

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้ศึกษาได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และรวบรวมนำมาเสนอ ดังต่อไปนี้

1. ความหมายของจิตวิทยาการกีฬา
2. ความวิตกกังวลกับการแข่งขันกีฬา
3. ประเภทของความวิตกกังวล
4. ปัจจัยที่มีผลต่อความวิตกกังวล
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ความหมายของจิตวิทยาการกีฬา

จิตวิทยาการกีฬา จึงเป็นการวิเคราะห์พฤติกรรมเพื่อที่เข้าใจพฤติกรรมของบุคคลที่เกี่ยวข้องกับการกีฬา ได้แก่ นักกีฬา ผู้ฝึกสอน และผู้ชมกีฬา รวมทั้งการนำหลักการทางจิตวิทยา มาประยุกต์ใช้ในกิจกรรมกีฬา เพื่ออธิบายถึงความสัมพันธ์ระหว่างจิตใจกับความสามารถทางกาย ตลอดจนพฤติกรรมสังคมในการเข้าร่วม การคงเล่น และเลิกเล่นกีฬาหรือออกกำลังกายของมนุษย์

ความวิตกกังวลกับการแข่งขันกีฬา

มาร์เทนส์ (Martens, 1972) ได้อธิบายกระบวนการแข่งขันกีฬากับระดับการเกิดความวิตกกังวลดังนี้

1. ความเป็นปรนัยของการแข่งขัน (Objective Competition Situation) เป็นเงื่อนไขสำคัญที่มีผลต่อการเล่นของนักกีฬา หากการแข่งขันนั้น ๆ มีความหมายหรือมีความสำคัญที่รับรู้ได้ ทำให้เกิดแรงกระตุ้นสูง เป็นแรงกดดันต่อการเล่น เกิดความเครียดทางร่างกายและความคิด เกิดเป็นความวิตกกังวลให้กับนักกีฬา เช่น การแข่งขันรอบตัดเชือก หรือการแข่งขันชิงชนะเลิศ ต้องชนะเท่านั้นจึงจะเป็นแชมป์เปียน นอกจากนี้ยังรวมถึงจุดมุ่งหมายในการแข่งขันว่าเป็นการแข่งขันเพื่อชิงชนะเลิศ หรือ เป็นเพียงการแข่งขันเชื่อมความสามัคคี แบบทีมเหย้า – เยือน เป็นการแข่งขันที่เน้นความสนุกสนาน ระดับการเกิดความวิตกกังวลก็จะแตกต่างกัน

2. ความเป็นอัตรณ์ของการแข่งขัน (Subjective Competition Situation) เป็นนามธรรม เป็นสิ่งที่นักกีฬาหรือบุคคลนั้น ๆ รับรู้ คิด หรือประเมินสถานการณ์การแข่งขัน โดยเปรียบเทียบ ความสามารถของตนกับข้อเรียกร้องของสถานการณ์กล่าวคือ การแข่งขันมีความสำคัญ คู่แข่งขัน มีความสามารถสูงกว่าความสามารถของตนเอง มีผลต่อความคิด อารมณ์ และแรงจูงใจที่ส่งผลถึง การตอบสนองทางสรีระและพฤติกรรมการเล่นกีฬาหรือความสามารถในการเล่นกีฬานั้นเอง

3. การตอบสนอง (Response) ที่เกิดขึ้นหลังหรือพร้อม ๆ กับการรับรู้ และการประเมิน การสนองตอบต่อสถานการณ์ ทั้งทางสรีระวิทยา เช่น หัวใจเต้นเร็วและแรงขึ้น เหงื่อออกตามมือ เท้าหรือปวดปัสสาวะ การตอบสนองทางจิตวิทยาและอารมณ์ เช่น ความกังวลใจ ตื่นเต้น รู้สึก เก็บกด กลัว รวมทั้งการตอบสนองทางพฤติกรรม ทั้งก่อนและขณะแข่งขัน เช่น เดินไปมาไร้ ความหมาย พุดมากกว่าปกติก่อนทำการแข่งขัน รวมถึงความสามารถในการเล่นอาจทำได้อย่างดี เป็นไปตามศักยภาพที่มี หรือเล่นได้ไม่ดี ไม่มีความเชื่อมั่น และเล่นพลาด สิ่งเหล่านี้ทำให้เกิดผลที่ ตามมาที่แตกต่างกัน

4. ผลที่ตามมา (Consequence) เป็นสิ่งที่ตามมาหลังการกระทำนั้น ๆ ทั้งที่เป็นผลทันที และผลที่ตามมาเมื่อการแข่งขันจบ ผลที่ตามมามีผลต่อกระบวนการจัดปรับความคิด การประเมิน อารมณ์และจัดปรับพฤติกรรมใหม่ หรือจัดปรับวิธีการเล่นใหม่ต่อจากนั้น หรือเตรียม การเพื่อการแข่งขันครั้งใหม่ เช่น นักกีฬาโอลิมปิก เมื่อตัดสินใจที่จะตบลูกฝ่าการสกัดของฝ่าย ตรงข้าม ผลที่เกิดขึ้น คือลูกไม่สามารถผ่านไปได้นั้น การกระทำครั้งต่อไป ตัวเลือกอีกหลาย อย่างที่เกิดขึ้นคือ อาจเปลี่ยนมาใช้การหยอด หรือตบปาดเป็นต้น นอกจากนี้ผลที่ตามมาหลัง เสร็จสิ้นการแข่งขันแล้ว ไม่ว่าจะแพ้หรือชนะ มีผลต่อการรับรู้ถึงผลสำเร็จหรือล้มเหลว ซึ่งความรู้สึกนี้ แม้บางส่วนจะเกิดเองแต่ที่สำคัญคือการได้รับผลย้อนกลับ จากคนหรือสังคมนรอบข้างรวมทั้งการ กำหนด และการบรรลุเป้าหมายในการแข่งขัน แม้จะแพ้อาจจะรู้สึกว่าตนเอง ประสบผลสำเร็จได้ เพราะผลการแข่งขันบรรลุจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้หรือได้รับการยอมรับจากคนรอบข้าง

กระบวนการแข่งขันกับความวิตกกังวลเป็นกระบวนการที่สัมพันธ์ต่อเนื่องและมีการจัด ปรับตลอดเวลา นับตั้งแต่การสร้างแรงกระตุ้น การประเมินการแข่งขันกับการรับรู้ถึงความสามารถ ของตนเอง การตอบสนองและผลที่เกิดขึ้นตามมาทั้งระยะสั้นและระยะยาว เช่น ก่อนการแข่งขัน ซิงแชมป์แห่งประเทศไทย ซึ่งเป็นการแข่งขันที่มีความสำคัญอย่างยิ่ง มีการประเมินความสามารถ ของคู่ต่อสู้ว่าเป็นทีมที่มีความสามารถมากกว่าเมื่อเทียบกับความสามารถของทีมของตน โอกาส ชนะมีไม่มากหากประเมินสถานการณ์เช่นนี้ จะเกิดความวิตกกังวลก่อนการแข่งขันมากกว่า การ เล่นจึงเป็นไปได้ด้วยความตั้งใจและระมัดระวัง แต่เมื่อผลที่เกิดขึ้นหลังการแข่งขันผ่านไปพอประมาณ

อาจมีการประเมินความสามารถของคู่ต่อสู้และความสามารถของตนเองใหม่ เช่น ความสามารถของคู่ต่อสู้มีไม่มากเท่าที่เรากังวลหรือความสามารถของตนไม่น้อยกว่าคู่ต่อสู้ความวิตกกังวลก็ลดลง การตอบสนองก็จะเปลี่ยนไปหรือมีการเลือกการตอบสนองใหม่ได้ แต่อย่างไรก็ตามก็ไม่ได้หมายความว่าการเล่นนี้จะคงที่ตลอดการแข่งขัน หากเกมการเล่นเปลี่ยนไปการเล่นสถานการณ์ตามผลที่เกิดขึ้นจะปรับเปลี่ยนไปแต่อย่างไรก็ตามแม้ชนะอาจรู้สึกล้มเหลวได้หากผู้เล่นประเมินว่าความสามารถของคู่ต่อสู้ต่ำกว่าและการแข่งขันนั้นไม่มีความสำคัญ แม้ชนะก็ไมู้สึกดีได้ ในทางตรงกันข้าม การแพ้ อาจรู้สึกที่ประสบความสำเร็จเพราะคู่ต่อสู้มีความสามารถสูงกว่า เมื่อมีโอกาสเข้าร่วมการแข่งขันที่สำคัญ ตนเองสามารถทำให้คู่ต่อสู้เสียคะแนนบ้างแม้ไม่ชนะก็ทำให้เกิดความรู้สึกที่ดีได้

ความวิตกกังวลเฉพาะกาล ความวิตกกังวลถาวรเป็นองค์ประกอบสำคัญที่ทำให้เกิดแบบการตอบสนองทางความคิด การประเมิน และอารมณ์ แต่การให้ผลย้อนกลับและประเมินของบุคคลใกล้ชิดรอบข้างนักกีฬาที่มีความสำคัญเช่นกันในการสร้างทัศนคติ แนวคิดต่อการกีฬาและการแข่งขัน ตลอดจนการประเมินความสามารถของตนเองและการประเมินสถานการณ์จนเกิดเป็นความวิตกกังวล ในระดับที่แตกต่างกัน

จากผลการวิจัยเกี่ยวกับความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬา พบว่าความวิตกเฉพาะกาลและความวิตกกังวลถาวรมีความสัมพันธ์กัน กล่าวคือ นักกีฬาที่มีความวิตกกังวลถาวรสูง มักมีบุคลิกในการประเมินสถานการณ์ไปในทางลบหรือยากเกินความจริง มักมีแนวโน้มที่จะประเมินความสามารถตนเองต่ำหรือด้อยกว่าคู่ต่อสู้ รวมทั้งการมีบุคลิกภาพประเภทสมบูรณแบบ (Perfectionist) มักกังวลกับทุกกิจกรรมจะไม่เป็นไปตามมาตรฐานที่ตัวเองคาดหวังไว้บุคคลประเภทนี้มักมีความวิตกกังวลเฉพาะกาลสูงแต่ในทางตรงกันข้าม หากนักกีฬาที่มีความวิตกกังวลถาวรต่ำ ก็มีความวิตกกังวลชั่วคราวต่ำด้วย

ประเภทของความวิตกกังวล

พีระพงศ์ บุญศิริ (2536) และสุปราณี ขวัญบุญจันทร์ (2541) ได้แบ่งประเภทของความวิตกกังวล (Type of anxiety) ไว้ 2 ลักษณะคือ

1. ความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัวของบุคคล (Trait Anxiety) ความวิตกกังวลประเภทนี้มีลักษณะค่อนข้างถาวร ไม่ว่าจะทำกิจกรรมใดๆ ก็จะทำให้เกิดความวิตกกังวลอยู่เสมอ ผู้ที่มีความวิตกกังวลประเภทนี้มักจะเป็นบุคคลที่มีความหวังสูง และรู้สึกกลัวที่จะผิดหวัง

2. ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (State Anxiety) เป็นความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นตามสถานการณ์ ถ้าสถานการณ์ใดมีความสำคัญมาก จะมีความวิตกกังวลมาก แต่หากสถานการณ์ใดมีความสำคัญน้อย จะมีความวิตกกังวลน้อยตามไปด้วย

สืบสาย บุญวีรบุตร (2541) ได้แบ่งประเภทของความวิตกกังวล โดยแบ่งตามสาเหตุการเกิดเป็น 2 ชนิด ดังนี้

1. ความวิตกกังวลทางความคิด (Cognitive Anxiety) เป็นความวิตกกังวลทางจิตปัญญา เป็นการรับรู้ หรือถูกให้รับรู้ เป็นอารมณ์ที่จะประเมินสถานการณ์ต่างๆ กับความสามารถที่ตนเองมีอยู่หากคิดหรือประเมินว่าความสามารถที่ตนเองมีอยู่ ไม่มีความสมดุลกับข้อเรียกร้องจากสถานการณ์จะเกิดความวิตกกังวลมากขึ้นขึ้นอยู่กับบุคลิกภาพของแต่ละบุคคล บุคลิกภาพมีผลต่อการประเมินสถานการณ์ที่กำลังเผชิญไปในทางลบหรือยากจนเป็นกังวล

2. ความวิตกกังวลทางสรีระ (Somatic Anxiety) เป็นปฏิกิริยาการเกิดความวิตกกังวลทางกายมีการเปลี่ยนแปลงทางสรีระ เมื่อนักกีฬาคิดหรือประเมินว่ามีความสามารถที่ไม่สมดุลกับข้อเรียกร้องของสถานการณ์ที่เผชิญ จะเกิดความกังวล มีการเปลี่ยนแปลงทางสรีระวิทยาตามมา เช่น ความเครียดเกร็งของกล้ามเนื้อ ม่านตาขยาย เหงื่อออกตามฝ่ามือ ใจเต้นเร็ว แรง ความดันเลือดสูง ขนลุก ปวดปัสสาวะหรือมือสั่น เป็นต้น

Sarason and others (1960) ซึ่งมีชื่อเสียงในการศึกษาความวิตกกังวลของเด็กได้แบ่งความวิตกกังวลออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. ความวิตกกังวลในสถานการณ์ต่างๆ ไป (General Anxiety)
2. ความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ (Specific Anxiety)

ถ้าพิจารณาอย่างละเอียดจะเห็นได้ว่า "General Anxiety" ก็คือ "Trait Anxiety"

ส่วน "Specific Anxiety" ก็คือ "State Anxiety"

Spielberger (1966) ได้แบ่งความวิตกกังวลออกเป็น 2 ชนิดคือ

1. ความวิตกกังวลที่เป็นคุณลักษณะเฉพาะตัว (Trait)
2. ความวิตกกังวลที่มีลักษณะเฉพาะสถานการณ์ (State)

ความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ (A - State) คือ ความรู้สึกที่อยู่ในสภาวะที่ตนเองรู้สึกกลัวและกังวล และมักจะทำให้ประสาทอัตโนมัติตื่นตัวไปด้วย ส่วนความวิตกกังวลที่มีคุณลักษณะเฉพาะตัว (A - Trait) คือ สิ่งที่มีอยู่ในตัวบุคคล

Levitt (1967) ได้แยกความวิตกกังวลออกเป็น 2 ประเภท คือ

ภาษาอังกฤษหลายชื่อ คือ “State Anxiety” หรือ “Situation Anxiety” หรือ “Acute Anxiety” แต่ก็มี ความหมายคล้าย ๆ กันคือ เป็นความวิตกกังวลซึ่งเกิดขึ้นกับบุคคลแต่ละคนในบางสถานการณ์เท่านั้นและความเข้มข้นของความวิตกกังวลที่เกิดขึ้น ย่อมขึ้นอยู่กับความเข้มแข็งของสิ่งเร้าด้วย ความวิตกกังวลประเภทนี้ จะมีความเข้มข้นสูง แต่เมื่อเกิดขึ้นแล้วจะคงอยู่บนช่วงเวลา อันสั้น ผู้ที่มีความวิตกกังวลแบบนี้มาก คือ ผู้ที่มีความถี่ของความวิตกกังวลในสถานการณ์ต่างๆ มาก

ความวิตกกังวลซึ่งเป็นลักษณะคงที่ในตัวบุคคล ความวิตกกังวลประเภทนี้มีชื่อเรียกหลายชื่อเช่นเดียวกันคือ “Trait Anxiety” หรือ “Anxiety - Proneness” หรือ “Anxiety - Predisposition” หรือ “Chronic Anxiety” ความวิตกกังวลประเภทนี้ มักจะเกิดขึ้นกับบุคคลในสถานการณ์ต่างๆ ไป ทุกสถานการณ์ จะมีความเข้มข้นในระดับต่ำ แต่จะเกิดขึ้นอย่างต่อเนื่องในระยะเวลาอันยาวนาน จนเป็นลักษณะประจำตัวของบุคคล คือถือว่าเป็นส่วนหนึ่งของบุคลิกภาพ (Personality Trait) บุคคลที่มีความวิตกกังวลประเภทนี้มักจะเกิดความวิตกกังวลในสถานการณ์ต่างๆ ไป ทุกสถานการณ์และโดยทั่วๆ ไปทุกคนจะมีความวิตกกังวลประเภทนี้ โดยที่เราไม่รู้สึกรู้ว่าอย่างไรก็ตาม ระดับความวิตกกังวลซึ่งขึ้นอยู่กับสถานการณ์ (State Anxiety) นั้นจะขึ้นอยู่กับความวิตกกังวลซึ่งเป็นลักษณะคงที่ของบุคคล (Trait Anxiety) ด้วยคือ คนที่มีความวิตกกังวลซึ่งเป็นลักษณะคงที่ระดับสูง ย่อมมีแนวโน้มที่จะเกิดความวิตกกังวลในสถานการณ์ต่างๆ ได้มาก และมีความเข้มข้นในระดับสูงด้วย

ปัจจัยที่มีต่อความวิตกกังวล

สืบสาย บุญวิรุบุตร (2541) ได้แบ่งปัจจัยที่มีผลต่อความวิตกกังวล

1. การรับรู้ถึงความสามารถของตนเอง (Perceived ability) การรับรู้ตนเองว่า ประสบผลสำเร็จหรือล้มเหลวจากการแข่งขันหรือเล่นกีฬาที่มีผลต่อความเชื่อมั่น สร้างพื้นฐานที่ดีทางอารมณ์และความภูมิใจในตนเอง (Spielberger, 1966) ซึ่งมีผลต่อการเกิดความเครียดในระดับที่แตกต่างกัน การรับรู้ถึงความสามารถตนเองเกิดได้ทั้งจากการประเมินจากคนอื่นรอบข้างและการรับรู้ถึงความสามารถจริงทั้งก่อนขณะ และหลังการแข่งขัน

2. การคาดหวังความสำเร็จสูง (Expectancy of success) และการกลัวที่จะเล่นไม่ได้ไม่ดี (Pierce, 1980) การเป็นผู้ที่ตั้งความหวังการเล่นและการแข่งขันสูง หวังความเป็นเลิศจาก

การแข่งขันกีฬาและกลัวแพ้ หรือเกรงว่าจะเล่นได้ไม่ดีเท่าที่คาดไว้ หรือไม่สำเร็จดังที่ตนเองตั้งใจไว้ หรือคนรอบข้างตั้งใจไว้ทำให้เกิดความวิตกกังวลได้

3. การคาดว่าจะได้รับการประเมินที่ไม่ดีจากคนรอบข้าง (Expectancy of negative evaluation) (Scanlan, 1978a) เช่น จากโค้ช เพื่อนร่วมทีม พ่อ แม่ ผู้ปกครอง คู่ครอง และ สื่อมวลชนซึ่งมีความหมายมากกว่าคน หรือกลุ่มคนอื่นจะติเตียนหรือวิจารณ์ไปในทางที่ไม่ดี หากเป็นนักกีฬา เด็กมักกลัวผู้ใหญ่ติเตียนลงโทษ หรือผู้ใหญ่ไม่รัก หากเล่นได้ไม่ดี

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

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ธีระ มงคลเจริญลาภ (2541) ได้ศึกษาความวิตกกังวล อันเป็นนิสัยและความวิตกกังวล เฉพาะสถานการณ์ในการแข่งขันกีฬานักเรียนระดับประถมศึกษาตอนปลาย สังกัดสำนักงานเทศบาลคอแหลม พบว่า

1. ระดับความวิตกกังวลอันเป็นนิสัยของนักกีฬานักเรียนระดับประถมศึกษาตอนปลายก่อนการแข่งขัน 4 และ 1 สัปดาห์ ทั้งชายและหญิงอยู่ในระดับปานกลาง
2. ระดับความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ของนักกีฬานักเรียนระดับประถมศึกษาตอนปลายก่อนการแข่งขัน 4, 3, 2, 1 สัปดาห์ และ 1 ชั่วโมง ทั้งชายและหญิงอยู่ในระดับปานกลาง
3. ค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลอันเป็นนิสัยของนักกีฬานักเรียนระดับประถมศึกษาตอนปลายก่อนการแข่งขัน 4 และ 1 สัปดาห์ ทั้งชายและหญิงไม่แตกต่างกัน
4. ค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ในด้านความคิดของนักกีฬานักเรียนระดับประถมศึกษาตอนปลายก่อนการแข่งขัน 4, 3, 2, 1 สัปดาห์ และ 1 ชั่วโมง ทั้งชายและหญิงแตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .01

5. ค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ในด้านร่างกายของนักกีฬานักเรียนระดับประถมศึกษาตอนปลายก่อนการแข่งขัน 4, 3, 2, 1 สัปดาห์และ 1 ชั่วโมง ทั้งชายและหญิงแตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .01

6. ค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ในด้านความเชื่อมั่นของนักกีฬานักเรียนระดับประถมศึกษาตอนปลายก่อนการแข่งขัน 4, 3, 2, 1 สัปดาห์และ 1 ชั่วโมง ทั้งชายและหญิงแตกต่างกันที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ .01

อริสรา ลอยเมฆ (2539) การศึกษาความวิตกกังวลของนักกีฬาประเภทลูกกลุ่มประเทศอาเซียนที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ ครั้งที่ 18 ที่จังหวัดเชียงใหม่ ประเทศไทย การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ

1. เพื่อศึกษาถึงความวิตกกังวลของนักกีฬาประเภทลูกกลุ่มประเทศอาเซียนมีระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (State Anxiety) และความวิตกกังวลตามลักษณะนิสัย (Trait Anxiety) อยู่ในระดับสูง ปานกลาง ซึ่งมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 47.91 และ 47.50 ตามลำดับ โดยมีนักกรีฑาอินโดนีเซียมีค่าเฉลี่ยสูงสุดเท่ากับ 49.89 และ 48.56 ตามลำดับ และมีนักกรีฑาจากบรูไนมีค่าเฉลี่ยต่ำสุดเท่ากับ 36.00 และ 40.50 ตามลำดับ

2. นักกรีฑาประเภทลูที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ ครั้งที่ 18 ประเทศบรูไน มีค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์แตกต่างกับประเทศอื่น ๆ อีก 5 ประเทศอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนประเทศต่าง ๆ ที่เหลือมีความวิตกกังวลตามสถานการณ์ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. นักกรีฑาชายและนักกรีฑาหญิงประเภทลูที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ ครั้งที่ 18 มีความวิตกกังวลตามลักษณะนิสัย ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. นักกรีฑาระยะสั้น ระยะกลาง และระยะไกล ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ครั้งที่ 18 มีค่าเฉลี่ยคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์กับตามลักษณะนิสัยไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ชนะชัย วัฒนไชย (2536) ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์และเปรียบเทียบ ความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์และเฉพาะบุคคลของนักกรีฑาที่เข้าแข่งขันในซีเกมส์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกรีฑาตัวแทนทีมชาติ จำนวน 32 คน คือ กลุ่มที่มีประสบการณ์ในการแข่งขัน 1-5 ปี จำนวน 15 คน และกลุ่มที่มีประสบการณ์ในการแข่งขันมากกว่า 5 ปีขึ้นไป จำนวน 17 คน ใช้แบบทดสอบความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ เอส ซี เอ ไอ ของมาร์เทินส์ และแบบทดสอบความวิตกกังวลเฉพาะบุคคล เอส ที เอ ไอ ของ สปีลเบอร์เกอร์ ปรากฏว่าระดับความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์ของ

นักกรีฑาตัวแทนทีมชาติอยู่ในระดับปานกลางและความวิตกกังวลเฉพาะบุคคลของนักกรีฑาตัวแทนทีมชาติอยู่ในระดับต่ำ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์และเฉพาะบุคคลของนักกรีฑาตัวแทนทีมชาติ ไม่มีความสัมพันธ์กันผลการเปรียบเทียบความวิตกกังวลเฉพาะสถานการณ์และความวิตกกังวลเฉพาะบุคคลของนักกรีฑาตัวแทนทีมชาติ ที่มีประสบการณ์ในการแข่งขันต่างกัน 1-5 ปี กับ มากกว่า 5 ปีขึ้นไป ไม่แตกต่างกัน

ธัชนาถ ทองประกอบ (2535) การเปรียบเทียบความวิตกกังวลของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในและนอกโครงการพัฒนากีฬาชาติ การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลตามสถานการณ์และตามลักษณะประจำตัวของบุคคลของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยในและนอกโครงการพัฒนากีฬาชาติ กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยประจำปีการศึกษา 2534 จำนวน 300 คน แบ่งเป็นประชากรที่เป็นนิสิตในโครงการพัฒนากีฬาชาติจำนวน 150 คน และกลุ่มตัวอย่างนิสิตนอกโครงการพัฒนากีฬาชาติจำนวน 150 คน โดยผู้วิจัยทำการสุ่มแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบวัดความวิตกกังวลของ สปีลเบอร์กเกอร์ (Spielberger) ที่มีชื่อว่า แบบวัด เอส ที เอ ไอ (The State – Trait Anxiety Inventory : (STAI) ฉบับภาษาไทย นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS-X หาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานแล้วจึงทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยด้วยค่าที (T-test) ผลการวิจัยพบว่า

1. นิสิตในและนอกโครงการพัฒนากีฬาแห่งชาติ มีความวิตกกังวลตามสถานการณ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
2. นิสิตในและนอกโครงการพัฒนากีฬาชาติ มีความวิตกกังวลตามลักษณะประจำตัวของบุคคลแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ทรงศักดิ์ สร้อยแสงทอง (2533) ได้ศึกษาความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาที่เข้าร่วมแข่งขันกีฬาวิทยาลัยพลศึกษาแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 16 เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาที่เข้าร่วมแข่งขันกีฬาวิทยาลัยพลศึกษาแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 16 กลุ่มตัวอย่างได้จากการสุ่มแบบง่าย จำนวน 341 คน โดยใช้แบบวัด ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬามาร์เทนส์ (Martens) เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS-X หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบค่าที วิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว และทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ด้วยวิธีของเชฟเฟ (Scheffe) ผลการวิจัยพบว่า

1. ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬา อยู่ในระดับปานกลาง
2. ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาเพศชายทุกประเภทไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาเพศหญิงประเภทบุคคลไม่ปะทะสูงกว่านักกีฬาประเภททีมไม่ปะทะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
4. ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาประเภทบุคคลไม่ปะทะ เพศหญิงสูงกว่าเพศชาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และประเภทบุคคลปะทะ ทีมไม่ปะทะและทีมปะทะระหว่างเพศชายและเพศหญิง ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาทุกประเภท เพศหญิงสูงกว่าเพศชาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาประเภทบุคคลไม่ปะทะสูงกว่านักกีฬาประเภททีมไม่ปะทะ และนักกีฬาประเภททีมปะทะ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
5. ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาทุกภูมิภาค ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นพพร เล้าเรื่องศิลป์ชัย (2533) ได้ศึกษาความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาพิการที่เข้าแข่งขันกีฬาคนพิการแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 12 ประจำปี พ.ศ. 2533 เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาพิการที่เข้าแข่งขันกีฬาคนพิการ แห่งประเทศไทย ครั้งที่ 12 ประจำปี 2533 กลุ่มตัวอย่างได้จากการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบเลือกโดยจงใจ จำนวน 359 คน ให้แบบวัดความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของมาร์เทนส์ เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS-X หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบค่าที วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว และทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ด้วยวิธีการของเชฟเฟ ผลการวิจัย พบว่า

1. ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาพิการอยู่ในระดับปานกลาง
2. ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาพิการทางด้านร่างกาย แตกต่างกับนักกีฬาทางด้านกรไต้ยีน และนักกีฬาพิการทางด้านสายตา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
3. ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬา ของนักกีฬาพิการทุกประเภท เพศชายน้อยกว่าเพศหญิง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.5
4. ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาพิการทางด้านกรไต้ยีน และนักกีฬาพิการทางด้านสายตา เพศชายน้อยกว่าเพศหญิง ยกเว้นความวิตกกังวลของนักกีฬาพิการทางด้านร่างกาย เพศชายมากกว่าเพศหญิง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5. ความวิตกกังวลในการแข่งขันของนักกีฬาพิการเพศชายกึ่งกีฬาพิการทางด้านร่างกาย กับนักกีฬาพิการทางการได้ยินและนักกีฬาพิการเพศหญิงทุกคู่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

6. ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาพิการ กลุ่มอายุ 5-9 ปี แตกต่างกับนักกีฬาพิการกลุ่มอายุ 15-19 ปี และ 20 ปีขึ้นไป อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

งานวิจัยต่างประเทศ

Killy (1991) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการกำหนดความกังวลในลักษณะเฉพาะของการแข่งขัน วัดได้จากการทดสอบความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬา เอส ซี เอ ที (SCAT) มีความสัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงของตัวแปรเช่น ประเภทของนักกีฬา ลักษณะกีฬาที่เล่น และประสบการณ์ของนักกีฬาของมหาวิทยาลัย 252 คน ซึ่งอยู่ในโรงเรียนมัธยม 3 แห่งในเมือง มอสโค เป็นเป้าหมายในการศึกษาครั้งนี้ จุดประสงค์ได้รับการดำเนินการโดย เอส ซี เอ ที (SCAT) กีฬากระโดดได้เกี่ยวข้องในการแข่งขันในเวลาสั้น ผู้มีส่วนร่วมในการศึกษาด้วยความสมัครใจการทำนายการวิเคราะห์ถ้าความเสื่อมถอยถูกนำไปกำหนด เพื่อเชื่อมโยงกับลักษณะพิเศษ ซึ่งได้กล่าวไว้ข้างต้น ของความวิตกกังวลในลักษณะเฉพาะของการแข่งขันและขอบเขตของสิ่งที่เปลี่ยนแปลง อิศระกับความวิตกกังวลในลักษณะเฉพาะของการแข่งขันถูกกำหนดขึ้นมา เพื่อคำนวณสิ่งที่เปลี่ยนแปลงอย่างมีขอบเขตจำกัด อาศัยข้อเท็จจริงที่เป็นตัวเลขมีผลต่อผู้ทำนาย ในความวิตกกังวลในลักษณะเฉพาะของการแข่งขัน อย่างไรก็ตามผลสรุปของความเสื่อมถอยชี้ถึงความสัมพันธ์ในเฉพาะของการแข่งขัน (Post hoc resting) ปรากฏออกมาว่าสิ่งที่มีผลต่อความแตกต่างในความวิตกกังวลในลักษณะเฉพาะของการแข่งขันยังคงอยู่ระหว่างนักกีฬาและบุคคล นักกีฬาทั้งสองระดับ (นักกีฬาที่เล่นทั้งสองประเภท) นักกีฬาประเภทบุคคลมีความวิตกกังวลเกี่ยวกับการแข่งขันสูงกว่า การศึกษานี้ควรมองถึงความระมัดระวัง แม้ว่าผลสรุปที่ได้มาขึ้นอยู่กับประเภทของกีฬาเพียง 2.8% ของลักษณะที่ไม่เหมือนกันในความวิตกกังวลในลักษณะเฉพาะของการแข่งขัน ถูกอธิบายว่าเป็นสิ่งที่ไม่เหมือนกัน การวิจัยจำเป็นต้องสำรวจ ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลในลักษณะเฉพาะของการแข่งขันและประเภทของกีฬา พร้อมทั้งองค์ประกอบอื่นๆ ที่มีผลต่อความวิตกกังวลนี้

Novazyk (1977) ได้ศึกษาถึงความวิตกกังวลเฉพาะบุคคล และเฉพาะสถานการณ์ของบุคคลในการเข้าร่วมการแข่งขันฮอกกี้น้ำแข็ง ซึ่งเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและเป็นนักกีฬาจำนวน 103 คน ให้ผู้เข้าร่วมทดสอบทุกคนทำแบบทดสอบ เอส ซี เอ ที (SCAT:

Sport Competition Anxiety Test) และ เอส เอ ไอ (SAI: State Anxiety Inventory) ทั้งทดสอบก่อน และทดสอบหลัง ในสถานการณ์ คือ การฝึกการแข่งขันและหลังการแข่งขัน ผลปรากฏว่าความวิตกกังวลทั้งสถานการณ์การฝึกการแข่งขันและหลังการแข่งขัน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติและในการทดสอบก่อน และทดสอบภายหลัง ทั้งสถานการณ์ คือ การฝึกการแข่งขันและหลังการแข่งขันต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเช่นเดียวกัน

Swift (1969) ได้สรุปผลของการวิจัยว่า หากมีความวิตกกังวลเล็กน้อยจะช่วยให้มีแรงจูงใจที่จะทำสิ่งนั้นเพิ่มขึ้น แต่ถ้าหากมีความวิตกกังวลมากเกินไป ก็จะขัดขวางความสามารถในด้านการเรียนรู้ เพราะความวิตกกังวลก่อให้เกิดความเหนื่อยล้า และขัดขวางต่อปฏิกิริยาของร่างกาย

The logo of Chiang Mai University is a circular emblem. In the center is a detailed illustration of an elephant standing and facing left. Above the elephant's head is a traditional Thai decorative element, possibly a crown or a ceremonial object. The elephant is surrounded by a circular border containing the university's name in Thai script at the top and 'CHIANG MAI UNIVERSITY 1964' in English at the bottom. There are also decorative floral motifs on either side of the elephant.

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Copyright© by Chiang Mai University
All rights reserved