

ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วม

การแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 43

THE STATE ANXIETY OF SOCCER ATHLETES PARTICIPATED IN THE 43TH THAILAND UNIVERSITY GAMES

พรรณาราย ชูสุวรรณ*

พรเทพ ราชจุฑาทอง** อวยพร ตั้งธงชัย***

วันที่รับ 1 พฤษภาคม 2562

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ระหว่างการแข่งขัน รอบแรก รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 43 ประชากรที่ใช้ในการวิจัยคือ นักกีฬาฟุตบอลชายจำนวน 432 คน ประกอบด้วย รอบแรก จำนวน 432 คน รอบสอง จำนวน 288 คน รอบรองชนะเลิศ จำนวน 72 คน และรอบชิงชนะเลิศ จำนวน 72 คน นักกีฬาฟุตบอลหญิง จำนวน 144 คน ประกอบด้วย รอบแรก จำนวน 144 คน รอบรองชนะเลิศ จำนวน 72 คน และรอบชิงชนะเลิศ จำนวน 72 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยคือ แบบสอบถามความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ฉบับปรับปรุง (Revised Competitive State Anxiety Inventory – 2 (CSAI – 2R)) แปลและเรียบเรียงเป็นภาษาไทยโดย พิชิต เมืองนาโพธิ์ ประกอบด้วย 3 ด้านคือ 1) ความวิตกกังวลทางกาย มีความเที่ยงตรงเท่ากับ 0.75 มีค่าความเชื่อถือได้เท่ากับ 0.69 2) ความวิตกกังวลทางจิต มีความเที่ยงตรงเท่ากับ 0.85 มีค่าความเชื่อถือได้เท่ากับ 0.67 และ 3) ความเชื่อมั่นในตนเอง มีความเที่ยงตรงเท่ากับ 0.83 มีค่าความเชื่อถือได้เท่ากับ 0.76 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย (μ) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (σ)

ผลการวิจัยพบว่า

1. ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความวิตกกังวลทางกายของนักกีฬาฟุตบอลชายรอบแรกอยู่ในระดับต่ำ รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศอยู่ในระดับปานกลาง นักกีฬาฟุตบอลหญิงรอบแรก รอบรองชนะเลิศอยู่ในระดับต่ำ และรอบชิงชนะเลิศอยู่ในระดับปานกลาง
2. ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ด้านความวิตกกังวลทางจิตของนักกีฬาฟุตบอลชาย รอบแรก รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศอยู่ในระดับปานกลาง และนักฟุตบอลหญิง รอบแรกและรอบชิงชนะเลิศอยู่ในระดับปานกลาง รอบรองชนะเลิศอยู่ในระดับต่ำ

*นิสิตปริญญาโท ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

**อาจารย์ ดร. ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

***ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

3. ความวิตกกังวลทางสถานการณ์ ด้านความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาฟุตบอลชายและนักกีฬาฟุตบอลหญิง รอบแรก รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศอยู่ในระดับปานกลาง

คำสำคัญ: ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ กีฬาฟุตบอล การแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 43 “กันเกราเกมส์”

Abstract

The purposes of this research were to study and to compare the level of the state anxiety of soccer athletes attended at the 43th Thailand among the first, the second, the semi-final, and the final rounds. The populations were 432 male athletes including 432 players in the first round, 288 players in the second round, 72 players in the semi-final round, and 72 players in the final round. The populations were 144 female athletes including 144 players in the second round, 72 players in the semi-final round, and 72 players in the final round. The research Instrument was Thai version of - the Revised Competitive State Anxiety Inventory-2 by Pichit Muangnapoe, including 1) The somatic anxiety, the construct Validity was .75 and the alpha coefficient was .69; 2) the cognitive anxiety, the construct validity was .85 and the alpha coefficient was .67; and 3) the self confidence. the construct Validity was .83 and the alpha coefficient was .76 . Data were analyzed for percentage, mean (μ), standard deviation (σ).

The results revealed that:

1. The Somatic anxiety of soccer athletes male among the first round was at the Low level. the second, the semi-final, and the final rounds were at the moderate level. For the athletes female among the first and the semi-final round were at the low level, and the final round was the moderate level.

2. The cognitive anxiety of soccer athletes male among the first, the second, the semi-final and the final rounds were at the moderate level, for athletes female among the first, and the final rounds were at the moderate level and the semi-final was the low level.

3. The self confidence of soccer athletes male and female among the first, the second, the semi-final, and the final rounds were at the moderate level

Keywords: THE STATE ANXIETY, SOCCER, THAILAND UNIVERSITY GAMES 43TH “Kankrao Games”

บทนำ

...ในปัจจุบันกีฬาถือว่ามีค่าสำคัญและมีบทบาทต่อสังคมโลกเป็นอย่างมาก โดยจะเห็นได้จากแต่ละประเทศทั่วโลกมีการจัดการแข่งขันกีฬาเพื่อให้เกิดการพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชน รวมถึงเพื่อให้คนในประเทศมีสุขภาพดีทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญา ตลอดจนกิจกรรมกีฬายังช่วยสร้างเสริมให้คนเกิดความมีวินัย ความรับผิดชอบและภาวะผู้นำและผู้ตามที่ดี ในส่วนของการพัฒนาร่างกาย การเล่นกีฬาจะช่วยให้ผู้เล่นมีสุขภาพแข็งแรงมีร่างกายได้สัดส่วนที่เหมาะสม มีความคล่องแคล่วว่องไว ทางด้านอารมณ์ช่วยให้มีความอดทนอดกลั้น รู้แพ้รู้ชนะ และยอมรับในสิ่งที่เกิดขึ้นจากการแข่งขัน ทางด้านสังคมช่วยสร้างเสริมสภาวะการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี รวมถึงการสร้างสามัคคีในหมู่คณะ ตลอดจนความเสียสละและเห็นอกเห็นใจเพื่อนร่วมกิจกรรม ซึ่งจะนำไปสู่การมีมิตรภาพที่ดีต่อกันในสังคม และทางด้านสติปัญญาช่วยให้สามารถคิดและแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างเป็นระบบโดยอาศัยหลักการและเหตุผลมาใช้ในการแก้ปัญหา จากเหตุผลดังกล่าวจึงเห็นได้ว่าการเล่นกีฬามีความสำคัญและส่งผลต่อการใช้ชีวิตของคนในสังคมโลก (การกีฬาแห่งประเทศไทย: 2542)

ในส่วนของประเทศไทยรัฐบาลได้เล็งเห็นถึงความสำคัญของการกีฬาที่มีต่อการพัฒนาคนในประเทศทั้งในด้านการพัฒนาคุณภาพชีวิตและการสร้างเสริมสุขภาพ ตลอดจนปลูกฝังความมีน้ำใจนักกีฬาให้เป็นค่านิยมเพื่อให้เกิดความสามัคคีของคนในชาติ รวมถึงมุ่งหวังให้คนไทยได้รับการส่งเสริมการออกกำลังกายและเล่นกีฬาอย่างถูกต้องจนเป็นวิถีชีวิต (กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2555:7) นอกจากนี้รัฐบาลยังให้ความสำคัญกับการแข่งขันกีฬาในระดับสถานศึกษา โดยเล็งเห็นว่านักเรียน นิสิต นักศึกษาและเยาวชนเป็นทรัพยากรบุคคลที่มีคุณค่าและสำคัญต่อประเทศชาติ การที่จะพัฒนาทรัพยากรของชาติให้ได้ผลดีควรที่จะพัฒนากีฬาในระดับนักเรียน นิสิต และนักศึกษา อันจะเป็นรากฐานที่สำคัญยิ่งตามแผนการพัฒนากีฬาของชาติ

การที่จะพัฒนานักกีฬาให้มีความสามารถและประสบความสำเร็จในการแข่งขันได้นั้น จะต้องอาศัยความรู้ความเข้าใจด้านวิทยาศาสตร์การกีฬามาใช้ให้เหมาะสมกับนักกีฬาและสถานการณ์ทาง การกีฬา เพื่อให้ให้นักกีฬาสามารถแสดงความสามารถของตนได้อย่างดีที่สุดในสถานการณ์ที่มีความกดดัน (Luandquvist, 2006:12) เนื่องจากในการแข่งขันกีฬานักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันอาจเกิดความวิตกกังวลจากการฝึกซ้อมและการแข่งขัน ภายใต้กฎกติกา โดยมีเป้าหมายของการแข่งขันเพื่อการถูกยอมรับ การมีชื่อเสียง และผลตอบแทนหรือเงินรางวัล ซึ่งสิ่งเหล่านี้เป็นแรงผลักดันให้นักกีฬามีความมุ่งมั่นเพื่อชัยชนะ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการแข่งขันในนัดสำคัญ นักกีฬาจะเกิดความวิตกกังวลมากขึ้น ซึ่งเป็นความรู้สึกที่เกิดจากความกลัวประสบการณ์ที่ผ่านมา และส่งผลต่อการแสดงออกทางความสามารถทางกีฬา (Performace) สอดคล้องกับ สมบัติ กาญจนกิจ และ สมหญิง จารุไทย (2542: 70) ที่กล่าวว่า ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ คือ ความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นตามสถานการณ์ ถ้าสถานการณ์มีความสำคัญมากจะมีความวิตกกังวลสูง แต่ถ้าสถานการณ์ไม่สำคัญหรือมีโอกาสชนะมากจะเกิดความวิตกกังวลต่ำ ในสถานการณ์แข่งขันกีฬานั้นมีอิทธิพลต่อระดับการแสดงความสามารถของนักกีฬาโดยตรง คือ ถ้าระดับความวิตกกังวลหรือ

ระดับการตื่นตัวอยู่ในระดับที่เหมาะสมก็จะทำให้นักกีฬาแสดงความสามารถออกมาได้อย่างสูงสุด แต่ถ้าความวิตกกังวลหรือความตื่นตัวอยู่ในระดับที่มากหรือน้อยเกินกว่าระดับความเหมาะสมก็จะทำให้การแสดงความสามารถทางกีฬาต่ำลง

ดังนั้นความวิตกกังวลจึงเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้นักกีฬาไม่อาจแสดงความสามารถทางกีฬาได้อย่างเต็มที่ การศึกษาสภาพจิตใจของนักกีฬาจึงเป็นสิ่งจำเป็นที่ผู้ฝึกสอน ผู้ควบคุมทีม หรือผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับนักกีฬาต้องทราบและทำความเข้าใจกับนักกีฬา เพื่อให้สามารถช่วยปรับสภาพทางด้านจิตใจของนักกีฬาให้เหมาะสมกับการแข่งขันได้ในสถานการณ์ต่างๆ ซึ่งสอดคล้องกับ สุปราณี ขวัญบุญจันทร์ (2541: 11) ที่กล่าวว่า จิตวิทยาการกีฬาเป็นการศึกษาพฤติกรรมของคนและสิ่งแวดล้อมที่มีความสัมพันธ์กับการกีฬา ซึ่งถ้านักกีฬาและผู้ฝึกสอนได้เห็นความสำคัญและนำไปประยุกต์ใช้ในการจัดโปรแกรมการฝึกซ้อมตลอดจนเกมการแข่งขันจะทำให้เกิดประโยชน์ดังนี้

1. ช่วยในการเตรียมความพร้อมของนักกีฬาทั้งด้านร่างกายและจิตใจทั้งในขณะฝึกซ้อมและแข่งขัน
2. ช่วยพัฒนาทักษะและขีดความสามารถของนักกีฬาให้มีประสิทธิภาพสูงสุด
3. ช่วยให้ผู้สอนมีความเข้าใจในนักกีฬามากขึ้นและเรียนรู้วิธีการบำรุงขวัญนักกีฬา
4. ช่วยให้นักกีฬาได้ศึกษาหาความรู้และเกิดการพัฒนาตนเองทั้งทางด้านทักษะและประสบการณ์
5. ช่วยทำให้เกิดการยอมรับซึ่งกันและกันระหว่างนักกีฬากับนักกีฬาและนักกีฬากับผู้ฝึกสอน
6. ช่วยให้ผู้ฝึกสอนกำหนดแบบแผนการฝึกซ้อมได้เหมาะสม
7. ช่วยให้ผู้ฝึกสอนได้ตัดสินใจในการประเมินความสามารถของนักกีฬาให้มีความเที่ยงตรงและเชื่อถือได้
8. ช่วยจัดระบบข้อมูลที่เป็นประโยชน์ทั้งด้านหลักการ ทฤษฎีและปฏิบัติ ตลอดผลวิจัยทางจิตวิทยาการกีฬาต่างๆ เพื่อนำไปใช้ในขณะฝึกซ้อม แข่งขันและหลังแข่งขัน

ในเรื่องของการแข่งขันกีฬานั้น การแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย จัดได้ว่าเป็นการแข่งขันกีฬาของนิสิตนักศึกษาระดับ อุดมศึกษา มหาวิทยาลัยในฐานะที่เป็นสถาบันในการจัดการศึกษาเพื่อความงอกงามทั้งทางด้านสติปัญญา อารมณ์และสังคม ได้เห็นความสำคัญในการส่งเสริมพัฒนาคุณภาพของมนุษย์โดยใช้กีฬาเป็นสื่อ จึงได้มีการส่งเสริมให้มีการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยทุกปีอย่างต่อเนื่อง ทำให้การแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยในปัจจุบันเป็นที่นิยมและได้รับความสนใจจากผู้ชมเป็นอย่างมาก เนื่องจากการแข่งขันในแต่ละครั้งจะมีนักกีฬาที่มีความสามารถเข้าร่วมการแข่งขันจำนวนมากทั้งในระดับทีมชาติ เยาวชนทีมชาติ กีฬาแห่งชาติ รวมถึงนักกีฬาดาวรุ่งเข้าร่วม ทำให้เกิดการแข่งขันสูงขึ้นเพื่อความเป็นเลิศทางด้านกีฬา และจากความสำคัญของความวิตกกังวลและความเชื่อมั่นในตนเอง เป็นสิ่งที่นักกีฬาทุกคนต้องประสบในการแข่งขันกีฬา และต้องสามารถควบคุมให้อยู่ในระดับที่เหมาะสมให้ได้ เพื่อที่จะประสบความสำเร็จในการแข่งขัน (ดิศรณ์ แก้วคล้าย, ธงชัย เจริญทรัพย์มณี, ภาควิชา รัตนโรจนากุล, 2554: 57)

ซึ่งจากที่ผ่านมามีการศึกษาวิจัยในเรื่องความวิตกกังวลของนักกีฬาในชนิดกีฬาที่หลากหลายที่เข้าแข่งขันในกีฬามหาวิทยาลัย อาทิเช่น เชวงพจน์ ครองธนาจันทร์ (2549: 58-60) พบว่า ความวิตกกังวล

ตามสถานการณ์ของนักกีฬาชายและหญิงไม่มีความแตกต่างกัน นักกีฬาชายเป็นชายรอบคัดเลือกกับรองชิงชนะเลิศความวิตกกังวลตามสถานการณ์ไม่แตกต่างกัน ส่วนนักกีฬาหญิงเป็นหญิงรอบชิงชนะเลิศความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ด้านความวิตกกังวลทางจิตใจสูงกว่าในรอบคัดเลือก สำหรับการศึกษาของ ดิสรณ์ แก้วคล้าย ธงชัย เจริญทรัพย์มณีและภาคภูมิ รัตนโรจนากุล (2554:63) พบว่าความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาสเกตบอลชายในรอบแรก รอบสอง รอบสาม รอบรองชนะเลิศ และรองชิงชนะเลิศไม่แตกต่างกัน

สำหรับกีฬาฟุตบอลซึ่งถือว่าเป็นกีฬาหนึ่งที่มีการจัดการแข่งขันในกีฬามหาวิทยาลัย โดยปัจจุบันกีฬาฟุตบอลมีการแข่งขันทั้งทีมชายและทีมหญิง ซึ่งก่อนที่จะได้แข่งกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยจะต้องผ่านการคัดเลือกในโซนของแต่ละภาคก่อน เพื่อที่จะได้เป็นตัวแทนเข้าร่วมแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย จึงนับได้ว่าเป็นการแข่งขันที่มีความสำคัญต่อนักกีฬาเป็นอย่างมาก และจากการแข่งขันที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อชัยชนะ จึงอาจจะทำให้ให้นักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันเต็มไปด้วยความวิตกกังวล ดังที่ Martens (1987: 29-55 อ้างใน ปราณี อยู่ศิริ, 2542: 12) ที่กล่าวว่าความวิตกกังวลทางจิตใจก่อนการแข่งขันจะเริ่มมีระดับสูงขึ้น และยังคงสูงขึ้นเรื่อยๆ และจะมีความคงที่เมื่อเข้าสู่การแข่งขัน ในทางตรงกันข้ามความวิตกกังวลทางกายก่อนการแข่งขันจะยังคงมีระดับต่ำ จนกระทั่งก่อนการแข่งขัน ประมาณ 24 ชั่วโมงความวิตกกังวลจะเพิ่มขึ้นรวดเร็ว ในขณะที่ความวิตกกังวลทางจิตจะผันแปรอยู่ตลอดการแข่งขัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความน่าจะเป็นของผลการแข่งขันว่าจะประสบความสำเร็จหรือล้มเหลว ดังนั้นจะเห็นได้ว่าความวิตกกังวลจะเกิดขึ้นกับนักกีฬาได้ทั้งก่อนการแข่งขัน ระหว่างการแข่งขัน และหลังการแข่งขัน นอกจากนี้รอบของการแข่งขันก็มีความสำคัญกับระดับความวิตกกังวล เนื่องจากนักกีฬาจะเกิดความวิตกกังวลสูงขึ้นตามสถานการณ์ ถ้าสถานการณ์ใดมีความสำคัญมากจะมีความวิตกกังวลมาก แต่หากสถานการณ์ใดมีความสำคัญน้อยก็จะมีวิตกกังวลน้อยตามไปด้วย (สุปราณี ขวัญบุญจันทร์, 2541: 53) จากเหตุผลข้างต้นจะเห็นได้ว่าความวิตกกังวลมีอิทธิพลอย่างมากต่อนักกีฬา ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 43 เพื่อข้อมูลที่ได้จะสามารถนำมาเป็นข้อมูลพื้นฐานในการนำไปใช้ประโยชน์ในการเป็นแนวทางในการพัฒนาทางจิตใจของนักกีฬาฟุตบอล เพื่อให้มีความสามารถในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยในครั้งต่อไปให้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 43
2. เพื่อเปรียบเทียบระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอล ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัย ครั้งที่ 43

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. เพื่อทราบถึงระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 43
2. เป็นแนวทางสำหรับผู้ฝึกสอนและผู้ที่เกี่ยวข้อง เกี่ยวกับกีฬาฟุตบอลทราบถึงระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาในช่วงก่อนการแข่งขัน สามารถนำข้อมูลการวิตกกังวลมาใช้พิจารณาสภาพจิตใจของนักกีฬา เพื่อสามารถควบคุม และปรับสภาวะความวิตกกังวลของนักกีฬาให้อยู่ในระดับที่เหมาะสม
3. เป็นแนวทางในการศึกษาค้นคว้าวิจัยแก่ผู้ที่สนใจเกี่ยวกับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลหรือนักกีฬานิติอื่นต่อไป

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 43 จำนวน 32 ทีม แยกเป็นทีมชาย 24 ทีม และทีมหญิง 8 ทีม จำนวนทั้งหมด 576 คน เป็นนักกีฬาฟุตบอลชายจำนวน 432 คน และนักกีฬาฟุตบอลหญิงจำนวน 144 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในวิจัยในครั้งนี้ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (Revised Competitive State Anxiety Inventory – 2 (CSAI – 2R) (Cox: Martens:& Russell. 2003) แปลและเรียบเรียงเป็นภาษาไทยโดย พิชิต เมืองนาโพธิ์ (2543) ซึ่งแบบสอบถาม แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ดังนี้

1. ข้อมูลส่วนตัวของนักกีฬา
2. แบบสอบถามความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ทั้งหมดมี 17 ข้อ แบ่งออกได้ดังนี้
 - 2.1 ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic Anxiety) ได้แก่ ข้อที่ 1, 4, 6, 9, 12, 15, 17 รวมจำนวน 7 ข้อ
 - 2.2 ความวิตกกังวลทางจิต (Cognitive Anxiety) ได้แก่ ข้อที่ 2, 5, 8, 11, 14 รวมจำนวน 5 ข้อ
 - 2.3 ความเชื่อมั่นตนเอง (Self - Confidence) ได้แก่ ข้อที่ 3, 7, 10, 13, 16 รวมจำนวน 5 ข้อ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากประชากร ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองและผู้ช่วยวิจัยจำนวน 2 คน ซึ่งมีขั้นตอนในการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้

1. ขออนุญาตจากภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เพื่อขอความร่วมมือจากทีมกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัย ครั้งที่ 43 ในการจัดเก็บข้อมูลการวิจัย

2. ศึกษารายละเอียดแบบสอบถามความวิตกกังวลตามสถานการณ์ เพื่อความเข้าใจที่ถูกต้อง และประชุมเพื่อทำความเข้าใจกับผู้ช่วยวิจัยที่เป็นนิสิตสาขาพลศึกษา ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ในการเก็บรวบรวมข้อมูลนักกีฬาฟุตบอลที่แข่งขันในทุกรอบการแข่งขัน

3. ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยนำแบบสอบถามความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (Revised Competitive State Anxiety Inventory – 2: CSAI-2R) ไปเก็บรวบรวมข้อมูล นักกีฬาฟุตบอลในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 43 ก่อนการแข่งขัน 2 ชั่วโมง ในทุกรอบการแข่งขันคือ รอบแรก รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ และได้ชี้แจงเกี่ยวกับหนังสือขอความร่วมมือให้กับผู้จัดการทีมทุกทีมที่รับทราบในการเก็บข้อมูล ในวันประชุมผู้จัดการทีม ซึ่งประกอบด้วย

ทีมชาย	ทีมหญิง
1. จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย	ม.ราชภัฏบุรีรัมย์
2. ม.ราชพฤกษ์	ว.บัณฑิตเอเชีย
3. ม.รังสิต	ม.อุบล
4. ม.ราชภัฏบุรีรัมย์	ม.ราชภัฏสุรินทร์
5. ม.ศรีนครินทรวิโรฒ	ม.ราชภัฏอุบล
6. ม.ราชภัฏลำปาง	ม.เกษตรศาสตร์
7. ม.ธนบุรี	ม.ราชภัฏศรีสะเกษ
8. ม.แม่โจ้	สถาบันพลศึกษา
9. ม.นอร์ทกรุงเทพ	
10. ว.บัณฑิตเอเชีย	
11. ม.ทักษิณ	
12. ม.อุบล	
13. ม.ธรรมศาสตร์	
14. ม.ราชภัฏสุราษฎร์ธานี	
15. ม.เกริก	
16. ม.มหิดล	
17. ม.ราชภัฏเชียงใหม่	
18. ม.เกษมบัณฑิต	
19. ม.ราชภัฏสุรินทร์	
20. ว.พิษณุพนธ์	
21. ม.ราชภัฏเชียงใหม่	
22. ม.กรุงเทพ	

23. ม.ราชภัฏยะลา

24. สถาบันพลศึกษา

4. ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยแจกแบบสอบถามความวิตกกังวลตามสถานการณ์ให้กับนักกีฬา ชี้แจงรายละเอียดและวิธีการทำแบบสอบถามความวิตกกังวลตามสถานการณ์ให้กับนักกีฬา แล้วให้นักกีฬาทำแบบสอบถามความวิตกกังวลตามสถานการณ์หลังจากชี้แจงรายละเอียดเสร็จทันที ในทุกๆรอบของการแข่งขันกีฬา

5. นำแบบสอบถามความวิตกกังวลตามสถานการณ์ที่ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลของแต่ละรอบของการแข่งขัน แล้วมาทำการตรวจสอบความสมบูรณ์ และทำการจำแนกแบบสอบถามตามที่กำหนดไว้ และนำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์ผลทางสถิติ ได้รับแบบทดสอบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ที่มีความสมบูรณ์ในแต่ละรอบดังนี้

รอบแรก ได้รับแบบทดสอบคืนและมีความสมบูรณ์ ชาย 385 ฉบับ แจกแบบทดสอบทั้งหมด 385ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100 หญิง 138 ฉบับ แจกแบบทดสอบไป 138 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100

รอบสอง ได้รับแบบทดสอบคืนและมีความสมบูรณ์ ชาย 232 ฉบับ แจกแบบทดสอบทั้งหมด 288 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 80.5

รอบรองชนะเลิศ ได้รับแบบทดสอบคืนและมีความสมบูรณ์ ชาย 50 ฉบับ แจกแบบทดสอบทั้งหมด 72 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 69.4 หญิง 53 ฉบับ แจกแบบทดสอบไป 72 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 73.6

รอบชิงชนะเลิศ ได้รับแบบทดสอบคืนและมีความสมบูรณ์ ชาย 50 ฉบับ แจกแบบทดสอบทั้งหมด 72 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 69.4 หญิง 54 ฉบับ แจกแบบทดสอบไป 72 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 75 นำแบบทดสอบที่มีความสมบูรณ์ ในแต่ละรอบไปวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้วิเคราะห์ข้อมูลรายละเอียดดังนี้

1. วิเคราะห์ข้อมูลส่วนตัวของนักกีฬาด้วยการหาค่าร้อยละ (Percentage)
2. วิเคราะห์ระดับความวิตกกังวลทางกาย ความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาฟุตบอล จำแนกตามรอบของการแข่งขัน ด้วยการหาค่าร้อยละ (Percentage)

3. วิเคราะห์ค่าเฉลี่ย (μ) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (σ) ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลเพศชายและเพศหญิง ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยครั้งที่ 43 ทั้ง 3 ด้านคือ ความวิตกกังวลทางกาย (Somatic Anxiety) ความวิตกกังวลทางจิตใจ (Cognitive Anxiety) และความเชื่อมั่นในตนเอง (Self - Confidence) ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 43

4. วิเคราะห์ความแตกต่างค่าเฉลี่ย (μ) ของระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลเพศชายและเพศหญิง ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยครั้งที่ 43 จำแนกตามรอบการแข่งขัน

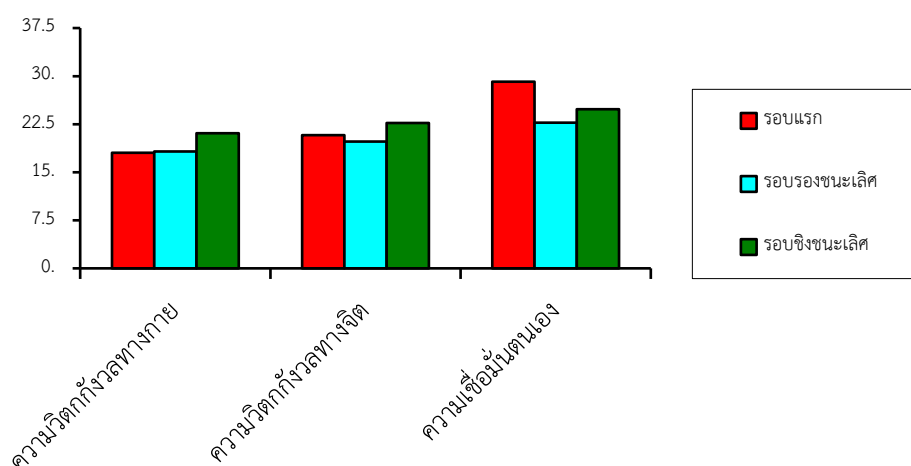
ผลการวิจัย

1.1 ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ด้านความวิตกกังวลทางกายของนักกีฬาฟุตบอลชายรอบแรกอยู่ในระดับต่ำ รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศอยู่ในระดับปานกลาง นักกีฬาฟุตบอลหญิงรอบแรก รอบรองชนะเลิศอยู่ในระดับต่ำ และรอบชิงชนะเลิศอยู่ในระดับปานกลาง

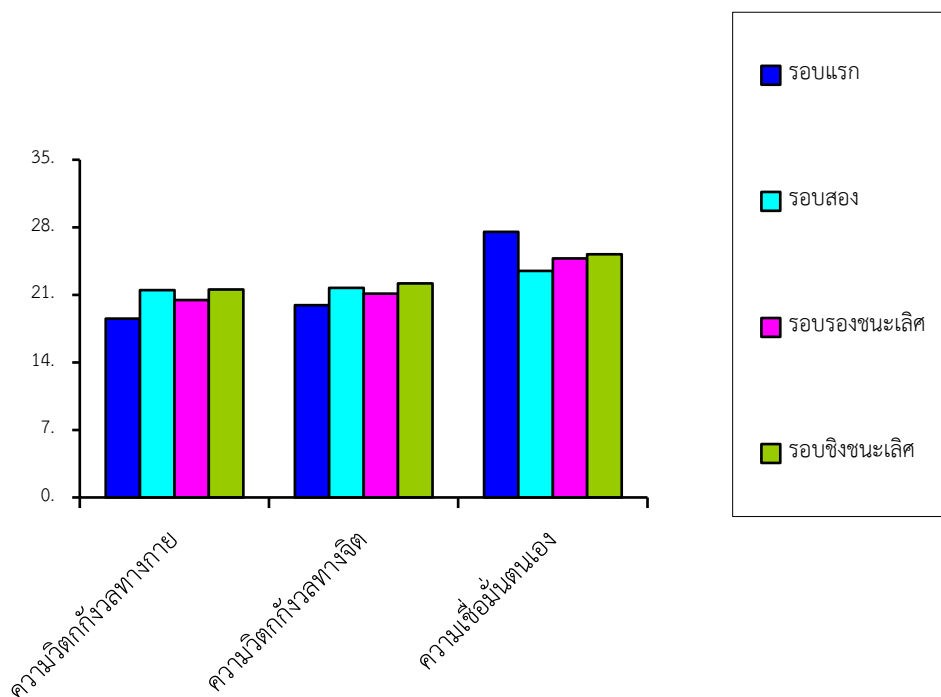
1.2 ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ด้านความวิตกกังวลทางจิตของนักกีฬาฟุตบอลชายรอบแรก รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศอยู่ในระดับปานกลาง และนักฟุตบอลหญิง รอบแรกและรอบชิงชนะเลิศอยู่ในระดับปานกลาง รอบรองชนะเลิศอยู่ในระดับต่ำ

1.3 ความวิตกกังวลทางสถานการณ์ ด้านความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาฟุตบอลชายและนักกีฬาฟุตบอลหญิง รอบแรก รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศอยู่ในระดับปานกลาง ดังรูป

เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาหญิง



เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาชาย



ข้อวิจารณ์

จากผลการวิจัย สรุปเป็นข้อวิจารณ์ได้ดังนี้

1. จากผลการวิจัยความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 43 พบว่า ค่าเฉลี่ยด้านความวิตกกังวลทางกาย ของนักกีฬาฟุตบอลชายและนักกีฬาฟุตบอลหญิง ในรอบแรก อยู่ในระดับต่ำ ความวิตกกังวลทางจิตและความเชื่อมั่นในตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง แต่ในรอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศของนักกีฬาฟุตบอลชาย ความวิตกกังวลทางกาย ความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง ส่วนนักกีฬาฟุตบอลหญิง รอบรองชนะเลิศ ความวิตกกังวลทางกาย และความวิตกกังวลทางจิต อยู่ในระดับต่ำ และความเชื่อมั่นในตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง และรอบชิงชนะเลิศของนักกีฬาฟุตบอลหญิง ความวิตกกังวลทางกาย ความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้เพราะนักกีฬาฟุตบอลส่วนใหญ่มีความสามารถในระดับดีที่ผ่านการคัดเลือกในระดับภาคมาแล้ว อีกทั้งมีการฝึกซ้อมและการเตรียมทีมก่อนการแข่งขันมาเป็นอย่างดี จึงทำให้นักกีฬามีความวิตกกังวลตามสถานการณ์ในระดับต่ำ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Sade, S. et al. (1990) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวล

การควบคุมตนเอง และความสามารถในการยิงปืนยาว พบว่า ความวิตกกังวลตามสถานการณ์มีผลต่อความสามารถในการยิงปืน กล่าวคือนักกีฬายิงปืนระดับดี จะมีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ต่ำ แต่ในรอบของการแข่งขันที่ต่างสถานการณ์กัน ย่อมมีผลต่อความวิตกกังวลของนักกีฬาด้วยเช่นกัน และสอดคล้องกับ พรณรงค์ ไกรรอด (2542) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตซอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25 พบว่า นักกีฬาฟุตซอลมีความวิตกกังวลทางกายอยู่ในระดับต่ำ ในรอบแรก รอบสอง และรอบชิงชนะเลิศและในรอบรองชนะเลิศมีความวิตกกังวลอยู่ในระดับปานกลาง ความวิตกกังวลทางจิตอยู่ในระดับปานกลางในรอบของการแข่งขัน ซึ่งพบว่า นักกีฬาฟุตซอลส่วนใหญ่มีความสามารถในการเล่นฟุตซอลในระดับดี มีนักกีฬาที่มีความสามารถสูง จึงทำให้มีความวิตกกังวลต่อสถานการณ์ต่ำ

2. จากผลการศึกษาค่าเฉลี่ยด้านความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาฟุตบอลชายและฟุตบอลหญิง อยู่ในระดับปานกลางในรอบแรก รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ แตกต่างกับค่าเฉลี่ยด้านความวิตกกังวลทางกาย และความวิตกกังวลทางจิต ของนักกีฬาฟุตบอลชายและฟุตบอลหญิง ที่อยู่ในระดับต่ำถึงปานกลาง จะเห็นได้ว่า ความเชื่อมั่นในตนเองมีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลทางกาย และความวิตกกังวลทางจิตในทางลบ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Kou, Huang and Chou (2003) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย ความเชื่อมั่นในตนเองและความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะนิสัย ที่มีต่อความสามารถในการยกน้ำหนักของนักกีฬายกน้ำหนักได้ห้วน ผลการวิจัยพบว่าความวิตกกังวลทางจิตมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความวิตกกังวลทางกายและความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะนิสัย และความเชื่อมั่นในตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับความวิตกกังวลทางจิต ความวิตกกังวลทางกาย และความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะนิสัย และ สอดคล้องกับ ศักตรินทร์ ธรรมวงศ์ (2548) ได้ศึกษาวิจัยเรื่องความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 32 พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลทางกายกับความวิตกกังวลทางจิตของนักกีฬามีความสัมพันธ์ทางบวก เท่ากับ .601 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และความวิตกกังวลทางกายกับความเชื่อมั่นในตนเอง มีความสัมพันธ์ทางลบเท่ากับ -0.162 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และความวิตกกังวลทางจิตกับความเชื่อมั่นในตนเอง มีความสัมพันธ์ทางลบเท่ากับ -0.245 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

3. จากผลการเปรียบเทียบระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ระหว่างรอบแรก รอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 43 พบว่า ระดับความวิตกกังวลทางกาย ความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเอง ของนักกีฬาฟุตบอลในรอบแรก รอบสอง และรอบรองชนะเลิศ ไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้เป็นเพราะการแข่งขันกีฬาฟุตบอลมหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยมีการแบ่งสายการแข่งขัน โดยแต่ละสายจะมีทีมที่เป็นทีมวางและทีมที่เป็นทีมรอง ทำให้นักกีฬาสามารถประเมินความสามารถของทีมอื่นๆได้ เมื่อทราบผลการแบ่งสายการแข่งขันในรอบแรก เพราะนักกีฬาฟุตบอลส่วนใหญ่มีประสบการณ์ในการแข่งขันจากการเข้าร่วม

การแข่งขันรายการอื่นๆ มาก่อนนี้ เช่น การแข่งขันกีฬาแห่งชาติ การแข่งขันกีฬาลีกอุดมศึกษา และการแข่งขันฟุตบอลประชาชนชิงชนะเลิศแห่งประเทศไทย เป็นต้น ซึ่งทำให้นักกีฬาสามารถประเมินความสามารถของทีมอื่นๆ ได้เป็นอย่างดี ดังนั้น นักกีฬาจึงสามารถรักษาระดับความวิตกกังวลและสามารถควบคุมระดับความวิตกกังวลได้ ทำให้ค่าเฉลี่ยของคะแนนความวิตกกังวลทางกาย ความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาไม่แตกต่างกัน สอดคล้องกับผลการวิจัยของ ดิศรณ์ แก้วคล้าย (2553) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาสเกตบอลในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัย ครั้งที่ 37 ผลการวิจัยพบว่า ความวิตกกังวลทางกาย ความวิตกกังวลทางจิต และความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาสเกตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 37 ในการแข่งขันรอบแรก รอบสอง รอบสาม รอบรองชนะเลิศและรอบชิงชนะเลิศไม่แตกต่างกัน และสอดคล้องกับงานวิจัยของ สาวิตรี กลิ่นหอม (2551) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลตามสถานการณ์ก่อนการแข่งขันกับความสามารถในการยกน้ำหนักของนักกีฬายกน้ำหนักที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 23 จังหวัดสุราษฎร์ธานี พบว่า นักกีฬายกน้ำหนักเยาวชนชายและหญิง มีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกาย และความวิตกกังวลทางจิตอยู่ในระดับต่ำถึงปานกลาง ความเชื่อมั่นในตนเอง อยู่ในระดับปานกลางถึงสูง

4. จากผลการศึกษาระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาชาย ในรอบสอง รอบรองชนะเลิศ และรอบชิงชนะเลิศ ความวิตกกังวลทางกาย ความวิตกกังวลทางจิต มีค่าเฉลี่ยสูงกว่ารอบแรก คือ ความวิตกกังวลทางกาย และความวิตกกังวลทางจิต อยู่ในระดับต่ำในรอบแรก ส่วนนักกีฬาหญิง ในรอบชิงชนะเลิศ ความวิตกกังวลทางกาย ความวิตกกังวลทางจิต มีค่าเฉลี่ยสูงกว่ารอบแรก และรอบรองชนะเลิศ คือ ความวิตกกังวลทางกาย และความวิตกกังวลทางจิต อยู่ในระดับต่ำและปานกลางในรอบแรก และรอบชิงชนะเลิศ ทั้งนี้เป็นเพราะในรอบชิงชนะเลิศ ระดับความสำคัญของชัยชนะในการแข่งขันมีความสำคัญมาก การคาดหวังผลชนะเลิศของนักกีฬา เป็นการคาดหวังว่าตนเองต้องชนะก่อนการแข่งขันทำให้เกิดความวิตกกังวล และกลัวว่าผลการแข่งขันจะเป็นไปตามที่คาดหวัง กลัวผลการแข่งขันที่เป็นลบ เมื่อผลการแข่งขันออกมาไม่ดี อาจเป็นไปได้ว่านักกีฬายอมรับไม่ได้ว่าตนเองล้มเหลวหรือด้อยความสามารถ จนทำให้เกิดความวิตกกังวลก่อนการแข่งขัน จึงทำให้นักกีฬาฟุตบอลมีค่าเฉลี่ยความวิตกกังวลทางกาย ความวิตกกังวลทางจิต สูงกว่ารอบแรก รอบสอง และรอบรองชนะเลิศ สอดคล้องกับ ดิศรณ์ แก้วคล้าย (2553) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาสเกตบอลในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัย ครั้งที่ 37 ซึ่งพบว่า ระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาสเกตบอลชาย ทุกรอบของการแข่งขัน นักกีฬาสเกตบอลมีความวิตกกังวลทางกาย และความวิตกกังวลทางจิตอยู่ในระดับต่ำ และความเชื่อมั่นในตนเอง อยู่ในระดับปานกลาง และสอดคล้องกับงานวิจัยของ Rainey and Cunningham (1988) ได้ศึกษาความวิตกกังวลในการแข่งขันของนักกีฬาในระดับมหาวิทยาลัย พบว่า ความวิตกกังวลเกี่ยวกับการแสดงออก ได้แก่ เกรงว่าจะกระทำความผิดพลาด กลัวว่าจะแพ้ กลัวว่าจะเล่นไม่ดี มีความสัมพันธ์กับความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬา เมื่อถึงรอบชิงชนะเลิศ นักกีฬาจึงมีความวิตกกังวลทางกาย และความวิตก

กังวลทางจิตเพิ่มมากขึ้น ส่วนด้านความเชื่อมั่นในตนเองในรอบชิงชนะเลิศอยู่ในระดับสูง เพิ่มขึ้นจากรอบแรก รอบสอง และรอบรองชนะเลิศ ซึ่งอยู่ในระดับปานกลาง เพราะจากผลการแข่งขันที่ผ่านมาในรอบแรก รอบสอง และรอบรองชนะเลิศที่นักกีฬาสามารถชนะจนสามารถผ่านเข้ามาแข่งขันในรอบชิงชนะเลิศได้ ทำให้นักกีฬามีความมั่นใจในตนเองมากขึ้น เกิดความเชื่อมั่นในตนเองว่าจะสามารถชนะเลิศได้

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

จากผลการวิจัยในครั้งนี้ ผู้วิจัยเห็นว่า ควรสรุปข้อมูลและนำเสนอผลการวิจัยต่อผู้ที่เกี่ยวข้อง เช่น ผู้จัดการทีมหรือผู้ควบคุมทีม เพื่อนำข้อมูลไปพิจารณาปรับใช้ในการพัฒนานักกีฬาของแต่ละทีมให้มีประสิทธิภาพต่อไป

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรทำการศึกษาถึงตัวแปร หรือปัจจัยต่างๆ ที่มีผลต่อความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬา เช่น ระดับของการแข่งขัน เป็นต้น
2. ควรศึกษาและเปรียบเทียบระดับความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของกีฬานชนิดอื่นๆ
3. ควรทำการศึกษาและเปรียบเทียบความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาประเภททีมและประเภทบุคคล

เอกสารและสิ่งอ้างอิง

- การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2542). **การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ**. กรุงเทพฯ: เซเวนพรีนติ้งกรุ๊ป จำกัด.
- กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. (2555). **แผนพัฒนาการกีฬาแห่งชาติ ฉบับที่ 5 (พ.ศ. 2555-2559)**. กรุงเทพมหานคร: โรงพิมพ์องค์การค้ำ สกสค.
- เชวงพจน์ ครอบธำนิทร์. 2549. **ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬายิงปืนในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 33**. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ดิศรณ์ แก้วคล้าย. 2553. **ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาสเกตบอลในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 37**. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ปรานี อยู่ศิริ. 2542. **ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬานักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ**. วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- พรณรงค์ ไกรรอด. 2542. **ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 25.** วิทยานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
- พิชิต เมืองนาโพธิ์. 2543. **เอกสารประกอบการสอน พล 437 จิตวิทยาการกีฬา.** ภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ศักดรินทร์ ธรรมวงศ์. 2548. **ความวิตกกังวลตามสถานการณ์โดยใช้แบบทดสอบ CSAI-2R ของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 32.** วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต. สาขาจิตวิทยาการกีฬา, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- สมบัติ กาญจนกิจ และ สมหญิง จันทุไทย. 2542. **จิตวิทยาการกีฬา แนวคิด ทฤษฎีสู่การปฏิบัติ.** กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สาวิตรี กลิ่นหอม. 2551. **ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลตามสถานการณ์ก่อนการแข่งขันกับความสามารถในการยกน้ำหนักของนักกีฬายกน้ำหนักที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 23 จังหวัดสุราษฎร์ธานี.** วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต. สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา, มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- สุปราณี ขวัญบุญจันทร์. 2541. **จิตวิทยาการกีฬา.** กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช.
- Luandqvist. 2006. **Competing under pressure : State anxiety , sport Performance and assessment.** Doctoral dissertation. Dcparment of psychology. Stockholm University.
- Sade, S. et al. 1990. **Anxiety Self Controland Shooting Performance.** Perception and Motor Skills. 71 : 33 – 68
- Kou, C. Z. ; Huang, M. Y. ; & Chou, C. C. (2003). **Effect of Cognitive Anxiety Somatic Anxiety Self – confidence and Trait Anxiety in Taiwanese Weightlifter.** (online).
- Rainey,D.W. and H. Cunningham. 1988. **Competitive Trait Anxiety in Male and Female College Athletes.** *Research Quarterly for Exercise and Sport.* 3: 24-247.