

การศึกษาแหล่งความเชื่อมั่นทางกีฬาของนักกีฬาฟุตบอลระดับ
เยาวชน: กรณีศึกษาการแข่งขันรอบคัดเลือกกีฬาเยาวชนแห่งชาติ*

A STUDY SOURCES OF SPORT CONFIDENCE IN YOUTH
WOODBALL PLAYERS: A CASE STUDY OF NATIONAL YOUTH
GAMES QUALIFICATION ROUND

เอกศักดิ์ เฮงสุโข

Ekasak Hengasukho

วิทยาลัยนวัตกรรมแห่งบึงกาฬ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรธานี

Bueng Kan College of Innovation, Udon Thani Rajabhat University, Thailand

Corresponding Author's Email: wachiraporn.research@gmail.com

วันที่รับบทความ: 8 กรกฎาคม 2568; วันที่แก้ไขบทความ: 31 กรกฎาคม 2568; วันที่ตอบรับบทความ: 2 สิงหาคม 2568

Received 8 July 2025; Revised 31 July 2025; Accepted 2 August 2025

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาแหล่งความเชื่อมั่นทางกีฬาของนักกีฬาฟุตบอลระดับเยาวชนในบริบทของการแข่งขัน โดยใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงปริมาณ กลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ นักกีฬาฟุตบอลระดับเยาวชนจำนวน 86 คน ที่เข้าร่วมการแข่งขันรอบคัดเลือกตัวแทนภาค 3 “บึงกาฬเกมส์” กีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 33 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล คือ แบบสอบถามแหล่งความเชื่อมั่นทางกีฬา (Sources of Sports Confidence Questionnaire: SSCQ) ซึ่งประกอบด้วย 9 องค์ประกอบหลัก และมีค่าความเชื่อมั่นอยู่ในช่วง 0.79–0.91 การวิเคราะห์ข้อมูลใช้สถิติเชิงพรรณนา ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และ

Citation:



* เอกศักดิ์ เฮงสุโข. (2568). การศึกษาแหล่งความเชื่อมั่นทางกีฬาของนักกีฬาฟุตบอลระดับเยาวชน: กรณีศึกษาการแข่งขันรอบคัดเลือกกีฬาเยาวชนแห่งชาติ. วารสารส่งเสริมและพัฒนาวิชาการสมัยใหม่, 3(4), 1038-1054.

Ekasak Hengasukho. (2025). A Study Sources Of Sport Confidence In Youth Woodball Players: A Case Study Of National Youth Games Qualification Round. Modern Academic Development and Promotion Journal, 3(4), 1038-1054.;

DOI: <https://doi.org/10.>

<https://so12.tci-thaijo.org/index.php/MADPIADP/>

ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการวิจัยพบว่า นักกีฬาวู้ดบอลระดับเยาวชนที่เข้าร่วมการแข่งขันรอบคัดเลือกตัวแทนภาค 3 “บึงกาฬเกมส์” ส่วนใหญ่อยู่ในช่วงอายุ 16–19 ปี คิดเป็นร้อยละ 53.0 และแม้ว่าจะมีถึงร้อยละ 67.8 ที่ไม่เคยผ่านการฝึกทักษะทางด้านจิตวิทยาการกีฬามาก่อน แต่มีนักกีฬาจำนวนมากถึงร้อยละ 73.6 ที่เชื่อว่าทักษะทางจิตวิทยาการกีฬามีผลต่อการแข่งขันของตนเองอย่างชัดเจน สำหรับองค์ประกอบของแหล่งความเชื่อมั่นทางกีฬาในแบบสอบถาม SSCQ ที่ได้รับค่าเฉลี่ยสูงสุด 3 อันดับแรก ได้แก่ ความเป็นผู้นำของผู้ฝึกสอน (ค่าเฉลี่ย = 5.97), การสนับสนุนจากสังคม (ค่าเฉลี่ย = 5.88) และการมีประสบการณ์ผ่านผู้อื่น (ค่าเฉลี่ย = 5.83) ตามลำดับ ซึ่งผลดังกล่าวสอดคล้องกับแนวคิดด้านจิตวิทยาการกีฬาในกรอบแนวคิด Multidimensional Model of Sport Confidence ที่ชี้ให้เห็นว่าปัจจัยแวดล้อมทางสังคม เช่น ผู้ฝึกสอน ครอบครัว และเพื่อนร่วมทีม มีบทบาทสำคัญในการหล่อหลอมความมั่นใจของนักกีฬา โดยเฉพาะในกลุ่มเยาวชนที่ยังอยู่ในช่วงพัฒนาทางอารมณ์และอัตลักษณ์ทางกีฬา

คำสำคัญ: แหล่งความเชื่อมั่นทางการกีฬา, นักกีฬาเยาวชน, กีฬาวู้ดบอล

Abstract

This research aimed to study the sources of sport confidence among youth woodball athletes in the context of competition, using a quantitative research methodology. The sample consisted of 86 youth woodball athletes who participated in the regional qualifying round (Region 3) of the 33rd National Youth Games “Bueng Kan Games.” The research instrument used was the Sources of Sports Confidence Questionnaire (SSCQ), which includes 9 core components and has a reliability range between 0.79 and 0.91. Data were analyzed using descriptive statistics, including percentage, mean, and standard deviation. The results revealed that most youth woodball athletes participating in the qualifying round were aged between 16 and 19 years (53.0%). Although 67.8% of them had never received formal training in sport psychology skills, as many as 73.6% believed that psychological skills had a

significant impact on their performance in woodball competition. The top three sources of sport confidence rated with the highest mean scores were: coach's leadership (mean = 5.97), social support (mean = 5.88), and vicarious experience (mean = 5.83), respectively. These findings align with the Multidimensional Model of Sport Confidence, which suggests that social environmental factors—such as coaches, family members, and teammates—play a critical role in shaping athletes' confidence, especially among youth who are still developing their emotional maturity and athletic identity.

Keywords: Sources of Sport Confidence, Youth Athletes, Woodball

บทนำ

ความเชื่อมั่นทางกีฬา (sport confidence) ถือเป็นองค์ประกอบทางจิตวิทยาที่มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อการพัฒนาการด้านสมรรถภาพและความมั่นคงทางอารมณ์ของนักกีฬา โดยเฉพาะในกลุ่มเยาวชนซึ่งอยู่ในช่วงวัยของการเสริมสร้างอัตลักษณ์และแรงจูงใจในการแข่งขัน (Vealey, Hayashi, Garner, & Giacobbi, 1998) จากการศึกษาที่ผ่านมายืนยันว่าความเชื่อมั่นทางกีฬามีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญกับความสามารถในการควบคุมตนเอง การรับมือกับความเครียด และผลสัมฤทธิ์ในการแข่งขัน (เอกศักดิ์ เสงสุโข, 2563) นอกจากนี้จากการศึกษาของสุพัชรินทร์ ปานอุทัยและคณะ (2556) พบว่าความเชื่อมั่นทางการกีฬาเป็นสิ่งสำคัญที่จะนำนักกีฬาไปสู่ความสำเร็จในการแข่งขันกีฬา การทราบแหล่งความเชื่อมั่นทางการกีฬาที่เหมาะสมกับเพศและชนิดกีฬาจะทำให้สามารถสร้างความเชื่อมั่นในตนเองให้กับนักกีฬาได้อย่างถูกต้อง อย่างไรก็ตามแม้จะมีการศึกษาความเชื่อมั่นทางกีฬาในกลุ่มนักกีฬาหลากหลายประเภท แต่ยังขาดงานวิจัยที่เจาะลึกลงไปในกลุ่มกีฬาเฉพาะ เช่น กีฬาวู้ดบอล ซึ่งเป็นกีฬาที่ได้รับความนิยมเพิ่มขึ้นในระดับเยาวชน ข้อเท็จจริงนี้สะท้อนให้เห็นถึงช่องว่างขององค์ความรู้ที่ควรได้รับการศึกษาเพิ่มเติม โดยเฉพาะในบริบทของการแข่งขันในสถานการณ์จริงระดับรอบคัดเลือกที่มีความตึงเครียดและต้องการการเตรียมพร้อมทางจิตใจสูง การวิจัยครั้งนี้จึงมีเป้าหมายเพื่อเติมเต็มช่องว่างดังกล่าว ด้วย

การศึกษาความเชื่อมั่นทางกีฬาของนักกีฬาฟุตบอลระดับเยาวชนในการแข่งขันรอบคัดเลือกตัวแทนกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 33

ภายใต้กรอบแนวคิดด้านจิตวิทยาการกีฬา Vealey (2001) ได้เสนอแบบจำลอง “Multidimensional Model of Sport Confidence” ซึ่งอธิบายว่าความเชื่อมั่นทางกีฬาเป็นโครงสร้างเชิงซ้อนที่เกิดจากการปฏิสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยภายใน (เช่น ประสบการณ์ความสามารถเฉพาะตัว) และปัจจัยภายนอก (เช่น การสนับสนุนทางสังคมและภาวะผู้นำของผู้ฝึกสอน) โดยกรอบแนวคิดนี้นำไปสู่การพัฒนาแบบสอบถาม Sources of Sport Confidence Questionnaire (SSCQ) ซึ่งได้รับการยอมรับอย่างกว้างขวางในฐานะเครื่องมือมาตรฐานที่สามารถวัดแหล่งที่มาของความเชื่อมั่นทางกีฬาในมิติต่าง ๆ ได้อย่างมีประสิทธิภาพ (Vealey et al., 1998) สำหรับประเทศไทย สุพัชรินทร์ ปานอุทัย และณฤพนธ์ วงศ์จตุรภัทร (2552) ได้แปลและปรับแบบสอบถาม SSCQ ให้เหมาะสมกับบริบททางภาษาและวัฒนธรรมไทย โดยผลการตรวจสอบค่าความเชื่อมั่นขององค์ประกอบแต่ละประการมีค่าสัมประสิทธิ์อยู่ในระดับสูง (0.79–0.91) แสดงถึงความน่าเชื่อถือในการนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างชาวไทย งานวิจัยในครั้งนี้จึงเลือกใช้แบบสอบถาม SSCQ เป็นเครื่องมือหลักในการรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับองค์ประกอบที่ส่งผลต่อความเชื่อมั่นทางกีฬาของนักกีฬาฟุตบอลระดับเยาวชน เพื่อให้สามารถระบุแหล่งที่มาได้อย่างจำแนกและแม่นยำ ซึ่งจะช่วยอธิบายรูปแบบความเชื่อมั่นในบริบทของกีฬาเฉพาะทาง และมีศักยภาพในการต่อยอดสู่นโยบายหรือแนวทางฝึกซ้อมที่เหมาะสมยิ่งขึ้นต่อไป

พื้นที่ในการศึกษาครั้งนี้คือการแข่งขันรอบคัดเลือกตัวแทนกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 33 ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ “บึงกาฬเกมส์” ซึ่งจัดขึ้นในจังหวัดบึงกาฬ และมีความโดดเด่นด้านการพัฒนากีฬาเฉพาะทางอย่างฟุตบอล ซึ่งได้รับการส่งเสริมจากภาครัฐและสถานศึกษาในพื้นที่อย่างต่อเนื่อง ฟุตบอลเป็นกีฬาที่พัฒนามาจากแนวคิดของกอล์ฟและเกตบอล มีลักษณะเป็นกีฬากลางแจ้งที่เน้นทักษะการควบคุมแรง การวางแผน และสมาธิสูง ลักษณะของกีฬาฟุตบอลจึงไม่เน้นเพียงสมรรถภาพทางกาย แต่ให้ความสำคัญกับความแม่นยำ การจัดการความกดดัน และสมาธิในขณะแข่งขัน ซึ่งเป็นองค์ประกอบที่ต้องอาศัยภาวะจิตใจที่มั่นคงและการควบคุมตนเองในระดับสูง นักกีฬาจำเป็นต้องบริหารจัดการจิตใจอย่างมีประสิทธิภาพ มิฉะนั้นความไม่มั่นใจในตนเองหรือความวิตกกังวลเพียงเล็กน้อย

อาจส่งผลกระทบต่อผลการแข่งขันได้ ข้อมูลจากการสังเกตและมีส่วนร่วมของผู้วิจัยในพื้นที่ พบว่า นักกีฬาฟุตบอลจำนวนไม่น้อยมีทักษะทางร่างกายที่ดีแต่กลับขาดความเชื่อมั่นในตนเองระหว่างการแข่งขัน โดยเฉพาะเมื่ออยู่ในสถานการณ์การแข่งขันที่มีความกดดัน ส่งผลให้เกิดความลังเล และความผิดพลาดจากความไม่มั่นใจ Brenner JS et al., 2019 ระบุว่า นักกีฬาเยาวชนที่ไม่ได้รับการเสริมสร้างภาวะทางจิตอย่างเหมาะสมมีแนวโน้มที่จะสูญเสียแรงจูงใจระยะยาว อีกทั้งยังมีอัตราการเลิกเล่นกีฬาก่อนเข้าสู่ระดับอาชีพสูง การศึกษาความเชื่อมั่นทางกีฬาจึงมิใช่เพียงการเข้าใจมิติทางจิตของนักกีฬา แต่ยังเป็นการสร้างกลไกเชิงสนับสนุนเพื่อส่งเสริมเส้นทางพัฒนาการของนักกีฬาเยาวชนในระยะยาว โดยเฉพาะในกีฬาที่ต้องอาศัยความมั่นคงทางจิตใจสูงอย่างฟุตบอล

จากเหตุผลและกรอบแนวคิดที่กล่าวมา งานวิจัยมุ่งศึกษาปัจจัยแหล่งที่มาของความเชื่อมั่นทางกีฬาของนักกีฬาฟุตบอลระดับเยาวชนในบริบทของการแข่งขันรอบคัดเลือกตัวแทนกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ซึ่งเป็นสถานการณ์ที่มีแรงกดดันสูงและต้องการความพร้อมทางจิตใจอย่างยิ่ง การศึกษานี้มีเป้าหมายในการจัดลำดับความสำคัญขององค์ประกอบที่ส่งผลต่อความเชื่อมั่น เพื่อให้เข้าใจกลไกเชิงจิตวิทยาที่มีอิทธิพลต่อการแสดงศักยภาพของนักกีฬาในสภาวะการแข่งขันจริง โดยเน้นการใช้เครื่องมือวัดที่มีความเชื่อถือได้และสอดคล้องกับบริบทวัฒนธรรมไทย บทความวิจัยนี้จึงมีประโยชน์ทั้งในเชิงทฤษฎีและเชิงปฏิบัติ กล่าวคือ ในเชิงทฤษฎี การวิจัยจะเป็นการเติมเต็มช่องว่างองค์ความรู้ด้านจิตวิทยาการกีฬาที่เกี่ยวข้องกับกีฬาฟุตบอล ซึ่งยังไม่เคยได้รับการศึกษาอย่างเป็นระบบ ในขณะที่ในเชิงปฏิบัติ ข้อมูลเชิงประจักษ์ที่ได้จะสามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการออกแบบกระบวนการฝึกซ้อม การวางแผนด้านจิตวิทยา และการจัดระบบการสนับสนุนด้านจิตใจสำหรับนักกีฬาระดับเยาวชน อันจะส่งผลต่อการพัฒนาศักยภาพนักกีฬาในระยะยาว และสามารถขยายผลสู่การประยุกต์ใช้กับกีฬาประเภทอื่นที่มีลักษณะการเล่นและเงื่อนไขทางจิตวิทยาคัลคล้ายคลึงกัน

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาแหล่งความเชื่อมั่นทางกีฬาของนักกีฬาฟุตบอลระดับเยาวชนในบริบทของการแข่งขัน

การทบทวนวรรณกรรม

แนวคิดเกี่ยวกับความเชื่อมั่นทางกีฬา

ความเชื่อมั่นทางกีฬา (Sport Confidence) เป็นปัจจัยทางจิตวิทยาที่สำคัญซึ่งมีผลต่อพฤติกรรม การตัดสินใจ และผลสัมฤทธิ์ของนักกีฬา โดยหมายถึง ความเชื่อของนักกีฬาว่าตนเองมีศักยภาพในการปฏิบัติกิจกรรมทางกีฬาได้อย่างประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ (Vealey, 2001) นักกีฬาที่มีระดับความเชื่อมั่นสูงมักสามารถรับมือกับแรงกดดันได้ดี กล้าตัดสินใจ และสามารถรักษาสมาธิและแสดงศักยภาพของตนเองได้อย่างเต็มที่

นอกจากนี้ Vealey (2001) ยังเสนอว่า ความเชื่อมั่นทางกีฬาสามารถพัฒนาและเสริมสร้างได้ผ่านกระบวนการฝึกฝนทางจิตวิทยา เช่น การตั้งเป้าหมาย การใช้จินตภาพ และการพูดกับตนเอง ซึ่งแนวทางเหล่านี้ส่งผลต่อระดับความมั่นใจของนักกีฬา โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มเยาวชนที่ยังอยู่ในช่วงพัฒนาอัตลักษณ์และการเรียนรู้ทางอารมณ์

แนวคิดเกี่ยวกับแหล่งที่มาของความเชื่อมั่นทางกีฬา

แหล่งที่มาของความเชื่อมั่นทางกีฬา (Sources of Sport Confidence) เป็นแนวคิดที่อธิบายถึงปัจจัยต่าง ๆ ที่ส่งผลต่อระดับความมั่นใจของนักกีฬา โดย Vealey และคณะ (1998) ได้พัฒนาแบบวัดแหล่งความเชื่อมั่นทางกีฬา (SSCQ) ซึ่งประกอบด้วย 9 องค์ประกอบ ได้แก่ ความพึงพอใจต่อสถานการณ์ การนำเสนอตนเองทางร่างกาย การแสดงความสามารถ การเตรียมความพร้อมด้านร่างกายและจิตใจ ความสะดวกสบายจากสภาพแวดล้อม ความเชี่ยวชาญทางทักษะกีฬา การมีประสบการณ์ผ่านผู้อื่น การสนับสนุนจากสังคม และความเป็นผู้นำของผู้ฝึกสอน

แบบสอบถาม SSCQ นี้ได้รับการนำไปใช้ในหลากหลายการวิจัย โดยพบว่านักกีฬาที่มีความเชื่อมั่นจากการสนับสนุนของโค้ชหรือประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จในอดีตจะมีระดับความมั่นใจในการแข่งขันสูงขึ้น ซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญต่อผลการแสดงของนักกีฬา

แนวคิดเกี่ยวกับจิตวิทยาการกีฬาในระดับเยาวชน

จิตวิทยาการกีฬาในกลุ่มนักกีฬาเยาวชนมีความสำคัญต่อการพัฒนาการทั้งในด้านอารมณ์และพฤติกรรมทางการแข่งขัน โดยเฉพาะการสร้างความมั่นใจ แรงจูงใจ และความพร้อมทางจิตใจ งานวิจัยของ Juezan, G. I., & Osorno, R. I. (2022) พบว่า นักกีฬาที่มีการตระหนักรู้ในทักษะทางจิตวิทยา เช่น การควบคุมอารมณ์และการใช้เป้าหมายที่ชัดเจนจะมีแรงจูงใจและผลสัมฤทธิ์ในการแข่งขันสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับการฝึกในด้านนี้อย่างเป็นระบบ

ในบริบทของประเทศไทย งานวิจัยของ Ahmed, M., Ho, W. Y., Begum, S., & Sánchez, G. L. (2021) ศึกษาอิทธิพลของการรับรู้ความสามารถในตนเองที่มีต่อความพร้อมทางจิตใจของนักกีฬา พบว่า ความเชื่อมั่นในทักษะของตนเองส่งผลโดยตรงต่อความมั่นใจและสมาธิในการแข่งขันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความจำเป็นในการพัฒนาแนวทางการฝึกจิตวิทยาเชิงบูรณาการในกลุ่มนักกีฬาเยาวชน

สรุปจากการทบทวนแนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง พบว่า ความเชื่อมั่นทางกีฬาและแหล่งที่มาของความมั่นใจมีบทบาทสำคัญต่อพฤติกรรมและผลการแข่งขันของนักกีฬา โดยเฉพาะในระดับเยาวชนที่ยังอยู่ในช่วงวัยพัฒนา การประเมินระดับความเชื่อมั่นผ่านแบบสอบถาม SSCQ และการส่งเสริมทักษะทางจิตวิทยาอย่างเป็นระบบ จะเป็นแนวทางที่ช่วยส่งเสริมศักยภาพของนักกีฬาได้อย่างยั่งยืน สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการศึกษาครั้งนี้ที่มุ่งสำรวจแหล่งความเชื่อมั่นทางกีฬาในกลุ่มนักกีฬาวัยดอกระดับเยาวชนที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ

วิธีดำเนินการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

การศึกษาในครั้งนี้ประกอบด้วยประชากรที่ใช้ในการวิจัยจำนวน 86 คน ซึ่งทั้งหมดเป็นนักกีฬาฟุตบอลในระดับเยาวชน ที่เข้าร่วมในการแข่งขัน การแข่งขันรอบคัดเลือกตัวแทนภาค 3 “บึงกาฬเกมส์” กีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 33

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

แบบสอบถามแหล่งความเชื่อมั่นทางกีฬา (Sources of Sports Confidence Questionnaire: SSCQ) ซึ่งได้รับการแปลและปรับใช้ให้เหมาะสมกับบริบทของภาษาไทย และกลุ่มตัวอย่างในระดับเยาวชน แบบสอบถามฉบับนี้ประกอบด้วย 9 องค์ประกอบ ได้แก่ ความพึงพอใจต่อสถานการณ์ การนำเสนอตนเองทางร่างกาย การแสดงความสามารถ การเตรียมความพร้อมด้านร่างกายและจิตใจ ความสะดวกสบายจากสภาพแวดล้อม ความเชี่ยวชาญทางทักษะกีฬา การมีประสบการณ์ผ่านผู้อื่น การสนับสนุนจากสังคม และความเป็นผู้นำของผู้ฝึกสอน โดยแบบสอบถามมีค่าความเชื่อมั่นของแต่ละองค์ประกอบอยู่ในช่วง 0.79–0.91 ซึ่งถือว่าอยู่ในระดับที่น่าเชื่อถือทางสถิติและเหมาะสมต่อการนำมาใช้วัดระดับความเชื่อมั่นทางจิตวิทยาของนักกีฬาฟุตบอลในบริบทการแข่งขันกีฬาเยาวชนอย่างครอบคลุมและมีประสิทธิภาพ

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยได้ทำการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง ในระหว่างวันที่ โดยนำเครื่องมือ แบบสอบถามแหล่งความเชื่อมั่นทางกีฬา (Sources of Sports Confidence Questionnaire : SSCQ) ไปเก็บรวบรวมข้อมูลนักกีฬาในการแข่งขันก่อนการแข่งขัน 1 ชั่วโมงและใช้ระยะเวลา ประมาณ 15 นาที จากนั้นเก็บแบบสอบถามฯ คืน หลังจากกลุ่มตัวอย่างตอบเสร็จสิ้นแล้ว สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ประกอบด้วย ร้อยละ ค่าเฉลี่ยเลขคณิต และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในครั้งนี้ใช้สถิติเชิงพรรณนา โดยข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถาม จะถูกนำมาวิเคราะห์ในรูปแบบค่าร้อยละ (Percentage) เพื่ออธิบายลักษณะทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง เช่น เพศ อายุ และประสบการณ์ด้านการเล่นกีฬา นอกจากนี้ ยังใช้ค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) เพื่อวิเคราะห์ระดับความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างต่อแหล่งความเชื่อมั่นทางกีฬาในแต่ละองค์ประกอบของแบบสอบถาม SSCQ ซึ่งช่วยสะท้อนระดับความเชื่อมั่นในด้านต่าง ๆ อย่างเป็นระบบและชัดเจน

ผลการวิจัย

จากการศึกษาแหล่งความเชื่อมั่นทางกีฬานักกีฬาฟุตบอลระดับเยาวชน: กรณีศึกษาการแข่งขันรอบคัดเลือกตัวแทนกีฬาเยาวชนแห่งชาติในครั้งนี้ ข้อมูลพื้นฐานของนักกีฬาฟุตบอลในการแข่งขันประกอบด้วย นักกีฬาส่วนใหญ่เพศชายร้อยละ 55.4 อายุระหว่าง 16-19 ปี ร้อยละ 53.0 ส่วนใหญ่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬาฟุตบอล 1-3 ปี ส่วนมากมีประสบการณ์ในการแข่งขันในภาพรวมทั้งที่ประสบความสำเร็จและไม่ประสบความสำเร็จ ร้อยละ 45.5 ส่วนใหญ่ไม่เคยฝึกทักษะทางด้านจิตวิทยาการกีฬา ร้อยละ 67.8 นักกีฬาส่วนมากเคยขอคำแนะนำจากผู้ฝึกสอนเกี่ยวกับจิตวิทยาการกีฬาเพื่อใช้ในการฝึกซ้อมและการแข่งขัน ร้อยละ 57.0 และนักกีฬาส่วนใหญ่ คิดว่าการใช้ทักษะทางจิตวิทยาการกีฬามีผลต่อการแข่งขันกีฬาฟุตบอล ร้อยละ 73.6

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละของข้อมูลพื้นฐานของนักกีฬาฟุตบอลในการแข่งขันรอบคัดเลือกตัวแทนภาค 3 “บึงกาฬเกมส์” กีฬาเยาวชนแห่งชาติครั้งที่ 33

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน	ร้อยละ
1. เพศ		
- ชาย	46	55.4
- หญิง	40	44.6
2. อายุ	8	12.3
- 8-11 ปี	23	34.7
- 12-15 ปี	55	53.0
- 16-19 ปี		
3. ประสบการณ์ในการเล่นฟุตบอล		
- 1-3 ปี	45	54.5
- 4-6 ปี	26	33.1
- 7-10 ปี	8	6.6
- 10 ปีขึ้นไป	7	5.8
4. ประสบการณ์โดยรวมในการเล่นฟุตบอล		
- ประสบความสำเร็จ	29	33.9
- ไม่ประสบความสำเร็จ	18	20.7
- พอๆกัน	39	45.5
5. ท่านเคยฝึกทักษะทางด้านจิตวิทยาการกีฬา มาก่อนหรือไม่		
- เคย	29	32.2
- ไม่เคย	57	67.8
6. ท่านเคยขอคำแนะนำจากผู้ฝึกสอนเกี่ยวกับ จิตวิทยาการกีฬาเพื่อมาใช้ฝึกซ้อมหรือการ แข่งขัน		
- เคย	49	57.0

- ไม่เคย	37	43.0
7. ท่านคิดว่าการใช้ทักษะทางจิตวิทยาการกีฬา มีผลต่อการแข่งขันกีฬาวู้ดบอลของท่าน หรือไม่	68	73.6
- มี	18	26.4
- ไม่มี		

2. ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนแบบสอบถามแหล่งความ
เชื่อมั่น ทางกีฬา (Sources of Sports Confidence Questionnaire : SSCQ) ของ
นักกีฬาวู้ดบอลในการแข่งขันรอบคัดเลือกตัวแทนภาค 3 “บึงกาฬเกมส์” กีฬาเยาวชน
แห่งชาติครั้งที่ 33.

ตารางที่ 2 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนนแบบสอบถามแหล่งความ
เชื่อมั่น ทางกีฬา (Sources of Sports Confidence Questionnaire : SSCQ) ของ
นักกีฬาวู้ดบอลในการแข่งขันรอบคัดเลือกตัวแทนภาค 3 “บึงกาฬเกมส์” กีฬาเยาวชน
แห่งชาติครั้งที่ 33.

แหล่งความเชื่อมั่นทางการกีฬา	จำนวน	ค่าเฉลี่ย	ส่วน เบี่ยงเบน มาตรฐาน
ความพึงพอใจต่อสถานการณ์	86	4.32	0.69
การนำเสนอตนเองทางร่างกาย	86	4.86	0.84
การแสดงความสามารถ	86	5.21	0.69
การเตรียมความพร้อมด้านร่างกายและ จิตใจ	86	5.63	1.18
ความสะดวกสบายจากสภาพแวดล้อม	86	5.79	0.85
ความเชี่ยวชาญทางทักษะกีฬา	86	5.83	0.72
การมีประสบการณ์ผ่านผู้อื่น	86	5.88	0.85

การสนับสนุนจากสังคม	86	5.97	0.91
ความเป็นผู้นำของผู้ฝึกสอน			
รวม	86	5.46	0.83

จากตารางที่ 2 ผู้วิจัยได้จัดลำดับความสำคัญขององค์ประกอบแหล่งความเชื่อมั่นทางการกีฬาที่ได้จากการตอบแบบสอบถามแหล่งความเชื่อมั่นทางการกีฬา โดยเรียงลำดับจากมากที่สุดไปน้อยที่สุด พบว่า ความเป็นผู้นำของผู้ฝึกสอน (5.97 คะแนน) การสนับสนุนจากสังคม (5.88 คะแนน) การมีประสบการณ์ผ่านผู้อื่น (5.83 คะแนน) ความเชี่ยวชาญทางทักษะกีฬา (5.79 คะแนน) ความสะดวกสบายจากสภาพแวดล้อม (5.72 คะแนน) การเตรียมพร้อมด้านร่างกายและจิตใจ (5.63 คะแนน) การแสดงความสามารถ (5.21 คะแนน) การนำเสนอตนเองทางร่างกาย (4.86 คะแนน) และความพึงพอใจต่อสถานการณ์ (4.32 คะแนน) ตามลำดับ

อภิปรายผล

อภิปรายผลตามวัตถุประสงค์การศึกษา เพื่อศึกษาแหล่งความเชื่อมั่นทางการกีฬานักกีฬาฟุตบอลระดับเยาวชนในบริบทของการแข่งขัน

จากผลการวิจัย พบว่าแหล่งความเชื่อมั่นทางการกีฬานักกีฬาฟุตบอลระดับเยาวชนที่ได้รับการประเมินว่าเป็นองค์ประกอบสำคัญมากที่สุด ได้แก่ ความเป็นผู้นำของผู้ฝึกสอน การสนับสนุนจากสังคม และประสบการณ์ผ่านผู้อื่นตามลำดับ ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าเยาวชนในช่วงวัยนี้ยังคงพึ่งพาแรงเสริมจากภายนอก โดยเฉพาะจากบุคคลที่มีบทบาทสำคัญในชีวิตการเป็นนักกีฬา

ผลลัพธ์ดังกล่าวสอดคล้องกับแนวคิดทางทฤษฎี โดยเฉพาะแนวคิด Multidimensional Model of Sport Confidence ของ Vealey (2001) ที่อธิบายว่าความเชื่อมั่นทางการกีฬาเป็นผลลัพธ์ของการปฏิสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยภายใน เช่น ความสามารถเฉพาะตัว ทักษะ และประสบการณ์ กับปัจจัยภายนอก เช่น บทบาทของผู้ฝึกสอน สิ่งแวดล้อมทางสังคม และการสนับสนุนจากบุคคลรอบข้าง โดยเฉพาะภาวะผู้นำเชิงสนับสนุนของผู้ฝึกสอน ซึ่งมีอิทธิพลต่อความมั่นใจของนักกีฬาในทุกระดับ

นอกจากนี้ ผลการศึกษายังได้รับการยืนยันจากงานวิจัยที่ผ่านมา พบว่าการศึกษาของสุพัชรินทร์ ปานอุทัย และอภิลักษณ์ เทียนทอง (2556) ที่พบว่านักกีฬาเยาวชนที่ได้รับการสนับสนุนจากครอบครัวและผู้ฝึกสอนมีระดับความเชื่อมั่นและความยืดหยุ่นทางจิตใจสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้รับแรงสนับสนุน อีกทั้งยังสอดคล้องกับ เอกศักดิ์ เสงสุโข (2563) ที่แสดงให้เห็นว่าความเชื่อมั่นทางกีฬามีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความแกร่งทางจิตใจ (mental toughness) และความสามารถในการจัดการกับแรงกดดันในสถานการณ์แข่งขันจริง และสอดคล้องกับการศึกษาของ เขาวรัตน์ เขมรัตน์, สุพัชริน เขมรัตน์และอภิลักษณ์ เทียนทอง (2565) ผลการวิจัยพบว่าแหล่งความเชื่อมั่นทางกีฬาทั้ง 8 องค์ประกอบ มีความสัมพันธ์กับความสำเร็จทางกีฬาและทำนายความสำเร็จทางการกีฬาได้ เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างเพศ พบว่านักกีฬาเพศชายมีคะแนนแหล่งความเชื่อมั่นทางกีฬาด้านความเป็นผู้นำของผู้ฝึกสอนมากกว่านักกีฬาเพศหญิง

ประเด็นที่น่าสนใจเพิ่มเติมคือ แม่นักกีฬาส่วนใหญ่ไม่เคยผ่านการฝึกฝนทักษะด้านจิตวิทยาการกีฬาโดยตรง แต่กลับมีสัดส่วนสูงถึงร้อยละ 73.6 ที่ตระหนักว่าทักษะด้านจิตวิทยามีผลต่อการแข่งขันอย่างชัดเจน ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ Hays, K., Maynard, I., Thomas, O., & Bawden, M. (2007), Levy, A. R., Perry, J., Nicholls, A. R., Larkin, D., & Davies, J. (2015) และ Rintaugu, E. G., Mwangi, F. M., & Toriola, A. L. (2018) ที่ระบุว่า การรับรู้ความสำคัญของทักษะจิตวิทยาสามารถส่งผลบวกต่อแรงจูงใจภายในและความมั่นใจของนักกีฬา

โดยสรุป งานวิจัยนี้แสดงให้เห็นว่า แหล่งความเชื่อมั่นของนักกีฬาฟุตบอลระดับเยาวชนมีรากฐานสำคัญจากบริบททางสังคม ความสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้าง และภาวะผู้นำของผู้ฝึกสอน ซึ่งควรได้รับการบูรณาการอย่างเหมาะสมในกระบวนการฝึกซ้อมและพัฒนา นักกีฬาเยาวชน เพื่อเสริมสร้างความมั่นใจที่มั่นคงทั้งในระยะสั้นและระยะยาวต่อไป

สรุป/ข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้ชี้ให้เห็นว่า ความเชื่อมั่นทางกีฬาของนักกีฬาฟุตบอลระดับเยาวชนมีรากฐานมาจากปัจจัยทางสังคมและบทบาทของบุคคลสำคัญรอบตัว โดยเฉพาะผู้ฝึกสอนซึ่งเป็นแหล่งเสริมสร้างความมั่นใจที่สำคัญที่สุด องค์ประกอบด้านทักษะ ความพร้อมทาง

ร่างกาย และสิ่งแวดล้อมมีผลในระดับรองลงมา ขณะที่องค์ประกอบที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ตนเองและสถานการณ์แข่งขันมีอิทธิพลต่ำที่สุด และข้อมูลจากการศึกษานี้สามารถนำไปใช้ในการออกแบบกระบวนการฝึกซ้อมเชิงระบบที่เน้นการเสริมสร้างความมั่นใจในนักกีฬาทั้งในเชิงเทคนิคและเชิงจิตวิทยา อีกทั้งยังมีศักยภาพในการนำไปปรับใช้กับกีฬาอื่นที่ต้องการความแม่นยำและการควบคุมอารมณ์สูงเช่นเดียวกัน อันจะนำไปสู่การพัฒนาศักยภาพของนักกีฬายาวชนอย่างยั่งยืนในอนาคต

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1.1 หน่วยงานด้านการกีฬาในระดับจังหวัดและภูมิภาค เช่น สำนักงานการกีฬาแห่งประเทศไทย และหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง ควรบูรณาการองค์ความรู้ด้านจิตวิทยาการกีฬาเข้าสู่แผนการพัฒนานักกีฬายาวชนอย่างเป็นระบบ โดยเฉพาะในกลุ่มกีฬาเฉพาะทางที่ต้องอาศัยปัจจัยทางจิตวิทยา

1.2 ควรมีนโยบายในการ อบรมและพัฒนาผู้ฝึกสอนกีฬาในระดับเยาวชน ให้มีความรู้ด้านจิตวิทยาการกีฬาเบื้องต้น เพื่อให้สามารถใช้กลยุทธ์ทางจิตวิทยาในการเสริมสร้างความเชื่อมั่นของนักกีฬาได้อย่างเหมาะสม

1.3 สนับสนุนให้โรงเรียนและสถานศึกษาในพื้นที่ที่ส่งเสริมนักกีฬาวู้ดบอล จัดให้มีโครงการพัฒนาทักษะทางจิตควบคู่กับการฝึกซ้อมทางกายภาพ เช่น โครงการฝึกสมาธิ การตั้งเป้าหมาย หรือการพูดสร้างแรงบันดาลใจ

2. ข้อเสนอแนะเชิงวิชาการ

2.1 ควรมีการพัฒนาหลักสูตรฝึกอบรมหรือคู่มือการสอนที่บูรณาการองค์ความรู้ด้านจิตวิทยาการกีฬาในระดับพื้นฐาน สำหรับครูพลศึกษา ผู้ฝึกสอน และผู้ดูแลนักกีฬาในระดับเยาวชน

2.2 สนับสนุนให้มีการจัดทำฐานข้อมูลหรือระบบประเมิน **sport confidence** ของนักกีฬาเยาวชนไทยอย่างต่อเนื่อง เพื่อใช้เป็นแนวทางกำหนดนโยบายส่งเสริมกีฬาในระดับชาติอย่างยั่งยืน

3. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยในอนาคต

3.1 ควรขยายกลุ่มตัวอย่างให้ครอบคลุมมากขึ้น เช่น นักกีฬาฟุตบอลจากหลายภูมิภาคหรือหลากหลายระดับประสบการณ์ เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างด้านแหล่งความเชื่อมั่นทางกีฬา

3.2 ควรศึกษาปัจจัยเชิงคุณภาพเพิ่มเติม เช่น บทบาทของครอบครัวหรือเพื่อนร่วมทีมในฐานะแหล่งความเชื่อมั่น เพื่ออธิบายกลไกการเกิดความมั่นใจอย่างลึกซึ้งยิ่งขึ้น

3.3 เสนอให้มีการศึกษาติดตามผล (longitudinal study) เพื่อตรวจสอบว่า แหล่งความเชื่อมั่นที่สำคัญมีความเปลี่ยนแปลงหรือคงอยู่ในระยะยาวหรือไม่ โดยเฉพาะเมื่อนักก้าวเข้าสู่ระดับที่สูงขึ้นของการแข่งขัน

เอกสารอ้างอิง

- เชาวรัตน์ เขมรัตน์ และคณะ. (2565). อิทธิพลของความเชื่อมั่นทางกีฬาที่ส่งผลต่อความสำเร็จในการแข่งขันกีฬา. *วารสารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์*, 1(3), 24-32.
- สุพัชรินทร์ ปานอุทัย, & นฤพนธ์ วงศ์จตุรภัทร. (2552). การพัฒนาแบบสอบถามแหล่งความเชื่อมั่นทางการกีฬาในนักกีฬาระดับอุดมศึกษาไทย. *วารสารวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและกีฬา*, 6(1), 82-97.
- สุพัชรินทร์ ปานอุทัย, & อภิสิทธิ์ เทียนทอง. (2556). แหล่งความเชื่อมั่นทางการกีฬาของนักกีฬาเยาวชนไทย: เพศและชนิดกีฬา. *วารสารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา*, 13(2), 115-126.

- เอกศักดิ์ เองสุโข. (2563). ความสัมพันธ์ระหว่างความเชื่อมั่นทางการกีฬา ความเข้มแข็งทางจิตใจ และการจัดการความเครียดของนักกีฬาฟุตบอลในระดับเยาวชน. *วารสารวิชาการมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ*, 12(1), 34-41.
- Ahmed, M., Ho, W. Y., Begum, S., & Sánchez, G. L. (2021). Perfectionism, self-Esteem, and the will to win among adolescent athletes: The effects of the level of achievements and gender. *Front. Frontiers in Psychology*, 12, 580446. doi: 10.3389/fpsyg.2021.580446
- Brenner JS, LaBotz M, Sugimoto D, Stracciolini A. The Psychosocial Implications of Sport Specialization in Pediatric Athletes. *J Athl Train*. 2019Oct;54(10),1021-1029. doi: 10.4085/1062-6050-394-18. Epub 2019 Sep 18. PMID: 31532693; PMCID: PMC6805069.
- Hays, K., Maynard, I., Thomas, O., & Bawden, M. (2007). Sources and types of confidence identified by world class sport performers. *Journal of Applied Sport Psychology*, 19(4), 434-456.
- Juezan, G. I., & Osorno, R. I. (2022). Sport performance anxiety and sports confidence among college athletes: The moderating effect of friendship quality. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, 8(1),24-62. doi: 10.46827/ejpe.v8i1.4170
- Levy, A. R., Perry, J., Nicholls, A. R., Larkin, D., & Davies, J. (2015). Sources of sport confidence, imagery type and performance among competitive athletes: The mediating role of sports confidence. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 55(7-8), 835-844.
- Martens, R., Vealey, R. S., & Burton, D. (1990). *Competitive Anxiety in Sport*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Morris, T. & Summers, J. (2004). *Sport Psychology: Theory, Applications and Issues*. Australia: John Wiley & Sons.

- Rintaugu, E. G., Mwangi, F. M., & Toriola, A. L. (2018). Sources of sports confidence and contextual factors among university athletes. *Journal of Physical Education and Sport*, 18(2), 889-895
- Vealey, R. S. (2001). *Understanding and enhancing self-confidence in athletes*. In R. N. Singer, H. A. Hausenblas, & C. M. Janelle (Eds.), *Handbook of sport psychology* (2nd ed., pp. 550–565). Wiley.
- Vealey, R. S., Hayashi, S. W., Garner, M. H., & Giacobbi, P. R. (1998). Sources of sport-confidence: Conceptualization and instrument development. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 20(1), 54–80.