

บทที่ 1

บทนำ



ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

การกีฬาเป็นกิจกรรมที่ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อการพัฒนาร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ซึ่งรัฐได้นำมาบรรจุไว้ในแผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติตลอดมา ทั้งนี้เพื่อใช้การกีฬาเป็นสื่อในการพัฒนาคุณภาพของประชากร และเพื่อให้การกีฬาเป็นไปอย่างมีแบบแผน รัฐจึงได้กำหนดแผนพัฒนาแห่งชาติฉบับที่ 1 ขึ้นโดยกำหนดช่วงแผนไว้ 10 ปี พ.ศ. 2531-2539 ในแผนดังกล่าว ประกอบด้วย 6 แผนหลัก อันได้แก่ แผนพัฒนากีฬาเพื่อสุขภาพ แผนพัฒนากีฬาเพื่อการแข่งขัน แผนพัฒนาโภชนาการกับการกีฬา แผนพัฒนาการบริหารและองค์กรในการพัฒนากีฬา และกีฬาเพื่อการอาชีพ (การกีฬาแห่งประเทศไทย, ม.ป.ป.) เป้าหมายของแผนพัฒนากีฬาที่ระบุไว้ คือ

เพื่อพัฒนากีฬาให้เป็นพื้นฐานในการพัฒนาเด็ก เยาวชนและประชาชน ให้มีสุขภาพและพลานามัยที่แข็งแรง มีระเบียบวินัย ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ มีจริยธรรม สำนึกดี ความเป็นผู้นำใจนักกีฬา รู้จักการเสียสละมุ่งผลประโยชน์ส่วนรวมมากกว่าส่วนบุคคล ตลอดจนมุ่งมั่นที่จะสร้างเสริมเกียรติภูมิของชาติในด้านกีฬาให้สูงเด่นยิ่งขึ้น

เมื่อพิจารณาสาระสำคัญของแผนพัฒนากีฬาฉบับที่ 1 จะพบว่ารัฐบาลได้เล็งเห็นความสำคัญของกีฬาเพื่อความเป็นเลิศมากขึ้น ดังจะเห็นได้จากแนวทางโดยสังเขป ที่กำหนดไว้ในส่วนของการกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ คือ

ส่งเสริมให้มีการจัดการแข่งขัน การเข้าร่วมการแข่งขันทั้งภายในและภายนอกประเทศ เป็นไปตามลำดับ นับตั้งแต่การแข่งขันกีฬาภายในของแต่ละท้องถิ่น กีฬาระหว่างหน่วยงาน กีฬาเขต และกีฬาระหว่างประเทศ โดยมุ่งเน้นให้มีการกำหนดฤดูกาลการแข่งขันกีฬาประเภทต่าง ๆ ในประเทศอย่างเป็นระบบ การคัดเลือกนักกีฬาเพื่อเข้าร่วมการแข่งขัน จะต้องมิวี่ และมาตรการในการเฟ้นหาตัวนักกีฬาที่มีการดำเนินงานอย่างต่อเนื่องจริงจัง

และให้มีการกำหนดมาตรการ และมีแนวทางในการจำแนกนักกีฬาในการแข่งขันแต่ละระดับของการแข่งขันไว้ให้ชัดเจน เน้นการพัฒนาการกีฬาเพื่อการแข่งขันให้สมบูรณ์ โดยปรับปรุงปริมาณและคุณภาพ การประสานผลประโยชน์ร่วมกันในการพัฒนาบุคลากร อุปกรณ์ สถานที่ วิชาการและเทคโนโลยีทางการกีฬา ส่งเสริมการดำเนินงานเพื่อพัฒนาสุขภาพ และสมรรถภาพของนักกีฬาโดยเฉพาะ ในด้านโภชนาการและวิทยาศาสตร์การกีฬาอย่างจริงจัง

เมื่อพิจารณาการจัดกิจกรรมกีฬาเพื่อการแข่งขันหรือกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ ที่รัฐและเอกชน จัดขึ้นในช่วงที่ผ่านมา จะเห็นความสอดคล้องกับความสนใจของหลาย ๆ ประเทศ เช่น อเมริกา อังกฤษ อิตาลี หรือแม้กระทั่งญี่ปุ่น ซึ่งนำการแข่งขันกีฬามาเป็นส่วนหนึ่งของธุรกิจบันเทิง (Business Entertainment) นักกีฬาได้เพิ่มบทบาทของตนเองในการสร้างสถานการณ์ทางสังคม (Social Simulation) ที่ให้ความตื่นเต้น เร้าใจ และให้คุณค่าแก่ผู้ชมและตัวนักกีฬาด้วยกัน (Broyles, and Hay, 1979) ความสำเร็จหรือชัยชนะจากการแข่งขัน มีผลต่อชื่อเสียง เกียรติยศ รายได้ โอกาส และการเลื่อนฐานะทางสังคมของนักกีฬาและผู้เกี่ยวข้อง เช่น กรณีนาฮาคุม เจ่งไล่ ที่ได้รับเหรียญทองแดง จากการแข่งขันกีฬาโอลิมปิกส์ การรับนักกีฬาเยาวชนเข้าศึกษาในสถาบันอุดมศึกษาเป็นกรณีพิเศษ หรือการเป็นที่นิยมชมชอบของผู้ที่มีต่อ ปิยะพงษ์ ผิวอ่อน เป็นต้น ส่วนนักกีฬาที่ไม่สมหวังหรือประสบความสำเร็จ ก็จะส่งผลในทางตรงกันข้าม ดังนั้นในการแข่งขันกีฬาเพื่อความเป็นเลิศหรือกีฬาเพื่ออาชีพ ทุกคนที่เกี่ยวข้องจึงมุ่งผลสำเร็จที่ชัยชนะในการแข่งขันเป็นส่วนใหญ่

การพัฒนากีฬาเพื่อการแข่งขันหรือกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ จำเป็นต้องอาศัยเทคนิควิธี สาระความรู้ การดำเนินงานที่หลากหลายมาหลอมรวมเพื่อพัฒนานักกีฬาให้มีศักยภาพและความสามารถสูงสุดในช่วงแข่งขัน เพื่อให้มีผลการแสดงออกที่ดีที่สุดและประสบความสำเร็จในการแข่งขันตามเป้าหมาย จิตวิทยาการกีฬาเป็นสาขาวิชาหนึ่งที่มีบทบาทสำคัญต่อความเป็นเลิศของนักกีฬา เช่นเดียวกับวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีทางการกีฬา การบริหารจัดการกีฬา และศาสตร์อื่นๆ โดยเฉพาะในยุคปัจจุบัน จิตวิทยาการกีฬาได้รับความสนใจอย่างกว้างขวางจากผู้ที่เกี่ยวข้องกับการกีฬา ทั้งในด้านการศึกษาวิจัย และการนำผลการวิจัยมาประยุกต์ เพื่อพัฒนาความเป็นเลิศของนักกีฬา อย่างไรก็ตาม การพัฒนาให้นักกีฬาประสบความสำเร็จในการแข่งขัน มีปัจจัย

หลายปัจจัยที่เกี่ยวข้องทั้งทางตรงและทางอ้อม สำคัญทางจิตวิทยาการกีฬาที่มีผู้สนใจศึกษาได้แก่ การสร้างขวัญและกำลังใจแก่นักกีฬา การเรียนรู้ทักษะและการควบคุมกลไก การควบคุมอารมณ์ การจัดการกับความเครียด ความวิตกกังวลในการแข่งขัน บุคลิกภาพของนักกีฬา เป็นต้น สำคัญในเรื่องดังกล่าวพบว่า มีส่วนสัมพันธ์กับความสามารถในการแสดงออกและความสำเร็จของนักกีฬา โดยสรุป ปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสามารถในการแสดงออกและความสำเร็จในการแข่งขันกีฬามีโดยสรุปดังนี้

1. อายุและการเปลี่ยนแปลงอันเนื่องมาจากอายุ (Age and Aging Process) เป็นปัจจัยที่สัมพันธ์กับความสำเร็จในการกีฬา (Singer, 1986) โดยที่อายุมีความสัมพันธ์กับการพัฒนาการของมนุษย์ ในช่วงที่ร่างกายอยู่ในช่วงเจริญเติบโต สมรรถภาพทางกายจะพัฒนาขึ้นตามจำนวนอายุที่เพิ่มขึ้น เช่น สมรรถภาพทางกายด้านความแข็งแรงของกล้ามเนื้อ (Grip Strength) จะพัฒนาจากช่วงวัยแรกเกิดจนถึงจุดสูงสุดในช่วงอายุ 20 ถึง 30 ปี แล้วจะเริ่มลดลงเมื่ออายุเพิ่มขึ้น เป็นต้น (การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2525) นอกจากนี้อายุยังมีความสัมพันธ์กับบุคลิกภาพ อันได้แก่ ความสามารถทางกลไก (Motor Ability) ความสามารถในการรับรู้ การควบคุมอารมณ์ เป็นต้น และในการแข่งขันกีฬาหลายรายการแข่งขันได้จัดแข่งขันด้วยการกำหนดกลุ่มการแข่งขันเป็นช่วงอายุ ทั้งนี้เพราะมีความเชื่อว่าอายุเป็นปัจจัยสะสมประสบการณ์ สมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางจิต และความสามารถทางทักษะกีฬาของนักกีฬา ดังนั้นเพื่อความเสมอภาค และให้โอกาสในชั้นชนที่ด้อยกว่า จึงกำหนดช่วงอายุเป็นเกณฑ์ของคุณสมบัติของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขัน

2. ระดับความสามารถทางทักษะกีฬา (Level of Skills) ถูกระบุว่าเป็นองค์ประกอบสำคัญ 1 ใน 3 องค์ประกอบที่สัมพันธ์กับความสำเร็จของนักกีฬา (Singer, 1975; ศิลปชัย สุวรรณธาดา, 2531) คือ ระดับความสามารถทางทักษะกีฬา (Level of Skills) สมรรถภาพทางกาย (Physical Fitness) และสมรรถภาพทางจิต (Mental Fitness) ในการจัดการแข่งขันกันหลายรายการ ได้กำหนดระดับความสามารถของนักกีฬาไว้ด้วย เช่น การกำหนดรุ่นทั่วไป ซึ่งทุกคนสามารถลงแข่งขันได้ รุ่นจำกัดมือ หรือรุ่นมือใหม่ ที่กำหนดห้ามนักกีฬาที่เคยร่วมแข่งขันกีฬาในระดับการแข่งขันที่สูงกว่าเข้าร่วมแข่งขัน เป็นต้น ระดับความสามารถของนักกีฬา มีผลต่อความสำเร็จในการแข่งขันค่อนข้างมาก เพราะความเป็น

นักกีฬาที่มีความสามารถสูงกว่า จะทำให้คู่แข่งเกิดความเกรงกลัว (นภพร ทศนัยนา และคณะ, 2532) และจากการศึกษาของการกีฬาแห่งประเทศไทย (การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2536) พบว่านักกีฬาระดับทีมชาติ จะได้รับชัยชนะมากกว่านักกีฬาทั่วไปที่เข้าร่วมแข่งขัน ซึ่งในอดีตการกีฬาแห่งประเทศไทยได้คำนึงถึงหลักการนี้ และกำหนดห้ามนักกีฬาทีมชาติเข้าร่วมแข่งขันกีฬาเขตหรือกีฬาแห่งชาติ แต่ได้ยกเลิกไปด้วยเหตุผลอื่นในเวลาต่อมา

3. ผู้ฝึกสอนและการฝึกสอน (Coach and Coaching) ผู้ฝึกสอนเป็นบุคคลที่ใกล้ชิดสนิทสนมกับนักกีฬา มีบทบาทอย่างมากในการปรับบุคลิกภาพ และเจตคติของนักกีฬา บุคลิกภาพ ความสามารถและวิธีการฝึกสอนของผู้ฝึกสอน เป็นปัจจัยสำคัญในการยอมรับ เชื่อถือศรัทธา และก่อให้เกิดการพัฒนาศักยภาพของนักกีฬาได้เป็นอย่างดี (Butts, 1976) ความมีศรัทธาในครู หรือผู้ฝึกสอนจะทำให้นักกีฬาสามารถเรียนรู้ทักษะที่เฉพาะเจาะจงได้ดีขึ้น (Scanlan, 1980) ทั้งนี้เพราะการเรียนรู้เป็นกระบวนการที่เกิดจากความสมัครใจ มิใช่เกิดจากการถูกบังคับ (Roper, 1979) นอกจากนี้ผู้ฝึกสอนยังมีอิทธิพลต่อการปลูกฝังคุณค่า และแนวความคิดของนักกีฬา เช่น การเห็นความสำคัญของการแข่งขัน การมีความมุ่งมั่นในการฝึก ซึ่งก่อให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง ในการแข่งขันของกีฬาบางชนิด ผู้ฝึกสอนยังช่วยวางแผนและแก้ปัญหาต่างๆ ในระหว่างแข่งขันให้ประสบชัยชนะได้ ส่วนในระหว่างการฝึกซ้อม ผู้ฝึกสอนมีบทบาทสำคัญในการสร้างเสริมทักษะกีฬา สมรรถภาพทางกาย และสมรรถภาพทางจิต โดยกระบวนการฝึกที่มีระบบทั้งการวางแผน ควบคุมการดำเนินงานตามแผนและการประเมินผล ดังนั้นผู้ฝึกสอนจึงเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อความสำเร็จในการแข่งขันกีฬา

4. ความพร้อมในการฝึกซ้อม (Readiness of Training) อันประกอบด้วย ความเพียงพอของระยะเวลาการฝึกก่อนแข่งขัน การทุ่มเทความพยายามในการฝึกของนักกีฬา และผู้เกี่ยวข้อง ความเพียงพอของจำนวนอุปกรณ์และสนามในการฝึกซ้อม คุณภาพของอุปกรณ์ และสนามฝึกซ้อม การจัดสวัสดิการช่วงฝึกซ้อม การจัดสภาพแวดล้อมการฝึกให้คล้ายกับสภาพแข่งขัน สิ่งเหล่านี้มีผลต่อการเรียนรู้ทักษะ การเสริมสร้างสมรรถภาพทางกาย และสมรรถภาพทางจิตของนักกีฬา จากการศึกษาของ Gould และ Weiss (Gould, and Weiss, 1981) พบว่าความพร้อมในการเตรียมตัวเพื่อการแข่งขัน หรือการฝึกซ้อม เป็นปัจจัยส่งเสริมความสามารถในการแสดงออกของนักกีฬา และเป็นปัจจัยสาเหตุที่สัมพันธ์กับความวิตกกังวลทางจิต (Jones,



Swain, and Cale, 1990) นอกจากนี้ การบริหารจัดการให้ทีมนักกีฬาหรือโครงการกีฬา ประสบผลสำเร็จ โบรเฮิลและเฮย์ (Broyles, and Hay, 1979) ได้กล่าวว่าการเตรียมทีมนักกีฬาเพื่อการแข่งขันมีหลายรายการที่ต้องเอาใจใส่ คือ การกำหนดแผนการฝึก การจัดสภาพแวดล้อมและสิ่งอำนวยความสะดวกให้ปลอดภัย การจัดหาอุปกรณ์ที่มีคุณภาพและทันสมัยในการฝึก การเสนอเทคนิควิธีการหลาย ๆ อย่างในการฝึก การจัดสิ่งอำนวยความสะดวกแก่นักกีฬา และการสรรหาผู้ฝึกสอนที่มีคุณภาพมาเป็นผู้รับผิดชอบในการฝึกนักกีฬา ซึ่งมีผลต่อความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬา ความวิตกกังวลในการแข่งขัน และส่งผลที่ดีต่อความสามารถในการแสดงออกของนักกีฬา (Singer, 1990; Jones, Swain, and Cale, 1990)

5. บุคลิกภาพของนักกีฬา (Personality) นักกีฬาที่ประสบความสำเร็จจะมีคุณลักษณะประจำตัวที่แตกต่างจากบุคคลทั่วไป โดยเฉพาะทางด้านจิตใจและอารมณ์ ซิงเกอร์ (Singer, 1986) ได้สรุปลักษณะสำคัญที่ส่งเสริมให้นักกีฬาบรรลุความสำเร็จไว้ 10 ประการ คือ มีความมุ่งมั่น (Commitment) ยึดมั่นในตนเอง (Self-Oriented) มีศักดิ์ศรีและความภูมิใจ (Prestige and Pride) รู้จักควบคุมตนเอง (Self Control) ยึดมั่นในการพัฒนาความสามารถของตนเอง (Mastery Orientation) มีความเชื่อมั่น (Confidence) มีเจตคติเชิงบวก (Positive Thinking) มีความสามารถในการควบคุมอารมณ์ (Coping Ability) ทำงานแบบมีเป้าหมาย (Goal) และรู้จักการผสมผสานกลมกลืนสิ่งต่าง ๆ ให้เกิดประโยชน์สูงสุด (Harmony) นอกจากนี้ นักกีฬาที่ประสบความสำเร็จจะต้องเป็นบุคคลที่มีความเปิดเผย (Extroversion) มีวินัยในตนเอง (Self Discipline) มีความเป็นผู้นำ (Leadership) มีความทะเยอทะยาน (Ambition) กล้าเผชิญหน้า (Assertive) ยอมรับการฝึกสอน (Coachability)

6. สมรรถภาพทางกาย (Physical Fitness) เป็นปัจจัยสำคัญที่แสดงถึงความสามารถในการทำงานของร่างกายเพื่อให้ได้งานที่ทำอย่างมีประสิทธิภาพ โดยที่มีความเหนื่อยหรือเมื่อยล้าช้า แต่คืนสู่สภาพเดิมเร็ว สมรรถภาพทางกายได้รับผลจากการฝึกอย่างถูกต้อง การและวิธีการ อย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง จากการศึกษาสมรรถภาพทางกายของนักกีฬาทิမ်ชาติและบุคคลทั่วไปของศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา (ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา 2525, 2527) พบว่า นักกีฬาทิ่มชาติมีสมรรถภาพทางกายที่ดีกว่านักกีฬาอื่นๆ และบุคคลทั่วไป

7. สมรรถภาพทางจิต (Mental Fitness) เป็นองค์ประกอบสำคัญที่ส่งผลต่อความสำเร็จในการแข่งขันกีฬา (Singer, 1975; ศิลปชัย สุวรรณชาติ, 2531) เมื่อพิจารณาองค์ประกอบของสมรรถภาพทางจิต จะพบว่ามียังองค์ประกอบหลายประการที่เกี่ยวข้องกับการแข่งขันกีฬา คือ ความสามารถในการควบคุมอารมณ์ (Emotional Control Ability) ความมั่นคงของอารมณ์ (Emotional Stability) การมีจิตใจที่เข้มแข็ง (Tough Mindedness) ความสามารถในการควบคุมสมาธิและความตั้งใจ (Concentration and Attention Focusing) เป็นต้น สิ่งเหล่านี้มีผลอย่างมากต่อสภาพร่างกาย โดยเฉพาะการเปลี่ยนแปลงอันเกิดจากการหลั่งฮอร์โมน ทำให้เกิดการยับยั้งและส่งเสริมความสามารถในการแสดงออกของนักกีฬา

8. สภาพอารมณ์ขณะแข่งขัน (Emotion) สภาพอารมณ์ในขณะแข่งขันมีความสำคัญยิ่งต่อผลการแสดงออก ในการปฏิบัติงานบางลักษณะงาน ความสามารถในการแสดงออกจะสัมพันธ์กับความตื่นตัว (Arousal) ในลักษณะโค้งกลับ (Inverted U-Shape) แต่บางลักษณะงาน ความสามารถในการแสดงออก สัมพันธ์กับความตื่นตัวในลักษณะเส้นตรงตามทฤษฎีแรงขับ (Drive Theory) ซึ่งออกเซนด์ไลน์ (Oxendine, 1984) จำแนกระดับความตื่นตัวที่สัมพันธ์กับความสามารถในการแสดงออกตามลักษณะงานของกีฬาต่าง ๆ ไว้ 5 ระดับ โดยสรุปก็คือ กีฬาใดที่ต้องอาศัยการทำงานที่ย่างช้าช้า ความตื่นตัวที่มีระดับต่ำจะให้ผลในการแสดงออกได้ดีกว่าในทางตรงกันข้าม ถ้ากีฬาใดต้องอาศัยการทำงานที่ง่ายและใช้กล้ามเนื้อขนาดใหญ่ ความตื่นตัวที่มีระดับสูงจะให้ผลการแสดงออกได้ดีกว่า สภาพอารมณ์หลายลักษณะให้ผลต่อผลการแสดงออกโดยเฉพาะ ความวิตกกังวล (Gerson, and Dashais, 1978; Martens, 1982) เพราะความวิตกกังวล เป็นตัวกระตุ้นให้ร่างกายหลั่งฮอร์โมนที่ส่งผลต่อการทำงานของระบบต่าง ๆ ของร่างกายให้เปลี่ยนไปจากปกติ เช่น ฮอร์โมนจากต่อมหมวกไต ทำให้เกิดอาการผิดปกติทางกาย (Somatic Sytoms) และอาการผิดปกติทางจิตใจ (Cognitive Sytoms) ซึ่งขัดขวางการทำงานให้ได้ผลการแสดงออก (Taylor, and Arnow, 1988) นอกจากนี้ความกลัวยังเป็นสภาพอารมณ์หนึ่งที่ส่งผลต่อความวิตกกังวล (Kroll, cited by Bird, and Cripe, 1986) เช่นเดียวกัน ความรู้สึกของความไม่แน่ใจ (Feeling of Uncertainty) ก็มีผลต่อความสามารถในการแสดงออกเช่นกัน นอกจากนี้จากการศึกษา

รูปแบบสภาวะอารมณ์ (Profile of Mood State) จะพบว่า ระดับอารมณ์ในลักษณะต่าง ๆ ของนักกีฬา จะเป็นรูปภูเขาน้ำแข็ง (Iceberg Profile) ซึ่งแตกต่างจากบุคคลทั่วไป (Singer, 1986)

9. รางวัลและแรงจูงใจ (Rewards and Motivation) เป็นสิ่งสำคัญต่อกระบวนการการฝึกซ้อมและการแข่งขันกีฬา (Singer, 1990; วรศักดิ์ เพ็ชรชอบ, 2532; Weinberg, 1984) เพราะเป็นสิ่งที่สร้างแรงจูงใจแก่นักกีฬา ในการฝึกซ้อมและความพยายามขณะแข่งขัน อย่างไรก็ตาม ผลของรางวัลที่มีต่อแรงจูงใจของแต่ละบุคคลขึ้นอยู่กับคุณค่าและการตัดสินใจของนักกีฬาที่มีต่อรางวัลเหล่านั้น ดังนั้นในการแข่งขันกีฬา จึงมักจะกำหนดรางวัล ที่แตกต่างกันเป็นสิ่งล่อ ในการศึกษาเกี่ยวกับแรงจูงใจที่มีผลต่อความก้าวหน้าในการฝึกและความสำเร็จในการแข่งขันกีฬา พบว่าแรงจูงใจภายใน (Intrinsic Motivation) จะให้ผลที่สมบูรณ์กว่า เวินเบิร์ก (Weinberg, 1984) ได้เสนอแนะยุทธวิธีสร้างแรงจูงใจแก่นักกีฬาไว้ 6 ยุทธวิธี คือ ความยุติธรรมในโอกาสความสำเร็จ การมอบหมายความรับผิดชอบในการตัดสินใจ การให้เกียรติซึ่งกันและกัน การตั้งเป้าหมายที่เป็นจริง ความหลากหลายในกลวิธีการฝึก ความท้าทายของงาน นอกจากนั้นความสำคัญของรายการแข่งขัน (Importance of the Match) ความคาดหวังในโอกาสของความสำเร็จ (Expectancy) และระดับความมุ่งหวัง (Level of Aspiration) ก็เป็นปัจจัยหนึ่งในการสร้างแรงจูงใจให้นักกีฬามีความพยายามและส่งเสริมกำลังใจในการปฏิบัติงานให้ประสบความสำเร็จในการแข่งขัน

10. บรรยากาศการจัดการแข่งขัน (Environments) สภาพแวดล้อมในการแข่งขัน เช่น การจัดสายหรือคู่แข่ง การกรรมการและผู้ตัดสิน สภาพสนามและอุปกรณ์แข่งขัน สภาพการดูของผู้ดู สภาพอารมณ์ เป็นต้น สิ่งเหล่านี้มีผลต่อสภาพอารมณ์ของนักกีฬา และการปรับตัวของนักกีฬา นักกีฬาที่สามารถปรับตัวให้เข้ากับบรรยากาศ สภาพแวดล้อมต่าง ๆ ได้ดี ซ่อมสามารถควบคุมอารมณ์ของตนเองได้และเกิดผลดีต่อการแสดงออก (Jones, and Hardy, 1987; Gould, and Weiss, 1981) และกรณีที่นักกีฬามีความพึงพอใจต่ออุปกรณ์และสนามแข่งขัน ทำให้นักกีฬามีความเชื่อมั่นในตนเอง ไม่ต้องปรับตัวเองให้เคยชินกับอุปกรณ์และสนามที่ตนเองไม่พึงพอใจ จะทำให้การแสดงออกราบรื่นขึ้น

11. ความวิตกกังวล (Anxiety) เป็นปัจจัยที่พบว่ามีการศึกษาค้นคว้าค่อนข้างมากในช่วงที่ผ่านมา และส่วนใหญ่เห็นว่าความวิตกกังวลเป็นสื่อความเครียด ที่ส่งผลต่อการแสดงออกทางลบในการแข่งขันกีฬา (Weinberg, and Genushi, 1980; Pemberton, and Cox, 1981; Gould, and Weiss, 1981; Gould et al. 1988) อย่างไรก็ตาม ในระยะหลังความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาได้ถูกศึกษาแยกเป็น 3 องค์ประกอบ คือ ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive Anxiety) ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic Anxiety) และความเชื่อมั่นในตนเอง (Self-Confidence) โดยมาร์เต็น และคณะ (Martens et al. 1990) ได้ร่วมกันพัฒนาแบบวัด ซีเอสไอไอ-2 (CSAI-2) ขึ้นเพื่อเป็นแบบวัดความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬา และมีผู้นำมาใช้เป็นเครื่องมือวิจัยพบว่า ความวิตกกังวลทางจิตและความวิตกกังวลทางกายมีความสัมพันธ์เชิงลบต่อการแสดงออกแต่ความเชื่อมั่นในตนเองมีความสัมพันธ์กับการแสดงออกเชิงบวก (Burton, 1988)

12. เป้าหมายของความสำเ็จ (Goal) เป็นปัจจัยเสริมสร้างแรงจูงใจภายในแก่นักกีฬาในการทุ่มเทความพยายามในการฝึกซ้อมให้บรรลุผล มีผลเชิงบวกต่อความสำเร็จในการแข่งขัน ถ้าเป้าหมายนั้นเป็นเป้าหมายที่ดี (Singer, 1986; Suin, 1980) คือ มีความเป็นจริง (Realistic) มีความเฉพาะเจาะจง (Specific) มีทิศทาง (Direction) สูงแต่สามารถบรรลุได้ (High But Attainable) และสามารถแยกเพื่อการปฏิบัติได้เป็นส่วนย่อย (Manageable Segments) วัดและประเมินผลได้ (Measurable) อย่างไรก็ตามความสำเร็จตามเป้าหมาย จำเป็นต้องอาศัยปัจจัยอื่น ๆ มาเกื้อกูล โดยเฉพาะความมุ่งมั่นในการดำเนินงานให้บรรลุตามเป้าหมายของนักกีฬา ผู้ฝึกสอน และผู้เกี่ยวข้อง

13. ความคาดหวัง (Expectation) ความคาดหวังในความสำเร็จ เป็นปัจจัยหนึ่งที่มอิทธิพลต่อสภาพจิตใจของนักกีฬา ซึ่งโอเกอร์สปี, เบ็ล และกริฟฟิน (Oglesby, Bell and Griffin, 1981) ได้กล่าวไว้ว่า ความคาดหวังในโอกาสประสบความสำเร็จ เป็นแรงจูงใจที่มีผลต่อความพยายามในการฝึกซ้อม และความวิตกกังวล นักกีฬาที่มีความคาดหวังต่ำ จะมีความวิตกกังวลสูง (Passer, 1984) ซึ่งมีอิทธิพลต่อการแสดงออกในขณะแข่งขัน โดยทั่วไปแล้ว การที่นักกีฬาจะประเมินระดับความคาดหวังของตนเองในระดับใด ขึ้นอยู่กับการหลอมรวมข้อมูลหลายประการ อันได้แก่ ความสามารถของตนเอง สมรรถภาพทางร่างกายและจิตใจ

ความพร้อมในการฝึกซ้อม ความสามารถของคู่ต่อสู้ ผลการแข่งขันในอดีตที่ผ่านมา คุณค่าของการเสริมแรง การคาดคะเนเชิงนามธรรม องค์ประกอบด้านสถานการณ์ และความคาดหวังในอดีตที่ผ่านมา สิ่งเหล่านี้เป็นข้อมูลสำคัญที่นักกีฬาหลอมรวมเพื่อประเมินความคาดหวัง ในโอกาสความสำเร็จของตนเอง ซึ่งถ้าได้ผลทางบวก นักกีฬาก็จะมีความเชื่อมั่นในตนเอง ลดความวิตกกังวลและจะทำให้การแสดงออกดีขึ้น

14. ความสำคัญของการแข่งขัน (Importance of the Match) เป็นสื่อกระตุ้นให้เกิดความตื่นตัว และเป็นปัจจัยสาเหตุของความวิตกกังวล (Devies and Armstrong, 1989) โดยทั่วไปแล้วการประเมินความสำคัญของการแข่งขัน นักกีฬาก็จะประเมินจากคุณค่าของผลที่จะได้รับจากการแข่งขัน เช่น ทองรางวัล การได้เลื่อนเข้าไปแข่งขันในรอบต่อไป การได้รับประสบการณ์หรือการเรียนรู้ เป็นต้น ดังนั้น ความสำคัญจึงเป็นปัจจัยในการตัดสินใจในการทุ่มเทความพยายามในการฝึกซ้อมเตรียมตัวเพื่อการแข่งขัน และระดับความสนใจและตั้งใจในการปฏิบัติงานต่าง ๆ ขณะแข่งขัน

15. ความกลัว (Fear) เป็นสภาพอารมณ์ที่คะเนว่าสภาพการณ์ วัตถุหรือสิ่งที่ตนประสบจะทำอันตรายต่อตนเอง หรือทำให้ผู้อื่นไม่พึงพอใจ ในการแข่งขันกีฬา ความกลัวเป็นสาเหตุของความวิตกกังวลที่ส่งผลต่อการแสดงออกในการเล่นหรือแข่งขันกีฬา ความกลัวของนักกีฬาส่วนใหญ่จะเกี่ยวข้องกับ กลัวความล้มเหลว (Fear of Failure) กลัวอันตราย (Fear of Danger) กลัวทำให้คนอื่นรู้สึกต่ำต้อย (Fear of Getting Down others) กลัวศักดิ์ศรีคู่ต่อสู้ กลัวว่าตนเองจะควบคุมตนเองไม่ได้ กลัวการแสดงออกที่ผิดพลาด กลัวการประเมินจากผู้อื่น สิ่งเหล่านี้จะมีผลต่อนักกีฬาให้มีความรู้สึกกังวล ทำให้ไม่อาจควบคุมตนเองได้ จิตใจฟุ้งซ่าน แอนไม่หลับ ความคิดวอกวน ซึ่งจะมีผลต่อสภาพร่างกายและจิตใจ และส่งผลต่อการแสดงออกในการแข่งขันกีฬา

16. ความยากของเป้าหมาย หรือความสำเร็จ เป็นการประเมินการใช้ความพยายามภายใต้ความจำกัดด้านความสามารถของตนเอง เพื่อให้บรรลุความสำเร็จ นักกีฬาก็จะพิจารณาจากความสมบูรณ์ในการฝึกซ้อม ระดับความสามารถของตนเอง ระดับความสามารถของคู่แข่ง ความสมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจ ผลการแข่งขันและการทดสอบที่ผ่านมา เพื่อประเมินความยากของเป้าหมาย หรือชัยชนะในการแข่งขัน ระดับความยากของเป้าหมายเป็น

แรงจูงใจในการทุ่มเทความพยายามในการแสดงออก กล่าวคือ ถ้าหากเป้าหมายของความ สำเร็จอยู่ในระดับง่ายหรือยากเกินไป ก็จะทำให้ นักกีฬาไม่มีความกระตือรือร้น ขาดความสนใจ ในการปฏิบัติงาน แต่ถ้ามีความยากในระดับที่เหมาะสม ก็จะเกิดการท้าทายให้มีความพยายาม เพื่อฟันฝ่าอุปสรรคต่าง ๆ ให้บรรลุความสำเร็จ (Magill, 1989)

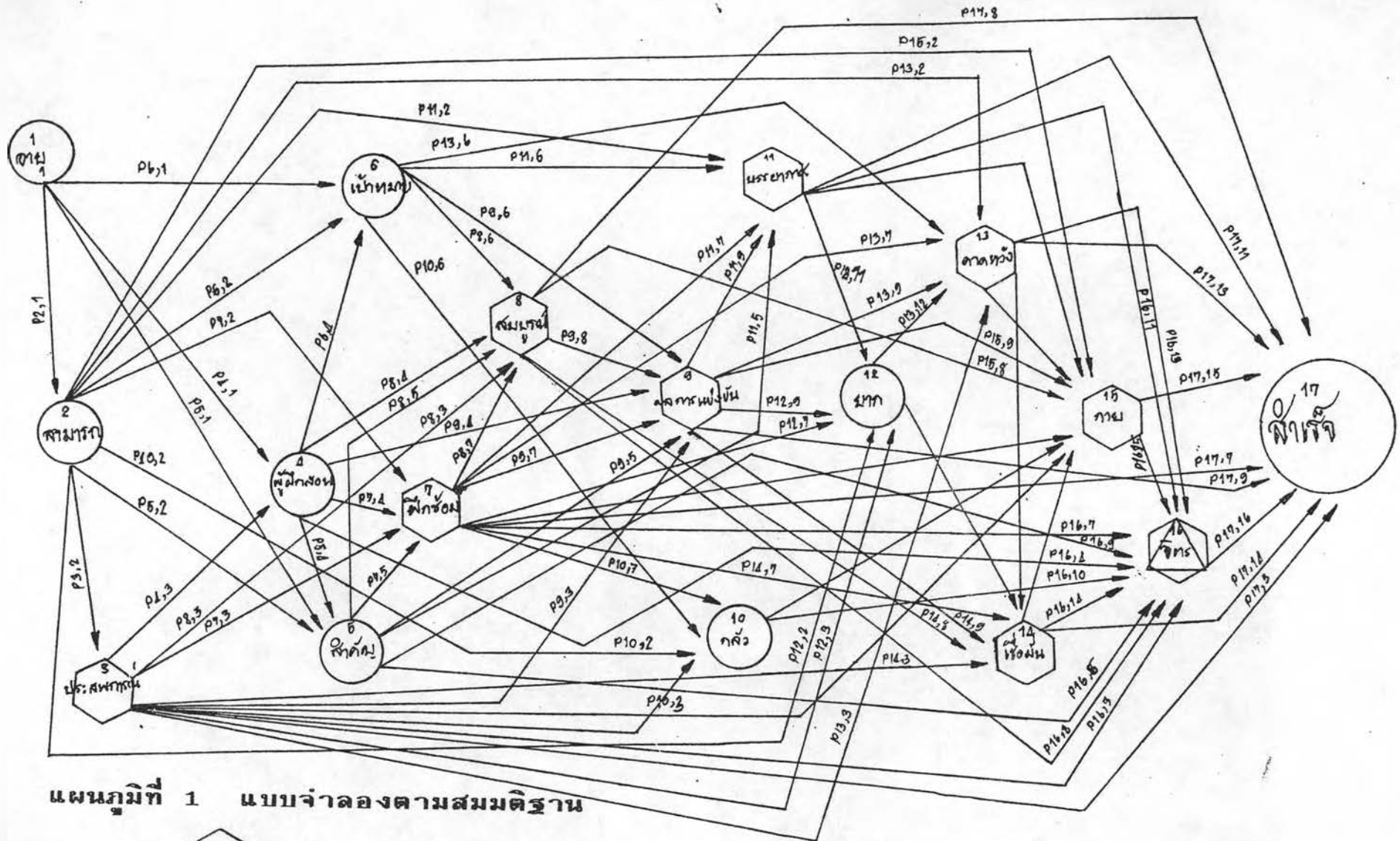
ปัจจัยต่าง ๆ ดังกล่าวแล้ว เป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความสำเร็จในการแข่งขันกีฬา ซึ่งสามารถวิเคราะห์เพื่อพิจารณาอำนวยความสะดวก (Facilitate) ให้เกิดผลดีต่อความ สำเร็จในการแข่งขันกีฬาได้ อย่างไรก็ตามปัจจัยดังกล่าว ไม่ปรากฏว่ามี การวิเคราะห์ผลที่มี ต่อความสำเร็จในการแข่งขันกีฬาในลักษณะเชิงเหตุและผล ดังนั้นเพื่อประโยชน์ต่อการพัฒนา กีฬา เพื่อความเป็นเลิศและเพื่อเป็นพื้นฐานในการศึกษาต่อไป ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาวิเคราะห์ปัจจัย ที่มีผลต่อความสำเร็จในการแข่งขันกีฬา โดยอาศัยกรอบแนวคิด วัตถุประสงค์ของการวิจัย ดังต่อไปนี้

วัตถุประสงค์ของการวิจัย




เพื่อวิเคราะห์ปัจจัยคิดสรรที่มีผลต่อความสำเร็จในการแข่งขันกีฬา ปัจจัยคิดสรรที่นำ มาศึกษาครั้งนี้ ประกอบด้วย อายุ ระดับความสามารถ ประสบการณ์การแข่งขัน ศรัทธาที่มีต่อ ผู้ฝึกสอน ความสำคัญของการแข่งขัน เป้าหมายของการแข่งขัน ความพร้อมในการฝึกซ้อม ความสมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจ ผลการแข่งขันและการทดสอบที่ผ่านมา บรรยากาศในการ จัดการแข่งขัน ความกลัว ความยากของความสำเร็จ ความคาดหวังในความสำเร็จ ความ เชื่อมั่นในตนเอง ความวิตกกังวลทางกาย และความวิตกกังวลทางจิต

กรอบแนวคิด

การลำดับปัจจัยสาเหตุและเส้นทางความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ สร้างขึ้นโดยอาศัยการ วิเคราะห์และสังเคราะห์ เอกสาร ผลการวิจัย ความเห็นของผู้เชี่ยวชาญ และสร้างแบบ จำลองตามกรอบแนวคิดไว้ดังนี้



แผนภูมิที่ 1 แบบจำลองตามสมมติฐาน

หมายเหตุ  ส่งผลทางตรงและทางอ้อม
 ส่งผลทางตรง  ส่งผลทางอ้อม

หมายเหตุ

เพื่อให้เข้าใจสัญลักษณ์ต่าง ๆ ในแบบจำลอง ผู้วิจัยจึงกำหนดสัญลักษณ์ไว้ดังนี้

- > - แทนเส้นทางแสดงความสัมพันธ์เชิงเหตุผลระหว่างตัวแปรโดยต้น
ลูกศรเป็นตัวแปรเหตุ และหัวลูกศรเป็นตัวแปรผล
- ตัวเลข - แทนตัวแปรแต่ละตัว
- P - แทนสัมประสิทธิ์เส้นทาง (Path Coefficient) ที่คำนวณได้
เช่น P21 หมายถึง สัมประสิทธิ์ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ
ระหว่างตัวแปรที่ 2 และตัวแปรที่ 1 โดยมีทิศทางความสัมพันธ์
จากตัวแปรที่ 1 ไปยังตัวแปรที่ 2

รายละเอียดและเหตุผลอธิบายความสัมพันธ์ของแบบจำลองตามกรอบแนวคิด

ปัจจัยคัดสรรต่าง ๆ มีลำดับและเส้นทางความสัมพันธ์ที่เป็นสาเหตุและผลต่อกันดังนี้

1. ระดับความสามารถ ได้รับอิทธิพลจาก อายุ เนื่องจากอายุ เป็นตัวกำหนด
ประสบการณ์และวุฒิภาวะ โอกาสได้พบกับกระบวนการฝึกจากครู ผู้ฝึกสอนมากขึ้น มีสมรรถภาพ
ทางกายและสมรรถภาพทางจิตเพิ่มขึ้น ความต้องการพัฒนาตนเองมากขึ้น ดังนั้นนักกีฬาที่มีอายุ
เพิ่มขึ้น จึงมีโอกาสดำเนินการเข้าร่วมการแข่งขันในระดับที่สูงขึ้น มีระดับความสามารถสูงขึ้น จะเห็น
ได้จากการกำหนดระดับอายุในการแข่งขัน ทั้งนี้เพื่อความเสมอภาคในโอกาสที่จะประสบความสำเร็จ
สำเร็จในการแข่งขันของนักกีฬา

2. ประสบการณ์การแข่งขัน เป็นประสบการณ์สะสมที่จากการที่ได้รับชัยชนะ
จากการแข่งขันในอดีต ได้รับอิทธิพลจากการมีส่วนร่วมในการแข่งขันระดับต่าง ๆ เพราะการ
ได้รับชัยชนะในการแข่งขันแต่ละระดับการแข่งขัน แสดงถึงความสามารถของนักกีฬาที่มีเหนือ
นักกีฬาคนอื่น ๆ และนักกีฬาที่ได้รับชัยชนะในระดับหนึ่ง มักจะได้รับคัดเลือกให้เข้าร่วมแข่งขัน
ในระดับที่สูงกว่าเดิม ทำให้มีโอกาสสะสมประสบการณ์การแข่งขัน มีศักดิ์ศรีเป็นที่เกรงขามของ
นักกีฬาคนอื่น ๆ

3. ศรัทธาที่มีต่อผู้ฝึกสอน ได้รับอิทธิพลจาก อายุ และประสบการณ์การแข่งขัน ทั้งนี้เพราะ อายุและประสบการณ์การแข่งขัน เป็นปัจจัยสำคัญของการสะสมการเรียนรู้ สะสมกระบวนการฝึกซ้อมที่ได้ผลดีและล้มเหลว มีอิทธิพลในการพิจารณาตัดสินคุณค่า ความดีงาม นักกีฬาที่มีอายุและประสบการณ์ จะเรียนรู้เทคนิควิธีการฝึกและปฏิสัมพันธ์ของครูและผู้ฝึกสอนที่หลากหลาย ดังนั้นการยอมรับ ความเชื่อต่อศรัทธาของนักกีฬา ที่มีต่อผู้ฝึกสอนจะมีมากขึ้นเพียงใด ขึ้นอยู่กับการประเมินความสามารถ เทคนิควิธีการฝึก มีบุคลิกภาพ ความสัมพันธ์อันดีระหว่างนักกีฬาและผู้ฝึกสอนโดยเปรียบเทียบกับผู้ฝึกสอนในอดีต หรือเกณฑ์ที่ตนเองยึดถือ อายุ และประสบการณ์การแข่งขัน จึงเป็นปัจจัยสำคัญในการยอมรับและศรัทธาผู้ฝึกสอน

4. ความสำคัญของการแข่งขัน ได้รับอิทธิพลจาก อายุ ระดับความสามารถและศรัทธาที่มีต่อผู้ฝึกสอน เพราะอายุและระดับความสามารถของนักกีฬามีผลต่อการตัดสินใจ การกำหนดคุณค่าของสิ่งต่าง ๆ และประสบการณ์การแข่งขันในอดีต มีผลต่อนักกีฬาในด้านคุณค่าของรางวัลและแรงจูงใจอื่น ๆ การได้รับการอบรม และปลูกฝังเจตคติจากผู้ฝึกสอน ดังนั้น อายุ ระดับความสามารถ และศรัทธาที่มีต่อผู้ฝึกสอน จึงเป็นสาเหตุสำคัญในการกำหนดความสำคัญของการแข่งขัน

5. เป้าหมายของการแข่งขัน ได้รับอิทธิพลจาก อายุ ระดับความสามารถ และศรัทธาที่มีต่อผู้ฝึกสอน เนื่องจากอายุและระดับความสามารถ เป็นพื้นฐานในการประเมินความสามารถของตนเอง การคาดคะเนความเป็นไปได้ในการบรรลุเป้าหมาย คุณค่าของรางวัลที่ได้จากการบรรลุเป้าหมาย ขึ้นอยู่กับอายุและประสบการณ์ที่ผ่านมา ผู้ฝึกสอนเป็นบุคคลที่ใกล้ชิดกับนักกีฬา ได้ร่วมกับนักกีฬาในการวิเคราะห์ วางแผนการฝึกให้บรรลุเป้าหมาย ความสัมพันธ์ระหว่างผู้ฝึกสอนและนักกีฬา เป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้นักกีฬาพัฒนาศักยภาพของตนเองจนเต็มความสามารถ ผู้ฝึกสอนมีโอกาสมากต่อการปลูกฝังให้เห็นคุณค่าของความสำเร็จตามเป้าหมายระดับต่าง ๆ ดังนั้น อายุ ระดับความสามารถ และศรัทธาที่มีต่อผู้ฝึกสอนจึงมีบทบาทสำคัญต่อการกำหนดเป้าหมายของการแข่งขัน

6. ความพร้อมในการฝึกซ้อม ได้รับอิทธิพลจากระดับความสามารถ ประสบการณ์การแข่งขัน ศรัทธาที่มีต่อผู้ฝึกสอน ความสำคัญของการแข่งขัน ทั้งนี้เพราะการฝึกซ้อมของนักกีฬาจะแตกต่างกัน ในการวางแผนการฝึก ความเข้มของการฝึก และระยะเวลาการฝึก ความต้องการด้านอุปกรณ์ และสิ่งอำนวยความสะดวก และสวัสดิการต่าง ๆ ในช่วงฝึกซ้อม

การยอมรับสภาพความพร้อมในการฝึกซ้อม ระดับความสามารถของนักกีฬา ประสบการณ์การแข่งขัน ความสำคัญของการแข่งขัน เพราะนักกีฬาที่มีระดับความสามารถ เคยมีประสบการณ์ในความสำเร็วจนมาแล้วย่อมประเมินได้ว่าตนเองต้องใช้เวลา เทคนิควิธีการฝึกซ้อม อุปกรณ์ ความเข้มในการฝึกซ้อมมากนักยอเพียงใด เพื่อให้ตนเองมีศักยภาพสูงสุดในช่วงแข่งขัน ความสามารถของผู้ฝึกสอน เป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ใช้ในการตัดสินใจยอมรับความพร้อมของการฝึกซ้อม เนื่องจากความสามารถของผู้ฝึกสอน เทคนิควิธีการฝึก การวางแผนในการฝึกของผู้ฝึกสอน ที่มีคุณภาพ ตลอดจนความสัมพันธ์อันดีระหว่างนักกีฬาและผู้ฝึกสอน ช่วยให้นักกีฬาพัฒนาศักยภาพของตนเอง ทำให้นักกีฬามีความเชื่อมั่นในตนเองและยอมรับการฝึกซ้อม (Scanlon, 1980) นอกจากนี้ ความพร้อมการฝึกซ้อม นักกีฬาจะประเมินจากความสำคัญของการแข่งขัน โดยเฉพาะผลที่จะได้รับจากการแข่งขัน อันเป็นแรงจูงใจที่สำคัญในการฝึกซ้อม ดังนั้น อายุ ระดับความสามารถ และศรัทธาที่มีต่อผู้ฝึกสอน จึงเป็นปัจจัยสาเหตุที่ส่งผลต่อความพร้อมในการฝึกซ้อม

7. ความสมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจ ได้รับอิทธิพลจาก ประสบการณ์การแข่งขัน ศรัทธาที่มีต่อผู้ฝึกสอน ความสำคัญของการแข่งขัน เป้าหมายของการแข่งขัน และความพร้อมในการฝึกซ้อม ทั้งนี้เพราะศรัทธาที่มีต่อผู้ฝึกสอน ประสบการณ์การแข่งขัน และความพร้อมในการฝึกซ้อม เป็นปัจจัยที่สัมพันธ์กับการพัฒนาศักยภาพของนักกีฬา ให้ถึงจุดสูงสุดในช่วงการแข่งขัน การวางแผนการฝึกอย่างมีประสิทธิภาพ ทั้งด้านสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางจิต ย่อมสร้างความเชื่อมั่นแก่นักกีฬา ทำให้มีร่างกายและจิตใจที่สมบูรณ์พร้อมที่จะทำการแข่งขัน ความสำคัญของการแข่งขัน เป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ช่วยในการตัดสินใจระดับความสมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจ กล่าวคือ ถ้าการแข่งขันมีความสำคัญมาก นักกีฬาย่อมต้องการระดับความพร้อมของร่างกายและจิตใจสูง เพื่อความมั่นใจในสำเร็จของผลการแข่งขัน ในทางตรงกันข้าม ถ้าการแข่งขันมีความสำคัญน้อย นักกีฬาไม่หวังผลการแข่งขันมากนัก ระดับความต้องการความสมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจย่อมต่ำลงด้วย ดังนั้น ศรัทธาที่มีต่อผู้ฝึกสอน ความสำคัญของการแข่งขัน เป้าหมายของการแข่งขัน และความพร้อมในการฝึกซ้อม จึงเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อความสมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจ

8. ผลการแข่งขันและการทดสอบที่ผ่านมา ได้รับอิทธิพลจาก ประสบการณ์แข่งขัน ศรัทธาที่มีต่อผู้ฝึกสอน ความสำคัญของการแข่งขัน ความพร้อมในการฝึกซ้อม และความสมบูรณ์



ของร่างกายและจิตใจ ทั้งนี้เพราะการแข่งขันและการทดสอบที่ผ่านมาเป็นการแข่งขัน เป็นการประลองหรือทดสอบ ให้เห็นถึงสภาพความพร้อมของร่างกายและจิตใจ ความสมบูรณ์ของแบบแผนการฝึกซ้อม ความก้าวหน้าของการฝึกซ้อม และความสามารถของผู้ฝึกสอน ผลการทดสอบจะช่วยประเมินความสามารถของตนเองว่าอยู่ในระดับใด และประสบการณ์ที่ผ่านมาจะช่วยในการประเมินว่า เวลาที่เหลืออยู่จนถึงการแข่งขันจริงเพียงพอหรือไม่กับการพัฒนาส่วนที่ตนเองยังบกพร่องอยู่ ความสำคัญของการแข่งขัน เป็นปัจจัยอีกปัจจัยหนึ่งที่จะช่วยตัดสินใจยอมรับผลการแข่งขันและการทดสอบที่ผ่านมา เพราะความสำคัญของการแข่งขันเป็นตัวกำหนดระดับการใช้พยายามในการฝึกซ้อมและความพอใจผลการฝึกซ้อมดังกล่าวมาแล้ว ดังนั้น ประสบการณ์ในการแข่งขัน ศรัทธาที่มีต่อผู้ฝึกสอน ความสำคัญของการแข่งขัน ความพร้อมในการฝึกซ้อม ความสมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจ จึงเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อการประเมินความพึงพอใจต่อผลการแข่งขันและการทดสอบที่ผ่านมา

9. ความกลัว ได้รับอิทธิพลจาก ระดับความสามารถ ประสบการณ์การแข่งขัน และเป้าหมายของการแข่งขัน ทั้งนี้เพราะระดับความสามารถและประสบการณ์การแข่งขัน เป็นการสะสมการเรียนรู้และประสบการณ์ต่าง ๆ นักกีฬาที่มีระดับความสามารถสูง มีประสบการณ์การแข่งขันที่ได้รับผลสำเร็จมา นักกีฬานั้นจะมีประสบการณ์การเรียนรู้วิธีการแก้ปัญหาต่าง ๆ ที่ได้ผลมาแล้ว ทั้งในด้านการปรับตนเองให้เข้ากับสภาพแวดล้อม การควบคุมอารมณ์ของตน การลด ความเครียด จนสามารถฟันฝ่าอุปสรรคและปัญหาต่าง ๆ มาแล้วอย่างสัมฤทธิ์ผล ความกลัวในสิ่งต่าง ๆ ย่อมลดลง เป้าหมายของการแข่งขันเป็นปัจจัยสาเหตุหนึ่งของความกลัว โดยเฉพาะกลัวความผิดหวังหรือไม่บรรลุเป้าหมาย เป้าหมายที่ยากต่อการบรรลุ จะมีผลให้มีความกลัวสูงขึ้น ดังนั้น ระดับความสามารถ ประสบการณ์ในการแข่งขัน เป้าหมายของการแข่งขัน จึงเป็นปัจจัยสาเหตุของความกลัว

10. บรรยากาศการจัดการแข่งขัน ได้รับอิทธิพลจาก ระดับความสามารถ ความสำคัญของการแข่งขัน เป้าหมายของการแข่งขัน ความพร้อมในการฝึกซ้อม ผลการแข่งขัน และการทดสอบที่ผ่านมา ทั้งนี้เพราะบรรยากาศการจัดการแข่งขัน มีความหมายรวมถึง การจัดการแข่งขัน คุณภาพและจำนวนอุปกรณ์และสนามแข่งขัน สภาพการต่าง ๆ ของผู้ดู ความยุติธรรมของการตัดสิน เป็นต้น สิ่งเหล่านี้เป็นผลต่อความสามารถในการแสดงออกของนักกีฬานักกีฬาที่ผ่านการแข่งขันระดับสูงกว่าและเคยพบกับการแข่งขันที่หลากหลาย ย่อมจะปรับตนเอง

ให้เข้ากับสภาพการณ์ต่าง ๆ ได้ดีกว่านักกีฬาที่มีระดับความสามารถต่ำกว่า เป้าหมายของการแข่งขัน และความสำคัญของการแข่งขันที่มีต่อนักกีฬา จะเป็นปัจจัยหนึ่งในการประเมินความพึงพอใจ ที่มีต่อบรรยากาศการจัดการแข่งขัน เพราะนักกีฬาย่อมต้องการบรรลุความสำเร็จ ถ้าพบว่าบรรยากาศที่เอื้ออำนวยให้ตนเองสามารถบรรลุเป้าหมายได้ง่าย ย่อมจะเกิดความพึงพอใจ ความพร้อมในการฝึกซ้อมและความพึงพอใจผลการแข่งขันและการทดสอบที่ผ่านมา เป็นปัจจัยเสริมสร้างความเชื่อมั่นในตนเอง และส่งผลต่อความพึงพอใจบรรยากาศการจัดการแข่งขันด้วย เนื่องจากการฝึกซ้อมที่ผู้ฝึกสอนจะต้องปรับสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ในการฝึกซ้อมให้คล้ายกับบรรยากาศการแข่งขัน (วรศักดิ์ เพ็ชรชอบ, 2532) จะทำให้นักกีฬาไม่ต้องปรับตัวกับความไม่เคยชินสภาพ ทำให้สามารถแสดงออกได้โดยอัตโนมัติเพราะได้รับการฝึกมาแล้วกับสภาพนั้นจนเคยชิน นอกจากนี้ ผลการแข่งขันและการทดสอบที่ผ่านมา จะทำให้นักกีฬามีความเชื่อมั่นในตนเองและยอมรับสภาพการจัดการแข่งขันทุกสภาพได้ดีขึ้น ดังนั้นระดับความสามารถ ความสำคัญของการแข่งขัน เป้าหมายของการแข่งขัน ความพร้อมในการฝึกซ้อม และผลการแข่งขันและการทดสอบที่ผ่านมา จึงเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อการยอมรับบรรยากาศการจัดการแข่งขัน

11. ความยากของความสำเร็จ ได้รับอิทธิพลจาก ระดับความสามารถ ประสบการณ์การแข่งขัน ความพร้อมในการฝึกซ้อม และบรรยากาศการจัดการแข่งขัน ทั้งนี้เพราะความสำเร็จในการแข่งขันกีฬา ก็คือ ชัยชนะในการแข่งขัน นักกีฬาจะประเมินโดยอาศัยข้อมูลด้าน ความสามารถของตนเอง ความสามารถของคู่แข่ง ประสบการณ์การแข่งขัน ความพร้อมในการแข่งขันของตนเอง เพื่อการประเมินความยากของความสำเร็จ ดังนั้น ระดับความสามารถ ประสบการณ์ในการแข่งขัน ความพร้อมในการฝึกซ้อม บรรยากาศการจัดการแข่งขันจึงเป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อความยากของความสำเร็จ

12. ความคาดหวังในความสำเร็จ ได้รับอิทธิพลจาก ระดับความสามารถ ประสบการณ์การแข่งขัน เป้าหมายของการแข่งขัน ความพร้อมในการฝึกซ้อม ผลการแข่งขันและการทดสอบที่ผ่านมา และความยากของความสำเร็จ ทั้งนี้เพราะความคาดหวังในความสำเร็จ นักกีฬาจะประเมินโดยอาศัยข้อมูลพื้นฐานหลายประการ เช่น ความสามารถของตนเอง ความสามารถของคู่แข่ง เป้าหมายของตนเอง การจัดการแข่งขัน ความพร้อมในการแข่งขัน และผลการแข่งขันและการทดสอบที่ผ่านมา เป็นข้อมูลพื้นฐานในการประเมินความยากจนของความสำเร็จ แล้วคาดคะเนโอกาสที่ตนเองจะประสบความสำเร็จ ดังนั้นปัจจัยดังกล่าวแล้วจึงส่งผลต่อการประเมินความคาดหวังในความสำเร็จ

13. ความเชื่อมั่นในตนเอง ได้รับอิทธิพลจาก ระดับความสามารถ ประสบการณ์ การแข่งขัน ศรีทธาที่มีต่อผู้ฝึกสอน ความพร้อมในการฝึกซ้อม ความสมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจ ความยากของความสำเร็จ ความคาดหวังในความสำเร็จ ทั้งนี้เพราะความเชื่อมั่นในตนเองมีผลจากการประเมินความสามารถของตนเองว่าสูงพอที่จะแก้ปัญหาต่าง ๆ โดยเฉพาะการประเมินว่าตนเองว่ามีศักยภาพเหนือผู้อื่นที่ร่วมแข่งขัน การคาดการณ์ว่าตนเองสามารถควบคุมอารมณ์ และการแสดงออกของตนเองให้เกิดประโยชน์สูงสุดได้ ทำให้นักกีฬาที่มีความเชื่อมั่นในตนเอง ระดับความสามารถ ประสบการณ์การแข่งขัน ความพร้อมในการฝึกซ้อม ความสมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจ ผลแข่งขันและการทดสอบที่ผ่านมา ทำให้นักกีฬามีความรู้สึกในแง่ดีจึงช่วยสร้างเชื่อมั่นในตนเอง แต่ความเชื่อมั่นในตนเองจะลดลง ถ้าประเมินว่ากำลังเผชิญกับภาวะงานที่ยากต่อการบรรลุเป้าหมาย ทำให้เกิดการคิดในแง่ลบ ดังนั้นปัจจัยดังกล่าว จึงเป็นปัจจัยสาเหตุที่ส่งผลต่อความเชื่อมั่นในตนเอง

14. ความวิตกกังวลทางกาย ได้รับอิทธิพลจากระดับความสามารถ ประสบการณ์ การแข่งขัน ความสำคัญของการแข่งขัน ความพร้อมในการฝึกซ้อม ความสมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจ ผลการแข่งขันและการทดสอบที่ผ่านมา ความกลัว บรรยากาศการจัดการแข่งขัน ความคาดหวังในความสำเร็จ ความเชื่อมั่นในตนเอง ทั้งนี้เพราะความวิตกกังวลทางกายมีปัจจัยสาเหตุจาก การประเมินตนเองว่าด้อยความสามารถ ด้อยประสบการณ์ ความไม่เพียงพอในการเตรียมตัวเพื่อการแข่งขัน การพบกับบรรยากาศการจัดการแข่งขันที่ไม่สอดคล้องกับสภาพแวดล้อมที่ตนเองเคยชินมาหรือไม่เพียงพอ การคาดคะเนว่าไม่ได้รับความยุติธรรมจากการจัดการแข่งขันและการตัดสิน กลัวเสียงเชียร์จากผู้ดู เกรงศักดิ์ศรีของคู่ต่อสู้ สิ่งเหล่านี้เป็นสาเหตุให้นักกีฬาขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ความไม่ได้รับความพึงพอใจในการจัดการแข่งขัน ทำให้เกิดความวิตกกังวล และรู้สึกผิดปกติเกี่ยวกับร่างกาย ไม่สามารถควบคุมตนเองได้ และเมื่อประเมินว่า การทุ่มเทความพยายามเท่าไรก็ยากจะสำเร็จได้ หรือคาดคะเนว่าตนเองมีโอกาสปะสบความสำเร็จน้อยก็ยิ่งทำให้มีความวิตกกังวลสูงขึ้น

15. ความวิตกกังวลทางจิต ได้รับอิทธิพลจาก ประสบการณ์การแข่งขัน ศรีทธาที่มีต่อผู้ฝึกสอน ความสำคัญของการแข่งขัน ความพร้อมในการฝึกซ้อม ความสมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจ ผลการแข่งขันและการทดสอบที่ผ่านมา ความกลัว ความคาดหวังในความสำเร็จ บรรยากาศการจัดการแข่งขัน ความเชื่อมั่นในตนเอง และความวิตกกังวลทางกาย ทั้งนี้

เพราะความวิตกกังวลทางจิต เป็นความรู้สึกว่าตนเองมีความไม่ปกติด้านการคิด เกรงว่าไม่สามารถควบคุมอารมณ์ของตนเอง และคาดว่าจะเกิดผลลบต่อตนเองและผู้อื่น ปัจจัยที่ส่งผลต่อความวิตกกังวลทางจิต ก็คือ การมีสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางจิตใจที่ไม่สมบูรณ์ ความไม่เพียงพอในประสบการณ์หรือวิธีการแก้ปัญหา การขาดการฝึกควบคุมอารมณ์ ความกลัว ความคาดหวังในความสำเร็จต่ำ ความไม่แน่ใจในผลการแสดงออก ความผิดปกติของร่างกาย การขาดความเชื่อมั่นในตนเอง ความไม่เชื่อในความสามารถของตนเอง และผู้ฝึกสอน และความรู้สึกผิดปกติทางกาย จะทำให้เกิดความวิตกกังวลทางจิต ดังนั้นปัจจัยดังกล่าว จึงเป็นสาเหตุของความวิตกกังวลทางจิต

16. ความสำเร็จในการแข่งขันกีฬา ได้รับอิทธิพลจาก ประสบการณ์การแข่งขัน ความพร้อมในการฝึกซ้อม ความสมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจ ผลการแข่งขันและการทดสอบที่ผ่านมา บรรยากาศในการจัดการแข่งขัน ความคาดหวังในความสำเร็จ ความเชื่อมั่นในตนเอง ความวิตกกังวลทางกาย และความวิตกกังวลทางจิต โดยสรุปแล้วปัจจัยสำคัญที่ส่งเสริมความสำเร็จในการแข่งขันกีฬา มี 3 ปัจจัย คือ ความสามารถทางทักษะกีฬา สมรรถภาพทางกาย และสมรรถภาพทางจิต (Singer, 1975) ปัจจัยทั้ง 3 ปัจจัยดังกล่าว ได้รับอิทธิพลจากการฝึกซ้อมอย่างถูกหลักและวิธีการ การมีประสบการณ์ฝึกหัดและการแข่งขันที่หลากหลายสภาพการณ์ การมีสมรรถภาพทางกายและจิตใจที่สมบูรณ์ มีผลมาจากการได้รับอาหารที่ถูกหลักโภชนาการ การควบคุมและผ่อนคลายความเครียด การคิดในแง่บวก การมีโอกาสดมหวังในสิ่งที่ตนเองคาดหวัง สิ่งเหล่านี้จะเสริมสร้างเชื่อมั่นในตนเอง และรู้สึกว่าตนเองมีความที่จะทำการแข่งขัน ความพึงพอใจต่อผลการแข่งขัน และการทดสอบที่ผ่านมา การมีความหวังในความสำเร็จ จิตใจที่ปราศจากความวิตกกังวล การที่พบกับสภาพแวดล้อมในการแข่งขันที่เอื้ออำนวยให้ตนเองประสบความสำเร็จ ก่อให้เกิดผลในการคิดดี จะทำให้นักกีฬาลดความวิตกกังวล และเสริมความเชื่อมั่นในตนเอง มีผลต่อความสำเร็จในการแข่งขันกีฬา

จากแบบจำลองตามกรอบแนวคิดดังกล่าว สรุปได้ว่า ปัจจัยที่ส่งผลทางตรงต่อความสำเร็จในการแข่งขันกีฬา ประกอบด้วย ประสบการณ์ในการแข่งขัน ความพร้อมในการฝึกซ้อม ความสมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจ ผลการแข่งขันและการทดสอบที่ผ่านมา บรรยากาศการจัดการ

แข่งขัน ความคาดหวังในความสำเร็จ ความเชื่อมั่นในตนเอง ความวิตกกังวลทางกาย และ ความวิตกกังวลทางจิต ส่วนปัจจัยอื่น ๆ จะส่งผลทางอ้อม คือ อายุ ระดับความสามารถ ความสำคัญของการแข่งขัน เป้าหมายของการแข่งขัน ความกลัว และความฮากของความสำเร็จ

ขอบเขตของการวิจัย

เนื่องจากความจำกัดหลายประการ การวิจัยนี้จึงกำหนดขอบเขตในการศึกษาไว้ดังนี้

1. การวิจัยนี้ทำการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักกีฬา กรีฑา วาสน้ำ และ จักรยาน

2. ปัจจัยที่ศึกษาครั้งนี้ประกอบด้วย อายุ ระดับความสามารถ ประสบการณ์ในการแข่งขัน ศรัทธาที่มีต่อที่มีต่อผู้ฝึกสอน ความสำคัญของการแข่งขัน เป้าหมายของการแข่งขัน ความพร้อมในการฝึกซ้อม ความสมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจ ผลการแข่งขันและการทดสอบที่ผ่านมา ความกลัว บรรยากาศการจัดการแข่งขัน ความฮากของความสำเร็จ ความคาดหวังในความสำเร็จ ความเชื่อมั่นในตนเอง ความวิตกกังวลทางกาย และความวิตกกังวลทางจิต

3. การวิจัยนี้มุ่งศึกษาด้านจิตวิทยา ข้อมูลเกี่ยวกับปัจจัยต่าง ๆ ประเมินจากรความรู้สึกละความพึงพอใจ ของนักกีฬาในช่วงก่อนการแข่งขัน

ค่าจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

เพื่อให้มีความเข้าใจตรงกันระหว่างผู้วิจัยและผู้อ่านรายงานการวิจัยนี้ จึงขอกำหนดค่าจำกัดความที่ใช้ในการวิจัยนี้ไว้ดังนี้

1. อายุ หมายถึง จำนวนปีของอายุที่นับถึงวันเกิดที่ผ่านมา
2. ระดับความสามารถ หมายถึง ระดับการแข่งขันที่นักกีฬาเคยร่วมการแข่งขัน

ผู้วิจัยจำแนกระดับความสามารถตามระดับของการแข่งขันไว้ 4 ระดับคือ

- 2.2.1. ระดับที่ 1 เสร็จร่วมแข่งขันสูงสุดกีฬาระดับสถาบัน หรือ
หน่วยงาน
- 2.2.2. ระดับที่ 2 เสร็จร่วมแข่งขันสูงสุดระดับการแข่งขันกีฬา
เยาวชนแห่งชาติ
- 2.1.3. ระดับที่ 3 เสร็จร่วมแข่งขันสูงสุดระดับการแข่งขันกีฬา
แห่งชาติ
- 2.1.4. ระดับที่ 4 เสร็จร่วมแข่งขันสูงสุดระดับการแข่งขันกีฬา
นานาชาติ

3. ประสิทธิภาพการแข่งขัน เป็นประสิทธิภาพที่ประสบความสำเร็จจากการ
แข่งขันในระดับต่าง ๆ ในข้อ 2 โดยกำหนดให้เป็นคะแนนสะสม 2 คะแนน ต่อ 1 ระดับการ
แข่งขันที่ได้รับชัยชนะอันดับ 1-3 ของการแข่งขัน

4. เป้าหมายในการแข่งขัน เป็นการกำหนดเป้าหมายในการเข้าร่วมแข่งขัน
ในครั้งนี ว่าตนเองมีเป้าหมายที่ระดับใด โดยแบ่งเป็น 5 ระดับ

- 4.1. ระดับที่ 1 หมายถึง ขอเพียงมีส่วนร่วมในการแข่งขัน
- 4.2. ระดับที่ 2 หมายถึง ทำดีที่สุด
- 4.3. ระดับที่ 3 หมายถึง เข้ารอบ 8 คนสุดท้าย
- 4.4. ระดับที่ 4 หมายถึง ได้อันดับ 1-3
- 4.5. ระดับที่ 5 หมายถึง ชนะเลิศ

5. ความสำเร็จในการแข่งขันกีฬา หมายถึง คะแนนที่ได้จากการประเมินผล
การแข่งขัน โดยกำหนดจากอันดับของผลการแข่งขันเป็นเกณฑ์ให้คะแนน ผู้วิจัยกำหนดไว้ 5
ระดับ คือ

- | | | | |
|--------------------------------|---------|---|-------|
| 5.1. ไม่ได้เข้ารอบ 8 คนสุดท้าย | เท่ากับ | 0 | คะแนน |
| 5.2. ได้อันดับ 5-8 | เท่ากับ | 1 | คะแนน |
| 5.3. ได้อันดับ 4 | เท่ากับ | 2 | คะแนน |
| 5.4. ได้อันดับ 3 | เท่ากับ | 3 | คะแนน |
| 5.5. ได้อันดับ 2 | เท่ากับ | 4 | คะแนน |
| 5.6. ได้อันดับ 1 | เท่ากับ | 5 | คะแนน |

6. ความคาดหวังในความสำเร็จ หมายถึง การคาดคะเนจากสภาพแวดล้อมต่างๆ การเตรียมตัวฝึกซ้อม ความสามารถของตนเอง ความสามารถของคู่แข่งอื่น ๆ แล้วตนเองมีโอกาสดำเนินการได้ระดับ 1-3 ในการแข่งขันมากน้อยเพียงใด ประเมินเป็นค่าร้อยละของโอกาสที่จะได้รับชัยชนะ และกำหนดเกณฑ์และคะแนนดังนี้ คือ

- 6.1. ร้อยละ 00 - 19 มีความคาดหวัง ต่ำมาก เท่ากับ 1 คะแนน
- 6.2. ร้อยละ 20 - 39 มีความคาดหวัง ต่ำ เท่ากับ 2 คะแนน
- 6.3. ร้อยละ 40 - 59 มีความคาดหวัง ปานกลาง เท่ากับ 3 คะแนน
- 6.4. ร้อยละ 60 - 79 มีความคาดหวัง สูง เท่ากับ 4 คะแนน
- 6.5. ร้อยละ 80 - 100 มีความคาดหวัง สูงมาก เท่ากับ 5 คะแนน

7. ความยากของความสำเร็จ หมายถึง การประเมินความสามารถ ความพร้อม ความสมบูรณ์ของตนเอง ความสามารถของคู่แข่งอื่น เพื่อพิจารณาตัดสินว่าตนเองต้องใช้ความพยายามมากน้อยเพียงใด จึงจะได้รับชัยชนะ อันดับ 1-3 ในการแข่งขันครั้งนี้ กำหนดระดับความยากไว้เป็นมาตรฐานค่า 5 ระดับ ดังนี้

- 7.1. 0.00 - 1.50 ง่ายมาก เท่ากับ 1 คะแนน
- 7.2. 1.51 - 2.50 ง่าย เท่ากับ 2 คะแนน
- 7.3. 2.51 - 3.50 ปานกลาง เท่ากับ 3 คะแนน
- 7.4. 3.51 - 4.50 ยาก เท่ากับ 4 คะแนน
- 7.5. 4.51 - 5.00 ยากมาก เท่ากับ 5 คะแนน

8. ความวิตกกังวลทางจิต หมายถึง ภาวะอารมณ์ที่ทำให้จิตใจมีความรู้สึกหวาดหวั่นไม่เป็นสุข ไม่พึงพอใจ มีความเครียดทางอารมณ์ มีผลให้เกิดความผิดปกติทางจิตใจ อารมณ์และสติปัญญา ระดับความวิตกกังวลทางจิต ประเมินจากผลรวมของคะแนนที่วัดด้วยแบบวัด ซีเอสเอไอ - 2 ข้อที่ 1 4 7 10 13 16 19 22 25

9. ความวิตกกังวลทางกาย หมายถึง ภาวะอารมณ์ที่ทำให้รู้สึกว่าเกิดความผิดปกติต่อร่างกาย โดยเฉพาะประสาทอัตโนมัติ ระดับความวิตกกังวลทางกาย ประเมินจากผลรวมของคะแนนที่วัดด้วยแบบวัด ซีเอสเอไอ - 2 ข้อที่ 2 5 8 11 14 17 20 23 26

10. ความเชื่อมั่นในตนเอง หมายถึง การประเมินความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองว่าการแข่งขันก็ว่าจะไม่มีผลต่อความรู้สึกที่เป็นปกติของตนเอง ความมั่นใจ

ต่อการเผชิญสถานการณ์ต่างที่จะเกิดขึ้น ระดับความเชื่อมั่นในตนเอง ประเมินจากผลรวมของคะแนนที่วัดด้วยแบบวัด ซีเอสเอไอ - 2 ข้อที่ 3 6 9 12 15 18 21 24 27

11. ความพร้อมในการฝึกซ้อม หมายถึง การรับรู้ของนักกีฬาที่มีต่อความพร้อมในช่วงฝึกซ้อม เพื่อการแข่งขัน โดยพิจารณาความพร้อมของสนามและอุปกรณ์ ความพร้อมของเวลาที่นักกีฬาถูกฝึกซ้อม ความพร้อมของผู้ฝึกสอนและเจ้าหน้าที่ ความพร้อมในการจัดสวัสดิการและที่พักช่วงฝึกซ้อม ระดับความพร้อมประเมินจาก ผลรวมของคะแนนมาตรฐานของ 3 กลุ่มข้อความในแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง กลุ่มข้อที่ 1 2 3 4 12 กลุ่มข้อที่ 5 6 7 8 และกลุ่มข้อที่ 9 10 11

12. ศรัทธาที่มีต่อผู้ฝึกสอน หมายถึง ความรู้สึกยอมรับและเชื่อถือของนักกีฬาที่มีต่อผู้ฝึกสอน เกี่ยวกับความสามารถ เทคนิคการฝึกสอน มนุษยสัมพันธ์ การแก้ปัญหาต่าง ๆ ในการแข่งขันเพื่อเอาชนะคู่แข่งหรือบรรลุเป้าหมายของการแข่งขัน ประเมินจากผลรวมของคะแนนในแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง ข้อที่ 13 14 15 16 17

13. ความสมบูรณ์ของร่างกายและจิตใจ หมายถึง ความรู้สึกของนักกีฬาเกี่ยวกับความสมบูรณ์ของร่างกาย สมรรถภาพทางกาย ความสมบูรณ์ของจิตใจ การพักผ่อนหลับนอน ประเมินจากผลรวมของคะแนนในแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง ข้อที่ 18 19 20 21 22

14. ผลการแข่งขันและการทดสอบที่ผ่านมา หมายถึง ความรู้สึกที่พึงพอใจหรือไม่พึงพอใจต่อผลการแข่งขันและการทดสอบที่ผ่านมา ประเมินจากผลรวมของคะแนนในแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง ข้อที่ 23 24 25 26

15. ความสำคัญของการแข่งขัน หมายถึง การประเมินความสำคัญของการแข่งขันครั้งนี้ว่า มีความสำคัญต่อตนเองและผู้เกี่ยวข้องมากน้อยเพียงใด ประเมินจากผลรวมของคะแนนในแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง ข้อที่ 39 40 41 42 43

16. ความกลัว หมายถึง ความรู้สึกว่าจะเกิดอันตรายไม่เป็นสุขเมื่อประสบกับเหตุการณ์หรือวัตถุที่ก่อให้เกิดความรู้สึกนั้น อันได้แก่ กลัวความล้มเหลว กลัวทำลายผู้อื่น กลัวศักดิ์ศรีคู่แข่ง กลัวทำให้ผู้เกี่ยวข้องผิดหวัง กลัวการแสดงออกไม่ดี ประเมินจากผลรวมของคะแนนในแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง ข้อที่ 34 35 36 37 38

17. บรรยาการการจัดการแข่งขัน หมายถึง ความพึงพอใจต่อสภาพสนาม และอุปกรณ์ การจัดการแข่งขัน กรรมการผู้ตัดสิน กรรมการจัดการแข่งขัน สภาพอากาศ สภาพการชมและเชียร์ของผู้ดู ประเมินจากผลรวมของคะแนนในแบบวัดที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง ข้อที่ 27 28 29 30 31 32 33

18. ผลทางตรง หมายถึง ค่าของผลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างปัจจัยสาเหตุและปัจจัยผล โดยไม่ผ่านปัจจัยอื่น

19. ผลทางอ้อม หมายถึง ค่าของผลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างปัจจัยสาเหตุและปัจจัยผล โดยผ่านปัจจัยอื่นก่อน

20. ผลรวม หมายถึง ค่าของความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างปัจจัยสาเหตุและปัจจัยผล ที่ได้จากการรวม ผลทางตรงและผลทางอ้อมเข้าด้วยกัน ซึ่งเป็นผลสุทธิที่ปัจจัยสาเหตุพึงมีต่อปัจจัยผล

ข้อตกลงเบื้องต้น

1. นักกีฬาที่เป็นตัวอย่างในการวิจัยนี้ มีความตั้งใจในการตอบแบบสอบถาม และแบบวัด และให้ความเป็นจริงตามสภาพของตนเอง
2. เวลาภาคเช้าหรือภาคบ่าย ไม่มีผลต่อการรับรู้และตอบสนองสาระเนื้อหาของแบบวัดและแบบสอบถามในการวิจัย

ความจำกัดในการวิจัย

การวิจัยนี้มีความจำกัดหลายประการ ที่ผู้วิจัยเห็นว่าต้องนำมาพิจารณา คือ

1. การศึกษาด้านจิตวิทยาการกีฬาในประเทศไทย ยังมีผู้ศึกษาค้นคว้าไม่มากนัก เอกสาร ตำรา ผลวิจัย เพื่อการค้นคว้ามีจำนวนจำกัด ทำให้ยากต่อการแสวงหาข้อความรู้ มาสนับสนุนการวิจัยนี้ นอกจากนี้สาระสำคัญที่เกี่ยวกับความสัมพันธ์เชิงเหตุผลของปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการกีฬายังไม่พบว่ามีผู้ใดศึกษามาก่อน จะมีแต่เฉพาะเรื่องที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลกับ

การแสดงออกในการแข่งขันกีฬาเป็นส่วนใหญ่ จึงทำให้ผู้วิจัยจำเป็นต้องอาศัยการสร้างแบบจำลองความสัมพันธ์เชิงเหตุผลของปัจจัยต่าง ๆ โดยวิเคราะห์ความเป็นเหตุและผล

2. การเก็บข้อมูลจากตัวอย่างนักกีฬา มีปัญหาค่อนข้างมาก เนื่องจากในช่วงเวลาก่อนลงแข่งขัน นักกีฬาจำเป็นต้องทำจิตใจของตนเองให้อยู่ในสภาพผ่อนคลาย มีสมาธิต่อการแข่งขัน ผู้ฝึกสอนและผู้จัดการทีม จึงไม่ยินยอมให้นักกีฬาของตนเองทำกิจกรรมอื่นหรือถูกรบกวน เพราะอาจทำให้ขาดสมาธิ ผู้วิจัยจึงต้องขอความร่วมมือในการกรอกแบบวัด และแบบสอบถามก่อนลงแข่งขัน 30 นาที ถึง 2 ชั่วโมง อาจทำให้มีผลต่อการวัดด้านความรู้สึกที่มีต่อความวิตกกังวล และสภาพการนอน ๆ

3. เนื่องจากความจำกัด ด้านเวลา ทนในการศึกษาวิจัย และเอกสาร การคัดสรรปัจจัยที่นำมาศึกษา จึงใช้วิธีการปรึกษาหารือเพื่อคัดสรรปัจจัยต่าง ๆ ที่มีผู้อ้างถึงในเอกสาร ตำราที่มีอยู่อย่างจำกัด

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย

1. ผลการวิจัยจะเป็นประโยชน์สำหรับผู้ฝึกสอน ผู้จัดการทีมและนักกีฬาในการเตรียมนักกีฬาช่วงก่อนแข่งขันให้นักกีฬามีระดับปัจจัยต่าง ๆ ที่เอื้ออำนวยต่อผลสำเร็จในการแข่งขันกีฬา ตามลักษณะและทิศทางของผล ที่ปัจจัยนั้นมีต่อความสำเร็จในการแข่งขันกีฬา

2. เป็นการบุกเบิกความรู้ทางด้านจิตวิทยาการกีฬา โดยเฉพาะการศึกษาปัจจัยที่เป็นสาเหตุของความสำเร็จในการแข่งขันกีฬา