



บทที่ 2

วรรณคดีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

วรรณคดีที่เกี่ยวข้อง

ความหมายของความวิตกกังวล

ความวิตกกังวล Anxiety หรือ Anxietas (Taber, 1970) เป็นคำที่มีรากศัพท์มาจากภาษาลาตินว่า *angere* มีคำแปลในภาษาอังกฤษว่า *to vex, trouble* หมายถึง รบกวน ทำให้ยุ่งยาก ซึ่งมีความหมายไปในทางที่แสดงถึงความไม่เป็นสุขสบาย ซึ่งมีนักวิชาการหลายท่าน ได้ให้ความหมายของคำว่า "ความวิตกกังวล" ไว้ในทัศนะต่าง ๆ กัน ซึ่งผู้วิจัยขอนำเสนอ เพื่อเป็นแนวทางในการศึกษาดังต่อไปนี้

ฟรอยด์ (Freud, quoted in Rouhani, 1978) ได้ให้ความหมายของความวิตกกังวลไว้ว่า ความวิตกกังวลเป็นภาวะหนึ่งของอารมณ์ (Emotion) ที่เกิดจากกระบวนการของจิตใต้สำนึกซึ่ง เป็นความรู้สึกขัดแย้งภายในจิตใจ ระหว่างการตอบสนองความต้องการของตนเอง หรือมโนคติที่มีต่อตนเอง (Ego) กับสภาพความต้องการโดยธรรมชาติ (Id)

เมย์ (May, 1950, quoted in Grave and Thomson, in Longo and Williams, Eds., 1978) ได้ให้ความหมายของความวิตกกังวลไว้ว่า เป็นความรู้สึกหวาดหวั่นที่เกิดขึ้นเนื่องจากมีสิ่งคุกคามต่อค่านิยมหรือคุณค่าที่บุคคลถือว่าสำคัญ และมีความจำเป็นในการดำเนินชีวิตจริงออกจากความจริงไม่ได้ บุคคลใดที่ตกอยู่ในสภาวะเช่นนี้ จะมีความวิตกกังวลอยู่ตลอดเวลา โดยมีความรู้สึกว่าจะมีสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่น่ากลัวเกิดขึ้นแต่ไม่รู้ว่าเป็นอะไรและมีสาเหตุมาจากอะไร ถ้าไม่สามารถทำให้ความรู้สึกเช่นนั้นหมดไป ความวิตกกังวลจะแผ่ขยายกว้างออกไปและจะรุนแรงขึ้นทุกที

ลิปคิน และ โคเฮน (Lipkin and Cohen, 1973) ได้ให้ความหมายของความวิตกกังวลไว้ว่า "ความวิตกกังวล หมายถึง ความรู้สึกเครียด ความไม่สบาย ความกระวนกระวาย และความกลัวซึ่งเกิดขึ้นจากความกดดันซึ่งอาจทราบหรือไม่ทราบสาเหตุก็ได้"

เบอร์นสไตน์ (Bernstein, 1976) ได้กล่าวว่า "นักพฤติกรรมศาสตร์ได้อธิบาย คำว่าวิตกกังวลว่าเป็นรูปแบบของการตอบสนองอันเนื่องมาจากสาเหตุหลายประการ ซึ่งอาจเป็นการรายงานด้วยตนเอง การตอบสนองของร่างกาย หรืออาการแสดงพฤติกรรมมอเตอร์ และเกิดขึ้นจากการเรียนรู้เงื่อนไขแบบคลาสสิก"

เฮอร์เนย์ (Herney, 1942) ได้อธิบายว่า ความวิตกกังวลมีลักษณะคล้าย ๆ กับ ความกลัวแต่ต่างกันตรงที่ว่าความวิตกกังวลเป็นความกลัวอย่างมวงายไร้เหตุผลเป็นความกลัว โดยไม่ทราบสาเหตุว่าสิ่งที่เขากลัวนั้นคืออะไร ด้วยเหตุนี้เขาจึงไม่สามารถที่จะตัดต้นตอของความกลัวที่ไม่ทราบสาเหตุนั้นได้ ส่วนความกลัวโดยทั่ว ๆ ไปนั้นเป็นความรู้สึกทั่ว ๆ ไปที่ทุกคนมักประสบและรู้จากเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นจริง ๆ ตลอดจนมีปฏิกริยาโต้ตอบอย่าง ได้สัดส่วนกับสภาพอันตรายซึ่งความรู้สึกเช่นนั้นจะเกิดขึ้นเป็นครั้งคราวเฉพาะเมื่อเผชิญกับสภาพอันตรายเท่านั้น

บาโซวิทซ์ เฮอร์เนย์ เลวิต และเมย์ (Basowitz, 1955; Herney, 1937. Levitt, 1967; and May, 1950) ได้ให้ความเห็นว่า ความวิตกกังวลเป็นสภาวะอารมณ์ที่เกิดขึ้นจากแรงขับภายใน (Inner Drive) เป็นความรู้สึกที่ไม่ชัดเจน ไม่แน่นอน เลื่อนลอย สับสน หนักแน่น ตึงเครียด ไม่สบายใจและเจ็บปวด บุคคลจะมีความรู้สึกว่าตนเองถูกคุกคามข่มขู่จากเหตุการณ์ใด เหตุการณ์หนึ่งซึ่งอาจเกิดขึ้นหรือไม่เกิดขึ้นจริง ๆ ก็ได้ ความรู้สึกเช่นนี้ทำให้มีปฏิกริยาอย่าง ไม่ได้สัดส่วนกับสภาพอันตราย เนื่องจากคิดสร้างมโนภาพเพิ่มเติมขึ้นเองโดยไม่สามารถแยกความแตกต่างระหว่างตนเองกับสถานการณ์ ไม่สามารถแยกอันตรายออกจากตนเอง ไม่สามารถแยกสิ่งที่เกี่ยวข้องออกจากสิ่งที่ไม่เกี่ยวข้อง และไม่สามารถแยกความจริงออกจากความไม่จริงได้ บุคคลใดที่อยู่ในสภาวะเช่นนี้จะมีความวิตกกังวลอยู่ตลอดเวลา โดยมีความรู้สึกว่า จะมีสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่น่ากลัวเกิดขึ้นแต่ไม่รู้ว่าเป็นสิ่งใดอะไรและมีสาเหตุมาจากอะไร ถ้าไม่สามารถทำให้ความรู้สึกเช่นนี้หมดไป ความวิตกกังวลจะแผ่ขยายกว้างออกไปและจะรุนแรงขึ้นทุกที

ไรครอฟท์ (Rycroft, 1978) ได้อธิบายว่า ความวิตกกังวลเป็นความรู้สึกของการเตรียมพร้อมเพื่อเผชิญกับสิ่งที่คาดว่าจะเกิดขึ้นหรือเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่ไม่คุ้นเคย ซึ่งภาวะเช่นนี้จะเกิดขึ้นเมื่อบุคคลตระหนักว่าจะมีอะไรบางอย่างมาคุกคามต่อตน แต่ตนยังไม่สามารถจะจัดการกับสิ่งนั้นได้ เนื่องจากสิ่งนั้นยังไม่ได้เกิดขึ้นกับตนจริง ๆ ซึ่งถ้าหากสิ่งที่คาดไว้นั้นเกิดขึ้นแล้วหรือบุคคลได้รู้อย่างแจ่มชัดในสิ่งที่คาดหวังแล้ว ความวิตกกังวลก็จะหมดไป เพราะไม่ต้องเตรียมพร้อมที่จะเผชิญกับปัญหา และสภาวะอารมณ์ชนิดอื่นก็จะเข้ามาแทนที่

ความวิตกกังวล ไร้ครอบงำ เชื่อว่าประสบการณ์ทั้งหลายที่บุคคลยังไม่เคยผ่านหรือพบมาก่อน สามารถก่อให้เกิดความวิตกกังวลได้ทั้งสิ้น ไม่ว่าประสบการณ์นั้นจะน่าพึงพอใจหรือไม่ก็ตาม

ประเภทของความวิตกกังวล

แคทเทล และเชียร์ (Cattell and Scheier, 1961) ลาซารัส (Lazarus, 1966) และสปีลเบิร์กเกอร์ (Spielberger, 1966) แบ่งความวิตกกังวลเป็น 2 ประเภท (Levitt, 1967)

1. ความวิตกกังวลที่ขึ้นอยู่กับสถานการณ์ (Situational anxiety) หรือ (Acute Anxiety) สปีลเบิร์กเกอร์ และคณะ (Spielberger et al., 1970) เรียกความวิตกกังวลประเภทนี้ว่า ความวิตกกังวลแบบสแตต (State-Anxiety หรือ A-State) เป็นความวิตกกังวลซึ่งเกิดกับบุคคลแต่ละคนในบางสถานการณ์เท่านั้น ความเข้มของความวิตกกังวลขึ้นอยู่กับความเข้มข้นของสิ่งเร้าด้วย

2. ความวิตกกังวลที่เป็นลักษณะประจำตัวของบุคคล (Trait Anxiety หรือ Chronic Anxiety) สปีลเบิร์กเกอร์ และคณะ (Spielberger et al., 1970) เรียกความวิตกกังวลประเภทนี้ว่า ความวิตกกังวลแบบเทรท (Trait-Anxiety หรือ A-Trait) เป็นความวิตกกังวลที่มีลักษณะค่อนข้างจะคงที่ ความวิตกกังวลประเภทนี้มักจะเกิดขึ้นกับบุคคลในสถานการณ์ทั่ว ๆ ไปทุกสถานการณ์ และจะไม่ปรากฏออกมาในลักษณะพฤติกรรมโดยตรง แต่จะเป็นตัวเสริมของความวิตกกังวลแบบสแตต ทุกคนจะมีความวิตกกังวลประเภทนี้โดยไม่รู้ตัว ถือเป็นส่วนหนึ่งของบุคลิกลักษณะ

สปีลเบิร์กเกอร์ชี้ให้เห็นว่า ระดับของความวิตกกังวลแบบสแตตนั้น จะขึ้นอยู่กับความวิตกกังวลแบบเทรทด้วย กล่าวคือ บุคคลที่มีความวิตกกังวลแบบเทรทสูงย่อมมีแนวโน้มที่จะเกิดความวิตกกังวลแบบสแตตได้สูง

ฟรอยด์ (Freud อ้างถึงใน Hall and Lindzey, 1970) ได้แบ่งความวิตกกังวลออกเป็น 3 ประเภท คือ

1. ความวิตกกังวลตามความจริง (Reality Anxiety) คือความวิตกกังวลต่อความเป็นจริง หรือความวิตกกังวลที่มีต่ออันตรายอันแท้จริงในโลกภายนอก เป็นความวิตกกังวลขั้นพื้นฐาน จากขั้นนี้ส่งผลให้เกิดความวิตกกังวลอีก 2 ประเภท

2. ความวิตกกังวลแบบโรคประสาท (Neurotic Anxiety) คือความกลัวว่าสิ่งที่ทำไปตามสัญชาตญาณนั้นจะได้รับการลงโทษ ความวิตกกังวลแบบนี้มีรากฐานมาจากความเป็นจริง ทั้งนี้เพราะเด็กเคยถูกพ่อแม่ หรือผู้มีอำนาจลงโทษซึ่งเด็กทำไปตามแรงกระตุ้น

3. ความวิตกกังวลเกี่ยวกับหลักศีลธรรม (Moral Anxiety) เป็นความกลัวต่อความรู้สึกผิดชอบ (Conscience) คือความกลัวว่าความคิดหรือการกระทำบางอย่างจะขัดกับหลักศีลธรรมที่บุคคลได้รับการอบรมสั่งสอนมาแต่วัยเด็ก ความวิตกกังวลแบบนี้มีรากฐานมาจากความเป็นจริงด้วยเหมือนกัน ทั้งนี้เพราะบุคคลเคยถูกลงโทษ เนื่องจากฝ่าฝืนศีลธรรม ดังนั้นจึงเกิดความกลัวว่าจะถูกลงโทษอีก ถ้าสิ่งที่ทำหรือคิดนั้นฝ่าฝืนระเบียบกฎเกณฑ์หรือหลักศีลธรรม

คิลปชัย สุวรรณชาติ (2533) ได้แบ่งความวิตกกังวลออกเป็น 2 ชนิด คือ

1. ความวิตกกังวลชนิดที่เป็นลักษณะประจำตัวของบุคคล (Trait Anxiety) ความวิตกกังวลชนิดนี้มีลักษณะค่อนข้างถาวร ไม่ว่าจะทำกิจกรรมใด ๆ ก็จะทำให้เกิดความวิตกกังวลอยู่เสมอ ผู้ที่มีความวิตกกังวลชนิดนี้มักจะเป็นบุคคลที่มีความหวังสูงและรู้สึกกลัวที่จะผิดหวัง

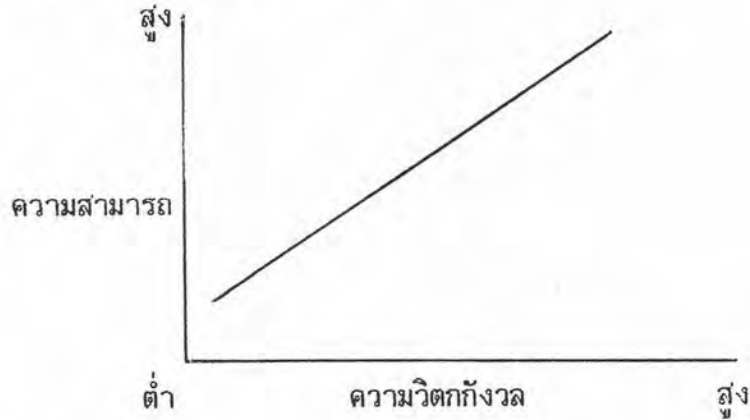
2. ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ (State Anxiety) เป็นความวิตกกังวลตามสถานการณ์ ถ้าสถานการณ์มีความสำคัญมากก็จะมีความวิตกกังวลสูง แต่ถ้าสถานการณ์ที่ไม่มีความสำคัญหรือมีโอกาที่จะชนะมากก็จะเกิดความวิตกกังวลในระดับต่ำ

ในสถานการณ์การแข่งขันกีฬา ความวิตกกังวลทั้งสองชนิดนี้จะเป็นตัวเสริมกัน นั่นคือถ้านักกีฬามีความวิตกกังวลซึ่งเป็นลักษณะประจำตัวสูงก็จะมีผลให้นักกีฬาผู้นั้นมีความวิตกกังวลตามสถานการณ์สูงมากขึ้นด้วย

ทฤษฎีความวิตกกังวลในการเล่นกีฬา

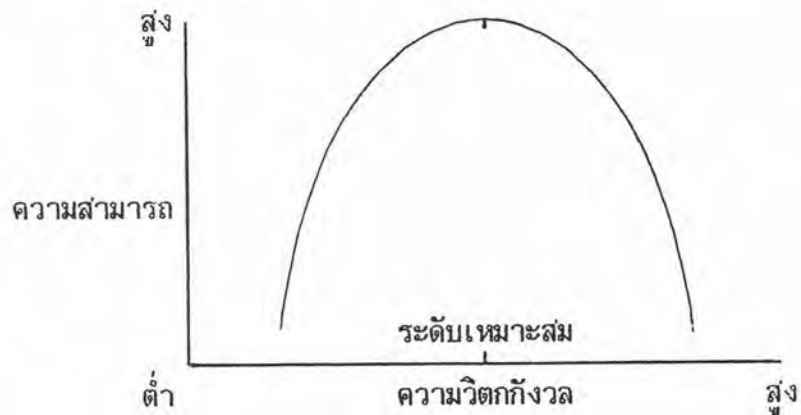
นักทฤษฎีที่อธิบายถึงความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลและความสามารถในการเล่นกีฬา 2 ทฤษฎีด้วยกัน (คิลปชัย สุวรรณชาติ, 2533) คือ

1. ทฤษฎีแรงขับ (Drive Theory)



ทฤษฎีนี้กล่าวว่าระดับความวิตกกังวลเป็นส่วนโดยตรงกับความสามารถ ถ้านักกีฬาที่มีความวิตกกังวลต่ำจะมีความสามารถต่ำ และถ้านักกีฬามีความวิตกกังวลสูงจะมีความสามารถสูง ทฤษฎีนี้ใช้อธิบายได้ในนักกีฬาประเภทที่ต้องการความแข็งแรงและพลังงานมาก ๆ เช่น นักกีฬายกน้ำหนัก และนักกีฬาอื่น ๆ ที่มีลักษณะคล้าย ๆ กัน

2. ทฤษฎีอักษร U คว่ำ (Inverted-U-Theory)



ทฤษฎีนี้กล่าวว่า ถ้าความวิตกกังวลมีระดับต่ำมากหรือสูงมาก จะทำให้มีความสามารถต่ำ แต่ถ้ามีระดับความวิตกกังวลที่เหมาะสม จะทำให้มีความสามารถสูง ทฤษฎีนี้เป็นที่ยอมรับโดยทั่วไปและใช้อธิบายได้ในการเล่นกีฬาเกือบทุกประเภท

ดังนั้น ในขณะก่อนการแข่งขันกีฬาหรือในระหว่างการแข่งขันกีฬา นักกีฬาจะต้องควบคุมตนเอง ให้มีความวิตกกังวลในระดับเหมาะสมจึงจะทำให้สามารถแสดงความสามารถได้สูง

อาการตอบสนองทางร่างกายและจิตใจต่อความวิตกกังวล (เคลิบซีย์ สุวรรณชาติ, 2533) แม้ว่าจะเกิดความวิตกกังวลขึ้นในสถานการณ์ที่แตกต่างกันแต่คนเราจะมีอาการที่แสดงว่าเกิดความวิตกกังวลคล้ายกันคือ

1. อาการทางร่างกาย คือ กล้ามเนื้อตึงเครียด เหนื่อย กระสับกระส่าย ปากแห้ง หนาว มือและเท้าเย็น ต้องการปัสสาวะ ตาพร่า กล้ามเนื้อลิ้นกระตุก หน้าแดง เสียงสั่น กระสับการส่ายและอาเจียร หายใจลึกและถี่ อัตราการเต้นของหัวใจเพิ่มขึ้น ความดันโลหิตเพิ่มขึ้น
2. อาการทางจิต คือ รู้สึกสับสน วุ่นวายใจ สัมผัสละเอียด ชาดลสมาธิ ใช้นิสัยเดิม ลังเลใจ

สาเหตุของความวิตกกังวลของนักกีฬา

ความวิตกกังวลเป็นความรู้สึกที่เกิดขึ้นจากการทำให้เกิดขึ้นด้วยตนเอง ด้วยการรับรู้ถึงสถานการณ์ต่าง ๆ ซึ่งการรับรู้สถานการณ์ต่าง ๆ เหล่านั้นสร้างปัญหาให้กับตนเองและทำให้เป็นสาเหตุของความวิตกกังวล ซึ่งมีอยู่หลายประการด้วยกัน คือ

1. ความขาดความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง
2. การเชื่อในความวิตกกังวลและคิดว่าตนเองมีความวิตกกังวล
3. ความสามารถที่แสดงออกในการแข่งขันที่ผ่านมามีต่ำกว่ามาตรฐานของตนเอง ทำให้มีความรู้สึกกังวลว่าเหตุการณ์เช่นนี้จะเกิดอีกในการแข่งขันครั้งต่อไป
4. การเชื่อว่าคุณค่าของตนเองขึ้นอยู่กับการแข่งขันซึ่งความคิดเช่นนี้จะก่อให้เกิดความวิตกกังวลสูง

จะเห็นว่า ทุกคนไม่สามารถจัดการความวิตกกังวลไปได้หมดโดยสิ้นเชิง ทั้งนี้เพราะความกดดันเกิดขึ้นอย่างมากในสถานการณ์การแข่งขันกีฬา แต่อย่างไรก็ตามนักกีฬาก็สามารถที่จะลดความรุนแรงของความวิตกกังวลลงได้ โดยการเรียนรู้ทักษะทั้งทางร่างกายและจิตใจเพื่อควบคุมความวิตกกังวลให้อยู่ในระดับหนึ่งที่เหมาะสม ซึ่งจะ เป็นผล ให้นักกีฬาแสดงความสามารถได้อย่างเต็มที่และประสบความสำเร็จ

องค์ประกอบของพันธุกรรม ประสบการณ์ในอดีต และสภาพการณ์ปัจจุบันของคุณคน ได้แก่ ความรู้สึกนึกคิด ความต้องการจะมีปฏิสัมพันธ์กับกลายเป็นส่วนหนึ่งของความวิตกกังวลแฝง (Trait Anxiety) เมื่อมีสิ่งเร้าจากภายนอกเข้าสู่การรับรู้ของคุณคนจะมีการประเมินว่าสิ่งเร้านั้นคุกคามหรือเป็นอันตรายต่อตนหรือไม่ ซึ่งการประเมินนี้ได้รับอิทธิพลจากความวิตกกังวลแฝงด้วย ถ้าหากบุคคลประเมินว่าสิ่งเร้านั้นคุกคามต่อตน จะมีการแสดงออกของความวิตกกังวลดังนี้

1. ระบบการทำงานของประสาทส่วนกลางถูกระตุ้น ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยา
2. เกิดความวิตกกังวลในขณะนั้น (State Anxiety)
3. มีการแสดงออกโดยใช้กลไกการเผชิญต่อความเครียด (Coping Mechanism) เพื่อลดความวิตกกังวล หรือกำจัดสาเหตุของความวิตกกังวล

พฤติกรรมที่แสดงออกของความวิตกกังวลทั้งสามด้านนี้ จะมีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน อาจเกิดพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งก่อนแล้ว โยง ไปสู่อีกพฤติกรรมก็ได้ การรับรู้การเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยาและอารมณ์ ผ่านทางการประเมินความรู้สึกนี้เอง ทำให้บุคคลรับรู้ว่าเขาวิตกกังวลจึงพยายามหาทางลดความวิตกกังวล โดย

1. เปลี่ยนสภาพแวดล้อมที่ก่อให้เกิดความวิตกกังวล
2. เรียนรู้ที่จะแสดงออกอย่างเหมาะสม
3. มีการประเมินผลต่อสิ่งเร้าใหม่
4. เรียนรู้วิธีลดความวิตกกังวลโดยตรง เช่น เรียนรู้เทคนิคการผ่อนคลาย เพื่อลดการกระตุ้นระบบประสาทส่วนกลาง และการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยา

ผลของความวิตกกังวล

ความวิตกกังวลมีผลต่อบุคคลทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และความคิด ซึ่งพอสรุปผลของความวิตกกังวลได้ดังนี้ (สาโรจน์ ปรบักษ์ขาม และคณะ 2519; สุวนีย์ ดันดิพัฒนานันต์, 2522)

1. ผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านชีวเคมีและสรีรวิทยา ในขณะที่มีความวิตกกังวล ร่างกายจะมีการเปลี่ยนแปลงด้านชีวเคมี ซึ่งผลของการเปลี่ยนแปลงนี้มีผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านสรีรวิทยา ความวิตกกังวลเป็นตัวกระตุ้นให้แคทอิโคลามีน (Catecholamines) ถูก

ซึ่งออกมาสู่กระแสเลือดมากขึ้น แคททีโคลามีนที่สำคัญ 2 ชนิด คือ อีพิเนฟริน (Epinephrine) และนอร์อีพิเนฟริน (Norepinephrine)

อีพิเนฟริน (Epinephrine) ทำให้หัวใจเต้นแรง และเร็วขึ้น ใจสั่น ขนลุก เหงื่อออก เพิ่มอัตราการเผาผลาญอาหารของร่างกาย เร่งการย่อยของน้ำตาล ไกลโคเจนในตับ (Glycogenolysis) ทำให้น้ำตาลในเลือดสูงขึ้น นอกจากนี้ยังกระตุ้นต่อระบบประสาทส่วนกลางทำให้กระวนกระวาย ทำให้น้ำหนักตาชยาและหลอดเลือดขยายตัว

นอร์อีพิเนฟริน (Norepinephrine) ทำให้มีการหดตัวของหลอดเลือด ความดันโลหิตสูงขึ้น หัวใจเต้นช้าลง แต่ผลที่เกี่ยวกับอัตราการเผาผลาญของร่างกายต่อระบบประสาทส่วนกลางและการขยายของหลอดเลือดมีน้อยกว่าอีพิเนฟริน

การเปลี่ยนแปลงทางด้านชีวเคมีที่มีความสำคัญอีกประการหนึ่ง เมื่อมีความวิตกกังวล คือ มีสารคอติโคสเตียรอยด์ (Corticosteroid) ถูกขับออกมาสู่กระแสเลือดมากขึ้น คอติโคสเตียรอยด์มีผลต่อร่างกายดังนี้

1. ผลต่อการควบคุมความสมดุลของอิเลคโตรไลต์ ทำให้เกิดการตั้งของโซเดียม
2. ผลต่อการเผาผลาญอาหารจำพวกโปรตีน ไขมัน และน้ำ
3. ผลต่อไต ทำให้น้ำตาลในปัสสาวะ มีการขับยูริค แอซิด (Uric acid) ทางปัสสาวะเพิ่มขึ้น
4. ผลต่อเอนไซม์ โดยเฉพาะในกระเพาะอาหาร ทำให้น้ำย่อยเพิ่มขึ้น มีกรดมากขึ้น เป็นผลในกระเพาะอาหาร
5. ผลต่อระบบประสาทส่วนกลาง เช่น ทำให้นอนไม่หลับ กระวนกระวาย มีอาการทางจิตประสาทได้
6. ผลต่อระบบการทำงานของหัวใจ ทำให้ปริมาณเลือดที่ขับออกจากหัวใจเพิ่มขึ้น
7. ผลต่อระบบภูมิคุ้มกันของร่างกาย ระดับคอร์ติซอลที่สูงทำให้ร่างกายขาดความต้านทานโรค
8. ผลต่อการเพิ่มหรือลดของการหลั่งฮอร์โมนเกี่ยวกับการเจริญเติบโต แต่ส่วนใหญ่จะลดมากกว่า

2. ผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านอารมณ์ ความวิตกกังวลทำให้บุคคลรู้สึกหวาดหวั่น ความตึงเครียดและความกลัว ซึ่งบุคคลอาจแสดงออกมาในลักษณะต่าง ๆ เช่น ตกใจง่าย หงุดหงิด โกรธ กระสับกระส่าย โศกเศร้า เสียใจ ร้องไห้ง่าย เหนื่อยหน่าย เป็นต้น

3. ผลต่อการเปลี่ยนแปลงทางด้านความคิด ความจำ และการรับรู้ ได้แก่ สมองง่าย ประสิทธิภาพในการจำลอง ระบบความคิดถูกรบกวน เช่น สับสน หมกมุ่น ย้ำคิดย้ำทำ การตัดสินใจได้ช้า ความคิดแคบ และไม่มีขีดหุ่นในการแก้ปัญหา ความสนใจลดลง ขาดสมาธิ การรับรู้ผิดพลาด บุคคลที่มีความวิตกกังวลมีแนวโน้มที่จะคิดไปในทางลดคุณค่าของตนเอง

ผลต่อพฤติกรรมแสดงออก สุวินัย ตันติพัฒน์ (2522) ได้กล่าวถึงผลของความวิตกกังวลว่า เมื่อเกิดความวิตกกังวลขึ้น พฤติกรรมการแสดงออกโดยมากจะเป็น พฤติกรรมอัตโนมัติ พฤติกรรมเหล่านี้จำแนกเป็น 4 กลุ่มใหญ่ คือ

1. พฤติกรรมที่แสดงความรู้สึกภายในออกมาทั้งอย่างเปิดเผยและอย่างซ่อนเร้น เช่น ความหงุดหงิด โมโหง่าย กระสับกระส่ายไม่อยู่นิ่ง ความรู้สึกขุ่นเคืองไม่เป็นมิตร เป็นต้น และอาจแสดงออกในรูปแบบอื่น เช่น พฤติกรรมโรคจิต โรคประสาททั้งหลาย

2. พฤติกรรมที่เบนความสนใจจากภาวะวิตกกังวลไปสู่อาการเจ็บป่วยทางร่างกาย ได้แก่ ผู้ป่วยไซโคโซมาติกทั้งหลาย ซึ่งทำให้ความสามารถในการกระทำสิ่งต่าง ๆ น้อยลง และเกิดพฤติกรรมหลักรหัสแบบต่าง ๆ ตามมาเพื่อนำตนเองออกจากสภาพการณ์ที่ไม่พึงพอใจนี้

3. การชะงักงันอยู่ในภาวะที่ก่อให้เกิดความวิตกกังวล พฤติกรรมการแสดงออก ได้แก่ การถอนตัวหนีจากเหตุการณ์ การเก็บความรู้สึกภายใน และกลายเป็นอาการซึมเศร้า มีพฤติกรรมถดถอยไปสู่พัฒนาการในวัยต้น ๆ

4. พฤติกรรมที่พยายามทำความเข้าใจถึงสาเหตุของความวิตกกังวลและวิธีการที่ตนเองใช้เพื่อขจัดภาวะวิตกกังวล ซึ่งทำให้ตนอดอัดไม่สบายนั้นเสีย

การวัดระดับความวิตกกังวล

การวัดความวิตกกังวลสามารถวัดได้โดย การวัดการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยา การวัดโดยการตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง การวัดโดยวิธีการใช้เทคนิคการฉายออก และการวัดโดยการสังเกตพฤติกรรมที่แสดงออกของบุคคล เลวิต (Levitt, 1980 Cited by Endler and Edward, 1982)

1. การวัดการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยา โดยการประเมินการเปลี่ยนแปลงที่แสดงออกทางด้านร่างกาย เช่น การวัดอัตราการเต้นของหัวใจ อัตราการหายใจ ระดับความดันโลหิต การหลั่งของน้ำลาย การหลั่งของฮอว์โมนจากต่อมหมวกไต การดึงของกล้ามเนื้อ ความเกร็งของผิวหนัง การตรวจคลื่นสมอง เป็นต้น โดยอาศัยผู้เชี่ยวชาญ การตรวจและการแปล

2. การวัดโดยการตอบแบบสอบถามด้วยตนเอง เป็นการประเมินความวิตกกังวล ซึ่งเป็นความรู้สึกที่ตนเองรับรู้ได้ โดยการตอบแบบสอบถามด้วยตนเองตามความรับรู้ของตนแล้ว จึงนำมาประเมินความวิตกกังวลนั้น ๆ ซึ่งแบบสอบถามหรือแบบวัดความวิตกกังวล ได้มีผู้สร้างขึ้นใช้หลายชนิด เช่น แบบวัดความวิตกกังวลแบบเอสทีเอไอ (The State-Trait Anxiety Inventory) ของสปิลเบอร์เกอร์ และคณะ (Spielberger et al., 1970) แบบวัดความวิตกกังวลแบบซีเอ็มเอเอส (CMAS - Children Manifest Anxiety Scale) ของเทลเลอร์ (Taylor, 1953) เป็นต้น การประเมินความวิตกกังวลด้วยวิธีนี้สามารถใช้ได้สะดวก และได้ผลดี ถ้าแบบวัดที่สร้างขึ้นมีความเที่ยงและความตรงสูง

3. การวัดโดยใช้เทคนิคการฉายออก (Projective Technique) ได้แก่ แบบวัดของโรซาร์ด ซึ่งการวัดโดยวิธีนี้มีความยากลำบากในการแปลผล ต้องใช้ผู้เชี่ยวชาญ

4. การวัด โดยการสังเกตพฤติกรรมที่แสดงออกของบุคคล การสังเกตนี้จะสังเกตถึงความผันแปรในด้านการเคลื่อนไหว คำพูด การติดต่อสื่อสาร โดยไม่ใช้คำพูด การรับรู้ ความสอดคล้องกันของการทำงานของร่างกาย การรับรู้ ความจำ การเรียนรู้ที่ง่าย ๆ และซับซ้อน อาการกระสับกระส่ายลุกลี้ลุก ล้องไห้ ถอนหายใจ และพูดเร็ว เป็นต้น

การควบคุมความวิตกกังวล

วิธีการทางจิตวิทยาที่สามารถใช้ลดความวิตกกังวลได้นั้น มีหลายวิธี เช่น การผ่อนคลายตนเอง (Autogenic Relaxation) การปรึกษาเชิงจิตวิทยาด้วยตนเอง โดยการผ่อนคลาย (Self-Counseling with Relaxation) การเสริมแรงทางบวกภายใน (Covert Positive Reinforcement) การปรับความนึกคิด (Cognitive Modification) การเลียนแบบ (Modeling) และการลดความรู้สึกอย่างเป็นระบบ (Systematic Desensitization) ฯลฯ (David, 1978)

การควบคุมความวิตกกังวล (คิลบิช สุวรรณชาติ, 2533) เพื่อให้พนักงานมีระดับความวิตกกังวลที่เหมาะสม นักกีฬาหรือผู้ฝึกสอนควรที่จะรู้วิธีการควบคุมความวิตกกังวลซึ่งมีอยู่หลายวิธี คือ

1. วิธีแบบง่าย (Simple Method) ประกอบด้วย

1.1 วิธีการทางร่างกาย

1.1.1 การออกกำลังกายหรือเคลื่อนไหวเป็นจังหวะ

1.1.2 การออกกำลังกายเพื่อเพิ่มช่วงการเคลื่อนไหวของข้อต่อ

1.1.3 การหายใจลึก ๆ

1.2 วิธีการทางจิตใจ

1.2.1 การยอมรับ

1.2.2 การเบี่ยงเบนความคิด

1.2.3 การคิดในทางที่ดี

1.2.4 การหัวเราะ

2. วิธีผ่อนคลายกล้ามเนื้อ (Muscle Relaxation Method)

3. วิธีฝึกสมาธิ (Meditation Method)

เทคนิค กรรมวิธีผ่อนคลายเพื่อลดความวิตกกังวล (สมบัติ กาญจนกิจ, 2533)

ประกอบด้วย

1. การผ่อนคลายกล้ามเนื้อแบบก้าวหน้า (Progressive Muscle Relaxation)

2. การฝึกสร้างความรู้สึกแห่งตน (Autogenics Training)

3. การผ่อนคลายแบบสมาธิ (Trancendental and Yoga Meditation)

4. ไบโอฟีดแบค (Biofeedback)

จะเห็นได้ว่าวิธีการในการควบคุมความวิตกกังวลมีหลายแบบดังได้กล่าวแล้ว ซึ่งการที่นักกีฬาจะเลือกใช้วิธีการใดนั้นขึ้นอยู่กับสภาพความเหมาะสมในด้านตัวนักกีฬา และสภาพแวดล้อมต่าง ๆ

ผลของความวิตกกังวลที่มีต่อการฝึกซ้อมกีฬา

ปัจจุบันสถานการณ์การแข่งขันกีฬาในระดับสูงมีส่วนเกี่ยวข้องกับจิตวิทยาการกีฬามากขึ้นทุกวัน เพราะความสามารถของนักกีฬาทั้งในการฝึกซ้อมและการแข่งขันนั้น อาจกล่าวได้ว่ามีปัจจัยที่สำคัญ 3 ประการ คือ ระดับทักษะ สมรรถภาพทางกาย และสมรรถภาพทางจิต ซึ่งจะเห็นได้ว่าสมรรถภาพทางจิตนั้น เป็นส่วนสำคัญที่จะทำให้นักกีฬามีความพร้อมที่จะฝึกซ้อม (ศิลาปชัย สุวรรณชาติ, 2533)

ความรับผิดชอบ

ความหมายของความรับผิดชอบ

ความรับผิดชอบเป็นคุณลักษณะที่นักวิชาการ และผู้ทรงคุณวุฒิ ให้ความหมายในทัศนะต่าง ๆ กันหลายนัย

ละออ การุณชะวนิช (2505) กล่าวว่า ความรับผิดชอบที่ใช้กันอยู่มักจะใช้เมื่อมีความหมายในที่ที่มีองค์ประกอบเป็นสองฝ่าย คือ ฝ่ายรับผิดชอบและฝ่ายผู้ได้รับความรู้สึกผิดชอบนั้น เช่น ความรับผิดชอบในการงาน ความรับผิดชอบในการกระทำของตนเอง ความรับผิดชอบต่อหน้าที่ ความรับผิดชอบต่อหมู่คณะ

ความรับผิดชอบในการงาน คือ เป็นผู้ที่เอาใจใส่การงานของตน คอยหาทางให้การงานของตนก้าวหน้า และหาทางป้องกันไม่ให้เกิดการบกพร่อง เสียชื่อเสียงในวงงานที่ตนรับผิดชอบอยู่

ความรับผิดชอบในการกระทำของตนเอง ย่อมรับผลการกระทำของตนเอง ทั้งที่เป็นผลดีและผลเสีย เพราะฉะนั้น ผู้ที่มีความรับผิดชอบในการกระทำของตนเอง ย่อมจะไตร่ตรองดูให้รอบคอบก่อนว่าสิ่งที่ตนจะทำลงไปนั้นจะเกิดผลเสียขึ้นหรือไม่ และจะปฏิบัติแต่สิ่งที่จะทำให้เกิดผลดีเท่านั้น

ความรับผิดชอบต่อหน้าที่ คือจะถือว่างานที่ได้รับมอบหมายให้ เป็นหน้าที่ของตน เป็นสิ่งที่สำคัญ ซึ่งจะละเลยเสียมิได้ จะต้องปฏิบัติตามหน้าที่ของตนให้ดีที่สุด และปฏิบัติตามระเบียบต่าง ๆ ที่วางไว้เป็นแนวสำหรับหน้าที่ในแต่ละอย่าง ผู้ที่มีความรับผิดชอบในหน้าที่จะถือเป็นข้อเสียหาอย่างร้ายแรงถ้าตนเองปฏิบัติงานในหน้าที่บกพร่องไป ดังนั้น จึงย่อมจะไม่มอบหมายงานของตนเองให้ผู้อื่นทำแทนเพื่อเห็นแก่ความสะดวกสบายเป็นครั้งคราว

ความรับผิดชอบต่อทุกคน ย่อมจะถือว่ากิจการของตนที่หมู่คณะมอบให้ทำนั้น เป็นข้อสำคัญที่จะต้องปฏิบัติหน้าที่นั้น ให้สุดความสามารถ เขาย่อมถือว่าตนเอง เป็นส่วนหนึ่งของหมู่คณะ ถ้าตนประพฤติเลื่อมเลี้ยว ก็จะทำให้หมู่คณะพลอยเลื่อมเลี้ยวไปด้วย และถ้าตนทำสิ่งใดอันควรยกย่องสรรเสริญ หมู่คณะก็จะพลอยได้รับเกียรติได้รับคำสรรเสริญไปด้วย เขาย่อมจะหาทางให้หมู่คณะเจริญก้าวหน้าและขจัดอุปสรรคแห่งความเจริญของหมู่คณะเท่าที่ตนจะทำได้ อาจจะทำตามลำพังหรือชักชวนเพื่อนฝูงและสมาชิกในหมู่คณะร่วมมือกันกระทำเพื่อประโยชน์ของส่วนรวม

ชวาล แพรัตกุล (2514) ได้ให้ความหมายของความรับผิดชอบและแปลออกมาในรูปพฤติกรรมว่า หมายถึงความสนใจ ความตั้งใจที่จะทำงาน และติดตามผลงานที่ได้ทำไปแล้วเพื่อปรับปรุงแก้ไข ให้เป็นผลสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ยอมรับในสิ่งที่ตนกระทำลงไป ทั้งในด้านที่เป็นผลดีและผลเสีย โดยแสดงออกในรูปการปฏิบัติงานที่ได้รับมอบหมายด้วยความเต็มใจ ปฏิบัติงานด้วยความระมัดระวังอย่างมีจุดหมาย เพื่อให้บรรลุผลสำเร็จตามที่ได้รับการมอบหมาย

ภิญโญ สาธร (2519) อธิบายว่า ความรู้สึกรับผิดชอบคืออำนาจชนิดหนึ่งในจิตใจของบุคคลซึ่งสามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้ บุคคลบางคนเกิดความปรารถนาอย่างแรงกล้าที่จะกระทำการใดตรงกันข้ามกับทำนองคลองธรรมหรือหลักปฏิบัติขององค์การของตน หรือมีโอกาสโง่งหรืออยากโง่งแต่ไม่โง่ง บุคคลผู้นั้นคือผู้ที่เรียกได้ว่า ไม่มีความรู้สึกรับผิดชอบ

สาโรช บัวศรี (2522) ได้อธิบายถึงขอบข่ายของพฤติกรรมของความรับผิดชอบต่อหน้าที่การงานว่า ได้แก่ เอาใจใส่ในการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อผลของงานนั้น ๆ ความซื่อสัตย์ต่อหน้าที่ โดยไม่คำนึงถึงผลประโยชน์ส่วนตัว เคารพต่อระเบียบกฎเกณฑ์และมีวินัยในตนเอง มีอารมณ์หนักแน่น เมื่อเผชิญกับอุปสรรค รู้จักหน้าที่และกระทำตามหน้าที่ที่เป็นอย่างดี มีความเพียรพยายาม มีความละเอียดรอบคอบใช้ความสามารถอย่างเต็มที่ ปรับปรุงงานในหน้าที่ให้ดียิ่งขึ้นทั้งตนเองและสังคม ตรงต่อเวลาและยอมรับของการกระทำของตน

หน่วยศึกษานิเทศก์ กรมการฝึกหัดครู ได้ให้ความหมายพฤติกรรมและขอบข่ายของพฤติกรรมของความรับผิดชอบไว้ว่า ความรับผิดชอบหมายถึง ความมุ่งมั่นตั้งใจที่ปฏิบัติหน้าที่ด้วยความผูกพัน ด้วยความพากเพียรและความละเอียดรอบคอบ ยอมรับผลของการกระทำในการปฏิบัติหน้าที่เพื่อ ให้บรรลุผลสำเร็จตามความมุ่งหมาย ทั้งพยายามที่จะปรับปรุงการปฏิบัติหน้าที่ให้ดียิ่งขึ้น

พฤติกรรมของความรับผิดชอบ ได้แก่ เอาใจใส่ในการทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อผลงานนั้น ๆ ความซื่อสัตย์ต่อหน้าที่ โดยไม่คำนึงถึงผลประโยชน์ส่วนตัว เคารพต่อระเบียบ

กฎเกณฑ์ และมีวินัยในตนเอง มีอารมณ์หนักแน่น เพื่อเผชิญกับอุปสรรค รู้จักหน้าที่และการกระทำตามหน้าที่เป็นอย่างดี มีความเพียรพยายาม มีความละเอียดรอบคอบ ใช้ความสามารถอย่างเต็มที่ ปรับปรุงงานในหน้าที่ให้ดียิ่งขึ้นทั้งของตนและสังคม ตรงต่อเวลา และยอมรับผลการกระทำของตน

ขอข่ายของพฤติกรรมกำหนดไว้ 3 ด้าน คือ ต่อตนเอง ต่อผู้อื่น และต่อการทำงาน อรรถัย จันทวิชานวงศ์ (2523) กล่าวถึงความรับผิดชอบว่า หมายถึงความมุ่งมั่นที่จะปฏิบัติหน้าที่ด้วยความผูกพัน ด้วยความพากเพียรและด้วยความละเอียดรอบคอบ ยอมรับผลการกระทำจากการปฏิบัติหน้าที่ ทั้งพยายามที่จะปรับปรุงการปฏิบัติหน้าที่ให้ดียิ่งขึ้น ความรับผิดชอบแสดงออกในรูปพฤติกรรมต่อไปนี้

1. เอาใจใส่ในการทำงานเพื่อผลของงานนั้น ๆ
2. มีความเพียรพยายาม
3. ใช้ความสามารถอย่างเต็มที่
4. รู้จักหน้าที่และกระทำตามหน้าที่เป็นอย่างดี
5. มีความซื่อสัตย์
6. เคารพต่อระเบียบ กฎเกณฑ์
7. มีวินัยในตนเอง
8. มีความละเอียดรอบคอบ
9. ตรงต่อเวลา
10. มีอารมณ์หนักแน่นเมื่อเผชิญอุปสรรค
11. ยอมรับผลของการกระทำของตน
12. ปรับปรุงงานในหน้าที่ที่มีต่อตนเองและที่มีต่อสังคมให้ดียิ่งขึ้น

พิจิตรา พงศ์จินดากร (2525) ให้ความหมายของความรับผิดชอบว่า หมายถึงความมุ่งมั่นตั้งใจปฏิบัติหน้าที่ด้วยความผูกพัน ด้วยความพากเพียร และละเอียดรอบคอบและปฏิบัติหน้าที่ด้วยความเต็มใจ เพื่อให้บรรลุความมุ่งหมาย ยอมรับรู้และสำนึกในการกระทำของตนเอง ยอมรับผลแห่งการกระทำ ไม่ว่าจะดีหรือผลร้าย ไม่ว่าจะกระทำผิดหรือกระทำถูก ไม่ปิดความผิดไปให้ผู้อื่น ทั้งพร้อมที่จะพยายามปรับปรุงแก้ไขการปฏิบัติหน้าที่ให้ได้ผลดียิ่งขึ้น

ผู้มีควมรับผิตชอบจะมีพฤติกรรม ดังนี้

1. มีความเชื่อมั่นในตนเองเป็นตัวของตัวเอง
2. มีความอดทน ต่อสู้อุปสรรคอย่างไม่ท้อถอย
3. มีความปรารถนาที่จะทำงานให้ดีกว่าเดิม
4. มีความสามารถในการควบคุมตนเอง
5. ยึดมั่นในกฎเกณฑ์
6. เป็นที่ไว้วางใจได้ มีความตรงต่อเวลาและซื่อสัตย์
7. กล้าเผชิญต่อความจริง

นอกจากนี้ยังได้แบ่งความรับผิดชอบออกเป็นความรับผิดชอบต่อตนเอง และความรับผิดชอบต่อสังคม ดังนี้

ความรับผิดชอบต่อตนเอง หมายถึงลักษณะต่อไปนี้

1. รู้จักระวังรักษาสุขภาพ อนามัยให้สมบูรณ์อยู่เสมอ
2. ตั้งใจเล่าเรียนหมั่นใฝ่หาความรู้
3. ประพฤติตนให้เหมาะสม ละเว้นความชั่ว
4. รู้จักปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม
5. รู้จักประมาณค่าใช้จ่ายและมีความประหยัด
6. สามารถทำงานที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จ
7. ตรงต่อเวลา
8. สามารถควบคุมตนเองได้
9. พึ่งตนเอง

ความรับผิดชอบต่อสังคม ได้แก่ ความรับผิดชอบในด้านต่าง ๆ ดังนี้

1. ความรับผิดชอบต่อหน้าที่พลเมือง ได้แก่
 - 1.1 ปฏิบัติตามระเบียบสังคม
 - 1.2 รักษาทรัพย์สินสมบัติของสังคม
 - 1.3 ช่วยเหลือผู้อื่น
 - 1.4 มีความร่วมมือกับคนอื่น

2. ความรับผิดชอบต่อครอบครัว ได้แก่
 - 2.1 เคารพเชื่อฟังผู้ปกครอง
 - 2.2 ช่วยเหลืองานบ้าน
 - 2.3 รักษาชื่อเสียงของครอบครัว
3. ความรับผิดชอบต่อโรงเรียน ครู - อาจารย์ ได้แก่
 - 3.1 ตั้งใจเล่าเรียน
 - 3.2 เชื่อฟังครู - อาจารย์
 - 3.3 ปฏิบัติตามระเบียบโรงเรียน
 - 3.4 รักษาสมบัติของโรงเรียน
4. ความรับผิดชอบ ต่อเพื่อน ได้แก่
 - 4.1 ช่วยตักเตือนแนะนำเมื่อเพื่อนทำผิด
 - 4.2 ช่วยเหลือเพื่อนอย่างเหมาะสม
 - 4.3 ให้อภัยเมื่อเพื่อนทำผิด
 - 4.4 ไม่ทะเลาะกัน ไม่เอาเปรียบ
 - 4.5 เคารพสิทธิซึ่งกันและกัน

บราวน์ และ คอห์น (Browne and Cohn, 1958) ได้สรุปลักษณะของความรับผิดชอบไว้ว่า มีความไวใจได้ มีความคิดริเริ่ม ความไม่ท้อถอยต่ออุปสรรค ทำงานแข่งขัน มีความเชื่อมั่นในตัวเอง มีความปรารถนาที่จะทำได้ดีกว่าเดิม ผู้ที่มีความรับผิดชอบต่อหน้าที่การงาน คือผู้ที่มีความสามารถปฏิบัติตนให้สำเร็จลุล่วงไปตามเป้าหมาย มีความซื่อสัตย์สุจริต และตรงเวลา

ฟังก์ และ แวกแนลล์ (Funk and Wagnalls, 1961) อธิบายว่า ความรับผิดชอบ คือความคาดคะเนว่าตนจะสามารถรับผิดชอบได้มากน้อยเพียงไร ความรับผิดชอบเป็นการแสดงออกถึงการรับผิดชอบในการกระทำของตน มีความซื่อสัตย์ ไวใจได้ สามารถจัดการเงินและหน้าที่ที่ได้รับมอบหมาย ได้อย่างมีประสิทธิภาพทั้งยังหมายถึง ความสามารถในการสนองตอบต่อหน้าที่หรือข้อตกลงที่ตั้งใจไว้ตามอุดมคติ กฎของศีลธรรม และ หลักฐานอีกด้วย ต่อมาฟังก์และแวกแนลล์ ได้อธิบายความรับผิดชอบทางสังคมว่า หมายถึงสถานการณ์ทางบุคลิกภาพที่บุคคลสามารถปฏิบัติตามกฎของศีลธรรมหรือหลักธรรมอันเหมาะสม เกี่ยวกับการแสดงออกในการกระทำของตนในทางที่ควรกระทำ อาจจะเป็นสิ่งใหม่หรือสิ่งที่คล้ายคลึงกัน

ที่แบ่งแยกโดย จริยธรรม ศีลธรรม คุณค่าและความรับผิดชอบทางสังคมทั้งนี้ เป็นสิ่งที่มี การแลกเปลี่ยนระหว่างความรู้สึกกับพฤติกรรมที่แสดงออกถึงการทำความดี

เชสเตอร์ (Chester, 1962) กล่าวว่า ความรับผิดชอบหมายถึงสภาพทาง อารมณ์ของบุคคลที่มีความรู้สึกเสียใจ ไม่พอใจ ไม่ได้ในสิ่งที่อันควรหรือมิได้ละเว้นในสิ่งควร เว้น เป็นความรู้สึกด้วยตนเองว่า สิ่งใดถูกสิ่งใดควรในเชิงศีลธรรม และคุณธรรมตามสภาพที่ บุคคลเป็นสมาชิกอยู่ ผู้นำที่ดีย่อมยินดีรับผิดชอบเมื่อพลาด และเต็มใจรับคำตำหนิ ขณะเดียวกัน เมื่อได้รับหน้าที่ใดมาแล้วจะบากบั่น ทำหน้าที่อย่างดีที่สุดโดยไม่ทอดทิ้ง แม้จะมีอุปสรรคนานา ประการมาเกี่ยวข้อง

แคทเทล (Cattell, 1963) กล่าวถึงลักษณะของบุคคลที่มีความสามารถในการ รับผิดชอบสูงไว้ว่า "คือ บุคคลที่รับผิดชอบในหน้าที่ มีความบากบั่นมากเพียร ถ้อยศักดิ์ศรี ยึดมั่นในกฎเกณฑ์ ลักษณะของบุคคลที่มีความรับผิดชอบต่ำ คือ คนที่ถือความสะดวกเป็นเกณฑ์ มักหลีกเลี่ยงข้อบังคับ"

กอร์ดอน (Gordon, 1963) อธิบายความรับผิดชอบ "ได้แก่ ลักษณะพฤติกรรมที่มี ความพากเพียรพยายามและตั้งใจปฏิบัติงาน จดจ่อกับงานที่ได้รับมอบหมายจนสำเร็จ หรือมุ่งมั่น ในงานที่กระทำ แม้จะมีอุปสรรค เป็นคนที่ไว้ใจได้ เป็นที่พึ่งพาอาศัย รับผิดชอบงานอย่างจริงจัง"

ในการแปลผลคะแนนที่ได้จากการใช้แบบวัดกอร์ดอน เพอซันนอล โพรไฟล์ (Gordon Personal Profiles) ของลีโอนาร์ด วี กอร์ดอน (Leonard V. Gordon) (Manual of Gordon Personal Profiles, 1963) อธิบายลักษณะบุคลิกภาพด้านความรับผิดชอบ ถ้าได้คะแนนสูงหมายถึง บุคคลที่มีความพากเพียรตั้งใจรับผิดชอบงานที่ได้รับมอบหมายอย่าง จริงจัง สามารถทำงานได้สำเร็จลุล่วงเสมอ ไม่ย่อท้อในการทำงานแม้มีอุปสรรค มีนิสัย การทำงานดี สามารถดำเนินงานตามแผนที่กำหนดไว้ได้เสมอ เป็นบุคคลที่เชื่อถือได้ ถ้าได้ คะแนนระดับปานกลาง หมายถึง บุคคลที่มีพฤติกรรมข้างต้นพอสมควร ถ้าได้คะแนนต่ำในด้านนี้ หมายถึง บุคคลที่ไม่มีความรับผิดชอบในงานที่ได้รับมอบหมายอย่างจริงจัง หรือชอบพองาน ไม่สามารถทำงานสำเร็จบ่อยครั้ง ไม่สนใจในงานที่ทำ เป็นบุคคลที่ไม่ได้รับความเชื่อถือ

การวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยต่างประเทศ

แคทเทล (Cattell, 1961) ได้สรุปผลการวิจัยเกี่ยวกับความวิตกกังวลของเขาว่า โดยทั่วไปความวิตกกังวลและผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนจะสัมพันธ์กันเป็นลบ

รูบช (Ruebush, 1963) ได้สรุปผลการวิจัยเกี่ยวกับความวิตกกังวล ซึ่งคณะของเขา และคนอื่น ๆ ทำไว้ พบว่าโดยทั่วไปความวิตกกังวลจะช่วยส่งเสริมการเรียนรู้ที่ง่าย ซึ่งไม่ต้องใช้ภาษา อย่างไรก็ตามผลของความวิตกกังวลที่จะมีต่อการเรียนรู้ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบต่าง ๆ เช่น ความเข้มของสิ่งเร้า ความยากง่ายหรือสลับซับซ้อนของสิ่งที่เรียน ความสามารถในการปรับตัวของผู้เรียนให้เข้ากับสถานการณ์หรืองานที่เรียนรู้ และโดยทั่วไปแล้วความวิตกกังวลจะขัดขวางการเรียนรู้ที่เกี่ยวกับภาษา โดยเฉพาะการพูด การเขียน และการใช้ความคิดขั้นลึกซึ้ง

เพ็นนี่ (Penny, 1965) ศึกษาเรื่องความอยากหรืออยากเห็นและความวิตกกังวลของเด็ก ชั้นที่ 4, 5 และ 6 โดยใช้แบบวัด ซีเอ็มเอเอส (CMAS - Children Manifest Anxiety Scale) ของ เทเลอร์ (Taylor, 1953) วัดความวิตกกังวลในส่วนที่เกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลและเพศ ผลปรากฏว่าเพศหญิงจะมีความวิตกกังวลมากกว่าเพศชาย ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ คาสทาเนดา และ แมคแคนเลส (Castaneds and McCanless, 1956) ซึ่งศึกษาเปรียบเทียบความวิตกกังวลของเด็กชายและหญิง เกรด 4, 5, 6 จำนวน 386 คน โดยใช้แบบสอบถาม ซีเอ็มเอเอส วัดความวิตกกังวล ผลปรากฏว่าเพศหญิงมีความวิตกกังวลสูงกว่าเพศชายเหมือนกัน

ซินฮา และ ปราโมด (Sinha and Pramod, 1966) แห่งมหาวิทยาลัยอัลลาฮาบาด (University of Allahamabad) ในประเทศอินเดีย ได้ศึกษาเรื่องเกี่ยวกับบุคลิกภาพบางประการที่มีลักษณะความเป็นผู้นำ โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง 100 คน ใช้แบบทดสอบบุคลิกภาพ (A Group of Personality Tests) ปรากฏผลว่า ความวิตกกังวล และความต้องการเด่น (Dominance Need) มีความสัมพันธ์กับลักษณะความเป็นผู้นำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ไคลน์และเกล (Kline and Gale, 1971) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการแสดงออกอาการทางประสาทและผลสัมฤทธิ์ โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัย จำนวน 455 คน และใช้แบบสำรวจ อีพีไอ (Epenek Personality Inventory) ผลปรากฏว่า ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรทั้งสามมีนัยสำคัญทางสถิติแต่ค่าต่ำมาก

เคนเนดี (Kennedy, 1971, Quoted in Harber, 1978) ได้อ้างถึงผลการวิจัยของสติเวนสัน และ ออดอม (Stewenson and Ordum) ได้ศึกษาความวิตกกังวลและการเรียนรู้ โดยให้มาตรวัดความวิตกกังวลสำหรับเด็ก ของ ซาราสัน (Sarason, 1960) (Sarason's Test Anxiety Scale for Children) ผลปรากฏว่า เด็กที่มีความวิตกกังวลสูงนั้น ความสามารถจะค่อย ๆ ลดลงเมื่อสิ่งที่เรียนค่อย ๆ ยากขึ้น สลับซับซ้อนขึ้น มีลักษณะเป็นนามธรรมและต้องใช้ความคิดมากขึ้น

คาสตาเนดาและคณะ (Castaneda and Others, 1956) ได้ศึกษาผลของความวิตกกังวลที่มีต่องานที่ง่ายและงานที่ยากสลับซับซ้อนโดยศึกษากับเด็กเกรด 5 จำนวน 37 คน และวัดความวิตกกังวล โดยใช้แบบสอบถาม ซีเอ็มเอเอส ได้เด็กที่มีความวิตกกังวลสูง 21 คน และเด็กที่มีความวิตกกังวลต่ำ 16 คน ให้เด็กทั้งสองกลุ่มนี้ทำงานทั้งประเภทที่ง่าย และประเภทที่ยากสลับซับซ้อน ผลปรากฏว่ามีปฏิกริยาร่วม (Interaction) ระหว่างความวิตกกังวลกับความยากง่ายของงาน กล่าวคือ สำหรับงานที่ง่าย เด็กที่มีความวิตกกังวลสูงจะทำได้ดีกว่าเด็กที่มีความวิตกกังวลต่ำ แต่เมื่องานยิ่งยากขึ้นเด็กที่มีความวิตกกังวลสูงจะทำงานได้ออกกว่าเด็กที่มีความวิตกกังวลต่ำ และยังพบอีกว่าเด็กที่มีความวิตกกังวลสูงและทำนั้นทำงานต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เฉพาะงานที่ยากและซับซ้อนเท่านั้น ส่วนความแตกต่างสำหรับงานที่ง่ายนั้น ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

แมนลีย์ (Manley, 1969) ได้ศึกษาแนวโน้มความวิตกกังวลในเด็กระดับชั้น 7-12 พบว่ามีความแตกต่างกันระหว่างเพศ เรื่องความวิตกกังวล โดยเพศหญิงจะมีความวิตกกังวลสูงกว่าเพศชาย และยังพบว่านักเรียนที่เรียนดีกว่านักเรียนที่อยู่ชั้นสูงกว่าจะสามารถปรับตัวได้ดีและมีความวิตกกังวลต่ำกว่านักเรียนที่เรียนอ่อนและอยู่ชั้นต่ำกว่า

บลัทท์ และ สเตน (Blatt and Stien, 1957) ได้ศึกษากับกลุ่มนิสิตปริญญาเอกทางอุตสาหกรรม จำนวน 12 คน โดยแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่มีความคิดสร้างสรรค์สูงและต่ำ ด้วยวิธีจัดอันดับ พบว่ากลุ่มที่มีความคิดสร้างสรรค์สูงมีความเชื่อมั่นในตัวเองสูง มีความพยายามเอาใจใส่จดจ่ออยู่กับงานมากกว่าเพื่อนนิสิตด้วยกัน ดังนั้นพอจะกล่าวได้ว่า บุคคลที่มีความคิดสร้างสรรค์สูงน่าจะมีความรับผิดชอบสูง ทั้งนี้เนื่องจากมีความเชื่อมั่นในตัวเอง ความพยายามเอาใจจดจ่ออยู่กับงานเป็นลักษณะหนึ่งของบุคคลที่มีความรู้ลึกรับผิดชอบ

สตอร์ม (Storm, 1965) ได้ทำการศึกษานิสิตภาพของครูที่ได้รับปริญญาเอกทางการศึกษา จำนวน 125 คน อายุตั้งแต่ 26-60 ปี พบว่าครูกลุ่มนี้มีบุคลิกภาพสูงในด้านการ

แสดงออก ความมั่นใจในตนเอง มีความคิดอิสระ มีความคิดริเริ่มสิ่งใหม่ มีความคิดที่จะทำให้อดีกว่าเดิม ซึ่งสอดคล้องกับการวิจัยของแพรลล์ และคushman (Prall and Cushman, 1964) ที่ได้ทำการศึกษาศิลปะของครู โดยการสัมภาษณ์ครู 150 คน ระหว่างครูที่มีวุฒิสูงและครูที่มีวุฒิต่ำ ผลการศึกษพบว่า ครูที่มีวุฒิต่ำมีความมั่นใจในการทำงาน มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์สูงกว่าครูที่มีวุฒิต่ำ ซึ่งความเชื่อมั่นในตนเอง ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์และความคิดที่จะทำให้อดีกว่าเดิมเป็นองค์ประกอบของความรู้สึกรับผิดชอบ (Browne, 1958)

มุลเลอร์ (Mueller, 1969) ได้ศึกษาถึงความแตกต่างความรู้สึกรับผิดชอบทางสังคมของนิสิตในมหาวิทยาลัยอัลลินฮอยส์ พบว่า กลุ่มนิสิตเข้าใหม่และนิสิตเก่ามีความรู้สึกรับผิดชอบไม่แตกต่างกัน และนิสิตที่ได้ทุนทั้งเพศชายและเพศหญิง ทำคะแนนความรู้สึกรับผิดชอบสูงกว่านิสิตที่ไม่ได้ทุนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และกลุ่มคนที่เห็นพวกอนุรักษนิยม มักมีแนวโน้มไปในทางความรู้สึกรับผิดชอบสูง ซึ่งแสดงว่าการเข้ามาอยู่ในมหาวิทยาลัยของนิสิตนานหรือเพิ่งเข้ามาจะมีความรู้สึกรับผิดชอบต่อสังคมพอกัน การฝึกในมหาวิทยาลัย ไม่มีผลทางความรู้สึกรับผิดชอบสูงขึ้นมาสักนัก และนิสิตที่เรียนดีจะมีความรู้สึกรับผิดชอบสูงกว่านิสิตที่เรียนไม่ดี กลุ่มนิสิตที่ชอบยึดมั่นในกฎเกณฑ์ถือศักดิ์ศรีและรักษาประเพณีเก่าจะมีความรู้สึกรับผิดชอบสูง

การวิจัยในประเทศไทย

วัลลภ กันทรพย์ (2513) ได้ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างความตั้งใจเรียน ระดับความปรารถนาในการสอบและความวิตกกังวลในการเรียนกับผลสำเร็จในการเรียนของนักเรียนประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 1 ปีการศึกษา 2512 จากสถาบันฝึกหัดครูส่วนกลาง 6 แห่ง จำนวน 500 คน พบว่า นักศึกษาหญิงมีค่าเฉลี่ยความตั้งใจเรียนและความวิตกกังวลมากกว่านักศึกษาชาย ส่วนด้านอื่น ๆ ไม่พบความแตกต่างระหว่างเพศ สำหรับความสัมพันธ์ระหว่างความวิตกกังวลกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ได้ค่าสหสัมพันธ์เท่ากับ -0.1066 แต่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติสอดคล้องกับการวิจัยของ ประสิทธิ์ บัวคลี่ (2514) ซึ่งได้ศึกษาเปรียบเทียบความวิตกกังวล ความเกรงใจและความคิดสร้างสรรค์ของนักเรียนไทยและนักเรียนนานาชาติ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 พบว่า ในกลุ่มนักเรียนนานาชาติ เพศหญิงมีความวิตกกังวลมากกว่าเพศชาย กลุ่มตัวอย่างนักเรียนไทยมีความวิตกกังวลสูงกว่านักเรียนนานาชาติ และความวิตกกังวลมีความสัมพันธ์ทางลบกับความคิดสร้างสรรค์ แต่ไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

จำรัส บุญฉันทน์ (2515) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับมโนภาพแห่งตน ความวิตกกังวล และความต้องการผลสัมฤทธิ์ของนักเรียนที่ประพฤติก้อยตามและ ชัดกับสังคม โดยศึกษากับ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 210 คน ผลปรากฏว่า นักเรียนชายที่ประพฤติก้อยตามสังคม มีความวิตกกังวลสูงกว่านักเรียนชายที่ประพฤติก้อยตามสังคม นักเรียนหญิงที่ประพฤติก้อยตามสังคม มีความวิตกกังวลสูงกว่านักเรียนหญิงที่ประพฤติก้อยตามสังคม และมโนภาพแห่งตน กับความต้องการผลสัมฤทธิ์ในกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด ไม่มีความสัมพันธ์กันในแบบเส้นตรง ในทำนองเดียวกัน อำนวย โองศ์ศิลป์ (2515) ได้ศึกษาเรื่องความวิตกกังวล ความสามารถในการอ่าน และ ลักษณะอื่นบางประการของบุคคลิกภาพ โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 500 คน ผลการศึกษาพบว่า ความวิตกกังวลมีความสัมพันธ์อย่างสูงยิ่งเชิงเส้นตรงในทางลบ กับความสามารถในการอ่าน และมโนภาพเกี่ยวกับตน แต่ไม่สัมพันธ์เชิงเส้นตรง และเส้นโค้งกับลักษณะความเป็นผู้นำ เด็กที่มีลักษณะเกินตัวมีความวิตกกังวลสูงกว่าเด็กที่มีลักษณะแสดงตัว เด็กหญิงมีความวิตกกังวลสูงกว่าเด็กชายและเด็กต่างจังหวัดมีความวิตกกังวลแตกต่างกับเด็กในนครหลวง

วรณี รักษารม (2515) ได้ทำการศึกษาเรื่อง การศึกษาเปรียบเทียบความวิตกกังวล ความต้องการผลสัมฤทธิ์ และความรู้สึกรับผิดชอบของเด็กไทย เชื้อชาติไทย และเด็กไทย เชื้อชาติจีน โดยใช้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนชั้น ม.ศ. 3 ของโรงเรียนในจังหวัดลพบุรี และพัทลุง จำนวน 240 คน ผลการศึกษาปรากฏว่า

1. ความวิตกกังวลมีความสัมพันธ์ทางลบกับความรู้สึกรับผิดชอบ
2. เด็กไทย เชื้อชาติไทย เพศหญิง จะมีความวิตกกังวลและความรู้สึกรับผิดชอบสูงกว่าเพศชาย
3. สำหรับความวิตกกังวลและความรู้สึกรับผิดชอบ ไม่พบความแตกต่างระหว่างกลุ่มตัวอย่างทั้งสอง

สำหรับงานวิจัยเรื่อง ความรู้สึกรับผิดชอบ กับลักษณะการเป็นผู้นำ ได้มีผู้วิจัยไว้หลายท่าน เช่น ประภต เล็กสวัสดิ์ (2517) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการอบรมเลี้ยงดู การพึ่งผู้อื่น พฤติกรรมด้านการเป็นผู้นำ และความรู้สึกรับผิดชอบ พบว่าความรู้สึกรับผิดชอบมีความสัมพันธ์ทางบวกกับลักษณะการเป็นผู้นำ ลูกคนโตมีความรู้สึกรับผิดชอบสูงกว่าน้อง ๆ และเด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบได้รับความรักมากมีความรู้สึกรับผิดชอบสูงกว่าเด็กที่ได้รับการรักน้อย สอดคล้องกับการวิจัยของ อภิสิทธิ์ วงษา (2517) ซึ่งศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกรับผิดชอบ การปรับตัว และลักษณะการเป็นผู้นำพบว่า ความรู้สึกรับผิดชอบ การปรับตัว

และลักษณะความเป็นผู้นำมีความสัมพันธ์กันทางบวก อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 และในทำนองเดียวกัน ดันย งามมานะ (2518) ได้วิจัยเรื่องความรู้สึกกับผิดชอบ ความอยากรู้ อยากเห็น และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 และ 7 จำนวน 540 คน พบว่าความรู้สึกกับผิดชอบมีความสัมพันธ์ทางบวกกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์และความอยากรู้หรืออยากเห็นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ลัทธิต อนุฎาภิวัฒน์ (2520) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความวิตกกังวล และความตั้งใจเรียนของนักศึกษาผู้ใหญ่ โดยได้ศึกษากับนักศึกษาผู้ใหญ่ระดับ 4 จำนวน 221 คน ผลการศึกษพบว่านักศึกษาผู้ชายและหญิงมีความวิตกกังวลไม่แตกต่างกัน นักศึกษาผู้ใหญ่ที่มีอาชีพและไม่มีอาชีพ มีความวิตกกังวลไม่แตกต่างกัน นักศึกษาผู้ใหญ่อายุมากกับอายุน้อยมีความวิตกกังวลไม่แตกต่างกัน และความวิตกกังวลมีความสัมพันธ์ทางลบกับความตั้งใจเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จาก เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวกับความวิตกกังวล จะเห็นว่าเพศหญิงมีแนวโน้มจะมีความวิตกกังวลสูงกว่าเพศชาย และความวิตกกังวลมีความสัมพันธ์ทางตรงข้ามกับงานที่ สลับซับซ้อน ความวิตกกังวลซึ่งอยู่ในระดับสูงเกินไป จะไปขัดหรือเป็นอุปสรรคต่อการทำงาน ด้านต่าง ๆ แต่ความวิตกกังวลในระดับปานกลางอาจช่วยให้การทำงานดีขึ้น ความวิตกกังวลเหมือนแรงขับที่ช่วยกระตุ้น ให้ผู้อื่นริเริ่ม เกิดพลังที่จะทำพฤติกรรมบางอย่าง ความวิตกกังวลจะช่วยให้ในการทำงานได้ แต่ถ้างานยากขึ้น อาจเป็นตัวขัดขวางการทำงานได้

อารีย์ เตรีษฐชัย (2520) ได้ศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างความสามารถในการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า ความรู้สึกกับผิดชอบ และความเชื่อมั่นในตนเองของนักศึกษายาบาล โดยใช้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักศึกษายาบาลชั้นปีที่ 1, 2 และ 3 จำนวน 226 คน ผลการศึกษาพบว่าความสามารถแก้ปัญหาเฉพาะหน้า ความรู้สึกกับผิดชอบและความเชื่อมั่นในตนเองของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด และของนักศึกษาระดับปีที่ 1 กับปีที่ 3 มีความสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนนักศึกษาระดับปีที่ 2 มีความสามารถแก้ปัญหาเฉพาะหน้าและความเชื่อมั่นในตนเอง สัมพันธ์กันทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 แต่ความรู้สึกกับผิดชอบไม่มีความสัมพันธ์กับคุณลักษณะอื่น

จากงานวิจัยของ มานิต ถนอมพวงเสวี (2522) ได้ศึกษาถึงความวิตกกังวลและความรับผิดชอบของอาจารย์วิทยาลัยครู ผลการศึกษปรากฏว่า

1. อาจารย์วิทยาลัยครูโดยทั่วไปมีความวิตกกังวลปานกลางค่อนข้างต่ำ และมีความรู้สึกกับผิดชอบสูง

2. อาจารย์วิทยาลัยครูที่มีเพศต่างกัน จะมีความวิตกกังวลและความรู้สึกรับผิดชอบแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

3. อาจารย์วิทยาลัยครูที่มีวุฒิต่างกัน จะมีความวิตกกังวลและความรู้สึกรับผิดชอบแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

4. อาจารย์วิทยาลัยครูที่มีประสบการณ์ทางการสอนแตกต่างกัน จะมีความวิตกกังวลและความรู้สึกรับผิดชอบ ไม่แตกต่างกัน

5. อาจารย์วิทยาลัยครูที่มีสภาพการสมรสต่างกัน จะมีความวิตกกังวลและความรู้สึกรับผิดชอบ ไม่แตกต่างกัน

6. ความวิตกกังวลและความรู้สึกรับผิดชอบ มีความสัมพันธ์กัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ เป็นลบ

จากการศึกษางานวิจัย และวรรณคดีที่เกี่ยวข้อง จะเห็นได้ว่ายังไม่มีการศึกษา วิจัยเกี่ยวกับ ความสัมพันธ์ระหว่าง ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬา กับ ความรับผิดชอบในการฝึกซ้อมกีฬา จึงน่าจะมีการศึกษาในเรื่องนี้