

ชื่อเรื่องการค้นคว้าแบบอิสระ ความเครียด พฤติกรรมเผชิญความเครียดและการจัดการ  
ความเครียดของนักกีฬามวยสากลสมัครเล่นทีมชาติไทย  
2 สัปดาห์ก่อนการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ ครั้งที่ 14

ชื่อผู้เขียน นางสาวศิรา นัตรวรารัตน์  
วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

คณะกรรมการสอบการค้นคว้าแบบอิสระ  
รองศาสตราจารย์ ดร. นพนธ์ สัมมา ประธานกรรมการ  
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุหาดา ไกรพิบูลย์ กรรมการ  
รองศาสตราจารย์ อุเทน ปัญโญ กรรมการ

#### บทคัดย่อ

การศึกษาค้นคว้าแบบอิสระครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความเครียดพฤติกรรม  
การเผชิญความเครียดและการจัดการความเครียด ของนักกีฬามวยสากลสมัครเล่นทีมชาติไทย 2  
สัปดาห์ก่อนการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ ครั้งที่ 14 ณ ประเทศเกาหลีใต้ ระหว่างวันที่ 29  
กันยายน ถึง 14 ตุลาคม 2545 จำนวน 15 คน เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาเป็นแบบสอบถาม สถิติที่  
ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการศึกษาพบว่า

1. ระดับความเครียดของนักกีฬามวยสากลสมัครเล่นทีมชาติไทย โดยรวมอยู่ในระดับต่ำ
2. นักกีฬาใช้พฤติกรรมเผชิญความเครียด ทั้งแบบมุ่งแก้ปัญหาและแบบมุ่งลดอารมณ์ โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง

<b>Independent Study Title</b>	Stress and Coping Technique of the National Thai Boxing Team Two Weeks Prior to the 14 <sup>th</sup> Asain Games		
<b>Author</b>	Ms. Sira Chatwararat		
<b>M.S.</b>	Sports Science		
<b>Examining Committee</b>	Assoc.Prof.Dr.Napon Summa	Chairman	
	Asst.Prof.Dr.Suchada Kraipibul	Member	
	Assoc.Prof.Uthen Panyo	Member	

#### **Abstract**

The objective of this independent research is to study The stress and Coping Techniques of the National Thai Boxing Team Two Weeks Prior the 14<sup>th</sup> Asain Games in South Korea From September 29 to October 14,2002. Fifteen national Thai boxers were included in this study.

The instrument used for collecting data were the questionnaires. The data were analyzed in term of percentage, mean and standard deviation.

The results can be stated by the following.

1. The level of stress of the national Thai Boxing team was low.
2. Stress coping behaviors of the national Thai Boxing team were problem – focused coping and emotion – focused coping which were utilized at the moderate level.