

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

คนไทยในสมัยก่อน มีวิถีชีวิตที่ผูกพันอยู่กับ สายน้ำ และธรรมชาติการสร้างบ้านสร้างเมือง สร้างชุมชน แต่โบราณกาล จะเลือกทำเลที่มีแม่น้ำลำคลอง และแหล่งน้ำเป็นสำคัญ เพื่อใช้ในการอุปโภคบริโภค และการเกษตรกรรมยังชีพแห่งชีวิต และชุมชนสายน้ำ จึงเปรียบเสมือนสายโลหิตของชีวิตคนไทยมาแต่อดีตจวบจนปัจจุบันจนกระทั่งอนาคต เพราะน้ำคือชีวิต น้ำยังนำมาซึ่ง คติธรรม ในการดำเนินชีวิตของชาวไทยให้เข้าใจถึงสัจธรรมในธรรมชาติของชีวิต

แม่น้ำลำคลองเป็นเส้นทางสำคัญในการสัญจรติดต่อไปมาค้าขายซึ่งกันและกันมาแต่บรรพกาลเรือจึงเป็นพาหนะสำคัญในวิถีชีวิตของชาวไทยที่เกิดจากภูมิปัญญาของบรรพชนแต่บรรพกาลประดิษฐ์ขึ้นมาเพื่อใช้ในการสัญจรระหว่างบ้านและชุมชนเรือเป็นพาหนะที่มีบทบาทสำคัญแต่อดีตจวบจนปัจจุบันทั้งในวิถีชีวิต ความเป็นอยู่ การคมนาคมขนส่ง ตลอดจนก่อให้เกิดวัฒนธรรมประเพณีอันดีงามแห่งสายน้ำของสยามประเทศด้วยความศรัทธาในพระพุทธศาสนา ซึ่งเป็นศาสนาประจำชาติเป็นพื้นฐานของศิลปวัฒนธรรม และวิถีชีวิตอันดีงามของชาวไทยในฤดูน้ำหลาก ว่างเว้นจากการเพาะปลูก ปักดำทำนา ในเทศกาลงานบุญประเพณีออกพรรษา ด้วยนิสัยรักสนุกอันเป็นเอกลักษณ์ประจำชาติไทย ก่อให้เกิดการละเล่นทางน้ำ อาทิ การเล่นเพลงเรือ และการแข่งขันเรือยาวประเพณีขึ้น อันเป็นที่มาของบ้านในชุมชนชนบทไทย ซึ่งเป็นหัวใจสำคัญของการพัฒนาชาติขึ้นทุกกลุ่มน้ำแห่งสยามประเทศ เรือแคนูมีมาตั้งแต่สมัยก่อนประวัติศาสตร์หลายพันปี โดยชาวอินเดียแดง ซึ่งเรือแคนูถูกสร้างขึ้นเพื่อการเดินทาง การค้าขาย การสงคราม และเพื่อการล่าสัตว์ รูปลักษณะมีความต่างกันตามสภาพแวดล้อมที่อยู่อาศัย เช่นเรือแคนูของชาวเมารีในประเทศนิวซีแลนด์มีความยาว 35 เมตร ใช้ฝีพายถึง 80 คน ชาวอินเดียแดงในทวีปอเมริกาเหนือสร้างเรือแคนูจากหนังกวาง และเปลือกไม้เบิร์ช

(Birch bark) ส่วนชาวอียิปต์ทำมาจากเปลือกไม้พapyrus (Papyrus reeds) ส่วนชาวโพลินีเซียนใช้ท่อนซุงทำเรือแคนู ชาวเอสกีโมในประเทศกรีนแลนด์ได้สร้างเรือขึ้นมาชนิดหนึ่งโดยเรียกว่า ลัคมีลักษณะคล้ายเรือแคนูแต่มีฝาปิดเรือคัยคัยถูกค้นพบโดยนักสำรวจชาวอังกฤษที่ชื่อ Burrough ในปี ค.ศ.1556ในเวลาต่อมาเรือแคนูเริ่มเป็นที่นิยมกันมากสำหรับนักท่องเที่ยวที่ชอบการผจญภัยกลางน้ำอันเขียวคราดจึงได้มีการจัดตั้งเป็นสหพันธ์เรือแคนูนานาชาติ (International Canoe Federation – I.C.F) ขึ้นในปี ค.ศ.1700 ได้มีการผลักดันกีฬาเรือแคนูให้เป็นกีฬาสาธิตในโอลิมปิกเกมส์เมื่อปี ค.ศ.

1928 และอีก 12 ปีต่อมากีฬาเรือแคนูก็ได้บรรจุลงในการแข่งขันกีฬาโอลิมปิกอย่างถาวร ในการกีฬาจะใช้คำว่าเรือแคนูซึ่งหมายถึง

ทั้งเรือแคนูและคย์ครวมกัน เอเชียนเกมส์ครั้งที่ 13 ที่ประเทศไทยได้เป็นเจ้าในการจัดการแข่งขันกีฬาเรือแคนูที่เป็น 1 ประเภทของกีฬาที่จัดให้มีการแข่งขันนั้นด้วย

สมาคมเรือพายแห่งประเทศไทย เดิมชื่อ “สมาคมเรือยาวสมัครเล่น” ถือกำเนิดขึ้นเมื่อปี พ.ศ.2531 โดยมี พลเรือเอก บัณฑิตย์ ชูณหวิธ เป็นนายกสมาคมคนแรก ทั้งนี้ได้สังเกตเห็นว่าประเทศไทยมีแม่น้ำอยู่หลายสาย และเรือยาว เป็นยุทธโศปกรณ์ในการทำศึกสงครามมาแต่โบราณ และการคมนาคมทางน้ำติดต่อกันตามหัวเมืองต่างๆ รวมทั้งการใช้เรือเป็นพาหนะประกอบพิธีการสำคัญ ๆ มาช้านาน เมื่อเรือจากหลายท้องถิ่นจำนวนมากมารวมกัน ก็มีการจัดประลองแข่งขันเรือยาว จนเป็นที่นิยมชื่นชอบของชาวไทย ซึ่งถือได้ว่าเป็นวัฒนธรรมประเพณีสืบทอดกันมา

ในปี พ.ศ.2532 พลเรือเอก ดิลก ภัทร โกสลด เสนาธิการทหารเรือ ได้รับการแต่งตั้งให้เป็นนายกสมาคมฯ และดำเนินการมุ่งเน้นเฉพาะกีฬาเรือยาวประเพณี ซึ่งเป็นที่นิยมกันมากในประเทศไทย และในปีนี้ได้ส่งนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ ครั้งที่ 15 ณ ประเทศฟิลิปปินส์ จนถึงปี พ.ศ.2534 สมาคมเรือยาวสมัครเล่น ได้รับการอนุญาตจาก การกีฬาแห่งประเทศไทย ให้สามารถดำเนินกิจกรรมเกี่ยวกับกีฬาในนามของชาติไทยและประเทศไทยได้ตามกฎหมาย จึงได้เปลี่ยนชื่อเป็น “สมาคมเรือยาวสมัครเล่นแห่งประเทศไทย”

ในปี พ.ศ.2535 พลเรือเอก วิญญู ณ สันติวิมล รองผู้บัญชาการทหารเรือในขณะนั้น ได้รับการแต่งตั้งให้เป็นนายกสมาคมฯ คนที่ 3 ดำเนินกิจการพัฒนาด้านกีฬาเรือยาวอย่างต่อเนื่อง โดยส่งนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ ครั้งที่ 17 (พ.ศ.2536) ณ ประเทศสิงคโปร์ และกีฬาซีเกมส์ ครั้งที่ 18 (พ.ศ.2538) ณ จังหวัดเชียงใหม่ ประเทศไทย รวมทั้งพัฒนากีฬาเรือยาวไปสู่กีฬาสากลหลายชนิดขึ้น โดยในเดือนพฤศจิกายน พ.ศ.2537สหพันธ์เรือกรรเชียงนานาชาติ (INTERNATIONAL ROWING FEDERATION-FISA) ได้ส่งผู้แทนมาส่งเสริมกีฬาเรือกรรเชียง โดยมอบเรือกรรเชียงให้ 6 ลำ เพื่อใช้ในการฝึกซ้อม และในปี พ.ศ.2538 ได้ส่งนักกีฬาไปร่วมการแข่งขันเรือแคนูที่ได้หัว

ในปี พ.ศ.2539 สมาคมเรือยาวสมัครเล่นแห่งประเทศไทย ได้รับอนุญาตให้เปลี่ยนชื่อเป็น “สมาคมเรือพายแห่งประเทศไทย” เพื่อดำเนินกิจกรรมอย่างเป็นทางการในกีฬาเรือพายที่ใช้คนพายทุกชนิด ได้แก่ เรือยาว, เรือกรรเชียง, เรือแคนู และเรือคัย โดยมี พลเรือเอก ช่าง วิบูลย์เสถียร เป็นนายกสมาคมฯ คนที่ 4 ได้พัฒนาการฝึกซ้อมเพิ่มมากขึ้น และได้ส่งนักกีฬาเรือพายไปร่วมการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ ครั้งที่ 19 (พ.ศ.2540) ณ ประเทศอินโดนีเซีย ซึ่งมีการแข่งขันทั้ง 3 ประเภทกีฬา การแข่งขันในครั้งนี้ สมาคมเรือพายแห่งประเทศไทย ประสบความสำเร็จ โดยนักกีฬาเรือพาย

ชนะเลิศได้ 1 เหรียญทอง 4 เหรียญเงิน และ 8 เหรียญทองแดง หลังจากนั้น ได้มุ่งพัฒนากีฬาเรือพายอย่างต่อเนื่อง และสามารถส่งนักกีฬาเรือพายไปแข่งขันในกีฬาเอเชียนเกมส์ ซิงคโปร์เอเชีย ซิงแชมป์โลก และกีฬาโอลิมปิกเกมส์ จนถึงปัจจุบัน

ปัญหาอย่างหนึ่งของนักกีฬาเรือพายที่พบคือความวิตกกังวลก่อนการแข่งขัน แม้ว่ากีฬาเรือพายไม่ใช่กีฬาปะทะ นอกจากจะต้องเตรียมสภาพร่างกายให้พร้อมแล้ว สภาพจิตใจก็มีความสำคัญมากต่อตัวนักกีฬาเองการคาดการณ์ล่วงหน้าทำให้เกิดความกดดันต่างๆส่งผลให้เกิดความวิตกกังวลและจะมีผลต่ออาการที่เกิดขึ้นทางจิตใจ เช่น ไม่สามารถควบคุมตนเองได้ตามปกติ ขาดสมาธิ ไม่สามารถตัดสินใจได้ดังปกติ อาจส่งผลต่ออาการทางกายได้ เช่น การตั้งตัวของกล้ามเนื้อมากกว่าปกติไม่สามารถที่จะพายได้ตามที่ต้องการ อาจไม่ประสบผลสำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้

ความวิตกกังวลมีบทบาทสำคัญต่อการแข่งขันกีฬามากเห็นได้จาก (ศิลาชัย สุวรรณธาดา 2532) ได้ให้ความหมายของความวิตกกังวลไว้ว่า เป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากการคาดเดาเหตุการณ์ล่วงหน้าว่าจะผิดหวัง ล้มเหลว ในการแข่งขันกีฬาซึ่งนักกีฬาแต่ละคนจะมีความวิตกกังวล ในระดับที่แตกต่างกันก่อนถึงกำหนดการแข่งขัน สังเกตได้จากนักกีฬาบางคนแสดงอาการหวั่นวิตก ตื่นเต้น นอนไม่หลับก่อนการแข่งขัน ในขณะที่บางคนจะมีอาการสงบและควบคุมตนเองได้อย่างดี พวกนี้จะมีความเชื่อมั่นในตนเอง ความวิตกกังวลนี้มีส่วนที่ทำให้การแสดงพฤติกรรมผิดปกติ เช่นการประหม่า ตื่นเต้น เป็นสาเหตุให้ขาดสมาธิในการแข่งขัน ส่วนหลังการแข่งขันความวิตกกังวลและความเครียด สามารถส่งผลกระทบต่อการแข่งขันในครั้งต่อไป และอาจก่อให้เกิดพฤติกรรมต่างๆ เช่น ก้าวร้าว หมกตำลึงใจ เสรีซึม นอกจากนี้ พิระพงษ์ บุญศิริ (2536) ยังได้กล่าวว่าความวิตกกังวล หมายถึง ความรู้สึกกลัวที่เกิดขึ้นจากการคาดเดาเหตุการณ์ล่วงหน้าว่าจะผิดหวัง ล้มเหลว ซึ่งเป็นสาเหตุที่ทำให้ความเชื่อมั่นลดลง ยิ่งความวิตกกังวลมาก ความมั่นใจก็จะลดน้อยลงทำให้เกิดความรู้สึกไม่แน่ใจ ลังเลใจ ซึ่งเป็นการทำให้ความสามารถทางด้านการวินิจฉัย และขีดความสามารถของการแสดงออกทางทักษะลดลงนักกีฬาบางคนที่มีความวิตกกังวลสูง ก่อนการแข่งขันจะมีความสับสน นอนไม่หลับ อาจต้องใช้ยาระงับประสาทหรือใช้อุปกรณ์อื่นๆ ช่วย บางคนไม่สามารถระงับความรู้สึกกังวลได้ จนต้องออกจากการแข่งขันหรือยอมพลาดโอกาสในการเข้าร่วมการแข่งขัน ความวิตกกังวล เป็นอารมณ์ที่ผสมผสานระหว่างความกดดันต่างๆ ที่มีต่อการกระทำและมีผลต่อความรู้สึกหรืออารมณ์ที่มีผลโดยตรงต่ออารมณ์ ที่เป็นลบและ อธิบายถึงความรู้สึกที่เป็นนามธรรมที่เป็นไปในทางที่ไม่พอใจในระดับที่เหมาะสม ก็จะทำให้เกิดประโยชน์ได้

ความวิตกกังวลมีอิทธิพลต่อการแสดงความสามารถของนักกีฬาเอง ทั้งในทางบวก และทางลบ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความวิตกกังวล ว่าอยู่ในระดับใด หากความวิตกกังวลต่ำจะทำให้ให้นักกีฬา

สามารถแสดงออกได้ดี หากอยู่ในระดับปานกลางจะทำให้การรับรู้สิ่งต่างๆ น้อยลง และหากมีความวิตกกังวลสูง จะเป็นอันตรายต่อตัวนักกีฬาเองไม่สามารถควบคุมตนเองได้ในขณะแข่งขัน

ด้วยเหตุผลต่างๆข้างต้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาระดับความวิตกกังวลของนักกีฬาเรือพายที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยครั้งที่ 35 เพื่อให้ นักกีฬาและหน่วยงานที่ทำหน้าที่รับผิดชอบ หรือมีความสัมพันธ์เกี่ยวข้องกับกีฬาเรือพายได้นำข้อมูลไปพัฒนา นักกีฬา และกีฬาประเภทนี้ให้มีประสิทธิภาพต่อไป

วัตถุประสงค์ของการศึกษา

1. เพื่อศึกษาระดับความวิตกกังวลตามลักษณะนิสัยและความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาเรือพาย ที่เข้าร่วม การแข่งขัน กีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 35 ในช่วงก่อนแข่งขันรอบแรก และรอบชิงชนะเลิศ
2. เพื่อศึกษาระดับความวิตกกังวลตามลักษณะนิสัยและความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาเรือพาย ประเภททีมที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยครั้งที่ 35 ในช่วงก่อนแข่งขันรอบแรก และรอบชิงชนะเลิศ
3. เพื่อศึกษาระดับความวิตกกังวลตามลักษณะ และ ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ นิสัยของนักกีฬาเรือพาย ประเภทบุคคลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยครั้งที่ 35 ในช่วงก่อนแข่งขันรอบแรก และรอบชิงชนะเลิศ

ขอบเขตของการศึกษา

ขอบเขตเนื้อหา

ผู้ศึกษามุ่งที่จะศึกษาระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ และ ความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬาเรือพายที่เข้าร่วมในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยครั้งที่ 35 จังหวัดนครศรีธรรมราช

กลุ่มตัวอย่าง

นักกีฬาเรือพายที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยครั้งที่ 35

จำนวนประมาณ 116 คน

นิยามศัพท์เฉพาะ

ความวิตกกังวล หมายถึง สภาพอารมณ์ที่บุคคลรู้สึกไม่สบาย ตึงเครียด ขาดความมั่นคง หรือเกิดความกลัวจากการคาดเดาเหตุการณ์ล่วงหน้าว่าจะผิดหวังล้มเหลว เป็นตัวสาเหตุที่ทำให้ความเชื่อมั่นลดลง ยิ่งเป็นความวิตกกังวลมาก ความมั่นใจก็จะยิ่งน้อยลงทำให้เกิดความรู้สึกไม่แน่ใจ ลังเล ซึ่งเป็นตัวทำให้ขีดความสามารถของการแสดงออกทางทักษะลดลง

ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ หมายถึง เป็นความวิตกกังวลซึ่งเกิดกับบุคคลแต่ละคน ในบางสถานการณ์เท่านั้น หากสถานการณ์ใด มีความสำคัญมากจะมีความวิตกกังวลมาก หากสถานการณ์ใด มีความสำคัญน้อยจะมีความวิตกกังวลน้อย

ความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะนิสัย หมายถึง สิ่งที่มีอยู่ในตัวบุคคลที่จะบ่งบอกพฤติกรรม เมื่อมีการรับรู้ต่อการข่มขู่ที่ไม่อันตราย การตอบสนองของบุคคลจะมากน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับระดับอันตรายนั้นๆ ความวิตกกังวลประเภทนี้จะเกิดขึ้นกับบุคคล ในสถานการณ์ทั่วไปทุกสถานการณ์จะมีความเข้มระดับต่ำ แต่จะเกิดขึ้นต่อเนื่องในระยะเวลาอันนานจนเป็นลักษณะประจำตัวของบุคคล

นักกีฬาเรือพาย หมายถึง นักกีฬาเรือพายที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยครั้งที่ 35

ประโยชน์ที่ได้รับจากการศึกษา

1. เพื่อให้ผู้ฝึกสอนนักกีฬา และผู้เกี่ยวข้องในทีมได้ทราบถึงสภาพด้านจิตใจของนักกีฬาปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นกับตัวนักกีฬาเพื่อที่จะได้หาทางป้องกันและกำจัดสาเหตุนั้น
2. เพื่อเป็นแนวทางในการแก้ไขปรับปรุงการฝึกซ้อมให้มีประสิทธิภาพที่ดียิ่งขึ้น
3. เพื่อเป็นแนวทางในการศึกษาเรื่องนี้ต่อไป

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved