

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาของปัญหาและปัญหา

ปัจจุบันการกีฬาได้มีการนำเอาความรู้ทางวิทยาศาสตร์การกีฬา จิตวิทยาการกีฬาเข้ามามีส่วนช่วยในการส่งเสริมพัฒนาทางด้านร่างกาย เพื่อการปรับปรุงความสามารถของนักกีฬาให้มีขีดความสามารถสูงยิ่งขึ้น เป็นประโยชน์และความสำเร็จสูงสุดในการฝึกซ้อมและแข่งขัน ความสำเร็จนี้นับว่ามีความภาคภูมิใจทั้งด้านชื่อเสียงเกียรติยศแก่นักกีฬา ผู้ฝึกสอน สถาบันที่สังกัดและของประเทศชาติ ความสำเร็จจะสัมฤทธิ์ผลได้ต้องอาศัย ความสามารถของนักกีฬาเป็นประการสำคัญ ไม่ว่าจะเป็นกีฬาประเภทบุคคลหรือกีฬาประเภททีม โดยเฉพาะกีฬาประเภททีม จะมีความจำเป็นมากที่ต้องอาศัยความสามารถในทุก ๆ ด้านของนักกีฬา ทั้งในการฝึกซ้อมและการแข่งขัน เพื่อที่จะทำให้ทีมของตนมีความพร้อมและสมบูรณ์ที่สุด ซึ่งพอสรุปได้ว่า นอกเหนือจากตัวนักกีฬาจะเพียบพร้อมทางด้านร่างกายและทักษะแล้ว ต้องอาศัยปัจจัยที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือความสมบูรณ์ทางจิตใจนั่นเอง ดังที่ ศิลปชัย สุวรรณธาดา (2530 : 2) กล่าวว่า “นักกีฬาที่มีความสมบูรณ์ทางร่างกายและมีทักษะเท่ากัน ผู้ที่มีสภาพจิตใจที่สมบูรณ์มากกว่าย่อมจะประสบผลสำเร็จ ทั้งนี้เพราะในการแข่งขัน นักกีฬาต้องควบคุมอารมณ์ ความตื่นเต้น ต้องมีสมาธิ ต้องการแรงจูงใจและตั้งจุดมุ่งหมายที่คาดหวังไว้และอื่น ๆ”

นอกจากนั้น การพิจารณาศักยภาพของผู้เล่น เพื่อการสรรหานักกีฬาร่วมทีมหรือการกำหนดผู้เล่นในฐานะผู้เล่นตัวจริงและผู้เล่นสำรอง ในปัจจุบันหาวิธีวัดความสามารถของผู้เล่นที่เที่ยงตรงที่สุดไม่ได้ แม้จะมีผู้ฝึกสอนหรือทีมบางทีมนำเอาหลักการทางวิทยาศาสตร์การกีฬามาใช้ก็ตาม ดังนั้นการพิจารณาความสามารถของผู้เล่นจึงต้องอาศัยตัวแปรทางด้านความแตกต่างระหว่างบุคคลมาประกอบการตัดสินใจ เพื่อให้ได้นักกีฬาที่มีความพร้อมและสมบูรณ์ที่สุดเพราะว่าในการฝึกซ้อม การเก็บตัว การแข่งขัน นักกีฬาทุกคนต้องเผชิญกับสภาพเหตุการณ์ต่าง ๆ รอบด้าน เช่น สภาพทางภูมิศาสตร์ สภาพทางอารมณ์ของเพื่อนร่วมทีม และของ ตนเองในสถานการณ์การแข่งขัน สิ่งเหล่านี้อาจทำให้นักกีฬาประสบความล้มเหลวในการแสดงความสามารถทางด้านทักษะ ด้านเทคนิค และด้านกลยุทธ์ต่าง ๆ ที่มีอยู่ ตัวแปรที่สำคัญคือ ความแตกต่างทางด้านบุคลิกภาพของนักกีฬานั้นเอง (เจษฎา เจียรระโน, 2530 : 69)

ปัจจัยที่สำคัญที่มีอิทธิพลต่อความสามารถของนักกีฬา ไม่ว่าจะเป็นการแข่งขันในระดับใดก็ตาม ปัจจัยที่นอกเหนือไปจากสมรรถภาพทางกาย ด้านเทคนิค และด้านทักษะแล้ว ปัจจัยทางจิตวิทยาจะส่งผลกระทบต่อให้ขีดความสามารถของนักกีฬาแต่ละคนแตกต่างกันไป นักกีฬาไม่ว่าจะเป็นประเภทบุคคลหรือประเภททีม ที่มีสภาพจิตใจที่สมบูรณ์ย่อมมีความสามารถในการควบคุมอารมณ์และจิตใจอันจะทำให้สามารถปฏิบัติทักษะหรือสามารถเล่นได้อย่างมีประสิทธิภาพและประสบความสำเร็จสูง แม้ว่าปัจจัยทั้ง 3 ประการที่กล่าวมาแล้วจะมีความสัมพันธ์และมีความสำคัญต่อการแสดงความสามารถของนักกีฬา ทั้งในขณะการฝึกซ้อมและการแข่งขัน แต่เนื่องจากนักกีฬามีความแตกต่างระหว่างบุคคล (Individual Differences) โดยธรรมชาติอยู่แล้ว ทำให้นักกีฬาแต่ละคนมีบุคลิกภาพแตกต่างกัน เช่น ความสนใจ ทักษะ ทักษะ ความวิตกกังวล แรงจูงใจ การปรับตัว เป็นต้น ในทางจิตวิทยา ลักษณะทางบุคลิกภาพเหล่านี้มีความสัมพันธ์กับการเรียนรู้ตลอดจนการปรับตัวของนักกีฬา (สมบัติ กาญจนกิจ, 2542 : 9)

บุคลิกภาพ (Personality) นักกีฬากับความสามารถในการเล่นกีฬาเป็นเรื่องที่ได้รับความสนใจอย่างมากจากผู้ฝึกสอนกีฬาและผู้ที่เกี่ยวข้อง เพราะเชื่อว่ามีผลต่อการพัฒนาความสามารถทางกีฬา ในบางประเทศที่สามารถคัดเลือกเยาวชนเพื่อมาเล่นกีฬาได้ตามต้องการ มักให้ความสำคัญในการคัดเลือกจากบุคลิก ลักษณะทั้งทางจิตใจ และสัดส่วน รูปร่าง ทั้งของนักกีฬารวมทั้งพ่อแม่จนถึงปู่ย่า ตายาย เพื่อหาแนวโน้มรูปร่างและสัดส่วนของนักกีฬาคนนั้น และมีผลต่อการพัฒนาความสามารถในอนาคต เมื่อเป็นนักกีฬาที่จะมีการตรวจสอบบุคลิกลักษณะ ทั้งทางกาย และทางจิต เช่น แรงจูงใจ ความวิตกกังวล ความกล้า หรือแม้แต่อารมณ์ ความคิดต่อสถานการณ์การกีฬาต่าง ๆ ในขณะเดียวกันก็ไม่ได้หมายความว่านักกีฬาที่มีบุคลิกภาพที่เหมาะสมว่าประสบความสำเร็จเสมอไป แต่ผู้ฝึกสอนและผู้ที่เกี่ยวข้องยังให้ความสนใจ และเชื่อว่าบุคลิกลักษณะมีผลต่อการพัฒนาความสามารถทางกีฬา อย่างไรก็ตามความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพกับความสามารถทางการกีฬา ยังคงได้รับความสนใจที่จะนำมาอ้างอิงเสมอ เพราะทั้งผู้ฝึกสอน นักวิชาการเพราะยังเชื่อว่าบุคลิกภาพมีผลต่อความสามารถทางการกีฬาทั้งโดยตรง และโดยอ้อมเพราะบุคลิกภาพมีผลต่อความแตกต่างในเรื่องแรงจูงใจ การประหม่น และพฤติกรรมตอบสนองต่อการเล่นกีฬา และการพัฒนาความสามารถทางการกีฬา (สืบสาย บุญวิโรต, 2541 : 22-23)

ข้อสังเกตที่น่าสนใจ คือ ทั้งผู้ฝึกสอนและผู้ที่เกี่ยวข้องยังให้ความสนใจและปฏิบัติตามความเชื่อ การเห็นความสำคัญ และความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพและความสามารถในการเล่นกีฬา การคัดเลือกนักกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ มักพิจารณาจากบุคลิกภาพทั้งทางกายและจิตใจ เพราะคาดว่าบุคลิกภาพสามารถทำนาย หรือคาดหวังความสามารถในการเล่นกีฬาได้

ประโยค สุทธิสง่า, (2533:11) กล่าวว่าสิ่งที่ต้องคำนึงถึงในการพัฒนาทีมมีลักษณะ ดังนี้

1. การยอมรับซึ่งกันและกัน (Mutual Respect) ความก้าวหน้าและความสำเร็จของทีมขึ้นอยู่กับความสัมพันธ์ภายในทีม โดยเฉพาะนักกีฬาต้องยอมรับซึ่งกันและกัน ทั้งด้านทักษะความสามารถ อุทิศใจคอเพื่อให้สามารถรวมทีมได้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน และยอมรับในตัวผู้ร่วมทีมผู้ฝึกสอนด้วย

2. ความสัมพันธ์และความเข้าใจกัน (Effective Communication) มีความเข้าใจกัน เอาใจใส่ดูแลพร้อมเพรียงกัน ความสามัคคี และรับผิดชอบร่วมกันได้ดี

3. มีความรู้สึกว่าคุณเป็นส่วนหนึ่งของทีม (The feeling of an importance) มีความสำคัญต่อทีมขณะด้วยกัน แพ้ก็แพ้ด้วยกันไม่ว่าจะเป็น ตัวจริงหรือตัวสำรองมีความผูกพันในความรู้สึกของทีมร่วมกัน

4. เข้าใจจุดมุ่งหมายของทีม (Goal) นักกีฬาและผู้ร่วมทีมต่างมีความเข้าใจในจุดมุ่งหมายของทีม รู้จักปรับปรุงแก้ไขการกระทำต่าง ๆ เพื่อนำทีมไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ

5. มีความเสมอภาคเท่าเทียมกัน (Fair Treatment) มีความเข้าใจ ห่วงใย มีความรักและความอบอุ่นด้วยกัน ไม่แยกกลุ่มตัวจริง ตัวสำรอง อยู่ในทีมเดียวกัน ไม่มีอภิสิทธิ์เหนือคนอื่น

ความวิตกกังวล (Anxiety) เป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งเสริมและสกัดกั้นการเรียนรู้ รวมทั้งมีความสัมพันธ์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และการปฏิบัติกิจกรรมอื่น ๆ ความวิตกกังวลของนักกีฬาทั่วไปมักเป็นแรงขับให้ปรากฏซึ่งพฤติกรรมก้าวร้าวเนื่องมาจากความคับข้องใจ ความว้าวุ่น สับสน ความกดดัน การขาดความเชื่อมั่น ความหุดหู่ และความที่อดอย ปัจจัยเหล่านี้คอยสกัดกั้นความสะดวกสบายทั้งปวงของนักกีฬาซึ่งระดับความก้าวร้าวที่แสดงออกมาจะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับพื้นฐานด้านอารมณ์ของแต่ละบุคคล (เจษฎา เจียรไนย, 2530 : 72-73)

ดังนั้น ความวิตกกังวลจึงเกิดได้เมื่อบุคคลนั้นรับรู้ คิด หรือประเมินว่าข้อเรียกร้องจากเหตุการณ์นั้นมีมากกว่าความสามารถที่ตัวเองมี หรือเกินกว่าที่จะทำได้ หรือเกินความสามารถที่มีอยู่จะควบคุมได้

ความวิตกกังวล เป็นอารมณ์ที่ผสมผสานระหว่างความกดดันต่าง ๆ ที่มีต่อการกระทำและมีผลต่อความรู้สึกหรืออารมณ์ที่มีผลโดยตรงต่ออารมณ์ที่เป็นลบและอธิบายถึงความรู้สึกที่เป็นนามธรรมที่เป็นไปในทางที่ไม่พึงพอใจ (Spielberger, 1972 : 713-724)

นักกีฬามีความวิตกกังวลในขณะที่แข่งขันแตกต่างกันขึ้นอยู่กับบุคลิกภาพที่แตกต่างกัน (Martens, 1982 : 370-371) นักกีฬาที่มีความวิตกกังวลในการแข่งขันสูงมักจะประเมินการแข่งขันเป็นสถานการณ์ที่น่ากลัว มีความกดดันและมีความวิตกกังวลสูงกว่า บ่อยกว่านักกีฬาที่มีความ

วิตกกังวล เฉพาะกาลเป็นความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นทันทีเมื่อประสบกับเหตุการณ์ต่าง ๆ เน้นความคิด อารมณ์ มีผลต่อความวิตกกังวล ผลการแพ้ – ชนะ มีผลต่อความวิตกกังวลหลังการแข่งขัน โดยธรรมชาติของความวิตกกังวลเป็นภาวะถูกกระตุ้นเกินที่ผสมผสานกับความคิดและการประเมินที่เป็นไปในทางลบนั่นเอง จะเห็นได้ว่าความวิตกกังวลมีผลต่อการเรียนรู้ทักษะกีฬา เทคนิคและกลยุทธ์ต่างๆ ทั้งในการฝึกซ้อมและแข่งขัน ตลอดจนการแสดงความสามารถของนักกีฬาอีกด้วย

ลักษณะนิสัย (Characteristic) ของนักกีฬาที่มีต่อการฝึกซ้อม หรือนิสัยในการเล่นกีฬา นับเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการเรียนรู้ของนักกีฬา และสามารถบอกถึงนิสัยในการฝึกซ้อม หรือ การแข่งขัน ซึ่งคล้ายกับนิสัยในการเรียนทั่ว ๆ ไป คือ นิสัยในการเรียนและทัศนคติต่อการเรียน มีความสัมพันธ์เชิงนิมิต (Positive) กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ถ้ามีนิสัยในการเรียนและทัศนคติต่อการเรียนดี ก็มีแนวโน้มที่จะประสบผลสำเร็จในการเรียนสูง ในทางตรงกันข้ามหากนิสัยในการเรียนและทัศนคติต่อการเรียนไม่ดี ก็มีแนวโน้มที่จะประสบผลสำเร็จในการเรียนค่อนข้างต่ำ (Thonguthai, 1974 : 9) ในการฝึกซ้อมกีฬา การเล่นเกมกีฬาต้องใช้เวลาและต้องขอมละทิ้งความสะดวกสบายทั้งหลาย นักกีฬาที่ชอบเที่ยวเตร่ ค่ำเหล้า สูบบุหรี่ ขาดการฝึกซ้อมบ่อย ๆ ไม่ตรงเวลา ฯลฯ มีโอกาสยากที่จะพัฒนาตนเองขึ้นสู่จุดสูงสุดได้ ขณะเดียวกันนักกีฬาผู้ยิ่งใหญ่บางคนเริ่มต้นการเป็นนักกีฬาด้วยทักษะที่ค่อนข้างต่ำ แต่ด้วยคุณลักษณะประจำตัว ทัศนคติที่ดี ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคต่าง ๆ ต้อง อดกลั้นต่อคำวิพากวิจารณ์รอบด้าน ก็มีโอกาประสบผลสำเร็จมากกว่า นักกีฬา ที่มีทักษะดีแต่ด้วยคุณลักษณะประจำตัวที่ดี ดังนั้น นิสัยในการเล่นกีฬาหรือนิสัยในการฝึกซ้อม อาจจะเป็นตัวพยากรณ์ได้ว่านักกีฬา จะมีแนวโน้มประสบความสำเร็จสูงหรือต่ำเพียงใด กล่าวโดยสรุปได้ว่า หากนักกีฬาที่มีนิสัย และทัศนคติที่ดีต่อการฝึกซ้อมและการแข่งขัน นักกีฬาผู้นั้นย่อมมีแนวโน้มที่จะประสบผลสำเร็จค่อนข้างสูงกว่านักกีฬาที่มีนิสัยและทัศนคติไปในทางลบ (เจษฎา เจียรไน, 2530 : 69-70)

แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement Motivation) นักกีฬาจะเกิดความเต็มอกเต็มใจ หรือต้องการที่จะปฏิบัติภารกิจหรือการเรียนรู้สิ่งใด ๆ ให้สำเร็จลุล่วง ต้องอาศัยแรงจูงใจเป็นพื้นฐาน แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เป็นแรงจูงใจสำคัญที่จะกระตุ้นให้บุคคลแสดงพฤติกรรมเพื่อไปยังจุดหมายปลายทางในทางจิตวิทยาเป็นความต้องการทำสิ่งต่าง ๆ ให้สำเร็จลุล่วง ซึ่งบางคนมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง บางคนมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ ความแตกต่างของบุคคลทั้งสองนี้จะสังเกตได้จากการทำงาน ในทำนองเดียวกันนักกีฬาบางคนมีความมานะบากบั่นพยายามที่จะเอาชนะความล้มเหลวต่าง ๆ อดทนอดกลั้นตั้งใจ และเอาใจใส่ต่อการฝึกซ้อม เพื่อที่จะไปถึงจุดหมายปลายทาง และตั้งระดับความคาดหวังไว้สูง และในขณะที่เดียวกันนักกีฬาบางคนไม่ชอบตั้งเป้าหมายในการเล่นกีฬา พยายามหลีกเลี่ยงความล้มเหลว และยังขาดความขยัน อดทน ไม่จริงจัง ไม่ใส่ใจในการฝึกซ้อม

เท่าที่ควร เป็นต้น นักกีฬาแต่ละคนแสดงพฤติกรรมดังกล่าวออกมานั้น เนื่องจากพื้นฐานทางด้านแรงจูงใจ ใฝ่สัมฤทธิ์ที่แตกต่างกัน (พรธณี ช.เจนจิต, 2530: 268)

เมื่อพูดถึงแรงจูงใจ ในการศึกษาวิจัย หมายถึง เรื่องขององค์ประกอบทางด้านบุคลิกภาพ ตัวแปรทางสังคม และความคิด ความรู้สึก ทักษะคติที่เกี่ยวข้องกับการทำงาน การเรียนรู้ การฝึกงานและการแข่งขัน ซึ่งสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้จะส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมที่นำไปสู่ความสำเร็จของมนุษย์ และยังคงคาดหวังว่าลักษณะพฤติกรรมของความสำเร็จนั้น ได้แก่ ตัวกระตุ้นที่จะทำหรือไม่ทำความคาดหวัง ความรู้สึกหรือคุณค่าที่เกิดขึ้นจากการทำได้หรือล้มเหลวและการประเมินโอกาสของความสำเร็จหรือล้มเหลวในการทำกิจกรรมดังกล่าว

ถ้าจะแยกพฤติกรรมสำคัญของคนที่มีความต้องการความสำเร็จนั้น น่าจะแยกได้เป็น 3 ลักษณะ คือ ความพยายามที่จะทำ (เขามีความพยายามหนักแค่ไหนในการทำกิจกรรม) ความนานของกิจกรรมที่ทำ (นักกีฬาสามารถฝึกซ้อมหรือทนต่อสภาพความกดดันได้นานแค่ไหน) และสุดท้าย คือ การเลือกงานกิจกรรมหรือตำแหน่งที่จะทำ องค์ประกอบทั้งสามนี้จะเป็นพฤติกรรมที่บ่งบอกระดับของแรงจูงใจของนักกีฬาได้อย่างดี และแน่นอนว่าพฤติกรรมดังกล่าวนี้จะนำไปสู่ความรู้ ความสามารถและความเป็นเลิศในกีฬาหรือกิจกรรมต่าง ๆ ที่ต้องการจะทำ

เพื่อให้ให้นักกีฬามีความพยายามในการเรียนรู้และเล่นกีฬา อดทนต่อสภาวะการฝึกซ้อมที่หนักหน่วงและความกดดันจากการแข่งขัน จากคนดูและความคาดหวัง จากสังคม และเลือกที่ฝึกหรือทำกิจกรรมนานขึ้น อันเป็นแรงจูงใจในการที่จะให้สำเร็จและบรรลุเป้าหมายของนักกีฬาที่ตั้งไว้ เราควรทราบถึงเรื่องการสร้าง การรักษาระดับของแรงจูงใจและ ปัญหาของแรงจูงใจ ที่เกิดขึ้นในการเล่นกีฬา การนี้จึงกล่าวถึงการสร้างแรงจูงใจ โดยอาศัยเทคนิคการกำหนดเป้าหมายในการเล่นการฝึกซ้อมและแข่งขันกีฬา เรื่องของความรู้สึกที่ดีของตนเองซึ่งเป็นเพียงส่วนหนึ่งของแรงจูงใจเท่านั้น ส่วนประเด็นอื่นๆ ก็ขอให้ฟังจากวิทยากรท่านอื่นๆ และกล่าวถึงปัญหาที่เกิดขึ้นที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจ เช่น การให้เงินโบนัสจำนวนมากภายหลังการสิ้นสุดการแข่งขัน

นอกจากการรับฟังเหตุผล หลักการและกลวิธีที่จะรักษาหรือเพิ่มระดับของแรงจูงใจแล้ว ยังจะมีการปฏิบัติเกี่ยวกับการกำหนดเป้าหมายทางการกีฬาที่ถูกต้องเหมาะสมและทำให้เกิดความมั่นใจที่จะทำให้ประสบความสำเร็จที่จะส่งผลกระทบต่อความมั่นใจ และแรงจูงใจที่จะทำกิจกรรมนั้นอีก (สืบสาย บุญวิบุต, 2541 : 366)

สถานภาพผู้เล่น (Status of the Player) หมายถึง สภาพของนักกีฬาที่ผู้ฝึกสอนเป็นผู้พิจารณากำหนดให้เป็นผู้เล่นตัวจริง และผู้เล่นตัวสำรอง ทั้งในการฝึกซ้อมหรือการแข่งขันในแต่ละครั้ง

ผู้เล่นตัวจริง (Real Player) เป็นผู้เล่นที่ผู้ฝึกสอนเป็นผู้พิจารณากำหนดให้ลงเล่นในชุดแรกของการฝึกซ้อมหรือแข่งขัน ผู้เล่นตัวจริงควรเป็นผู้เล่นที่สามารถเล่นได้จนจบเกมในการฝึกซ้อมและแข่งขันแต่ละครั้ง นอกจากนี้ผู้เล่นตัวจริง ต้องใช้ความสามารถให้เกิดประโยชน์ต่อทีมมากที่สุดและผู้เล่นตัวจริงเป็นผู้เล่นที่ผู้ฝึกสอนเลือกสรรแล้วว่าเป็นผู้ที่เหมาะสมทั้งทางด้านบุคลิกภาพ ลักษณะนิสัยในการเล่นรวมถึงความสามารถในการเล่นที่จะช่วยให้ทีมประสบความสำเร็จ

ผู้เล่นสำรอง (Substitute Player) เป็นผู้เล่นที่ผู้ฝึกสอนเป็นผู้พิจารณากำหนดให้เป็นผู้เล่นสำรองไม่ต้องลงเล่นในชุดแรกของการฝึกซ้อมหรือการแข่งขัน ผู้เล่นสำรองอาจมีระดับสมรรถภาพทางกายที่ต่ำกว่าหรือความสามารถต่ำกว่าผู้เล่นตัวจริง เนื่องจากผู้เล่นตัวสำรองไม่ค่อยได้เล่นเกมบ่อยนักจึงทำให้ผู้เล่นตัวสำรองมีความกระตือรือร้นที่จะพยายามฝึกซ้อมเพื่อมาอยู่ในตำแหน่งผู้เล่นตัวจริง

ดังนั้น การเตรียมตัวผู้เล่นตัวจริงและผู้เล่นตัวสำรองผู้ฝึกสอนควรพิจารณากำหนดตัวผู้เล่นที่จะลงเป็นผู้เล่นตัวจริงและเป็นผู้เล่นตัวสำรอง เพราะบางครั้งผู้เล่นสำรองอาจมีจุดเด่นทางด้านเทคนิคอย่างใดอย่างหนึ่งที่เป็นประโยชน์ต่อทีมได้ในบางโอกาส จึงเป็นหน้าที่ของผู้ฝึกสอนที่จะค้นหาจุดเด่นนั้น และนำไปพิจารณาตามสถานการณ์ บุคลิกภาพของผู้เล่นที่กล่าวมาแล้วข้างต้นก็เป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลต่อการเล่นกีฬาประเภททีม

ในฐานะผู้วิจัยเป็นทั้งผู้ฝึกสอนกีฬาและผู้สอนวิชาพลศึกษาในระดับอุดมศึกษา จึงเห็นความสำคัญของจิตวิทยาการกีฬา โดยเฉพาะอย่างยิ่งทางด้านบุคลิกภาพของนักกีฬา ที่เกี่ยวกับความวิตกกังวล ลักษณะนิสัยในการเล่นกีฬา และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ เพราะเป็นตัวแปรสำคัญที่มีส่วนทำให้การเรียนรู้และความสามารถของนักกีฬาแตกต่างกัน จึงเป็นปัจจัยสำคัญที่จะส่งผลไปถึงความสำเร็จในอนาคตของนักกีฬาที่แตกต่างกันด้วย ซึ่งบุคลิกภาพดังกล่าวมีผลทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อความสามารถของนักกีฬาในการฝึกซ้อมและการแข่งขัน ผู้วิจัยจึงมีความสนใจในการศึกษาวิจัยว่านักกีฬาประเภททีมที่เป็นผู้เล่นตัวจริงและผู้เล่นตัวสำรอง จะมีบุคลิกภาพทางด้านความวิตกกังวล ลักษณะนิสัยในการเล่นกีฬาและแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์แตกต่างกันหรือไม่ เพื่อจะทำให้สามารถทราบข้อมูลทางด้านจิตวิทยาการกีฬา เป็นประโยชน์กับผู้วิจัยและผู้ฝึกสอนกีฬาในการสอนการแนะนำให้ถูกต้อง

ฉะนั้น ความวิตกกังวล ลักษณะนิสัยในการเล่นกีฬาและแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ เป็นตัวแปรสำคัญทางบุคลิกภาพ ที่ทำให้การเรียนรู้และตามความสามารถของนักกีฬา ส่งผลไปถึงความสำเร็จในอนาคตของนักกีฬา

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับบุคลิกภาพทางด้านความวิตกกังวล ด้านลักษณะนิสัยในการเล่นกีฬา และ ด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักกีฬาประเภททีมชาย กับประเภททีมหญิง ที่เป็นผู้เล่นตัวจริง และผู้เล่นตัวสำรอง

2. เพื่อเปรียบเทียบบุคลิกภาพทางด้านความวิตกกังวล ด้านลักษณะนิสัยในการเล่นกีฬา และด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ของนักกีฬาประเภททีมชายและประเภททีมหญิง ที่เป็นผู้เล่นตัวจริง ชายกับผู้เล่นตัวสำรองชาย ผู้เล่นตัวจริงหญิงกับผู้เล่นตัวสำรองหญิง และผู้เล่นตัวจริงชายกับผู้เล่นตัวจริงหญิง ผู้เล่นตัวสำรองชายกับผู้เล่นตัวสำรองหญิง

สมมติฐานของการวิจัย

1. นักกีฬาประเภททีมที่ผู้เล่นตัวจริงชายกับผู้เล่นตัวสำรองชาย และผู้เล่นตัวจริงหญิง กับผู้เล่นตัวสำรองหญิง มีบุคลิกภาพทางด้านความวิตกกังวล ด้านลักษณะนิสัยในการเล่นกีฬา และ ด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์แตกต่างกัน

2. นักกีฬาประเภททีมที่ผู้เล่นตัวจริงชายกับผู้เล่นตัวจริงหญิง และผู้เล่นตัวสำรองชาย กับผู้เล่นตัวสำรองหญิง มีบุคลิกภาพทางด้านความวิตกกังวล ด้านลักษณะนิสัยในการเล่นกีฬาและ ด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์แตกต่างกัน

ความสำคัญและประโยชน์ของการวิจัย

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ จะเป็นประโยชน์กับนักกีฬา ผู้ฝึกสอน ผู้จัดการทีม ครูพลศึกษาตลอด จนผู้ที่เกี่ยวข้องกับการกีฬา ดังนี้

1. ได้ทราบระดับของความวิตกกังวล ลักษณะนิสัยในการเล่นกีฬา และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ เพื่อนำผลการศึกษาไปปรับปรุงแก้ไขบุคลิกภาพ และการพัฒนาความสามารถของนักกีฬาประเภททีม

2. ได้ทราบผลการเปรียบเทียบบุคลิกภาพด้านความวิตกกังวล ด้านลักษณะนิสัยในการเล่นกีฬา และด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักกีฬาประเภทที่ผู้เล่นตัวจริงและผู้เล่นตัวสำรอง ทั้งทีมชาย และทีมหญิง เพื่อนำผลไปปรับปรุงแก้ไขบุคลิกภาพ และพัฒนาความสามารถของนักกีฬาประเภททีม ได้ตรงกลุ่มของนักกีฬาและประเภทกีฬา

3. เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาด้านการกีฬา โดยเฉพาะการควบคุมทีม การบริหารทีม การฝึกซ้อม การแข่งขัน การคัดเลือกตัวนักกีฬา การจัดตัวผู้เล่นตัวจริง และตัวสำรองของผู้ฝึกสอนกีฬา และผู้ที่เกี่ยวข้องในด้านกีฬา
4. เพื่อเป็นข้อมูลในการศึกษาบุคลิกภาพในแต่ละด้านของนักกีฬาแต่ละคน และนำมาประยุกต์ใช้ให้เกิดผลอย่างมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น
5. เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการเรียนการสอนด้านพลศึกษา การกีฬา และการพัฒนากีฬาประเภททีม

ขอบเขตของการวิจัย

ผู้วิจัยมุ่งศึกษาในเรื่องของบุคลิกภาพทางด้านความวิตกกังวล ด้านลักษณะนิสัยในการเล่นกีฬา และด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักกีฬาประเภททีมชายและทีมหญิง ที่เป็นผู้เล่นตัวจริง และผู้เล่นตัวสำรองในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาในจังหวัดสงขลา

1. ประชากร ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักกีฬาประเภททีมของโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา ในสังกัดกรมสามัญศึกษา จังหวัดสงขลา จำนวน 1,173 คน
2. กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักกีฬาประเภททีมชาย และทีมหญิง ในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา จังหวัดสงขลา สังกัดกรมสามัญศึกษา จำนวน 816 คน โดยการสุ่มโรงเรียนด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกตามสภาพผู้เล่น 2 กลุ่ม คือ
 - 2.1 กลุ่มนักกีฬาประเภททีมที่เป็นผู้เล่นตัวจริงชาย จำนวน 302 คน และผู้เล่นตัวจริงหญิง จำนวน 156 คน
 - 2.2 กลุ่มนักกีฬาประเภททีมที่เป็นผู้เล่นตัวสำรองชาย จำนวน 256 คน และผู้เล่นตัวสำรองหญิง จำนวน 122 คน
3. ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า
 - 3.1 ตัวแปรอิสระ (Independent Variable) ได้แก่
 - 3.1.1 เพศ แบ่งเป็น เพศชาย และเพศหญิง
 - 3.1.2 สถานภาพผู้เล่นแบ่งเป็น ผู้เล่นตัวจริง และผู้เล่นตัวสำรอง

3.2 ตัวแปรตาม (Dependent Variable) คือ บุคลิกภาพของนักกีฬาในด้านต่าง ๆ ได้แก่

3.2.1 ความวิตกกังวล

3.2.2 ลักษณะนิสัยในการเล่นกีฬา

3.2.3 แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

ข้อตกลงเบื้องต้น

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยไม่ได้ควบคุมเกี่ยวกับการบาดเจ็บ การแพ้ และการชนะของทีม รวมถึงการพักผ่อนและตัวแปรอื่น ๆ ที่มีผลต่อบุคลิกภาพทางด้านความวิตกกังวล ด้านลักษณะนิสัยในการเล่นกีฬา และด้านแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. **บุคลิกภาพ (Personality)** หมายถึง พื้นฐานเดิมที่ค่อนข้างถาวรเป็นโครงสร้างทางจิตวิทยาและเป็นกระบวนการที่ได้มาจากประสบการณ์ที่จะกำหนดแนวทางการประพฤติและการตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อม บุคลิกภาพเป็นลักษณะที่ค่อนข้างถาวร เป็นลักษณะส่วนรวมของพฤติกรรมที่เปิดเผยและพฤติกรรมที่ซ่อนเร้นอยู่ในตัวบุคคล ได้แก่ บุคลิกภาพความวิตกกังวล ลักษณะนิสัยในการเล่นกีฬา และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

2. **ความวิตกกังวล (Anxiety)** หมายถึง สภาพความรู้สึกของนักกีฬาที่เกิดขึ้นทางอารมณ์ สภาวะ ความไม่สบายใจ กระทบกระชวยใจ ความว้าวุ่น หวาดระแวง อันเกิดจากพฤติกรรมและสภาพทางอารมณ์ ซึ่งเกี่ยวข้องกับการเล่นกีฬาไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ ทำให้เกิดความเครียด ความกลัว ความหวาดระแวงต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง นักกีฬาจะแสดงพฤติกรรมต่างๆ ให้เห็น

3. **ลักษณะนิสัย (Characteristic)** หมายถึง นิสัยในการเล่นกีฬา การฝึกซ้อมและการแข่งขันกีฬา ซึ่งเป็นแบบแผนการปฏิบัติหรือแสดงพฤติกรรมออกมาในการเล่นกีฬาแต่ละคนจะประพฤติปฏิบัติเป็นประจำจนกลายเป็นนิสัย และเชื่อได้ว่าบุคลิกภาพของมนุษย์เป็นลักษณะค่อนข้างคงที่เป็นอุปนิสัยในการกระทำ การมีพฤติกรรมซ้ำ ๆ คล้ายเดิม สามารถคาดเดาพฤติกรรมการตอบสนองของบุคคลนั้น ๆ

4. **แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement Motivation)** หมายถึง ความปรารถนาของนักกีฬาที่จะกระทำหรือปฏิบัติเพื่อให้บรรลุถึงเป้าหมายที่วางไว้ ทั้งในการฝึกซ้อมและแข่งขัน

5. **นักกีฬา (Athletes)** หมายถึง ผู้ที่ได้รับการคัดเลือกจากผู้สอนให้เป็นตัวแทนนักกีฬาประเภททีมของโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาต่าง ๆ ในจังหวัดสงขลา

6. **นักกีฬาประเภททีม (Athletes Team)** หมายถึง นักกีฬาชายและนักกีฬาหญิงซึ่งเป็นนักกีฬาประเภททีมของโรงเรียนระดับมัธยมศึกษาที่เป็นนักกีฬาประเภททีม ได้แก่ ฟุตบอล บาสเกตบอล วอลเลย์บอล และเซปักตะกร้อ

7. **สถานภาพของผู้เล่น (Status of the Player)** หมายถึง สถานภาพของนักกีฬาที่ผู้ฝึกสอนเป็นผู้พิจารณากำหนดให้อยู่ในฐานะนักกีฬาผู้เล่นตัวจริง หรือผู้เล่นตัวสำรอง

8. **ผู้เล่นตัวจริง (Real Player)** หมายถึง ผู้เล่นที่ผู้ฝึกสอนเป็นผู้พิจารณากำหนดให้เป็นผู้เล่นตัวจริงในการฝึกซ้อม และการแข่งขันในแต่ละครั้ง เป็นผู้เล่นที่ต้องลงแข่งขันในชุดแรก

9. **ผู้เล่นตัวสำรอง (Substitute Player)** หมายถึง ผู้เล่นที่ผู้ฝึกสอนเป็นผู้พิจารณากำหนดให้เป็นผู้เล่นตัวสำรองในการฝึกซ้อมและแข่งขัน ในแต่ละครั้ง เป็นผู้เล่นที่ไม่ต้องลงแข่งขันในชุดแรก