

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันกีฬามีบทบาทมากขึ้น เนื่องจากกีฬาเป็นกิจกรรมที่ช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิต ทั้งทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม เมื่อบุคคลสามารถพัฒนาคุณภาพชีวิตทั้ง 4 ด้าน จะส่งผลให้บุคคลนั้นมีสุขภาพร่างกายและจิตใจที่สมบูรณ์แข็งแรง สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข สร้างความมีน้ำใจเป็นนักกีฬา ให้รู้จักแพ้ รู้จักชนะ และรู้จักให้อภัย ดังนั้นจะเห็นได้ว่าในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 8 ที่มุ่งพัฒนาศักยภาพของคนให้เป็นทรัพยากรมนุษย์ที่มีคุณภาพเพื่อก่อให้เกิดการพัฒนาอย่างสมดุลยั่งยืนและมีประสิทธิภาพ ซึ่งกิจกรรมกีฬาเป็นกิจกรรมที่จะพัฒนาศักยภาพของมนุษย์ได้เป็นอย่างดี

รัฐบาลได้จัดทำแผนพัฒนากีฬาแห่งชาติขึ้น และปัจจุบันใช้แผนพัฒนากีฬาแห่งชาติฉบับที่ 3 (พ.ศ. 2545-2549) ประกอบด้วย 6 แผนหลัก คือ แผนพัฒนากีฬาขั้นพื้นฐาน แผนพัฒนากีฬาเพื่อมวลชน แผนพัฒนากีฬาเพื่อความเป็นเลิศ แผนพัฒนากีฬาเพื่อการอาชีพ แผนพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีทางการกีฬา และแผนพัฒนาเพื่อการบริหารการกีฬาจากแผนพัฒนากีฬาจะเห็นได้ว่า มุ่งพัฒนาทางกีฬาในทุกด้าน โดยเฉพาะมุ่งพัฒนาเพื่อความเป็นเลิศ การพัฒนาความสามารถสูงสุดในการกีฬา (Peak Performance) สืบสาย บุญวีร-บุตร (2538) กล่าวว่า เป็นกระบวนการที่ละเอียดอ่อน ซับซ้อน ความสามารถที่แสดงออกมาจะดีหรือไม่ดีขึ้นอยู่กับองค์ประกอบ 3 อย่าง ดังนี้คือ

1. จิตใจ (Mental or Psychological Skills)
2. สมรรถภาพทางกาย และทักษะกีฬา (Physical Fitness and Sport Skills)
3. สิ่งแวดล้อม (Situational factors)

องค์ประกอบทั้ง 3 นี้ มีผลต่อ คุณภาพของความสามารถที่แสดงออกทางกีฬา ถ้าขาดอย่างใดอย่างหนึ่งจะทำให้การแสดงผลออกมาไม่ดีเท่าที่ควรจะเป็นนักกีฬาระดับใดก็ตาม ความสามารถทางกายเป็นสิ่งจำเป็นที่สุดและเมื่อพัฒนาความสมบูรณ์สูงขึ้น ความสามารถทางจิตใจ ซึ่งรวมทั้งสมรรถภาพทางจิต การมีใจอดทน (Mental Toughness) มีพลังจิต (Will Power) และทักษะทางจิต (Psychological Skills) จะมีความจำเป็นเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ

จากแนวคิดดังกล่าว และจากประสบการณ์ ในการเป็นนักกีฬาแบดมินตันและ

ผู้ฝึกสอนกีฬาเบคมินตันจังหวัดลำพูน ผู้ศึกษาได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกับนักกีฬาและผู้ฝึกสอนด้วยกัน ส่วนใหญ่ปัญหาด้านจิตใจที่พบ คือ ความวิตกกังวลของนักกีฬาก่อนการแข่งขัน ดังที่ สุปราณี ขวัญบุญจันทร์(2541) ได้ให้ความหมายของ ความวิตกกังวล ว่าหมายถึง ความรู้สึกกลัวต่อสิ่งที่จะเกิดขึ้น จากการคาดการณ์ล่วงหน้าอาจจะผิดหวัง ล้มเหลวหรือเป็นอันตราย ความวิตกกังวลเกิดขึ้นได้จากประสบการณ์ที่ได้รับในอดีตและสภาพอารมณ์ที่เกิดขึ้นในขณะนั้นด้วยและ พีระพงษ์ บุญศิริ (2536) ได้ให้ความหมายของ ความวิตกกังวล ว่าหมายถึง ความรู้สึกกลัวที่เกิดขึ้น จากการคาดการณ์ล่วงหน้าว่า จะผิดหวัง ล้มเหลวหรือเป็นอันตราย ซึ่งเป็นตัวสาเหตุที่ทำให้ความเชื่อมั่นลดลง ยิ่งเป็นความวิตกกังวลมาก ความมั่นใจก็จะลดน้อยลง ทำให้ความรู้สึกไม่แน่ใจ ดังเล ซึ่งเป็นการทำให้ความสามารถทางด้านการวินิจฉัยและขีดความสามารถของการแสดงออกทางทักษะลดลง นักกีฬาบางคนที่มีความวิตกกังวลสูง ก่อนการแข่งขันจะมีความสับสน นอนไม่หลับ อาจต้องใช้ยาระงับประสาทหรือใช้อุปกรณ์อื่น ๆ ช่วย บางคนไม่สามารถระงับความรู้สึกกังวลได้ จนต้องออกจากการแข่งขันหรือยอมพลาดโอกาสในการเข้าร่วมแข่งขัน ความวิตกกังวล เป็นอารมณ์ที่ผสมผสานระหว่างความกดดันต่าง ๆ ที่มีต่อการกระทำและมีผลต่อความรู้สึกหรืออารมณ์ ที่มีผลโดยตรงต่ออารมณ์ที่เป็นลบและอธิบายถึงความรู้สึกที่เป็นนามธรรมที่เป็นไปในทางที่ไม่พึงพอใจในระดับที่เหมาะสม และ สุปราณี ขวัญบุญจันทร์ (2541) ได้ให้ความหมายของ ความวิตกกังวล ว่าหมายถึงความรู้สึกกลัวต่อสิ่งที่จะเกิดขึ้นจากการคาดการณ์ล่วงหน้าอาจจะผิดหวัง ล้มเหลว หรือเป็นอันตราย ความวิตกกังวลเกิดขึ้นได้จากประสบการณ์ที่ได้รับมาในอดีต และสภาพอารมณ์ที่เกิดขึ้นในขณะนั้นด้วยซึ่งสอดคล้องกับคำกล่าวของMowrer (1963) ที่ได้กล่าวถึง ความวิตกกังวลว่า ความวิตกกังวล คือ อารมณ์แต่เป็นอารมณ์ซึ่งคล้ายกับเมื่อเรามีความหิวหรือกระหายเป็นสภาพตั้งเครียด หรือสภาพที่คนเรารู้สึกไม่สบายใจ ซึ่งต้องกำจัดไปให้หมด นอกจากนั้น ยังเป็นตัวการที่ผลักดันให้คนเรากระทำพฤติกรรมบางอย่าง ซึ่งในแง่นี้อาจถือได้ว่าเป็นแรงจูงใจและAusubel (1968) กล่าวว่า ความวิตกกังวลหมายถึงแนวโน้มของบุคคลที่จะตอบสนองต่อเหตุการณ์หรือสถานการณ์ที่ จะทำให้เขาต้องเสียความภาคภูมิใจ (Self - Esteem) ความวิตกกังวลต่างกับความกลัวธรรมดา ในแง่ที่ว่าสิ่งที่มากระทำนั้นมักจะกระทำต่อความภาคภูมิใจของบุคคล มากกว่าที่จะกระทำต่อร่างกายของบุคคลนั้นและยังสอดคล้องกับความหมายของHall and Lindzey (1970)ที่ว่า ความวิตกกังวล หมายถึง สภาวะของความตั้งเครียด เป็นแรงขับ (Drive) คล้ายความหิวหรือความรู้สึกทางเพศ แต่ต่างกันตรงที่สภาวะดังกล่าวไม่ได้เกิดจากสภาพร่างกายภายใน หากแต่มีสาเหตุดั้งเดิมมาจากภายนอก เมื่อความวิตกกังวลถูกเร้าให้เกิดขึ้น จะสร้างแรงจูงใจให้บุคคลต้องทำอะไรบางอย่างเพื่อลดสภาวะดังกล่าว ดังนั้นจึงสรุปได้ว่าความวิตกกังวล หมายถึงสภาวะของความตั้ง

เครียดทางจิตใจ ที่เกิดขึ้นได้จากสิ่งกระตุ้นทั้งภายนอกและภายใน ซึ่งสามารถส่งผลต่อการแสดงออกของบุคคลได้ Spielberg (1972) ได้แบ่งลักษณะความวิตกกังวลเป็น 2 ประเภท คือ ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (Trait Anxiety) และ ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (State Anxiety)

ดังนั้นจะเห็นได้ว่า ความวิตกกังวลมีอิทธิพลต่อการแสดงความสามารถของนักกีฬามาก ดังที่ Mark Spitz (อ้างใน สืบสาย บุญวีรบุตร, 2538) นักว่ายน้ำโอลิมปิกได้กล่าวว่า “ในระดับความสามารถทางการกีฬาระดับนี้ การแพ้ การชนะ 99% ขึ้นอยู่กับความสามารถทางจิตใจ” เพราะเมื่อความสามารถทางกายได้รับการพัฒนาจนถึงขีดสูงสุดจนเต็มศักยภาพความสามารถในการนำความสามารถนั้นมาใช้เป็นสิ่งจำเป็นที่สุด ปัจจัยที่ควบคุมความสามารถทางกายนี้ คือ ความสามารถทางจิต ในการที่จะควบคุมความคิด อารมณ์ ความวิตกกังวล การรับรู้ตนในด้านต่าง ๆ เพื่อที่จะให้มีความพร้อมที่จะแข่งขัน

ผู้ศึกษาในฐานะผู้ฝึกสอนและเป็นผู้อยู่ในวงการกีฬาแบดมินตันจึงสนใจศึกษาระดับความวิตกกังวลของนักกีฬาแบดมินตันโดยเปรียบเทียบความวิตกกังวลของนักกีฬาแบดมินตันระหว่างกลุ่มที่เป็นมือวางและกลุ่มที่ไม่เป็นมือวาง ในการแข่งขันแบดมินตันรายการ CMU PARROT SPORTS CUP 2002 โดยใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะนิสัย และใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ที่สร้างขึ้นโดย มาร์เทนส์ (Martens, 1977) เพื่อเป็นประโยชน์สำหรับนักกีฬา ผู้ฝึกสอน และรวมถึงผู้เกี่ยวข้อง

วัตถุประสงค์ของการศึกษา

เปรียบเทียบความวิตกกังวลของนักกีฬาแบดมินตันระหว่างกลุ่มที่ได้รับการวางอันดับมือและกลุ่มที่ไม่ได้รับการวางอันดับมือ ในการแข่งขันแบดมินตันรายการ CMU PARROT SPORTS CUP 2002

สมมติฐาน

นักกีฬาแบดมินตันกลุ่มที่ได้รับการวางอันดับมือในการแข่งขันแบดมินตันรายการ CMU PARROT SPORTS CUP 2002 มีระดับความวิตกกังวลต่ำกว่า กลุ่มที่ไม่ได้รับการวางอันดับมือ

ขอบเขตของการศึกษา

ขอบเขตเนื้อหา

ผู้ศึกษามุ่งที่จะศึกษาความวิตกกังวลตามลักษณะนิสัย และความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ของนักกีฬาแบดมินตันที่เข้าแข่งขันแบดมินตันรายการ CMU PARROT SPORTS CUP 2002

กลุ่มตัวอย่าง

นักกีฬาแบดมินตันที่เข้าแข่งขันแบดมินตันรายการ CMU PARROT SPORTS CUP 2002 ในประเภทชายเดี่ยว จำกัดมือ ในกลุ่มที่ได้รับการวางอันดับมือ อันดับที่ 1-8 และในกลุ่มที่ไม่ได้รับการวางอันดับมือ จำนวน 8 คน รวมจำนวน 16 คน

นิยามศัพท์เฉพาะ

ความวิตกกังวล หมายถึง การตอบสนองทางอารมณ์ ความตึงเครียด ความหวาดหวั่น ความกระวนกระวายใจ ความไม่สบายใจ การเปลี่ยนแปลงทางสรีระวิทยา

ความวิตกกังวลตามลักษณะนิสัย หมายถึง คะแนนที่ได้จากการวัดจากแบบทดสอบซึ่งเป็น ความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัวของแต่ละบุคคล

ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ หมายถึง คะแนนที่ได้จากการวัดจากแบบทดสอบซึ่งเป็น ความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นตามสถานการณ์ หากสถานการณ์ใด มีความสำคัญมากจะมีความวิตกกังวลมาก หากสถานการณ์ใดมีความสำคัญน้อยจะมีความวิตกกังวลน้อยตามระดับความสำคัญ

นักกีฬาแบดมินตัน หมายถึง นักกีฬาแบดมินตันที่เข้าแข่งขันแบดมินตันรายการ CMU. PARROT SPORTS CUP 2002 ในประเภทชายเดี่ยว จำกัดมือ ในกลุ่มที่ได้รับการวางอันดับมือ อันดับที่ 1-8 และในกลุ่มที่ไม่ได้รับการวางอันดับมือ จำนวน 8 คน รวมจำนวน 16 คน

ประโยชน์ที่ได้รับ

เพื่อทราบความแตกต่างของความวิตกกังวลของนักกีฬาแบดมินตันกลุ่มที่ได้รับการวางอันดับมือ และกลุ่มที่ไม่ได้รับการวางอันดับมือ