

ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและการกลัวความล้มเหลว  
ในนักกีฬาสมัครเล่นระดับมหาวิทยาลัย

Relationship between Trait Anxiety and Fear Failure in  
University Amateur Athletes.

ศุภกร โพธิ์ศรีทอง<sup>1</sup>, กุลธิดา เขียวผาติ<sup>2</sup>

<sup>1</sup>คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี

<sup>2</sup> มหาวิทยาลัยราชภัฏกาญจนบุรี

**บทคัดย่อ**

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและการกลัวความล้มเหลวในนักกีฬาสมัครเล่นระดับมหาวิทยาลัย โดยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักกีฬาสมัครเล่น คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี จำนวน 152 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ แบบทดสอบระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย และแบบวัดการกลัวความล้มเหลว โดยนำข้อมูลมาวิเคราะห์โดยใช้สถิติ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และหาความสัมพันธ์โดยใช้สถิติ สหสัมพันธ์ของเพียร์สัน) Pearson's product-moment correlation coefficient) โดยกำหนดความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการศึกษาพบว่า นักกีฬาสมัครเล่น คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี มีความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย อยู่ในระดับปานกลาง ( $19.58 \pm 3.26$ ) และมี การกลัวความล้มเหลวโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เท่ากับ ( $2.51 \pm 0.75$ ) และความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและการกลัวความล้มเหลวในนักกีฬาสมัครเล่นระดับมหาวิทยาลัยโดยใช้สถิติสหสัมพันธ์ของเพียร์สันพบว่ามีความสัมพันธ์กันในระดับต่ำ ( $r = .26, sig = 0.001$ )

**คำสำคัญ :** ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย, การกลัวความล้มเหลว

**Abstract**

The purpose of this study was to study the relationship between Trait Anxiety and Fear Failure in university amateur athletes. Subjects were 152 faculty of sports and technology Bangkok Thonburi university amateur athletes by using a simple random sampling with Krejcie & Morgan's table of sample size calculation. Data collection tool was Sports Competition Anxiety Test (SCAT) and the performance failure appraisal inventory (PFAI). Data collection was analyzed in percentage, mean, standard deviation and Pearson's product-moment correlation coefficient was utilized for paired relations between Trait Anxiety and Fear Failure.

The research results as follows. The Trait Anxiety of Subjects in this study were at moderate level and the fear failure in this study were moderate level. In relationship aspect, the relations between Trait Anxiety and Fear Failure were at low level ( $r = .26$ ,  $sig = 0.001$ )

**Keyword :** Trait Anxiety, Fear Failure

## บทนำ

การแข่งขันกีฬาในปัจจุบันทั้งในระดับชาติ ระดับอาชีพ หรือระดับสมัครเล่น การที่นักกีฬาจะประสบความสำเร็จในการแข่งขันได้นั้นจะต้องไม่ได้อาศัยองค์ประกอบทางด้านร่างกายเพียงอย่างเดียว แต่ยังต้องอาศัยองค์ประกอบอื่นๆ ซึ่งประกอบด้วยองค์ประกอบทางด้านร่างกาย ทางจิตใจ และทางสิ่งแวดล้อม (สืบสาย บุญวีรบุตร, 2541) โดยองค์ประกอบทางจิตใจนั้นมีความสำคัญไม่น้อยไปกว่าอีกสององค์ประกอบที่กล่าวมา และยังส่งผลต่อการได้รับชัยชนะ หรือประสบความสำเร็จในการแข่งขันของตัวนักกีฬาทั้งในทางตรงและทางอ้อม ซึ่งเป็นสิ่งที่สนับสนุนให้นักกีฬาแสดงความสามารถออกมาได้อย่างเต็มที่ แต่หากองค์ประกอบทางด้านจิตใจไม่มีความพร้อมก็จะทำให้นักกีฬาไม่สามารถแสดงความสามารถออกมาได้อย่างเต็มความสามารถหรือเป็นไปตามที่ตั้งใจไว้

กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา (2556) และ สุพัชรีนทร์ ปานอุทัยกล่าวว่า (2550) ความวิตกกังวลทางการกีฬาเป็นอารมณ์หรือสภาวะที่เกิดขึ้นได้ทั้งในชีวิตประจำวัน หรือแม้กระทั่งในการแข่งขันกีฬา ซึ่งจะเกิดขึ้นเมื่อตัวบุคคลอยู่ในสภาวะที่มีความรู้สึกหวาดกลัว มีความกระวนกระวายใจต่อสิ่งที่จะเกิดขึ้นโดยการคาดเดาเหตุการณ์ไปล่วงหน้า มีการคาดการณ์ไปล่วงหน้าว่าจะล้มเหลวเมื่อพบกับคู่แข่งที่มีระดับฝีมือหรือประสบการณ์ที่มากกว่า หรือคิดไปเองว่าไม่สามารถที่จะประสบความสำเร็จตามที่ตัวเองตั้งใจไว้ได้ โดยเฉพาะอย่างยิ่งความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย ที่เป็นความวิตกกังวลที่ขึ้นอยู่กับนิสัยในแต่ละตัวบุคคล โดยความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยนี้จะเป็นตัวกำหนดแนวโน้มหรือทำให้เกิดของความวิตกกังวลตามสถานการณ์ต่าง ๆ ซึ่งเมื่อหากความวิตกกังวลเพิ่มสูงขึ้น อาจแสดงผลออกมาทั้งทางด้านร่างกาย และจิตใจ โดยลักษณะอาการดังกล่าวอาจส่งผลกระทบต่อการแสดงความสามารถของตัวนักกีฬา (ปราณี อยู่ศิริ, 2542)

เมื่อนักกีฬามีการคาดการณ์ไปล่วงหน้าว่าจะล้มเหลวเมื่อพบกับคู่แข่งที่มีระดับฝีมือหรือประสบการณ์ที่มากกว่า ส่งผลให้เกิดความวิตกกังวล และส่งผลต่อการแสดงความสามารถของนักกีฬา ดังที่ ลัดดา พันธุ์กำเนิดและนฤพนธ์ วงศ์จตุรภัทร (2549) กล่าวไว้ว่า แรงจูงใจที่มาจากกลัวความล้มเหลวนั้น จะทำให้บุคคลนึกถึงหรือคาดการณ์ถึงความล้มเหลวในลักษณะทางลบที่เกิดขึ้นมาพร้อมกับความล้มเหลว จึงทำให้เกิดการหาหรือใช้วิธีการหลีกเลี่ยงหรือมีพฤติกรรมหนีจากสถานการณ์เหล่านั้น นักกีฬาอาจจะตั้งเป้าหมายต่ำกว่าความเป็นจริง อาจตั้งเป้าหมายที่เกินจริง หรืออาจตั้งเป้าหมายที่ไม่สามารถประเมินผลได้ เพื่อหลีกเลี่ยงความล้มเหลวเหล่านั้น ซึ่งจะเป็นอีกสาเหตุหนึ่งที่นักกีฬาจะไม่มีโอกาสได้พัฒนาตนเอง หรือแสดงความสามารถของตนเองได้อย่างเต็มศักยภาพ

จากที่กล่าวมาข้างต้น จะเห็นได้ว่าการกลัวความล้มเหลวนั้นมีสาเหตุจากการคาดการณ์ไปล่วงหน้า ซึ่งเป็นสาเหตุอย่างหนึ่งที่ทำให้เกิดความวิตกกังวล ทางผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาในเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและการกลัวความล้มเหลวในนักกีฬาสมัครเล่นระดับมหาวิทยาลัย เพื่อเป็นข้อมูลให้ผู้ที่เกี่ยวข้องกับตัวนักกีฬาได้ทราบถึงระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬาและความสัมพันธ์ในนักกีฬาสมัครเล่นระดับมหาวิทยาลัยที่ยังไม่มีประสบการณ์ในการแข่งขันกีฬาในสภาวะแวดล้อมที่มีความกดดันเท่ากับนักกีฬาระดับอาชีพที่สูงขึ้น และสามารถนำข้อมูลที่ได้ไปพัฒนานักกีฬาให้สามารถควบคุมตนเองและแสดงความสามารถออกมาได้อย่างสูงสุดในการแข่งขันในอนาคตต่อไป

### วัตถุประสงค์ของงานวิจัย

เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและการกลัวความล้มเหลวในนักกีฬาสมัครเล่นระดับมหาวิทยาลัย

### การดำเนินงานวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักกีฬาสมัครเล่น คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี จำนวน จำนวน 250 คน ทั้งเพศชายและหญิง โดยคัดเลือกมาเป็นกลุ่มตัวอย่างโดยการสุ่มตัวอย่างแบบง่ายโดยตาราง R.V. Krejcie และ D.W. Morgan (Krejcie & Morgan, 1970) ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 152 คน ประกอบด้วยเพศชาย 101 คน และเพศหญิง 51 คน อายุเฉลี่ย  $20.28 \pm 1.39$  ปี

### เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยในครั้งนี้ประกอบด้วย

1. แบบทดสอบระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย (Sports Competition Anxiety Test: SCAT) ของ Martens ซึ่งแปลเป็นภาษาไทยโดย พิชิต เมืองนาโพธิ์ ซึ่งมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .76 และมีค่าความเที่ยงตรงอยู่ที่ระหว่าง .70-.80 ซึ่งประกอบด้วยข้อคำถาม รวมทั้งสิ้น 15 ข้อ เพื่อนำมาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล (ปราณี อยู่ศิริ, 2542) โดยมีการคิดคะแนนตามความถี่ของอาการที่เกิดขึ้นจากความวิตกกังวล คือ น้อยครั้ง บ่อยครั้ง และ บ่อยๆ โดยมีการคิดคะแนนดังนี้

ข้อ 1, 4, 7, 10 และ 13                      ไม่นำมาคิดคะแนน

ข้อ 2, 3, 5, 8, 9, 12, 14 และ 15    น้อยครั้ง = 1 คะแนน, บางครั้ง = 2 คะแนน และ

บ่อยๆ    = 3 คะแนน

ข้อ 6 และ 11                                      น้อยครั้ง = 3 คะแนน, บางครั้ง = 2 คะแนน และ

บ่อยๆ    = 1 คะแนน

โดยมีความหมายของระดับคะแนนดังต่อไปนี้

ระดับคะแนน	10 – 15 คะแนน	ความวิตกกังวลต่ำ
ระดับคะแนน	16 – 23 คะแนน	ความวิตกปานกลาง
ระดับคะแนน	24 – 30 คะแนน	ความวิตกกังวลสูง

2. แบบวัดการกลัวความล้มเหลว (ลัดดา เรืองมนิธรรม และคณะ, 2545 อ้างถึงใน กรมพลศึกษา, 2558) ซึ่งแบ่งออกเป็น 5 ด้าน คือ ความอับอายและอึดอัดลำบากใจ กลัวว่าคุณค่าตนต่ำลง กลัวอนาคตไม่แน่นอน กลัวจะสูญเสียจากบุคคลที่มีความสำคัญต่อตนเอง กลัวทำให้บุคคลที่มีความสำคัญต่อตนเองไม่พอใจ มีคำถามจำนวน 5 ข้อ ซึ่งมีค่าความน่าเชื่อถือทั้งฉบับอยู่ที่ 0.91 และมีเกณฑ์การให้คะแนน (เกตน์ลีรี มหาศิริชวรัตน์, 2559) ดังนี้

ค่าเฉลี่ยระหว่าง .00-1.00	หมายถึง ค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับต่ำมาก
ค่าเฉลี่ยระหว่าง 1.01-2.00	หมายถึง ค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับต่ำ
ค่าเฉลี่ยระหว่าง 2.01-3.00	หมายถึง ค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง
ค่าเฉลี่ยระหว่าง 3.01-4.00	หมายถึง ค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง
ค่าเฉลี่ยระหว่าง 4.01-5.00	หมายถึง ค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูงมาก

### กระบวนการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการรวบรวมข้อมูลตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. ชี้แจงวัตถุประสงค์ รายละเอียด และวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลในการทำวิจัยให้แก่กลุ่มตัวอย่างทราบ พร้อมทั้งอธิบายถึงการยุติการทำแบบทดสอบได้ทันทีเมื่อกลุ่มตัวอย่างมีความจำเป็นที่ไม่สามารถทำแบบทดสอบได้
2. ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยให้กลุ่มตัวอย่างทำการกรอกข้อมูลในแบบทดสอบด้วยตนเอง โดยใช้เวลาเฉลี่ยคนละประมาณ 20 นาที
3. ตรวจสอบความถูกต้อง และความสมบูรณ์ของแบบทดสอบเพื่อนำไปวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้นำข้อมูลมาตรวจสอบความถูกต้องสมบูรณ์ และวิเคราะห์ค่าสถิติตามลักษณะที่ต้องการศึกษาด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. นำข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่างมาแจกแจงความถี่
2. ทดสอบหาค่าสถิติพื้นฐาน ประกอบด้วยค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) ของคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและการกลัวความล้มเหลวในนักกีฬาสมัครเล่นระดับมหาวิทยาลัย
3. ทดสอบหาค่าความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและการกลัวความล้มเหลวในนักกีฬาสมัครเล่นระดับมหาวิทยาลัยโดยใช้สถิติสหสัมพันธ์ของเพียร์สัน (Pearson's product-moment correlation coefficient) โดยกำหนดความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

### สรุปผลการวิจัย

ผลการศึกษาพบว่า นักกีฬาสมัครเล่น คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา มหาวิทยาลัยกรุงเทพธนบุรี มีความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย อยู่ในระดับปานกลาง ( $19.58 \pm 3.26$  คะแนน) และมี การกลัวความล้มเหลวโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง เท่ากับ ( $2.51 \pm 0.75$  คะแนน) และเมื่อวิเคราะห์เป็นรายด้าน พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีค่าเฉลี่ยการกลัวความล้มเหลวและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานในด้านความอับอายและอึดอัดลำบากใจ ( $2.34 \pm 1.15$  คะแนน) ด้านกลัวว่าคุณค่าตนต่ำลง ( $2.30 \pm 0.92$  คะแนน) ด้านกลัวอนาคตไม่แน่นอน ( $2.36 \pm 0.93$  คะแนน) ด้านกลัวจะสูญเสียจากบุคคลที่มีความสำคัญต่อตนเอง ( $2.64 \pm 0.98$  ตามลำดับ) ด้านกลัวทำให้บุคคลที่มีความสำคัญต่อตนเองไม่พอใจ ( $2.93 \pm 1.20$  คะแนน)

ผลการทดสอบหาค่าความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและการกลัวความล้มเหลวในนักกีฬาสมัครเล่นระดับมหาวิทยาลัยโดยใช้สถิติสหสัมพันธ์ของเพียร์สันพบว่ามีความสัมพันธ์กันในระดับต่ำ ( $r = 0.26, sig = 0.001$ )

**ตารางที่ 1** ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) ของคะแนนความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย

	กลุ่มตัวอย่าง (n=152)		
	M	SD	ระดับความวิตกกังวล
ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย	19.58	3.26	ปานกลาง

**ตารางที่ 2** ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard deviation) ของคะแนนการกลัวความล้มเหลว

การกลัวความล้มเหลว	กลุ่มตัวอย่าง (n=152)		
	M	SD	ระดับการกลัวความล้มเหลว
ความอับอายและอึดอัดลำบากใจ	2.34	1.15	ปานกลาง
กลัวว่าคุณค่าตนต่ำลง	2.30	0.92	ปานกลาง
กลัวอนาคตไม่แน่นอน	2.36	0.93	ปานกลาง
กลัวจะสูญเสียจากบุคคลที่มีความสำคัญต่อตนเอง	2.64	0.98	ปานกลาง
กลัวทำให้บุคคลที่มีความสำคัญต่อตนเองไม่พอใจ	2.93	1.20	ปานกลาง
<b>ระดับการกลัวความล้มเหลวโดยรวม</b>	<b>2.51</b>	<b>0.75</b>	<b>ปานกลาง</b>

## อภิปรายผล

ความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย เป็นบุคลิกภาพส่วนตัวบุคคล โดยหากนักกีฬามีความวิตกกังวลประเภทนี้ส่วนมากเป็นนักกีฬาที่มีลักษณะนิสัยมีความคาดหวังต่อสิ่งต่างๆ สูง กลัวความรู้สึกล้มผิดหวัง หรือเป็นบุคคลที่มักจะเกิดความวิตกกังวลเมื่อทำกิจกรรมใดๆ ซึ่งเป็นผลมาจากลักษณะประจำตัวของแต่ละบุคคล (สุพัชรินทร์ ปานอุทัย, 2553) ผลการศึกษาพบว่า นักกีฬาสมัครเล่น คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา มหาวิทยาลัยกรุงเทพมหานคร มีความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัย อยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของภาคภูมิ รัตนโรจนากุล (2541) และ ปราณี อยู่ศิริ (2542) ที่พบว่าระดับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยอยู่ในเกณฑ์ปานกลาง ซึ่งความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยจะเกิดขึ้นกับนักกีฬาในทุกๆ สถานการณ์ จนกลายเป็นลักษณะนิสัยหรือบุคลิกภาพประจำตัวของแต่ละบุคคล นักกีฬาที่มีความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยสูง จะเป็นนักกีฬาที่จะประเมินสถานการณ์ที่เกิดขึ้นไปในทางลบหรือยากเกินกว่าความสามารถของตนเอง ประเมินตนเองว่ามีความสามารถต่ำกว่าความสามารถที่แท้จริงของตนเองหรือต่ำกว่าคู่ต่อสู้ โดยนักกีฬาที่มีความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยสูง จะมีอาการที่เกิดขึ้นจากความวิตกกังวลตามสถานการณ์สูงกว่าบุคคลที่มีความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยต่ำ และความวิตกกังวลตามสถานการณ์จะส่งผลกระทบต่อการแสดงความสามารถในการแข่งขันบาสเกตบอลของนักกีฬา เช่นในช่วงของการยิงลูกโทษในการแข่งขันบาสเกตบอล โดยเหตุการณ์นี้อาจเป็นตัวตัดสินผลแพ้ชนะได้ (สืบสาย บุญวีรบุตร, 2541 อ่างถึงใน ปราณี อยู่ศิริ, 2542 และ ชาญชัย อาจินสมาจาร, 2550)

การกลัวความล้มเหลวนั้นเป็นบุคลิกลักษณะหนึ่งของบุคคลนั้นๆ ที่เชื่อว่าตนเองนั้นจะ ได้รับความอับอายและความลำบากใจหากตนเองนั้นเกิดการล้มเหลว (Gill, 1986) ผลการศึกษาพบว่า การกลัวความล้มเหลวของนักกีฬาสมัครเล่น คณะวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา มหาวิทยาลัยกรุงเทพมหานครโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งแสดงถึงความคิดของนักกีฬาระดับสมัครเล่นที่เชื่อว่ามีโอกาสล้มเหลวอยู่ประมาณ 50% หรือเชื่อว่ามีโอกาสที่จะมีการล้มเหลว ไม่ประสบความสำเร็จ หรืออาจประสบความสำเร็จในการแข่งขันกีฬา โดยความเชื่อว่าจะมีโอกาสที่จะมีการล้มเหลวหรือประสบความสำเร็จในการแข่งขัน ปัจจัยด้านแรงจูงใจนั้นอาจมีส่วนที่ส่งเสริมทำให้พฤติกรรมที่แสดงออกนั้นไปทางใดทางหนึ่งทั้งในทิศทางที่จะประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จได้ โดยแรงจูงใจที่มาจากกรกลัวความล้มเหลวนั้น จะทำให้บุคคลนั้นๆ คาดการณ์ถึงความล้มเหลวไปในลักษณะทางลบ จึงทำให้บุคคลนั้นๆ ใช้วิธีการหลีกเลี่ยงหรือมีพฤติกรรมหนีจากสถานการณ์ ทำให้นักกีฬาดังเป้าหมายผลสัมฤทธิ์ต่ำกว่าความเป็นจริงหรือไม่ก็ตั้งเป้าหมายผลสัมฤทธิ์ที่เกินจริงหรือตั้งเป้าหมายที่ไม่สามารถเกิดขึ้นได้เลยหรือ ซึ่งเป็นสาเหตุที่ทำให้นักกีฬาจะไม่มีการพัฒนาตนเอง หรือแสดงความสามารถของตนเองได้อย่างเต็มศักยภาพ(ลัดดา พันธกำเนิด และนฤพนธ์ วงศ์จตุรภัทร, 2549) โดยพบว่าข้อที่นักกีฬากลัวความล้มเหลวมากที่สุดคือด้านการกลัวทำให้บุคคลที่มีความสำคัญต่อตนเองไม่พอใจ ซึ่งอาจจะเป็นผู้ฝึกสอน ผู้ปกครอง หรือผู้ที่เกี่ยวข้องกับตัวนักกีฬาสมัครเล่นที่อาจเป็นสาเหตุของการกลัวที่จะล้มเหลวของนักกีฬา

ด้านความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและการกลัวความล้มเหลวในนักกีฬาสมัครเล่นระดับมหาวิทยาลัย พบว่าระดับความสัมพันธ์กันในระดับต่ำ ซึ่งการกลัวความล้มเหลวเป็นพฤติกรรมถาวร (Trait) หรือการถูกหล่อหลอมเป็นลักษณะนิสัยอย่างหนึ่งของบุคคล ที่สัมพันธ์กับปัญหาของการบรรลุผลสำเร็จ และเกี่ยวข้องกับการกลัวว่าตนเองจะไร้ความหมาย (Birney, Burdick, & Teevan, 1969) ซึ่งมีความสอดคล้องกับความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยที่เกิดขึ้นในนักกีฬาลักษณะนิสัยมีความคาดหวังต่อสิ่งต่างๆ สูง กลัวความรู้สึกล้มเหลว หรือเป็นบุคคลที่มักจะเกิดความวิตกกังวลเมื่อทำกิจกรรมใดๆ ซึ่งเป็นผลมาจากลักษณะประจำตัวของแต่ละบุคคล (สุพัชรินทร์ ปานอุทัย, 2553) โดยการที่ระดับความสัมพันธ์กันระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและการกลัวความล้มเหลวออกมาในระดับต่ำ อาจเป็นเพราะปัจจัยด้านอื่นๆ เช่นในด้านแรงจูงใจ ซึ่งแรงจูงใจที่แตกต่างกันอาจเกิดพฤติกรรมที่แสดงออกเหมือนกัน โดยแต่ละบุคคลจะมีแรงจูงใจด้วยกัน 2 ด้าน คือ แรงจูงใจที่มุ่งไปสู่ความสำเร็จหรือลักษณะของการมีความภาคภูมิใจต่อความสำเร็จและแรงจูงใจด้านการกลัวความล้มเหลวหรือคุณลักษณะของการมีความละเอียดต่อความล้มเหลว โดยนักกีฬาบางคนนั้นใช้การกลัวความล้มเหลวเป็นแรงจูงใจนั้นไปสู่ความสำเร็จในระดับสูง (Conroy, Willow & Metzler, 2002) ซึ่งสิ่งนั้นอาจทำให้ความวิตกกังวลของตัวนักกีฬานั้นไม่แสดงออกมาหรือนักกีฬาสมัครเล่นอาจจะยังไม่มีมีความคาดหวังต่อผลการแข่งขันที่จะเกิดขึ้นมากพอที่จะทำให้เกิดการคาดการณ์ไปล่วงหน้าจนทำให้เกิดความวิตกกังวลขึ้นได้

### ข้อเสนอแนะ

จากการวิจัยครั้งนี้ ผู้ฝึกสอน หรือ ผู้ที่มีความเกี่ยวข้องกับนักกีฬา ทราบถึงข้อมูลด้านความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและการกลัวความล้มเหลว และสามารถนำข้อมูลปรับใช้กับนักกีฬาทั้งในระดับสมัครเล่น และระดับอาชีพ เพื่อให้ นักกีฬาพัฒนาความสามารถเพื่อเข้าสู่การเป็นนักกีฬาในระดับที่สูงขึ้น โดยการศึกษาครั้งต่อไปควรมีการศึกษาการเปรียบเทียบในเรื่องของความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและการกลัวความล้มเหลวและความคาดหวังต่อผลการแข่งขันของนักกีฬาในระดับต่างๆ

### บรรณานุกรม

- กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. (2556). *จิตวิทยาการกีฬา*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึกในพระบรมราชูปถัมภ์.
- กรมพลศึกษา. (2558). *แนวคิดและการประเมินตนเองทางจิตวิทยาการกีฬา*. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์วิวัฒนา พรินติ้ง แอนด์ แพ็คเก็จจิ้ง.
- เกตน์สิริ มหาศิริชวรัตน์. (2559). *อิทธิพลความต้องการความสมบูรณ์แบบ และการกลัวความล้มเหลวที่ส่งผลต่อการหมดไฟของนักกีฬาเทนนิสเยาวชนไทย*. วิทยานิพนธ์ระดับบัณฑิตศึกษา, สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและการกีฬา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยบูรพา.

- ชาญชัย อาจินสมาจาร. (2550). **จิตวิทยาการโค้ชกีฬา**. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ปัญญาชน.
- ปราณี อยู่ศิริ. (2542). **ความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลอันเป็นลักษณะนิสัยและเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีต่อการเล่นกีฬาของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ**. วิทยานิพนธ์วิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, วิทยาศาสตรการกีฬา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ภาคภูมิ รัตน์โรจนากุล. (2541). **ความวิตกกังวลของนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย. วารสารวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและกีฬา**. 2(2). เดือนกรกฎาคม-ธันวาคม
- ลัดดา พันธุ์กำเนิด และนฤพนธ์ วงศ์จตุรภัทร. (2549). **ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของการกลัว ความล้มเหลวการรับรู้ความสัมพันธ์ของการแข่งขัน ความวิตกกังวลก่อนการแข่งขันในนักกีฬาเยาวชน. วารสารวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและการกีฬา**, 4(1), 37-49.
- สุพัชรินทร์ ปานอุทัย. (2550). **ความวิตกกังวลและความเครียดทางการกีฬา. วารสารศึกษาศาสตร์ปริทัศน์**. 22: 3 (1). เดือนกันยายน – ธันวาคม.
- สุพัชรินทร์ ปานอุทัย. (2553). **ความเข้มและความวิตกกังวลของนักกีฬาก่อนการแข่งขัน. วิทยาสาร กำแพงแสน**. (8:1), 29-44.
- สืบสาย บุญวีรบุตร. (2541). **จิตวิทยาการกีฬา**. กรุงเทพฯ: ชลบุรีการพิมพ์
- Birney, R. C., Burdick, H., & Teevan, R. C. (1969). **Fear of failure**. New York: Van Nostrand-Reinhold.
- Conroy, D. E., Willow, J. P., & Metzler, J. N. (2002). **Multidimensional fear of failure measurement: The performance failure appraisal inventory**. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14, 76-90.
- Krejcie, R.V., and Morgan D.W. (1970). Determining sample size for research activities. **Educational and psychological measurement**, 30(3), 607-610.
- Gill, D. L. (1986). Competitiveness among females and males in physical activity classes. **Sex Roles**, 15, 233-247.