกับการรับรู้ถึงความสามารถของตนเอง การตอบสนองและผลที่เกิดขึ้นตามมาทั้งระยะสั้นและระยะยาว เช่น ก่อนการแข่งขันซึ่งแชมป์แห่งประเทศไทยที่มีความสำคัญอย่างยิ่ง เราประเมินความสามารถของคู่ต่อสู้ว่าเป็นทีมที่มีความสามารถมากกว่าเมื่อเทียบกับความสามารถของทีมของเรา ดังนั้น การเล่นต้องใช้ความระมัดระวังอย่างยิ่ง ดังนั้นความวิตกกังวลก่อนการแข่งขันย่อมมีมาก การเล่นจึงเป็นไปด้วยความตั้งใจและระมัดระวัง แต่เมื่อผลที่เกิดขึ้นหลังการแข่งขันผ่านไปพอประมาณอาจมีการประเมินความสามารถของคู่ต่อสู้และความสามารถของตนเองใหม่ เช่น ความสามารถของคู่ต่อสู้มีไม่มากเท่าที่เราประเมินหรือความสามารถของตนไม่น้อยกว่าคู่ต่อสู้ ความวิตกกังวลก็ลดลง การตอบสนองก็จะเปลี่ยนไปหรือมีการเลือกการตอบสนองใหม่ได้ แต่อย่างไรก็ตามก็ไม่ได้หมายความว่าการเล่นนี้จะคงที่ตลอดการแข่งขัน หากเกมส์การเล่นเปลี่ยนไป การประเมินสถานการณ์ตามผลที่เกิดขึ้นจะปรับเปลี่ยนไป

ความวิตกกังวลตามสถานการณ์และความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยเป็นองค์ประกอบสำคัญที่ทำให้เกิดแบบการตอบสนองทางความคิด การประเมิน และอารมณ์ แต่การให้ผลย้อนกลับและการประเมินของบุคคลใกล้ชิดรอบข้างนักกีฬาก็มีความสำคัญเช่นกันในการสร้างเจตคติต่อการกีฬาและการแข่งขัน ตลอดจนการประเมินความสามารถของตนเองและการประเมินสถานการณ์จนเกิดเป็นความวิตกกังวล ในระดับที่แตกต่างกัน

จากผลการวิจัยเกี่ยวกับความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬา พบว่าความวิตกกังวลตามสถานการณ์และความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยมีความสัมพันธ์กัน กล่าวคือนักกีฬาที่มีความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยสูงมักจะมีบุคลิกภาพในการประเมินสถานการณ์ไปในทางลบหรือยากเกินความสามารถ มักมีแนวโน้มที่จะประเมินความสามารถตนเองต่ำกว่าความเป็นจริงหรือต่ำกว่าคู่ต่อสู้รวมทั้งนักกีฬาที่มีบุคลิกภาพประเภทสมบูรณ์แบบ (Perfectionist) มักกังวลว่าทุกอย่างจะไม่สมบูรณ์แบบและมีมาตรฐานกิจกรรมต่าง ๆ ที่ค่อนข้างสูงมักกังวลกับทุกสถานการณ์ บุคคลประเภทนี้มักมีความวิตกกังวลตามสถานการณ์สูงด้วย แต่ในทางตรงกันข้ามหากนักกีฬาที่มีความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยต่ำก็มีความวิตกกังวลตามสถานการณ์ต่ำด้วย (สืบสาย บุญวีรบุตร.2540: 77 -78)



ภาพประกอบ 1 ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลตามสถานการณ์และความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย

สาเหตุของความวิตกกังวล แบ่งตามสาเหตุการเกิด เป็น 2 ชนิด ดังนี้

1. ความวิตกกังวลทางความคิด (Cognitive anxiety) เป็นความวิตกกังวลทางความคิด เป็นการรับรู้ เป็นอารมณ์ที่เกิดจากการประเมินสถานการณ์ต่าง ๆ กับความสามารถที่ตนเองมีอยู่ หรือคิดว่าตนเองมีอยู่ หากคิดว่าไม่มีความสมดุลกัน ระหว่างข้อเรียกร้องจากสถานการณ์ กับความสามารถของตนจนเกิดความวิตกกังวล บุคลิกภาพของแต่ละบุคคลมีผลต่อการประเมินสถานการณ์ที่กำลังเผชิญไปในทางลบหรือยากจนเป็นกังวล

2. ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic anxiety) เป็นปฏิกิริยาการเกิดความวิตกกังวลโดยการเปลี่ยนแปลงทางสรีระ เมื่อนักกีฬาคิดหรือประเมินว่าความสามารถที่ไม่สมดุลกับข้อเรียกร้องของสถานการณ์ที่เผชิญก็จะเกิดความกังวล และมีการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยา ตามมา เช่น การเครียดเกร็งของกล้ามเนื้อ ม่านตาขยาย เหงื่อออกตามฝ่ามือ ใจเต้นเร็วแรง ความดันเลือดสูง ขนลุก ปวดปัสสาวะ หรือมือสั่น เป็นต้น (สืบสาย บุญวีรบุตร.2540: 79)

ปัจจัยที่มีผลต่อความวิตกกังวล

1. การรับรู้ถึงความสามารถของตนเอง (Perceived Ability) การรับรู้ตนเองว่าประสบความสำเร็จหรือล้มเหลวจากการแข่งขันหรือเล่นกีฬามีผลต่อความเชื่อมั่น สร้างพื้นฐานที่ดีทางอารมณ์ และความภูมิใจในตนเอง ซึ่งมีผลต่อการเกิดความเครียดในระดับที่แตกต่างกัน การรับรู้ถึงความสามารถตนเองเกิดได้ทั้งจากการประเมินจากคนอื่นรอบข้างและการรับรู้ถึงความสามารถจริงทั้งก่อน ขณะ และหลังการแข่งขัน (Spielberger.1966 : 22)

2. การคาดหวังความสำเร็จสูง (Expectancy of success) และการกลัวที่จะเล่นได้ไม่ดี การเป็นผู้ที่ตั้งความหวังการเล่นและการแข่งขันสูง หวังความเป็นเลิศจากการแข่งขันกีฬาและกลัวแพ้ หรือเกรงที่จะเล่นได้ไม่ดีเท่าที่คาดหวัง หรือไม่สำเร็จดังที่ตนเองตั้งใจไว้หรือคนรอบข้างตั้งใจไว้ ทำให้เกิดความวิตกกังวลได้

3. การคาดว่าจะได้รับการประเมินที่ไม่ดีจากคนรอบข้าง (Expectancy of Negative Evaluation) เช่น จากโค้ช เพื่อนร่วมทีม พ่อแม่ ผู้ปกครอง คู่ครอง และสื่อมวลชนซึ่งมีความหมายมากกว่าคน หรือกลุ่มคนอื่นจะติเตียนหรือวิจารณ์ไปในทางที่ไม่ดี และหากเป็นเด็กมักกลัวผู้ใหญ่จะลงโทษ หรือผู้ใหญ่ไม่รักหากเล่นได้ไม่ดี (Scanlan.1978 : 144)

จากการศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลกับการแข่งขันกีฬา (Anxiety and Sport Competition) มาร์เตนส์ (Martens.1987 : 29-55) ได้แบ่งการศึกษาออกเป็น 3 ช่วง ดังนี้

1. ความวิตกกังวลก่อนการแข่งขัน (Precompetition Anxiety) สาเหตุ ดังนี้

1.1 ความวิตกกังวลว่าศักดิ์ศรี (Ego) จะลดลง กลัวเสียหน้าจึงต้องรักษาหน้าตัวเอง ดังนั้นความรู้สึกกลัวแพ้ กลัวเสียหน้า หรือกลัวว่าความเชื่อมั่นในตนเองจะถูกทำให้ลดลง กลัวอาย หากแพ้ หรือกลัวโค้ชต่อว่า ติเตียน หากแพ้ รวมทั้งกลัวว่าสื่อมวลชนจะวิจารณ์ไปในทางที่ไม่ดี หากเล่นแพ้ และที่สำคัญที่สุดคือกลัวสูญเสียความเชื่อมั่นในตนเองหรือความสามารถที่มี

1.2 ความหวังผลเลิศ (Positive Anticipation) หากมีการหวังผลเลิศก่อนการแข่งขัน จะทำให้เกิดการคาดหวังซึ่งทำให้เกิดความวิตกกังวล การหวังผลเลิศเกิดจากความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง หรือการถูกคาดหวังผลเลิศจากโค้ช เพื่อนร่วมทีม พ่อแม่ ผู้ปกครอง จะทำให้เกิดความกดดันและต่อเนื่องไปจนถึงความรู้สึกวิตกกังวลก่อนการแข่งขันเพราะกลัวว่าผลการแข่งขันจะไม่เป็นไปตามความคาดหวังทั้งของตนเองและคนรอบข้าง

1.3 กลัวผลที่เป็นลบ (Negative Outcome Certainly) กลัวว่าผลการแข่งขันจะออกมาไม่ดี ซึ่งเท่ากับเป็นการรับรู้ผลที่แน่ชัดจากการแข่งขันนั้นคือความพ่ายแพ้ที่เป็นจริงที่ยอมรับไม่ได้ว่าตนล้มเหลว ซึ่งเท่ากับเป็นการยอมรับว่าตนด้อยความสามารถ

อาการที่แสดงถึงความวิตกกังวลก่อนการแข่งขันกีฬานั้น อาจสังเกตเห็นได้ หรือถูกเก็บกดไว้ไม่แสดงอาการ แต่อย่างไรก็ตาม เมื่อมีความเครียดกับการแข่งขันมักแสดงอาการได้ ทั้งการเปลี่ยนแปลงทางสรีระ เช่น ท้องปั่นป่วน ปวดปัสสาวะ เหงื่อออกมาก สั่นตัวร่างกาย หายใจผิดปกติหงุดหงิดและการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์ เช่น ฉุนเฉียวหงุดหงิดง่าย รวมทั้งพฤติกรรมเปลี่ยน เช่น การเดินไปมาไร้ความหมาย พุดมากผิดปกติ เป็นต้น

2. ความวิตกกังวลในขณะแข่งขัน (Competition Anxiety)

นักกีฬามีความวิตกกังวลในขณะแข่งขันแตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับบุคลิกภาพที่แตกต่างกัน นักกีฬาที่มีความวิตกกังวลในการแข่งขันสูงมักจะประเมินการแข่งขันเป็นสถานการณ์ที่น่ากลัว มีความกดดันและมีความวิตกกังวลสูงกว่าน้อยกว่านักกีฬาที่มีความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยในการแข่งขันต่ำ มาร์เตนส์และกิลล์ (Martens and Gill.1972 : 698) พบว่าความวิตกกังวลตามสถานการณ์ มีผลต่อความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย ผลการแพ้-ชนะ มีผลต่อความวิตกกังวลหลังการแข่งขัน

ในการวัดความวิตกกังวลในการแข่งขัน มาร์เตนส์ (Martens) ได้สร้างเครื่องมือในการที่จะวัดความวิตกกังวลในการแข่งขันทั้งที่เป็นความวิตกกังวลในการแข่งขัน (Sport Competition Anxiety Test, SCAT) ที่สอบถามถึงลักษณะการตอบสนองต่อการแข่งขันกีฬาซึ่งจากการศึกษาพบว่าผู้หญิงมีความวิตกกังวลมากกว่านักกีฬาชาย ดังนั้นนักกีฬาหญิงมีแนวโน้มที่จะประเมินสถานการณ์การแข่งขันว่าน่ากลัว มีแรงกดดันและน่าวิตกมากกว่านักกีฬาชาย และนักกีฬาที่ประสบผลสำเร็จ และที่พอใจกับความสามารถในการเล่นของตนเองมีความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยต่ำกว่านักกีฬาที่ไม่ประสบผลสำเร็จและมีต่ำกว่า ที่มีความวิตกกังวลตามสถานการณ์สูงกว่านักกีฬาที่ชนะหรือนักกีฬาที่ประสบผลสำเร็จ

3. ความวิตกกังวลหลังการแข่งขัน (Post Competition Anxiety)

จากการศึกษาพบว่านักกีฬาทั้งหญิงและชายมีความวิตกกังวลหลังการแข่งขันทั้งสิ้น นักกีฬาที่ชนะมักมีความวิตกกังวลหลังการแข่งขันน้อยกว่าทีมแพ้ เพราะกลัวว่าจะได้รับการตอบสนอง หรือคำวิจารณ์ที่ไม่ดีจากคนรอบข้าง นักกีฬาบางคนอาจตอบสนองความวิตกกังวลหลังการแข่งขันในลักษณะที่แตกต่างกันได้ แม้ว่าไม่ปรากฏความวิตกกังวลก่อนการแข่งขันเลย เช่น จากการสัมภาษณ์ จอย ซีลิก (Joy Selig) แชมป์เทนนิสชายทีมชาติสหรัฐอเมริกา มหาวิทยาลัยแห่งรัฐโอเรกอน ปี 2532 ประเภท ฟลอร์เอ็กเซอร์ไซส์ และราวทรวงตัวของ มหาวิทยาลัยแห่งรัฐโอเรกอน ประเทศอเมริกา ให้สัมภาษณ์ว่าเธอไม่มีความวิตกกังวลหรือแสดงอาการวิตกกังวลก่อนการแข่งขัน แต่หลังการแข่งขันเกิดความเครียด และนอนไม่หลับประมาณ 2-3 คืน เพราะยังคงเห็นภาพได้ยินเสียงการแข่งขันรับรู้ถึงความรู้สึกเกร็งของกล้ามเนื้อรับรู้ถึงความกังวลในขณะที่แข่งขันในแต่ละอุปกรณ์ ซึ่งอาการนี้เรียกว่า (Delayed Anxiety) โดยปกตินักกีฬาที่แพ้หรือรับรู้ว่าคุณล้มเหลวก็มีความวิตกกังวลหลังการแข่งขันมากกว่านักกีฬาที่ชนะ

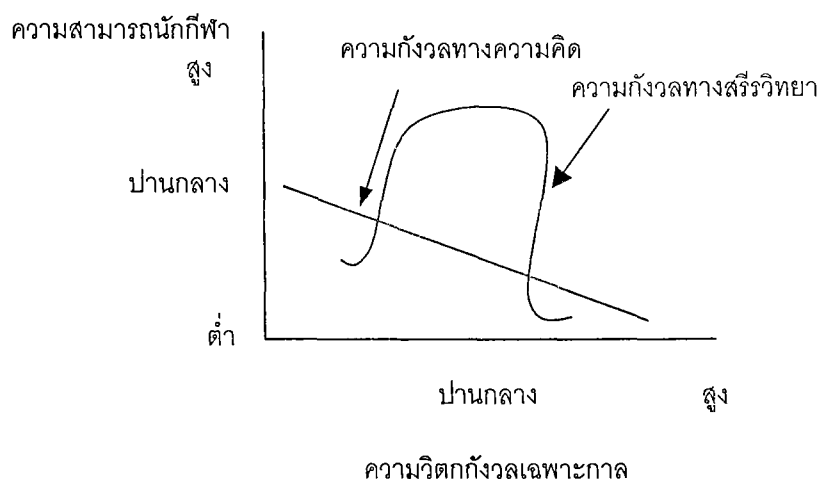
นอกจากนี้ยังมีนักกีฬาเด็ก หรือเยาวชน จำนวนไม่น้อยที่เลิกเล่นกีฬาเพราะไม่ชอบ และไม่สามารถทนต่อสภาวะที่มีความกดดันสูงจากการแข่งขันได้จึงตัดสินใจเลิกเล่นกีฬานี้มีคำถามที่ว่าการเล่นกีฬาสร้างแรงกดดันมากเกินไปหรือสร้างความวิตกกังวลสูงเกินไปหรือไม่ ดังนั้นจึงมีการวิจัยเกี่ยวกับแรงกดดันกับการแข่งขันกีฬาโดยเปรียบเทียบกับกิจกรรมอื่น ๆ ที่จัดให้เด็กในโรงเรียน พบว่าไม่เฉพาะการแข่งขันเท่านั้นที่สร้างความวิตกกังวล แต่การแสดงเดี่ยวในวงดนตรีก็ทำให้เกิดความวิตกกังวลได้เช่นเดียวกัน (สิบสาย บุญวีรบุตร.2539: 131-132)

สภาพความวิตกกังวลกับการแข่งขันกีฬา

ความวิตกกังวลมีการเปลี่ยนแปลงได้ตลอดการแข่งขันกีฬาทั้ง ก่อน ขณะและหลังการแข่งขัน คลาโวรา (Klavora.1977: 369-377) พบว่านักกีฬาจะมีความวิตกกังวลตามสถานการณ์สูงก่อนการแข่งขันกีฬา 1 สัปดาห์ และอีก 30 นาทีก่อนลงแข่งขัน นักกีฬาที่มีความวิตกกังวล

อันเป็นลักษณะนิสัยสูง ก็จะมีคามวิตกกังวลตามสถานการณ์สูงตามไปด้วย แต่อย่างไรก็ตาม ความวิตกกังวลสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตามผลการเล่นและการประเมินจากการเผชิญกับสถานการณ์นั้น ๆ โดยปกติความวิตกกังวลตามสถานการณ์ก่อนลงแข่งขันสูงกว่าขณะฝึกซ้อม

นอกจากนี้ความวิตกกังวลที่เกิดจากความคิด หรือทางปัญญาสัมพันธ์กับความสามารถในการเล่นกีฬาเป็นได้ทั้งแบบเป็นสัดส่วนที่เป็นเส้นตรง กล่าวคือเมื่อความวิตกเพิ่มมากขึ้นความสามารถก็จะลดลงหรืออาจเป็นแบบตัวยูกลับหัวหรือแบบเส้นโค้ง กล่าวคือเมื่อมีแรงกระตุ้นเพิ่มมากขึ้น ความสามารถในการเล่นก็ค่อย ๆ เพิ่มขึ้นเพราะนักกีฬาก็จะเล่น อย่างระมัดระวัง แต่หากมีความกดดันมากจนเปลี่ยนแรงกระตุ้นเป็นความวิตกกังวลจะทำให้ความสามารถในการเล่นลดลง



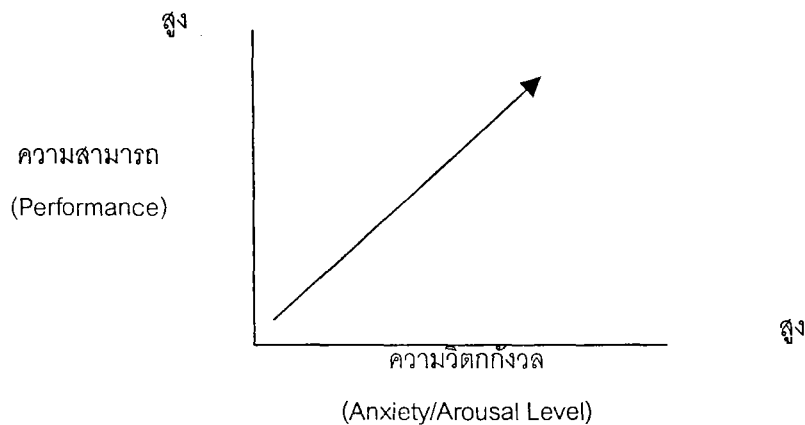
ภาพประกอบ 2 แสดงความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลและความสามารถในการเล่นกีฬา

เบอร์ตัน (Burton.1988 : 45-61) พบว่า ความสามารถของนักกีฬาว่ายน้ำสัมพันธ์เป็นแบบเส้นตรงกับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ทางความคิด กล่าวคือความวิตกกังวลทางความคิดสูง ความสามารถในการว่ายน้ำจะลดลง ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลตามสถานการณ์ทางสรีรวิทยากับความสามารถทางการกีฬาเป็นแบบเส้นโค้ง กล่าวคือแรงกระตุ้นปานกลางทำให้ว่ายน้ำได้ดี หากแรงกระตุ้นหรือความวิตกกังวลสูงหรือต่ำเกินไปทำให้ความสามารถในการว่ายน้ำลดลง

ทฤษฎีความวิตกกังวล

ได้มีทฤษฎีอธิบายถึงความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวล และความสามารถในการเล่นกีฬาไว้ 2 ทฤษฎีคือ

1. ทฤษฎีแรงขับ (Drive Theory)



ภาพประกอบ 3 แสดงทฤษฎีแรงขับ

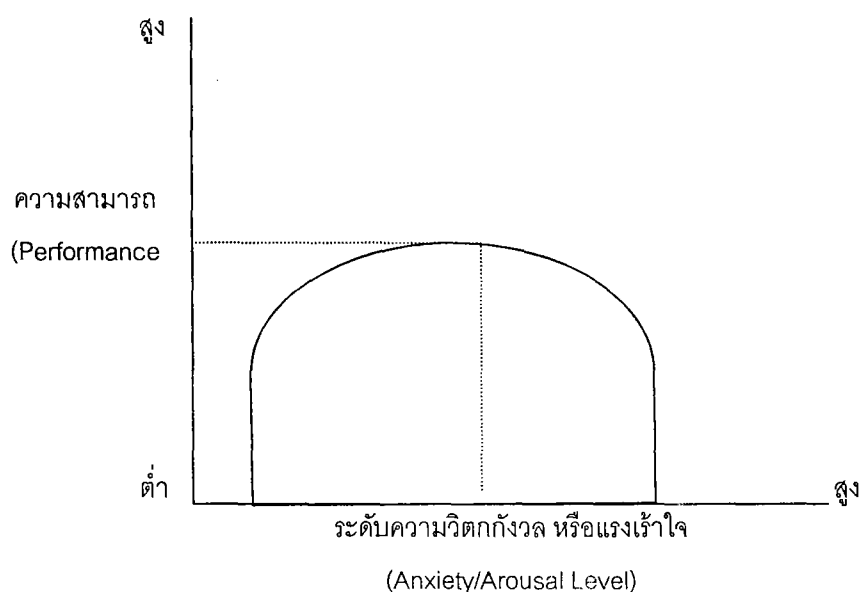
ทฤษฎีนี้กล่าวว่า ระดับของความวิตกกังวลจะเป็นสัดส่วนกับระดับความสามารถ ถ้านักกีฬามีความวิตกกังวลต่ำ จะมีความสามารถของนักกีฬาอย่างแท้จริง ดังนั้น ถ้ามีสิ่งเร้าใจ แรงกระตุ้นมากเกินไป จะทำให้ผลการแสดงความสามารถลดลง หรือแสดงไม่ได้จุดสูงสุด

สเปนซ์และสเปนซ์ (Spence and Spence, 1966 : 3-22) กล่าวว่าหลักทฤษฎีนี้ใช้อธิบายได้ในนักกีฬาประเภทที่ต้องการความแข็งแรงและพลังงานมาก ๆ เช่น กีฬายกน้ำหนัก หรือกีฬาอื่น ๆ ที่มีลักษณะคล้ายกัน ในทฤษฎีนี้นักจิตวิทยาการกีฬาส่งส่วนใหญ่ ไม่ค่อยให้การสนับสนุนทฤษฎีแรงขับนี้ เมื่อทฤษฎีแรงขับไม่สามารถตอบปัญหาได้ชัดเจน จึงมีกลุ่มนักวิชาการ กลุ่มนักจิตวิทยาการกีฬาก็ได้พยายามอธิบายทฤษฎีใหม่เรียกว่าทฤษฎีอักษรยูคว่ำ ซึ่งได้พยายามอธิบายถึงความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวล หรือแรงเร้าใจกับการแสดงความสามารถของนักกีฬาหรือในทักษะอื่น ๆ

2. ทฤษฎีอักษร ยูคว่ำ (Inverted – U Theory)

ทฤษฎีนี้กล่าวว่า ถ้ามีระดับความวิตกกังวลต่ำหรือสูงเกินไปจะทำให้มีความสามารถต่ำ แต่ถ้ามีระดับความวิตกกังวลเหมาะสมจะทำให้มีความสามารถสูง ทฤษฎีนี้เป็นที่ยอมรับโดยทั่วไป และใช้อธิบายได้ในการเล่นกีฬาเกือบทุกประเภท ภาพประกอบที่ 4

ดังนั้น ในขณะก่อนแข่งขันหรือระหว่างแข่งขัน นักกีฬาจะต้องควบคุมตนเองให้มีสภาวะความวิตกกังวลอยู่ในระดับเหมาะสมจึงจะทำให้ความสามารถที่แสดงออกสูง



ภาพประกอบ 4 แสดงทฤษฎีอักษรรูคว่ำ

ความวิตกกังวลมีทั้งผลดีและผลเสีย ซึ่งจะขึ้นอยู่กับระดับของความวิตกกังวลว่าจะอยู่ในระดับใด (สมบัติ กาญจนกิจ.2540 : 54 ; อ้างอิงมาจาก ศิริพร จิรวรรณกุล. 2530) ได้อธิบายถึงความวิตกกังวลไว้ว่าความวิตกกังวล ที่เกิดขึ้นกับบุคคลในแต่ละครั้งแต่ละบุคคลจะมีความรุนแรงไม่เท่ากัน ความรุนแรงจะมากน้อยเพียงใดนั้น ขึ้นอยู่กับว่าบุคคลรับรู้ต่อสิ่งที่มาคุกคามว่าเป็นอันตรายมากน้อยเพียงใด ซึ่งสิ่งคุกคามนั้นอาจมีจริงหรือเป็นเพียงความคิดของบุคคลเองก็ได้ ความวิตกกังวลที่เป็นปกติมีระดับการแสดงออกที่สัมพันธ์กับสาเหตุและไม่คงอยู่ตลอดเวลา ส่วนความวิตกกังวลที่ไม่เป็นปกติ มีระดับการแสดงออกที่ไม่สัมพันธ์กับสาเหตุและจะคงอยู่ตลอดเวลาและยังได้แบ่งระดับของความวิตกกังวลออกเป็น 4 ระดับ ดังนี้

1. ระดับต่ำ (Mild Anxiety + 1) บุคคลที่มีลักษณะการตื่นตัวดี กระตือรือร้น สามารถสังเกตการณ์สิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ได้ดี เรียนรู้ได้ มีความคิดริเริ่ม สามารถมองเห็นความเกี่ยวเนื่องของเหตุการณ์และอธิบายเรื่องราวต่าง ๆ ให้คนอื่นทราบได้อย่างชัดเจน

2. ระดับกลาง (Moderate Anxiety + 2) บุคคลรับรู้สิ่งต่าง ๆ ได้น้อยลง สนใจตื่นตัวมีสมาธิต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใดโดยเฉพาะ การรับรู้ต่อสิ่งแวดล้อม ความสามารถในการมองเห็นสถานการณ์และการแปลความหมายต่าง ๆ น้อยลงและจำกัด มีความรู้สึกท้าทายต้องการแก้ปัญหาเฉพาะหน้าให้ได้ มีความตื่นกลัวมากขึ้น แต่ยังรับรู้เข้าใจความเกี่ยวเนื่องของเหตุการณ์อยู่

3. ระดับสูง (Severe Anxiety + 3) เป็นภาวะวิตกกังวลในระดับรุนแรงทำให้บุคคลที่อยู่ในภาวะนี้มีการรับรู้ลดลง เลือกสนใจสิ่งกระตุ้น มีพลังมากขึ้น กระสับกระส่าย ลุกลุกกลนแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้น้อย ไม่รับรู้และไม่เข้าใจเหตุการณ์อย่างต่อเนื่อง บางคนมีอาการทางกาย

เช่น เบื่ออาหาร ความดันโลหิตสูงขึ้น ปวดท้อง คลื่นไส้ ท้องเดิน เป็นต้น เริ่มมีพฤติกรรมที่แสดงถึงความผิดปกติทางจิตใจ เช่น ซึมเศร้า แยกตัว

4. ระดับรุนแรง (Panic Anxiety + 4) เป็นระดับความวิตกกังวลที่รุนแรงที่สุดบุคคลในภาวะนี้จะไม่สามารถควบคุมตัวเองได้ ระบบการทำงานของร่างกายเพิ่มขึ้น มีความอดทนต่อสิ่งกระตุ้นต่าง ๆ ได้น้อย ไม่สามารถรับรู้สิ่งใหม่ ๆ ได้ หรือถ้ารับรู้ก็ผิดพลาด ความคิดเป็นเหตุเป็นผลลดลง แก้ปัญหาไม่ได้ มีความรู้สึกโกรธ ขาดที่พึ่ง เศร้าหดหู่ หมดอวล้ายตายอยากในชีวิต แยกตัวเอง พุดเสียงดังเร็วไม่ปะติดปะต่อเป็นประโยค หน้ามืดวิงเวียน (Martens and Landers.1970 :29-37)

บุคคลในภาวะปกติมีความวิตกกังวลในระดับ 1 ถึง 2 ถ้าระดับความวิตกกังวลถึงระดับ 3 และ 4 ถือว่าบุคคลนั้นตกอยู่ในภาวะฉุกเฉินทางจิตเวช ต้องได้รับการช่วยเหลือ เมื่อทฤษฎีอักษรยูคว่ำเป็นที่นิยม ฮาร์ดี (สมบัติ กาญจนกิจ. 2540 : 55 อ้างมาจาก Hardy. 1990) ได้วิพากษ์วิจารณ์ทฤษฎีนี้ว่า การสร้างความวิตกกังวล หรือแรงเร้าใจในระดับพอดี (Optimal Anxiety) จะต้องตกอยู่ที่จุดกลางหรือโซนกลางตลอดเวลา ซึ่งไม่น่าจะเป็นเช่นนี้เสมอไป

อย่างไรก็ดี ทฤษฎีอักษรยูคว่ำ (Inverted-U Theory) ได้รับความนิยมในการอธิบายพฤติกรรมการแสดงความสามารถ (Performance) กับระดับของความวิตกกังวลของนักกีฬาอยู่จนถึงปัจจุบัน และได้มีการพัฒนาแนวความคิดนี้ต่อไปจนเกิด เรียกว่า โซนของความเหมาะสม

3. ทฤษฎีโซนของพลังงานที่เหมาะสมของฮานิน (Hanin's Zone of Optimal Functioning: :ZOF) ฮานิน (Hanin. 1970 : 81-106) นักจิตวิทยาการกีฬารัสเซียได้อธิบายขยายความคิดต่อจากทฤษฎีอักษรยูคว่ำโดยขยายความให้ทางเลือกใหม่เกี่ยวกับการแสดงความสามารถเชิงกีฬา (Performance) กับระดับของความวิตกกังวล หรือแรงเร้าใจ (Anxiety or Arousal Level) โดยเขาเรียกสิ่งนี้ว่า "โซนของความเหมาะสม" (Zone of Optimal Functioning) เขาอธิบายว่านักกีฬาชั้นเยี่ยมแต่ละคนมีระดับความวิตกกังวลในโซนที่เหมาะสมไม่เท่าเทียมกันในการแสดงความสามารถสูงสุด และถ้านักกีฬามีระดับความวิตกกังวลออกนอกโซน เขาก็จะแสดงความสามารถต่ำกว่าปกติ ฮานิน (Hanin)เห็นความแตกต่างกับทฤษฎีรูปอักษรยูคว่ำอยู่ 2 ประการ คือ

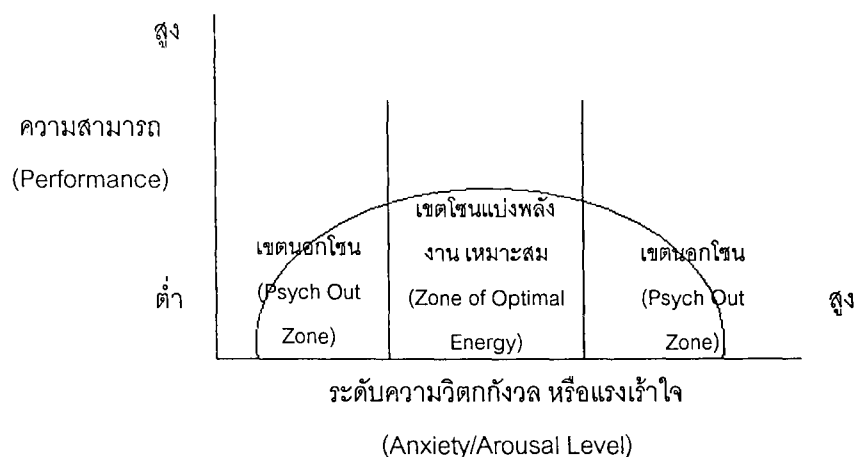
ประการแรก ระดับของความเหมาะสมของความวิตกกังวล ไม่จำเป็นต้องตกอยู่ในจุดกลางเสมอไปแต่สามารถเลื่อนได้ตามความเหมาะสมของนักกีฬาแต่ละคน หมายความว่า นักกีฬาบางคนอาจจะมีระดับความวิตกกังวลที่เหมาะสม อยู่ในโซนช่วงล่างบางคนอาจจะมีระดับความวิตกกังวลอยู่ในโซนกลาง หรือโซนสูงก็ได้ ดังนั้น โค้ช ผู้ฝึกสอนควรช่วยนักกีฬาค้นหาจุดหรือโซนที่เหมาะสม

ประการที่สอง ระดับความวิตกกังวล ไม่ได้เป็นจุด แต่เป็นทางยาว ดังนั้นผู้ฝึกสอนครูอาจารย์ ควรช่วยนักกีฬาค้นหาโซนของพลังงานที่มีความเหมาะสมจะได้พัฒนาศักยภาพสูงสุดของนักกีฬาเท่าที่จะพึงกระทำได้

หลังจากที่ฮานิน (Hanin) ได้เสนอทฤษฎีโซนของความเหมาะสมแล้ว มีนักจิตวิทยาการกีฬา อีกหลายท่านให้การสนับสนุนและได้ขยายการพัฒนาทฤษฎีนี้

ซิกเซนและมิฮาลยี (สมบัติ กาญจนกิจ และ สมหญิง จันทรุไทย. 2540 : 57 อ้างมาจาก Czikzent and Mihalyi. 1975) ได้อธิบายว่า การที่นักกีฬาจะแสดงความสามารถได้ดีเยี่ยมสูงสุดน่าจะมีระดับความวิตกกังวลหรือมีแรงเร้าใจในเขตแสดงความสามารถสูงสุด (Peak Performance for High Achievers) หรือ การแสดงความสามารถและการเป็นตัวของตัวเอง ซึ่งนักกีฬาหรือผู้แสดงความสามารถจะต้องมีสภาพการไหลลื่นอย่างมีคุณภาพ (Flow State) ซึ่งทฤษฎีการอธิบายเช่นนี้สอดคล้องกับขั้นแสดงความสามารถสูงสุด ซึ่งเป็นขั้นความต้องการสูงของมนุษย์ ดังที่ ปรีเวต (สมบัติ กาญจนกิจ และ สมหญิง จันทรุไทย. 2540 : 57 อ้างอิงมาจาก Privette.1983) กล่าวใน Peak Performance และ Self-Actualization ได้อธิบายและเรียกเขตนี้ว่า "Optimal Arousal States (OAS) หรือสภาพแรงเร้าใจที่เหมาะสมนั่นเอง

มาร์เตนส์ (Martens.1987 : 29) ได้อธิบายถึงสภาพการไหลลื่นนี้ จะสำเร็จได้เมื่อขาดความเครียด ความวิตกกังวล ความเหนื่อยหน่าย และเพิ่มความรู้สึกในทางบวก ความรู้สึกดี ๆ ซึ่ง มาร์เตนส์ได้เรียกว่า โซนของพลังงานที่เหมาะสม (Zone of Optimal Energy)



ภาพประกอบ 5 แสดงทฤษฎีอักษรยู่คว่ำ และโซนของพลังงานที่เหมาะสม (Zone of Optimal Energy)

สาเหตุของความวิตกกังวลทางด้านการกีฬา

ความวิตกกังวลเป็นความรู้สึกที่เราเป็นผู้ทำให้เกิดขึ้นเอง ด้วยการรับรู้ถึงสถานการณ์ต่าง ๆ การรับรู้ถึงสถานการณ์นี้สร้างปัญหาให้กับตัวเองเสมอ ๆ สาเหตุของความวิตกกังวล

ทางด้านการกีฬามีหลายประการดังต่อไปนี้ (ศิลปชัย สุวรรณธาดา. 2532 : 56)

1. การขาดความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง ความจริงแล้วสถานการณ์แข่งขันอาจไม่ได้ก่อให้เกิดความวิตกกังวล แต่การคิดว่าตนเองจะแสดงความสามารถต่ำได้รับความพ่ายแพ้ต่างหากที่ก่อให้เกิดความวิตกกังวล การคิดในทางที่ไม่ดีเกี่ยวกับความสามารถของตนเองนี้จะบิดเบือนสถานการณ์ที่กำลังจะเผชิญอยู่

2. การเชื่อในความวิตกกังวล และคิดว่าตนเองจะต้องมีความวิตกกังวลเป็นอีกสาเหตุหนึ่ง นักกีฬาบางคนรู้สึกว่าการไม่กระตือรือร้น และพร้อมที่จะแข่งขัน จนกว่าจะรับรู้ถึงความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นทั้งทางร่างกายและจิตใจ

3. ความสามารถที่แสดงออกในการแข่งขันที่ผ่านมาต่ำกว่ามาตรฐานของตนเอง มีความรู้สึกกังวลว่าเหตุการณ์ทำนองนี้จะเกิดขึ้นอีกในการแข่งขันครั้งต่อไป ถ้านักกีฬาย้อนกลับไปคิดถึงความผิดพลาดหรือพ่ายแพ้ที่เกิดขึ้นครั้งที่แล้วและรู้สึกกังวลเกี่ยวกับเหตุการณ์นั้นอีกก็จะทำให้นักกีฬาผู้นั้นรู้สึกวิตกกังวลมากขึ้น

4. การเชื่อว่าคุณค่าของตนเองขึ้นอยู่กับการแข่งขันความคิดนี้จะก่อให้เกิดความวิตกกังวลอย่างสูง ความสำคัญของสถานการณ์แข่งขันอาจจะบั่นทอนหรือทำลายการยอมรับจากบุคคลอื่น ดังนั้นในการแข่งขันที่มีความสำคัญ เช่น การแข่งขันเพื่อประเทศชาตินักกีฬาจะมีความวิตกกังวลสูงทั้งทางร่างกายและจิตใจ ทำให้การแสดงความสามารถต่ำกว่าที่คาดหวัง

5. ความพร้อมของร่างกายของนักกีฬาเช่น มีสมรรถภาพทางร่างกายต่ำไม่สมบูรณ์ อ่อนแอ มีการบาดเจ็บที่ยังรักษาไม่หายเป็นบาดเจ็บเรื้อรัง ซึ่งมีผลต่อการเล่นกีฬา สาเหตุเหล่านี้ก่อให้เกิดความวิตกกังวล

6. สภาพสิ่งแวดล้อม เป็นสิ่งหนึ่งที่ทำให้นักกีฬาเกิดความวิตกกังวล เช่น คนดูในสนาม สภาพของสนามดีเกินไป หรือไม่มีความปลอดภัยในการเล่น หรืออุปกรณ์การแข่งขันไม่คุ้นเคยในการแข่งขัน ดังนั้นในสภาพแบบนี้นักกีฬาจะมีความวิตกกังวลภายในจิตใจ ซึ่งมีผลต่อการแข่งขันได้

ดังนั้น จะเห็นว่าทุกคนไม่สามารถจัดความวิตกกังวลออกไปได้โดยสิ้นเชิงทั้งนี้ เพราะเกิดความกดดันขึ้นมากมายในการแข่งขัน อย่างไรก็ตาม นักกีฬาก็สามารถที่อาศัยความรุนแรงของความวิตกกังวลลงได้ โดยการเรียนรู้ทักษะทั้งทางร่างกาย และจิตใจเพื่อควบคุมความวิตกกังวลนี้ให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม ซึ่งจะเป็นผลทำให้นักกีฬาแสดงความสามารถได้อย่างเต็มที่และประสบความสำเร็จ

การวัดความวิตกกังวล (Measurement of Anxiety)

สุปราณี ขวัญบุญจันทร์ (2541:54-56) ได้กล่าวว่า การวัดความวิตกกังวลมีวิธีวัดได้

หลายอย่าง อาจใช้การวัดการทางกายภาพ ซึ่งต้องใช้เครื่องมือต่าง ๆ เช่น การวัดอัตราการเต้นของหัวใจ (Heart Rate) การวัดความดันโลหิต (Blood Pressure) การวัดกระแสไฟฟ้าบนผิวหนังและกล้ามเนื้อ (Electromyography) และการวัดทางเคมีชีวภาพ (Biochemical) เช่น การวัดระดับน้ำตาลในเลือด เป็นต้น อย่างไรก็ตาม การวัดโดยใช้เครื่องมือต่าง ๆ เหล่านี้ไม่ได้เป็นวิธีที่สะดวกและไม่สามารถนำมาใช้ได้ในขณะที่แข่งขันจริง นอกจากนั้นกระบวนการต่าง ๆ ในการวัดอาจทำให้นักกีฬาเกิดความเครียดหรือความวิตกกังวลมากกว่าเดิม ดังนั้น จึงมีอีกวิธีหนึ่งที่สามารถวัดได้และค่อนข้างจะเหมาะสมกว่า คือการสังเกตลักษณะอาการของนักกีฬาแต่การสังเกตลักษณะอาการต่าง ๆ นี้ สามารถวัดความวิตกกังวลได้อย่างคร่าว ๆ เท่านั้นไม่สามารถเจาะลึกลงไปรายละเอียดได้ การสังเกตลักษณะอาการต่าง ๆ สามารถสังเกตได้จากอาการทางกาย ทางจิตใจ และลักษณะทางพฤติกรรมที่แสดงออก

1. อาการทางกายที่เกิดขึ้นจากความวิตกกังวล
 - 1.1 ระดับอัตราการเต้นของหัวใจเพิ่มขึ้น
 - 1.2 ความดันโลหิตเพิ่มขึ้น
 - 1.3 เหงื่อออกมากกว่าปกติ
 - 1.4 ความถี่ของคลื่นสมองเพิ่มขึ้น
 - 1.5 อัตราการไหลเวียนโลหิตเพิ่มขึ้น
 - 1.6 จำนวนเลือดที่มาเลี้ยงผิวหนังลดลง
 - 1.7 เกิดการตึงตัวของกล้ามเนื้อมากกว่าปกติ
 - 1.8 อัตราการใช้ออกซิเจนเพิ่มขึ้น
 - 1.9 ระดับน้ำตาลในเลือดเพิ่มขึ้น
 - 1.10 ปากแห้ง
 - 1.11 ปัสสาวะบ่อย
 - 1.12 หลั่งสารอะดรีนาลิน (Adrenalin) เพิ่มขึ้น
2. อาการทางจิตใจที่เกิดขึ้นจากความวิตกกังวล
 - 2.1 คิดมาก
 - 2.2 รู้สึกไม่สบายใจ
 - 2.3 ไม่สามารถตัดสินใจได้ดังปกติ
 - 2.4 สับสนวุ่นวาย
 - 2.5 ขาดสมาธิ
 - 2.6 ไม่สามารถตั้งใจจดจ่อกับเป้าหมาย หรือการขาดความสนใจ
 - 2.7 ไม่สามารถควบคุมตนเองได้ตามปกติ
 - 2.8 ความสนใจลดลง
3. ลักษณะอาการทางพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความวิตกกังวล

- 3.1 พุดเร็วกว่าเดิม
- 3.2 กัดเล็บ
- 3.3 เคาะเท้า
- 3.4 ปิดกล้ามเนื้อ
- 3.5 หาวบ่อย
- 3.6 กระพริบตาบ่อย
- 3.7 มีอาการสั่น
- 3.8 เสียงไม่เหมือนเดิม

ลักษณะอาการทางพฤติกรรมเหล่านี้ง่ายต่อการสังเกต ดังนั้นผู้ฝึกสอนสามารถสังเกตพฤติกรรมต่าง ๆ ของนักกีฬาได้ว่ามีความวิตกกังวลมากน้อยเพียงใด ซึ่งเมื่อผู้ฝึกสอนรู้จักการสังเกตลักษณะอาการทางพฤติกรรมเหล่านี้แล้ว จะเป็นประโยชน์อย่างมากกับการจัดระดับความวิตกกังวล และการจัดการกับความเครียดของนักกีฬา นอกจากการวัดโดยใช้เครื่องมือทางวิทยาศาสตร์ และการสังเกตอาการต่าง ๆ แล้ว ยังมีการวัดความวิตกกังวลโดยใช้แบบทดสอบความวิตกกังวล ซึ่งแบบทดสอบความวิตกกังวลมีใช้อยู่หลายแบบ เช่น

1. แบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย
 - Spielberger's Trait Anxiety Inventory
 - The Cognitive Somatic Anxiety Questionnaire
2. แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์
 - Spielberger's State Anxiety Inventory
 - The Activation – Deactivation Checklist

ในปัจจุบันมีแบบทดสอบที่ใช้วัดความวิตกกังวลโดยตรงกับการกีฬายู่ 2 แบบทดสอบ คือแบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (Sport Competition Anxiety Test : SCAT) และแบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (The Competition State Anxiety Inventory – 2 CSAI – 2) ซึ่งแบบทดสอบทั้ง 2 แบบทดสอบนี้สร้างขึ้น โดย มาร์เตนส์ (Martens, 1977 : 157-168)

วิธีควบคุมความวิตกกังวล

วิธีการทางจิตวิทยาที่สามารถใช้ควบคุมความวิตกกังวล ที่ผู้วิจัยได้รวบรวมมานั้นมีหลายวิธี เช่น

1. การฝึกการคลายกล้ามเนื้อแบบต่อเนื่อง (Progressive Muscle Relaxation)
2. การฝึกการคลายกล้ามเนื้อแบบประยุกต์ (Applied Relaxation)
3. การผ่อนคลายแบบจินตนาการ (Imagery Relaxation)

4. การผ่อนคลายกล้ามเนื้อโดยการควบคุมการหายใจ (Breathing Technique)
5. การหยุดความคิด (Thought Stopping)
6. การคิดอย่างมีเหตุผล (Rationalization)
7. การเปลี่ยนแปลงความคิดเดิม (Cognitive Restructuring)
8. การจินตนาการ (Imagery)
9. การสะกดจิต (Hypnosis)
10. การทำสมาธิ (Meditation) (พิชิต เมืองนาโพธิ์. 2536 : 10)

คิลปชัย สุวรรณธาดา (2533 : 50) ได้กล่าวถึงการควบคุมความวิตกกังวล เพื่อให้ นักกีฬา มีระดับความวิตกกังวลที่เหมาะสม ซึ่งนักกีฬาหรือผู้ฝึกสอนควรที่จะรู้วิธีการควบคุม ความวิตกกังวลซึ่งมีอยู่หลายวิธี คือ

1. วิธีแบบง่าย (Simple Method) ประกอบด้วย

1.1 วิธีการทางร่างกาย

- 1.1.1 การออกกำลังกายหรือเคลื่อนไหวเป็นจังหวะ
- 1.1.2 การออกกำลังกายเพื่อเพิ่มช่วงการเคลื่อนไหวของข้อต่อ
- 1.1.3 การหายใจลึก ๆ

1.2 วิธีการทางจิตใจ

- 1.2.1 การยอมรับ
- 1.2.2 การเบี่ยงเบนความคิด
- 1.2.3 การคิดในทางที่ดี
- 1.2.4 การหัวเราะ

2. วิธีผ่อนคลายกล้ามเนื้อ (Muscle Relaxation Method)

3. วิธีฝึกสมาธิ (Meditation Method)

จะเห็นได้ว่าวิธีการในการควบคุมความวิตกกังวลมีหลายแบบดังได้กล่าวแล้ว ซึ่งการที่ นักกีฬาจะเลือกใช้วิธีการใดนั้นขึ้นอยู่กับสภาพความเหมาะสมในด้านตัวนักกีฬา และสภาพแวดล้อมต่าง ๆ (ชนะชัย วัฒนไชย. 2536 : 19)

นอกจากนี้ทัศนคติต่อการเล่นกีฬาและความคิดเกี่ยวกับความสำเร็จในการเล่นกีฬาก็ เป็นองค์ประกอบหนึ่งที่จะทำให้ เกิดความวิตกกังวลในนักกีฬาได้ ซึ่งผู้วิจัยจะได้เสนอในหัวข้อต่อไป

เจตคติต่อการเล่นกีฬา

เจตคติเป็นความเชื่อ ความรู้ของบุคคลที่มีต่อสิ่งต่าง ๆ เช่น บุคคล สิ่งของ การกระทำ สถานการณ์ และอื่น ๆ รวมทั้งท่าทีที่แสดงออกที่บ่งถึงสภาพของจิตใจที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

เจตคติเป็นนามธรรม และเป็นส่วนที่ทำให้เกิดการแสดงออกด้านการปฏิบัติ แต่เจตคติไม่ใช่แรงจูงใจ (Motive) และแรงขับ (Drive) หากแต่เป็นสภาพแห่งความพร้อมที่จะโต้ตอบ (State of Readiness) และแสดงให้เห็นถึงแนวทางในการสนองตอบของบุคคลต่อสิ่งเร้า

ความหมายของเจตคตินั้น ยังไม่เป็นที่ยอมรับตรงกันในกลุ่มจิตวิทยา หรือกลุ่มผู้ที่ทำการศึกษาเจตคติ ดังนั้นแต่ละกลุ่มก็ให้ความหมายไปคนละอย่างตามความเชื่อของตนเอง

จากการให้คำจำกัดความของนักทฤษฎีที่ศึกษาเรื่องเจตคติทั้งหลายพอสรุปคำจำกัดความรวม ๆ ดังนี้ เจตคติ เป็นความคิดเห็นซึ่งมีอารมณ์เป็นส่วนประกอบ เป็นส่วนที่พร้อมจะมีปฏิกิริยาเฉพาะอย่างต่อสถานการณ์ภายนอก (ประภาเพ็ญ สุวรรณ. 2520 :1-3) อย่างไรก็ตาม คำจำกัดความที่มีอิทธิพลมากที่สุดก็คือ คำจำกัดความที่ว่าเจตคติเป็นสภาวะทางจิตใจ และประสาท ซึ่งเกิดขึ้นจากประสบการณ์สภาวะความพร้อมนี้จะมีผลต่อการกำหนดทิศทางการแสดงออกของบุคคลในการโต้ตอบต่อสิ่งของ และสถานการณ์ที่เกี่ยวข้อง

จากความหมายของเจตคติดังได้กล่าวมาแล้วนั้น เจตคติที่มีต่อกีฬาหมายถึงความคิดที่มีอารมณ์เป็นส่วนประกอบ ซึ่งจะโน้มนำให้เกิดการแสดงออกที่แน่นอนต่อกีฬาและสถานการณ์ทางด้านกีฬา (Triandis.1971 : 59) เจตคติแยกได้ 3 องค์ประกอบคือ

1. องค์ประกอบทางความคิด (Cognitive Component) ได้แก่ความรู้ ความเชื่อ ความคิดรวบยอด หรือการรับรู้ต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใด ซึ่งอาจเป็นแง่ดีหรือไม่ดี เช่น ถ้าเรารับรู้ว่าการเล่นกีฬาดีหรือไม่ดีอย่างไร ก็จะทำให้เราเกิดเจตคติในทำนองนั้นต่อนักกีฬาได้

2. องค์ประกอบทางความรู้สึก (Affective Component) ได้แก่ความรู้สึก ส่วนบุคคลที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ซึ่งเป็นองค์ประกอบที่เกิดขึ้นต่อเนื่องจากองค์ประกอบแรก เช่น เกลียด รัก ชอบ ชลช ความรู้สึกนี้อาจจะแสดงออกทางสีหน้า ท่าทาง เมื่อเขาคิดเห็นหรือกล่าวถึงสิ่งนั้น

3. องค์ประกอบทางแนวโน้มที่จะกระทำพฤติกรรม (Action Tendency Component) เป็นความพร้อมหรือแนวโน้มที่จะมีการกระทำต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่งทิศทางใดทิศทางหนึ่ง ทั้งนี้หมายถึงแนวปฏิบัติที่จะแสดงออกโดยไม่ฝักใฝ่ต่อความคิดและความรู้สึกในสององค์ประกอบข้างต้น (วัฒนา ศรีสัตย์วาจา. 2534 : 26)

จากองค์ประกอบเหล่านี้จะเห็นว่าถ้าบุคคลนั้นไม่มีความเข้าใจหรือความคิดรวบยอดเกี่ยวกับกีฬา เขาก็จะไม่มีเจตคติต่อกีฬา เช่น เมื่อเห็นคนเล่นกีฬาขณะเกิดการบาดเจ็บ ความคิดของเขาเกี่ยวกับการเล่นกีฬาอาจจะเป็นไปในรูปอื่น ๆ เช่นเป็นตัวแทนความทุกข์มาให้ ซึ่งทำให้ความรู้สึกของบุคคลนั้น ย่อมมีต่อสิ่งที่เขาคิดว่าเป็นตัวแทนของคนเล่นกีฬา แต่ไม่ใช่ต่อกีฬา ดังนั้นองค์ประกอบทางความรู้ ความเข้าใจ จึงนับว่าเป็นส่วนประกอบขั้นพื้นฐานของเจตคติที่มีต่อกีฬาและองค์ประกอบที่เกี่ยวข้อง ซึ่งสัมพันธ์กับความรู้สึกของบุคคล อาจจะออกมาในรูป ความสุข ความทุกข์ ยินดี ไม่ยินดี หรืออื่น ๆ ความรู้สึกเหล่านี้จะมีมากหรือน้อยต่อกีฬาหรือสิ่งที่เขารู้จักขึ้นอยู่กับจำนวนและความถี่ของความรู้สึกที่เกิดขึ้นเมื่อเขามีส่วนเกี่ยวข้องกับกีฬาหรือปรากฏการณ์นั้น (ประภาเพ็ญ สุวรรณ. 2520 : 3)

9 เจตคติเกี่ยวกับความสำเร็จในการเล่นกีฬา

ความสำเร็จในการเล่นกีฬา

พิชิต เมืองนาโพธิ์ (2534 : 60) กล่าวว่าในการเล่นกีฬา บุคคลที่เข้าร่วมในกิจกรรม ย่อมต้องการที่จะได้รับความสำเร็จ ซึ่งความสำเร็จในการเล่นกีฬา นี้ ถ้ามองอย่างผิวเผินแล้วก็คือ ชัยชนะ (รู้สึกสำเร็จ) ส่วนความล้มเหลวก็คงจะเป็นความพ่ายแพ้ (ล้มเหลว) ซึ่งเป็นสิ่งที่ตัว บุคคลที่เข้าร่วมกิจกรรม ไม่สามารถควบคุมได้ว่าจะประสบผลสำเร็จ (ชัยชนะ) เพราะการที่จะได้รับชัยชนะในการเล่นกีฬานั้นขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายอย่าง ซึ่งส่วนใหญ่จะอยู่นอกเหนือการควบคุมของ ผู้เล่นเสมอ เช่น เพื่อนร่วมทีม คู่แข่งขัน สภาพแวดล้อม โชค เป็นต้น

ความสำเร็จนั้นไม่ได้เกิดจากชัยชนะเพียงอย่างเดียวเพราะความสำเร็จในการเล่นกีฬาเป็น ความรู้สึกของบุคคลนั้น (รู้สึกว่าประสบผลสำเร็จหรือล้มเหลว) เพียงแต่สภาพสังคมภายนอก ทำให้บุคคลนั้นเกิดความรู้สึกว่า ถ้าได้รับชัยชนะจึงประสบผลสำเร็จ ถ้าพ่ายแพ้จะประสบกับ ความล้มเหลว ซึ่งบุคคลอาจจะรู้สึกประสบความสำเร็จโดยที่ไม่เกี่ยวข้องกับการแข่งขัน (ชนะ, แพ้) เลยก็ได้การแสดงความสามารถได้เต็มที่การได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่น การรู้สึกว่าตัวเองมีคุณค่าก็อาจถือได้ว่าเป็นความสำเร็จในการเล่นกีฬาเช่นกัน โดยที่การประสบผลสำเร็จ เช่นนี้จะประสบหรือไม่ขึ้นอยู่กับตัวของบุคคลนั้นเป็นผู้ควบคุม

ในการเล่นกีฬา ถ้าบุคคลที่เล่นรู้สึกว่าตนประสบผลสำเร็จอยู่เสมอแล้วก็จะมีแรงจูงใจ ในการที่จะเล่นกีฬาต่อไป ต้องการที่จะประสบผลสำเร็จในที่ท้าทายหรือยากกว่าความสามารถ ของตนขึ้นไปเรื่อย ๆ ในขณะเดียวกันผู้ที่ประสบกับความรู้สึกล้มเหลวอยู่เสมอก็จะเกิดอาการ กลัวความล้มเหลว (Fear of Failure) ซึ่งจะทำให้เขาหลีกเลี่ยงเหตุการณ์ สถานการณ์ ที่ท้าทาย ความสามารถ บุคคลเหล่านี้จะเลือกทำในสิ่งที่ยาก เพื่อจะประสบผลสำเร็จและไม่เลือกทำในสิ่งที่ ยากเกินไป เพราะทราบว่าจะอย่างไรก็ไม่ประสบความสำเร็จอยู่แล้ว ซึ่งบุคคลที่มีอาการกลัวความ ล้มเหลว นี้ จะเล่นกีฬาโดยไม่ใช้ความพยายาม เพราะเป็นกลวิธีในการป้องกันตัว จะล้มเหลว เพราะไม่พยายาม ไม่ใช่เพราะความสามารถไม่เพียงพอ และเขาก็จะรู้สึกว่าถ้าเขาพยายามเต็มที่ แล้วยังล้มเหลวอีก คนอื่นจะดูถูกเขาว่าไม่มีความสามารถ

การรับรู้เป้าหมาย

การวิจัยเกี่ยวกับแรงจูงใจในปัจจุบันนี้มีรากฐานมาจากขบวนการรับรู้ทางสังคม ซึ่งมุ่ง ที่การวิเคราะห์การรับรู้เป้าหมาย ของขบวนการสร้างแรงจูงใจ และแบบแผนของพฤติกรรม งาน วิจัยได้มุ่งศึกษาไปที่ความเข้าใจในโครงสร้างและองค์ประกอบของความสำเร็จ โดยใช้หลัก

ทฤษฎีของนิโคลส์ (Nicholls. 1989 : 95) ในการประกอบการวิจัย ซึ่งสัมพันธ์กับความคิดและการกระทำ

ปัจจุบันการรับรู้ทางสังคมซึ่งเป็นผลมาจากความสำเร็จในการตั้งใจ สันนิษฐานว่าเป็นผลจาก 2 ขั้นตอน ในการแสดงการรับรู้เป้าหมายเพื่อบรรลุผลสำเร็จของนิโคลส์ (Nicholls) ในบางส่วนที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อหักเหการรับรู้เป้าหมาย และเกี่ยวข้องกับการที่แต่ละคนจะแสดงความสามารถการมีส่วนร่วมในสถานการณ์

1. การรับรู้ถึงความสามารถของตัวเอง และประสบการณ์ในการพัฒนาการกระทำ หรือความชำนาญงาน (Task) จะเป็นตัวกำหนดความสำคัญของบุคคล (Elliott and Dweck. 1988 : 5)

2. การรับรู้เป้าหมาย การปรับปรุง และ / หรือ ความสามารถเฉพาะตัว การรับรู้การแสดงผลออกเป็นสิ่งที่ปกติและความสำเร็จของบุคคลจะขึ้นอยู่กับเปรียบเทียบความสามารถของตนเองกับผู้อื่น หากความสามารถของบุคคลนั้นมีมากพออย่างเห็นได้ชัด

เจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเอง (Task and Ego Orientation) นั้นถูกใช้โดยนิโคลส์ (Nicholls. 1984 : 39) เพื่ออธิบายขั้นตอนของการรับรู้เป้าหมาย โดยเริ่มกล่าวถึงเรื่องแรงจูงใจ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการหาข้อสรุปถึงขั้นตอนของการรับรู้ซึ่งสัมพันธ์กับความแตกต่างของระดับความสามารถแต่ละคน ซึ่งนิโคลส์และมิลเลอร์ (Nicholls and Miller. 1984 : 122) ได้ศึกษาวิจัยพัฒนางานต่อของนิโคลส์ ได้เสนอว่าผลของการมีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองนั้นจะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับความแตกต่างของการรับรู้ความสามารถ

จากการศึกษาของเอมส์และอาร์เชอร์ (Ames and Archer. 1988 : 260) พบว่า

1. การรับรู้เป้าหมายเป็นผลจากความสามารถในการตัดสินใจ และสิ่งที่แสดงถึงความสามารถ คือการประสบความสำเร็จด้วยความสามารถของตนเองโดยไม่เกี่ยวกับการกระทำของผู้อื่น หรือประสบความสำเร็จโดยใช้ความพยายามเพียงเล็กน้อย

2. การรับรู้เป้าหมายให้ความสำคัญแก่การพัฒนาทักษะใหม่ ๆ ขบวนการเรียนรู้ด้วยตนเองเป็นสิ่งที่มีความสำคัญแก่การทำงานได้ด้วยความสามารถนั้นขึ้นอยู่กับความพยายาม

การวิจัยของเอมส์ (Ames) มุ่งความสนใจไปยังสิ่งที่เกิดขึ้นก่อนและผลที่ตามมาของความสามารถที่เป็นผลมาจากการรับรู้เป้าหมายเมื่อประกอบกับกับสิ่งแวดล้อมต่าง ๆ ต่อจุดมุ่งหมายที่ชัดเจนและมั่นคง ต่อเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงาน (Task Orientation) และเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเอง (Ego Orientation) ซึ่งจะเป็นแนวทางของการศึกษาในการบรรลุเป้าหมาย ดังที่กล่าวมาข้างต้น

3. การรวมเป้าหมายซึ่งมีความสัมพันธ์กับทฤษฎีแรงจูงใจเพื่อให้เกิดความสำเร็จ (หรือลักษณะของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานหรือตนเอง)

องค์ประกอบต่าง ๆ ที่เป็นจุดเริ่มต้นของเป้าหมายนั้นคือความแตกต่างระหว่างบุคคล ในการที่จะเอนเอียงต่อเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานหรือตนเอง ในการเปลี่ยนแปลงความน่าจะเป็น ในสถานะที่ถูกกำหนดลักษณะโดยการแข่งขันระหว่างบุคคล การประเมินจากสาธารณชน ค่านิยมที่เป็นผลสะท้อนกลับและการทดสอบทักษะ สถานะของการเปลี่ยนแปลงของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานจะปรากฏให้เห็นมากกว่า ในด้านอื่น ๆ เป็นสภาพแวดล้อมซึ่งเน้นถึงขบวนการเรียนรู้ การมีส่วนร่วม ทักษะความชำนาญของแต่ละคน และ / หรือ การแก้ปัญหาซึ่งนำไปสู่การมีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงาน นิโคลส์ (Nicholls. 1989 : 95) กล่าวว่าสถานการณ์ที่จะมีการตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับงานหรือตนเองมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับลักษณะสภาพแวดล้อมของสังคม

4. ความเกี่ยวพันกันระหว่างการเรียนรู้เป้าหมาย ขบวนการจูงใจ และพฤติกรรม หลักการที่สำคัญในทฤษฎีปัจจุบันของการจูงใจเพื่อให้บรรลุผลคือ เป้าหมายมีอิทธิพลต่อการแปลความและตอบสนองต่อเหตุการณ์ต่าง ๆ ที่บรรลุผล โดยนิโคลส์ ได้กล่าวว่าการรับรู้เป้าหมายของแต่ละคนจะมีผลต่อการประเมินผลการแสดงความสามารถของตนเอง ที่เกิดจากความพยายาม จะตัดสินว่าประสบความสำเร็จหรือล้มเหลว ในทางกลับกันการรับรู้ที่ถูกสันนิษฐานว่าความสำเร็จสัมพันธ์กับความพยายามและวิธีการ ซึ่งขึ้นอยู่กับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานหรือตนเองจะสัมพันธ์กับความยากง่ายของงาน ความมานะพยายาม ความสนใจในการกระทำ การประดับประดา หรือปรับปรุง การริเริ่มและความมั่นคง (โดยเฉพาะหลังความ ล้มเหลว) ดังนั้นสถานะของเป้าหมายจึงอยู่ที่ความพยายาม

โดยทั่วไปสามารถทำนายได้ว่าคนที่มีความเป็นตัวของตัวเอง จะมีความมั่นใจในระดับความสามารถของตนเอง และเชื่อว่าการรับรู้ความสามารถนั้นเป็นเรื่องเปราะบางในผู้ที่เชื่อมั่นในตัวเอง เดวก (Dweck. 1986. 146) กล่าวว่า เมื่อมีเจตคติเกี่ยวข้องกับตนเองเกิดขึ้นและมีความสงสัยเกี่ยวกับความสามารถของตนก็จะเกิดแบบแผนการดัดแปลงที่ไม่เหมาะสมขึ้น เพราะไม่ได้นำไปสู่ความสำเร็จในระยะยาวและ / หรือ การลงทุนในความสำเร็จที่สัมพันธ์กับสภาพสังคมและสิ่งแวดล้อม อย่างไรก็ตามการดัดแปลงและการมีสติในการแสดงพฤติกรรมนั้นเป็นการแสดงถึงความสัมพันธ์ของการเข้าถึงการเรียนรู้เป้าหมาย ซึ่งสันนิษฐานว่าการมีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองควบคู่กับการรับรู้ระดับความสามารถของตนที่มีอยู่ในระดับที่ต่ำ จะเป็นผลให้การเลือกพิจารณางานว่ายากหรือง่ายเกินไป การลดหรือเลิกความพยายาม และลดการใช้ความคิดลง เมื่อเห็นว่าจะไม่ประสบความสำเร็จ ซึ่งจะทำให้เกิดความไม่สมดุลและขาดความมั่นคง (โดยเฉพาะหลังจากล้มเหลว) ซึ่งการทำนายเหล่านี้ จะทำนายโดยใช้ข้อสันนิษฐานที่ความสนใจในความสามารถของตน เมื่ออยู่ในสภาวะที่มีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองโดยจะกำหนดจุดรวมไปที่ความสามารถ ซึ่งสอดคล้องกับข้อสันนิษฐานการวิจัยเจตคติเกี่ยวกับความสำเร็จ ที่เป็นแรงจูงใจที่ไปเข้าความรู้สึกทางกาย ในห้องเรียน รวมถึงการศึกษาภาคสนาม และการทดลองในห้องทดลองที่เป็นผลของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงาน

จากเป้าหมายของการศึกษาเกี่ยวกับเจตคติที่เกี่ยวกับความสำเร็จในการเล่นกีฬา

1. เพื่อนำไปใช้ศึกษาเรื่องแรงจูงใจในการเริ่มเล่นกีฬา เพื่ออธิบายและมุ่งพัฒนาการวัดระดับการมีเจตคติเกี่ยวข้องกับงานและตนเองในกีฬาแต่ละชนิด
2. การทดสอบข้อสันนิษฐานสำหรับกีฬาตามทฤษฎีการรับรู้ทางสังคมของการจูงใจให้เกิดความสำเร็จในการเล่นกีฬา เพื่อที่จะได้พัฒนาความสามารถของนักกีฬา และการให้ความสำคัญต่อการปลูกฝังการมีเจตคติที่เกี่ยวกับงาน ให้เกิดคุณค่าอย่างกว้างขวางทางการกีฬาทุกประเภทในปัจจุบัน
3. ศึกษาถึงเจตคติที่เกี่ยวกับงานหรือตนเองในนักกีฬาแต่ละประเภท มีความเหมือนหรือต่างกันอย่างไร และศึกษาการทดสอบแรงจูงใจโดยอาศัยพื้นฐานการแสดงลักษณะเป้าหมายของนักกีฬา

ความแตกต่างของเจตคติที่เกี่ยวกับความสำเร็จในการเล่นกีฬา

จากการศึกษาของโรเบิร์ตและดูด้า (Roberts and Duda. 1984 : 282) ได้เสนอว่า นักกีฬาประเภททีมจะมีเจตคติเกี่ยวกับความสำเร็จในการเล่นกีฬา เพื่อพัฒนาความสามารถของตนเองและนักกีฬาประเภททีมส่วนใหญ่จะมีเจตคติเช่นนี้ ซึ่ง ดูด้า (Duda. 1988 : 95) ได้พยายามอธิบายถึงลักษณะของเจตคติเกี่ยวกับความสำเร็จในการเล่นกีฬาของนักกีฬาแต่ละประเภท จากการพัฒนาแบบสอบถามเจตคติที่เกี่ยวกับงานและตนเองในชั้นเรียนของนิโคลส์ (Nicholls. 1989 : 148) ต่อมา ดูด้า (Duda) ได้พัฒนาแบบทดสอบของจอห์น นิโคลส์ (John Nicholls) เป็นแบบทดสอบเจตคติที่เกี่ยวกับงานและตนเองในการเล่นกีฬา (Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire หรือ TEOSQ) ซึ่งประกอบด้วย ข้อความที่แสดงถึงเจตคติเกี่ยวกับความสำเร็จในการเล่นกีฬาทั้งหมด 13 ข้อ แบบทดสอบสามารถวัดได้ 2 ด้าน คือ เจตคติที่เกี่ยวกับงาน (Task Orientation) 7 ข้อ และเจตคติที่เกี่ยวกับตนเอง (Ego Orientation) 6 ข้อ ที่เป็นแบบทดสอบมาตรฐาน เช่น ข้อความตัวอย่างสำหรับผู้ที่มีเจตคติเกี่ยวกับตนเองดังนี้ “ฉันรู้สึกประสบความสำเร็จสูงสุดเมื่อฉันชนะ” (Duda. 1989 : 318-338) โดยได้นำแบบทดสอบนี้ไปทดสอบกับนักกีฬาประเภททีมมัธยมศึกษาตอนปลายทั้งชายหญิงจำนวน 286 คน ผลวิเคราะห์โครงสร้างความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติที่เกี่ยวกับงานและตนเอง พบว่ามี 2 รูปแบบ คือ

1. เจตคติที่เกี่ยวกับงานและตนเองเป็นไปในทางเดียวกันคือ เมื่อมีแนวโน้มของเจตคติที่เกี่ยวกับงานสูงก็จะมีเจตคติที่เกี่ยวกับตนเองสูงด้วย
2. เจตคติที่ตรงข้ามกัน คือ เมื่อมีเจตคติที่เกี่ยวกับงานสูงก็จะมีเจตคติที่เกี่ยวกับตนเองต่ำและในทางตรงข้ามถ้ามีเจตคติที่เกี่ยวกับงานต่ำก็จะมีเจตคติที่เกี่ยวกับตนเองสูง

จากผลการทดสอบของดูต้า ซึ่ง บอดี้ (Body. 1990 : 301) กล่าวว่า โครงสร้างองค์ประกอบ 2 รูปแบบ นี้พบได้อย่างสม่ำเสมอในการศึกษาขั้นต้น และผลการวิจัยในเวลาต่อมาก็พบเช่นเดียวกัน การทดสอบของดูต้า ทั้งกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักกีฬาวัยรุ่น ระดับโรงเรียนมัธยม และมหาวิทยาลัย นักกีฬาประเภททีมและบุคคล นิโคลส์ (Nicholls.1989 : 157) ได้ศึกษา โครงสร้างขององค์ประกอบ 2 รูปแบบเพิ่มเติม ในเด็กอายุระหว่าง 10 – 12 ปี วัยรุ่นและผู้ใหญ่ ในชั้นเรียนพบว่า มีความสัมพันธ์แบบตรงข้ามกันอย่างคงที่

จากการศึกษาของ ดูต้าและคณะ (Duda et al. 1991 : 79-87) กล่าวว่า ทั้งสองเจตคติที่เกี่ยวข้องนี้จะมีความสัมพันธ์กันซึ่งจะเกิดขึ้นพร้อมกันโดยสมบูรณ์ แบบทดสอบเจตคติเกี่ยวข้องกับงานและตนเองในการเล่นกีฬา จากการศึกษานี้ของนิโคลส์ (Nicholls) ในห้องเรียนยังเน้นเฉพาะแรงจูงใจในการรับรู้โดยใช้นักเรียนมัธยมปลายจำนวน 205 คน ที่ตอบแบบสอบถามที่เป็นเครื่องมือ 2 ชนิด เพื่อวัดแรงจูงใจและวัดเจตคติที่เกี่ยวข้อง พบว่ามีความสัมพันธ์ทางบวกระดับสูง ระหว่างคะแนนเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและเจตคติเกี่ยวข้องกับตนเองและแรงจูงใจซึ่งทำการวัดพร้อมๆ กันในห้องเรียน

จากการศึกษาของ ดูต้าและนิโคลส์ (Duda and Nicholls. 1991 : 231) ได้พัฒนาการทดสอบโดยใช้แบบทดสอบการมีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองกับแบบสอบถามความรู้เรื่องกีฬาของกิลล์และดีเทอร์ (Gill and Deeter. 1988 : 191) และบัญชีรายการความรู้เรื่องการแข่งขัน เพื่อทำการสำรวจเพิ่มเติมและพยายามแยกเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองจากโครงสร้างที่เหมือนกันในการบรรลุความสำเร็จในการเล่นกีฬา

แบบทดสอบความรู้ด้านกีฬาได้พัฒนาเป็นไปหลายมิติ เพื่อการวัดผลกีฬาเฉพาะอย่างจากความแตกต่างระหว่างบุคคลในการบรรลุความสำเร็จในการเล่นกีฬา เครื่องมือนี้ประกอบด้วย 3 ส่วน แต่มีส่วนสัมพันธ์กันซึ่งถูกทำเป็นตารางจากการแข่งขัน การรับรู้ชัยชนะ และการรับรู้เป้าหมาย (Gill and Deeter. 1988 : 191-200)

การประเมินองค์ประกอบจุดมุ่งหมายของนักกีฬาที่ต้องการบรรลุความสำเร็จจากการแข่งขันนั้น ว่าต้องการชัยชนะการแข่งขันระหว่างบุคคลหรือต้องการบรรลุเป้าหมายส่วนบุคคล ซึ่งต้องการที่จะพยายามและต่อสู้เพื่อความสำเร็จในการเล่นกีฬานั้น สามารถทราบได้จากค่าคะแนนของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานหรือตนเองของนักกีฬา ซึ่งจะสามารถประเมินได้ดีกว่าการสอบถามถึงความรู้ด้านกีฬาของนักกีฬา ซึ่งผู้ที่มีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานในการเล่นกีฬา โดยเฉพาะถ้าเขาหรือเธอมีการรับรู้ถึงระดับความสามารถของตน ก็จะเพิ่มความพยายามในการแข่งขันได้มากขึ้นตลอดจนพยายามพัฒนาความสามารถของตนยิ่ง ๆ ขึ้นไป มากกว่าผู้ที่ชอบแข่งขันระหว่างบุคคล ซึ่งจะพยายามพัฒนาความสามารถของตนให้เพียงพอเฉพาะชนะผู้อื่นเท่านั้น ซึ่งเป็นผู้ที่มีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองในการเล่นกีฬา ที่มักจะคำนึงถึงผลของการแข่งขัน แพ้ – ชนะ เชื่อว่าชัยชนะในการแข่งขันระหว่างบุคคล จะแสดงถึงการมีความสามารถที่เหนือกว่าผู้อื่นและประสบความสำเร็จ

บุคคลที่มีการเจตคติเกี่ยวข้องกับงานในการเล่นกีฬาสูง นั้นสามารถค้นหาและเห็นคุณค่าของการแข่งขันเฉพาะในสิ่งที่สังคมยอมรับ เขาหรือเธอจะพยายามทำสิ่งที่ดีที่สุดและปรับปรุงทักษะ คือ “คุณเล่นเกมอย่างไร” มากกว่า “คุณจะแพ้หรือชนะ” ซึ่งจะเห็นได้ชัดในผู้ที่มีการเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานในการเล่นกีฬา หรือในอีกด้านการใช้งานเป็นจุดเริ่มต้นของขบวนการมีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานในการเล่นกีฬามากกว่า ซึ่งเป็นความสัมพันธ์ของผลสำเร็จทางเจตคติ แม้ว่าบุคคลที่มีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานในการเล่นกีฬาจะมีความพยายามในการแข่งขันในระดับสูงอยู่เป็นธรรมชาติ สันนิษฐานว่าความหมายและความท้าทายในการแข่งขันจะตรงข้ามกันกับผู้ที่มีการเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองในการเล่นกีฬา ดังนั้นเจตคติเกี่ยวกับ “การแข่งขัน” ยังไม่กระจ่างชัดเพื่อพิจารณาจากการวิเคราะห์ลักษณะของเป้าหมาย

การรับรู้เป้าหมายความสำเร็จของนักกีฬานั้น จะมีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานหรือตนเองอย่างใดอย่างหนึ่งเสมอ และมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับค่าของการตอบแบบสอบถามความรู้ด้านกีฬาที่เป็นลักษณะของเป้าหมายที่นักกีฬามีเจตคติที่เกี่ยวข้อง ซึ่งคล้ายกับการที่บุคคลสนใจในการสร้างเป้าหมายในการทำงานก็จะพยายามทำเพื่อให้บรรลุเป้าหมายให้ได้ และทำสิ่งที่ดีที่สุดด้วยความสามารถของตนเอง อย่างไรก็ตามการแบ่งแยกเจตคติที่เกี่ยวข้องระหว่างงานและตนเองนั้น จะขึ้นอยู่กับแต่ละบุคคลว่าจะทำได้ด้วยความสามารถ และตัดสินใจสำเร็จ (ความสำเร็จตามเป้าหมาย) อย่างไรขึ้นอยู่กับความแตกต่างของการรับรู้ของแต่ละบุคคล ในสถานการณ์นั้นว่ามีเจตคติแบบใด

จากรายการการรับรู้การแข่งขันของเวียเลย์ (Vealey, 1986:221-296) ได้พัฒนาเพื่อวัดความแตกต่างของบุคคลที่จะมีความโน้มเอียงในความพยายามที่จะบรรลุเป้าหมายในการแข่งขันกีฬา ซึ่งเวียเลย์ กล่าวว่า ลักษณะของ 2 เป้าหมายนั้นขึ้นอยู่กับรับรู้การแข่งขันว่าตนเองได้ดีหรือไม่ รับรู้ว่าเป็นผู้มีส่วนทำให้ชนะหรือไม่ ลักษณะของรายการการรับรู้การแข่งขันจะเป็นสิ่งสัมพันธ์กับลักษณะของ 2 เป้าหมายในเวลาเดียวกัน โดยเฉพาะคำตอบของคำถามที่บ่งบอกความพอใจของเขาหรือเธอกับผลรวมความแตกต่าง 16 ข้อ (เช่น ชนะง่ายตาย, เกือบชนะ, เกือบแพ้, พ่ายแพ้) ระดับของการกระทำ (เช่น ดีมาก, สูงกว่าเกณฑ์เฉลี่ย, ต่ำกว่าเกณฑ์เฉลี่ย, แย่มาก)

ความสัมพันธ์ของการวัดเจตคติเกี่ยวข้องกับงานและตนเองในการเล่นกีฬาเฉพาะอย่างของเวียเลย์ และผลของคะแนนการรับรู้ ดูด้าและนิโคลส์ (Duda and Nicholls, 1991 : 221) ได้สันนิษฐานว่าความชัดเจนของเจตคติและความสัมพันธ์ในเชิงบวก จะปรากฏระหว่างผลของการรับรู้และระดับความสามารถของตน ซึ่งผู้ที่คาดหวังจากผลลัพธ์ของการแข่งขันอาจจะเป็นผู้ที่มีความสามารถเหนือกว่าคู่แข่ง ก็จะเป็นผู้ที่มีความเด่นชัดของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเอง ซึ่งจะต้องพิสูจน์ข้อสันนิษฐานนี้ต่อไปอีก และยังสันนิษฐานว่า ไม่ว่าจะมีการเจตคติเกี่ยวข้องกับงานหรือตนเองจะมีความสัมพันธ์จำเพาะ โดยเน้นที่การเล่นดีหรือการรับรู้การกระทำ ดูด้า กล่าวว่า “ผู้ที่เล่นได้ดีซึ่งจัดโดยรายการรับรู้การแข่งขันเป็นเจตคติที่มีความหมาย 2 นัย คือ การเล่นได้ดี

การตัดสินใจจะขึ้นอยู่กับนักกีฬามีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานหรือตนเองเด่น กว่ากัน ซึ่งนิโคลส์กล่าวว่า นักกีฬาจะใช้เป็นเครื่องตัดสินใจในการกระทำตามเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานหรือตนเอง

โดยทั่วไปงานวิจัยนี้ใช้ทดสอบการมีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองในการเล่นกีฬาจะชี้เป้าหมายในการแข่งขัน การรับรู้ชัยชนะ และความต้องการไปสู่เป้าหมายของแต่ละคนในการแข่งขัน ซึ่งไม่ใช้การตรวจสอบทางด้านจิตวิทยาของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเอง การวิจัยได้เสนอแนะว่า การให้ความสำคัญของการเล่นเก่งจะได้ผลรับที่ตรงข้ามจากการแข่งขันซึ่งจะไม่เหมือนกับคนที่ไม่ใช่เจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเอง จากผลการวิจัยในห้องเรียนก่อนหน้านี้ได้ชี้ว่า การประเมินความแตกต่างของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองทำให้พิจารณาว่านักเรียนเข้าใจ และตอบสนองต่อสภาพแวดล้อมของการเรียนอย่างไร (Nicholl. 1989 : 124) .

ลักษณะของเป้าหมายและกระบวนการจูงใจในกีฬา

จากการวิจัยการกระตุ้นกระบวนการรับรู้ทางสังคมในสภาพแวดล้อมของการเรียนได้บ่งถึงลักษณะเป้าหมายของนักเรียนจะสัมพันธ์กันว่านักเรียนมีการรับรู้และรู้สึกตอบสนองต่อกิจกรรมในห้องเรียนอย่างไร (Ames and Archer. 1988 : 260 – 267) โดยเฉพาะนักเรียนที่มีการแสดงออกถึงการมีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานหรือตนเอง เมื่อเผชิญกับการควบคุมการกระทำ การรับรู้ความสามารถและความสนใจที่จะเกิดตามมาในขอบเขตของการเรียน และได้้นำการวิจัยนี้มาเป็นแนวทางศึกษาทางด้านกีฬาอย่างกว้าง ๆ ได้เริ่มทดสอบเมื่อไม่นานมานี้ ถึงลักษณะเป้าหมายซึ่งจะแฝงเร้นอยู่ในกระบวนการจูงใจในการเล่นกีฬา มีการวิจัย 2 เรื่องที่ได้รับการยอมรับ

เรื่องที่ 1 ได้แสดงถึงการกำหนดระดับ และมีติของความสัมพันธ์ ระหว่างการรับรู้ถึงเจตคติเกี่ยวข้องกับงานและตนเองหรือสัมพันธ์กับผลกระทบของคำถาม

เรื่องที่ 2 ได้ทำการทดลองว่ามีเจตคติเกี่ยวข้องกับงานหรือตนเองมากหรือน้อยแล้วศึกษาผลกระทบของการรับรู้ที่เกิดขึ้นและการตอบสนองต่อเจตคติ

จากการสำรวจในหลักสูตรการเรียน แสดงถึงเจตคติที่ยึดความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้เป้าหมาย ซึ่งนิโคลส์ (Nicholls. 1989 : 158) กล่าวว่าโดยทั่วไปงานได้ชี้ถึงตนเองซึ่งได้โยงถึงความสามารถที่ใช้เป็นข้ออ้างอิง (และ/หรือ การลดบทบาทในความพยายามกระทำ) ขณะที่การมีเจตคติเกี่ยวข้องกับงานสัมพันธ์กับการทำงานในการใช้เป็นข้ออ้างอิง (ความพยายาม)

ไวท์เฮด (Whitehead. 1986 : 297) ได้สนับสนุนสิ่งที่ค้นพบการวิจัยต่าง ๆ ที่ได้นำเสนอมาแล้วนั้น เช่นการวิจัยหนึ่งในผลการศึกษาที่ศึกษาในห้องเรียนโดยนิโคลส์ และคณะ

(Nicholls, Cheung, Laver and Patashnick. 1989 : 63-84) และการศึกษาล่าสุดได้ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติเกี่ยวกับงานและตนเอง และความเชื่อของนักเรียนเกี่ยวกับเหตุที่ทำให้เกิดความสำเร็จในโรงเรียน ผลชี้ว่านักเรียนที่มีเจตคติเกี่ยวกับงานสูงนั้นเชื่อว่าความสำเร็จในโรงเรียนมาจากการทำงานหนัก และคนสนใจในงาน และพยายามทำความเข้าใจมากกว่าจำ ซึ่งมีองค์ประกอบของความเชื่อดังนี้

องค์ประกอบความเชื่อของเจตคติที่เกี่ยวกับงานและตนเองของนักกีฬา

1 แรงจูงใจ หรือ การกระตุ้น เช่น ผู้เล่นจะประสบความสำเร็จได้ต้องทำงานหนัก พยายามทำให้ดีที่สุด ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน

2 ความสามารถ เช่น ผู้เล่นจะประสบความสำเร็จถ้าพยายามต่อสู้ มีความสามารถเฉพาะตัว เล่นอย่างเป็นธรรมชาติ

3 ความหลอกลวง เช่น ผู้เล่นจะประสบความสำเร็จได้ถ้าโกง รู้ว่าจะสร้างความประทับใจให้โค้ชได้อย่างไร และรู้ว่าจะทำตัวเองให้ดูดีกว่าที่เป็นได้อย่างไร

4 ปัจจัยภายนอก เช่น ผู้เล่นจะประสบความสำเร็จถ้าหากเขาโชคดี หรือมีเสื้อผ้าและอุปกรณ์ที่ดี

ผู้ที่มีเจตคติที่เกี่ยวกับงานนั้นสัมพันธ์ในเชิงบวกกับความเชื่อที่ว่าความสำเร็จในการเล่นกีฬาเป็นหน้าที่ขององค์ประกอบแรงจูงใจ และการทำงานหนัก เจตคติที่เกี่ยวกับงานจะสัมพันธ์ในเชิงลบกับการแสดงออกถึงความสามารถในการโกง และหลอกลวงผู้ฝึกสอนที่เป็นผลให้ประสบความสำเร็จในการเล่นกีฬา ในทางตรงกันข้ามเจตคติที่เกี่ยวกับตนเองจะสัมพันธ์เชิงบวกกับความเชื่อว่าการมีพรสวรรค์และทักษะของผู้เล่นจะทำให้ประสบความสำเร็จ

จากการค้นพบได้เสนอว่าในขอบเขตความสำเร็จด้านกีฬา การจัดระเบียบลักษณะเป้าหมายของบุคคลเป็นความรู้ที่คงอยู่กับความเชื่อของเขาหรือเธอ เกี่ยวกับความสามารถที่จะอธิบายถึงเหตุผลที่เขาหรือเธอประสบความสำเร็จด้านกีฬาได้อย่างไร ซึ่งนิโคลส์ (Nicholls. 1989 : 204) กล่าวว่าแบบแผนความสัมพันธ์ระหว่างเป้าหมายและความเชื่อของแต่ละคนในทฤษฎีความสำเร็จในการเล่นกีฬา

การกีฬาในปัจจุบัน ได้ชี้ว่าสาเหตุการอ้างแบบแผนต่าง ๆ จะขึ้นอยู่กับความเข้าใจของงาน (เช่น แพ้หรือชนะ) หรือผลลัพธ์ที่ออกเป็นอย่างไร ซึ่งได้มีการวิจัยต่อมา ที่ศึกษาถึงผลลัพธ์ของผู้มีเจตคติที่เกี่ยวกับงานและตนเองที่นักกีฬาแต่ละคนมีไม่เหมือนกัน ในกีฬาประเภททีมที่เล่นระยะสั้น ๆ พบว่าไม่ทุกคนที่มีเจตคติที่เกี่ยวกับตนเอง ในการที่จะประสบความสำเร็จ หรือความล้มเหลวในการเริ่มเล่นกีฬา การวิจัยได้เริ่มพิจารณาผลกระทบต่าง ๆ เฉพาะ

ในเจตคติต่อความสำเร็จและความล้มเหลว หรือ ความแตกต่างในลักษณะของเป้าหมาย ในการกระทำที่สัมพันธ์กับคุณสมบัติต่าง ๆ ซึ่งการทดลองทั้ง 2 อย่างได้อธิบายได้ดังนี้

ฮอลล์ (Hall. 1990 : 147) ได้กำหนดผลกระทบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานเผชิญกับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเอง ต่อโครงสร้างเป้าหมาย และการรับรู้ความสามารถในกิจกรรม และผลกระทบคุณสมบัติระหว่างการกระทำในชายวัยผู้ใหญ่ พบว่าคนที่มีการรับรู้กิจกรรมต่ำ จะกระทำภายใต้เป้าหมายที่ใช้เจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเอง โดยอธิบายว่าเขาจะไม่พยายามทำงานหนักในช่วงแรกเหมือนกับผู้ที่มีการรับรู้กิจกรรมสูงไม่ว่าในสถานการณ์ใด ในผู้ที่มีการเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเอง ผู้ชายที่มีการรับรู้ความสามารถต่ำจะรู้สึกว่าการกระทำของเขามีอิทธิพลต่อการทำกิจกรรมน้อยกว่าผู้ที่รับรู้ความสามารถได้สูง

การศึกษาของ ฮอลล์ (Hall. 1990 : 143) ได้พบว่า แรงจูงใจภายนอกเป็นการเกิดโดยไม่สุจริต จะปรากฏในคนที่สงสัยในความสามารถของตนและอยู่ในสภาวะที่มีเจตคติเกี่ยวข้องกับตนเองจะบั่นทอนความพยายามและแยกการเชื่อมโยงระหว่างความสามารถของเขา และการใช้ความคิดช่วยกระทำ ซึ่งจะทำให้เกิดการอ้างอิงที่จะไม่ช่วยให้เกิดการเรียนรู้ ซึ่งได้แสดงผลของความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองและความเชื่อเกี่ยวกับการทำให้ประสบความสำเร็จในการเล่นกีฬาในตาราง 1 ดังนี้

ตาราง 1 ความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองและความเชื่อเกี่ยวกับการทำให้ประสบความสำเร็จในการเล่นกีฬา

ความเชื่อเกี่ยวกับการทำให้ ประสบความสำเร็จในการเล่นกีฬา	เจตคติที่เกี่ยวข้องกับงาน (Task Orientation)	เจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเอง (Ego Orientation)
- แรงกระตุ้นหรือความพยายาม	.50	-.03
- ความสามารถ	-.03	-.44
- ความหลอกลวง	-.33	.16
- บั๊จยภายนอก	-.14	-.15

เดวคและลีกเกต (Dweek and Leggett. 1988 : 7) กล่าวว่า ความพยายามจะลดลงและไม่เกิดผลสำเร็จในระยะยาว และในอีกทางหนึ่ง การมีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงาน คนจะเชื่อการใช้ความพยายามและแสดงความสามารถโดยไม่คำนึงถึงการรับรู้ระดับความสามารถ ซึ่งการมองข้ามสิ่งนี้จะทำให้เกิดความพยายามเพื่อบรรลุความสำเร็จตลอดเวลา

จากการทดลองภาคสนาม ดูด้าและไช (Duda and Chi. 1989 : 182) ได้ทดสอบการเผชิญของการมีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองในการเล่นเกมน ซึ่งได้ผลของผู้ถูกทดลองในการแข่งขันบาสเกตบอลชายระหว่างมหาวิทยาลัย โดยนักศึกษาทั้ง 79 คนได้รับการฝึกทักษะการเล่นในชั้นเรียนได้ถูกกำหนดให้เล่น 1 : 1 ในทุกทักษะเท่าๆ กันในเงื่อนไขการมีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเอง ผู้ทดลองทำการแข่งขัน 12 แต้ม โดยผู้ที่เล่นถึง 12 แต้มก่อนจะเป็นผู้ชนะ และผลการแข่งขันของเกมจะถูกรายงานไปที่ผู้สอน เพื่อเพิ่มการรับรู้และประเมินธรรมชาติของผู้เล่นจะแสดงถึงการเรียกร้องเพื่อทราบผลการแข่งขัน

ในการแข่งของกลุ่มที่มีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานผู้ทดลองจะต้องเล่นเกมละ 10 นาที โดยบอกว่าจะไม่มีผู้แพ้หรือผู้ชนะ และให้เล่นให้ดีที่สุด ทั้งทักษะการรุกและรับจะถูกชี้ขาดโดยผู้สอน โดยผู้เล่นจะไม่ทราบคะแนน และจะให้คะแนนหลังเล่น 10 นาที โดยจะถูกบันทึกจากผู้สังเกตการณ์

การติดตามผลระหว่างทำการแข่งขัน พบว่าผู้ถูกทดลองจะรับรู้ถึงหน้าที่ของเขาต้องโดยพยายามแสดงทักษะการเล่นบาสเกตบอล และส่วนประกอบของทักษะการเล่นบาสเกตบอล ผลชี้ถึงผู้ชนะเชื่อว่าระดับของทักษะมีผลอย่างมากต่อการเล่นของเขา และผู้แพ้รู้สึกเป็นส่วนประกอบทักษะมีอิทธิพลต่อการเล่น ฮอลล์ (Hall. 1990 : 179) กล่าวว่าความสามารถในการรับรู้เป้าหมายนั้นเป็นผลของความพยายาม ผู้แพ้ในเกมที่ใช้แนวคิดเกี่ยวข้องกับตนเอง จะอ้างการกระทำต่อจำนวนความพยายามแสดงออกน้อยกว่าเมื่อเทียบกับผู้แพ้ในเกมที่ใช้งาน หรือผู้ชนะแนวคิดเกี่ยวข้องกับตนเองจะเชื่อมโยงกับการลดบทบาทการเล่นหรือไม่มีความพยายามเมื่อพบความล้มเหลว (หรือเป็นไปได้ที่จะแสดงการเล่นที่ต่ำกว่า) ผลของการศึกษาอื่น ๆ ชี้ว่า การมีเจตคติเกี่ยวข้องกับงานมีแบบแผนอ้างอิงที่ดีในการทำนายผลลัพธ์ของ ผู้เล่น และผลของผู้สังเกตการณ์ได้อ้างอิงผลการแข่งขัน (ชนะ/แพ้) นั้นจะใช้เฉพาะในผู้ที่มีเจตคติเกี่ยวข้องกับตนเอง

สรุปการวิจัยกีฬาเสนอว่า ลักษณะเป้าหมายนั้นสัมพันธ์กับการอ้างอิงการกระทำ และความเชื่อที่กว้าง ๆ เกี่ยวกับเหตุที่ทำให้ประสบผลสำเร็จในการทำนายบุคคล โดยงานในระยะแรกจะให้ความสำคัญต่อการตั้งเป้าหมาย เพื่อความเข้าใจและสามารถอธิบาย แปลเจตคติเกี่ยวกับประสบการณ์ในการเล่นกีฬาของนักกีฬาระเภททีมได้ ได้อย่างไร การวิจัยที่เป็นระบบของเป้าหมายและคุณสมบัติในการเล่นกีฬานั้นต้องการ การทดลองทั้งระยะสั้นและระยะยาวในการอ้างอิงแบบแผนของหน้าที่ของลักษณะเป้าหมายและการหยั่งรู้ความสามารถ จากผลลัพธ์ของผู้สังเกตการณ์ และผู้ถูกทดลองพอ ๆ กับประวัติความสำเร็จและล้มเหลวในกิจกรรมของผู้ถูกทดลอง

การวิจัยในต่างประเทศ

ทัทโก (Tutko.1971:932-933) ได้ศึกษาผลของความวิตกกังวลค้นพบข้อสนับสนุนสมมุติฐานแบบยูคว่ำ (Inverted-U Hypothesis) ในงานวิจัยซึ่งเป็นการวัดผลของความวิตกกังวลในการปฏิบัติงาน ของนักกีฬาประเภททีมผลแสดงให้เห็นว่าการตัดสินใจของนักกีฬาที่รู้สึกว่ามี ความวิตกกังวลจะขยายไปถึงเรื่องการเรียนรู้ด้วยตัวอย่าง เช่น นักกีฬาผู้ซึ่งไม่มีความวิตกกังวลเกี่ยวกับผลได้ และ ผลเสีย ของการแข่งขันมากนัก จะมีความเอาใจใส่และเชื่อฟังผู้ฝึกสอนได้ดี ในทางตรงข้าม ถ้านักกีฬามุ่งในผลได้ผลเสีย ของการแข่งขันก็จะกลายเป็นผู้ที่มีความวิตกกังวลสูงและสิ่งนี้จะไปรบกวนการเรียนรู้ของเขาด้วย ทัทโก (Tutko) ได้แนะนำว่านักกีฬาควรจะรักษา ระดับของความวิตกกังวลให้อยู่ในระดับปานกลาง เพื่อจะทำให้เป็นผู้ปฏิบัติได้อย่างมีประสิทธิภาพมากที่สุด

โนวาซีค (Novazyk. 1977 : 83) ได้ศึกษาถึงความแตกต่างของความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและตามสถานการณ์ ของบุคคลในการเข้าร่วมการแข่งขันฮอกกี้น้ำแข็ง ซึ่งเป็นนักเรียน ระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและเป็นนักกีฬารุ่น 103 คน ให้ผู้เข้าร่วมทดสอบทุกคนทำแบบทดสอบ เอส ซี เอ ที (SCAT : Sport Competition Anxiety Test) และ เอส เอ ไอ (SAI : State Anxiety Inventory) ได้ทำการทดสอบก่อน (Pre-Test) และทดสอบหลัง (Post-Test) ในสถานการณ์ คือ การฝึก การแข่งขันและหลังการแข่งขัน ผลปรากฏว่าความวิตกกังวลทั้งสถานการณ์การฝึก การ แข่งขันและหลังการแข่งขัน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และในการทดสอบก่อน (Pre-Test) และทดสอบภายหลัง (Post Test) ทั้งสถานการณ์ คือการ ฝึกการแข่งขันและหลังการแข่งขัน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเช่นเดียวกัน

ไฮเลนและเบนเน็ต (Highlen and Bennett.1979 : 201-203) ได้ศึกษาลักษณะทางจิตวิทยาของนักมวยปล้ำที่ประสบผลสำเร็จและล้มเหลว ตัวอย่างในการศึกษาเป็นนักมวยปล้ำชั้นเยี่ยมของคานาดาจำนวน 39 คน ผู้วิจัยได้สร้างแบบสอบถามโดยเน้นองค์ประกอบทางจิตวิทยา ที่มีผลต่อการฝึกและการแข่งขันของนักกีฬามวยปล้ำ เช่น ความเชื่อมั่นในตนเองความคิดในสภาพการแข่งขันลักษณะต่าง ๆ องค์ประกอบที่มีผลต่อการแสดงออก ความฝันหรือระลึกถึงบทบาทการแสดงออก การพูดกับตนเอง การสร้างจินตนาภาพ ความวิตกกังวลการควบคุมความเครียดและการผ่อนคลาย เป็นต้น ผลการศึกษาพบว่า ในส่วนที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวล นักมวยปล้ำที่มีความสามารถดีกว่า (Qualifier) มีความเชื่อมั่นในตนเองและวิธีการหลีกเลี่ยงจากความวิตกกังวลแตกต่างจากนักกีฬาที่มีความสามารถต่ำกว่า (Nonqualifier) ระดับความวิตกกังวลโดยทั่วไป นักมวยปล้ำที่มีความสามารถดี จะมีความวิตกกังวลต่ำกว่า นักมวยปล้ำที่มีความสามารถต่ำกว่าทั้งก่อนและหลังการแข่งขัน ที่เป็นเช่นนี้ผู้วิจัยได้อภิปรายว่าเกิดขึ้นเนื่องจากนักมวยปล้ำที่มีความสามารถดี มีการหลีกเลี่ยงความเครียดและควบคุมความวิตกกังวลด้วยวิธีการต่าง ๆ ได้มากกว่านักกีฬาที่มีความสามารถต่ำกว่า ซึ่งมีผลให้นักกีฬามี

ความสามารถดี มีสมาธิดีกว่าและใช้ประโยชน์จากการสร้างจินตนาภาพได้ดีสิ่งเหล่านี้จะช่วยเสริมความสามารถในการแสดงออก

แซนเดอร์สันและแอสตัน (Sanderson and Ashton.1981 : 158 - 161) ได้ศึกษาเปรียบเทียบระดับความวิตกกังวลก่อน และหลังการแข่งขันแบดมินตัน โดยศึกษาจากตัวอย่างนักกีฬาแบดมินตัน 17 คน จากนักกีฬาทั้งหมด 64 คน เป็นเพศชาย 7 คน และเพศหญิง 10 คน โดยใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลของ เอสทีเอไอ (State-Trait Anxiety Inventory) ตัวอย่างจะได้รับแบบทดสอบความวิตกกังวล เพื่อรอกก่อนแข่งขันและหลังเสร็จสิ้นแข่งขัน ผลการศึกษาพบว่า

โดยส่วนรวมความวิตกกังวลก่อนและหลังการแข่งขันไม่แตกต่างกันจะมีแตกต่างกันเฉพาะนักกีฬาเพศหญิงที่ชนะการแข่งขันเท่านั้นที่มีความวิตกกังวลลดลง ซึ่งการศึกษาไม่เป็นไปตามสมมุติฐานของการวิจัย ทั้งนี้ผู้วิจัยได้อธิบายด้วยเหตุผลหลายประการ เช่น ช่วงเวลาการตอบแบบทดสอบก่อนและหลังการแข่งขัน การเพิ่มขึ้นของความวิตกกังวลหลังชนะโดยไม่คาดหวัง การลดลงของความวิตกกังวลหลังการพ่ายแพ้การแข่งขัน อาจมีสาเหตุเพราะนักกีฬาได้บรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ เป็นต้น

เรนเนย์และคันทันนิ่งแฮม (Rainey and Cunningham.1988 : 98 - 103) ได้ศึกษาความวิตกกังวลในการแข่งขันของนักกีฬาระดับมหาวิทยาลัย ตัวอย่างในการศึกษาค้นนี้เป็นนักกีฬาชายและหญิงจำนวน 64 คน อายุ 18-22 ปี ซึ่งรวมกีฬาชนิดต่าง ๆ ในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยของอเมริกา โดยใช้แบบวัดความวิตกกังวล เอสทีเอไอ และแบบสอบถามความวิตกกังวลของพาสเซอร์ (Passer Questionnaire) ซึ่งประกอบด้วยข้อคำถาม 18 รายการเกี่ยวกับความกังวล (Worry) แบบวัดความวิตกกังวล แบบสอบถามความกังวลโดยมอบให้ตัวอย่างกรอกก่อนสิ้นสุดภาคเรียน 2 สัปดาห์ โดยให้ทำแบบสอบถามความกังวลให้เสร็จก่อนแล้วจึงทำแบบวัดความวิตกกังวลนำข้อมูลมาวิเคราะห์ด้วยการวิเคราะห์ตัวประกอบและวิเคราะห์ความถดถอยพหุคูณ ผลการศึกษาพบว่า

1.ค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลในการแข่งขันของนักกีฬาชายเท่ากับ 21.52 และนักกีฬาหญิงเท่ากับ 22.83 ซึ่งเมื่อทดสอบแล้วด้วยค่าที (t-test) แล้วไม่แตกต่างกันที่ระดับความมีนัยสำคัญ .05

2.ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการแสดงออก (Performance Worry) เช่น เกรงว่าจะกระทำความผิดพลาด กลัวว่าจะแพ้ กลัวว่าจะเล่นไม่ดีมีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลในการแข่งขัน

3.ความเกรงกลัวว่าจะถูกวิพากษ์วิจารณ์จากผู้อื่น มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลในการแข่งขันของนักกีฬาเพศชายเท่านั้น นักกีฬาหญิงไม่มีความสัมพันธ์กับตัวแปรดังกล่าว

4.ระดับความสำคัญของชัยชนะในการแข่งขันจะสัมพันธ์กับความวิตกกังวลในการแข่งขันของเพศหญิงเท่านั้น แต่ไม่มีความสัมพันธ์กันในนักกีฬาชาย

5. ผลการแข่งขันที่ผ่านมา หรือ ความพึงพอใจในประสบการณ์ในอดีตไม่มีผลต่อระดับความวิตกกังวลในการแข่งขัน

วีลเลย์ (Vealey.1988 : 109) ได้ศึกษาความแตกต่างของเพศ กับคะแนนความเชื่อมั่นในการกีฬาและการยึดมั่นในการแข่งขัน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนมัธยมศึกษา จำนวน 103 คน นักศึกษา 96 คน และนักกีฬา 48 คน รวมกลุ่มตัวอย่าง 247 คน โดยใช้ ทีเอสซีที และซีโอไอ เป็นเครื่องมือในการศึกษา ผลการศึกษาพบว่า

1. ความเชื่อมั่นในกีฬามีความสัมพันธ์กับความยึดมั่นในการแข่งขันกีฬา
2. นักกีฬาประเภททีมจะมีความเชื่อมั่นในกีฬาสูงกว่านักกีฬาประเภทบุคคล
3. กลุ่มนักกีฬาชั้นเยี่ยมทั้งเพศชายและเพศหญิงจะมีความมั่นใจกีฬาสูงกว่านักกีฬา
ระดับอื่น ๆ
4. ความยึดมั่นในการแข่งขัน (Competitive Oriented) ระหว่างเพศชายและหญิงไม่แตกต่างกัน

ดุด้า (Duda.1989 : 318) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเอง และจุดประสงค์ในการเล่นกีฬา ของนักเรียนมัธยมที่เรียนพลศึกษา เป็นชาย 128 คนและหญิง 193 คน จากการใช้แบบทดสอบที่ได้รับการพัฒนามาจาก นิคอลส์ (Nicholls) พบว่า มีปัจจัยที่เป็นโครงสร้างที่มีความมั่นคงของเจตคติ วิเคราะห์จากจุดประสงค์ของแบบสอบถามการเล่นกีฬา ซึ่งมี 7 ปัจจัย โดยการวิเคราะห์เป็นรายบุคคลต่อความสามารถในการแสดงออกของทักษะในการเล่นกีฬา พบว่าผู้ที่มีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงาน มีความสัมพันธ์ด้านบวกกับความเชื่อว่า กีฬาจะยกระดับของความหยิ่งในศักดิ์ศรีของตนเองสูงขึ้นและสอนให้คนพยายามทำให้ดีที่สุด มีความร่วมมือและเป็นพลเมืองที่ดี ส่วนผู้ที่มีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองจะเป็นเครื่องชี้ผลทางบวกที่เชื่อว่าจะส่งเสริมความมีศักดิ์ศรีในตนเองมากขึ้นและเพิ่มสถานะภาพทางสังคมสูงขึ้น

เบิร์ดและฮอร์น (Bird and Horn.1990 : 216) ได้ศึกษาความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลทางจิต กับความผิดพลาดทางจิตในการกีฬา ตัวอย่างในการศึกษาเป็นนักกีฬาซอฟท์บอลระดับมัธยมจำนวน 161 คน อายุระหว่าง 14 - 17 ปี โดยใช้ ซีเอสเอไอ - 2 ในการเก็บข้อมูลด้านความวิตกกังวล แบบสอบถามความผิดพลาดทางจิต (Mental Error Questionnaire) ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น เป็นเครื่องมือในการวิจัย ซีเอสเอไอ-2 จะแจกให้ตัวอย่างกรอกก่อนการแข่งขัน 1 ชั่วโมง ส่วนแบบสอบถามความผิดพลาดทางจิต จะแจกให้ผู้ฝึกสอนกรอกตามที่เขาสังเกตจากผู้เล่นแต่ละคนภายหลังการแข่งขันเริ่มขึ้น ผลการศึกษาพบว่า ความผิดพลาดทางจิต มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลทางจิต แต่ไม่มีความสัมพันธ์กับความ วิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง

คารูโซและคณะ (Caruso et al. 1990 : 189) ได้ศึกษาการเปลี่ยนแปลงทางจิตวิทยาและสรีรวิทยาของความวิตกกังวล ระหว่างความสำเร็จและล้มเหลวในแมทช์ที่มีการแข่งขันและไม่มีการแข่งขัน โดยใช้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษาชาย อายุระหว่าง 18-25 ปี จำนวน 24 คน

กลุ่มตัวอย่างลงทะเบียนเรียนวิชาพลศึกษา และเคยเป็นนักกีฬามาแล้วในช่วงที่เรียนอยู่โรงเรียนมัธยมศึกษา การทดลองประกอบด้วยการเก็บจักรยานวัดงานใน 3 สถานการณ์ คือไม่มีการแข่งขัน ประสิทธิภาพสำเร็จในการแข่งขันและล้มเหลวในการแข่งขัน แต่ละสถานการณ์ต้องจับฉลาก จัดวันสำหรับการทดลองสถานการณ์แต่ละวันให้สมดุลย์กัน (Counter Balanced) เครื่องมือในการเก็บข้อมูลประกอบด้วยแบบวัดความวิตกกังวล ซีเอสเอไอ – 2 เครื่องมือวัดกระแสไฟฟ้าของกล้ามเนื้อ (EMG) ความสามารถในการแสดงออก พิจารณาคะแนนจากการเก็บจักรยานกำหนด 5 รอบคิดเป็น 1 คะแนน การทดลองดำเนินโดยให้ตัวอย่างเก็บจักรยานในแต่ละสถานการณ์ให้เร็วที่สุดภายใน 45 วินาที ทดลองครั้งละ 2 เทียว ผู้วิจัยจะเป็นผู้ป้อนข้อมูลว่า “เขาประสบความสำเร็จหรือล้มเหลว” เมื่อเก็บหมดเทียวแรก และเมื่อสิ้นสุดเวลาการทดลอง ผู้วิจัยก็จะบอกอีกครั้งว่า ตัวอย่างแพ้หรือชนะการแข่งขัน ตัวอย่างต้องทำแบบวัด ซีเอสเอไอ – 2 ก่อนการแข่งขันช่วงพักระหว่างเทียวของการทดลองและหลังการสิ้นสุดการทดลอง ผลการศึกษาพบว่า

1. ความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเองมีความสัมพันธ์กันในระดับปานกลาง
2. ความวิตกกังวลทางกายกับการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยา มีความสัมพันธ์กันในระดับปานกลาง เฉพาะในแมทซ์ที่ไม่มีการแข่งขัน
3. สถานการณ์ที่ไม่มีการแข่งขัน ประสิทธิภาพสำเร็จในการแข่งขัน และล้มเหลวในการแข่งขัน เป็นตัวแปรสำคัญที่มีผลต่อความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเองกล่าวคือความวิตกกังวลในสถานการณ์ ที่ไม่มีการแข่งขันจะต่ำกว่าในสถานการณ์ที่ล้มเหลวในการแข่งขัน ในขณะที่มีความเชื่อมั่นในตนเองจะสูงในสถานการณ์ที่ไม่มีการแข่งขัน และประสิทธิภาพสำเร็จในการแข่งขัน แต่จะต่ำเมื่อล้มเหลวจากการแข่งขัน ส่วนความวิตกกังวลทางกายและสรีรวิทยาไม่ได้รับอิทธิพลจากสถานการณ์ดังกล่าวแต่อย่างใด
4. ความวิตกกังวลทางจิต จะเพิ่มขึ้นจากก่อนแข่งขันไปจนถึงหลังการแข่งขัน หากนักกีฬานั้นล้มเหลวในการแข่งขัน แต่จะตรงกันข้ามในกรณีที่นักกีฬานั้นประสบความสำเร็จในการแข่งขัน
5. ความเชื่อมั่นในตนเอง จะลดลงจากก่อนแข่งขันไปจนกระทั่งสิ้นสุดการแข่งขันกรณีที่นักกีฬานั้นล้มเหลวจากการแข่งขัน
6. ความวิตกกังวลทางกาย จะแตกต่างกันตามช่วงเวลาของการแข่งขัน กล่าวคือต่ำในช่วงก่อนการแข่งขันแล้วจะสูงขึ้น ในช่วงระหว่างแข่งขันและหลังแข่งขัน เช่นเดียวกันความเชื่อมั่นในตนเองก็จะแตกต่างกันตามช่วงเวลาของการแข่งขัน แต่เป็นไปในทางกลับกัน ความเชื่อมั่นในตนเองจะสูงในช่วงก่อนการแข่งขัน แล้วลดลงในช่วงระหว่างแข่งขันและหลังแข่งขัน แต่ช่วงเวลาของการแข่งขันไม่มีผลต่อความวิตกกังวลทางจิตและสรีรวิทยา

สเตและคณะ (Sade et al. 1990 : 211) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวล การควบคุมตนเอง และความสามารถในการยิงปืนยาว กลุ่มตัวอย่างเป็น นักกีฬายิงปืนยาว จำนวน 55 คน เป็นชาย 37 คน และหญิง 18 คน จำแนกเป็นนักยิงปืนระดับดี 28 คน และระดับปานกลาง 27 คน ความวิตกกังวลวัดโดยใช้แบบสอบถาม เอสทีเอคิว (State Trait Anxiety Questionnaire) การควบคุมตนเอง ใช้แบบตารางการควบคุมตนเอง (Self Control Schedule) ส่วนความสามารถในการยิงปืนพิจารณาจากสถิติการยิงปืนระยะ 10 เมตร 60 นัด จำนวน 7 รายการแข่งขัน ผลการศึกษาพบว่า

1.ระดับความสามารถของนักกีฬายิงปืนไม่มีผลต่อการควบคุมตนเองและความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยแต่ความวิตกกังวลตามสถานการณ์มีผลต่อความสามารถในการยิงปืนกล่าวคือ นักกีฬายิงปืนระดับดี จะมีความวิตกกังวลตามสถานการณ์ต่ำ และทำคะแนนได้สูงในทุกการแข่งขัน

2.ไม่มีความสัมพันธ์ระหว่างการควบคุมตนเอง และความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและความวิตกกังวลตามสถานการณ์

โจนส์ สเวนและเคล (Jones, Swain and Cale. 1990 : 118) ได้ศึกษาผลของสถานการณ์ต่าง ๆ ที่มีผลต่อความวิตกกังวลในการแข่งขันและความเชื่อมั่นในตนเองของนักวิ่งระยะกลางชั้นเยี่ยม ตัวอย่างในการศึกษาคั้งนี้เป็นนักวิ่งระยะกลางชั้นเยี่ยมของการแข่งขันกีฬาระหว่างวิทยาลัย จำนวน 125 คน เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย ซีเอสเอไอ – 2 และพรีอาร์คิว (Pre-Race Questionnaire) ซึ่งผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยเฉพาะ เพื่อทดสอบสภาพการณ์ในการแข่งขัน เครื่องมื่อดังกล่าวแจกให้ตัวอย่างกรอกก่อนการแข่งขัน 1 ชั่วโมง ผลการศึกษาพบว่า

1. ความวิตกกังวลทางจิตมีความสัมพันธ์กับการวิตกกังวลทางกาย ในระดับปานกลาง
2. ความวิตกกังวลทางจิตมีความสัมพันธ์เชิงลบกับความเชื่อมั่นในตนเองในระดับปานกลาง
3. ความวิตกกังวลทางกายมีความสัมพันธ์กับความเชื่อมั่นในตนเองในระดับต่ำ
4. สภาพการณ์ที่ใช้เป็นตัวทำนายความวิตกกังวลทางจิตได้ดีที่สุดก็คือ สภาพความพร้อมก่อนแข่งขัน ซึ่งหมายถึงความพร้อมของร่างกายและจิตใจ ประสิทธิภาพการฝึกซ้อมระดับความล้าจากการฝึก สภาพการณ์ที่ใช้เป็นตัวทำนายได้รองลงมา คือ เจตคติที่มีต่อความสามารถของตนเองที่ผ่านมา อันได้แก่ ผลการแข่งขันที่ผ่านมาระยะไกล ๆ กับการแข่งขันครั้งนี้ สภาพการณ์ที่ใช้เป็นตัวทำนายได้รองลงมา คือ เป้าหมายที่วางไว้ (Goal Setting)
5. ไม่มีสภาพการณ์ใด ๆ ที่สามารถทำนายความวิตกกังวลทางกายได้

บอย และ มิเชล (Boyd and Michal.1994 : 411 – 424) ได้ทำการศึกษาถึงเจตคติสู่ความสำเร็จที่เกี่ยวข้องกับงาน และตนเอง จากสมาพันธ์กีฬาเยาวชน (NASPA) สมัยประชุมที่อุสตัน เทกซัส ปี 1990 โดยศึกษาจากแรงจูงใจในการเล่นเบสบอลของเยาวชน และการสร้าง

สมมุติฐานทางด้านเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเอง ที่มีความสัมพันธ์กับการแสดงออกในการเล่นขณะแข่งขัน เช่น ความสามารถ ความกระตือรือร้น การติดตามการแข่งขัน ซึ่งศึกษาจากชายสูงอายุ 88 ปี และเด็กชายอายุ 10 – 12 ปี โดยการตอบแบบสอบถามเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงาน และตนเองในการเล่นกีฬาของนักกีฬา (TEOSQ) ของดูด้า (Duda) และการวัดความเข้าใจการแสดงความสามารถและความพยายาม และความพึงพอใจในการเล่นกีฬา พบว่า มีความสัมพันธ์ภายในและมีความสัมพันธ์เชิงโครงสร้าง ที่เป็นเช่นนี้เพราะ เจตคติสู่ความสำเร็จ มีความสัมพันธ์กับความพยายามอย่างเต็มที่ ในการแสดงความสามารถจึงควรทำให้มีการส่งเสริมให้นักกีฬามีเจตคติที่สนับสนุน ให้มีเจตคติสู่ความสำเร็จที่ถูกต้อง ซึ่งสอดคล้องกับการค้นคว้าวิจัย จากประเทศฝรั่งเศส สเปน เยอรมัน อิตาลี โดยได้รับการยอมรับจากสมาคมจิตวิทยา ประเทศสหรัฐอเมริกา

ไวท์และซาลลี่ (White and Sally, 1994 : 4 -18) ได้ศึกษา ความเกี่ยวข้องของเพศ ที่มีผลกระทบต่อทางการกีฬาและแรงจูงใจที่ส่งผลถึงเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองในการเล่นกีฬา ซึ่งใช้แบบสอบถามเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองในการเล่นกีฬา ในการทดสอบและอธิบายถึงความแตกต่างของเจตคติสู่ความสำเร็จในการเล่นกีฬา โดยประเมินจากเยาวชนชาย หญิง 237 คน จากโรงเรียนมัธยม วิทยาลัย และเยาวชนที่เล่นกีฬาเพื่อสันทนาการ โดยให้เยาวชนตอบแบบสอบถามเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองในการเล่นกีฬา (TEOSQ) พบว่า เยาวชนที่มีความสามารถสูงในการแข่งขัน คือกลุ่มวิทยาลัย มีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองมากกว่ากลุ่ม อื่น ๆ และพบว่าเพศชายมีเจตคติเกี่ยวข้องกับตนเองสูงกว่าเพศหญิง และเพศมีผลต่อระดับความสามารถในการแข่งขัน ซึ่งจะปรากฏจากคะแนนเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงาน จะมีความมั่นคงต่อเจตคติซึ่งมีความสัมพันธ์ ระหว่างการแสดงออกถึงเจตคติสู่ความสำเร็จและเป็นแรงจูงใจในการเล่นกีฬา

ฟอกซ์ และคณะ (Fox et al. 1994 : 253-261) ได้ทำการศึกษาถึงโครงสร้างของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองของเด็ก 231 คน (อายุเฉลี่ย 11.1 ปี) จากแรงจูงใจในการเล่นกีฬา และการพิจารณาถึงความสัมพันธ์ของแรงจูงใจ แต่ละเจตคติที่เกี่ยวข้อง และผลกระทบของแรง จูงใจต่อเจตคติกับการศึกษาการหยั่งรู้ความสามารถในการแข่งขัน เป็นการเปรียบเทียบ 4 กลุ่มเจตคติคือ สิ่งที่เป็นพื้นฐานความเข้าใจที่จะทำให้เกิดเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานหรือตนเอง ในการเล่นกีฬา จากการตอบแบบสอบถามเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองในการเล่นกีฬา (TEOSQ) พบว่า นักกีฬามีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานมากกว่าเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองในการเล่นกีฬา มีปัจจัยมาจากการหยั่งรู้ความสามารถในการแข่งขันกีฬา และความสนุกสนานในการเล่นกีฬา

ดูด้าและคณะ (Duda et al. 1995 : 40-63) ได้ศึกษาถึงเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองและแรงจูงใจภายในในการเล่นกีฬาของนักกีฬา ซึ่งได้สรุปการเชื่อมโยงระหว่างการสร้าง

เจตคติกับทฤษฎีเจตคติสู่ความสำเร็จในการเล่นกีฬาของ นิคอลส์ (Nicholls) และทฤษฎีการประเมินกระบวนการรับรู้ของ ดีซีและไรอัน (Deci and Ryan) ในการกำหนดของแรงจูงใจภายในในการเล่นกีฬานักกีฬา จากการอภิปรายผล พบว่า เจตคติที่เกี่ยวข้องกับงาน จะนำไปสู่การทำให้ลดแรงจูงใจในการเล่นกีฬา จากการตรวจสอบในปัจจุบัน มีการพิจารณาความสัมพันธ์ของสถานภาพ เกณฑ์ ของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองและแรงจูงใจ ในชั้นเรียนและในการเล่นกีฬา โดยการนำทั้งสองมาทำการวิจัยไว้ โดยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาที่ยังไม่ได้รับปริญญา 228 คน และประเมินจากการตัดสินใจเข้าร่วมสังคม ระหว่างระดับคะแนนจากแบบสอบถามเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองในการเล่นกีฬาและแรงจูงใจภายใน มีความคงที่ของเจตคติและแรงจูงใจภายใน สอดคล้องกับทฤษฎีทั้ง 2 มีความสัมพันธ์กัน จากผลของคะแนนจากแบบสอบถามเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองในการเล่นกีฬา

ไวท์และเชลลี (Wite and Sally. 1996 : 58-72) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติสู่ความสำเร็จ ความเชื่อเกี่ยวกับสาเหตุของการประสบความสำเร็จในการเล่นกีฬา และความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬาโรงเรียนมัธยม วิทยาลัย และกลุ่มที่เล่นกีฬาเพื่อสันทนาการ ซึ่งเป็นการศึกษาเฉพาะบุคคล ถึงความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติสู่ความสำเร็จ จุดประสงค์เกี่ยวกับการเล่นกีฬาและระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยก่อนและระหว่างการแข่งขันการเล่นกีฬาสันทนาการ จากกลุ่มตัวอย่างเป็นหญิง 113 คนและชาย 138 คน (อายุ 14-21 ปี) จากโรงเรียนมัธยมศึกษา วิทยาลัยและกลุ่มที่เล่นกีฬาเพื่อสันทนาการ โดยวัดเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเอง ความเชื่อเกี่ยวกับสาเหตุของการประสบความสำเร็จและความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยสูง พบว่า มีเจตคติที่เกี่ยวกับตนเองมากซึ่งอาจเป็นเพราะมีประสบการณ์ที่แตกต่างกัน จากการสัมภาษณ์พบว่ามีความเชื่อว่าความได้เปรียบจากการที่ทำผิดกฎกติกาจะนำไปสู่ความสำเร็จในการเล่นกีฬา กลุ่มตัวอย่างที่เป็นผู้หญิงจะมีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานมากกว่าผู้ชาย และระดับของความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยก่อนและระหว่างการแข่งขัน ของนักกีฬาโรงเรียนมัธยมที่เข้าแข่งขัน จะมีเจตคติที่เกี่ยวกับตนเองมากกว่านักกีฬาจากวิทยาลัย และภายในกลุ่มของนักกีฬาวิทยาลัยที่เป็นชาย จะมีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานมากกว่ากลุ่มนักกีฬาหญิง และนักกีฬาโรงเรียนมัธยมที่เป็นหญิงจะมีเจตคติที่เกี่ยวกับตนเองมากกว่านักกีฬาชาย

การวิจัยในประเทศไทย

จันทร์พิมพ์ พลพงษ์ (2528 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเปรียบเทียบความวิตกกังวลระหว่างนักกีฬาประเภททีมที่มีการปะทะ บาสเกตบอล กับนักกีฬาประเภททีมที่ไม่มีการปะทะ (วอลเลย์บอล) ก่อนการแข่งขันและหลังการแข่งขัน ในรอบแรก รอบที่สอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศกลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาสเกตบอลหญิง และนักกีฬาวอลเลย์บอลพบว่าความ

วิตกกังวลตามสถานการณ์ (State Anxiety) ระหว่างนักกีฬาประเภทที่มีการปะทะ บาสเกตบอล กับนักกีฬาประเภทที่ไม่มีการปะทะ วอลเลย์บอล ก่อนการแข่งขันและหลังการแข่งขันในรอบแรกมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนรอบที่สองรอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ไม่แตกต่างกัน ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ คู่ชิงชนะเลิศ ก่อนการแข่งขันและหลังการแข่งขันของนักกีฬาประเภทที่มีการปะทะ บาสเกตบอล ในรอบแรก รอบรองชนะเลิศ และนักกีฬาประเภทที่ไม่มีการปะทะ วอลเลย์บอล ในรอบชิงชนะเลิศมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนในรอบอื่น ๆ มีความวิตกกังวลตามสถานการณ์ไม่แตกต่างกันความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (Trait Anxiety) ของนักกีฬาทั้ง 2 ประเภท ก่อนการแข่งขันและหลังการแข่งขันมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของเฉพาะกลุ่มนักกีฬาทั้ง 2 ประเภท ก่อนการแข่งขันมีความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยไม่แตกต่างกัน

ชนะชัย วัฒนไชย (2536 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยความสัมพันธ์และเปรียบเทียบความวิตกกังวลตามสถานการณ์และเฉพาะบุคคลของนักกรีฑาที่เข้าแข่งขันในปรีซีเกมส์กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกรีฑาตัวแทนทีมชาติจำนวน 32 คน คือกลุ่มที่มีประสบการณ์ในการแข่งขัน 1 – 5 ปี จำนวน 15 คน และกลุ่มที่มีประสบการณ์ในการแข่งขันมากกว่า 5 ปี ขึ้นไป จำนวน 17 คน ใช้ แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ เอส ซี เอ ที (SCAT) ของมาร์เตนส์ (Martens) และแบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย เอส ที เอ ไอ (STAI) ของ ซี. เอฟ. สปีลเบิร์กเกอร์ (C.F. Spielberger) ปรากฏว่าระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกรีฑาตัวแทนทีมชาติ อยู่ในระดับปานกลางและความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกรีฑาตัวแทนทีมชาติอยู่ในระดับต่ำ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลตามสถานการณ์และอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกรีฑา ตัวแทนทีมชาติ ไม่มีความสัมพันธ์กัน ผลการเปรียบเทียบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ และความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกรีฑาตัวแทนทีมชาติที่มีประสบการณ์ในการแข่งขันต่างกันระหว่าง 1-5 ปี กับมากกว่า 5 ปี ขึ้นไป ไม่แตกต่างกัน

บัญชา ไตรรส (2539 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยความวิตกกังวลของนักกีฬาซอฟท์บอลทีมสโมสรมหาวิทยาลัยพระจอมเกล้าเจ้าคุณทหาร ลาดกระบังในการแข่งขันกีฬาซอฟท์บอลเยาวชนอายุ 19 ปี คีคิงแชมป์ประเทศไทย กลุ่มตัวอย่างนักกีฬาซอฟท์บอลชายจำนวน 20 คน โดยใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและตามสถานการณ์ก่อนการแข่งขัน 3 สัปดาห์ 1 สัปดาห์ และ 30 นาทีก่อนการแข่งขัน ผลการวิจัยพบว่า ระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬา ไม่มีความแตกต่างกันเมื่อการแข่งขันใกล้เข้ามา ส่วนระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ความวิตกกังวล พบว่าไม่มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเมื่อการแข่งขันใกล้เข้ามาแต่เมื่อวิเคราะห์โดยละเอียด โดยการสังเกตพบได้ว่า ระดับความวิตกกังวลทางด้านความคิดมีการเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องเล็กน้อยเมื่อการแข่งขันใกล้เข้ามา

ส่วนของระดับความวิตกกังวลทางด้านสถานการณ์ด้านร่างกายนั้น มีความเปลี่ยนแปลงเพิ่มขึ้น และระดับความวิตกกังวลทางด้านความเชื่อมั่นในตนเองนั้นมีความเปลี่ยนแปลงลดลง ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีของมาร์เตนส์ ตามสมมุติฐาน

พีรยุทธ เรืองวราหะ (2533 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างระดับความวิตกกังวลกับความสามารถของนักกีฬายิงปืน ในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยครั้งที่ 17 เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของความวิตกกังวล กับความสามารถในการแข่งขันกีฬายิงปืนกลุ่มตัวอย่างประชากรเป็นนักกีฬาชายและหญิง ที่เข้าร่วมแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยครั้งที่ 17 มหาวิทยาลัยขอนแก่น จำนวน 120 คน ใช้แบบวัดความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬา SCAT (Sport Competition Anxiety Test) ผลการวิจัยพบว่า

1. ระดับความวิตกกังวลของนักกีฬายิงปืน ในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 17 โดยเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง คือมีค่าเท่ากับ 21.03
2. ระดับความวิตกกังวลไม่มีความสัมพันธ์กับความสามารถในการยิงปืน อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05

ธงชัย สุขดี (2533 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่องความวิตกกังวลของนักกีฬาประเภทบุคคลประเภททีม และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาชายประเภทบุคคลจำนวน 158 คน ประเภททีม จำนวน 422 คน และประเภทการต่อสู้ป้องกันตัวจำนวน 178 คน รวมทั้งสิ้น 758 คน โดยใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลลักษณะโดยทั่วไปของบุคคล (General Trait Scale) ของสปิลเบอร์เกอร์ คอรัชชและลูชิน (Speilberger, Gorsuch and Lushine) และแบบทดสอบความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬา (SCAT) ของ มาร์เตนส์ (Martens) ผลการวิจัยพบว่า

1. ความวิตกกังวลทั่วไป ของนักกีฬาประเภทบุคคล และประเภททีม ก่อนการแข่งขัน มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนนักกีฬาประเภทการต่อสู้ป้องกันตัว มีความวิตกกังวลลักษณะทั่วไปไม่แตกต่างกัน และความวิตกกังวลลักษณะทั่วไประหว่างนักกีฬาประเภทบุคคลประเภททีมและประเภทการต่อสู้ป้องกันตัวก่อนการแข่งขันไม่แตกต่างกัน
2. ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของกรีฑา นักกีฬามวยสากล ระหว่างก่อนการแข่งขันนัดแรกกับรอบชิงชนะเลิศ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนนักกีฬาสเกตบอล ฟุตบอล วูเลย์น้ำ และยูโด มีความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาก่อนการแข่งขันกีฬา ไม่แตกต่างกัน
3. ความวิตกกังวลในการแข่งขัน ระหว่างนักกีฬาสเกตบอลกับนักกีฬาฟุตบอลและระหว่างนักกีฬามวยสากลกับนักกีฬายูโด ก่อนการแข่งขันในรอบชิงชนะเลิศ มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนนักกีฬาวูเลย์น้ำกับนักกรีฑา มีความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬา ก่อนการแข่งขันในนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศไม่แตกต่างกัน ระหว่างนักกีฬา

บาสเกตบอลกับนักกีฬาฟุตบอล และระหว่างนักกีฬามวยสากลกับนักกีฬายูโดมีความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาก่อนการแข่งขันในนัดแรก ไม่แตกต่างกัน

4. ความวิตกกังวลเพื่อแข่งขันกีฬาระหว่างนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีมและประเภทการต่อสู้ป้องกันตัวแล้ว ก่อนการแข่งขันในนัดแรกและรอบชิงชนะเลิศ ไม่แตกต่างกัน

ทรงศักดิ์ สร้อยแสงทอง (2534 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่องความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาที่เข้าร่วมแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยพลศึกษาแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 16 การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา และเปรียบเทียบความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาที่เข้าร่วมแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยพลศึกษาแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 16 กลุ่มตัวอย่างได้จากการสุ่มแบบง่าย จำนวน 341 คน โดยใช้แบบวัดความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬา (SCAT) ของมาร์เตนส์ (Martens) เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผลการวิจัยพบว่า

1. ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาอยู่ในระดับปานกลาง
2. ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาเพศชายทุกประเภทไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬา ของนักกีฬาเพศหญิงประเภทบุคคล ไม่ปะทะสูงกว่านักกีฬาประเภททีมไม่ปะทะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาประเภทบุคคลไม่ปะทะ เพศหญิง สูงกว่าเพศชายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และประเภทบุคคลปะทะ ทีมไม่ปะทะและทีมปะทะ ระหว่างเพศชายและหญิง ไม่แตกต่างกัน ปัจจัยด้านประเภทบุคคลและ ทีมประเภทปะทะและไม่ปะทะ ไม่มีผลทำให้ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาแตกต่างกัน

จากรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลและเจตคติที่มีต่อกีฬา สรุปได้ดังนี้ ความวิตกกังวลของนักกีฬาจะแตกต่างกันที่ปัจจัยควบคุมหลายปัจจัย อันได้แก่ ความแตกต่างระหว่างบุคคล เพศ สถานการณ์การแข่งขัน ระดับความสามารถของนักกีฬา ช่วงเวลา ก่อนการแข่งขัน ระดับความยากง่ายของการแข่งขัน ผลของความวิตกกังวลที่มีต่อความสามารถทางการกีฬานั้นส่วนใหญ่พบว่าความวิตกกังวลมีความสัมพันธ์กับการแสดงความสามารถสูงสุดทางการกีฬา ซึ่งในการศึกษาวิจัยระยะหลัง ๆ ได้จำแนกความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาออกเป็น 3 องค์ประกอบ คือความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกายและความเชื่อมั่นในตนเอง ความวิตกกังวลระดับปานกลางเป็นระดับที่เหมาะสมต่อนักกีฬา ซึ่งจะทำให้นักกีฬาแสดงความสามารถได้ สูงสุดในการแข่งขัน

รายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเจตคติที่มีต่อการเล่นกีฬา พบว่าผู้ที่มีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเอง มีความสัมพันธ์กับการแสดงออกในการเล่นกีฬา เช่น ความสามารถ ความกระตือรือร้น การติดตามการแข่งขัน ความเข้าใจในการเล่นกีฬา ซึ่งผู้ที่มีเจตคติเกี่ยวข้องกับงานจะเชื่อว่าตนประสบความสำเร็จในการเล่นกีฬา จะยกระดับความหยิ่งในศักดิ์ศรีของตนเองสูงขึ้น ส่งเสริมให้มีความพยายามเล่นกีฬาให้ดีที่สุด ให้ความร่วมมือและเป็นพลเมืองที่ดี

ส่วนผู้ที่มีเจตคติเกี่ยวข้องกับตนเองในความสำเร็จในการเล่นกีฬาก็จะเชื่อว่าการเล่นกีฬาจะส่งเสริมความมีศักดิ์ศรีในตนเอง มากขึ้นและเพิ่มสถานะภาพทางสังคมให้สูงขึ้น นักกีฬาที่ทราบถึงระดับความสามารถของตนใน การแข่งขันจะมีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานมากกว่าเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองในการเล่นกีฬา

จากรายงานการวิจัยได้มีงานวิจัยที่พบว่า มีความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่มีต่อการเล่นกีฬา ทั้งก่อนและระหว่างการแข่งขันของนักกีฬา ซึ่งนักกีฬามีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานมากกว่านักกีฬาชายและนักกีฬามีระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย มากกว่านักกีฬาชาย และพบว่านักกีฬาระดับโรงเรียนมัธยมจะมีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองมากกว่านักกีฬาระดับวิทยาลัย ซึ่งสอดคล้องและเป็นแนวทางแก่ งานวิจัยของผู้วิจัย ที่จะศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ในอันที่จะได้ศึกษาถึงระดับและทิศทางของความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่มีต่อการเล่นกีฬาได้ชัดเจนและเป็นการพัฒนา การกีฬาได้ต่อไป

สรุป

จากเอกสารและงานวิจัยที่ผู้วิจัยได้เสนอสามารถวิเคราะห์ถึงปัจจัยที่จะทำให้เกิดความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่มีต่อการเล่นกีฬาได้ดังนี้

1. ระดับของความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬาแต่ละบุคคล ที่เป็นลักษณะค่อนข้างคงที่และไม่ปรากฏออกมาในลักษณะโดยตรง แต่จะเป็นตัวเสริมหรือตัวประกอบของความวิตกกังวลตามสถานการณ์
2. เจตคติที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬา ซึ่งขึ้นอยู่กับแต่ละบุคคลว่ามีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานหรือตนเอง ซึ่งมีความสัมพันธ์กับการแสดงออกถึงความสามารถสูงสุด ความพยายาม ความยากง่ายของงาน ความสนใจในการเล่นกีฬา การประคับประคองตนเองหรือการปรับปรุงตนเองเพื่อความสำเร็จทางการกีฬา
3. ความพร้อมในการเตรียมตัวเพื่อการแข่งขันของนักกีฬา ซึ่งหมายถึงความพร้อมด้านการฝึกซ้อม สวัสดิการ การจัดหาปัญหาส่วนตัวของนักกีฬา การสนับสนุนจากผู้ที่เกี่ยวข้อง สิ่งอำนวยความสะดวกในการเตรียมตัวฝึกซ้อม และความพร้อมทางด้านสนาม อุปกรณ์
4. การรับรู้ถึงความสามารถของตนเอง ซึ่งเกิดได้ทั้งจากการประเมินจากคนอื่นรอบข้างและการรับรู้ถึงความสามารถจริงทั้ง ก่อน ขณะและหลังการแข่งขัน ตลอดจน ระดับการแข่งขันที่นักกีฬาเคยเข้าร่วมแข่งขัน
5. ความสำคัญของการแข่งขัน ซึ่งเป็นการรับรู้ความสำคัญหรือความหมายของการแข่งขันที่มีต่อตนเอง ต่อทีมและสังคม

6. ผลการแข่งขันและผลการทดสอบในช่วงฝึกซ้อมที่ผ่านมา ได้แก่ ความพึงพอใจต่อผลการแข่งขันที่ผ่านมา ความพึงพอใจต่อการแสดงออกที่เกิดขึ้นหลังจากการเริ่มฝึกซ้อม ความก้าวหน้าของการฝึกซ้อม การยอมรับผลการทดสอบต่าง ๆ ก่อนการแข่งขัน

7. การคาดหวังสูงและความกลัว ซึ่งเป็นความรู้สึกกลัวต่าง ๆ ได้แก่กลัวความล้มเหลว กลัวจะทำให้ทีมตกต่ำ กลัวศักดิ์ศรีคู่แข่ง กลัวจะทำให้ผิดคุณธรรม กลัวถูกวิพากษ์วิจารณ์ กลัวเกิดอันตราย กลัวการถูกประเมิน กลัวการแสดงออกที่ด้อยกว่าคนอื่นหรือต่ำกว่าที่ผ่านมา

8. ความสมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจ เป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นเกี่ยวกับความผิดปกติของร่างกาย เช่น หัวใจเต้นเร็ว หงุดหงิด กล้ามเนื้อเกร็ง ร่างการสั่น ง่วงเหงาหาวนอน ความมั่นคงของอารมณ์

9. ความยากง่ายของความสำเร็จ เป็นการรับรู้ระดับความยากของชัยชนะที่กำหนดไว้ว่า มีความยากต่อการที่จะทำให้บรรลุมากน้อยเพียงใด

10. ประสบการณ์การแข่งขัน โดยพิจารณาความสำเร็จหรือชัยชนะจากการร่วมการแข่งขันระดับต่าง ๆ ในอดีตที่ผ่านมา

11. เป้าหมายของการแข่งขัน เป็นการแสดงเป้าหมายในการเข้าร่วมการแข่งขัน

12. ความวิตกกังวลทางกาย เป็นความรู้สึกผิดปกติเกี่ยวกับร่างกาย

13. ความวิตกกังวลทางจิต เป็นความรู้สึกผิดปกติเกี่ยวกับการคิดหรือจิตใจ

14. ความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นความรู้สึกที่เชื่อมั่นในตนเองว่าจะสามารถควบคุมให้ตนเองฟันฝ่าอุปสรรคต่าง ๆ จนได้รับชัยชนะในการแข่งขันได้

บทที่ 3

วิธีดำเนินการศึกษาค้นคว้า

แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง

1. กลุ่มประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักกีฬาของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่จะเข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัย ครั้งที่ 26 ทั้งหมด จำนวน 181 คน
2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ โดยได้มาจากการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling) เป็นนักกีฬาของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ แบ่งเป็นนักกีฬาชาย 118 คน นักกีฬาสตรี 63 คน โดยมีรายละเอียดดังตาราง 2

ตาราง 2 จำนวนนักกีฬา

ประเภทกีฬานักกีฬา	ชนิดกีฬา	เพศ	
		ชาย	หญิง
บุคคล	แบดมินตัน	7	4
	ฟันดาบ	5	5
	ยูโด	1	1
	เทเบิลเทนนิส	5	3
	ยิงปืน	-	1
	กอล์ฟ	3	-
	มวยสากลสมัครเล่น	6	-
	กรีฑา	12	14
	เทควันโด	4	4
	ซอฟท์บอล	12	15
ทีม	เบตอง	4	4
	ตะกร้อ	4	-
	บาสเกตบอล	12	12
	ฟุตบอล	20	-
	รักบี้	23	-
รวม		118	63

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. แบบทดสอบวัดความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (Sport Competition Anxiety Test : SCAT) ของ มาเตนส์ (Martens. 1977 : 698) ฉบับภาษาไทยโดย พิชิต เมืองนาโพธิ์ (พิชิต เมืองนาโพธิ์. 2536 :6) มีค่าความเที่ยงตรงระหว่าง .70 - .80 และมีค่าความเชื่อมั่น .76

ลักษณะของแบบทดสอบเป็นแบบสอบถาม ซึ่งประกอบด้วย ข้อความที่แสดงถึงลักษณะของความวิตกกังวล มีทั้งหมด 15 ข้อ ใช้วัดความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย

2. แบบทดสอบวัดเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา (Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire : TEOSQ) ของ ดูด้า (Duda.1989 : 38) ฉบับภาษาไทยโดย นฤพนธ์ วงศ์จตุรภัทร (Li et al. 1996 : 208 - 213) มีค่าความเที่ยงตรงระหว่าง .54 - .92 และ .78 - .96 มีค่าความเชื่อมั่น .78 และ .73

ลักษณะของแบบทดสอบเป็นแบบสอบถาม ซึ่งประกอบด้วย ข้อความที่แสดงถึงเจตคติเกี่ยวกับความสำเร็จในการเล่นกีฬานักกีฬามหาวิทยาลัย มีทั้งหมด 13 ข้อ แบบทดสอบสามารถวัดได้ 2 ด้าน คือ เจตคติที่เกี่ยวข้องกับงาน (Task Orientation) 7 ข้อ และเจตคติเกี่ยวกับตนเอง (Ego Orientation) 6 ข้อ ใช้วัดเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา

วิธีดำเนินการรวบรวมข้อมูล

1. ทำหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย ขอความร่วมมือไปยังผู้ควบคุมทีมนักกีฬามหาวิทยาลัยที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง

2. การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยแบ่งการทดสอบออกเป็น 2 ตอน คือ

ตอนที่ 1 แบบทดสอบวัดความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (Sport Competition Anxiety Test : SCAT) ของ มาเตนส์ (Martens. 1977 : 698) ฉบับภาษาไทยโดย พิชิต เมืองนาโพธิ์ (พิชิต เมืองนาโพธิ์. 2536 :6) ทั้งหมด 15 ข้อ

ตอนที่ 2 แบบทดสอบวัดเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา (Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire : TEOSQ) ของ ดูด้า (Duda.1989 : 38) ฉบับภาษาไทยโดย นฤพนธ์ วงศ์จตุรภัทร (Li et al. 1996 : 208 - 213) ทั้งหมด 13 ข้อ

3. ผู้วิจัยเก็บข้อมูลด้วยตนเอง โดยมีผู้ช่วยในการแนะนำแบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและแบบทดสอบวัดเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาให้นักกีฬามหาวิทยาลัย ในการตอบแบบสอบถาม

วิธีการจัดกระทำกับข้อมูล

1. หาค่ามัชฌิมเลขคณิตและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนความวิตกกังวล อันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. หาค่าร้อยละของคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตามเพศและประเภทกีฬา
3. หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยกับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ด้วยวิธีการของเพียร์สัน (Pearson' Product Moment Correlation)
4. หาค่าร้อยละแต่ละรูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาตามเพศของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
5. หาค่าร้อยละแต่ละรูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาตามประเภทของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

$\bar{x}$ แทนค่าเฉลี่ย

S.D แทนค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

N แทนจำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง

r แทนค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์

S แทนคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย

T แทนคะแนนเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬา

TL แทนเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานต่ำที่มีต่อการเล่นกีฬา

TM แทนเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานปานกลางที่มีต่อการเล่นกีฬา

TH แทนเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานสูงที่มีต่อการเล่นกีฬา

E แทนคะแนนเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา

EL แทนเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองต่ำที่มีต่อการเล่นกีฬา

EM แทนเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองปานกลางที่มีต่อการเล่นกีฬา

EH แทนเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองสูงที่มีต่อการเล่นกีฬา

* มีนัยสำคัญที่ระดับ .05

การนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำเสนอตามจุดมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า ดังนี้

1. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและ เจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒจำแนกตามเพศและประเภทกีฬา

2. ค่าร้อยละคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตามเพศและประเภทกีฬา

3. ค่าร้อยละของรูปแบบเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒจำแนกตามเพศและประเภทกีฬา

4. คำสัมภาษณ์สหสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตามเพศและประเภทกีฬา

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและ เจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒจำแนกตามเพศและประเภทกีฬา

ตาราง 3 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย และเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ (N=181)

รายการ	$\bar{x}$	S.D
ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย	17.67	3.90
เจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานในการเล่นกีฬา	26.93	4.38
เจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองในการเล่นกีฬา	13.01	4.03

จากตาราง 3 แสดงว่าค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 17.67 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.90

ค่าเฉลี่ยของคะแนนเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬาเท่ากับ 26.93 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.38

ค่าเฉลี่ยของคะแนนเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาเท่ากับ 13.01 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.03 (ตามลำดับ)

ตาราง 4 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย และเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒจำแนกตามเพศ

รายการ	เพศ			
	ชาย (N=118)		หญิง (N=63)	
	$\bar{x}$	S.D	$\bar{x}$	S.D
ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย	17.71	4.87	17.64	3.06
เจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานในการเล่นกีฬา	27.09	3.31	26.82	5.01
เจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองในการเล่นกีฬา	12.80	4.47	13.15	3.70

จากตาราง 4 แสดงว่าค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒชาย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 17.71 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.87 ซึ่งนักกีฬาหญิงมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 17.64 และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.06

ค่าเฉลี่ยเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒชายเท่ากับ 27.09 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.31 ซึ่งนักกีฬาหญิงมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 26.82 และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 5.01

ค่าเฉลี่ยเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒชายเท่ากับ 12.80 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.47 ซึ่งนักกีฬาหญิงมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 13.15 และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.07

ตาราง 5 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย และเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒจำแนกตามประเภทกีฬา

รายการ	ประเภท			
	บุคคล (N=75)		ทีม (N=106)	
	$\bar{x}$	S.D	$\bar{x}$	S.D
ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย	16.91	3.29	19.10	4.52
เจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานในการเล่นกีฬา	27.32	4.44	26.21	4.21
เจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองในการเล่นกีฬา	13.01	3.47	13.00	4.94

จากตาราง 5 แสดงว่าค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประเภทบุคคล มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 16.91 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.29ซึ่งนักกีฬาประเภททีมมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 19.10 และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.52

ค่าเฉลี่ยเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประเภทบุคคลเท่ากับ 27.32 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.44 ซึ่งนักกีฬาประเภททีมมี ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 26.21 และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.21

ค่าเฉลี่ยเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประเภทบุคคลเท่ากับ 13.01 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.47ซึ่งนักกีฬาประเภททีมมี ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 13.00 และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.47

2. คำร้อยละคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตามเพศและประเภทกีฬา

ตาราง 6 คำร้อยละคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (N=181)

รายการ	ระดับ					
	ต่ำ		ปานกลาง		สูง	
	N	ร้อยละ	N	ร้อยละ	N	ร้อยละ
ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย	52	28.73	116	64.09	13	7.18
เจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬา	4	2.21	47	25.97	130	71.82
เจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา	104	57.46	72	39.78	5	2.76

จากตาราง 6 แสดงว่านักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มีระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยอยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด ร้อยละ 64.09 และระดับสูงน้อยที่สุดร้อยละ 7.18 มีระดับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬาอยู่ในระดับสูงมากที่สุดร้อยละ 71.82 และระดับต่ำน้อยที่สุดร้อยละ 2.21 และมีระดับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาอยู่ในระดับต่ำมากที่สุด ร้อยละ 57.46 และระดับสูงน้อยที่สุดร้อยละ 2.76

ตาราง 7 ค่าร้อยละคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬามหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒจำแนกตามเพศ

ระดับคะแนนความวิตกกังวล อันเป็นลักษณะนิสัย	เพศ			
	ชาย (N=181)		หญิง (N=63)	
	N	ร้อยละ	N	ร้อยละ
ต่ำ (10-15)	39	33.05	13	20.63
ปานกลาง (16-23)	76	64.41	40	63.50
สูง (24-33)	3	2.54	10	15.87

จากตาราง 7 แสดงว่านักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒทั้งชายและหญิงมีระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยอยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด คือร้อยละ 64.41 และ 63.50 ตามลำดับ และมีระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยอยู่ในระดับต่ำน้อยที่สุดร้อยละ 2.54 และร้อยละ 15.87 ตามลำดับ

ตาราง 8 ค่าร้อยละคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬามหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒจำแนกตามประเภทกีฬา

ระดับคะแนนความวิตกกังวล อันเป็นลักษณะนิสัย	ประเภท			
	บุคคล (N=75)		ทีม (N=106)	
	N	ร้อยละ	N	ร้อยละ
ต่ำ (10-15)	27	36	25	23.58
ปานกลาง (16-23)	39	52	77	72.64
สูง (24-33)	9	12	4	3.77

จากตาราง 8 แสดงว่านักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒทั้งประเภทบุคคลและ
ประเภททีมมีระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยอยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด คือร้อยละ
52 และ 72.64 ตามลำดับ และมีระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยอยู่ในระดับต่ำน้อยที่
สุดร้อยละ 12 และร้อยละ 3.77 ตามลำดับ

ตาราง 9 ค่าร้อยละคะแนนความเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒจำแนกตามเพศ

ระดับคะแนนเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงาน ที่มีต่อการเล่นกีฬา	เพศ			
	ชาย		หญิง	
	N	ร้อยละ	N	ร้อยละ
ต่ำ (5-15)	1	0.85	3	4.76
ปานกลาง (16-25)	32	27.12	15	23.81
สูง (26-35)	85	72.03	45	71.43

จากตาราง 9 แสดงว่านักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒชายและหญิงมีระดับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬาอยู่ในระดับสูงมากที่สุด คือร้อยละ 72.03 และ 71.43 ตามลำดับ และมีระดับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬาอยู่ในระดับต่ำน้อยที่สุด ร้อยละ 0.85 และร้อยละ 4.76 ตามลำดับ

ตาราง 10 ค่าร้อยละคะแนนความเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒจำแนกตามประเภทกีฬา

ระดับคะแนนเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงาน ที่มีต่อการเล่นกีฬา	ประเภท			
	บุคคล (N=75)		ทีม (N=106)	
	N	ร้อยละ	N	ร้อยละ
ต่ำ (5-15)	0	0	4	3.77
ปานกลาง (16-25)	20	26.67	27	25.47
สูง (26-35)	55	73.33	75	70.75

จากตาราง 10 แสดงว่านักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประเภทบุคคลและประเภททีมมีระดับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬาอยู่ในระดับสูงมากที่สุดคือร้อยละ 73.33 และ 70.75 ตามลำดับ และมีระดับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬาอยู่ในระดับต่ำน้อยที่สุด ร้อยละ 0 และร้อยละ 3.77 ตามลำดับ

ตารางที่ 11 ค่าร้อยละคะแนนความเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒจำแนกตามเพศ

ระดับคะแนนเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเอง ที่มีต่อการเล่นกีฬา	เพศ			
	ชาย (N=181)		หญิง (N=63)	
	N	ร้อยละ	N	ร้อยละ
ต่ำ (5-13)	63	53.39	41	65.08
ปานกลาง (14-21)	54	45.76	18	28.57
สูง (22-30)	1	0.85	4	6.35

จากตาราง 11 แสดงว่านักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒชายและหญิงมีระดับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาอยู่ในระดับต่ำมากที่สุด คือร้อยละ 53.39 และ 65.08 ตามลำดับ และมีระดับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาอยู่ในระดับสูงน้อยที่สุด ร้อยละ 0.85 และร้อยละ 6.35ตามลำดับ

ตาราง 12 ค่าร้อยละคะแนนความเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒจำตามประเภทกีฬา

ระดับคะแนนเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเอง ที่มีต่อการเล่นกีฬา	ประเภท			
	บุคคล (N=75)		ทีม (N=106)	
	N	ร้อยละ	N	ร้อยละ
ต่ำ (5-13)	45	60	59	55.66
ปานกลาง (14-21)	27	36	45	42.45
สูง (22-30)	3	4	2	1.89

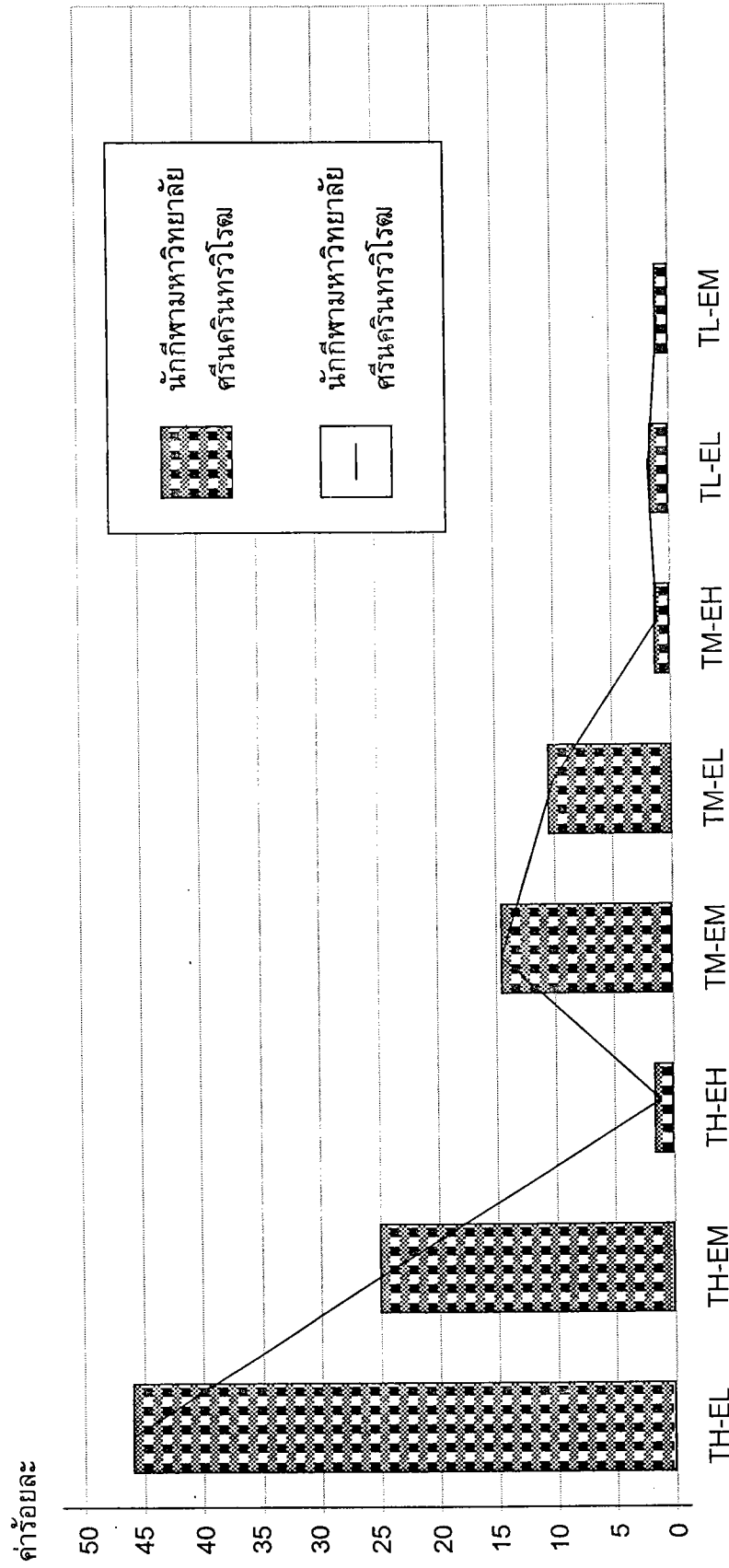
จากตาราง 12 แสดงว่านักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒทั้งประเภทบุคคลและประเภททีมมีระดับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาอยู่ในระดับต่ำมากที่สุด คือ ร้อยละ 60 และ 55.66 ตามลำดับ และมีระดับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาอยู่ในระดับสูงน้อยที่สุด ร้อยละ 4 และร้อยละ 1.89 ตามลำดับ

3. ค่าร้อยละของรูปแบบเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของ นักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒจำแนกตามเพศและประเภทกีฬา

ตาราง 13 ค่าร้อยละของรูปแบบเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของ นักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (N=181)

รูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อ การเล่นกีฬา	N	ร้อยละ
TH-EL	82	45.30
TH-EM	45	24.86
TH-EH	3	1.66
TM-EM	26	14.36
TM-EL	19	10.50
TM-EH	2	1.10
TL-EL	3	1.66
TL-EM	1	0.55

จากตาราง 13 แสดงว่านักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มีรูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา 8 รูปแบบ โดยมีรูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานสูงและมีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองต่ำที่มีต่อการเล่นกีฬามากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 45.30 และมีรูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานต่ำ และมีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองปานกลางที่มีต่อการเล่นกีฬาน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 0.55



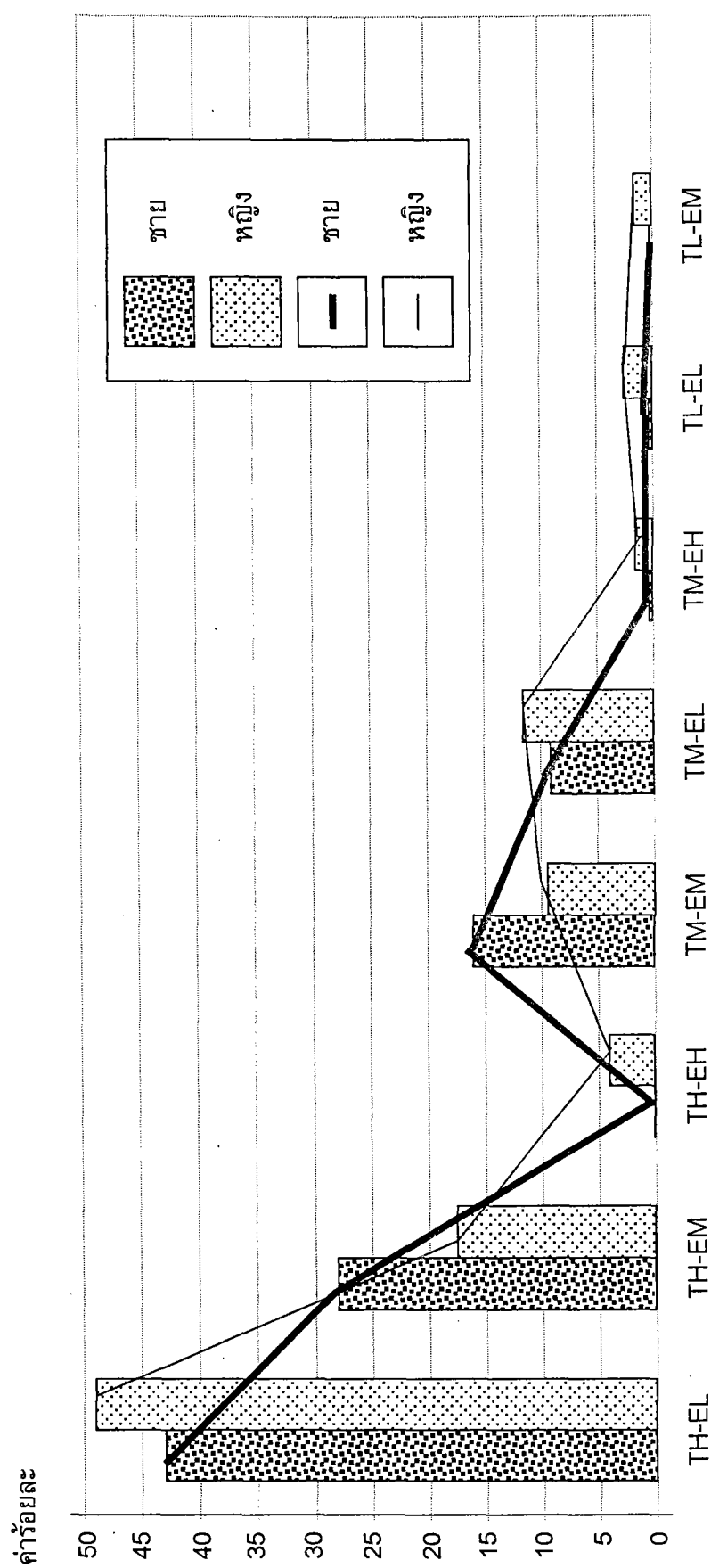
รูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา

ภาพประกอบ 6 ทิศทางของรูปแบบเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ตาราง 14 ค่าร้อยละของรูปแบบเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒจำแนกตามเพศ

รูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา	เพศ			
	ชาย (N=118)		หญิง (N=63)	
	N	ร้อยละ	N	ร้อยละ
TH-EL	51	43.22	31	49.21
TH-EM	34	28.81	11	17.46
TH-EH	0	0	3	4.76
TM-EM	20	16.95	6	9.52
TM-EL	11	9.32	8	12.70
TM-EH	1	0.85	1	1.59
TL-EL	1	0.85	2	3.17
TL-EM	0	0	1	1.59

จากตาราง 14 แสดงว่านักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒชายมีรูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา 6 รูปแบบ โดยมีรูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานสูง และมีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬามากที่สุดร้อยละ 43.22 และรูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬาหญิงมี 8 รูปแบบ โดยมีรูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานสูง และมีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองต่ำที่มีต่อการเล่นกีฬามากที่สุด ร้อยละ 49.21



รูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา

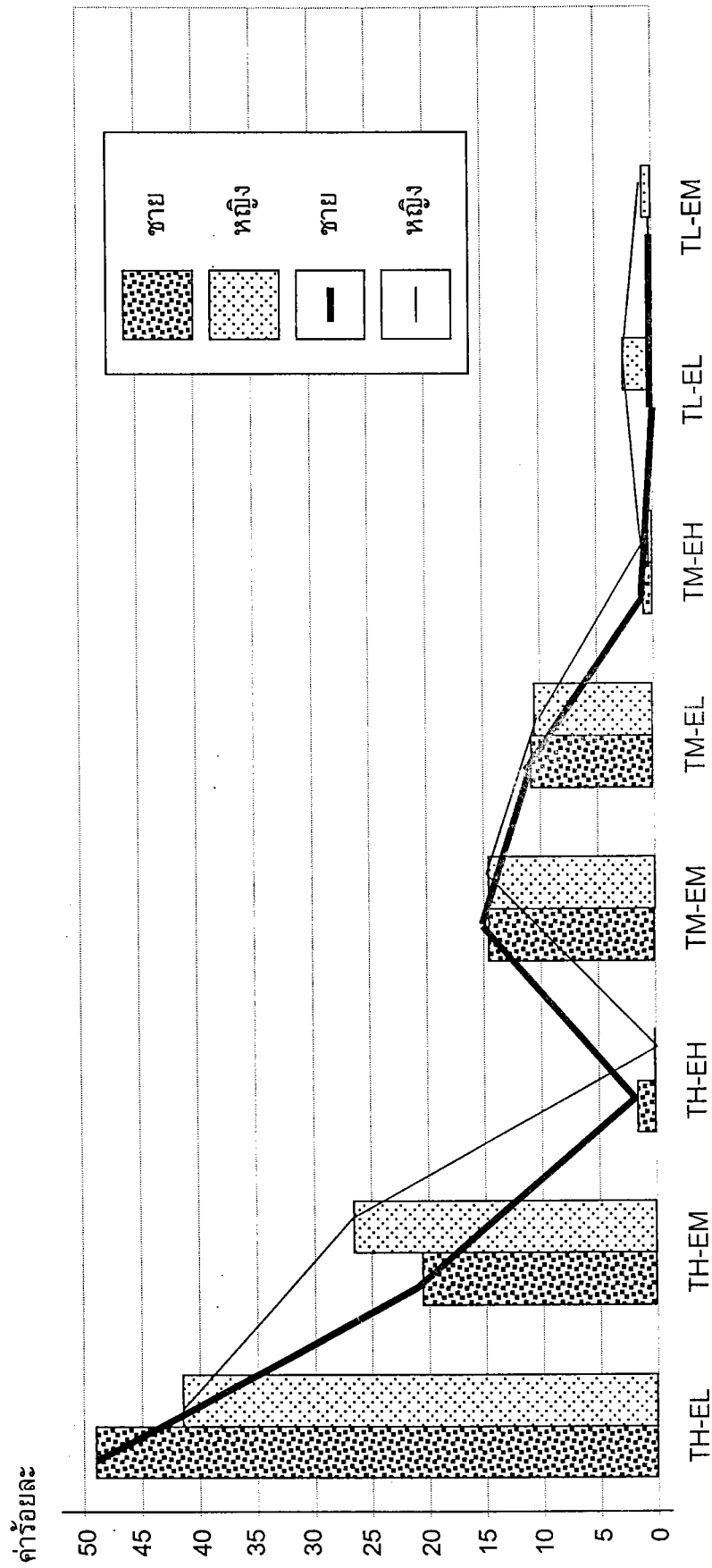
ภาพประกอบ 7 ทิศทางของรูปแบบเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒจำแนก

ตามเพศ

ตาราง 15 ค่าร้อยละของรูปแบบเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒจำแนกตามประเภทกีฬา

รูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงาน และตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา	ประเภท			
	บุคคล (N=75)		ทีม (N=106)	
	N	ร้อยละ	N	ร้อยละ
TH-EL	37	49.33	45	42.45
TH-EM	16	21.33	29	27.36
TH-EH	2	2.67	1	0.94
TM-EM	11	14.67	15	14.15
TM-EL	8	10.67	11	10.38
TM-EH	1	1.33	1	0.94
TL-EL	0	0	3	2.83
TL-EM	0	0	1	0.94

จากตาราง 15 แสดงว่านักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประเภทบุคคลมีรูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา 6 รูปแบบ โดยมีรูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานสูง และมีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองต่ำที่มีต่อการเล่นกีฬามากที่สุดร้อยละ 49.33 และรูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬาประเภททีมมี 8 รูปแบบ โดยมีรูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานสูงและมีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองต่ำที่มีต่อการเล่นกีฬามากที่สุด ร้อยละ 42.45



รูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา

ภาพประกอบ 8 ทิศทางของรูปแบบเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒจำแนกตามประเภทกีฬา

4. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตามเพศและประเภทกีฬา

ตาราง 16 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (N=181)

ตัวแปร	r		
	S	T	E
ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (S)	-	-0.054	0.073
เจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬา (T)		-	-0.132
เจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา (E)			-

*P > .05

จากตาราง 16 แสดงว่าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยกับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬา ของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มีความสัมพันธ์ทางลบ เท่ากับ -0.054 และเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานกับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา มีความสัมพันธ์ทางลบ เท่ากับ -0.132 อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยกับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเอง มีความสัมพันธ์ ทางบวก เท่ากับ 0.073 อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 17 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพศชาย (N=118)

ตัวแปร	r		
	S	T	E
ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (S)	-	0.014	0.131
เจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬา (T)		-	-0.205*
เจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา (T)			-

*P > .05

จากตาราง 17 พบว่าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยกับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬา ของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ชายมีความสัมพันธ์ทางบวกเท่ากับ 0.014 และความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา มีความสัมพันธ์ทางบวก เท่ากับ 0.131 อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา มีความสัมพันธ์ทางลบ เท่ากับ -0.205 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 18 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพศหญิง (N=63)

ตัวแปร	r		
	S	T	E
ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (S)	-	-0.038	0.025
เจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬา (T)		-	-0.038
เจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา (E)			-

*P > .05

จากตาราง 18 แสดงว่าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยกับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬา และเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานกับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา ของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒหญิง มีความสัมพันธ์ทางลบ เท่ากับ -0.038 เท่ากัน อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยกับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา มีความสัมพันธ์ทางบวก เท่ากับ 0.025 อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 19 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประเทบุคคล (N=75)

ตัวแปร	r		
	S	T	E
ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (S)	-	-0.144	0.141
เจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬา (T)		-	-0.225*
เจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา (S)			-

*P > .05

จากตาราง 19 แสดงว่าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยกับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬา ของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประเทบุคคล มีความสัมพันธ์ทางลบ เท่ากับ -0.144 อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยกับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเอง มีความสัมพันธ์ทางบวก เท่ากับ 0.141 อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานกับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา มีความสัมพันธ์ทางลบ เท่ากับ -0.225 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 20 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประเภททีม (N=106)

ตัวแปร	r		
	S	T	E
ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (S)	-	0.031	-0.015
เจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬา (T)		-	-0.086
เจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา (E)			-

*P > .05

จากตาราง 20 แสดงว่าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยกับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา ของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประเภททีม มีความสัมพันธ์ทางลบ เท่ากับ -0.015 และเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานกับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา มีความสัมพันธ์ทางลบ เท่ากับ -0.086 อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยกับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬา มีความสัมพันธ์ทางบวก เท่ากับ 0.031 อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายของการศึกษาค้นคว้า

1. เพื่อศึกษาระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. เพื่อศึกษาถึงทิศทางของรูปแบบเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา ตามเพศและประเภทกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
3. เพื่อศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย และเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา ของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

แหล่งข้อมูลและกลุ่มตัวอย่าง

1. กลุ่มประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักกีฬาของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่จะเข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัย ครั้งที่ 26 ทั้งหมด จำนวน 181 คน
2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ โดยได้มาจากการสุ่มแบบเจาะจง (Purposive Sampling) ทั้งหมดเป็นนักกีฬาของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ แบ่งเป็น
 - 2.1 กีฬาประเภทบุคคล เป็นนักกีฬาชาย 43 คน นักกีฬาหญิง 32 คน รวม 75 คน
 - 2.2 กีฬาประเภททีม เป็นนักกีฬาชาย 75 คน นักกีฬาหญิง 31 คน รวม 106 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

1. แบบทดสอบวัดความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (Sport Competition Anxiety Test : SCAT) ของ มาเดนส์ (Martens. 1977 : 698) ฉบับภาษาไทยโดย พิชิต เมืองนาโพธิ์ (พิชิต เมืองนาโพธิ์. 2536 :6) มีค่าความเที่ยงตรงระหว่าง .70 - .80 และมีค่าความเชื่อมั่น .76

ลักษณะของแบบทดสอบเป็นแบบสอบถาม ซึ่งประกอบด้วย ข้อความที่แสดงถึงลักษณะของความวิตกกังวล มีทั้งหมด 15 ข้อ ใช้วัดความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย แบบทดสอบวัดเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา (Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire : TEOSQ) ของ ดูด้า Duda.1989 : 38) ฉบับภาษาไทย

โดย นฤพนธ์ วงศ์ตุรภัทร (Li et al. 1996 : 208 - 213) มีค่าความเที่ยงตรงระหว่าง .54 - .92 และ .78 - .96 มีค่าความเชื่อมั่น .78 และ .73

ลักษณะของแบบทดสอบเป็นแบบสอบถาม ซึ่งประกอบด้วย ข้อความที่แสดงถึงเจตคติที่เกี่ยวกับความสำเร็จในการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัย มีทั้งหมด 13 ข้อ แบบทดสอบสามารถวัดได้ 2 ด้าน คือ เจตคติที่เกี่ยวข้องกับงาน (Task Orientation) 7 ข้อ และเจตคติที่เกี่ยวกับตนเอง (Ego Orientation) 6 ข้อ ใช้วัดเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา

วิธีจัดกระทำกับข้อมูล

1. หาค่ามัธยฐานเลขคณิตและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ของคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. หาค่าร้อยละของคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตามเพศและประเภทกีฬา
3. หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยกับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ด้วยวิธีการของเพียร์สัน (Pearson' Product Moment Correlation)
4. หาค่าร้อยละแต่ละรูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาตามเพศของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
5. หาค่าร้อยละแต่ละรูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาตามประเภทของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล

1. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ปรากฏผลดังนี้

1.1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 17.67 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.90

ค่าเฉลี่ยของคะแนนเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬาเท่ากับ 26.93 และ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.38

ค่าเฉลี่ยของคะแนนเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาเท่ากับ 13.01 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.03 (ตามลำดับ)

1.2 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒชาย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 17.71 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.87 ซึ่งนักกีฬาหญิงมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 17.64 และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.06

ค่าเฉลี่ยเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒชายเท่ากับ 27.09 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.31 ซึ่งนักกีฬาหญิงมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 26.82 และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 5.01

ค่าเฉลี่ยเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒชายเท่ากับ 12.80 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.47 ซึ่งนักกีฬาหญิงมี ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 13.15และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.07

1.3 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประเภทบุคคล มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 16.91 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.29ซึ่งนักกีฬาประเภททีมมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 19.10และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.52

ค่าเฉลี่ยเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประเภทบุคคลเท่ากับ 27.32 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.44 ซึ่งนักกีฬาประเภททีมมี ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 26.21 และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 4.21

ค่าเฉลี่ยเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประเภทบุคคลเท่ากับ 13.01 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.47ซึ่งนักกีฬาประเภททีมมี ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 13.00 และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 3.47

2. คำร้อยละคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จำแนกตามเพศและประเภทกีฬา

2.1 นักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มีระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยอยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด ร้อยละ 64.09 และระดับสูงน้อยที่สุดร้อยละ 7.18 มีระดับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬาอยู่ในระดับสูงมากที่สุดร้อยละ 71.82 และระดับต่ำน้อยที่สุด ร้อยละ 2.21และมีระดับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาอยู่ในระดับต่ำมากที่สุด ร้อยละ 57.46 และระดับสูงน้อยที่สุดร้อยละ 2.76

2.2 นักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒทั้งชายและหญิงมีระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยอยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด คือร้อยละ 64.41 และ 63.50 ตามลำดับ และมีระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยอยู่ในระดับต่ำน้อยที่สุดร้อยละ 2.54 และร้อยละ 15.87 ตามลำดับ

2.3 นักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒทั้งประเภทบุคคลและประเภททีมมีระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยอยู่ในระดับปานกลางมากที่สุด คือร้อยละ 52 และ 72.64 ตามลำดับ และมีระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยอยู่ในระดับต่ำน้อยที่สุดร้อยละ 12 และร้อยละ 3.77 ตามลำดับ

2.4 นักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒชายและหญิงมีระดับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬาอยู่ในระดับสูงมากที่สุด คือร้อยละ 72.03 และ 71.43 ตามลำดับ และมีระดับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬาอยู่ในระดับต่ำน้อยที่สุดร้อยละ 0.85 และร้อยละ 4.76 ตามลำดับ

2.5 นักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประเภทบุคคลและประเภททีมมีระดับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬาอยู่ในระดับสูงมากที่สุดคือร้อยละ 73.33 และ 70.75 ตามลำดับ และมีระดับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬาอยู่ในระดับต่ำน้อยที่สุด ร้อยละ 0 และร้อยละ 3.77 ตามลำดับ

2.6 นักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒชายและหญิงมีระดับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาอยู่ในระดับต่ำมากที่สุด คือร้อยละ 53.39 และ 65.08 ตามลำดับ และมีระดับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาอยู่ในระดับสูงน้อยที่สุด ร้อยละ 0.85 และร้อยละ 6.35ตามลำดับ

2.7 นักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒทั้งประเภทบุคคลและประเภททีมมีระดับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาอยู่ในระดับต่ำมากที่สุด คือร้อยละ 60 และ 55.66 ตามลำดับ และมีระดับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาอยู่ในระดับสูงน้อยที่สุด ร้อยละ 4 และร้อยละ 1.89 ตามลำดับ

3. ค่าร้อยละของรูปแบบเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒจำแนกตามเพศและประเภทกีฬา

3.1 นักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มีรูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา 8 รูปแบบ โดยมีรูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานสูงและมีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองต่ำที่มีต่อการเล่นกีฬามากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 45.30 และมีรูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานต่ำ และมีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองปานกลางที่มีต่อการเล่นกีฬาน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 0.55

3.2 นักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒชายมีรูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา 6 รูปแบบ โดยมีรูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานสูง และ

มีความสัมพันธ์ทางลบ เท่ากับ -0.144 อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $.05$ ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยกับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเอง มีความสัมพันธ์ทางบวก เท่ากับ 0.141 อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $.05$ และเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานกับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา มีความสัมพันธ์ทางลบ เท่ากับ -0.255 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $.05$

4.5 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยกับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา ของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประภทิม มีความสัมพันธ์ทางลบ เท่ากับ -0.015 และเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานกับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา มีความสัมพันธ์ทางลบ เท่ากับ -0.086 อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $.05$ และความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยกับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬา มีความสัมพันธ์ทางบวก เท่ากับ 0.031 อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $.05$

อภิปรายผล

1. จากผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า ระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒส่วนใหญ่ทั้งเพศชาย-หญิง และประเภทบุคคล – ทีม มีระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยอยู่ในระดับปานกลาง ถือว่ามีระดับความวิตกกังวลอันเป็นนิสัยอยู่ในระดับที่เหมาะสมที่นักกีฬาควรจะมี ตามทฤษฎีอักษรยูคว่ำ (Inverted-U Theory) (พีระพงศ์ บุญศิริ. 2536 : 87) ทฤษฎีนี้กล่าวว่า ถ้ามีระดับความวิตกกังวลเหมาะสมจะทำให้มีความสามารถสูง โดยทฤษฎีนี้เป็นที่ยอมรับโดยทั่วไปและใช้อธิบายได้ในการเล่นกีฬาเกือบทุกประเภท ดังนั้น ก่อนการแข่งขันหรือระหว่างการแข่งขัน นักกีฬาจะต้องควบคุมตนเองให้มีสภาวะความวิตกกังวลให้อยู่ในระดับเหมาะสม จึงจะทำให้ความสามารถในทางกีฬาสูง

การที่นักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒมีความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยปานกลางนั้น เนื่องมาจากนักกีฬาส่วนใหญ่เคยเข้าร่วมการแข่งขันในระดับต่าง ๆ ตลอดจนเคยเข้าร่วมแข่งขันในกีฬามหาวิทยาลัยมาก่อนแล้ว จึงทำให้มีความพร้อมและมีประสบการณ์ในการแข่งขันมาก่อน ประกอบกับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยนี้จะเกิดขึ้นกับบุคคลในสถานการณ์นั้น ๆ ไปทุกสถานการณ์ จะมีความเข้มข้นระดับต่ำ แต่จะเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องในระยเวลานานจนเป็นลักษณะประจำตัวของบุคคล ถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของบุคลิกภาพ

2. จากผลการวิจัยพบว่าระดับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ส่วนใหญ่มีระดับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานในการเล่นกีฬาอยู่ในระดับสูง และมีระดับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองในการเล่นกีฬาอยู่ในระดับต่ำ ซึ่งบ่งถึงนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒส่วนใหญ่จะเล่นกีฬาเพื่อมุ่งพัฒนาทักษะด้วยความพยายาม เช่น การเล่นเพื่อพัฒนาฝีมือทักษะในการเล่นของตนให้ดียิ่ง ๆ ขึ้น โดยไม่ได้ให้ความ

สำคัญต่อผลการแข่งขันว่าจะแพ้ชนะ ซึ่งดุด้า (Duda. 1993 : 421) กล่าวว่านักกีฬาที่มีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานสูงในการเล่นกีฬา จะเป็นผู้ที่มีแนวคิดเกี่ยวกับความสำเร็จในการเล่นกีฬา ที่เกี่ยวข้องกับการกำหนดเป้าหมายที่เกิดจากความพยายาม เชื่อว่าความพยายามจะนำไปสู่ความสำเร็จ

นอกจากนี้ การที่นักกีฬามีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานในการเล่นกีฬาสูง เป็นผลมาจากสภาพสังคม ขนบธรรมเนียมประเพณีและวัฒนธรรม ซึ่งได้รับการปลูกฝังมาตั้งแต่เด็ก ตลอดจนครอบครัว สังคมที่ตนมีส่วนเข้าไปเกี่ยวข้องด้วย ว่ามีแนวโน้มที่จะให้การยอมรับกับเจตคติหรือแนวคิดเช่นไร จากการสังเกตของผู้วิจัย นักกีฬาส่วนใหญ่จะมีความสัมพันธ์ทางสังคมกันแบบญาติ ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน อันเป็นลักษณะของคนไทยที่ถ้อยทีถ้อยอาศัยกัน ให้การยอมรับกับผู้ที่มีความอ่อนน้อมถ่อมตน และยอมรับคนที่มีความสามารถแต่ไม่โอ้อวด ซึ่งเป็นลักษณะของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงาน จึงทำให้นักกีฬาส่วนใหญ่มีเจตคติที่เกี่ยวข้องในการเล่นกีฬาเป็นไปในทิศทางเดียวกัน และส่งผลให้นักกีฬาส่วนใหญ่ มีระดับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองในการเล่นกีฬามากที่สุด ทั้งนี้เพราะเป็นเจตคติที่ไม่ได้รับการยอมรับจากสังคมส่วนใหญ่

3. จากการวิจัยพบว่ารูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองของนักกีฬามหาวิทยาลัยส่วนใหญ่มีทั้งหมด 8 รูปแบบ โดยรูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานสูงในการเล่นกีฬาแต่มีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองต่ำที่มีต่อการเล่นกีฬามากที่สุด ซึ่งเป็นรูปแบบที่สอดคล้องกับการวิจัยของ ลิ และคณะ (Li et al. 1996 : 309-401) พบว่านักกีฬามหาวิทยาลัยพลศึกษาไทยส่วนใหญ่มีรูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานสูงแต่มีเจตคติเกี่ยวข้องกับตนเองต่ำ ทั้งนี้เนื่องมาจากเป็นเพราะลักษณะของพื้นฐานทางสังคม วัฒนธรรม ประเพณี วัฒนธรรมของไทย ซึ่งเป็นสภาพแวดล้อมที่ใกล้เคียงกัน ตลอดจนความแตกต่างระหว่างบุคคลที่ส่งผลถึงเจตคติที่มีต่อการเล่นกีฬา ของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ จึงทำให้นักกีฬาส่วนใหญ่ มีรูปแบบของเจตคติที่มีต่อการเล่นกีฬาเป็นไปในทิศทางเดียวกัน

4. จากผลการวิจัยด้านความสัมพันธ์ ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา ของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พบว่าไม่มีความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยกับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬา และความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยกับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา ดังที่ สปีลเบอร์เกอร์ (Spielberger. 1972 : 487-489) กล่าวว่าความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของแต่ละบุคคล เป็นลักษณะที่ค่อนข้างคงที่และไม่ปรากฏออกมาในลักษณะของพฤติกรรมโดยตรง ดังนั้นความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬาจะมีอยู่ในระดับใดนั้นไม่ได้ขึ้นอยู่กับระดับของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา หากแต่เป็นไปตามทฤษฎีของ เคลแมน (Kelman. 1961 : 204) ได้กล่าวว่าเจตคติของบุคคลได้รับมาจากเงื่อนไขของอิทธิพลทางสังคม และพื้นฐานของการจิตใจที่แตกต่างกัน จึงทำให้รูปแบบ

ของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับการเล่นกีฬาแตกต่างกันไป ตามความแตกต่างระหว่างบุคคลว่าจะมีรูปแบบของเจตคติและความวิตกกังวลเป็นไปในทิศทางใดโดยขึ้นอยู่กับแต่ละบุคคล

นอกจากนี้ยังพบว่ามีความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงาน กับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา ของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่เป็นนักกีฬาชาย และ นักกีฬาประเภทบุคคล ทางลบระดับต่ำอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติซึ่งอธิบายได้ว่าเมื่อนักกีฬามีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานสูงในการเล่นกีฬาก็จะมีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองต่ำในการเล่นกีฬา ซึ่งจะมีอิทธิพลของเจตคติตรงข้ามกันจากความสัมพันธ์ที่พบ ซึ่งมีอยู่ในระดับต่ำ จึงสรุปได้ว่าเป็นเพราะลักษณะของความแตกต่างระหว่างบุคคล ซึ่งจะมีรูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับการเล่นกีฬาแตกต่างกันไป ซึ่งสอดคล้องกับการวิจัยของไวท์และแซลลี่ (White and Sally. 1994 : 4 -18) ได้ศึกษาถึงความเกี่ยวข้องกับเพศที่มีผลกระทบต่อการออกกำลังกายที่ส่งผลถึงเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองในการเล่นกีฬา และแรงจูงใจที่ ส่งผลถึงเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองในการเล่นกีฬา พบว่าจะมีความมั่นคงต่อเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเอง ซึ่งมีความสัมพันธ์ระหว่างการแสดงออกถึงเจตคติสู่ความสำเร็จและแรงจูงใจในการเล่นกีฬา ซึ่งจะมีความคงที่ของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเอง มีลักษณะแตกต่างกันไปตามความแตกต่างระหว่างบุคคล

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยต่อไป

1. ควรมีการศึกษาเปรียบเทียบ เจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬา ในระดับต่าง ๆ และในแต่ละภูมิภาคที่มีความแตกต่างทางด้านวัฒนธรรมและสังคม
2. ควรศึกษาถึงความสัมพันธ์ของภูมิหลังของนักกีฬากับระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬาในระดับต่าง ๆ
3. ควรศึกษาถึงความสัมพันธ์ของภูมิหลังของนักกีฬากับระดับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬาในระดับต่าง ๆ

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กรมพลศึกษา. จิตวิทยาการกีฬาเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์ชนประดิษฐ์การพิมพ์, 2527.
- จันทร์พิม พลพะวงศ์. ความวิตกกังวลของนักกีฬาประเภททีม. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2519. อัดสำเนา.
- ชนะชัย วัฒนไชย. ความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์และเฉพาะบุคคล ของนักกรีฑา ที่เข้าแข่งขันในปรีซีเกมส์. วิทยานิพนธ์. กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2536. อัดสำเนา.
- ดุษฎี ชุมสาย. จิตวิทยาพาเลลิน. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2536.
- ทรงศักดิ์ สร้อยแสงทอง. ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาที่เข้าร่วมแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยพลศึกษาแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 16. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2534. อัดสำเนา.
- ธงชัย สุขดี. ความวิตกกังวลของนักกีฬาประเภทบุคคล ประเภททีมและประเภทของการต่อสู้ป้องกันตัว. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2532. อัดสำเนา.
- ประภาเพ็ญ สุวรรณ. ทัศนคติ การวัด การเปลี่ยนแปลงและพฤติกรรมอนามัย. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์พัฒนาพานิชย์จำกัด, 2520.
- พิชิต เมืองนาโพธิ์. การประชุมสัมมนาวิชาการเรื่องโปรแกรมจิตวิทยาการกีฬาประยุกต์. คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 17 กุมภาพันธ์ 2536.
- พริยอุทธ เรืองวราหะ. ความสัมพันธ์ระหว่างระดับความวิตกกังวลกับความสามารถของนักกีฬายิงปืน ในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 17. วิทยานิพนธ์ ค.ม. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2532. อัดสำเนา.
- พีระพงศ์ บุญศิริ. จิตวิทยาการกีฬา. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์โอเดียนสโตร์, 2536.
- วัฒนา ศรีสัตย์วาจา. จิตวิทยาทัศนคติ. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2534.
- ศิลปชัย สุวรรณชาติ. การเรียนรู้ทักษะการเคลื่อนไหว ทักษะและปฏิบัติการ. กรุงเทพฯ : ภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2533.
- สมบัติ กาญจนกิจ และ สมหญิง จันทุไทย. จิตวิทยาการกีฬา. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, 2541.
- สืบสาย บุญวีรบุตร. จิตวิทยาการกีฬา. ชลบุรี : โรงพิมพ์ชลบุรีการพิมพ์, 2541.

- สุปราณี ขวัญบุญจันทร์. จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์ไทยวัฒนาพานิช จำกัด, 2541.
- อุดม พิมพ์. ความวิตกกังวลกับการเล่นกีฬา. เอกสารประกอบการเรียนการสอน. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พลศึกษา, 2526.
- อำพล โอ่งเคลือบ. ความวิตกกังวล ความสามารถในการอ่านและลักษณะอื่นบางประการของนิสิตมหาวิทยาลัย. ปรินญาณินทร์ กศ.ม.กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร, 2515. อัดสำเนา.
- Allport, G.W. Attitude in C.A. Murchison (Ed.). A Handbook of Social Psychology. Worcester, Mass : Clark University Press, 1935.
- Ames, C. and R. Ames, "Achievement Goals in the Classroom : Students' Arningstrategies and Motivation Processes," Journal of Educational Psychology, 80 : 260-267 ; 1981.
- Basowitz, H. et al. Anxiety and Stress. New York : McGraw – Hill Book Company, Inc., 1955.
- Bird, A.M. and M.A. Horn, "Cognitive anxiety and Mental errors in sport," Journal of Sport and Exercise Psychology. 12 : 217 – 222 ; 1990.
- Boyd and Michael. "Task and Goal Perspectives in Organized Youth Sport. NASPSA Conference (1990. Houston, Texas)," International Journal of Sport Psychology. 25 (4) : 411-424 ; 1994.
- Boyd, M. P. The effects of Participation Orientation and Success-failure on Post-Competitive Affect in Young Athletes. Unpublished doctoral dissertation, University of Southern California, 1990.
- Caruso, C.M. et al. "Psychological and Physiological. Changes in Competitive Success and Failure," Journal of Sport and Exercise Psychology. 12 : 6 – 20 ; 1990.
- Duda, J. L. and L. Chl. "The Effect of Task and Ego Involving Conditions on Perceived Competence and Causal Attributions in Basketball," Paper Presented at the Meeting of the Association for the Advancement of Applied Sport Psychology, University of Washington, Seattle, WA. September, 1989.
- Duda, J. L. and J. G. Nicholls, The Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire : Psychometric Properties. Manuscript Submitted for Publication, 1991.
- Duda, Joan L. "Task and Ego Orientation and Intrinsic Motivation in Sport," International Journal of Sport Psychology, 26(1) : 40-63 ; 1995.

- Duda, Joan L. "The Relationship Between Task and Ego Orientation and The Perceived Purpose of Sport Among Male and Female High School Athletes," Journal of Sport and Exercise Psychology. 11 : 318-335 ;1989.
- _____. Handbook of Research on Sport Psychology. New York : The International Society of Sport Psychology, 1993.
- _____. "The Relationship between Task and Ego Orientation and The Perceived Purpose of Sport Among Male and Female High School Athletes," Journal of Sport and Exercise Psychology, 11: 318-335 ; 1989.
- _____. "The Relationship between Goal Perspectives and Persistence and Intensity Among Recreational Sport Participants," Leisure Sciences, 10 : 5-106 ; 1988.
- Dweck, C. S., and E. Elliott, "A Social Cognitive Approach to Motivation and Personality," Psychological Review, 95 : 1-18 ; 1983.
- Elliott, E. S., and C. S. Dweck. "Goals: An Approach to Motivation and Achievement," Journal of Personality and Social Psychology. 54 : 5-12 ; 1988.
- English, Horace B. A Comprehensive Dictionary of Psychological and Psychoanalytical Terms. New York : Longmans, Green and Co., 1958.
- Fox, Kenneth et al. "Children's Task and Ego Goal Profiles in Sport," British Journal of Educational Psychology. 64(2) : 253-261 ; 1994.
- Freud, S. A General Introduction to Psycho – Analysis. New York : Liveright–Publishing Corporation, 1978.
- Gill, D. L., and T. E. Deeter. "Development of the Sport Orientation Questionnaire," Research Quarterly for Exercise and Sport. 59 : 191-202 ; 1988.
- Hall, Calvin Gardner and Lindzey. Theories of Personality. 2nd ed. New York : John Wiley & Sons, 1970.
- Hall, H. K. A Social-Cognitive Approach to Goal Setting: The Mediating Effects of Achievement Goals and Perceived Ability. Unpublished Dissertation, University of Illinois at Urbana-Champaign, 1989.
- Hardy, L. A Catastrophe Model of Performance in Sport. Chichester, England : Wiley. 1990.
- Herney, K. S. Self Analysis. New York : Northon, 1942.
- Highlen, P.S., and B.B Bennett, "Psychological Characteristics ; of Successful and Nonsuccessful Elite Wrestlers: An Exploratory Study," Journal of Sport and Exercise Psychology. 1: 123 – 137; 1979.

- Hull, C.L. Principles of Behavior. New York : Appleton Century, 1943.
- Joner,G.J, A.Swain and Cale A.Gender. "Differnces in Precompetition of Anxiety and Self-Confidence," Journal of Sport and Exercise Psychology, 13 :1-15 ; 1990.
- Kelman,H. Processes of Opinion chang.Publ. Opin Quart.1961.
- Klavora, P. "An Attempt to Derive Inverted-U Curves Based on the Relationship Between Anxiety and Athletic Performance," Psychology of Motor Behavior and Sport, Champaing IL : Human Kinetics,1977.
- Levitt, Eugene E. The Psychology of Anxiety. New York : Books Marril Company, Inc., n.d.
- Li, et al. "Cross – cultural Validation of the Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire," Journal of Sport & Exercise Psychology, 18(4) : 309-407; 1996.
- LipKin, C.B. and R.G.Cohen. Effective Approaches to Patients' Behavior. New York : Springer Publishing Co., Inc., 1973.
- Martens, R. and D.L. Gill. "State Anxiety Among Successful Competitors Who Differ in Competitive Trait Anxiety," Research Quarterly, 47 : 698-708 ;1977.
- Martens, R. "Anxiety and Motor Behavior: A Review," Journal of Motor Behavior. 2(2) : 151-179 ; 1971.
- _____. "Science, knowledge and Sport Psychology," Sport Psychologist, 1 : 29-55 ; 1987.
- _____. Sport Competition Anxiety Test. 2d ed. Illinois : Human Kinetics Publishers, 1983.
- _____. Sport Competition Anxiety Test. Champaing, IL: Human Kinetics, 1977.
- Martens, R. and D.M. Landers. "Motor Performance Under Stress: A Test of the Inverted-U Hypothesis," Journal of Personality and Social Psychology. 16 : 29-37 ;1970.
- Martens, R and D.L. Gill. "State Anxiety Among Successful Competitors Who Differ in Competitive Trait Anxiety," Research Quarterly. 47 : 698-708 ; 1976.
- Nicholls, J. "Achievement Motivation: Conceptions of Ability, Subjective Experience, Task Choice, and Performance," Psychological Review. 91: 328-346 ; 1984.
- _____. "Conceptions of Ability and Achievement motivation," In R. Ames & C. Ames (Eds.), Research on Motivation in Education: Student Motivation. Vol. I. New York : Academic Press,1984.

- Nicholls, J. G. The Competitive Ethos and Democratic Education. Cambridge, MA : Harvard University Press, 1989.
- Nicholls, J. G., M. Patashnick and S. B. Nolen. "Adolescents' Theories of Education," Journal of Educational Psychology. 77 : 683-692 ;1985.
- Nicholls, J. and A. Miller. Development and its Discontents: The Differentiation of the Concept of Ability. Greenwich, CT: JAI Press, 1984.
- Nivazyk, Todd. D. A Compariason of Trait Ancs State Anxiety Levels between Three Divisions of Youth Ice Hockey Patioipants and Trait Anxiety Levels between. Athletes and Non Athletes. Master's thesis. Mandato. Mankato state. University, 1977.
- Rainey, D.W. and H. Cuning Ham, "Competitive Trait Anxiety in Male and Female College Athletes," Research Quarterly for Exercise and Sport, 59(3) : 244 – 247;1988.
- Roberts, G. C. Achievement Motivation in Children's Sport. Greenwich, CT: JAI Press. 1984.
- Rycroft, C. Anxiety and Neurosis . Harmonds worth : Penguin Books, 1978.
- Sade,S. et al. Anxiety, Self – Control : A Neurophysiology Approach Dubuque, Iowa : Wm.C. Brown Publisher,1984.
- Samderson. "Self – Confidence," Journal of sport and Exercise Psychology. 13 : 1 – 15;1991.
- Sanderson, F.H. and M.K. Ashton. "Analysis of Anxiety Levels Before and After Badminton Competition," International Journal of sport Psychology. 12 : 23 – 28 ;1981.
- Scanlan,T.K. "Perception and Responses of High and Low Competitive Trait-Anxious Male to Competition," Resaerch Quarterly. 49 : 520-527 ; 1978.
- _____. "The Effects of Success-Failure on the Perception of Threat in Acompetitive Situation," Research Quarterly. 48 : 144 -153 ; 1977.
- Spence, J.T. and K.A. Spence, The Motivational Components of Manifest Anxiety: Drive and Drive Stimuli. New York: Academic, 1966.
- Spielberger C.D.,R.L. Gorsuch and Lushener. STAI Manual for the State – Trait Inventory. Dato AHO,California : Cosulting Psychologist Press, 1970.
- Spielberger, C.D. Anxiety as an Emotional State. In C.D. Spielberger (ed.) Anxiety and Behavior. New York : Academy, 1972.

- Spielberger, C.D. Theory and Research on Anxiety. New York: Academic, 1966.
- Triandis, H.C. Attitudes and Attitude Change. New York : Wiley, 1971.
- Tutko, Thomas A. Anxiety. In Leonaard, A. Larsoned. Encycicpedia of Sport Sciences and Medicine. New York : Macmilian Publishing Co., 1971.
- Vealey , R.S. "Sport – Confidence and Competitive. Orientation : An addendum on Scoring Procdures and Gender Differnces," Journal. Of Sport and Exercise Psychology. 10 : 471 – 478 ;1988.
- _____. "Conceptualization of Sport Confidence and Competitive Orientation: Preliminary Investigation and Instrument Development," Journal of Sport Psychology, 8 : 221-296 ;1986.
- White and Sally A. "The Relationship Between Goal Orientation, Beliefs About the Causes of Sport Success, and Trait Anxiety Among High School, Intercollegiate, and Recreational Sport Participants," Sport Psychologist, 10(1) : 58-72 ; 1996.
- _____. "The Relationship of Gender, Level of Sport Involvement, and Participation Motivation to Task and Ego Orientation," International Journal of Sport Psychology, 25(1) : 4-18 ; 1994.
- Whitehead, J. A Cross National Comparison of Attributions Underlying Achievement Orientations in Adolescent Sport. London: E. & F. N. Spon, 1986.

ภาคผนวก

แบบทดสอบความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย

Sport Competition Anxiety Test (SCAT)

อายุ.....ปี เพศ...() ชาย () หญิง

ชนิดกีฬา..... ประเภทกีฬา () บุคคล () ทีม

คำชี้แจง : ข้อความต่าง ๆ ข้างล่างนี้เป็นคำกล่าวของบุคคลเกี่ยวกับความรู้สึกของเขาเมื่อเข้าแข่งขันกีฬาหรือเกมส์ต่าง ๆ โปรดอ่านแต่ละข้อความ และตัดสินใจว่าความรู้สึกเช่นนี้เกิดกับท่าน น้อยครั้ง บางครั้งหรือบ่อย ๆ เมื่อเข้าแข่งขันกีฬาหรือเกมส์ต่าง ๆ และทำเครื่องหมาย ☒ ลงในช่องที่ตรงกับความรู้สึกของท่านที่สุด ข้อความเหล่านี้ไม่มีคำตอบที่ถูกหรือผิด อย่าใช้เวลานานเกินไปในแต่ละข้อความ โปรดระลึกว่า ให้เลือกคำตอบที่อธิบายว่า โดยทั่ว ๆ ไปแล้วท่านมีความรู้สึกอย่างไร เมื่อเข้าแข่งขันกีฬาหรือเกมส์ต่าง ๆ และความรู้สึก เหล่านี้จะต้องตรงกับความรู้สึกที่แท้จริงของท่าน

	น้อยครั้ง	บ่อยครั้ง	บ่อย ๆ ครั้ง
1. การแข่งขันกับผู้อื่นเป็นกิจกรรมที่สนุกสนาน	A	B	C
2. ก่อนการแข่งขันข้าพเจ้ารู้สึกว้าวุ่นไม่สบาย	A	B	C
3. ก่อนการแข่งขันข้าพเจ้ารู้สึกกังวลว่าจะทำได้ไม่ดี	A	B	C
4. เมื่อเข้าแข่งขันข้าพเจ้าเป็นนักกีฬาที่ดี	A	B	C
5. เมื่อเข้าแข่งขันข้าพเจ้าวิตกกังวลว่าจะทำผิดพลาด	A	B	C
6. ก่อนการแข่งขันข้าพเจ้ารู้สึกจิตใจสงบ	A	B	C
7. การตั้งจุดมุ่งหมายไว้เป็นสิ่งสำคัญในการแข่งขัน	A	B	C
8. ก่อนการแข่งขันข้าพเจ้ารู้สึกกระอักกระอวนในท้อง	A	B	C
9. ก่อนจะลงสนามแข่งขันข้าพเจ้ามักรู้สึกว้าวุ่นใจจะเต้นเร็วกว่าปกติเสมอ	A	B	C
10. ข้าพเจ้าชอบการแข่งขันที่ลำบาก	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

แบบทดสอบ SCAT นี้ประกอบไปด้วยคำถาม 15 ข้อ คำตอบถึงความบ่อยของการเกิดอาการอันเนื่องมาจากความวิตกกังวล คำตอบของแบบทดสอบนี้จะเป็นให้เลือกข้อ A B และ C สำหรับการวิเคราะห์ตีความแบบทดสอบนี้ จะต้องนำคำตอบออกมารวมคะแนนก่อนโดย

ข้อที่ 1, 4, 7, 10 และ 13 ไม่มีคะแนน

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

ข้อที่ 6 และ 11 $A = 3, B = 2, C = 1$

จากนั้นให้รวมคะแนนซึ่งระดับคะแนนจะอยู่ระหว่าง 10 ถึง 30 ยิ่งคะแนนมากเท่าไรก็หมายถึงคนนั้นเป็นคนที่มีความวิตกกังวลหรือเป็นคนที่ตื่นตันทันง่ายกว่าคนที่ได้คะแนนน้อยระดับของความวิตกกังวลอันเป็นนิสัยตามคะแนน SCAT จะเป็นดังนี้

คะแนน 10 – 15 ความวิตกกังวลน้อย ตื่นตันทันยาก

คะแนน 16 – 23 ความวิตกกังวลปานกลาง

คะแนน 24 – 33 ความวิตกกังวลสูง ตื่นตันทันง่าย

แบบทดสอบเกี่ยวกับเจตคติในการเล่นกีฬา

เรื่อง เจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเอง ต่อความสำเร็จในการเล่นกีฬาของนักกีฬา

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ปี 2542

อายุ.....ปี

เพศ...() ชาย () หญิง

ชนิดกีฬา.....

ประเภทกีฬา () บุคคล () ทีม

คำชี้แจง: โปรดอ่านข้อความข้างล่างนี้และเลือกกาเครื่องหมาย ☒ ลงบนตัวเลขที่ตรงกับ
ความคิดเห็นของท่านมากที่สุดว่า ท่านมีความรู้สึกว่าคุณประสบความสำเร็จ
ในการเล่นกีฬาเมื่อไร หรืออีกนัยหนึ่งท่านมีความรู้สึกว่าคุณเล่นกีฬาได้ดีเมื่อไร?

ข้าพเจ้ามีความรู้สึกว่าคุณประสบความสำเร็จ ในการเล่นกีฬาเมื่อ	ไม่เห็นด้วยมากที่สุด	ไม่เห็นด้วย	เห็นด้วยปานกลาง	เห็นด้วยมาก	เห็นด้วยมากที่สุด
1. ข้าพเจ้าเล่นได้และมีทักษะนั้นแต่เพียงผู้เดียว	1	2	3	4	5
2. ข้าพเจ้าเรียนรู้ทักษะใหม่ ๆ ซึ่งทำให้อยากฝึกฝนมากขึ้น	1	2	3	4	5
3. ข้าพเจ้าสามารถทำได้ดีกว่าคนอื่น	1	2	3	4	5
4. คนอื่น ๆ ไม่สามารถทำได้ดีเท่าข้าพเจ้า	1	2	3	4	5
5. ข้าพเจ้าได้เรียนรู้บางสิ่งบางอย่างและสนุกที่จะทำ	1	2	3	4	5
6. คนอื่น ๆ ทำให้เสีย ส่วนข้าพเจ้าไม่	1	2	3	4	5
7. ข้าพเจ้าเรียนรู้ทักษะใหม่ จากการฝึกฝนอย่างหนัก	1	2	3	4	5
8. ข้าพเจ้าฝึกฝนอย่างหนักจริง ๆ	1	2	3	4	5
9. ข้าพเจ้าทำแต้ม ทำประตูหรือเล่นได้สูงสุด	1	2	3	4	5
10. สิ่งที่คุณได้เรียนรู้ทำให้อยากฝึกฝนมากขึ้น	1	2	3	4	5
11. ข้าพเจ้าคือ คนที่เก่งที่สุด	1	2	3	4	5
12. ทักษะที่คุณได้เรียนรู้ทำให้รู้สึกดี	1	2	3	4	5
13. ข้าพเจ้าทำดีที่สุด	1	2	3	4	5

ขอขอบพระคุณอย่างยิ่ง

แบบสอบถาม TEOSQ นี้ประกอบไปด้วยคำถาม 13 ข้อ เป็นคำตอบของเจตคติอันเนื่องมาจากความรู้สึกว่าตัวเองเล่นกีฬาประสบความสำเร็จ คำตอบของแบบสอบถามนี้ให้เลือกข้อ 1,2,3,4 และ 5 สำหรับการวิเคราะห์หาความแบบสอบถามนี้จะต้องนำคำตอบออกมารวมคะแนนก่อนโดย

ข้อที่ 2,5,7,8,10,12 และ 13 เป็นเจตคติที่เกี่ยวกับงาน (Task)

ข้อที่ 1,3,4,6,9 และ 11 เป็นเจตคติที่เกี่ยวกับตนเอง (Ego)

ให้รวมคะแนนซึ่งของเจตคติที่เกี่ยวกับตนเอง ระดับคะแนนจะอยู่ระหว่าง 5 ถึง 30 ระดับของเจตคติที่เกี่ยวกับตนเองตามคะแนน TEOSQ จะเป็นดังนี้

คะแนน 5 – 13 มีระดับเจตคติที่เกี่ยวกับตนเองต่ำ

คะแนน 14 – 21 มีระดับเจตคติที่เกี่ยวกับตนเองปานกลาง

คะแนน 22 – 30 มีระดับเจตคติที่เกี่ยวกับตนเองสูง

จากนั้นให้รวมคะแนนซึ่งของเจตคติที่เกี่ยวกับงาน ระดับคะแนนจะอยู่ระหว่าง 5 ถึง 35 ระดับของเจตคติที่เกี่ยวกับงานตามคะแนน TEOSQ จะเป็นดังนี้

คะแนน 5 – 15 มีระดับเจตคติที่เกี่ยวกับงานต่ำ

คะแนน 16 – 25 มีระดับเจตคติที่เกี่ยวกับงานปานกลาง

คะแนน 26 – 35 มีระดับเจตคติที่เกี่ยวกับงานสูง

ประวัติย่อของผู้วิจัย

ชื่อ นางสาวปราณี อยู่ศิริ

เกิดวันที่ 24 กันยายน

สถานที่เกิด

สถานที่อยู่ปัจจุบัน

พุทธศักราช 2517

อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

316 หมู่ 5 ตำบลศรีดงเย็น อำเภอไชยปราการ

จังหวัดเชียงใหม่ 50320

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2536

มัธยมศึกษา

โรงเรียนไชยปราการ

อำเภอไชยปราการ จังหวัดเชียงใหม่

พ.ศ. 2540

วิทยาศาสตร์บัณฑิต (พลศึกษา)

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

กรุงเทพมหานคร

พ.ศ. 2541

ศิลปศาสตรบัณฑิต (สื่อสารมวลชน)

มหาวิทยาลัยรามคำแหง กรุงเทพมหานคร

พ.ศ. 2542

การศึกษามหาบัณฑิต (พลศึกษา)

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

กรุงเทพมหานคร

ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงาน
และตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

บทคัดย่อ
ของ
ปราณี อยู่ศิริ

เสนอต่อมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต วิชาเอกพลศึกษา
พฤษภาคม 2542

การศึกษานี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อทราบระดับและความสัมพันธ์ ของความวิตกกังวลอันเป็น ลักษณะนิสัย กับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬา และรูปแบบของเจตคติ ที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ที่จะเข้าร่วมแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัย ครั้งที่ 26 จำนวน 181 คน แบ่งเป็น ประเภทบุคคลชาย 43 คน ประเภทบุคคลหญิง 32 คน ประเภททีมชาย 75 คน ประเภททีมหญิง 31 คน โดยใช้แบบทดสอบวัดความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของ มาเตนส์ (Martens) และแบบทดสอบวัดเจตคติ ที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของ ดูด้า (Duda) แล้วนำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยการหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าร้อยละและค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ผลการวิจัยพบว่า

1. ระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ อยู่ในระดับปานกลาง
2. ระดับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ อยู่ในระดับสูง
3. ระดับเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ อยู่ในระดับต่ำ
4. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติ ที่เกี่ยวข้องกับงานที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
5. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติ ที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
6. ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่าง เจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ไม่มีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ
7. รูปแบบของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มีทั้งหมด 8 รูปแบบ ซึ่งส่วนใหญ่มีรูปแบบเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานสูง แต่มีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองต่ำที่มีต่อการเล่นกีฬา

THE RELATIONSHIPS AMONG TRAIT ANXIETY AND TASK AND EGO
ORIENTATION IN SPORTS BETWEEN SRINAKHARINWIROT ATHLETES

AN ABSTRACT
BY
PRANEE U-SIRI

Presented in partail fulfillment of the requirements for the
Master of Education degree in Physical Education
at Srinakharinwirot University
May 1999

The purposes of research were to study levels and relationship of trait anxiety and ego orientation in sports model of task and ego orientation in sports among Srinakharinwirot University athletes. The subjects were 181 athletes who competed in 26th University Games. There were subjects competed individual sports were male = 43, female = 32 and team sports were male = 75 and female = 31. The Martens 's research Instruments were Sport Competition Anxiety Trait (SCAT) and Task and Duda 's were Ego Orientation Sport Questionnaire (TEOSQ). mean, standard deviation, percent and correlation (Pearson' Product Moment Correlation) were used to analyzed from a data correlated.

The results were as follows :

1. Trait anxiety levels were in mid range
2. Task orientation in sports levels were high.
3. Ego orientation in sports levels were low.
4. There were low correlation between trait anxiety and task orientation in sports.
5. There were low correlation between trait anxiety and ego orientation in sports.
6. There were low correlation between task and ego orientation in sports.
7. There were 8 models of task and ego orientation had task orientation in sports levels were high and ego orientation in sports level were low .