

ความวิตกกังวลตามสถานการณ์และบรรยากาศจิตใจในนักกีฬาฟุตบอลอาชีพชาวไทย

อธิกะ ลิงหัตนศิริ และรัชชัย กาญจนะทวีกุล

คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์ 1) เพื่อศึกษาระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ 2) เพื่อศึกษาบรรยากาศจิตใจในนักกีฬาฟุตบอลอาชีพชาวไทย 3) เพื่อเปรียบเทียบระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ และบรรยากาศจิตใจในนักกีฬาฟุตบอลอาชีพชาวไทยในระดับไทยลีก 1 และ ไทยลีก 2 กลุ่มตัวอย่างที่ศึกษาได้แก่ นักกีฬาฟุตบอลอาชีพชาวไทยที่เข้าร่วมการแข่งขันฟุตบอลรายการไทยลีกฤดูกาล 2017 ในระดับไทยลีก 1 และไทยลีก 2 จำนวน 284 คน แบ่งเป็นนักกีฬาฟุตบอลอาชีพ ไทยลีก 1 จำนวน 142 คน และไทยลีก 2 จำนวน 142 คน ด้วยวิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน

ผลการศึกษา พบว่า 1) ระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลอาชีพชาวไทยในระดับไทยลีก 1 มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกาย (13.22 ± 0.41) มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิต เท่ากับ (15.25 ± 0.51) มีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเอง (36.28 ± 0.41) ส่วนนักฟุตบอลอาชีพชาวไทยในระดับไทยลีก 2 มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกาย (16.45 ± 0.58) มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิต (18.43 ± 0.52) มีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเอง (31.24 ± 0.49) 2) บรรยากาศจิตใจในนักกีฬาฟุตบอลอาชีพไทยลีก 1 มีหัวข้อที่มีระดับคะแนนมากที่สุดสามลำดับแรกได้แก่ ความพยายามอย่างหนัก คือ ร่างวัล เป้าหมายคือปรับปรุงการเล่นแต่ละเกม และนักกีฬากระตุ้นให้ฝึกที่จุดอ่อนของตนเอง ส่วนหัวข้อที่มีคะแนนน้อยที่สุด ตามลำดับ ได้แก่ เฉพาะโค้ชให้ความสนใจกับดาราของทีมเท่านั้น นักกีฬาจะถูกเปลี่ยนตัวออกจากเกมเมื่อทำผิดพลาด และเฉพาะผู้เล่นชั้นนำเท่านั้นที่ได้รับความสนใจจากโค้ช นักกีฬาฟุตบอลอาชีพไทยลีก 2 มีหัวข้อที่มีระดับคะแนนมากที่สุดสามลำดับแรกได้แก่ นักกีฬากระตุ้นให้ฝึกที่จุดอ่อนของตนเอง ความพยายามอย่างหนักคือร่างวัล และเชื่อว่าโค้ชทำให้นักกีฬาพัฒนาความสามารถให้ดีขึ้นได้ส่วนหัวข้อที่มีคะแนนน้อยที่สุด ตามลำดับ ได้แก่ โค้ชให้ความสนใจกับดาราของทีมเท่านั้น ผู้เล่นบางคนเท่านั้นที่เป็นดาราของทีม และการได้ดีกว่าคนอื่นคือสิ่งที่สำคัญที่สุด 3) ผลของการเปรียบเทียบระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลอาชีพไทยลีก 1 และไทยลีก 2 โดยแบ่งเป็นรายนั้น พบว่าด้านความวิตกกังวลทางกาย และด้านความเชื่อมั่นในตนเองของนักฟุตบอลอาชีพชาวไทย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านความวิตกกังวลทางจิต ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อเปรียบเทียบบรรยากาศจิตใจ ระหว่างนักกีฬาฟุตบอลอาชีพไทยลีก 1 และไทยลีก 2 พบว่ามี 15 หัวข้อที่แตกต่างอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 แต่มี 6 หัวข้อที่พบความไม่แตกต่างกันคือ โค้ชต้องการให้เราฝึกทักษะใหม่ๆ เชื่อว่าโค้ชทำให้นักกีฬาพัฒนาความสามารถให้ดีขึ้นได้ ผู้เล่นส่วนใหญ่มีโอกาสได้ลงเล่น ผู้เล่นบางคนเท่านั้นที่เป็นดาราของทีม ทุกคนต้องการที่จะเป็นผู้ทำคะแนนสูงสุด และนักกีฬาบางคนถูกกระตุ้นให้ฝึกให้มากกว่าเพื่อนร่วมทีมคนอื่นๆ

คำสำคัญ : ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ บรรยากาศจิตใจ นักฟุตบอลอาชีพชาวไทย

COMPETITIVE STATE ANXIETY AND MOTIVATIONAL CLIMATE IN THAI PROFESSIONAL FOOTBALL PLAYERS

Atika Singharatanasiri and Thawatchai Kanchanathaweekul

Faculty of Sports Science and Technology, Bangkokthonburi University

Abstract

This study purposed 1) to study the competitive state anxiety of Thai professional football players, 2) to study Thai professional football player's motivational climate, and 3) to compare the professional football player's competitive state anxiety, and the motivational climate between Thai league-1 and Thai league-2. Samples of this study were 284-football players who participated in 2017 Thai league-1 (142-players), and 2017 Thai league-2 (142-players) obtained by multi-stage sampling.

This study rereated as follows: 1) For Thai Professional Football Players' competitive state anxiety, Thai league-1 had average mean of somatic anxiety at 13.22 ± 0.41 , cognitive anxiety at 15.25 ± 0.51 , and self- confidence at 36.28 ± 0.41 . Thai league- 2 had the average mean of somatic anxiety at 16.45 ± 0.58 , cognitive anxiety at 18.43 ± 0.52 , and self-confidence at 31.24 ± 0.49 . 2) For Thai professional football player motivational climate in Thai league-1 highest score were found in these 3-items respectively; a great effort as a prize, each match playing improvement as the aims, and practicing for their weak-points corrections as player stimulation. However, the lowest scores were found in these last 3-items respectively, coaches' attention paid to the star of the team, players' changing when fault occurred during the match, and coaches' interest only in the top players. 3) For the competitive state anxiety comparison between Thai league-1 and Thai league-2 football players individually, this study was found that somatic anxiety and self- confidence had significant difference at .05 level but no significant difference was found in cognative anxiety at .05 level. As the comparison of the motivational climate of football player in Thai league-1 and Thai league-2, this study was found that there were 15-items with significant differences at .05 level. In contrast, there were 6-items without significant differences (>0.05) respectively, coach's need for updated skill training, belief in coach who can improve player competencies, player's opportunity for each match playing, few star players in the team and every player's

need to make the highest point, encouragement for some players who should be trained more than others.

Keywords: competitive state anxiety, motivational climate, Thai Professional Football Players

บทนำ

ปัจจุบันการกีฬาแห่งประเทศไทยได้ส่งเสริมให้ประชาชนมีความเป็นเลิศทางการกีฬาและการประกอบอาชีพทางการกีฬามากขึ้นฟุตบอลเป็นกีฬาอีกชนิดหนึ่งที่ได้รับคามนิยมอย่างแพร่หลายไปทั่วทุกมุมโลก หลายประเทศมีการพัฒนากีฬาฟุตบอลจนกลายเป็นธุรกิจทางการกีฬาที่สามารถสร้างอาชีพ สร้างรายได้ ไม่ว่าจะเป็นเป็นส่วนของการจัดการแข่งขัน การเดินทาง การเข้าชมกีฬาในสนามแข่งขัน การถ่ายทอดสด การโฆษณา กิจกรรมส่งเสริมการขาย ธุรกิจบริการ การจำหน่ายของที่ระลึกต่างๆ ก่อให้เกิดธุรกิจต่อเนื่องที่มีมูลค่ามหาศาล (Parin Riyaphan, 2012) สมรรถภาพทางจิตใจของนักกีฬา (mental fitness) นับเป็นดรชนีชี้วัดให้เห็นถึงความสามารถทางจิตใจ ซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องกับความสามารถทางกายในการแสดงพฤติกรรมทางการเคลื่อนไหวที่มีประสิทธิภาพ (Sombat Karnjanakit and Somying Chantaruthai, 1999) จากข้อมูลทางวิทยาศาสตร์การกีฬาสามารถระบุว่านักกีฬาที่จะประสบความสำเร็จได้ต้องมียอดประกอบของสมรรถภาพร่างกาย สมรรถภาพจิตใจ และทักษะทางการกีฬาเป็นองค์ประกอบร่วมกัน (Silpchai Suwanathada, 1990) ดังนั้นจึงสามารถกล่าวได้ว่าการที่นักกีฬาโดยเฉพาะกีฬาฟุตบอลจะประสบความสำเร็จในการแข่งขันได้นั้น จะต้องมีการเตรียมความพร้อมด้านสมรรถภาพทางจิตใจควบคู่ไปกับการเตรียมความพร้อมด้านสมรรถภาพทางกาย และทักษะทางการกีฬา ซึ่งการเตรียมความพร้อมทางด้านจิตใจของนักกีฬาหรือความพร้อมทางด้านจิตวิทยาการกีฬา

ทั้งนี้นักกีฬาที่มีสมรรถภาพทางจิตใจดี คือ นักกีฬาที่มีความมุ่งมั่น ตั้งใจมีความทุ่มเท ยอมรับในความสามารถของตนเองและผู้อื่น ควบคุมสติของตนเองได้ มีจิตใจที่เข้มแข็งไม่วิตกกังวลจนเกินกว่าเหตุ สามารถตัดสินใจ และแก้ไขปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ สมรรถภาพทางกายและทักษะกีฬาสามารถฝึกและพัฒนาได้สูงสุด และมีการแปรเปลี่ยนไปตามสถานการณ์ต่างๆ ได้น้อยมาก ตรงกันข้ามกับสมรรถภาพทางจิตใจที่สามารถแปรเปลี่ยนไปตามสถานการณ์อื่นๆ ได้มากกว่าเช่นเดียวกับที่ Weinberg and Gould (2007) ได้ให้ข้อเสนอแนะว่า “ความสามารถทางการกีฬาอย่างเดียวไม่สามารถเป็นเหตุให้นักกีฬาประสบความสำเร็จได้ดังนั้นความวิตกกังวลมีอิทธิพลอย่างมากต่อการแข่งขันกีฬา” การแข่งขันกีฬาประเภทต่างๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการแข่งขันกีฬาในนัดสำคัญ นักกีฬาจะเกิดความเครียดและความวิตกกังวล ความรู้สึกที่เกิดจากความกลัวความตึงเครียด และความวิตกกังวลถ้านักกีฬามีระดับความวิตกกังวลที่พอดี ก็จะช่วยให้นักกีฬาสามารถที่จะแสดงศักยภาพทางการกีฬาได้ดีมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับ สมบัติ กาญจนกิจ และสมหญิง จันทรุไทย (Sombat Karnjanakit and Somying Chantaruthai, 1999) ได้กล่าวไว้ว่า นักกีฬาที่มีความวิตกกังวลสูงจะควบคุมพฤติกรรมตนเองไม่ได้ และเป็นเหตุให้ความสามารถที่แสดงออกมานั้นต่ำกว่ามาตรฐานอีกทั้งจากการศึกษาของ Wiggins (1998) พบว่า ความวิตกกังวลทางจิตใจจะเริ่มมีระดับสูงขึ้น และจะยังคงสูงขึ้นเรื่อยๆ และจะมีความคงที่เมื่อเข้าสู่การแข่งขัน ในทางตรงกันข้ามความวิตกกังวลทางร่างกายก่อนการแข่งขันจะยังคงต่ำ จนกระทั่งก่อนการแข่งขันเริ่มขึ้นประมาณ 24 ชั่วโมง หรือก่อนการแข่งขัน 1 วัน ความวิตกกังวลทางร่างกายจะเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วจนถึงช่วงสู่การแข่งขัน

ในปัจจุบันการศึกษาความวิตกกังวลตามสถานการณ์และบรรยากาศจึงมีการศึกษาอย่างแพร่หลายในหลายชนิดกีฬา แต่ที่ผ่านมานั้นการศึกษาความวิตกกังวลตามสถานการณ์และบรรยากาศจึงในนักกีฬาฟุตบอลอาชีพระดับสโมสรภายใต้เงื่อนไขการกำกับดูแลของสมาคมฟุตบอลที่อยู่ในกลุ่มใบอนุญาตสโมสร

ฟุตบอลอาชีพ (Club Licensing) (Thanapol Phuttamalee, 2015) จากเหตุผลดังกล่าวผู้วิจัยเห็นว่าการศึกษา ระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์และบรรยากาศจิตใจของนักกีฬาฟุตบอลอาชีพที่ทำการแข่งขันกีฬา ฟุตบอลไทยลีก ฤดูกาล 2017 ซึ่งเป็นศึกษาถึงสภาพจิตใจของนักกีฬาก่อนการแข่งขันซึ่งส่งผลต่อการแสดง ความสามารถของนักกีฬาเป็นอย่างมาก อีกทั้งยังเป็นแนวทางในการพัฒนาทางจิตใจของนักกีฬาเพื่อเป็นการ ปรับปรุงความสามารถในการแข่งขันในครั้งต่อไปให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลอาชีพ
2. เพื่อศึกษาบรรยากาศจิตใจในนักกีฬาฟุตบอลอาชีพ
3. เพื่อเปรียบเทียบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ และบรรยากาศจิตใจในนักกีฬาฟุตบอลอาชีพ ชาวไทยระหว่างไทยลีก 1 และไทยลีก 2

ขอบเขตของการวิจัย

1. ขอบเขตประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ เป็นนักกีฬาฟุตบอลทีมชายไทยเพศชายที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาฟุตบอล รายการไทยลีก ประจำปี 2017 โดยแบ่งเป็นนักกีฬาฟุตบอลอาชีพชาวไทย ที่เล่นฟุตบอลอาชีพในรายการไทย ลีก 1 จำนวน 18 ทีม และไทยลีก 2 จำนวน 18 ทีม ทีมละ 30 คน รวม 1,080 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ เป็นนักกีฬาฟุตบอลทีมชายชาวไทย ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาฟุตบอล รายการไทยลีก จำนวน 1,080 คน เริ่มด้วยวิธีการการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage Sampling) โดยได้ สุ่มตัวอย่างจากการจับฉลากจำนวนสโมสรเพื่อให้ได้ 10 สโมสร ในแต่ละลีกก่อน หลังจากนั้นจึงจับฉลากเพื่อให้ ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักฟุตบอลของแต่ละทีมๆ ละ 15 คน จะได้กลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้นลีกละ 150 คน รวมทั้ง สองลีก 300 คน และเพื่อให้เป็นไปตามตารางสำเร็จรูปการคำนวณหาขนาดของกลุ่มตัวอย่างของ Krejcie & Morgan จึงคัดออกลีกละ 14 คน ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 284 คน แบ่งเป็นนักฟุตบอลอาชีพไทยลีก 1 ประจำปี 2017 จำนวน 142 คน และไทยลีก 2 ประจำปี 2017 จำนวน 142 คน (Thanin Sincharu, 2012)

วิธีดำเนินการวิจัย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบทดสอบความวิตกกังวลตาม สถานการณ์ฉบับปรับปรุง(Revised Competitive Sport Anxiety Inventory - 2 (CSAI - 2R) (Cox, Martens, Russell, 2003) แปลเป็นภาษาไทยโดยพิชิต เมืองนาโพธิ์ (Pichit Moungnapoo, cited in Dissorn Kaewluek, 2010)
2. แบบสอบถามการรับรู้บรรยากาศจิตใจฉบับภาษาไทย (The Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire) ของฉัตรกมล สิงห์น้อย และคณะ (Chatkamol Singnoi et. al., 2015)

2. การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ศึกษารายละเอียดแบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ และแบบสอบถามการรับรู้บรรยากาศสูงใจในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพื่อความเข้าใจที่ถูกต้อง

2. ทำหนังสือจากคณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา ขอความร่วมมือในการวิจัยเพื่อขอความอนุเคราะห์จากทีมฟุตบอลที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง เพื่อนำไปทดลองใช้ (try out) กับกลุ่มที่มีลักษณะเฉพาะคล้ายคลึงกับกลุ่มตัวอย่างที่นำมาศึกษาในครั้งนี้จำนวน 30 คนเพื่อตรวจสอบความเข้าใจความเหมาะสมในการใช้ภาษาเนื้อหาและหาค่าอำนาจจำแนกของข้อคำถามตามวิธีของ Rowinelli and Hambleton (Rowinelli and Hambleton, 1977) และหาค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบ ตามวิธีการของคอนบาคแอลฟา (Cronbach's alpha reliability) โดยแบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ มีค่าความเชื่อมั่นที่ระดับ 0.70 ($\alpha = 0.70$) และแบบสอบถามการรับรู้บรรยากาศสูงใจ มีค่าความเชื่อมั่นที่ระดับ 0.71 ($\alpha = 0.71$)

3. นำแบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (Revised Competitive state Anxiety Inventory - 2: CSAI-2R) และแบบสอบถามการรับรู้บรรยากาศสูงใจฉบับภาษาไทย (Perceived Motivational Climate Sport Questionnaire) ไปเก็บรวบรวมข้อมูลนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาฟุตบอลรายการไทยลีก 1 และไทยลีก 2 ก่อนการแข่งขัน 1 วัน

4. นำแบบทดสอบที่ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลแล้วมาตรวจสอบความสมบูรณ์ของ แบบทดสอบ และทำการจำแนกแบบทดสอบตามที่กำหนดไว้

5. นำข้อมูลที่ได้จากแบบทดสอบไปวิเคราะห์ผลทางสถิติ

3. การวิเคราะห์ข้อมูล

1. หาค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนความวิตกกังวลตามสถานการณ์วิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความเชื่อมั่นในตนเอง การรับรู้บรรยากาศสูงใจ ของนักกีฬาฟุตบอลอาชีพชาวไทยในระดับไทยลีก 1 และไทยลีก 2 นำเสนอในรูปแบบของตารางและความเรียง

2. เปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลตามสถานการณ์และบรรยากาศสูงใจระหว่างนักกีฬาฟุตบอลอาชีพชาวไทยในระดับไทยลีก 1 กับนักกีฬาฟุตบอลอาชีพชาวไทยในระดับไทยลีก 2 โดยทดสอบค่าที่ Independent t-test

3. กำหนดค่านัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิจัย

1. ระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลอาชีพ

จากการศึกษาระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลอาชีพชาวไทยในระดับไทยลีก 1 ปรากฏตามตารางที่ 1

ตารางที่ 1 สรุปค่าเฉลี่ยของระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ในนักกีฬาฟุตบอลอาชีพชาวไทย

รายการ	ความวิตกกังวลทางกาย			ความวิตกกังวลทางจิต			ความเชื่อมั่นในตนเอง		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
ไทยลีก 1	13.22	0.41	ต่ำ	15.25	0.51	ต่ำ	36.28	0.41	สูง
ไทยลีก 2	16.45	0.58	ต่ำ	18.43	0.52	ต่ำ	31.24	0.66	สูง
รวม	14.83	0.49	ต่ำ	16.64	0.52	ต่ำ	33.76	0.49	สูง

2. บรรยายากาตุงใจในนักกีฬาฟุตบอลอาชีพ

บรรยายากาตุงใจในนักกีฬาฟุตบอลอาชีพไทยลีก 1 มีหัวข้อที่มีระดับคะแนนมากที่สุดสามลำดับแรก ได้แก่ ความพยายามอย่างหนักคือรางวัล เป้าหมายคือปรับปรุงการเล่นแต่ละเกม และนักกีฬากระตุ้นให้ฝึกที่จุดอ่อนของตนเอง ส่วนหัวข้อที่มีคะแนนน้อยที่สุด ตามลำดับ ได้แก่ เฉพาะโค้ชให้ความสนใจกับดาราของทีมเท่านั้น นักกีฬาจะถูกเปลี่ยนตัวออกจากเกมเมื่อทำผิดพลาด และเฉพาะผู้เล่นชั้นนำเท่านั้นที่ได้รับความสนใจจากโค้ช นักกีฬาฟุตบอลอาชีพไทยลีก 2 มีหัวข้อที่มีระดับคะแนนมากที่สุดสามลำดับแรก ได้แก่ นักกีฬากระตุ้นให้ฝึกที่จุดอ่อนของตนเอง ความพยายามอย่างหนักคือรางวัล และเชื่อว่าโค้ชทำให้นักกีฬาพัฒนาความสามารถให้ดีขึ้นได้ส่วนหัวข้อที่มีคะแนนน้อยที่สุด ตามลำดับ ได้แก่ โค้ชให้ความสนใจกับดาราของทีมเท่านั้น ผู้เล่นบางคนเท่านั้นที่เป็นดาราของทีม และการได้ดีกว่าคนอื่นคือสิ่งที่สำคัญที่สุด

3. ผลของการเปรียบเทียบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ และบรรยายากาตุงใจในนักกีฬาฟุตบอลอาชีพชาวไทยระหว่างไทยลีก 1 และไทยลีก 2

ตารางที่ 2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักฟุตบอลอาชีพชาวไทย

ด้านความวิตกกังวลทางกาย

ระดับไทยลีก	N	$\bar{X}$	S.D.	t	P
ไทยลีก 1	142	13.22	0.41	7.88	0.00
ไทยลีก 2	142	16.45	0.58		

* $P < 0.05$

จากตารางที่ 2 แสดงให้เห็นว่าการทดสอบค่าความแตกต่างของความ วิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักฟุตบอลอาชีพชาวไทยด้านความวิตกกังวลทางกาย ของนักฟุตบอลอาชีพชาวไทยแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 3 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักฟุตบอลอาชีพชาวไทย

ด้านความวิตกกังวลทางจิต

ระดับไทยลีก	N	$\bar{X}$	S.D.	t	P
ไทยลีก 1	142	15.25	0.41	5.94	0.44
ไทยลีก 2	142	18.43	0.52		

* $P < 0.05$

จากตารางที่ 3 แสดงให้เห็นว่าการทดสอบค่าความแตกต่างของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักฟุตบอลอาชีพชาวไทยด้าน ความวิตกกังวลทางจิต ของนักฟุตบอลอาชีพชาวไทย ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 4 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของนักฟุตบอลอาชีพชาวไทย ด้านความเชื่อมั่นในตนเอง

ระดับไทยลีก	N	$\bar{X}$	S.D.	t	P
ไทยลีก 1	142	36.28	0.41	8.05	0.00
ไทยลีก 2	142	31.24	0.66		

* $P < 0.05$

จากตารางที่ 4 แสดงให้เห็นว่าการทดสอบค่าความแตกต่างของนักฟุตบอลอาชีพชาวไทยด้านความเชื่อมั่นในตนเอง ของนักฟุตบอลอาชีพชาวไทย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

ตารางที่ 5 เปรียบเทียบบรรยาการจิตใจนักฟุตบอลอาชีพชาวไทยระหว่างไทยลีก 1 และไทยลีก 2

ข้อ	รายการ	ไทยลีก 1		ไทยลีก 2		t	P
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
1	นักกีฬารู้สึกดีเมื่อเล่นได้ดีกว่าเพื่อนร่วมทีม	4.38	0.72	3.88	1.23	4.74	0.00
2	ความพยายามอย่างหนักคือรางวัล	4.69	0.51	4.29	0.91	4.58	0.00
3	นักกีฬาถูกลงโทษเมื่อทำผิดพลาด	1.98	0.96	2.72	1.31	.54	0.00
4	เชื่อว่าโค้ชทำให้นักกีฬาพัฒนาความสามารถให้ดีขึ้นได้	4.24	0.62	4.21	0.89	.378	0.70
5	เป้าหมายคือปรับปรุงการเล่นแต่ละเกม	4.59	0.52	4.19	0.94	4.46	0.00
6	นักกีฬาจะถูกเปลี่ยนตัวออกจากเกมเมื่อทำผิดพลาด	1.45	0.72	2.07	1.06	5.75	0.00
7	ความสำคัญในการเล่นคือการเล่นได้ดีกว่าคนอื่น ๆ	1.97	0.89	2.33	0.98	3.23	0.00
8	โค้ชให้ความสนใจกับดาราของทีมเท่านั้น	1.46	0.50	1.73	0.98	2.81	0.00
9	การได้ดีกว่าคนอื่นคือสิ่งที่สำคัญที่สุด	1.51	0.70	1.73	0.86	2.42	0.01
10	นักกีฬาฝึกหนักเพราะเขาต้องการการเรียนรู้มากขึ้น	2.40	1.36	3.70	1.46	4.70	0.00
11	โค้ชเอาใจใส่กับนักกีฬาบางคนมากกว่าคนอื่น	2.22	1.07	1.94	1.02	2.22	0.02
12	นักกีฬาบางคนถูกกระตุ้นให้ฝึกให้มากกว่าเพื่อนร่วมทีมคนอื่น ๆ	4.09	0.78	3.94	0.90	1.55	0.12

ตารางที่ 5 เปรียบเทียบบรรยาการศรัทธาใจในนักกีฬาฟุตบอลอาชีพชาวไทยระหว่างไทยลีก 1 และไทยลีก 2 (ต่อ)

ข้อ	รายการ	ไทยลีก 1		ไทยลีก 2		t	P
		$\bar{X}$	S.D.	$\bar{X}$	S.D.		
13	นักกีฬากระตุ้นให้ฝึกที่จุดอ่อนของตนเอง	4.58	0.52	4.32	.763	.37	0.00
14	ทุกคนต้องการที่จะเป็นผู้ทำคะแนนสูงสุด	3.18	1.08	2.99	1.26	1.37	0.17
15	ทุกคนรู้สึกว่าตัวเองมีบทบาทที่สำคัญในทีม	4.19	0.75	3.73	1.12	4.97	0.00
16	โค้ชต้องการให้เราฝึกทักษะใหม่ๆ	3.99	0.93	3.99	0.88	.00	1.00
17	นักกีฬาอย่างเล่นกับทีมที่คนในทีมมีฝีมือเท่าๆ กัน	2.30	0.92	2.73	0.95	3.93	0.00
18	เฉพาะผู้เล่นชั้นนำเท่านั้นที่ได้รับความสนใจจากโค้ช	1.41	0.80	2.04	1.14	5.35	0.00
19	ผู้เล่นส่วนใหญ่มีโอกาสได้ลงเล่น	3.88	0.82	3.96	0.40	0.70	0.49
20	นักกีฬากลัวการทำผิดพลาด	2.30	0.99	2.74	1.04	3.62	0.00
21	ผู้เล่นบางคนเท่านั้นที่เป็นดาราของทีม	2.61	1.28	2.41	1.32	1.27	0.20

จากตารางที่ 5 แสดงให้เห็นว่า โดยมี 15 หัวข้อที่ไม่มีนัยสำคัญของความแตกต่างที่ระดับ .05 แต่มี 5 หัวข้อที่พบความแตกต่างกันคือ โค้ชต้องการให้เราฝึกทักษะใหม่ๆ เชื่อว่าโค้ชทำให้นักกีฬาพัฒนาความสามารถให้ดีขึ้นได้ ผู้เล่นส่วนใหญ่มีโอกาสได้ลงเล่น ผู้เล่นบางคนเท่านั้นที่เป็นดาราของทีม ทุกคนต้องการที่จะเป็นผู้ทำคะแนนสูงสุด และนักกีฬาบางคนถูกกระตุ้นให้ฝึกให้มากกว่าเพื่อนร่วมทีมคนอื่นๆ

สรุปผลการวิจัย

1. ระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลอาชีพชาวไทยในระดับไทยลีก 1 มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกาย (13.22 ± 0.41) มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิต เท่ากับ (15.25 ± 0.51) มีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเอง (36.28 ± 0.41) ส่วนนักกีฬาฟุตบอลอาชีพชาวไทยในระดับไทยลีก 2 มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกาย (16.45 ± 0.58) มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางจิต (18.43 ± 0.52) มีค่าเฉลี่ยความเชื่อมั่นในตนเอง (31.24 ± 0.49)

2. บรรยาการศรัทธาใจในนักกีฬาฟุตบอลอาชีพไทยลีก 1 มีหัวข้อที่มีระดับคะแนนมากที่สุดสามลำดับแรก ได้แก่ ความพยายามอย่างหนัก คือ รางวัล เป้าหมาย คือ ปรับปรุงการเล่นแต่ละเกม และนักกีฬากระตุ้นให้ฝึกที่จุดอ่อนของตนเอง ส่วนหัวข้อที่มีคะแนนน้อยที่สุด ตามลำดับ ได้แก่ เฉพาะโค้ชให้ความสนใจกับดาราของทีมเท่านั้น นักกีฬาจะถูกเปลี่ยนตัวออกจากเกมเมื่อทำผิดพลาด และเฉพาะผู้เล่นชั้นนำเท่านั้นที่ได้รับความสนใจจากโค้ช นักกีฬาฟุตบอลอาชีพไทยลีก 2 มีหัวข้อที่มีระดับคะแนนมากที่สุดสามลำดับแรก ได้แก่ นักกีฬากระตุ้นให้ฝึกที่จุดอ่อนของตนเอง ความพยายามอย่างหนักคือรางวัล และเชื่อว่าโค้ชทำให้นักกีฬาพัฒนาความสามารถให้ดีขึ้นได้ส่วนหัวข้อที่มีคะแนนน้อยที่สุด ตามลำดับ ได้แก่ โค้ชให้ความสนใจกับดาราของทีมเท่านั้น ผู้เล่นบางคนเท่านั้นที่เป็นดาราของทีม และการได้ดีกว่าคนอื่นคือสิ่งที่สำคัญที่สุด

3. ผลของการเปรียบเทียบระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลอาชีพไทยลีก 1 และไทยลีก 2 โดยแบ่งเป็นรายนั้น พบว่าด้านความวิตกกังวลทางกาย และด้านความเชื่อมั่นในตนเองของนักฟุตบอลอาชีพชาวไทย แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนด้านความวิตกกังวลทางจิต ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อเปรียบเทียบบรรยากาศจิตใจ ระหว่างนักกีฬาฟุตบอลอาชีพไทยลีก 1 และไทยลีก 2 พบว่ามี 15 หัวข้อที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 แต่มี 6 หัวข้อที่พบไม่ความแตกต่างกันคือ โค้ชต้องการให้เราฝึกทักษะใหม่ๆ เชื่อว่าโค้ชทำให้นักกีฬาพัฒนาความสามารถให้ดีขึ้นได้ ผู้เล่นส่วนใหญ่มีโอกาสได้ลงเล่น ผู้เล่นบางคนเท่านั้นที่เป็นดาราของทีม ทุกคนต้องการที่จะเป็นผู้ทำคะแนนสูงสุด และนักกีฬาบางคนถูกกระตุ้นให้ฝึกให้มากกว่าเพื่อนร่วมทีมคนอื่นๆ

อภิปรายผลการวิจัย

ในการศึกษาความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลอาชีพชาวไทย พบว่ามีค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลทางกายอยู่ในระดับต่ำ ความวิตกกังวลทางจิต อยู่ในระดับต่ำ และความเชื่อมั่นในตนเองอยู่ในระดับสูง ถือได้ว่านักกีฬาฟุตบอลอาชีพชาวไทยมีความวิตกกังวลอยู่ในช่วงที่พอเหมาะกับสถานการณ์ทั้งนี้อาจเป็นไปได้ว่านักกีฬาฟุตบอลอาชีพชาวไทยได้มีการประเมิณผลได้ผลเสียของเกมการแข่งขัน มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับความวิตกกังวลทางการกีฬา จึงทำให้สามารถที่จะควบคุมความวิตกกังวลได้ ซึ่งเป็นไปตามทฤษฎีอักษรยูคว่ำ (Inverted – U Theory) สุปรานี ขวัญบุญจันทร์ (Supranee Kwanboonchan, 1998) กล่าวว่า ถ้ามีความวิตกกังวลต่ำและสูงจะมีความสามารถต่ำแต่ถ้ามีความวิตกกังวล เหมาะสมจะทำให้มีความสามารถสูง เป็นที่ยอมรับโดยทั่วไปและใช้ได้ในการเล่นกีฬาเกือบทุกประเภท ดังนั้นนักกีฬาจะต้องควบคุมให้ตนเองมีสมาธิ ความวิตกกังวลจะอยู่ในระดับเหมาะสมจึงจะทำให้ให้นักกีฬามีความสามารถที่แสดงออกสูง ความวิตกกังวลทั้ง 2 ลักษณะ จะเห็นว่าความวิตกกังวลทั้งสองนี้จะเป็นตัวเสริมซึ่งกันและกัน ดังนั้นก่อนการแข่งขันหรือระหว่างการแข่งขัน นักกีฬาจะต้องควบคุมตนเองให้มีสภาวะความวิตกกังวลให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม จึงจะทำให้แสดงความสามารถหรือศักยภาพทางการกีฬาออกได้สูง ซึ่งมีนักจิตวิทยาการกีฬาวรรัสเซียชื่อ นายยูริ ฮานิน (Pranee Yongsiri, 1999) อธิบายขยายความคิดต่อจากทฤษฎีอักษรยูคว่ำ โดยขยายความให้ทางเลือกใหม่เกี่ยวกับการแสดงความสามารถเชิงกีฬากับระดับของความวิตกกังวล หรือแรงเร้าใจโดยเรียกสิ่งนี้ว่า “โซนของความเหมาะสม” (Zone of Optimal Function, ZOF) เขาอธิบายว่านักกีฬาชั้นเยี่ยมแต่ละคนมีระดับความวิตกกังวลในโซนที่เหมาะสมไม่เท่าเทียมกันในการแสดงความสามารถสูงสุดฮานินเห็นความแตกต่าง กับทฤษฎีรูปอักษรยูคว่ำอยู่ 2 ประการ คือ ประการแรก ระดับความเหมาะสมของความวิตกกังวล ไม่จำเป็นต้องตกอยู่ตรงกลางเสมอไป แต่สามารถเคลื่อนไปตามเหมาะสมของนักกีฬาแต่ละคน หมายความว่านักกีฬาบางคน อาจจะมีระดับความวิตกกังวลที่เหมาะสมในโซนช่วงล่าง บางคนอาจจะมีระดับความวิตกกังวลอยู่ในโซนช่วงกลางหรือโซนสูงก็ได้ ดังนั้นโค้ช ผู้ฝึกสอน ควรช่วยนักกีฬาค้นหาจุดหรือโซนที่เหมาะสม ประการที่สอง ระดับความวิตกกังวล ไม่ได้เป็นจุดแต่เป็นทางยาว ดังนั้น ผู้ฝึกสอน อาจารย์ ควรช่วยนักกีฬาค้นหาโซน ZOF ที่มีความเหมาะสมจะได้พัฒนาศักยภาพสูงสุดของ นักกีฬาเท่าที่จะทำได้

ในการศึกษาผลของการศึกษาบรรยากาศสูงใจในนักกีฬาฟุตบอลอาชีพชาวไทย พบว่า มีหัวข้อที่มีระดับคะแนนมากที่สุดสามลำดับแรกได้แก่ ความพยายามอย่างหนักคือรางวัล นักกีฬากระตุ้นให้ฝึกที่จุดอ่อนของตนเอง และเป้าหมายคือปรับปรุงการเล่นแต่ละเกม ส่วนหัวข้อที่มีคะแนนน้อยที่สุด ตามลำดับ ได้แก่ เฉพาะผู้เล่นชั้นนำเท่านั้นที่ได้รับความสนใจจากโค้ช การได้ดีกว่าคนอื่นคือสิ่งที่สำคัญที่สุด และโค้ชให้ความสนใจกับดาราของทีมเท่านั้น ซึ่ง Ames (1992) ได้ให้เหตุผลและความหมายของสิ่งแวดล้อมทางจิตวิทยาว่าเป็นปัจจัยที่สามารถทำนายทัศนคติ มุมมองทางความคิด พฤติกรรม และส่วนประกอบที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจและได้จำแนกความแตกต่างของการรับรู้บรรยากาศสูงใจได้สองลักษณะ คือ บรรยากาศสูงใจมุ่งเน้นความชำนาญ (Mastery Motivational Climate) และบรรยากาศสูงใจมุ่งเน้นที่ประสิทธิภาพ (Performance Motivational Climate) นักกีฬามีการตัดสินใจเกี่ยวกับการประสบความสำเร็จเป็นลักษณะของความพยายามพัฒนาการของตนเอง และการเรียนรู้กลยุทธ์ใหม่ๆ โดยนักกีฬากลุ่มนี้จะรับรู้เกี่ยวกับสิ่งแวดล้อมทางกีฬาในลักษณะการหล่อหลอมมุ่งเน้นที่ความชำนาญ (Mastery oriented) แต่เมื่อการเรียนรู้อยู่บนพื้นฐานของการแข่งขันระหว่างบุคคล และมีการประเมินที่อยู่บนพื้นฐานของกฎเกณฑ์มาตรฐาน นักกีฬากลุ่มนี้จะรับรู้เกี่ยวกับบรรยากาศสูงใจในลักษณะการหล่อหลอมมุ่งเน้นที่ประสิทธิภาพของการเล่น (Performance oriented) สอดคล้องกับประทีป ปุณวัฒนา (Prateep Punwattana, 2013) ที่ได้ให้ความหมายของคำว่า สถานการณ์ บุคคล และสิ่งแวดล้อมที่มุ่งใจให้บุคคลมีการรับรู้สภาพโดยรอบของความรู้สึก นึกคิด เป็นสาเหตุให้มีการเปลี่ยนแปลงแรงจูงใจของบุคคลที่เกิดจากเจตคติ และพฤติกรรมการรับรู้บรรยากาศมุ่งเน้นที่ความชำนาญ และการรับรู้บรรยากาศมุ่งเน้นที่ความชำนาญ (Master Climate) คือ สถานการณ์ บุคคล และสิ่งแวดล้อมที่มุ่งใจเป็นสาเหตุให้มีการเปลี่ยนแปลงแรงจูงใจของบุคคลที่เกิดจากเจตคติ และพฤติกรรมการรับรู้มุ่งเน้นความสำเร็จที่เกิดขึ้นจากความพยายามการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ เป็นรางวัลและความร่วมมือร่วมใจเป็นแรงเสริม เพื่อการรับรู้ความสามารถที่เกิดจากปัจจัยภายในที่เป็นปัจจัยที่นำไปสู่ความสำเร็จ ส่วนของบรรยากาศสูงใจที่มุ่งเน้นประสิทธิภาพ (Performance Climate) หมายถึง สถานการณ์ บุคคล และสิ่งแวดล้อมที่มุ่งใจเป็นสาเหตุให้มีการเปลี่ยนแปลงแรงจูงใจของบุคคลที่เกิดจากเจตคติ และพฤติกรรมการรับรู้ความสำเร็จที่เกิดขึ้นจากความสามารถประสิทธิภาพที่ได้รับในการปฏิบัติภายนอกของตนเอง คือ การได้คะแนนหรือผลแพ้ – ชนะ ความผิดพลาดของการเล่นกีฬา และสิ่งกระตุ้นภายนอกที่ได้รับ (เช่น เงินรางวัล) ในการแข่งขันเป็นแรงเสริม เพื่อรับรู้ความสามารถที่เกิดจากปัจจัยภายนอกเป็นปัจจัยสำคัญนำไปสู่ความสำเร็จ

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1. ควรทำการศึกษาผลของบรรยากาศสูงใจในนักกีฬาอาชีพประเภทอื่นๆ
2. ควรทำการศึกษาและเปรียบเทียบผลของความวิตกกังวลตามสถานการณ์และบรรยากาศสูงใจในนักกีฬาทีมชาติ และนักกีฬาอาชีพ

References

- Ames, C. (1992). The relationship between competitive anxiety, achievement goal, and motivational climate. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 69(2), 176-187.
- Chatkamol Singnoi, Narupon Wongthataphat and Prateep Punwattana. (2015). Development of questionnaire for perceived motivation. In the sport of the Thai version. *Journal of Sport and Health Science*, 16(1), 50-63.
- Dissorn Kaewluek. (2010). *The anxiety of the situation of basketball players in the 37th University Games of Thailand*. (Master's thesis), Srinakharinwirot University.
- Pranee Yongsiri. (1999). *The relationship between anxiety, character traits and attitudes related to work and oneself towards sport of athletes at Srinakharinwirot University*. (Master's thesis), Srinakharinwirot University.
- Prateep Punwattana. (2013). *Relationship of motivational atmosphere / achievement goals and anxiety in high level football players*. (Doctoral dissertation), Burapha university.
- Preeya Patchanharn. (2018). Perception of motivation of aerobic dance players. *Academic Journal Institute of Physical Education*, 10(2), May-August 2018.
- Rovinelli, R. J., & Hambleton, R. K. (1977). On the use of content specialists in the assessment of criterion-referenced test item validity. *Dutch Journal of Educational Research*, 2, 49-60.
- Silpchai Suwanathada. (1990). *Learning movement skills: Theory and practice*. Bangkok: Department of Physical Education, Faculty of Education, Chulalongkorn University.
- Sombat Karnjanakit and Somyung Chantaruthai. (1999) *Sports psychology, theory, theory to practice*. Bangkok: Chulalongkorn University.
- Supranee Kwanboonchan. (1998). *Sports psychology*. Bangkok: Thai Wattana Panich.
- Thanapol Phuttamalee. (2015). *Club Risen Sing*. Retrieved from [www.goal.com/.../18/18479.../Analysis-Drill all questions - Club - Lysensing](http://www.goal.com/.../18/18479.../Analysis-Drill-all-questions-Club-Lysensing) searched on 14 June 2017
- Thanin Sincharu (2012). *Preliminary statistics*. Bangkok: Type 13. S.RP Printing Mass Products Company Limited.
- Weinberg R. S. and D, Gould. (2007). *Foundation of sport and exercise psychology*. Illinois: Human Kinetics. Champaign.
- Wiggins, M.S. (1998). Anxiety intensity and direction: Preperformance temporal patterns and expectation in athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*, 10(2), 201-211.

Received : 11 July, 2018

Revised : 8 September, 2018

Accepted : 27 September, 2018