โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างความเครียด อารมณ์ การเผชิญปัญหาและความพึงพอใจในสมรรถนะของนักกีฬาประเภททีม

A Causal Relationship Model among Stress Emotional Coping and Performance Satisfaction of Sport Team Player

ชลธิรศน์ บุญลับ (Cholltirot Boonlab)* พูลพงศ์ สุขสว่าง (Poonpong Suksawang)**
สุพิมพ์ ศรีพันธ์วรสกุล (Supim Sripunvoraskul)***

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างความเครียด อารมณ์ การเผชิญปัญหา และความพึงพอใจในสมรรถนะของนักกีฬาประเภททีมและตรวจสอบความสอดคล้องของโมเดลที่พัฒนาขึ้นกับข้อมูลเชิงประจักษ์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาประเภททีมจากการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 29 จำนวน 418 คน ได้มาจากการสุ่มแบบหลายขั้นตอนเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามชนิดมาตรประมาณค่า 5 ระดับ วิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐานโดยใช้โปรแกรม SPSS และวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุโดยใช้โปรแกรม LISREL 9.10 ผลการวิจัยปรากฏว่าโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุที่พัฒนาขึ้นมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์อยู่ในเกณฑ์ดี มีค่าไค-สแควร์ เท่ากับ 19.97 ค่า df เท่ากับ 16 ค่า p-value เท่ากับ .23 ค่า GFI เท่ากับ .99 ค่า AGFI เท่ากับ .96 ค่า CFI เท่ากับ 1.00 ค่า SRMR เท่ากับ .02 ค่า RMSEA เท่ากับ .02 และตัวแปรในโมเดลสามารถอธิบายความแปรปรวนของความพึงพอใจในสมรรถนะของนักกีฬาประเภททีมได้ร้อยละ 71

ABSTRACT

The purpose of this research was to develop and validate a causal relationship model among stress emotional coping and performance satisfaction of sport team player. The sample derived by means of multistage random sampling, consisted of 418 persons of sport team player in29th nation youth game. The research instruments included a questionnaire have five scales. Descriptive statistics were generated using SPSS; causal relationship modeling involved in the use of LISREL 9.10. Results indicated that the hypothetical model was consistent with the empirical data. Goodness of fit statistics was found to be: chi-square test = 19.97, df=16, p-value=.23, GFI=.99, AGFI=.96, CFI=1.00, SRMR=.02, RMSEA=.02. The variables in the hypothetical model accounted for 71 percent of the total variance of performance satisfaction.

คำสำคัญ: ความเครียด การเผชิญปัญหา ความพึงพอใจในสมรรถนะของนักกีฬาประเภททีม

Key Words: Stress, Coping, Performance satisfaction of sport team player

** นักศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางวิทยาการปัญญา วิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา มหาวิทยาลัยบูรพา*

*** อาจารย์ สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางวิทยาการปัญญา วิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา มหาวิทยาลัยบูรพา*

**** รองศาสตราจารย์ สาขาวิชาการวิจัยและสถิติทางวิทยาการปัญญา วิทยาลัยวิทยาการวิจัยและวิทยาการปัญญา มหาวิทยาลัยบูรพา*

บทนำ

ปัจจุบันการแข่งขันกีฬาในระดับประเทศหรือระดับโลก พบได้บ่อยครั้งว่ามีการทะเลาะวิวาท รวมไปถึงการทำร้ายร่างกาย ไม่ว่าจะเป็นนักกีฬาด้วยกันเอง ผู้ฝึกสอน จนไปถึงกรรมการผู้ตัดสิน เห็นได้จากหนึ่งในนักเตะเก่งที่สุดในโลกอย่าง ซีเนอดีน ซีดาน มิดฟิลด์ทีมชาติฝรั่งเศส เคยน็อตหลุด ใช้หัวโหม่งหน้าอก มาร์โก มาเตราซซี่ ในนัดชิงฟุตบอลโลก 2006 หลังถูกพูดจาส่อเสียดถึงบุพการีและครอบครัวส่งผลให้โดนไล่ออกจากเกม และทำให้ทีมพ่ายจุดโทษ ชวดแชมป์โลกครั้งนั้น (สยามสปอร์ต,2553) นอกจากนี้ยังมีสโลแกน “บอลไทย ไปมวยโลก” จากการวิเคราะห์ของนักข่าวที่กล่าวถึงเหตุการณ์แข่งขันฟุตบอลระหว่างทีมระยอง ยูไนเต็ด กับ อาร์แบค ในระหว่างการแข่งขันเกิดการวิ่งไล่ ทำร้ายร่างกายผู้ตัดสิน เนื่องจากไม่พอใจผลการตัดสิน (ทีแอลซีไทย,2555) ซึ่งเป็นผลมาจากการขาดการควบคุมหรือการจัดการอารมณ์

การแข่งขันกีฬา ประเภททีมเป็นกีฬาที่มีการปะทะ และยั่วยุกันได้ตลอดเวลา ทำให้เกิดสภาวะที่กดดัน กังวลใจ เกิดความสับสน เสียสมาธิ และขาดกำลังใจ หรือเรียกอีกอย่างว่า เกิดอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ระหว่างการแข่งขัน ทำให้ทีมของตนเองไม่สามารถเล่นได้ตามแผนที่วางไว้ ดังนั้นเพื่อหลีกเลี่ยงผลกระทบของความเครียดและอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์นักกีฬาต้องใช้กลวิธีที่เหมาะสมในการตอบสนองภาวะที่กดดัน ผ่านกระบวนการทางการคิดหรือพฤติกรรม ซึ่งมักจะเผชิญกับปัญหาแบบมุ่งเน้นที่ปัญหาเมื่อประเมินแล้วว่าสามารถแก้ปัญหานั้นได้และเผชิญกับปัญหาแบบมุ่งเน้นที่อารมณ์ เมื่อประเมินแล้วว่ายังไม่สามารถแก้ปัญหานั้นได้ หรือใช้ทั้งวิธีการเผชิญปัญหาทั้งแบบที่มุ่งที่ปัญหาร่วมกันและแบบมุ่งที่อารมณ์ในส่วนที่ช่วยสนับสนุนการแก้ปัญหาทำให้การแก้ปัญหาง่ายขึ้น นอกจากนี้อาจจะใช้วิธีการเผชิญปัญหาแบบมุ่งเน้นที่อารมณ์ก่อน เมื่อสบายใจหรือมีกำลังใจขึ้นแล้วจึงค่อยแก้ปัญหาที่มุ่งที่ปัญหาต่อไป หรืออาจจะใช้การชะลอการเผชิญปัญหา โดยรอโอกาสที่เหมาะสมแล้วจึงลงมือจัดการกับปัญหา อาจกล่าวได้ว่าการเผชิญปัญหาที่ดีควรเป็นการที่ทำให้สามารถแก้ปัญหาที่เป็นสาเหตุของความเครียดได้ง่ายขึ้นหรือสามารถบรรเทาความเครียดลงได้ในกรณีที่ปัญหานั้นไม่ใช่ปัญหาที่จะสามารถแก้ไขได้

นักกีฬาแต่ละคนมีการตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่แตกต่างกัน เกิดจากพื้นฐานที่ติดตัวมาตั้งแต่เกิด การเลี้ยงดูภายในครอบครัว การได้มีโอกาสเผชิญปัญหาและได้แก้ไขปัญหาจนสำเร็จ การได้ฝึกฝนจนเกิดความเคยชินกับปัญหา จะทำให้คนๆ นั้นสามารถจัดการความเครียดได้ดี มีการปรับตัวได้รวดเร็วและมีประสิทธิภาพ นักกีฬาบางคนเครียดจากวิธีคิดของตนเอง จากข้อมูลดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะพัฒนาโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างความเครียด อารมณ์ การเผชิญปัญหาและความพึงพอใจในสมรรถนะของนักกีฬาประเภททีม มีความสัมพันธ์กันหรือไม่ เพื่อเป็นแนวทางแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นในปัจจุบันต่อไป

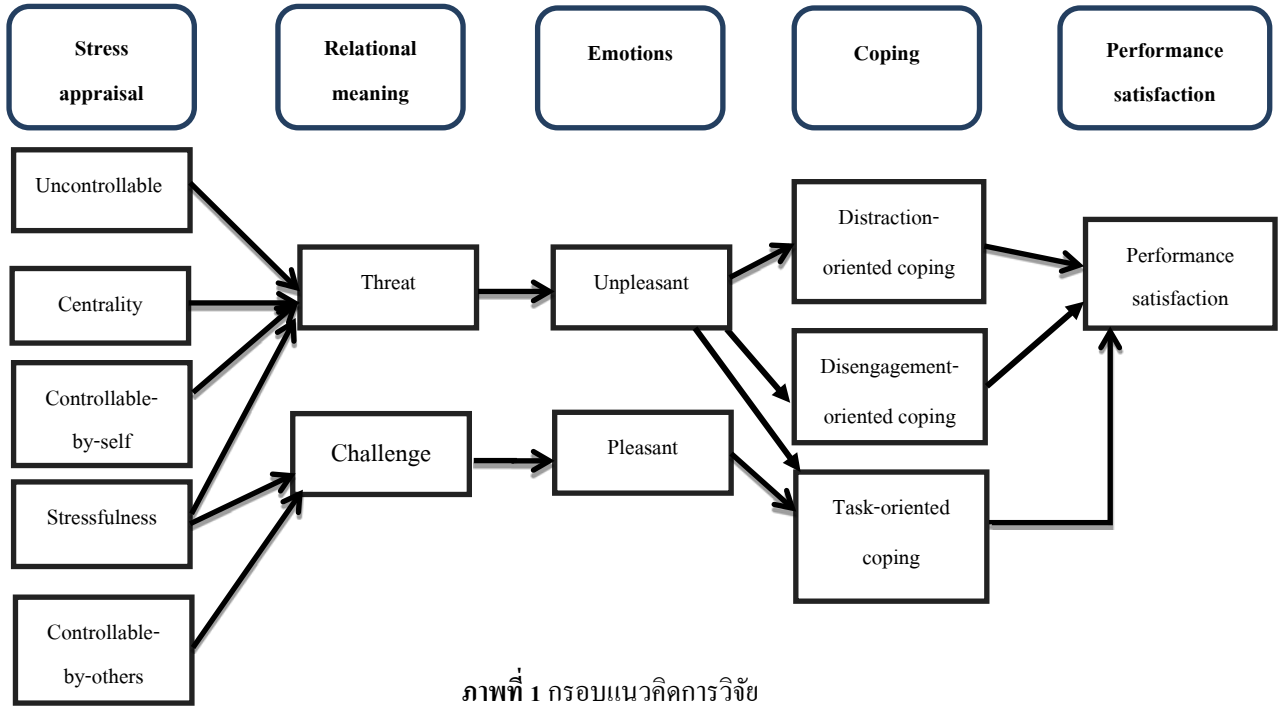
วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนาโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างความเครียด อารมณ์ การเผชิญปัญหาและความพึงพอใจในสมรรถนะของนักกีฬาประเภททีม
2. เพื่อตรวจสอบความสอดคล้องของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างความเครียด อารมณ์ การเผชิญปัญหาและความพึงพอใจในสมรรถนะของนักกีฬาประเภททีมที่พัฒนาขึ้นกับข้อมูลเชิงประจักษ์

กรอบแนวคิด

ในการแข่งขันกีฬาประเภททีมในระดับประเทศ อาจเกิดแรงกดดันจากทั้งกองเชียร์ นักกีฬาทีมตรงข้าม เพื่อนร่วมทีม รวมไปถึงผู้ฝึกสอนก่อให้เกิดความเครียดได้ตลอดเวลาสามารถประเมินสภาวการณ์ความเครียดได้ 5 สภาวการณ์ ได้แก่ สภาวการณ์ที่ถูกควบคุมโดยความเครียด (Stressfulness) สภาวการณ์ที่

หมกมุ่นอยู่กับความคิดของตนเอง (Centrality) สภาวการณ์ที่ตนเองสามารถควบคุมได้ (Controllable-by-self) สภาวการณ์ที่ควบคุมไม่ได้ (Uncontrollable-by-anyone) หรือสภาวการณ์ที่ควบคุมได้โดยบุคคลอื่น (Controllable-by-others) จากนั้นแปลความหมายเชิงสัมพันธ์ว่าเป็นภัยคุกคาม (Threat) หรือความท้าทาย (Challenge) แล้วทำก่อเกิดอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ (Unpleasant Emotions) หรืออารมณ์ที่พึงประสงค์ (Pleasant Emotions) จากนั้นจะเข้าสู่กระบวนการณ์เผชิญปัญหา (Coping) ซึ่งส่งผลต่อความพึงพอใจในสมรรถนะ Nicholls etal. (2011) ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

กำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างตามแนวคิดของ Schumacker และLomax (Schumacker and Lomax, 2010) ที่กล่าวว่าในการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง ควรมีขนาดกลุ่มตัวอย่างขั้นต่ำ 400 คน และทำการเลือกกลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multistage random sampling) โดยทำการสุ่มได้ 5 จังหวัด ได้แก่ จังหวัดชลบุรี จังหวัดขอนแก่น จังหวัดลำปาง จังหวัดกระบี่ และจังหวัดสุพรรณบุรี ครอบคลุม 5 ภูมิภาคแล้วทำการสุ่มนักกีฬาประเภททีมมาทั้งหมด 500 คนดำเนินการเก็บข้อมูลตั้งแต่วันที่ 18-29 มีนาคม 2556 ได้ข้อมูลที่สมบูรณ์จำนวน 418 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบสอบถาม ชนิดมาตรประมาณค่า 5 ระดับ จำนวน 1 ฉบับ ประกอบไปด้วย 6 ตอน ได้แก่

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

ตอนที่ 2 การประเมินสภาวการณ์ความเครียด

ตอนที่ 3 การแปลความหมายของสภาวการณ์ที่เกิดขึ้น

ตอนที่ 4 อารมณ์

ตอนที่ 5 การเผชิญปัญหา

ตอนที่ 6 ความพึงพอใจในสมรรถนะ

การสร้างและหาคุณภาพเครื่องมือ

ขั้นตอนในการสร้างและตรวจสอบคุณภาพแบบสอบถาม ดังนี้

1. สร้างตารางกำหนดลักษณะเฉพาะ (Table of specification) โดยจำแนกสัดส่วนของข้อคำถามตามนิยามปฏิบัติการของตัวแปร

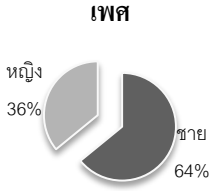
2. กำหนดรูปแบบข้อคำถามแล้วทำการสร้างข้อคำถามตามรูปแบบที่กำหนดไว้

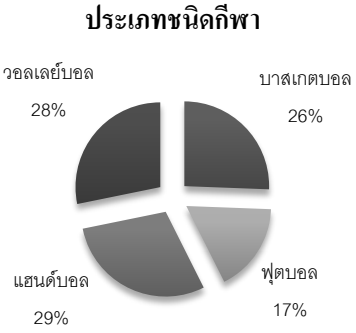
3. ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา โดยผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่านได้ค่า IOC มีค่าเท่ากับ 1 ทุกข้อ

4. นำเครื่องมือวัดที่ผ่านการปรับปรุงแล้วไปทดลองใช้กับนักกีฬาประเภททีม จังหวัดศรีสะเกษ จำนวน 30 คน ได้ค่าความเที่ยงของแบบสอบถามได้แก่ การประเมินสภาวการณ์ความเครียดมีค่าเท่ากับ.90 การแปลความหมายของสภาวการณ์ที่เกิดขึ้น (Relational Meaning) มีค่าเท่ากับ .81 อารมณ์ (Emotions) มีค่าเท่ากับ .86 การเผชิญปัญหามี (Coping) ค่าเท่ากับ .85 และความพึงพอใจในสมรรถนะ (Performance satisfaction) มีค่าเท่ากับ .83

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐาน ประกอบด้วยจำนวนและร้อยละของกลุ่มตัวอย่าง และค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรสังเกตได้ดังนี้





ตัวแปรสังเกตได้	จำนวน (ข้อ)	M	SD
ตัวแปรสภาวการณ์ความเครียด			
สภาวการณ์ที่ถูกควบคุมโดยความเครียด	6	3.23	0.86
สภาวการณ์ที่หมกมุ่นอยู่กับความคิดของตนเอง	6	3.04	0.78
สภาวการณ์ที่ตนเองสามารถควบคุมได้	8	3.55	0.61
สภาวการณ์ที่ควบคุมไม่ได้	6	2.91	0.85
สภาวการณ์ที่ควบคุมได้โดยบุคคลอื่น	6	3.90	0.65
ตัวแปรการแปลความหมายของสภาวการณ์ที่เกิดขึ้น			
ภัยคุกคาม	8	3.09	0.72
ความท้าทาย	7	3.88	0.78
ตัวแปรอารมณ์			
อารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์	7	3.53	0.67
อารมณ์ที่พึงประสงค์	8	3.92	0.74
ตัวแปรการเผชิญปัญหา			
การเพิกเฉย	6	2.74	0.94
การหลีกหนีปัญหา	6	2.97	0.81
การจัดการกับสถานการณ์อย่างมีขั้นตอน	9	3.78	0.69
ตัวแปรความพึงพอใจในสมรรถนะ			
ความพึงพอใจในสมรรถนะ	10	3.89	0.66

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพื้นฐาน ปรากฏว่า จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 418 คน จำแนกเป็นเพศชาย จำนวน 268 คน คิดเป็นร้อยละ 64.10 และเป็นเพศหญิงจำนวน 150 คน คิดเป็นร้อยละ 35.90 จำแนกเป็นประเภทของชนิดกีฬาบาสเกตบอล จำนวน 107 คน ฟุตบอล จำนวน 71 คน แฮนด์บอล จำนวน 122 คน และวอลเลย์บอลจำนวน 118 คน คิดเป็นร้อยละ 25.60, 17.00, 29.20 และ 28.20 ตามลำดับ

ผลการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย ปรากฏว่า ตัวแปรความพึงพอใจในสมรรถนะ มีค่าเฉลี่ยสูงสุด มีค่าเท่ากับ 3.79 รองลงมาคือตัวแปรอารมณ์ตัวแปรการแปลความหมายของสภาวการณ์ที่เกิดขึ้นตัวแปรสภาวการณ์ความเครียดมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.74, 3.51 และ 3.34 ตามลำดับ ส่วนตัวแปรการเผชิญปัญหา มีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด มีค่าเท่ากับ 3.06

ตารางแสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรสังเกตได้

ตัวแปร	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	X1	X2	X3	X4	X5
Y1	1.00												
Y2	.11*	1.00											
Y3	.51**	-.38**	1.00										
Y4	.02	.65**	-.35**	1.00									
Y5	.42**	.21**	.13**	.26**	1.00								
Y6	.44**	.11*	.21**	.16**	.75**	1.00							
Y7	.13**	.50**	-.33**	.52**	.10*	.02	1.00						
Y8	-.09	.14**	-.14**	.26**	-.03	-.09	.40**	1.00					
X1	.55**	.01	.40**	.05	.44**	.46**	.03	-.16**	1.00				
X2	.46**	.16**	.40**	.12*	.21**	.28**	.12*	-.19**	.55**	1.00			
X3	-.27**	.25**	-.26**	.30**	-.09*	-.12**	.36**	.41**	.20**	.33**	1.00		
X4	.39**	.18**	.43**	.07	.19**	.23**	.07	-.12*	.53**	.70**	.25**	1.00	
X5	.17**	.51**	.34**	.49**	.18**	.06	.46**	.36**	.02	.21**	.42**	.15**	1.00

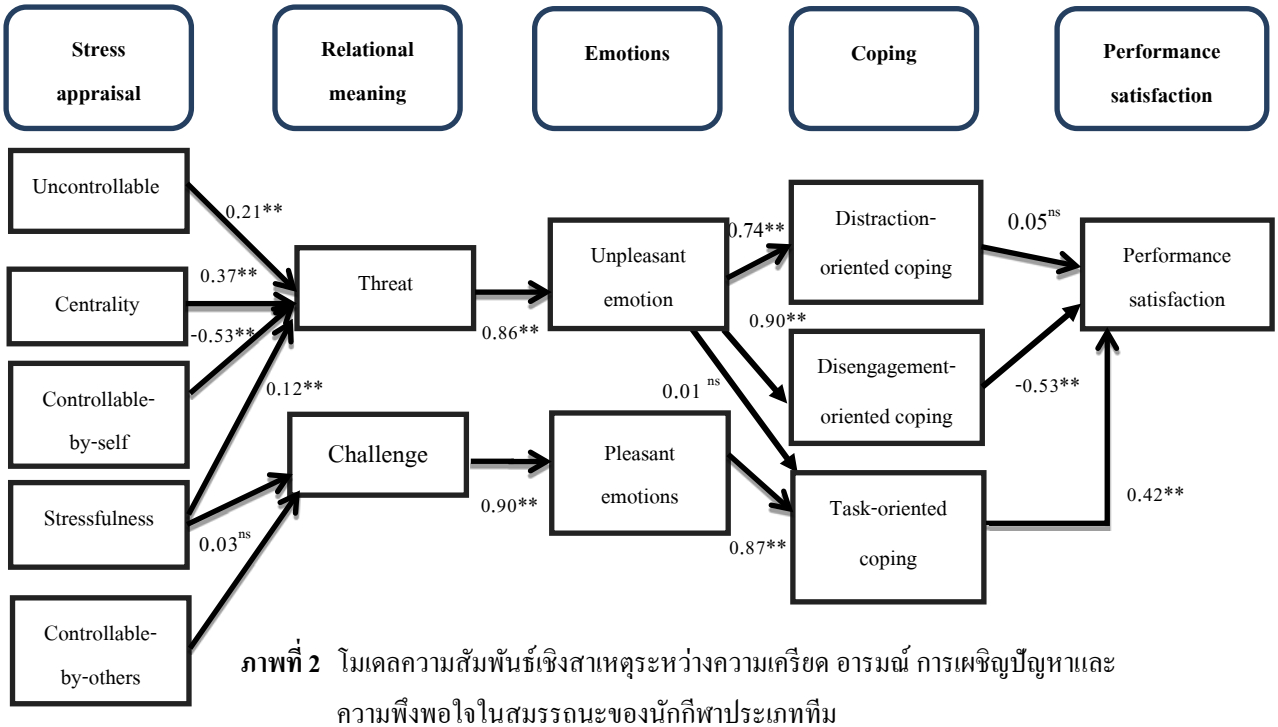
หมายเหตุ ** นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 * นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

Y1 = Threat **Y2** = Challenge **Y3** = Unpleasant Emotions **Y4** = Pleasant Emotions **Y5** = Distraction-oriented coping **Y6** = Disengagement-oriented coping **Y7** = Task-oriented coping **Y8** = Performance satisfaction

X1 = (Uncontrollable-by-anyone) **X2** = (Centrality) **X3** = (Controllable- by-self) **X4** = (stressfullness) **X5** = (Controllable-by-others)

ผลการวิเคราะห์โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างความเครียด อารมณ์ การเผชิญปัญหาและความพึงพอใจในสมรรถนะของนักกีฬาประเภททีม เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์ของโมเดลปรากฏว่า โมเดลสามารถอธิบายความแปรปรวนของความพึงพอใจในสมรรถนะของนักกีฬาประเภททีมได้ร้อยละ 71 และโมเดลมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์อยู่ในเกณฑ์ดีโดยการตรวจสอบค่าสถิติและดัชนีตรวจสอบความตรงผ่านเกณฑ์ที่กำหนดทุกค่า ได้แก่ ค่าสถิติไค-สแควร์ มีนัยสำคัญทางสถิติ มีค่าเท่ากับ 19.97 ที่องศาอิสระ (*df*) เท่ากับ 16 โดยมีความน่าจะเป็นทางสถิติ (*p*) เท่ากับ 0.23 ส่วนดัชนีวัดระดับความสอดคล้อง (GFI) เท่ากับ 0.99 ดัชนีวัดระดับความสอดคล้องที่ปรับแก้แล้ว (AGFI) เท่ากับ 0.96 ดัชนีวัดระดับความสอดคล้องเปรียบเทียบ (CFI) เท่ากับ 1.00 ค่ารากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของส่วนเหลือในรูปคะแนนมาตรฐาน (SRMR) เท่ากับ 0.02 ค่ารากของค่าเฉลี่ยกำลังสองความคลาดเคลื่อนโดยประมาณ (RMSEA) เท่ากับ 0.02 ค่าความคลาดเคลื่อนในรูปคะแนนมาตรฐานสูงสุด(Largest Standardized Residual) เท่ากับ 1.90 และกราฟคิวพล็อตมีความชันน้อยมากกว่าเส้นทแยงมุมแสดงว่า เมื่อเกิดสภาวการณ์บางอย่างเกิดขึ้น มนุษย์จะต้องประเมินสภาวการณ์ที่เกิดขึ้นว่าอยู่ในสภาวการณ์ที่ถูกควบคุมโดยความเครียด สภาวการณ์ที่หมกมุ่นอยู่กับความคิดของตนเอง สภาวการณ์ที่ตนเองสามารถควบคุมได้สภาวการณ์ที่ควบคุมไม่ได้หรือสภาวการณ์ที่ควบคุมได้โดยบุคคลอื่นแล้วให้เหตุผลในการแปลความหมายว่าสภาวการณ์นั้นๆเป็นภัยคุกคาม หรือความท้าทาย แล้วเกิดอารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ หรืออารมณ์ที่พึงประสงค์ หลังจากนั้นจะเข้าสู่กระบวนการเผชิญปัญหาในรูปแบบการเพิกเฉย การหลีกหนีปัญหา และการจัดการกับสถานการณ์อย่างมีขั้นตอน แล้วจะส่งผลต่อความพึงพอใจในสมรรถนะ

เมื่อพิจารณาค่าน้ำหนักองค์ประกอบปรากฏว่าตัวแปรสังเกตได้มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบอยู่ในช่วง -0.53 ถึง 0.90 โดยตัวแปรที่มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบมากที่สุดคือ ความท้าทาย และ อารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ มีค่าเท่ากับ 0.90 และตัวแปรที่มีค่าน้ำหนักองค์ประกอบน้อยที่สุดคือ การหลีกหนีปัญหา และสภาวการณ์ที่ตนเองสามารถควบคุมได้ มีค่าเท่ากับ -0.53 ดังภาพที่ 2



ภาพที่ 2 โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างความเครียด อารมณ์ การเผชิญปัญหาและความพึงพอใจในสมรรถนะของนักกีฬาประเภททีม

เมื่อพิจารณาอิทธิพลรวมของตัวแปรสังเกตได้ในโมเดล ปรากฏว่า ตัวแปรสังเกตได้ที่มีอิทธิพลรวมเชิงบวกต่อความพึงพอใจในสมรรถนะของนักกีฬาประเภททีม มากที่สุดคือ การจัดการกับสถานการณ์อย่างมีขั้นตอน (Task-oriented coping) รองลงมาคือ อารมณ์ที่พึงประสงค์ (Pleasant emotion) ความท้าทาย (Challenge) สภาวการณ์ที่ตนเองสามารถควบคุมได้ (Controllable-by-self) สภาวการณ์ที่ควบคุมได้โดยบุคคลอื่น (Controllable-by-others) การเพิกเฉย (Distraction-oriented coping)สภาวการณ์ที่ถูกควบคุมโดยความเครียด (Stressfulness) โดยมีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลเท่ากับ 0.42, 0.36, 0.32, 0.20, 0.20 และ 0.05 ตามลำดับ ส่วนตัวแปรสังเกตได้ที่มีอิทธิพลรวมเชิงลบต่อความพึงพอใจในสมรรถนะของนักกีฬาประเภททีม มากที่สุดคือ การหลีกหนีปัญหา (Disengagement-oriented coping) อารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ (Unpleasant Emotions) ภัยคุกคาม (Threat) สภาวการณ์ที่หมกมุ่นอยู่กับความคิดของตนเอง (Centrality) สภาวการณ์ที่ควบคุมไม่ได้ (Uncontrollable-by-anyone) โดยมีค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลเท่ากับ -0.53, -0.43, -0.37, -0.14, -0.08 และ -0.04 ตามลำดับ

โดยผลการพิจารณาความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างความเครียด อารมณ์ การเผชิญปัญหาและความพึงพอใจในสมรรถนะของนักกีฬาประเภททีม ผู้วิจัยสามารถสรุปได้เป็น 2 ประเด็น ได้แก่ อารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ และอารมณ์ที่พึงประสงค์ ดังนี้

1. อารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์เกิดจากสภาวการณ์ที่ควบคุมไม่ได้ สภาวการณ์ที่หมกมุ่นอยู่กับความคิดของตนเอง สภาวการณ์ที่ตนเองสามารถควบคุมได้ และสภาวการณ์ที่ถูกควบคุมโดยความเครียด โดยสภาวการณ์ที่หมกมุ่นอยู่กับความคิดของตนเองมีอิทธิพลทางตรงเชิงบวกต่อ ภัยคุกคามมากที่สุด รองลงมาคือ สภาวการณ์ที่ควบคุมไม่ได้ และสภาวการณ์ที่ถูกควบคุมโดยความเครียด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยมีค่าขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.37, 0.21 และ0.12 ตามลำดับ ส่วนสภาวการณ์ที่ตนเองสามารถควบคุมได้มีอิทธิพลทางตรงเชิงลบต่อภัยคุกคาม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยมีค่าขนาดอิทธิพลเท่ากับ -0.53 ในขณะที่ภัยคุกคามมีอิทธิพลทางตรงเชิงบวก ต่ออารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์อย่างนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยมีค่าขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.86 อย่างนอกจากนี้อารมณ์ที่ไม่พึง

ประสงค์ยังส่งผลต่อการเพิกเฉย และการหลีกหนีปัญหาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 มีอิทธิพลทางตรงเชิงบวกและมีขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.74 0.90 ตามลำดับแต่มีอิทธิพลทางตรงเชิงบวกต่อการจัดการกับสถานการณ์อย่างมีขั้นตอนอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ มีขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.01 ในขณะที่การเพิกเฉยส่งผลต่อความพึงพอใจในสมรรถนะอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ โดยมีอิทธิพลทางตรงเชิงบวก มีขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.05 และการหลีกหนีปัญหา มีอิทธิพลทางตรงเชิงลบต่อความพึงพอใจในสมรรถนะอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01และมีขนาดอิทธิพลเท่ากับ -0.53

2. อารมณ์ที่พึงประสงค์เกิดจาก สภาวการณ์ที่ถูกควบคุมโดยความเครียดและสภาวการณ์ที่ควบคุมได้โดยบุคคลอื่นโดยสภาวการณ์ที่ควบคุมได้โดยบุคคลอื่นมีอิทธิพลทางตรงเชิงบวกต่อความท้าทายมากที่สุด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และมีค่าขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.63 ส่วนสภาวการณ์ที่ถูกควบคุมโดยความเครียดมีอิทธิพลทางตรงเชิงบวกต่อตัวแปรความท้าทายน้อยที่สุด อย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ มีค่าขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.03 นอกจากนี้ตัวแปรความท้าทายส่งผลต่ออารมณ์ที่พึงประสงค์มีอิทธิพลทางตรงเชิงบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 มีค่าขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.90 ในขณะที่อารมณ์ที่พึงประสงค์มีอิทธิพลทางตรงเชิงบวกต่อการจัดการกับสถานการณ์อย่างมีขั้นตอนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 มีค่าขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.87 และการจัดการกับสถานการณ์อย่างมีขั้นตอนส่งผลต่อความพึงพอใจในสมรรถนะอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยมีอิทธิพลทางตรงเชิงบวก มีค่าขนาดอิทธิพลเท่ากับ 0.42

อภิปรายและสรุปผลการวิจัย

ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าความเครียด อารมณ์การเผชิญปัญหามีอิทธิพลทางตรงต่อ ความพึงพอใจในสมรรถนะของนักกีฬาประเภททีมสอดคล้องกับสมมติฐานงานวิจัย อภิปรายผลได้ ดังนี้

ความเครียดส่งผลต่อความพึงพอใจในสมรรถนะโดยผ่านอารมณ์ และการเผชิญปัญหา ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Lazarus (1990 อ้างถึงใน Weiten & Lloyd, 1994) ที่กล่าวว่า ความเครียดมิได้เป็นทั้งสิ่งเร้าหรือการตอบสนองดังที่กล่าวมา หากแต่เป็นการกระทำร่วมกันระหว่างสิ่งเร้ากับการตอบสนองโดยผ่านทางอารมณ์ และจะเลือกวิธีการเผชิญปัญหาทั้งนี้ขึ้นกับความคิดความรู้สึกในการประเมินสถานการณ์นั้นสอดคล้องกับงานวิจัยของ ธิดา (2547) ได้ศึกษาพบว่า บุคคลที่ได้รับการสนับสนุนทางสังคมมากจะมีความเครียดน้อย อธิบายได้ว่าบุคคลที่ได้รับความสนใจ ได้รับการสนับสนุนทางด้านความรู้ ข้อมูลข่าวสาร การเงิน อุปกรณ์เครื่องใช้อย่างพอเพียงตลอดจนส่งเสริมสิ่งแวดล้อมให้เอื้ออำนายต่อการทำงาน เช่น มีการพึ่งพาระหว่างกัน มีความไว้วางใจและช่วยเหลือซึ่งกันและกัน สิ่งเหล่านี้จะช่วยให้บุคลากรสามารถปรับตัวปรับพฤติการณ์เพื่อผ่อนคลายความเครียดที่มีอยู่ได้อย่างรวดเร็วและสอดคล้องกับ Foster (1971 อ้างถึงในพรธิดา, 2542) พบว่าพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ที่ปัญหามีนัยสำคัญกับความหมายของการเจ็บป่วยในทางบวกมากกว่าและมากกว่าภาวะเป็นสุขแต่ไม่มีความสัมพันธ์กับด้านการซึมเศร้า พฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ที่อารมณ์มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางบวกกับภาวะซึมเศร้า แต่ไม่มีความสัมพันธ์ทั้งกับความหมายของการเจ็บป่วยในทางบวกหรือภาวะเป็นสุข

อารมณ์ส่งผลต่อความพึงพอใจในสมรรถนะโดยส่งผ่านการเผชิญปัญหา ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของเทพ (2554) ได้กล่าวถึงอารมณ์ว่าหมายถึง การแสดงออกของภาวะจิตใจที่ได้รับการกระทบหรือกระตุ้นให้เกิดมีการแสดงออกต่อสิ่งที่มากระตุ้น อารมณ์สามารถจำแนกออกได้ 2 ประเภทใหญ่ คือ อารมณ์สุข คือ อารมณ์ที่เกิดขึ้นจากความสบายใจ หรือได้รับความสมหวังอารมณ์ทุกข์ คือ อารมณ์ที่เกิดขึ้น

จากความไม่สบายใจ หรือ ได้รับความไม่สมหวัง สอดคล้องกับงานวิจัยของ ทัศนา (2544 อ้างถึงในจิรกุล, 2555) กล่าวว่าความเครียดเป็นภาวะที่เกิดจากปฏิกิริยาของร่างกายและจิตใจที่มีต่อสถานการณ์ใด ๆ ที่บุคคลรับรู้ได้ว่าถูกคุกคามในการบรรลุเป้าหมายของเขา และความเครียดเป็นสภาวการณ์ซึ่งเป็นผลกระทบทั้งหมดที่เกิดแก่บุคคลทั้งด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม เมื่อมีสิ่งที่รบกวนและสิ่งรบกวนนั้นอาจมีสาเหตุจากภายนอกหรือภายในบุคคลก็ได้ภาวะเครียดจึงเป็นอันตรายของความชำรุดทรุดโทรมในร่างกาย และเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความรู้สึกไม่สุขสบาย และทำให้ร่างกายต้องมีกระบวนการตอบสนอง เพื่อปรับหรือแก้ภาวะนั้นให้คืนสู่สภาพสมดุล

การเผชิญปัญหาส่งผลต่อความพึงพอใจในสมรรถนะ ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ Pearlin and Schooler (1978 อ้างถึงในปาลชาติ, 2543) กล่าวว่าพฤติกรรมการเผชิญปัญหาเป็นพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกเพื่อปกป้องตนเองจากปัญหาหรือความเครียดที่คุกคามส่วน Lazarus and Folkman (1984) ได้แบ่งรูปแบบพฤติกรรมการเผชิญปัญหาออกเป็น 2 แบบ คือพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ที่ปัญหา (problem-focused coping) และพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ที่อารมณ์ และ Lazarus (1990 อ้างถึงใน Weiten & Lloyd, 1994) สรุปว่า ความเครียดไม่ได้เกิดจากสถานการณ์หรือตัวบุคคลอย่างใดอย่างหนึ่งโดยเฉพาะ หากขึ้นอยู่กับการที่บุคคลประเมินเหตุการณ์และปรับตัวให้เข้ากับสภาพการณ์ อย่างไรสอดคล้องกับงานวิจัยของ Matha (1991) ได้ทำการ ศึกษาการเผชิญปัญหาของนักศึกษาพยาบาลปีที่ 1 ในมหาวิทยาลัยริจินา ประเทศแคนนาดาพบว่าพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ที่ปัญหาที่ใช้มากที่สุด คือ การแก้ไขปัญหา การปรับความคิด และการวิเคราะห์เชิงเหตุผล ส่วนพฤติกรรมการเผชิญปัญหาแบบมุ่งแก้ที่อารมณ์ที่ใช้มากคือ การควบคุมอารมณ์และการหลีกหนีปัญหา

จากผลการวิจัย แสดงให้เห็นว่าสภาวการณ์ที่ควบคุมไม่ได้ สภาวการณ์ที่หมกมุ่นอยู่กับความคิดของตนเอง สภาวการณ์ที่ตนเองสามารถควบคุมได้ และสภาวการณ์ที่ถูกควบคุมโดยความเครียด เป็นสภาวการณ์ที่ถือเป็นภัยคุกคามส่วนสภาวการณ์ที่ถูกควบคุมโดยความเครียดบางครั้ง และสภาวการณ์ที่ควบคุมได้โดยบุคคลอื่นเป็นสภาวการณ์ที่ถือเป็นความท้าทายและโมเดลตามสมมติฐานมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ อยู่ในเกณฑ์ดี จึงสรุปได้ว่าการจัดการกับสถานการณ์อย่างมีขั้นตอนเป็นปัจจัยหลักที่ทำให้นักกีฬาประเภททีมมีความพึงพอใจในสมรรถนะ ดังที่ Nicholls etal. (2011) กล่าวว่าสภาวการณ์ที่ควบคุมไม่ได้ สภาวการณ์ที่หมกมุ่นอยู่กับความคิดของตนเอง สภาวการณ์ที่ตนเองสามารถควบคุมได้ สภาวการณ์ที่ถูกควบคุมโดยความเครียด สภาวการณ์ที่ควบคุมได้โดยบุคคลอื่นมีความสัมพันธ์กับภัยคุกคามก่อให้เกิดอารมณ์ไม่พึงประสงค์ จึงเข้าสู่กระบวนการเผชิญปัญหา ส่งผลต่อความพึงพอใจในสมรรถนะของนักกีฬา

ข้อเสนอแนะการนำผลการวิจัยไปใช้

1. การวิจัยนี้ชี้ให้เห็นว่าการเผชิญปัญหาอย่างเป็นขั้นตอนส่งผลทางตรงเชิงบวกต่อความพึงพอใจของนักกีฬาประเภททีมดังนั้นผู้ฝึกสอนควรฝึกซ้อมวิธีการแก้ปัญหาเมื่อเกิดสภาวการณ์ต่าง ๆ ระหว่างการแข่งขันด้วยวิธีการที่หลากหลาย

2. เมื่อพิจารณาตัวแปรการเผชิญปัญหา พบว่าอารมณ์ที่พึงประสงค์จะทำให้นักกีฬาประเภททีมเลือกเผชิญปัญหาด้วยวิธีการจัดการอย่างเป็นขั้นตอนดังนั้นนักกีฬาประเภททีมควรฝึกฝนตนเองในการแปลความหมายสภาวการณ์ต่าง ๆ ให้เป็นสิ่งที่ท้าทายจะทำให้นักกีฬาเกิดอารมณ์ที่พึงประสงค์และสามารถเลือกวิธีการจัดการปัญหาอย่างเป็นขั้นตอนตามที่ได้ฝึกฝน

เอกสารอ้างอิง

จิรกุล ครบสอน. 2555. ความเครียดและพฤติกรรมการเผชิญความเครียดของวัยรุ่นในสถานพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน. วิทยานิพนธ์พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลเด็ก คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา.

ทีแอลซีไทย. 2555. บอลไทยเดือดอีก! นักเตะระยองยูไนเต็ด วิ่งไล่ทำร้ายผู้ตัดสิน(คลิป). ค้นเมื่อวันที่ 21 ตุลาคม 2556 จาก http://news.tlcthai.com

เทพ สงวนกิตติพันธุ์. 2554. การควบคุมอารมณ์. ค้นเมื่อวันที่ 27 เมษายน 2555.จาก http://www.stou.ac.th

ธิดา ผ่องอำไพ. 2547. ความสัมพันธ์ระหว่างความเครียดกับการสนับสนุนทางสังคมของบุคลากรทางการพยาบาลโรงพยาบาลปทุมธานี. การศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ปาลชาติ ชาวโพธิ์หลวง. 2543. ตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเครียดและวิธีเผชิญความเครียดในการปฏิบัติงานของเจ้าหน้าที่ตำรวจจราจรชั้นประทวน กองบังคับการตำรวจจราจร. การศึกษามหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

พรธิดา ศรีสะอาด. 2542. ผลการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวพิจารณาความเป็นจริงต่อการเผชิญความเครียดในผู้ติดเชื้อเอชไอวี. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สยามสปอร์ต. 2553. เรื่องฉาวบนสนามลูกหนังที่ไม่เคยจบ. ค้นเมื่อวันที่ 21 ตุลาคม 2556จาก http://www.siamsport.co.th

Adam R. Nicholls ,Remco C.J. Polman , Andrew R. Levy. 2012. A path analysis of stress appraisals, emotions, coping, and performance satisfaction among athletes. Psychology of Sport and Exercise. 13:263-270.

Lazarus, R. S., &Folkman, S. 1984. Stress appraisal and coping. New York: Springer.Locke, E. A. 1976. The nature and cause of job satisfaction. Chicago: Rand McNally College.

Matha, P. 1991. A description and analysis of stress experiences among first-year student nurses. Ottawa, Canada: The University of Regina Canada.

Schumacker, R.E.&Lomax,R.G. 2010. A beginner's guide to structural equation modeling (3rded.). Lawrence Erlbaum Associates New Jersey USA

Weiten, W., & Lloyd, M. A. 1994. Psychology applied to modern life: Adjustment in the 90's (4th ed.). Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.