

ภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะของนักกีฬาคนพิการ



นายกสิณชาญ ถ้ำเสื่อ

ศูนย์วิทยุทรัพยากร

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต

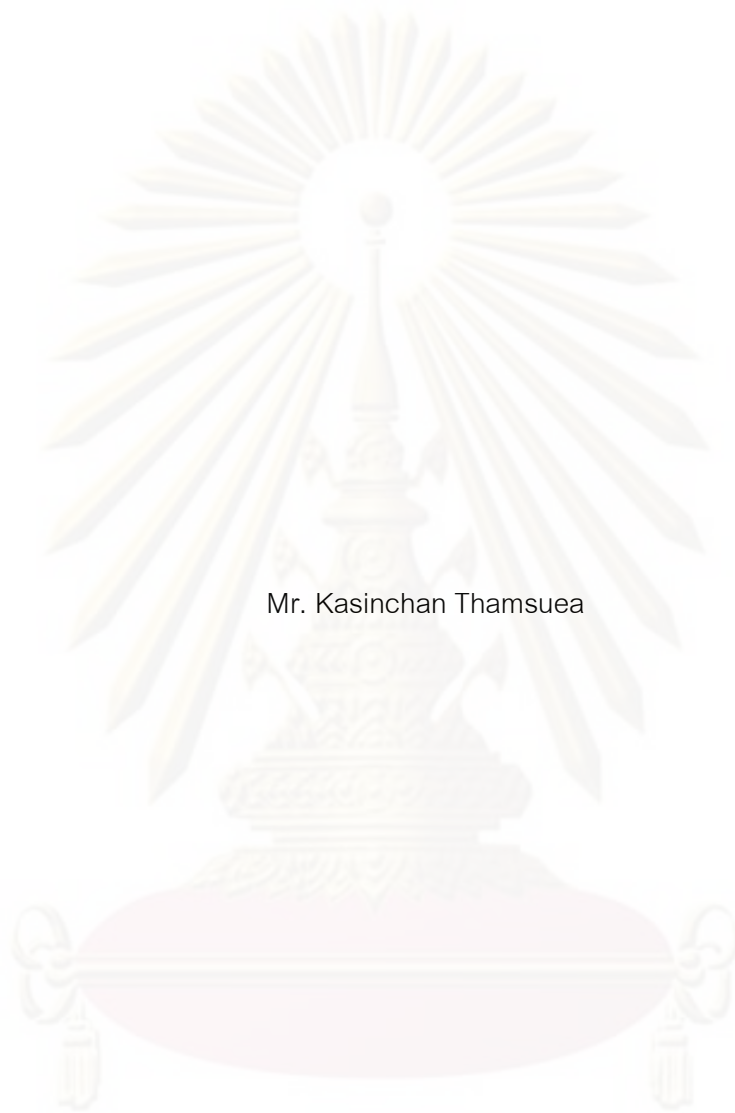
สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2552

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

PSYCHOLOGICAL STATES COMMITTED TO VICTORY OF DISABLED ATHLETES



Mr. Kasinchan Thamsuea

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Arts Program in Counseling Psychology

Faculty of Psychology
Chulalongkorn University

Academic Year 2009

Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์

ภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะของนักกีฬาคนพิการ

โดย

นายกสินชาญ ถ้ำเสือ

สาขาวิชา

จิตวิทยาการปรึกษา

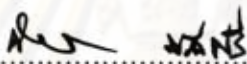
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

รองศาสตราจารย์ ดร. ไสริศ โปธิแก้ว

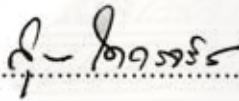
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม

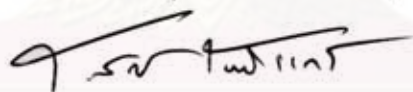
รองศาสตราจารย์ ดร. จิราพร เกศพิชญวัฒนา


คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้แก่นักศึกษานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทมหาบัณฑิต

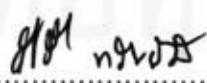

..... คณบดีคณะจิตวิทยา
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. คันนางค์ มณีศรี)


คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์


..... ประธานกรรมการ
(รองศาสตราจารย์ สุภาพรณ โคตรจรัส)


..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก
(รองศาสตราจารย์ ดร. ไสริศ โปธิแก้ว)


..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม
(รองศาสตราจารย์ ดร. จิราพร เกศพิชญวัฒนา)


..... กรรมการ
(รองศาสตราจารย์ วชิรี ทรัพย์มี)


..... กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย
(ดร. นิรนาท แสนสา)

กสินชาญ ถ้าเสือ : ภาวะจิตใจมุ่งมั่นชัยชนะของนักกีฬาคนพิการ. (PSYCOLOGICAL STATES COMMITTED TO VICTORY OF DISABLED ATHLETES) อ. ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: รองศาสตราจารย์ ดร.โสรัจ โทธิแก้ว, อ. ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม รองศาสตราจารย์ ดร.จิราพร เกศพิชญวัฒนา, 137 หน้า.

การศึกษานี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยา เพื่อศึกษาภาวะจิตใจมุ่งมั่นชัยชนะของนักกีฬาคนพิการ ใช้วิธีการเก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก รวมทั้งการสังเกตแบบมีส่วนร่วม และการบันทึกภาคสนาม จากผู้ให้ข้อมูลหลักซึ่งเป็นนักกีฬาคนพิการตัวแทนทีมชาติไทย ผลของการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า ภาวะจิตใจมุ่งมั่นชัยชนะของนักกีฬาคนพิการ สามารถสรุปได้เป็น 3 ประเด็นหลัก คือ

1) ชัยชนะของนักกีฬาคนพิการ หมายถึง ความสวยงาม หอมหวาน ยิ่งใหญ่ เป็นสิ่งที่นักกีฬาทุกคนต้องการ และได้มาโดยยาก ทั้งนี้สิ่งที่ได้จากชัยชนะ คือ เกียรติยศและความภาคภูมิใจ เงินรางวัลเพื่อชีวิตที่ดีกว่า และการตอบแทนบุญคุณพ่อแม่

2) ภาวะจิตใจระหว่างการฝึกซ้อม ประกอบด้วย (1) ภาวะจิตใจที่เป็นอุปสรรคต่อการฝึกซ้อม ได้แก่ ภาวะไร้สมาธิและความกดดันทางอารมณ์ ความรู้สึกกังวลด้วยเหตุผลที่หลากหลาย และความเครียดเพราะข่าวสารและการปรับตัว (2) ภาวะจิตใจที่เอื้อต่อการฝึกซ้อม ได้แก่ สมาธิและการใช้ทักษะสงบจิตใจ ความอดทนทั้งร่างกายและจิตใจ ความพยายามอย่างแรงกล้า กำลังใจในการฝึกซ้อม และ ใจที่พร้อมจะสู้

3) ภาวะจิตใจระหว่างการแข่งขัน ประกอบด้วย (1) ภาวะจิตใจที่เป็นอุปสรรคต่อการได้ชัยชนะ ได้แก่ ความหวังที่กดดันภาวะจิตใจ ความกลัวที่บั่นทอนจิตใจ ความประมาทเพราะมั่นใจตนเองมากเกินไป และความตื่นเต้นเมื่อเข้าสู่สนามแข่ง (2) ภาวะจิตใจที่เอื้อต่อการได้ชัยชนะ ได้แก่ การใช้สมาธิในการแข่งขัน ความพยายามในสถานการณ์ที่เป็นรอง กำลังใจในการแข่งขัน และ การบริหารจัดการความกลัวและเร้าใจให้สู้

ประโยชน์ของการศึกษาครั้งนี้ คือ ได้รู้ถึงภาวะจิตใจที่สามารถเผชิญอุปสรรคและมุ่งมั่นสู่ชัยชนะในบุคคลผ่านประสบการณ์ของนักกีฬาคนพิการ

สาขาวิชา...จิตวิทยาการปรึกษา.....
ปีการศึกษา.....2552.....

ลายมือชื่อนิสิต..... กสินชาญ ถ้าเสือ ๓๑/๕/๕๐.....
ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก.....
ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ร่วม..... จิราพร / NLC.....

4978122838 : MAJOR COUNSELING PSYCHOLOGY

KEYWORDS : PSYCHOLOGICAL STATES COMMITTED TO VICTORY / DISABLED ATHLETES

KASINCHAN THAMSUEA: PSYCHOLOGICAL STATES COMMITTED TO VICTORY OF DISABLED ATHLETES. THESIS ADVISOR:

ASSOC.PROF.SOREE POKAEO, Ed.D, THESIS CO-ADVISOR:

ASSOC.PROF.JIRAPORN KESPICHAYAWATTANA, Ph.D., 137 pp.

This phenomenological research aimed to study psychological states related to victory among disabled athletes. In-depth interviewing, participatory observation and fieldwork were used to collect data. The subjects were disabled athletes representing Thai national teams. It was found that their psychological states could be categorized into 3 main groups:

1) the meaning of victory. They define victory as something beautiful, sweet-smelling and great. Victory is what all athletes long for. Along with victory comes honor and pride, financial reward for a better life and gratitude towards parents.

2) the psychological states during training, comprising:

(1) those which represent hurdles to effective training and

(2) those which promote effective training.

The former include a lack of concentration and emotional pressure, concerns due to different reasons and stress due to news involving competitions and self-adjustment. The latter include concentration and keeping calm, physical and mental endurance and preparation to compete.

3) the psychological states during the competition, comprising:

(1) those that hinder the way to victory, and

(2) those that enhance the likelihood of victory.

The former include ambition to win leading to stress, fear of losing, carelessness resulting from either over self-confidence or undue nervousness. The latter include concentration, desire to fight against the odds, moral support, elimination of fear and self-encouragement.

This study reveals the psychological states experienced by disabled athletes before and during their competitions.

Field of Study : Counseling Psychology

Student's Signature *Kasinchan T.*

Academic Year : 2009

Advisor's Signature *Soree Pokaero*

Co-Advisor's Signature *Jiraporn K. Wattana*

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยชิ้นสำเร็จลงได้ด้วยความเมตตากรุณาของทุกสรรพชีวิตที่ได้มอบให้แก่ผู้วิจัย ขอบพระคุณพ่อแม่ผู้ให้กำเนิดชีวิตและเลี้ยงดูด้วยความใส่ใจ ตลอดจนการให้สิทธิเสรีภาพอย่างเต็มที่แก่ลูกในการใช้ชีวิต กราบขอบพระคุณครูบาอาจารย์ ตลอดจนบรรพชาดณาจารย์ทั้งสายโลกและสายธรรม ที่มีส่วนในการหล่อหลอมพฤติกรรมของศิษย์ ขอขอบคุณатиพี่น้องรวมถึงเพื่อนบ้านที่ให้กำลังใจ และงานวิจัยชิ้นนี้สำเร็จลงได้ด้วยความเอื้อเฟื้อเป็นพิเศษจากบุคคลต่อไปนี้

อาจารย์ที่ปรึกษา รศ.ดร.โสริช โพธิแก้ว และอาจารย์ที่ปรึกษาร่วม รศ.ดร.จิราพร เกศพิชญวัฒนา ผู้ประสาทความรู้และขีดเวลาให้ศิษย์ได้เรียนรู้ถึงวิถีแห่งการแสวงหาความรู้และคุณค่าของชีวิต ด้วยความใส่ใจ อดทน เปิดกว้าง และอ่อนโยน

เพื่อน ศิษย์พี่ และศิษย์น้องแห่งบ้านจิตวิทยาการปรึกษาทุกท่าน ที่ได้มอบมิตรภาพความจริงใจ รวมถึงกำลังใจในการเรียนรู้โลกและชีวิตแก่ผู้วิจัย โดยเฉพาะอย่างยิ่งมิตรภาพที่ดีและการช่วยเหลือจากเพื่อนจิตวิทยาการปรึกษารุ่น 22 นายครรชิต แสนอุบล น.ส.ณฤทัย กิจทวี ร.อ.หญิง ลภัสสรดา รุ่นเจริญ น.ส.หทัยทิพย์ ไชยวาที น.ส.ศศิพันธ์ุ กัญยอง น.ส.อภิญญา เจริญฉ่ำ นายสิทธิพร ครามานนท์ น.ส.ธัญลักษณ์ วัฒนาเฉลิมยศ ทุกคนที่ร่วมเดินทางสายจิตวิทยา

แม่ปียนาถ พูลสวัสดิ์ และเพื่อนนอกร่วมมหาวิทยาลัย พระประโยชน์ ศรีพิลา นายศรัทธา พูลสวัสดิ์ นายเจตต์ ศรีน้อย น.ส.สิริสุข แพสุวรรณ นายณรงค์ฤทธิ์ กวินนันทวงศ์ นายธวัชชัย ถนอม นายประสิทธิ์ชัย ตูเทพ ที่มีส่วนในการเกื้อกูลให้ผู้วิจัยได้เรียนรู้การใช้ชีวิตในทางโลก

สมาคมกีฬาคนพิการแห่งประเทศไทย และสมาคมกีฬาคนพิการจังหวัดนนทบุรี ที่อำนวยความสะดวกในการเก็บข้อมูล ขอบพระคุณเป็นพิเศษสำหรับ บรรดาโค้ชและพี่นักกีฬาคนพิการตัวแทนทีมชาติไทยทุกท่าน ที่ได้มอบเรื่องราวชีวิตของตนให้เป็นวิทยาทาน งานวิจัยชิ้นนี้ไม่อาจสำเร็จลงได้หากปราศจากความกรุณาของพวกท่านทุกคน

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญภาพ.....	ฌ
สารบัญตาราง.....	ญ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	3
ขอบเขตของการวิจัย.....	3
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	4
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	4
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	5
แนวคิดเบื้องต้น.....	5
ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับนักกีฬาคนพิการ.....	5
แนวคิดเกี่ยวกับภาวะจิตใจของนักกีฬาพิการ.....	11
ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะ.....	15
ความรู้เกี่ยวกับการวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยา.....	18
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	25
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	29
ผู้ให้ข้อมูลหลักและพื้นที่ศึกษา.....	29
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	32
การเก็บรวบรวมข้อมูล.....	33
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	37
การพิทักษ์สิทธิผู้เข้าร่วมวิจัย.....	38
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	39

การให้ความหมายต่อชัยชนะ.....	41
ภาวะจิตใจระหว่างการฝึกซ้อม.....	51
ภาวะจิตใจระหว่างการแข่งขัน.....	78
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....	92
สรุปผลการวิจัย.....	92
อภิปรายผล.....	94
ข้อเสนอแนะ.....	102
รายการอ้างอิง.....	104
ภาคผนวก.....	110
ภาคผนวก ก แนวคำถามสัมภาษณ์.....	109
ภาคผนวก ข ภูมิหลังผู้ให้ข้อมูล.....	112
ภาคผนวก ค ตัวอย่างบันทึกภาคสนาม.....	132
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	137

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญตาราง

หน้า

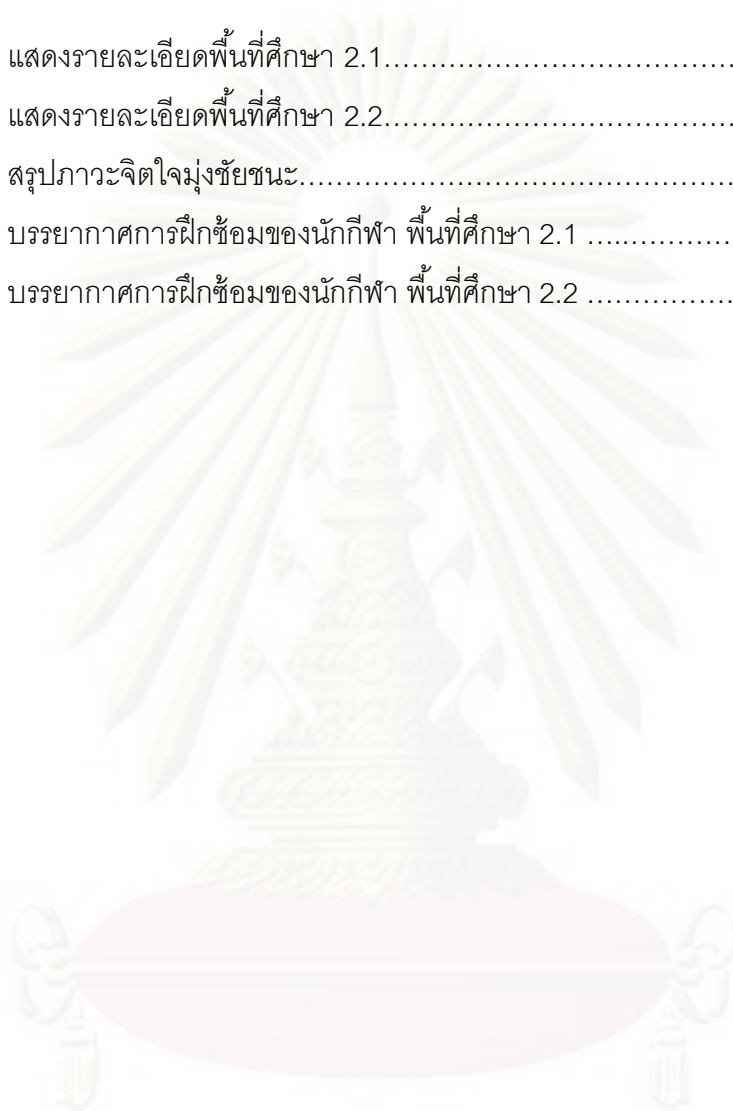
ตารางที่ 1	แสดงข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ให้ข้อมูล.....	30
------------	---	----



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่ 1 แสดงรายละเอียดพื้นที่ศึกษา 2.1.....	31
ภาพที่ 2 แสดงรายละเอียดพื้นที่ศึกษา 2.2.....	32
ภาพที่ 3 รูปภาวะจิตใจมุ่งชัชชนะ.....	91
ภาพที่ 4 บรรยากาศการฝึกซ้อมของนักกีฬา พื้นที่ศึกษา 2.1	135
ภาพที่ 5 บรรยากาศการฝึกซ้อมของนักกีฬา พื้นที่ศึกษา 2.2	136



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ร่างกายจิตใจและอารมณ์มีผลกระทบถึงกัน ส่วนนักกีฬาคนพิการมีข้อจำกัดด้านร่างกาย และการที่บุคคลจะมีความเป็นเลิศ(excellence)ทางด้านกีฬาได้นั้นต้องอาศัยองค์ประกอบที่สำคัญ 3 ด้าน คือ ร่างกาย (physical) จิตใจ (mental) และสิ่งแวดล้อม (environment) (สืบสาย บุญวีรบุตร, 2541) แต่เมื่อดูจากสภาพปัญหาที่บุคคลผู้พิการต้องประสบ ซึ่งได้แก่ความต้องการด้านการแพทย์ การศึกษา การเลี้ยงชีพ การด้อยโอกาสทางสังคม(ณรงค์ ปฏิบัติสกริจ, 2536; อรรถณรงค์ สงเจริญ และ อรุณี ลิ้มมณี, 2546) สุขภาพจิต(อรรถณรงค์ สงเจริญ และ อรุณี ลิ้มมณี, 2546)และ การเดินทาง (ณรงค์ ปฏิบัติสกริจ, 2536; ศิริพร สุขสงวน, 2545) บุคคลทั่วไปอาจมองว่า การที่คนพิการทำบางสิ่งได้นั้นเป็นผลมาจากการพยายามเพื่อชดเชยสิ่งที่บกพร่องมากกว่าเป็นความสนใจทั่วไปและมักจะมีความรู้สึกด้อยค่า เศร้าโศก คับข้องใจ และปัญหาในการปรับตัวเข้ากับสังคม(ดารณี อุทัยรัตนกิจ, 2538 อ้างถึงในพิเชษฐ ชัยเลิศ, 2548)

โดยทั่วไปแล้วปัจจัยสำคัญของการมีคุณภาพชีวิตที่ดี คือ การมีสุขภาวะทั้งด้าน ร่างกาย จิตใจ สังคม และจิตวิญญาณ และถือกันว่า การเล่นกีฬาเป็นกลไกสำคัญที่สามารถสร้างสุขภาวะได้สมบูรณ์ทั้ง 4 ด้าน แต่ว่าในบุคคลผู้พิการนั้นคือผู้ที่มีความบกพร่องไม่สมประกอบเหมือนคนทั่วไป เกือบร้อยละ 80 ของนักกีฬากับความพิการ นอกจากได้ความพิการแล้วยังต้องเผชิญกับบาดแผลทางกายหรือจิตใจ เกี่ยวกับความเจ็บป่วยหรือการบาดเจ็บ(Martin, 1999 cited in Hanrahan, 2004) กล่าวได้ว่า ความพิการนั้นมีผลกระทบทั้งร่างกาย จิตใจ อารมณ์ เพราะร่างกายและจิตใจเป็นสิ่งที่ไม่สามารถแยกจากกันได้ (กชกร ศิริสัมพันธ์, 2537; กชวร จุยมณี, 2548; วสี ศิริชลาคม, 2547) ฉะนั้นบุคคลใดก็ตามถ้ามีปัญหาด้านอารมณ์และจิตใจแล้วมักจะ เป็นอุปสรรคต่อการเล่นกีฬาให้ดีเลิศได้

การฝึกซ้อมและแข่งขันของนักกีฬาคนพิการเป็นเรื่องที่ยากลำบาก แต่นักกีฬาคนพิการ ซึ่งมีร่างกายไม่สมประกอบเหมือนคนทั่วไปนั้นไม่ได้ยอมแพ้ต่อความพิการ กลับได้พัฒนาตนเอง เพิ่มความสามารถจนได้มาซึ่งชัยชนะได้ด้วยการอุทิศทั้งร่างกายจิตใจ ในการฝึกซ้อมนั้นนักกีฬาคนพิการต้องผ่านชั่วโมงการฝึกฝนอย่างเหน็ดเหนื่อยและเจ็บปวดซึ่งถือเป็นส่วนหนึ่งที่ต้องฝ่าฟันเพื่อความเป็นผู้ชนะเลิศได้ (Montelione & Davis, 1984) การที่นักกีฬาคนพิการพิชิตชัยชนะมาได้ นั้นเป็นการแสดงให้เห็นถึงความมีศักยภาพทางใจของนักกีฬาคนพิการในการเอาชนะใจของตนเอง

ต่อความรู้สึกไม่ดีจากผลกระทบมาจากปัจจัยภายในและภายนอก กล่าวได้ว่า จิตใจเป็นสิ่งที่สำคัญยิ่งของนักกีฬาคนพิการ เพราะจิตใจจะเป็นรากฐานที่นำพาให้ผู้ที่ร่างกายพิการจัดการกับตนเองเพื่อจุดมุ่งหมายที่ต้องการได้

ดังนั้น ภาวะจิตใจที่สามารถเผชิญอุปสรรคและมุ่งสู่ชัยชนะของบุคคลที่ร่างกายพิการนั้นย่อมเป็นจิตใจที่มีศักยภาพมากและมีความพิเศษไม่ธรรมดาเหมือนคนทั่วไป และภาวะจิตใจที่มีศักยภาพในการฝ่าอุปสรรคเช่นนี้ ย่อมถือได้ว่า เป็นภาวะที่มีคุณค่าควรแก่การศึกษาและการพัฒนาทั้งในผู้ที่ต้องการความสำเร็จและผู้ที่ย่อหย่อนในชีวิต

เป้าหมายของการแข่งขันกีฬาคนพิการคือเพื่อแสดงให้เห็นว่า นอกจากความสามารถของนักกีฬาคนพิการอยู่ที่การแข่งขันกีฬาและผลแพ้ชนะแล้ว การแข่งขันยังมุ่งหวังให้สังคมได้ตระหนักถึงศักยภาพของคนพิการมากขึ้น ซึ่งในส่วนของกรวิจัยที่เกี่ยวกับนักกีฬาคนพิการไทยนั้นได้มีการศึกษาอิทธิพลของการแข่งขันกีฬาเฟสปิกเกมส์ ครั้งที่ 7 ที่มีต่อเจตคติของผู้ชมการแข่งขันต่อคนพิการ พบว่า หลังจากได้ชมกีฬาแล้วผู้ชมการแข่งขันมีเจตคติต่อคนพิการดีขึ้น หรือมีเจตคติทางบวกต่อคนพิการมากขึ้น(ทวี เชื้อสุวรรณทวี และแจ่ม แยมเยี่ยม, 2542) การฝึกฝนตนเองจนได้มาซึ่งชัยชนะของนักกีฬาคนพิการนั้นนอกจากทำให้คนทั่วไปตระหนักถึงศักยภาพของคนพิการแล้วยังแสดงให้เห็นถึงภาวะจิตใจของนักกีฬาคนพิการซึ่งมีพลังแห่งความมุ่งมั่น หรือมีความพิเศษเป็นอย่างมากจึงจะฝ่าฟันอุปสรรคต่างๆในชีวิตจนชนะการแข่งขันได้

ปัจจุบันนักกีฬาคนพิการไทยนอกจากจะใช้ชีวิตอยู่อย่างมีคุณภาพแล้วยังได้สร้างชื่อเสียงให้แก่ประเทศได้อย่างมหาศาล ดังเช่น การแข่งขันกีฬาเฟสปิกเกมส์(Far East and South Pacific Games for the Disabled) ครั้งที่ 9 ที่กรุงกัวลาลัมเปอร์ ประเทศมาเลเซีย ผลปรากฏว่านักกีฬาคนพิการจากประเทศไทยได้เหรียญรางวัล เป็นอันดับ 2 คือ 61 เหรียญทอง 43 เหรียญเงิน และ 48 เหรียญทองแดง เป็นรองเพียงนักกีฬาจากประเทศจีนซึ่งเป็นประเทศที่ใหญ่กว่า แสดงให้เห็นถึงความสามารถ ของนักกีฬาคนพิการไทยที่สามารถจัดการกับอุปสรรคทางร่างกายและจิตใจของตนได้ และยังสามารถพัฒนาตนเองเป็นเลิศทางกีฬาคนพิการแล้วยังสามารถสร้างชื่อเสียงให้แก่ประเทศได้

ผู้วิจัยสนใจศึกษาภาวะจิตใจที่เป็นประสบการณ์ตรงของนักกีฬาคนพิการที่สามารถมุ่งเข้าสู่ชัยชนะได้ว่าเป็นอย่างไร ซึ่งคาดหวังว่า ความรู้ที่ได้สามารถนำมาประยุกต์ใช้ในการดำเนินชีวิตของบุคคลทั่วไปได้ นอกจากนี้ยังเกิดจากการที่ได้ตระหนักว่า ความพิการอาจจะเกิดขึ้นได้กับทุกคน หากพิจารณาถึงโอกาสที่ความพิการจะเกิดขึ้นกับบุคคลใดบุคคลหนึ่งแล้ว เราจะเห็นได้ว่า ตั้งแต่มนุษย์เริ่มปฏิสนธิจนกระทั่งเสียชีวิต โอกาสที่จะเกิดความพิการมีขึ้นได้เสมอ(Quinn, 1998) เพราะอุบัติเหตุมีโอกาสเกิดขึ้นได้กับทุกคน ไม่ว่าจะเกิดกับตัวเองหรือบุคคลอันเป็นที่รัก คนเราไม่

อาจรู้ล่วงหน้าได้ว่าความพิการเกิดขึ้นได้เมื่อไร ที่ไหน อย่างไร เพราะชีวิตเป็นสิ่งที่ไม่แน่นอน และเรารู้ได้อยู่อย่างหนึ่งว่าทุกคนในสังคมมีโอกาสเป็นคนที่พิการเหมือนกัน (ณรงค์ ปฏิบัติสรกิจ, 2536)

การศึกษาครั้งนี้เป็นการหาความรู้และคำตอบ ว่าภาวะจิตใจของนักกีฬาคนพิการที่สามารถนำพาตนเองไปสู่ชัยชนะได้นั้นเป็นอย่างไร ซึ่งตัวนักกีฬาคนพิการเองซึ่งเป็นผู้มีประสบการณ์ตรงต่อปรากฏการณ์นั้น จะเป็นบุคคลที่ให้ข้อมูลได้ตรงและลึกที่สุดเพราะว่า ผู้ที่เข้าใจประสบการณ์ของบุคคลคนหนึ่งได้ดีที่สุดคือตัวเจ้าของประสบการณ์ และพฤติกรรมของมนุษย์ก็เป็นผลมาจาก “การให้ความหมาย” ของมนุษย์ต่อสิ่งต่างๆ ซึ่งเป็นลักษณะในการมองโลกของแต่ละบุคคล ความลึกซึ้งซึ่งประสบการณ์จึงแตกต่างกันไป (กชวร จุ่มณี, 2548) ในการศึกษาแบบวิถีทางปรากฏการณ์วิทยาจะเน้นที่การพิจารณาภายในตนเองเป็นสำคัญ ซึ่งเป็นการทำความเข้าใจว่า สิ่งที่ปรากฏนั้นมีความหมายอย่างไรต่อผู้ที่ได้ประสบมา (ชาย โพธิสิตา, 2550) ดังนั้น ผู้วิจัยจึงเลือกใช้วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพแนวปรากฏการณ์วิทยาที่เป็นรูปแบบการศึกษาที่ให้ความสำคัญกับวิถีแห่งภาวะหรือปรากฏการณ์(phenomenological method) เป็นวิธีวิจัยเพื่อที่จะศึกษาหาความจริงและเข้าใจถึงปรากฏการณ์ทางด้านจิตใจที่เกิดขึ้นของนักกีฬาคนพิการในฐานะที่เป็นผู้มีประสบการณ์ตรงในปรากฏการณ์ภาวะจิตใจที่มุ่งชัยชนะ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะของนักกีฬาคนพิการตามทัศนะ ความรู้สึกนึกคิดของนักกีฬาคนพิการที่ประสบชัยชนะในการแข่งขัน

ขอบเขตของการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงของปรากฏการณ์วิทยา (phenomenological research) ใช้วิธีการเก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก (in-depth interview) ร่วมกับการสังเกตแบบมีส่วนร่วม (participant observation) และการจดบันทึกภาคสนาม (field notes)

กลุ่มผู้ให้ข้อมูลเป็นนักกีฬาคนพิการที่มีประสบการณ์ต่อชัยชนะในการแข่งขันกีฬา เป็นผู้ที่มีเต็มใจและสามารถให้ข้อมูลในการการสัมภาษณ์แบบเจาะลึกโดยการพูดคุยด้วยตนเองได้เท่านั้น จึงไม่รวมผู้ที่พิการทางหู และพิการทางสมอง

การเก็บข้อมูลในสถานที่ฝึกซ้อม จากนักกีฬาคนพิการที่ต้องเก็บตัวฝึกซ้อมเตรียมตัวเพื่อการแข่งขัน ผู้วิจัยกำหนดพื้นที่ศึกษาโดยใช้ขอบเขตภายในกรุงเทพมหานครและจังหวัดปริมณฑลเท่านั้น

คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

ภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะ หมายถึง ภาวะจิตใจของบุคคลที่มุ่งมั่นต่อชัยชนะ ยึดถือชัยชนะไว้ในใจจนกระทั่งได้มาซึ่งชัยชนะ ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะจากประสบการณ์ของนักกีฬาคนพิการ

นักกีฬาคนพิการ หมายถึง นักกีฬาคนพิการที่เคยมีประสบการณ์มุ่งชัยชนะจนประสบชัยชนะในการแข่งขันมาแล้ว ในการวิจัยนี้เป็นนักกีฬาทีมชาติไทยในกลุ่ม นักกีฬาวีลแชร์ฟันดาบ นักกีฬายิงธนู นักกีฬาวีลแชร์เทนนิส และนักกีฬากรีฑาประเภทวีลแชร์

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้รู้ถึงภาวะจิตใจที่สามารถเผชิญอุปสรรคและมุ่งมั่นสู่ชัยชนะในบุคคล ผ่านประสบการณ์ของนักกีฬาคนพิการ
2. ได้ความรู้เพื่อประยุกต์ใช้ในการบริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

ศูนย์วิทยทรัพยากร

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดเบื้องต้น(Preconceived Notion)

ในการศึกษาภาวะจิตใจมุ่งชัชชนะของนักกีฬาคนพิการครั้งนี้ได้ใช้รูปแบบการศึกษาเชิงปรากฏการณ์วิทยา มีการศึกษาความรู้จากเอกสารที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นแนวทางในการศึกษาดังนี้

1. ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับนักกีฬาคนพิการ
2. แนวคิดที่เกี่ยวกับภาวะจิตใจนักกีฬาคนพิการ
3. แนวคิดที่เกี่ยวกับภาวะจิตใจมุ่งชัชชนะ
4. ความรู้เกี่ยวกับการวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยา

1. ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับนักกีฬาคนพิการ

เนื่องจากสถานภาพหนึ่งของนักกีฬาคนพิการคือบุคคลผู้สูญเสียความสามารถทางกาย (Physical) ในด้านใดด้านหนึ่ง ผู้วิจัยจึงได้รวบรวมความรู้ที่เกี่ยวกับคนพิการไว้ ดังนี้

1.1 ความหมายของนักกีฬาคนพิการ

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525 กล่าวถึงคำว่า “พิการ” คือ เสียอวัยวะ มีแขน ขา เป็นต้น เสียไปจากสภาพเดิม

โอลิเวอร์ (Oliver, 1996 cited in Riddell and Watson, 2003) กล่าวว่า ความพิการ หมายถึง ความเสียเปรียบหรือข้อจำกัดในการทำกิจกรรมอันเนื่องมาจากองค์กรในสังคมร่วมสมัยเดียวกันไม่ได้มีส่วนร่วมหรือกีดกันบุคคลผู้มีย่างกายไม่สมประกอบออกไปจากวิถีหลักของกิจกรรมทางสังคม

องค์การอนามัยโลก (World Health Organization) ได้ให้ความหมายคนพิการไว้ว่า เป็นความเสียเปรียบของบุคคลหนึ่งที่เกิดจากความชำรุดหรือความบกพร่อง เป็นผลทำให้บุคคลนั้นไม่อาจแสดงบทบาท หรือทำอะไรให้เหมาะสมสอดคล้องได้ตามวัย เพศ สังคม วัฒนธรรม และสิ่งแวดล้อม

พระราชบัญญัติการฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการ พ.ศ. 2534 มาตรา 4 ให้ความหมายของคนพิการว่า คนที่มีความผิดปกติ หรือ บกพร่องทางร่างกาย ทางสติปัญญา หรือ ทางจิตใจ ตามประเภท และหลักเกณฑ์ที่กำหนดในกฎกระทรวง

จรรยา ธรณินทร์(2526) ได้อธิบายความหมายของคนพิการว่า หมายถึง บุคคลที่ขาดอวัยวะที่สำคัญของร่างกายอย่างหนึ่งหรือหลายอย่างไป จนไม่สามารถปฏิบัติหน้าที่การงานได้อย่างบุคคลปกติ และร่างกายหรือจิตใจก็ตามถ้าผิดไปจากสภาพเดิมของมนุษย์ส่วนมากที่ควรจะเป็น เช่น อวัยวะที่ครบบริบูรณ์แต่เป็นอัมพาตเคลื่อนไหวไม่ได้ หรือสติปัญญาอ่อนจนรักษาไม่หาย เป็นต้น ก็ต้องนับว่าเป็นคนพิการเช่นเดียวกัน

ดังนั้นจึงสรุปได้ว่า นักกีฬาคนพิการ หมายถึง นักกีฬาที่มีสภาพร่างกายบกพร่อง เช่น ตาบอด แขน ขา ขาดหรือใช้การไม่ได้ มีลักษณะเหมือนคนพิการทั่วไป ในการวิจัยครั้งนี้คือนักกีฬาคนพิการผู้มุ่งชัยชนะที่สามารถให้ข้อมูลในการสัมภาษณ์เชิงลึกได้เท่านั้น

1.2 ประเภทและสาเหตุความพิการ

การพิจารณาประเภทของความพิการนั้นอาจแบ่งได้ตามลักษณะของสาเหตุบ้าง ลักษณะของความพิการ ที่แสดงให้เห็นบ้าง แต่โดยทั่วไปแล้วประเภทของความพิการแบ่งได้เป็น 3 ประเภทใหญ่ ๆ คือ 1.ความพิการทางกาย (physical disability) 2.ความพิการทางจิต (mental disability) 3.ความพิการทางสังคม (social disability)

แม้ลักษณะความพิการทั้ง 3 ประเภท จะแตกต่างกันในลักษณะที่ปรากฏให้เห็นหรือแตกต่างกันโดย สาเหตุก็ตาม การแบ่งประเภทความพิการดังกล่าวก็ไม่อาจแยกความพิการได้โดยเด็ดขาด คนพิการคนหนึ่ง ๆ อาจมีความพิการมากกว่า 1 ประเภท คือ สามารถพิการทางกาย โดยมีความพิการทางจิตและพิการทางสังคมร่วมด้วย

1.2.1 ความพิการทางกาย (Physical disability)

ความพิการทางกายนี้ทางการแพทย์เรียกความพิการนี้ว่า Functional Disability คือ ผู้ที่มีอวัยวะบางส่วนหรือร่างกายไม่ทำตามหน้าที่ ความพิการทางกายส่วนมากเป็นลักษณะที่ปรากฏให้เห็นโดยชัดเจนทางสรีระ สามารถพิจารณาถึงลักษณะและสาเหตุของความพิการได้ดังนี้ คือ

1) ความพิการแต่กำเนิด โดยทั่วไปเมื่อพูดถึงความพิการแต่กำเนิดมักเห็นถึงสภาพความพิการในลักษณะปากแหว่ง เพดานโหว่ นิ้วติดกัน แขน ขาลีบเล็ก เป็นต้น และเข้าใจกันว่า สิ่งที่ทำให้เป็นเช่นนั้นคือ กรรมพันธุ์ เพราะมีความผิดปกติภายในเกิดขึ้นขณะมารดาตั้งครรภ์ หรืออาจจะโทษเป็นเรื่องของบาป กรรมบ้าง แต่โดยสาเหตุของความพิการแต่กำเนิดโดยแท้จริงแล้วมีทั้งสาเหตุจากกรรมพันธุ์และสิ่งแวดล้อมที่มีผลให้เกิดความผิดปกติเกิดขึ้นขณะตั้งครรภ์

2) ความพิการอันเกิดจากความเจ็บป่วย มี 2 ลักษณะ คือ

(1) โรคที่ติดต่อกันไม่ได้ เช่น หัวใจ หอบ หืด มะเร็ง อัมพาต เป็นต้น

(2) โรคที่ติดต่อกันได้ เช่น วัณโรค โรคเรื้อน กามโรค ซิฟิลิส ฯลฯ มีลักษณะที่ทำให้เกิด ความพิการ เช่น การเคลื่อนไหวผิดปกติ หูหนวก ตาบอด วิกลจริต แขนงูต มืองอ เป็นต้น

3) ความพิการจากอุบัติเหตุ การเกิดอุบัติเหตุทำให้เกิดความพิการในลักษณะสูญเสียอวัยวะส่วนใดส่วนหนึ่งของร่างกายโดยตรงแล้ว ยังทำให้เกิดความสูญเสียความสามารถในการใช้อวัยวะนั้น ๆ การเกิดอุบัติเหตุเกิดได้ หลายลักษณะ เช่น อุบัติเหตุจากของมีคม อุบัติเหตุจากการตกจากที่สูง การพลัดตกหกล้ม เป็นต้น

1.2.2 ความพิการทางจิต (Mental disability)

ความพิการทางจิตนี้รวมไปถึงความพิการทางสมองด้วย ความพิการทางจิต เช่น การเป็นโรคจิต โรค ประสาท บุคลิกภาพผิดปกติ ปัญญาอ่อน ภาวะระแวง การติดยาเสพติด เป็นลักษณะของความพิการทางจิต เช่น

1) โรคจิต เป็นโรคทางจิตเวช อาจมีสาเหตุได้ทั้งเกิดจากความผิดปกติของร่างกาย เช่น เนื้องอกของสมอง การติดเชื้อ ภาวะเป็นพิษจากสารหรือยาบางอย่าง หรือโรคจิตเกิดจากสาเหตุทางอารมณ์ จิตใจ

2) ความพิการทางสมองและปัญญาอ่อน มักเป็นที่เข้าใจกันว่า ความพิการทางสมองและ ปัญญาอ่อนเป็นเรื่องเดียวกัน แต่ความจริงแล้วมีความแตกต่างกันทั้งนี้เพราะความพิการทางสมองนั้นเป็นกลุ่มอาการ ที่มีความผิดปกติเกิดขึ้นในสมอง และมีการทำลายเนื้อสมอง ซึ่งจะส่งผลให้เกิดความผิดปกติทำให้เกิดความพิการ ชนิดต่าง ๆ เช่น ด้านการเคลื่อนไหว ความผิดปกติของการพูด ความผิดปกติทางตา ทางหู เป็นต้น

1.2.3 ความพิการทางสังคม (Social disability)

ความพิการด้านนี้ ไม่เป็นความพิการที่มีการสูญเสียหรือความบกพร่องทางร่างกายที่เห็นได้ชัดเจน แต่จะ เป็นความพิการในลักษณะของความเสียเปรียบ ความด้อยโอกาส การขาดโอกาสในด้านต่าง ๆ ในสังคม เช่น

1) ด้านสภาพความเป็นอยู่ เช่น ขาดงาน ผู้ยากไร้ ทั้งในเมืองและชนบท คนเร่ร่อน คนไร้ที่พึ่ง เป็นต้น

2) ด้านพฤติกรรมที่สังคมไม่ยอมรับ เช่น อันธพาล โสเภณี คนเป็นโรคพิษสุราเรื้อรัง ติดยาเสพติด เป็นต้น

ความพิการทางกาย ความพิการทางจิต และความพิการทางสังคมนั้นอาจเป็นความพิการที่มี ลักษณะส่งผลต่อเนื่องซึ่งกันและกัน หรือมีลักษณะควบคู่ไปด้วยกันได้ หรือคนพิการคนหนึ่งๆ อาจมีความพิการ ทั้งทางกาย ทางจิต และทางสังคม ในเวลาเดียวกันก็ได้เช่นกัน

สมาคมคนพิการแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ ได้แบ่งความพิการออกเป็น 6 กลุ่มดังนี้ (พิเชษฐ ชัยเลิศ, 2548)

1) พิกัดแขนขา และการเคลื่อนไหว หมายถึง บุคคลที่มีข้อต่อใหญ่ๆ อย่างน้อย 1 ข้อของแขนขาขาดหายไป เช่น ข้อศอก ข้อเท้า เป็นต้น หรือยังมีข้อเท้าหรือข้อมือ แต่ข้อที่เหลือนั้นไม่สามารถทำงานได้ตามปกติ

2) พิกัดทางตา หมายถึง บุคคลที่มีความผิดปกติหรือบกพร่องทางการมองเห็น หรือสายตา ตั้งแต่สภาพที่แก้ไขได้จนถึงตาบอดสนิท

3) พิกัดทางการได้ยิน หมายถึง บุคคลที่สูญเสียการได้ยิน ทำให้ไม่สามารถเข้าใจภาษาพูดด้วยการฟังอย่างเดียว ถึงแม้จะใช้เครื่องฟังแล้วก็ตาม โดยทั่วไปต้องใช้วิธีสื่อสารอื่น เช่น การอ่านริมฝีปาก ภาษามือ การเขียนข้อความ เป็นต้น

4) พิกัดทางสมอง หมายถึง บุคคลที่มีความผิดปกติของการเคลื่อนไหวและทรงตัว เนื่องจากสมองส่วนที่ควบคุมกล้ามเนื้อ ความสัมพันธ์ของกล้ามเนื้อการตอบสนองการเคลื่อนไหวและทรงตัวถูกทำลาย

5) พิกัดนั่งรถวีลแชร์ หมายถึง บุคคลที่ต้องนั่งวีลแชร์และมีการสูญเสียอย่างน้อย 10 % ซึ่งเนื่องมาจากสาเหตุต่างๆ ได้แก่ อัมพาตครึ่งท่อนและอัมพาตทั้งร่างกายเนื่องจากอุบัติเหตุ พิกัดไขสันหลัง โปลิโอ ขาขาด

6) พิกัดทางสติปัญญา หมายถึง บุคคลที่มีข้อจำกัดของความสามารถนั้น โดยกำหนดจากความสามารถของสติปัญญาต่ำกว่าเกณฑ์เฉลี่ย ร่วมกับมีความจำกัดในด้านทักษะการปรับตัวอย่างน้อย 2 ด้าน ได้แก่ การสื่อสาร การดูแลตนเอง การใช้ชีวิตในบ้าน ทักษะสังคม การใช้ชีวิตในชุมชน วิชาการ การทำงาน สุขภาพ และความปลอดภัย

1.3 ผลกระทบจากความพิการ

กองวิชาการ กรมประชาสงเคราะห์(2538) กล่าวถึงสภาพความพิการและทุพพลภาพ ทำให้บุคคลต้องประสบปัญหาต่างๆดังนี้

1. ปัญหาด้านการแพทย์ มีบริการทางการแพทย์หรับคนพิการและทุพพลภาพในการบำบัดรักษาและการฟื้นฟูอย่างไม่เพียงพอ โดยเฉพาะในชนบทยังขาดแคลนมาก จำนวนบุคลากรที่ชำนาญเฉพาะด้านคนพิการยังมีน้อยและกระจายไม่ทั่วถึง รวมทั้งการประสานงานและระบบส่งต่อในหน่วยงานทางการแพทย์ยังไม่พอ
2. ปัญหาด้านการศึกษา คนพิการขาดการศึกษาก่อนวัยเรียนและขาดการฝึกช่วยตัวเองในชีวิตประจำวัน คนพิการได้รับการศึกษาภาคบังคับไม่ทั่วถึง โอกาสของคนพิการที่ได้รับการศึกษาต่อในระดับสูงมีน้อย รวมทั้งการขาดบุคลากรด้านการศึกษาที่มีความรู้ความเข้าใจในปัญหาของคนพิการ
3. ปัญหาด้านอาชีพ คนพิการหางานทำลำบาก สังคมมีทัศนคติทางลบต่อการจ้างคนพิการ ส่วนมากนายจ้างจะไม่ยอมรับความสามารถของคนพิการ การถูกเพื่อนร่วมงานเอาเปรียบ การขาดสถาบันในการรับรองคนพิการที่มีความรู้ความสามารถและความชำนาญในการประกอบอาชีพ รวมทั้งปัญหาในการประกอบอาชีพอิสระ
4. ปัญหาสังคม ทัศนคติของคนไทยไม่ยอมรับว่า คนพิการมีความสามารถเท่าเทียมกับบุคคลปกติ และมักมีการมองว่าคนพิการเป็นประชาชนชั้น 2 ของสังคม ทางด้านครอบครัวก็มักจะปกป้องไม่ให้คนพิการออกสู่สังคม บางครอบครัวรู้สึกอับอายที่มีลูกหลานพิการอีกด้วย ในด้านสวัสดิการสังคมนั้น คนพิการขาดสิทธิพื้นฐานและไม่ได้รับการคุ้มครองจากกฎหมาย เช่น ไม่มีบัตรประชาชน ความไม่สะดวกในการใช้บริการสาธารณะต่างๆ เช่น การคมนาคมไม่มีเครื่องหมายพิเศษในที่สาธารณะ ฯลฯ รวมทั้งการที่ต้องเสียค่าบริการในการบำบัดรักษาและฟื้นฟูสมรรถภาพในราคาแพง เช่น ค่ารักษาพยาบาล การใช้เครื่องกายอุปกรณ์ เป็นต้น

1.4 การให้ความหมาย และวิถีปฏิบัติต่อคนพิการในสังคม

ลักษณะที่สังคมได้ให้ความหมายต่อคนพิการและความพิการ อาจแบ่งออกได้เป็น 2 มิติใหญ่ๆ คือ (ทวี เชื้อสุวรรณทวี และคณะ, 2549)

1. การตราบาปและการให้คุณค่าทางลบ (stigma / negative attitude) คือ การมองคนพิการว่า มีสถานภาพและคุณค่าต่ำกว่าความเป็นมนุษย์ทั่วไป ซึ่งการให้ความหมายใน

ลักษณะเช่นนี้นำไปสู่วิธีปฏิบัติต่อคนพิการเชิงลบ ทำให้คนพิการมีโอกาสและทางเลือก หรือพื้นที่ทางสังคมด้อยลง โดยทั่วไปแล้วท่าทีทางลบที่มีต่อคนพิการ มี 3 ลักษณะ คือ

- 1) การเพิกเฉย หรือแกล้งมองไม่เห็น
- 2) การเบียดเบียนโดยการขับออกจากสังคมจุลภาคหรือครอบครัว
- 3) การเบียดเบียนโดยขับออกจากสังคมมหัพภาค

2. การไม่ตราบาปและการให้คุณค่าทางบวกแก่คนพิการ (non stigma / positive attitude) คือ การให้คุณค่าโดยการมองว่า คนพิการมีสถานภาพและคุณค่าเท่าเทียมความเป็นมนุษย์ ซึ่งการให้คุณค่าในลักษณะเช่นนี้นำไปสู่การปฏิบัติต่อคนพิการในเชิงเสริมพลัง (empowerment) ทำให้คนพิการมีโอกาส ทางเลือก หรือพื้นที่ทางสังคมมากขึ้น การให้คุณค่าทางบวก ก่อให้เกิดการแสดงออกหรือการมีท่าทีต่อคนพิการ 2 ลักษณะ คือ

- 1) การให้คุณค่าทางบวกต่อความสามารถและหน้าที่

จากการศึกษาการให้ความหมายคนพิการ จากชนเผ่ามาไซ(Maasai) ในประเทศ Kenya (Talle, 1995 อ้างถึงในทวี เชื้อสุวรรณทวี และคณะ, 2549) ชาวมาไซให้ความหมาย “คนพิการ” ว่า คนพิการคือคนที่อาจมีสภาพร่างกายที่แตกต่างจากคนอื่น แต่ก็สามารถทำงานในชีวิตประจำวันได้ ความพิการมิได้ทำให้เขาแปลกแยกจากความเป็นบุคคล(personhood) และชาวมาไซ มีการยอมรับว่า ความพิการเป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตปกติที่อาจเกิดขึ้นได้ ความพิการอาจจะปรากฏให้เห็นได้ว่ามีจริง แต่ก็มีได้ปิดกั้นความสามารถทางสังคมของบุคคลนั้น คนพิการจึงสามารถแต่งงานและมีบุตรได้เหมือนกับคนอื่นๆในสังคม ส่วนคนที่ถือว่าเป็นคนพิการที่แท้จริง คือ คนที่ทำตัวแปลกแยกจากชุมชน และอยู่ร่วมกับคนอื่นไม่ได้

- 2) การมีโครงสร้างทางสังคมที่รองรับคนพิการ

ในบางสังคมมีการจัดโครงสร้างทางอาชีพ และคุณค่าในการทำงานของคนพิการ กับสังคมของตนว่า เป็นองค์กรแห่งการผลิต รวมถึงมีการจัดงานให้เหมาะสมตามความถนัดและเหมาะสมกับความพิการอีกด้วย ทำให้คนพิการสามารถเข้ามามีส่วนร่วมในองค์กร และอำนวยความสะดวกต่อสังคมที่ตนเองอยู่อาศัยได้

2. แนวคิดเกี่ยวกับภาวะจิตใจของนักกีฬาคนพิการ

เนื่องจากยังไม่มีงานวิจัยหรือความรู้ที่ระบุถึงภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะของนักกีฬาคนพิการโดยตรง ในที่นี้จึงได้นำเสนอความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับภาวะจิตใจของนักกีฬาและบุคคลพิการเพื่อเป็นแนวทางในการศึกษา ดังนี้

2.1 ความรู้เกี่ยวกับการพัฒนาศักยภาพนักกีฬาคนพิการ

ในนักกีฬาทั่วไปนั้นความคิดจิตใจและอารมณ์มีความสัมพันธ์กับการเล่นและการแข่งขันกีฬา จึงกล่าวได้ว่าสมรรถภาพและทักษะทางจิตวิทยามีความจำเป็นเพิ่มขึ้น เมื่ออยู่ในสภาวะที่มีความกดดันสูง Mark Spitz นักว่ายน้ำโอลิมปิก ชาวอเมริกัน (สีบสาย บุญวีรบุตร, 2541) กล่าวว่า “ในระดับความสามารถทางกายระดับนี้ (โอลิมปิก) การแพ้ชนะ 99 % ขึ้นอยู่กับความสามารถทางจิต”

การพัฒนาความสามารถอย่างเต็มศักยภาพของนักกีฬาคนพิการ ขึ้นอยู่กับ 3 องค์ประกอบที่มีความสำคัญและสัมพันธ์ต่อกัน เช่นเดียวกันกับนักกีฬาทั่วไป ที่นักวิทยาศาสตร์ด้านการกีฬาได้กล่าวไว้ ดังนี้(สีบสาย บุญวีรบุตร, 2541)

1. สมรรถภาพทางกายและทักษะ(physical fitness and sport skill) เป็นองค์ประกอบที่มีความสำคัญ และจำเป็นที่สุดในการพัฒนาความสามารถในการเล่นกีฬาให้ดีที่สุดประกอบด้วย

1.1 สัดส่วนและรูปร่างที่เหมาะสมกับชนิดกีฬาหรือตำแหน่งการเล่น

1.2 สมรรถภาพทางกาย ที่รวมทั้งสมรรถภาพทางกาย ที่รวมทั้งสมรรถภาพทางกายทั่วไปและเฉพาะกีฬาหรือแม้แต่ตำแหน่งการเล่น นอกจากนี้ยังรวมถึงชนิดและลักษณะสมรรถภาพของกล้ามเนื้อและของนักกีฬาด้วย

1.3 ทักษะกีฬาเป็นความสามารถและประสบการณ์ที่รวมไว้ทั้งกลวิธี (techniques) กลยุทธ์ (tactic) ในการเล่นกีฬา

2. จิตใจ(mental; psychological skill) ได้แก่ แรงจูงใจระยะยาว ความเชื่อมั่น ความคิดความพยายาม อารมณ์ เป็นต้น ซึ่งรวมเรียกว่าการมีสมรรถภาพทางจิตที่แข็งแกร่ง เรียกว่า ใจสู้ (mental toughness)

3. สิ่งแวดล้อม(situational; environmental) ได้แก่

3.1 องค์ประกอบทางสังคมและสิ่งที่เกี่ยวข้องอันววย ความสามารถในการเล่นกีฬา เช่น การให้ความช่วยเหลือในการฝึกซ้อม เช่น อุปกรณ์ สนาม เครื่องแต่งกาย เงินสนับสนุน และเครื่องอำนวยความสะดวกอื่นๆ

3.2 บุคคลที่เกี่ยวข้องกับนักกีฬา เช่น โค้ช พ่อแม่ และองค์กรกีฬา ผู้จัดการ โค้ช ผู้ร่วมทีม เป็นต้น ซึ่งจะมีผลต่อการพัฒนาศักยภาพของนักกีฬาและการแข่งขันได้

เมื่อการได้มาซึ่งความเป็นเลิศของนักกีฬาทั่วไปต้องอาศัยองค์ประกอบทั้ง ร่างกาย จิตใจ และสิ่งแวดล้อม การได้มาซึ่งชัยชนะของนักกีฬาคนพิการ จึงยังต้องพึ่งพาองค์ประกอบแห่งความเป็นเลิศเช่นเดียวกัน หรืออาจมากกว่าคนปกติทั่วไป เพราะต้องนำองค์ประกอบด้านอื่นไปชดเชยหรือเฉลี่ย ให้กับองค์ประกอบด้านร่างกายที่ด้อยกว่านักกีฬาที่มีร่างกายปกติ

2.2 ภาวะจิตใจของนักกีฬาคนพิการ

นักกีฬาคนพิการนอกจากจะเผชิญกับปัญหาความบกพร่องทางร่างกายแล้ว ยังอาจต้องจัดการกับความรู้สึก ความคิดต่างๆที่ไม่เป็นประโยชน์ต่อการฝึกซ้อมและการแข่งขัน แล้วยังต้องรับผลกระทบจากอิทธิพลของสิ่งแวดล้อมที่อาจส่งผลกระทบต่อร่างกายและจิตใจได้ทุกเมื่อ องค์ประกอบทางจิตใจจึงมีความสำคัญที่สุดในการคว้าชัยชนะของนักกีฬาคนพิการ เพราะว่าความพิการที่เกิดขึ้นไม่ว่าจะเป็นลักษณะใดหรือจากสาเหตุใดย่อมมีผลกระทบต่อผู้พิการทั้งทางตรง และทางอ้อม โดยเฉพาะอย่างยิ่งความพิการทางร่างกาย เป็นความสูญเสียของอวัยวะที่ทำให้เกิดความเปลี่ยนแปลงทางร่างกายทั้งที่เห็นได้ชัดหรือไม่ชัดเจนนก็ตาม ปฏิกริยาของคนพิการที่มีต่อความพิการที่ได้รับนั้นโดยภาพรวมแล้วจะมีหลายลักษณะ เช่น เสียขวัญ หดงอ กังวล วิตก หดหู่ เครียด กลัว โมโหง่าย คุยง่าย ช่วยตัวเองไม่ได้ ท้อแท้ เรียบร้อย ก้าวร้าว กังวล เป็นต้น(กิตติยา รัตนกร, 2531 อ้างถึงในสิริวิชัย สุวดี, 2546)

วัตสัน (Watson, 1972 อ้างถึงในพัชรา ลิมอำไพ, 2537) กล่าวถึงบุคคลที่สูญเสียอวัยวะว่าเพราะสภาพการดำเนินชีวิตที่เปลี่ยนแปลงไปจากสภาพที่เคยเป็นอยู่ จะรู้สึกท้อแท้ หดหวัง เบื่อหน่าย รู้สึกไม่มั่นคง ขาดความเชื่อมั่น มองโลกในแง่ร้าย เรียบร้อย ความมีคุณค่าในตนเองลดน้อยลง กล่าวว่าจะไม่ได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่น จึงทำให้บุคคลที่สูญเสียอวัยวะมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในทางที่ไม่ดี เช่น พฤติกรรมแยกตัว โดยทั่วไปแล้วนักกีฬาคนพิการมักถูกมองว่า เป็นคนพิการมีความแตกต่างจากคนปกติ ซึ่งเกิดจากข้อจำกัดทางร่างกาย เช่น การมองว่าการที่คนพิการทำอะไรบางอย่างได้นั้นเป็นผลมาจากการพยายามเพื่อชดเชยสิ่งที่บกพร่องมากกว่าเป็นความสนใจทั่วไป ทำให้ส่งผลต่อความรู้สึกด้อยค่า เศร้าโศก คับข้องใจ และการปรับตัวเข้ากับสังคม อีกด้วย(ดารณี อุทัยรัตนกิจ, 2538อ้างถึงในพิเชษฐ ชัยเลิศ, 2548)

เมื่อสืบค้นความรู้ที่เกี่ยวกับภาวะจิตใจคนพิการแล้ว ผู้ศึกษายังไม่พบทฤษฎีที่มีการกล่าวถึงภาวะจิตใจของนักกีฬาคนพิการโดยตรง ดังนั้น จึงได้นำความรู้ทั่วไปที่เกี่ยวกับภาวะจิตใจคนพิการเพื่อเป็นแนวทางในการศึกษาเรื่องภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะของนักกีฬาคนพิการ มาแสดงไว้พอสังเขป ดังนี้

2.1.1 ปฏิกริยาต่อความพิการ

ผลกระทบต่อจิตใจในกลุ่มบุคคลผู้สูญเสียอวัยวะนั้น มีความแตกต่างกันขึ้นอยู่กับตำแหน่งอวัยวะที่สูญเสียหน้าที่และการทดแทน ความสูญเสียหน้าที่ของอวัยวะ การตอบสนองของจิตใจต่อการสูญเสียหน้าที่ของอวัยวะ มีส่วนคล้ายคลึงกับปฏิกริยาตอบสนองต่อความตาย หรือการรู้ตัวว่ากำลังจะตายด้วยโรคบางอย่างที่รักษาไม่ได้(พัชรา ลิ้มอำไพ,2537) ปฏิกริยาของจิตใจโดยทั่วไปของบุคคลผู้สูญเสียอวัยวะประกอบด้วยระยะต่างๆ 5 ระยะ คือ (พัชรา ลิ้มอำไพ, 2537)

1. ระยะช็อก(shock) เป็นช่วงเวลาสั้นๆที่จิตใจมีความตกใจระส่ำระสาย การรับรู้ต่อสิ่งแวดล้อมภายนอกลดลง
2. ระยะปฏิเสธ(denial) เป็นระยะที่จิตใจตอบสนองโดยการปฏิเสธ ไม่ยอมรับว่าเรื่องราวที่ประสบเกิดขึ้นจริง การสูญเสียหน้าที่ของอวัยวะ เป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดความทุกข์แก่ผู้ประสบอย่างมาก จนไม่อาจยอมรับได้ในทันที
3. ระยะโกรธ(anger) การตอบสนองของจิตใจต่อการสูญเสียหน้าที่ของอวัยวะมักมีความโกรธเกิดร่วมด้วยเสมอ ซึ่งอาจมีความรู้สึกโกรธได้ทั้งต่อตนเองและผู้อื่น บางครั้งความโกรธอาจถูกระบายไปยังบุคคลข้างเคียงที่ไม่ได้มีส่วนเกี่ยวข้องด้วย
4. ระยะซึมเศร้า(depression) เมื่อทราบถึงสิ่งที่เกิดขึ้นกับตนเอง และผลที่ติดตามมาในอนาคต ซึ่งอาจเกิดขึ้นอย่างถาวร เช่น การเดินไม่ได้ ก็มักมีปฏิกริยาในทางซึมเศร้าร่วมด้วยเสมอ ซึ่งเป็นผลมาจากความรู้สึกหมดหวัง เพราะตนเองไม่สามารถแก้ไขอะไรได้และไม่มีใครช่วยแก้ไขได้
5. ระยะปรับตัว(adjustment) เป็นระยะที่จิตใจเริ่มยอมรับสภาพความเป็นจริง และยอมรับในสถานภาพการสูญเสียของตน จิตใจจะใช้กลไกทางจิตต่างๆในการพยายามปรับตัวให้เกิดสมดุลของจิตใจ เพื่อให้สามารถดำรงอยู่ได้ โดยมีความทุกข์น้อยที่สุด

2.1.2 แนวคิดเกี่ยวกับการตราบาป (Stigma)

ภายในใจของบุคคลนั้นมีการอบความคิดที่แฝงเร้นไว้ด้วยความคาดหวังในสภาพปกติที่ตนคุ้นเคย ซึ่งได้รับอิทธิพลหรือประสบการณ์จากสังคมที่ตนอาศัย เมื่อบุคคลมีการเผชิญกับผู้อื่นที่แตกต่างไปจากคนปกติในสังคม จะทำให้เกิดความรู้สึก ไม่เป็นที่ต้องการ มีมลทิน หรือไม่จัดนับให้อยู่ในความรู้สึก ลักษณะที่ปรากฏอยู่ในใจเช่นนี้เรียกว่า “ตราบาป” ตามแนวคิดของ Erving Goffman (Goffman, 1963 อ้างถึงใน ทวี เชื้อสุวรรณทวี และคณะ, 2549) ตราบาปนั้นถูกสร้างขึ้นจากความแปลกแยกแตกต่าง ระหว่างเอกลักษณ์ทางสังคมที่เสมือนจริง และความคาดหวังกับความเป็นจริง แม้ว่าตราบาปจะเป็นถ้อยคำที่เชื่อมโยงกับลักษณะที่ไม่พึงประสงค์ แต่แท้จริงแล้วเป็นความสัมพันธ์ของภาษาและการให้ความหมาย ที่ไม่ได้หมายถึงลักษณะนั้นๆโดยตรง ในลักษณะลักษณะแปลกแยกเดียวกัน เป็นตราบาปสำหรับสังคมหนึ่ง แต่อาจเป็นเรื่องปกติวิสัย หรือสิ่งที่คุ้นเคยกับอีกสังคมหนึ่ง กล่าวโดยสรุป การตราบาป เป็นความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะไม่พึงประสงค์และการเหมารวม(stereotype) ซึ่งแท้จริงแล้วมีอยู่ในทุกสังคม

ลักษณะของการตราบาป สรุปได้เป็น 3 ประเภท คือ

- 1) การตราบาปจากลักษณะความผิดปกติทางกาย
- 2) ตราบาปที่เกิดจากการถูกตำหนิ ว่าเป็นเสมือนผู้มีใจอ่อนแอ ไม่เป็นธรรมชาติ อับยศ ไม่ซื่อสัตย์ และมักถูกกำหนดด้วยกรอบแนวคิดที่มีอยู่ก่อนหน้านั้นแล้ว เช่น ผู้ติดยา หรือ บุคคลผู้รักร่วมเพศ เป็นต้น
- 3) ตราบาปที่เกิดจาก ความเป็นชนเผ่าในเรื่องชาติพันธุ์ ความเป็นชาติ ศาสนา ซึ่งตราบาปประเภทนี้ สามารถถ่ายทอดส่งผ่านและแปดเปื้อนสมาชิกในครอบครัวได้ด้วย

เจตคติของคนทั่วไปที่มีต่อบุคคลที่มีตราบาปนั้น มักไม่เห็นคุณค่าความเป็นมนุษย์ ทำให้คนที่มีตราบาปถูกแปลกแยก และถูกเลือกปฏิบัติจนขาดโอกาสในชีวิต มีปมด้อย และการที่คนปกติ และคนตราบาป ต้องอยู่ร่วมในสังคมเดียวกัน สร้างความรู้สึกกังวลแก่คนถูกตราบาปอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ จึงทำให้คนถูกตราบาปมีทั้งความรู้สึกก้าวร้าว และรู้สึกอับอาย สิ่งเหล่านี้ทำให้เราได้ตระหนักและเข้าใจปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นว่า ไม่อาจทำให้การอยู่ร่วมกันสงบราบเรียบได้ สิ่งที่ทำได้คือ การพยายามให้การอยู่ร่วมกันของคนปกติและคนที่ถูกตราบาปมีความลงตัวและเป็นธรรมชาติที่สุดเท่าที่นั้น(ทวี เชื้อสุวรรณทวี และคณะ, 2549)

ดังนั้น หากคนพิจารณาถูกมองว่าผิดปกติ หรือความพิการ เป็นตราบาปแล้ว สิ่งที่จะเกิดขึ้นภายในใจพวกเขา คือ ความกังวล ความก้าวร้าว และความรู้สึกอับอาย แต่อย่างไรก็ตาม

ความเห็นนี้ยังไม่อาจนับรวมหรือสรุปว่า นักกีฬาคนพิการที่กำลังมุ่งมั่นต่อชัยชนะนั้น จะมีลักษณะภาวะจิตใจที่เป็นปมด้อยเช่นเดียวกัน กับคนที่ถูกตราบาป ดังที่กล่าวมา

3. ทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะ

ในการศึกษาภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะของนักกีฬาคนพิการครั้งนี้ศึกษากลุ่มผู้ให้ข้อมูลที่เคยได้รับชัยชนะมาแล้ว ภายในภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะจนคิดว่าชัยชนะมาได้นั้นประกอบด้วยลักษณะทางจิตใจหรือมีทฤษฎีใดบ้างเกี่ยวข้องนั้น ยังไม่อาจสรุปได้ ผู้วิจัยจึงสืบค้นข้อมูลที่เกี่ยวข้องถึงปรากฏการณ์ทางจิตใจของบุคคลที่อาจเกี่ยวข้องกับภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะของนักกีฬาคนพิการมาเป็นแนวทางในการศึกษา ดังนี้

3.1 แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement Motivation)

แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ หมายถึง แรงจูงใจที่ต้องการสู้หรือมุ่งความสำเร็จ McClelland (1953 อ้างถึงใน สืบสาย บุญวีรบุตร, 2541) ได้ให้คำจำกัดความของแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ไว้ว่าหมายถึง ความปรารถนาที่จะกระทำการหนึ่งให้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี โดยแข่งขันเพื่อไปสู่มาตรฐานอันดีเลิศ (standard of excellence) หรือการพยายามทำให้ดีกว่าบุคคลอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง ความพยายามที่จะเอาชนะอุปสรรคต่างๆ มีความรู้สึกสบายใจเมื่อประสบผลสำเร็จ และมีความวิตกกังวลเมื่อประสบความล้มเหลว

McClelland (1961) ได้กล่าวถึงทฤษฎีแรงจูงใจว่า สามารถแบ่งแรงจูงใจทางสังคมออกได้เป็น 3 ประเภท คือ

1. **แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement Motive)** หมายถึง ความปรารถนาที่จะกระทำการหนึ่งสิ่งใดให้สำเร็จลุล่วงด้วยดี โดยความพยายามที่จะบรรลุถึงมาตรฐานอันดีเลิศ มีความสบายใจเมื่อประสบผลสำเร็จ และมีความวิตกกังวลเมื่อพบความล้มเหลว

2. **แรงจูงใจใฝ่สัมพันธ์ (Affiliation Motive)** หมายถึง ความปรารถนาที่จะเป็นที่ยอมรับของคนอื่น ต้องการเป็นที่นิยมหรือรักใคร่ ชอบพอของคนอื่น สิ่งเหล่านี้เป็นแรงจูงใจที่จะทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมเพื่อให้ได้มาซึ่งการยอมรับจากบุคคลอื่น

3. **แรงจูงใจใฝ่อำนาจ (Power Motive)** หมายถึง ความปรารถนาที่จะทำให้ได้มาซึ่งอำนาจ จะเป็นผู้ที่พยายามควบคุมสิ่งต่างๆ เพื่อให้ตนเองบรรลุความต้องการที่จะมีอำนาจเหนือกว่าบุคคลอื่น

ลักษณะของผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงคือ

- 1) เป็นผู้ที่มีความพยายามบากบั่นกระทำกิจกรรมต่างๆ ให้สำเร็จมากกว่าที่จะกระทำเพื่อหลีกเลี่ยงความล้มเหลว
- 2) จะเลือกทำงานที่เหมาะสมกับความสามารถของตนเองให้ประสบความสำเร็จ ดังนั้น การกำหนดเป้าหมายการทำงานจึงไม่ยากหรือง่ายต่อความสำเร็จมากเกินไป
- 3) เป็นผู้ที่มีความคิดว่า งานทุกอย่างจะสำเร็จก็เพราะความตั้งใจจริงของตนเองเท่านั้น มิใช่เพราะว่าโอกาสอำนวยให้
- 4) การกระทำกิจกรรมใดๆ นั้น มุ่งหวังเพื่อให้บรรลุมาตรฐานของตนเอง ไม่ได้มีจุดมุ่งหมายหลักอยู่ที่รางวัลหรือชื่อเสียง

3.2 ทฤษฎีการอนุมานสาเหตุ (Attribution Theory)

การอนุมานสาเหตุ หมายถึง การหาเหตุผลมาอธิบายการกระทำของตนเอง เป็นการหาสาเหตุในการกระทำและอธิบายหรือตอบคำถามได้ว่าทำไมถึงกระทำ ทำไมเหตุการณ์นั้นๆ จึงเกิดขึ้นในทางจิตวิทยาอธิบายว่า การอนุมานสาเหตุ เป็นแรงจูงใจที่มีอิทธิพลต่อความตั้งใจในการกระทำ ความรู้สึก ความเชื่อมั่น และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของบุคคลนั้นๆ (Weiner, 1985; Robert, 1982)

ต้นแบบของทฤษฎีการอนุมานสาเหตุ คือ Fritz Heider (Heider 1958 cited in Weiner, 1972) เขาได้อธิบายว่า การอนุมานสาเหตุเป็นความพยายามของมนุษย์ในการที่จะเข้าใจและทำนายพฤติกรรม เหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นเพื่อให้เกิดความรู้สึกมั่นคง และคาดหวังได้ ในการอนุมานสาเหตุต่อการกระทำ มักมีการอ้างถึง 2 ประเด็นหลัก คือ

1. องค์ประกอบภายใน ได้แก่ ความสามารถ ความพยายาม (effort) ที่เป็นทั้งความตั้งใจ (intention) และความมุ่งมั่น (exertion)
2. องค์ประกอบภายนอก ได้แก่ ความยากของงาน(task difficulty) และโชค (luck)

ในการคาดหวังหรืออธิบายการกระทำของบุคคลจะอยู่ในสองประเด็นนี้ เช่น เมื่อทำได้ จะมีการอนุมานว่า เพราะความพยายามหรือเพราะความสามารถ (องค์ประกอบภายใน) หรือเพราะงานนั้นง่าย หรือโชคดีที่ทำได้ (องค์ประกอบภายนอก)

เมื่อทำไม่ได้ จะมีการอนุมานว่า ที่ทำไม่ได้เพราะไม่สามารถหรือไม่มีความพยายาม(องค์ประกอบภายใน) หรือการอนุมานว่า งานยากเกินไป หรือเพราะโชคไม่ดี (องค์ประกอบภายนอก) เป็นต้น

Weiner (1972, 1979) ได้พัฒนาทฤษฎีการอนุมานสาเหตุมาจากทฤษฎีของ Heider โดยแบ่งการอนุมานสาเหตุออกเป็น 3 มิติ คือ

1. ความคงที่(stability) ประกอบด้วยความคงที่และความไม่คงที่ของสาเหตุ ผลสัมฤทธิ์
2. แหล่งควบคุม(locus of control) ประกอบด้วย แหล่งควบคุมภายในคือ ตัวบุคคล หรือตัวนักกีฬาเอง และแหล่งควบคุมภายนอก ได้แก่ เพื่อน ผู้ชม หรือกรรมการ
3. การควบคุม(controllability) เป็นการรับรู้ถึงความสามารถในการควบคุมการอนุมานสาเหตุต่อการกระทำ แบ่งออกเป็น การควบคุมได้และควบคุมไม่ได้

การอนุมานสาเหตุมีผลทั้งทางจิตวิทยาและพฤติกรรม(พัชรินทร์ วงศ์รักมิตร, 2545) หากนักกีฬาคนพิการนำการอนุมานสาเหตุมาใช้อธิบายแรงจูงใจในการเล่นกีฬา จะเป็นการอนุมานสาเหตุว่าทำไมถึงเล่นแข่งขันได้ดี หรือไม่ดี การอนุมานจะมีผลต่อความรู้สึกและอารมณ์ของนักกีฬา อาจส่งผลให้เกิดความพยายามในการฝึกซ้อมและการแข่งขันได้

3.3 ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการ (Hierarchical of Needs Theory)

Abraham Maslow (1908-1970) ได้สร้างทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์ที่ได้รับการกล่าวถึงอย่างแพร่หลาย เขาเห็นว่า ความต้องการของมนุษย์มีลักษณะเป็นลำดับขั้น จากระดับต่ำสุดไปยังระดับสูงสุด เมื่อความต้องการในระดับหนึ่งได้รับการตอบสนองแล้ว มนุษย์ก็จะมีความต้องการสิ่งอื่นในระดับที่สูงขึ้นต่อไป ลำดับขั้นความต้องการของมนุษย์ตามแนวคิดของ Maslow (Engler, 1999) มีดังนี้

1. ความต้องการทางร่างกาย (physiological needs) เป็นความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์เพื่อความอยู่รอด เช่น อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย ยารักษาโรค อากาศ น้ำดื่ม การพักผ่อน เป็นต้น
2. ความต้องการความปลอดภัยและมั่นคง (safety needs) เมื่อมนุษย์สามารถตอบสนองความต้องการทางร่างกายได้แล้ว มนุษย์ก็จะเพิ่มความต้องการในระดับที่สูงขึ้นต่อไป เช่น ความต้องการความปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน ความต้องการความมั่นคงในชีวิตและหน้าที่การงาน

3. ความต้องการความผูกพันหรือการยอมรับ (social need) เป็นความต้องการเป็นส่วนหนึ่งของสังคม ซึ่งเป็นธรรมชาติอย่างหนึ่งของมนุษย์ เช่น ความต้องการให้และได้รับซึ่งความรัก ความต้องการเป็นส่วนหนึ่งของหมู่คณะ ความต้องการได้รับการยอมรับ การต้องการได้รับความชื่นชมจากผู้อื่น เป็นต้น

4. ความต้องการการยกย่อง (esteem needs) หรือ ความภาคภูมิใจในตนเอง เป็นความต้องการการได้รับการยกย่อง นับถือ และสถานะจากสังคม เช่น ความต้องการได้รับความเคารพนับถือ ความต้องการมีความรู้ความสามารถ เป็นต้น

5. ความเข้าใจหรือประจักษ์แจ้งในตนเอง (self-actualization) มนุษย์ทุกคนมีความต้องการที่จะบรรลุถึงขีดสูงสุดของศักยภาพ ความต้องการสูงสุดนั้น Maslow เรียกว่าความต้องการที่จะพัฒนาตนให้เต็มที่ตามศักยภาพ

4. ความรู้เกี่ยวกับการวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยา

4.1 ความหมายของปรากฏการณ์วิทยา

Phenomenology แปลเป็นภาษาไทย ว่า ปรากฏการณ์วิทยา มาจากภาษากรีก คือ คำว่า Phainomenon แปลเป็นภาษาอังกฤษว่า Appearance หมายถึงปรากฏให้เห็น รวมกับคำว่า logos แปลว่า เหตุผล ดังนั้น ระเบียบวิธีวิจัยแบบปรากฏการณ์วิทยา หมายถึง การศึกษาปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นตามการรับรู้ของบุคคลตามธรรมชาติของปรากฏการณ์นั้น (วะนิดา น้อยมนตรี, 2547)

4.2 เป้าหมายการวิจัยแนวปรากฏการณ์วิทยา

การวิจัยเชิงคุณภาพในแนวปรากฏการณ์วิทยา(phenomenological Research) เป็นรูปแบบหนึ่งของการวิจัยเชิงคุณภาพ อันมีพื้นฐานมาจากแนวคิดปรากฏการณ์นิยม ที่มุ่งเน้นศึกษาการให้ความหมายประสบการณ์ต่างๆ ตามสถานการณ์ที่เป็นจริง และตามการรับรู้ของผู้ที่อยู่อาศัยในสถานการณ์นั้นๆ เน้นความเป็นธรรมชาติ และความจริงของประสบการณ์ และสะท้อนให้เห็นถึงบริบทของประสบการณ์นั้นๆอย่างลึกซึ้ง (ชาย โพรสิตา, 2550)

การวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยาเป็นการวิจัยที่มุ่งเน้นศึกษาธรรมชาติของปรากฏการณ์เกี่ยวกับประสบการณ์ชีวิต(วะนิดา น้อยมนตรี, 2547) ดังนั้น จุดมุ่งหมายของการศึกษาก็เพื่อพรรณนา หรือบรรยายธรรมชาติ แสวงหาความหมายและสืบสาระสำคัญที่เป็นพื้นฐานหลักภายใต้ประสบการณ์ในชีวิตของบุคคล

4.3 วิธีการเก็บข้อมูลในการวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยา

การวิจัยครั้งนี้ใช้วิธีการเก็บข้อมูลหลักมีโดย 3 วิธี คือ วิธีการสัมภาษณ์ การสังเกตอย่างมีส่วนร่วม และการจดบันทึก ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

4.3.1 วิธีการสัมภาษณ์

การสัมภาษณ์เชิงคุณภาพ แท้จริงแล้วโดยสาระไม่มีความแตกต่างกันถึงขนาดว่าจัดเป็นคนละประเภท ชาย โปธิสิตา (2550) จึงเรียกรวมๆว่าการสัมภาษณ์เชิงคุณภาพ (qualitative interview) ลักษณะเชิงคุณสมบัติของการสัมภาษณ์เชิงคุณภาพนั้นเป็นการก่อสร้างข้อมูล เน้นปฏิสัมพันธ์และการมีส่วนร่วม ผู้สัมภาษณ์เปรียบเสมือนนักเดินทางผู้ค้นหาคำตอบสำหรับสิ่งที่ตนเองสงสัยอยากรู้ การสัมภาษณ์ที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้มี 2 แบบคือ

1) การสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการ ซึ่งเป็นการพูดคุยกับผู้ให้ข้อมูลโดยไม่มีการบันทึกเทปเสียงเป็นการไต่ถามทุกข์สุข พูดคุยเรื่องทั่วไปหรือเรื่องที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย การบันทึกข้อมูลในการสัมภาษณ์แบบไม่เป็นทางการจะใช้วิธีการจดจำและบันทึกลงในบันทึกภาคสนาม

2) การสัมภาษณ์เชิงลึก ซึ่งเป็นการสัมภาษณ์ที่มีจุดเน้นชัดเจน สามารถเจาะลงในเรื่องราวที่ผู้สัมภาษณ์ต้องการทราบ เป็นการซักถามรายละเอียดของประเด็นที่ต้องการอย่างลุ่มลึก การบันทึกข้อมูลทำโดยการบันทึกเทปเสียง

การสัมภาษณ์แบบเชิงลึก หมายถึง การสัมภาษณ์ที่ผู้สัมภาษณ์มีจุดสนใจอยู่แล้ว จึงเลือกสัมภาษณ์เอาแต่จุดที่ต้องการและเป็นการสัมภาษณ์แบบเข้ม และไม่มีทิศทาง ส่วนมากจะใช้คำถามแบบมีกึ่งโครงสร้าง (semi-structured) เป็นแนวทางในการสัมภาษณ์ การสัมภาษณ์แบบเจาะลึก ถ้าจะให้ได้ข้อมูลที่กว้างและลึก ใช้ระยะเวลา 1 ถึง 2 ชั่วโมง ในการใช้คำถามแบบกึ่งมีโครงสร้างนั้นมีลักษณะของการสัมภาษณ์อย่างไม่เป็นทางการ หรือไม่มีโครงสร้าง ซึ่งจะมีการสังเกตร่วมกันอยู่ และเป็นการสัมภาษณ์ด้วยคำถามปลายเปิดเพื่อให้ผู้ตอบให้รายละเอียด (สุภาวงศ์ จันทวานิช, 2546)

ในอุดมมุ่งหมายการสัมภาษณ์นั้น เนื่องจากการสัมภาษณ์เชิงคุณภาพ โดยกระบวนการค้นแล้วมองว่า ความจริง/ความรู้ ในสังคมนั้นเป็นสิ่งที่ถูกสร้างขึ้นในกระบวนการวิจัย ดังนั้น จุดมุ่งหมายและกลยุทธ์ที่สำคัญ คือ มุ่งให้ได้ความถูกต้อง ตรงประเด็นของข้อมูลเป็นหลัก (ชาย โปธิสิตา, 2550)

วิธีหรือแนวทางการสัมภาษณ์ ชาย โฟธิสิตา(2550)สรุป จากแนวทางในการสัมภาษณ์เชิงคุณภาพของ Kvale โดยมีจุดมุ่งหมายที่ทำความเข้าใจ “โลก”หรือ ปรัชญาการณ และประสบการณ์ในชีวิตจริงของผู้ให้สัมภาษณ์ ไว้ 12 มิติ คือ

1) เน้นศึกษาปรากฏการณ์ในชีวิตจริง

หัวข้อที่เหมาะสมสำหรับการสัมภาษณ์เชิงคุณภาพ คือเรื่องราวในชีวิตของผู้ตอบ และความสัมพันธ์ที่ผู้ตอบมีกับโลกรอบตัวเขา

2) ให้ความสำคัญกับความหมาย

มุ่งทำความเข้าใจข้อเท็จจริงและความหมายในทัศนะของผู้ตอบ ความหมายนั้นอาจได้จากคำพูดของผู้ตอบโดยตรง หรือจากน้ำเสียง สีหน้า หรือท่าทางของผู้ตอบ

3) มุ่งหาข้อมูลเชิงคุณภาพ

มุ่งหาข้อมูลเชิงคุณภาพที่แสดงออกมาในคำพูดของผู้ตอบเอง ไม่มุ่งเก็บข้อมูลในรูปแบบของจำนวน

4) เน้นข้อมูลเชิงพรรณนา

งานหลักในการสัมภาษณ์เชิงคุณภาพ คือ การถาม คำถามเพื่อเอาข้อมูลเชิงพรรณนา มากกว่าที่คำถามเพื่อเอาเหตุผลหรือคำอธิบายจากผู้ตอบ ถ้าจำเป็น คำถามประเภท “ทำไม”ต้องมาทีหลังคำถาม “อะไร อย่างไร”

5) มีจุดเน้นในการสัมภาษณ์ที่ชัดเจน

การสัมภาษณ์เชิงคุณภาพแต่ละครั้งเจาะจงหาความรู้ในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง โดยเฉพาะเท่านั้นและเจาะจงทัศนะของผู้ตอบเป็นหลัก ไม่ใช่ความเห็นของคนทั่วไป

6) เปิดกว้าง

ถามคำถามเสมือนว่าไม่มีความรู้ในเรื่องนั้นมาก่อนเลยเปิดกว้างสำหรับข้อมูลที่อาจเป็นไปได้ในทุกรูปแบบ ไม่สร้างกรอบของคำตอบและกรอบการตีความไว้ล่วงหน้า

7) มีประเด็นการสัมภาษณ์ชัดเจน

แม้ว่าวิธีการถามและคำถามจะเป็นแบบกึ่งโครงสร้าง หรือไม่มีมาตรฐานที่เคร่งครัดดังเช่นการสัมภาษณ์เชิงปริมาณ

8) ทำคำตอบที่ไม่ชัดเจนให้กระจ่างโดยเร็ว

ความไม่ชัดเจนในคำตอบของผู้ให้สัมภาษณ์ เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้ เป็นหน้าที่ของผู้สัมภาษณ์ที่จะทำให้กระจ่างว่าความไม่ชัดเจนนั้นเป็นธรรมชาติของสิ่งที่กำลังพูดถึง หรือการสื่อสารไม่ดีพอ

9) จับตาความเปลี่ยนแปลงที่อาจเกิดขึ้นในระหว่างการสัมภาษณ์

กระบวนการสัมภาษณ์อาจทำให้ผู้ตอบเกิดความตระหนัก หรือได้ความรู้ในเรื่องที่กำลังพูดถึงอยู่และด้วยความรู้นั้นผู้ตอบอาจจะเปลี่ยนคำตอบหรือเปลี่ยนความหมายที่เข้าใจไว้ก่อน ผู้สัมภาษณ์ต้องกำหนดเองว่า การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นนี้มีผลต่อข้อมูลที่ได้หรือไม่ อย่างไร

10) ทำการบ้านก่อนการสัมภาษณ์อย่างดี

ความรู้พื้นฐานที่เกี่ยวกับเรื่องที่ทำกรสัมภาษณ์มีผลต่อความสมบูรณ์และคุณลักษณะของข้อมูลที่ได้ ผู้สัมภาษณ์เชิงคุณภาพที่ประสบความสำเร็จต้องมีความรู้ในเรื่องที่ทำกรสัมภาษณ์อย่างเพียงพอ

11) สร้างปฏิสัมพันธ์เชิงบวกกับผู้ให้สัมภาษณ์

ปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้สัมภาษณ์กับผู้ให้สัมภาษณ์มีความสำคัญต่อความสำเร็จของการสัมภาษณ์เชิงคุณภาพ ผู้สัมภาษณ์ต้องคำนึงถึงพลวัตของปฏิสัมพันธ์ที่มีกับผู้ให้สัมภาษณ์ตลอดเวลา และใช้ประโยชน์ของปฏิสัมพันธ์ ทั้งในขณะที่ทำการสัมภาษณ์และในการวิเคราะห์ข้อมูลตอนหลัง

12) สร้างความประทับใจแก่ผู้ให้สัมภาษณ์

การสัมภาษณ์ที่ดีต้องให้ผู้ถูกสัมภาษณ์เกิดความประทับใจสำหรับผู้ตอบ การที่จะมีใครคนหนึ่งมาสนใจชีวิต ความคิด ความรู้ของผู้ให้สัมภาษณ์นั้น ไม่ใช่โอกาสที่เกิดขึ้นบ่อยนักในชีวิตผู้ให้สัมภาษณ์

4.3.2 การสังเกตแบบมีส่วนร่วม

ชาย โพธิสิตา (2550) กล่าวถึง การสังเกตแบบมีส่วนร่วมว่า โดยธรรมชาติแล้ว การสังเกตแบบมีส่วนร่วมเปิดโอกาสให้นักวิจัยได้สัมผัสโดยตรงกับสิ่งที่เกิดขึ้น ได้เห็นปรากฏการณ์นั้นแบบ “สดๆ” ได้เฝ้าดูและได้สัมผัสโดยตรง ในขณะที่ปรากฏการณ์นั้นเกิดขึ้นและคลี่คลายไป นักวิจัยมีโอกาสได้เห็นว่ ปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นและพฤติกรรมของผู้กระทำในปรากฏการณ์นั้น มีความหมายสำหรับตัวเขา(ผู้ทำ) อย่างไรบ้าง ด้วยคุณสมบัติดังกล่าวนี้ การ

สังเกตแบบมีส่วนร่วมจึงเป็นวิธีที่ดีที่สุด สำหรับเข้าถึงความจริงหรือความรู้เกี่ยวกับเรื่องใดเรื่องหนึ่ง เพราะการที่เราจะรู้จักหรือเข้าใจสิ่งใด คงไม่มีวิธีการใดที่ดีกว่าการได้สัมผัสกับสิ่งนั้นโดยตรง หากเปรียบเทียบกับวิธีที่นักวิจัยไม่มีส่วนร่วมในเหตุการณ์โดยตรง เช่น การใช้แบบสอบถาม เป็นต้น การสังเกตแบบมีส่วนร่วมเป็นวิธีที่ช่วยให้นักวิจัยเข้าถึงความจริง/ความรู้ได้สมบูรณ์กว่าเพราะนักวิจัยได้สัมผัสกับปรากฏการณ์โดยตรงด้วยตัวเอง ผู้วิจัยสรุปหลักพื้นฐานของวิธีการสังเกตแบบมีส่วนร่วมจาก ชาย โพลิตตา (2550) ได้ 7 ประการ ดังนี้

1) สังเกตจากมุมมองของผู้ศึกษา

ผู้สังเกตจะต้องพยายามมองปรากฏการณ์ที่ศึกษา (ไม่ว่าจะเป็นการกระทำ ความเข้าใจ ความหมาย หรือบรรทัดฐานอะไรก็ตาม) จากสายตาของผู้ที่ถูกรับศึกษาเท่านั้น นักวิจัยจะมีความคิดเห็นมีความเข้าใจปรากฏการณ์ที่ตนสังเกตอย่างไร นั่นเป็นอีกเรื่องหนึ่งที่จะควรบันทึกแยกไว้ต่างหาก แต่สิ่งที่นักวิจัยจะต้องให้ความสำคัญเป็นอันดับแรกคือ ต้องพยายามมองการกระทำหรือปรากฏการณ์ในสายตาของคนที่ถูกสังเกต เป็นหลัก

2) สังเกตรายละเอียด

ให้ความสำคัญอย่างสูงแก่รายละเอียดของสิ่งที่สังเกต นักวิจัยต้องบันทึกและพรรณนารายละเอียดของสิ่งที่เกิดขึ้น ยิ่งให้รายละเอียดได้มากเท่าไรก็ยิ่งดี

3) ให้ความสำคัญแก่บริบทของสิ่งที่สังเกต

ผู้ทำการสังเกตต้องตระหนักว่า เหตุการณ์ การกระทำ หรือพฤติกรรมที่สังเกตนั้นมีความหมายก็เฉพาะในบริบท คือสิ่งแวดล้อมที่มันดำรงอยู่ (หรือในสิ่งแวดล้อมที่คล้ายกันเท่านั้น) ถ้าบริบทแตกต่างออกไป ความหมายของการกระทำนั้นอาจจะเปลี่ยนไป ดังนั้น ในการสังเกต นักวิจัยต้องไม่พลาดที่จะเก็บรายละเอียดบริบทของสิ่งที่สังเกตด้วย

4) ให้ความสำคัญแก่กระบวนการของสิ่งที่สังเกต

ในการสังเกต นักวิจัยจะต้องมองการกระทำทางสังคมในฐานะเป็นกระบวนการพลวัตอยู่ตลอดเวลา ข้อนี้หมายรวมไปถึงว่า ควรมองปรากฏการณ์ต่างๆ ว่ามีความเกี่ยวข้องกับสิ่งอื่นด้วย

5) เปิดกว้าง

นักวิจัยพึงหลีกเลี่ยงการด่วนสรุปหรืออธิบายปรากฏการณ์ที่ตนสังเกต โดยที่ยังไม่มีหลักฐานสนับสนุนเพียงพอ การใช้แนวคิดอันใดอันหนึ่งตัดสินหรือชี้้นำการสังเกตเร็วเกินไปนั้น

อาจทำให้การสังเกตที่จะตามติดอยู่ใน “ก้นดักทางความคิดและมูมมอง” ของแนวคิดเท่านั้น การทำเช่นนั้นเป็นการปิดกั้นโอกาสที่จะใช้แนวคิดอย่างอื่น ซึ่งอาจจะเหมาะสมกว่า มาอธิบายสิ่งที่กำลังศึกษา

6) นักวิจัยในฐานะเป็นเครื่องมือในการสังเกต

วิธีการวิจัยเชิงคุณภาพทั่วไปถือว่า นักวิจัยเป็นเครื่องมือที่เก็บข้อมูลที่สำคัญ วิธีการสังเกตเป็นตัวอย่างเด่นชัดที่สุดในเรื่องนี้ คุณสมบัติข้อนี้อาจเป็นทั้งจุดแข็งและข้อจำกัดของวิธีนี้ จุดแข็งสำคัญอยู่ที่ความยืดหยุ่น ซึ่งทำให้นักวิจัยสามารถวินิจฉัยโดยหลักแห่งเหตุและผลตามความเหมาะสมกับแหล่งข้อมูลและสถานการณ์แวดล้อม แต่ข้อจำกัด ที่สำคัญก็คือ ความเป็นอัตวิสัย(subjectivity) เพราะนักวิจัยเป็นมนุษย์ที่มีความรู้สึก มีอารมณ์ มีความชอบ/ไม่ชอบเหมือนคนทั่วไป การสังเกตอย่างบริสุทธิ์ชนิดที่ปราศจากอคติทุกรูปแบบนี้ เป็นเรื่องอุดมคติมากกว่าจะทำได้ในการปฏิบัติจริง

7) ใช้วิธีอื่นควบคู่ไปด้วยได้ไม่มีขีดจำกัด

การสังเกตแบบมีส่วนร่วมจะเป็นวิธีเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพที่มีประสิทธิภาพมาก ถ้าใช้ควบคู่กับวิธีอื่น เช่น การสัมภาษณ์ (ทั้งแบบมีโครงสร้างและไม่มีโครงสร้าง) การสำรวจ และการรวบรวมข้อมูลจากเอกสารทุกรูปแบบ

4.3.3 การจดบันทึก (Field Notes)

วิธีการจดบันทึก และรูปแบบของบันทึกข้อมูลสนามนั้น ขึ้นอยู่กับความถนัด และ ความชอบของนักวิจัยแต่ละบุคคล นักวิจัยแต่ละคนจะพัฒนาวิธีการจดบันทึก ด้วยวิธีวิธีการต่างๆ เป็นรูปแบบของตัวเอง การจดบันทึกสนามส่วนใหญ่เป็น 2 รูปแบบ คือ บันทึกย่อและบันทึกละเอียด

ขณะที่สังเกตอยู่ในเหตุการณ์ต่างๆและยังไม่สามารถบันทึกข้อมูลได้ในขณะนั้น นักวิจัยจะต้องจำ บันทึก “เรื่องที่เห็น” นั้นๆไว้ในสมอง (mental notes) การ “จดจำ” เรื่องที่สังเกตเห็นไว้ในสมองนั้นๆ เป็นสิ่งที่นักวิจัยต้องฝึกให้จดจำเรื่องราวที่สังเกต เหมือนการย่อความสั้นๆว่า ใครทำอะไร ก็คน ใครพูด กับใคร ในสภาพการณ์ใด ฯลฯ หลังจากนั้นก็จะจดเป็นบันทึกย่อ (jotted notes) ไว้

บันทึกย่ออาจเป็นวลี คำพูด คำสำคัญๆ (key word) อักษรย่อ รูปภาพ ฯลฯ ที่ผู้บันทึกจดคร่าวๆ ไว้ในขณะสังเกตและมีโอกาสจำได้ โดยที่ไม่รบกวนคนอื่น ๆ เพื่อช่วยเตือนความจำเมื่อไปเขียนบันทึกรายละเอียดต่อไป (นิศา ชูโต, 2551)

4.4 จริยธรรมและจรรยาบรรณในการวิจัยเชิงคุณภาพ

Kvale (1996 อ้างถึงในชาย โพธิสิตา, 2550) ได้สรุปประเด็นทางจริยธรรมในขั้นตอนต่างๆของการวิจัย ดังนี้

- 1) ขั้นกำหนดหัวข้อเรื่องที่จะทำการวิจัยควรเป็นเรื่องเกี่ยวกับประเด็นสำคัญของมนุษย์ ซึ่งถ้าได้ความรู้มาแล้วจะยังประโยชน์แก่สังคมโดยรวม ไม่ควรเป็นเรื่องที่มุ่งหาความรู้เพื่อสนองความอยากรู้ของนักวิจัย หรือเพื่อความก้าวหน้าของศาสตร์เพียงอย่างเดียว นั่นคือ ต้องสามารถบอกได้ว่าเรื่องที่จะศึกษาจะเป็นประโยชน์แก่มนุษย์และสังคมอย่างไร
- 2) ขั้นการออกแบบการวิจัย ในการวางแผนกลุ่มตัวอย่างที่จะเก็บข้อมูล ควรคำนึงว่าสำหรับกลุ่มตัวอย่างที่จะเลือกมาศึกษานั้น จะทำการขอความยินยอมเพื่อให้เขาร่วมมือในการศึกษาอย่างไร จะรักษาความลับของเขาอย่างไร และจะป้องกันไม่ให้เกิดผลกระทบที่อาจจะมีอันเนื่องมาจากการที่เขาให้ความร่วมมือในการศึกษาอย่างไร
- 3) ขั้นการเก็บข้อมูล ระหว่างการเก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์ หรือการสังเกต เป็นต้น นักวิจัยมีแผนที่จะไม่ให้เป็นการรบกวนชีวิตและการทำงานตามปกติของแหล่งข้อมูล หรือรบกวนน้อยที่สุดได้อย่างไร ควรหลีกเลี่ยงวิธีการที่จะก่อให้เกิดความเครียดหรือความวิตกกังวลแก่ผู้ให้ข้อมูล ควรคำนึงถึงระดับความสัมพันธ์ที่เหมาะสมระหว่างนักวิจัยกับผู้ให้ข้อมูล
- 4) ขั้นการจดบันทึกและการถอดเทปให้สัมภาษณ์ การจดบันทึกและการถอดเทปให้สัมภาษณ์ ต้องคำนึงถึงการรักษาความลับ ต้องเคารพในผู้ให้ข้อมูล โดยไม่ใส่อะไรที่ไม่ใช่สิ่งที่ผู้ให้ข้อมูลกล่าวในบทบันทึกหรือบทสัมภาษณ์ในระหว่างการถอดเทป
- 5) ขั้นการวิเคราะห์ประเด็นทางจริยธรรมในขั้นการวิเคราะห์ข้อมูล เป็นเรื่องเกี่ยวกับคำถามที่ว่า นักวิจัยจำเป็นจะต้องทำการวิเคราะห์ข้อมูลอย่าง “ละเอียดลึกซึ้ง” เพียงใด และเพื่อไม่ให้เกิดความห่างไกลจากความเป็นจริงเกินไป ควรจะให้ผู้ให้ข้อมูลมีส่วนร่วมในการตีความข้อมูลด้วยหรือไม่ มากน้อยเพียงใด
- 6) ขั้นการตรวจสอบความถูกต้องของการวิเคราะห์ เป็นความรับผิดชอบของนักวิจัยที่จะเผยแพร่เฉพาะความรู้ที่ผ่านการตรวจสอบความถูกต้องและความน่าเชื่อถือเท่านั้น ผลการศึกษาไต่ที่ยังคลุมเครือหรือยังไม่ได้ตรวจสอบอย่างรอบคอบ ไม่ควรเปิดเผย เพราะอาจก่อให้เกิดผลเสียหายแก่แหล่งข้อมูลได้
- 7) ขั้นการรายงานผล ในขั้นนี้ควรพิจารณาว่า รายงานผลการวิจัยควรที่จะเปิดเผยข้อมูลที่เป็นความลับ เป็นเรื่องส่วนตัว หรือเป็นเรื่องที่ทำให้ผู้อ่านรู้ว่าผู้ให้ความร่วมมือในการวิจัย

นั่นเป็นใครหรือไม่ การตัดสินใจในเรื่องนี้ ควรยึดผลประโยชน์ของประชาชนผู้ให้ความร่วมมือเป็นสำคัญ

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัย ได้รวบรวมงานวิจัยเกี่ยวกับภาวะจิตใจบางประการที่อาจเกี่ยวข้องกับภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะของนักกีฬาคนพิการดังนี้

Mallett และ Hanrahan (2003)ศึกษากระบวนการจูงใจของนักกีฬาชั้นยอดภายใต้กรอบแนวคิดแรงจูงใจตามแนวคิดของทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมคือ self-determination theory, hierarchical model of motivation และ achievement goal theory โดยใช้การสัมภาษณ์แบบกึ่งโครงสร้าง (semi-structured interviews) ในการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพ กับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักกีฬา เพศชาย 5 คน เพศหญิง 5 คน อายุระหว่าง 22 ปี 4 เดือนถึง 34 ปี ที่เคยติดอันดับ 1 ในสิบของโอลิมปิกเกมส์และแชมป์โลกภายในระยะเวลา 6 ปี จากประเทศออสเตรเลีย ผลการวิเคราะห์แบบอุปนัยพบว่า มี 3 ประเด็น(theme) หลักที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการจูงใจของนักกีฬาชั้นยอดคือ

1. มีแรงผลักดันที่สูงมาจากเป้าหมายส่วนบุคคลและความสำเร็จ
2. มีความเชื่อมั่นในตนเองที่มั่นคง (strong self-belief)
3. ลู่วิ่งและสนามเป็นศูนย์กลางแห่งวิถีชีวิตนักกีฬาชั้นยอด

Horvat และคณะ (1986อ้างถึงในพิเชษฐ ชัยเลิศ, 2548)ได้ศึกษาเปรียบเทียบจิตวิทยาที่บ่งบอกลักษณะนิสัยของนักกีฬาคนพิการที่มีร่างกายปกติและนักกีฬาคนพิการ การศึกษาครั้งนี้เพื่อศึกษาเปรียบเทียบการใช้จิตวิทยาที่บ่งบอกลักษณะนิสัย(ความตึงเครียด ความกดดัน ความโกรธ ความแข่งขัน ความเมื่อยล้า และความสับสน) ของนักกีฬาทั้งหญิงและชาย โดยใช้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักกีฬาวีลแชร์ จำนวน 95 คน และนักกีฬาที่มีร่างกายปกติจำนวน 156 คน จากการศึกษา พบว่า ในนักกีฬาวีลแชร์บาสเกตบอลเพศหญิงและนักกีฬาวีลแชร์กรีฑาเพศชาย มีการใช้จิตวิทยาในการควบคุมอารมณ์อันเกิดจากลักษณะนิสัยได้แก่ ความตึงเครียด ความแข่งขัน ความเมื่อยล้า และความสับสน ได้ดีกว่านักกีฬาประเภทอื่นๆ

กนกวรรณ อังกสิทธิ์(2540)ได้ศึกษาเรื่อง พฤติกรรมสุขภาพและความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของคนพิการ โดยทำการศึกษาพฤติกรรมและสุขภาพ ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองและ

ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมสุขภาพกับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของคนพิการ ผลการวิจัยพบว่า

1. พฤติกรรมสุขภาพของคนพิการอยู่ในระดับค่อนข้างดี
2. ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของคนพิการอยู่ในระดับค่อนข้างดี
3. พฤติกรรมสุขภาพของคนพิการมีความสัมพันธ์กับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่.01

เฉลิมขวัญ สิงห์วี(2548)ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของคนพิการทางกาย ภายในศูนย์ฟื้นฟูอาชีพคนพิการในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษา ระดับคุณภาพชีวิต การเห็นคุณค่าในตนเองและการได้รับการสนับสนุนทางสังคมของคนพิการ ศึกษาเปรียบเทียบคุณภาพชีวิตคนพิการทางกายตามปัจจัยส่วนบุคคลและปัจจัยพื้นฐานของบิดามารดา ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างคุณภาพชีวิตกับการเห็นคุณค่าในตนเอง และการสนับสนุนทางสังคมของคนพิการทางกาย และศึกษาตัวแปรร่วมในการทำนายคุณภาพชีวิตของคนพิการทางกาย เป็นการศึกษากลุ่มตัวอย่าง คนพิการทางกายในศูนย์ฟื้นฟูอาชีพคนพิการ ในเขต กรุงเทพมหานครและปริมณฑล จำนวน 220 คน เครื่องมือที่ใช้ คือ แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปคอมพิวเตอร์ สถิติที่ใช้คือ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานค่า t-test ค่า f-test ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน และการถดถอยพหุคูณแบบขั้นตอน ผลการศึกษาพบว่า

คนพิการทางกายมีคุณภาพชีวิต การเห็นคุณค่าในตนเองและการสนับสนุนทางสังคมในระดับปานกลาง ประเภทความพิการมีผลต่อคุณภาพชีวิตของคนพิการทางกายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

อาชีพของมารดา มีผลต่อคุณภาพชีวิตของคนพิการทางกาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และรายได้รวมของบิดามารดา มีผลต่อคุณภาพชีวิตของคนพิการทางกายอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

การเห็นคุณค่าในตนเอง การได้รับการสนับสนุนทางสังคมมีความสัมพันธ์ทางบวกกับคุณภาพชีวิตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.001

การได้รับสนับสนุนทางสังคม ความสามารถในตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง การสนับสนุนด้านวัตถุประสงค์ความพิการขาสองข้าง การสนับสนุนด้านการประเมิน สามารถร่วมกันทำนายคุณภาพชีวิตของคนพิการได้ ร้อยละ 63.1 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001

นพพร เล้าเรืองศิริ ปีช้อย(2533) ศึกษาความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาคนพิการที่เข้าแข่งขันกีฬาคนพิการแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 12 ประจำปี พ.ศ. 2533 กลุ่มตัวอย่างได้จากการสุ่มกลุ่มตัวอย่างแบบเลือกโดยจงใจ จำนวน 359 คน ใช้แบบวัดความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของมาร์เทนส์ เป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลนำข้อมูลที่ได้มา วิเคราะห์ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปเอสพีเอสเอสเอ็กซ์ หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานทดสอบค่าที่วิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว และทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยเป็นรายคู่ด้วยวิธีการของเชฟเฟ ผลการวิจัยพบว่า

ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาคนพิการอยู่ในระดับปานกลาง

ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาคนพิการ ทางด้านร่างกายแตกต่างกับนักกีฬาคนพิการทางด้านการได้ยิน และนักกีฬาคนพิการทางด้านสายตา อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬา ของนักกีฬาคนพิการทุกประเภท เพศชายน้อยกว่าเพศหญิง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬา ของนักกีฬาคนพิการทางด้านการได้ยิน และนักกีฬาคนพิการทางด้านสายตา เพศชายน้อยกว่าเพศหญิง ยกเว้นความวิตกกังวลของนักกีฬาคนพิการทางด้านร่างกาย เพศชายมากกว่าเพศหญิงอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬา ของนักกีฬาคนพิการเพศชาย นักกีฬาคนพิการทางด้านร่างกายกับนักกีฬาคนพิการทางด้านการได้ยินและนักกีฬาคนพิการเพศหญิงทุกคู่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาคนพิการ กลุ่มอายุ 5-9 ปี แตกต่างกับนักกีฬาคนพิการกลุ่มอายุ 15-19 ปี และ 20 ปี ขึ้นไป อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

พิเชษฐ ชัยเลิศ(2548)ศึกษาระดับและการเปรียบเทียบแรงจูงใจฝ่ายสัมฤทธิ์ด้านกีฬาของนักกีฬาคนพิการ ตัวแทนทีมชาติไทย โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาคนพิการ ตัวแทนทีมชาติไทย ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเซียเนพาราเกมส์ ครั้งที่ 2 ณ ประเทศเวียดนามจำนวน 84 คน แบบสอบถามที่ใช้ในการเก็บข้อมูลได้ดัดแปลงจากแบบสอบถามการวัดแรงจูงใจฝ่ายสัมฤทธิ์ด้านกีฬาของสมบัติ กาญจนกิจและนพรัตน์ เอี่ยมอดุง (2539) ใช้วัดระดับของแรงจูงใจฝ่ายสัมฤทธิ์ด้านกีฬาและเปรียบเทียบความแตกต่างของแรงจูงใจฝ่ายสัมฤทธิ์ด้านกีฬาใน 5 ชนิดกีฬา ค่าความเชื่อมั่นของแบบทดสอบ (r) เท่ากับ .84 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและ

วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-Way ANOVA) ผลการวิเคราะห์พบว่า นักกีฬาคนพิการตัวแทนทีมชาติไทยมีระดับของแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านกีฬาโดยรวมอยู่ในระดับสูง และเมื่อแยกเป็นรายด้าน พบว่า นักกีฬาคนพิการตัวแทนทีมชาติไทยมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านกีฬาอยู่ในระดับสูง 5 ด้าน คือ ความทะเยอทะยาน ความกระตือรือร้น ความกล้าเสี่ยง ความรับผิดชอบต่อตนเอง ความมีเอกลักษณ์เฉพาะตน อยู่ในระดับปานกลาง 1 ด้าน คือ ด้านการวางแผน เมื่อเปรียบเทียบแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านกีฬา 5 ชนิดกีฬา พบว่านักกีฬา 5 ชนิดมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านกีฬาที่ไม่มีความแตกต่างกัน

สถาพร เกิดสว่างเนตร(2539)ได้ทำการวิจัยเรื่องความต้องการในการออกกำลังกายและเล่นกีฬาของผู้พิการที่นั่งรถเข็นโดยการทำการศึกษากับผู้พิการที่นั่งรถเข็นที่เป็นสมาชิกของกรมประชาสงเคราะห์และที่กำลังศึกษาอยู่ในโรงเรียนศรีสังวาล จำนวน 168 คนพบว่า

- 1) ความต้องการในการออกกำลังกายและเล่นกีฬาของผู้พิการที่นั่งรถเข็นในด้านวัสดุอุปกรณ์และกิจกรรมการออกกำลังกายและเล่นกีฬาอยู่ในระดับมากที่สุด
- 2) ความต้องการในการออกกำลังกายและเล่นกีฬาของผู้พิการที่นั่งรถเข็นระหว่างเพศหญิงและเพศชาย ด้านสถานที่และด้านอุปกรณ์แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ศูนย์วิทยทรัพยากร

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยเรื่อง “ภาวะจิตใจมุ่งสู่ชัยชนะของนักกีฬาคนพิการ” เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (qualitative research) แนวปรากฏการณ์วิทยา (phenomenology) ใช้วิธีการเก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึก (in-depth interview) เป็นวิธีการหลัก ซึ่งมีขั้นตอนและรายละเอียดในวิธีการวิจัย ดังนี้

ผู้ให้ข้อมูลหลักและพื้นที่ศึกษา

1. ผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informants)

การศึกษาภาวะจิตใจมุ่งสู่ชัยชนะของนักกีฬาคนพิการครั้งนี้ได้เลือกผู้ให้ข้อมูลหลักแบบจำเพาะเจาะจง (purposive sampling) ตามเกณฑ์ดังนี้

1.1 เป็นนักกีฬาคนพิการที่มีประสบการณ์ตรงต่อการมุ่งสู่ชัยชนะตั้งแต่ฝึกซ้อมเพื่อแข่งขันจนกระทั่งประสบชัยชนะได้รับเหรียญรางวัล

1.2 เป็นนักกีฬาคนพิการที่สามารถให้ข้อมูลในการสัมภาษณ์เชิงลึก โดยการพูดคุยบอกเล่าประสบการณ์ได้ด้วยตนเองกับผู้สัมภาษณ์

1.3 เป็นผู้ยินดีให้ความร่วมมือในให้การสัมภาษณ์เชิงลึก

ผู้ให้ข้อมูลหลักที่ได้ คือ นักกีฬาคนพิการตัวแทนทีมชาติไทยผู้กำลังฝึกซ้อมเพื่อเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาพาราลิมปิกเกมส์ครั้งที่ 13 ณ กรุงปักกิ่ง สาธารณะประชาชนจีน ในระหว่างวันที่ 6-17 กันยายน พุทธศักราช 2551 จำนวน 13 ราย ดังที่ปรากฏในรายละเอียดเบื้องต้นในตารางที่ 1 ซึ่งผู้วิจัยได้ใช้รหัส ID (Identification) แทนชื่อผู้ให้ข้อมูลหลักแต่ละราย (แสดงรายละเอียดภูมิหลังผู้ให้ข้อมูลในภาคผนวก ค)

ตารางที่ 1 แสดงข้อมูลส่วนบุคคลของผู้ให้ข้อมูล

ID	อายุ (ปี)	เพศ	การศึกษา	สาเหตุ ความพิการ	ลักษณะ ความพิการ	ประเภท กีฬา	อาชีพ	เล่นกีฬา (จำนวนปี)	ชัยชนะสูงสุดที่เคยได้รับ
1	35	หญิง	ม. 6	อุบัติเหตุ (รถยนต์)	นั่งวีลแชร์	วีลแชร์ฟันดาบ	ว่างงาน	16	เหรียญทอง (พาราลิมปิกเกมส์)
2	32	หญิง	ม. 6	โรคโปลิโอ	ขาซ้ายเดินได้	ยิงธนู	ว่างงาน	11	เหรียญเงิน (พาราลิมปิกเกมส์)
3	32	ชาย	ปวส.	อุบัติเหตุ (เครื่องจักร)	ใส่ขาเหล็ก	ยิงธนู	รับจ้าง	7	เหรียญเงิน (เฟลปิกเกมส์)
4	32	ชาย	ปวส.	อุบัติเหตุ (รถยนต์)	นั่งวีลแชร์	ยิงธนู	ว่างงาน	6	เหรียญเงิน (เฟลปิกเกมส์)
5	36	ชาย	ปวช.	อุบัติเหตุ (เครื่องจักร)	นั่งวีลแชร์	ยิงธนู	ว่างงาน	6	เหรียญเงิน (เฟลปิกเกมส์)
6	30	ชาย	ม.3	โรคโปลิโอ	นั่งวีลแชร์	วีลแชร์เทนนิส	ว่างงาน	11	เหรียญทอง (เฟลปิกเกมส์)
7	28	ชาย	ม.3	โรคโปลิโอ	นั่งวีลแชร์	วีลแชร์เทนนิส	ลูกจ้าง	9	เหรียญทอง (เฟลปิกเกมส์)
8	28	ชาย	ม.6	โรคโปลิโอ	นั่งวีลแชร์	วีลแชร์เรสซิ่ง	ว่างงาน	10	เหรียญทอง (เอเชียนพาราเกมส์)
9	27	ชาย	ม.6	โรคโปลิโอ	นั่งวีลแชร์	วีลแชร์เรสซิ่ง	ว่างงาน	12	เหรียญทอง (เอเชียนพาราเกมส์)
10	33	ชาย	ปริญญาตรี	โรคโปลิโอ	นั่งวีลแชร์	วีลแชร์เรสซิ่ง	พนักงานบริษัท	7	เหรียญทอง (พาราลิมปิกเกมส์)
11	35	ชาย	ปริญญาตรี	โรคโปลิโอ	นั่งวีลแชร์	วีลแชร์เรสซิ่ง	อาจารย์	12	เหรียญทอง (พาราลิมปิกเกมส์)
12	30	หญิง	ม.6	โรคโปลิโอ	นั่งวีลแชร์	ยกน้ำหนัก	ว่างงาน	4	เหรียญทอง (เอเชียนพาราเกมส์)
13	29	ชาย	ม.6	โรคโปลิโอ	นั่งวีลแชร์	ยกน้ำหนัก	อาจารย์	6	เหรียญทอง (เอเชียนพาราเกมส์)

รายละเอียดผู้ให้ข้อมูลหลักทั้ง 13 คน จากตารางที่ 1 สามารถอธิบายโดยภาพรวมได้ว่าเป็นนักกีฬาคนพิการตัวแทนทีมชาติที่มีประสบการณ์ต่อชัยชนะในการแข่งขัน ในระดับต่ำสุดคือเหรียญเงินจากกีฬาเฟลปิกเกมส์ และชัยชนะระดับสูงสุดคือ เหรียญทองจากกีฬาวอลเลย์บอลพาราเกมส์ พวกเขามีอายุระหว่าง 28-35 ปี เป็นเพศหญิงจำนวน 3 ราย เพศชายจำนวน 10 ราย มีการศึกษาระดับต่ำสุดคือชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 มีการศึกษาสูงสุดถึงระดับปริญญาตรี แบ่งตามประเภทกีฬาได้ว่า เป็นนักกีฬาวีลแชร์ฟันดาบ 1 ราย นักกีฬายิงธนู 4 ราย นักกีฬาวีลแชร์เทนนิส 2 ราย นักกีฬากีฬาประเภทวีลแชร์(วีลแชร์เรสซิ่ง)จำนวน 4 ราย และนักกีฬายกน้ำหนักอีกจำนวน 2 ราย ผู้ให้ข้อมูลทั้งหมดมีประสบการณ์การแข่งขันกีฬาคนพิการ 4-16 ปี ส่วนด้านรายละเอียดเกี่ยวกับการประกอบอาชีพพบว่า ผู้ให้ข้อมูลมีอาชีพรับจ้าง 1 ราย มีงานประจำทำ 4 ราย และอีก 8 รายยังไม่มีการทำเป็นหลักแหล่งที่แน่นอน แต่มีรายได้หลักมาจากการแข่งขันกีฬา

2. พื้นที่ศึกษา (Setting)

ผู้วิจัยกำหนดเก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์ และการสังเกต กับผู้ให้ข้อมูลหลักซึ่งเป็นนักกีฬาคนพิการที่เข้าฝึกซ้อมเพื่อการแข่งขัน โดยใช้พื้นที่ฝึกซ้อมภายในบริเวณกรุงเทพมหานครและบริเวณจังหวัดปริมณฑล ในส่วนรายละเอียดของสถานที่นักกีฬาคนพิการใช้ในการเก็บตัวฝึกซ้อม มีดังนี้

2.1 สนามกีฬาของากรกีฬาแห่งประเทศไทย 286 ถนนรามคำแหง แขวงหัวหมาก เขตบางกะปิ กรุงเทพมหานคร ประกอบด้วยพื้นที่สนามกีฬาราชมั่งคณาภิบาลซึ่งเป็นที่ฝึกซ้อมของนักกีฬาวีลแชร์เรสซิ่งและนักกีฬายกน้ำหนัก พื้นที่สนามกีฬายิงธนู และพื้นที่โรงฝึกกีฬาฟันดาบซึ่งเป็นสถานที่ฝึกซ้อมของนักกีฬายิงธนูและนักกีฬาวีลแชร์ฟันดาบตามลำดับ



ภาพที่ 1 แสดงรายละเอียดพื้นที่สนามกีฬาของากรกีฬาแห่งประเทศไทย

2.2 สนามกีฬากระแสนิสแคมป์ หน้าหมู่บ้านชัยพฤกษ์ 2 ถนนคุ้มเกล้า แขวง มีนบุรี เขตลาดกระบัง ใกล้สนามบิณสูวรรณภูมิ กรุงเทพมหานคร ซึ่งใช้เป็นสถานที่เก็บตัวของ นักกีฬาวีลแชร์เทนนิสตัวแทนทีมชาติที่จะเข้าร่วมการแข่งขันพาราลิมปิกส์เกมส์ครั้งที่ 13



ภาพที่ 2 แสดงรายละเอียดพื้นที่สนามกีฬากระแสนิสแคมป์

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. ตัวผู้วิจัย เป็นเครื่องมือหลักในการวิจัยเชิงปรากฏการณ์วิทยา

การเป็นเครื่องมือหลักที่ใช้เก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยมีการเตรียมความพร้อมด้านความรู้ในระเบียบวิธีการวิจัยโดยการลงทะเบียนเรียนในวิชา การวิจัยเชิงคุณภาพสำหรับการพยาบาล (3600626) จำนวน 3 หน่วยกิต และได้ฝึกการวิจัยภาคสนาม 1 ครั้ง เพื่อเรียนรู้เรื่องระเบียบวิธีวิจัยและพัฒนาทักษะการถามและการบันทึกข้อมูลภาคสนาม จากนั้นผู้วิจัยศึกษาจากเอกสาร ตำรา วิชาการที่เกี่ยวกับการวิจัยแนวปรากฏการณ์วิทยา ความรู้เกี่ยวกับปัญหาคนพิการและความรู้เกี่ยวกับนักกีฬาคนพิการ เพื่อเป็นพื้นฐานในการดำเนินการวิจัย

2. แนวคำถามในการสัมภาษณ์ (Interview guide)

ผู้วิจัยรวบรวมข้อมูลจากเอกสารเกี่ยวกับภาวะจิตใจคนพิการและข้อมูลเกี่ยวกับกีฬาคนพิการ จากนั้นได้ทำการพบปะพูดคุยกับนักกีฬาคนพิการผู้ให้ข้อมูลหลัก เพื่อใช้เป็นแนวประกอบการสร้างและปรับปรุงข้อคำถามโดยมีขอบเขตที่เกี่ยวกับประสบการณ์ด้านภาวะจิตใจมุ่ง ชัยชนะ(แสดงรายละเอียดในภาคผนวก ก) เมื่อสัมภาษณ์ได้ 2 รายแล้ว ผู้วิจัยได้นำข้อคำถามและ ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ที่ได้ไปให้ผู้เชี่ยวชาญด้านการวิจัยเชิงคุณภาพและผู้เชี่ยวชาญด้าน

จิตวิทยาตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสมเพื่อแก้ไขปรับปรุงจนได้ข้อคำถามที่เหมาะสม เพื่อนำไปใช้เป็นเครื่องมือในการเก็บข้อมูลการวิจัยต่อไป

3. เครื่องบันทึกเสียงจำนวน 1 เครื่อง

4. อุปกรณ์ในการบันทึกภาคสนามได้แก่ กระดาษ, ปากกา, ดินสอ และกล้องถ่ายรูป

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการการศึกษานี้ ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึกเป็นวิธีการหลัก และการบันทึกภาคสนามในการสังเกตแบบมีส่วนร่วมเป็นแนวทางประกอบ ดังมีรายละเอียด ดังนี้

1. การเข้าสู่พื้นที่ศึกษา

1.1 การติดต่อหน่วยงานที่รับผิดชอบ

ผู้วิจัยติดต่อคณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในการส่งจดหมายเพื่อขออนุญาตและการอำนวยความสะดวกจาก สมาคมกีฬาคนพิการแห่งประเทศไทย และสมาคมกีฬาคนพิการจังหวัดนนทบุรี ในการเข้าไปเก็บข้อมูลจากนักกีฬาคนพิการที่กำลังเก็บตัวฝึกซ้อมเพื่อการแข่งขันในกีฬาพาราลิมปิกเกมส์ครั้งที่ 13 ณ กรุงปักกิ่งแห่งสาธารณรัฐประชาชนจีน ปี พุทธศักราช 2551 หลังจากนั้น ทางสมาคมกีฬาคนพิการแห่งประเทศไทยรับทราบ และใช้โทรศัพท์ติดต่อผู้วิจัยพร้อมทั้งให้หมายเลขโทรศัพท์เคลื่อนที่ของผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาคนพิการผู้มีชื่อเสียงและมีมนุษยสัมพันธ์ดี จำนวน 1 ราย เพื่อให้ผู้วิจัยติดต่อขออนุญาตสัมภาษณ์เพื่อการวิจัย และทางสมาคมกีฬาจังหวัดนนทบุรีได้ใช้โทรศัพท์ติดต่อผู้วิจัยโดยตรงเพื่อขออนุญาตให้สัมภาษณ์ นักกีฬาคนพิการได้ โดยให้ผู้วิจัยต้องขออนุญาต หรือตกลงในรายละเอียดกับตัวผู้ให้ข้อมูลซึ่งคือนักกีฬาคนพิการเองอีกครั้ง

1.2 การเข้าถึงผู้ให้ข้อมูลหลัก

เมื่อได้รับการอนุญาตจากทางสมาคมกีฬาคนพิการแห่งประเทศไทยแล้ว ผู้วิจัยได้ติดต่อกับผู้ให้ข้อมูลหลักโดยตรงสองรายเพื่อสร้างความสัมพันธ์ภาพที่ดี (rapport) และทำการสัมภาษณ์ด้วยแนวคำถามที่ได้พัฒนาขึ้นเองจากเอกสารและงานวิจัยที่มี จากนั้นได้นำข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ไปให้ผู้เชี่ยวชาญด้านการวิจัยตรวจสอบเพื่อแสดงความคิดเห็น และได้นำความคิดเห็นและข้อเสนอแนะที่ได้มาเป็นแนวทางในการสร้างแนวคำถามเพื่อการสัมภาษณ์ และนำแนวคำถามที่ปรับปรุงใหม่ซึ่งได้ผ่านการพิจารณาจากผู้เชี่ยวชาญการวิจัยเชิงคุณภาพและผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาเรียบร้อยแล้ว เพราะไปเก็บข้อมูลในช่วงที่นักกีฬาเก็บตัวเพื่อการฝึกซ้อม

โดยผู้วิจัยได้ติดต่อกับผู้ฝึกสอนของนักกีฬาแต่ละประเภทเพื่อขออนุญาตสัมภาษณ์และบันทึกภาพ การฝึกซ้อม หลังจากได้รับการอนุญาตจากผู้ฝึกสอนแล้วผู้วิจัยได้เข้าสู่สถานที่ทำการฝึกซ้อมของ นักกีฬาคนพิการ เพื่อสร้างความคุ้นเคยกับผู้ให้ข้อมูล และแจ้งวัตถุประสงค์เพื่อขออนุญาต สัมภาษณ์เชิงลึก ช่วงเวลาก่อนที่ผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาคนพิการจะมีความรู้สึกคุ้นเคย และ ว่างใจให้การสัมภาษณ์นั้น ผู้วิจัยได้สนทนากับผู้ฝึกสอนที่กำลังดูแลความเรียบร้อยในการ ฝึกซ้อม และสนทนากับผู้ให้ข้อมูลถึงเรื่องราวทั่วไปเพื่อรับรู้แนวทางในการสัมภาษณ์อย่าง เหมาะสม นอกจากนี้ผู้วิจัยได้สังเกตการณ์การฝึกซ้อม ประกอบไปกับการบันทึกข้อมูลภาคสนาม ด้วยการจดบันทึกและถ่ายภาพ ณ ช่วงที่อยู่ในพื้นที่ศึกษา ผู้วิจัยจะเดินทางไปมา ระหว่างสถานที่ ฝึกซ้อมของนักกีฬาแต่ละประเภทเพื่อสังเกตการณ์ ก่อนเริ่มการสัมภาษณ์ในสถานที่ฝึกซ้อมของ นักกีฬา

การสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 1 และรายที่ 2 ซึ่งเป็นนักกีฬาวีลแชร์ฟันดาบและนักกีฬา ยิงธนูหญิงนั้น มีขึ้นก่อนการเก็บตัวของนักกีฬา เพราะเป็นช่วงที่ผู้วิจัยใช้เวลาในการพัฒนาแนว คำถามร่วมไปด้วย คือ สัมภาษณ์และบันทึกข้อมูลจากนักกีฬาวีลแชร์ฟันดาบ วันที่ 26 เมษายน 2551 สัมภาษณ์นักกีฬายิงธนูหญิง วันที่ 24 พฤษภาคม 2551

จากนั้น ผู้วิจัยใช้เวลาระหว่างวันที่ 1-18 มิถุนายน 2551 อยู่ในสถานที่ฝึกซ้อมของ นักกีฬาด้วยการพูดคุยเรื่องทั่วไป ชื่อน้ำดื่มเลี้ยงนักกีฬา รับประทานอาหาร ถ่ายภาพกับนักกีฬา ตามสถานการณ์ที่อำนวย เมื่อผู้ให้ข้อมูลหลักซึ่งเป็นนักกีฬาคนพิการได้ทำการฝึกซ้อมตั้งแต่ช่วง เช้าถึงเที่ยง พักเที่ยงและฝึกซ้อมต่อตอนบ่ายโมงถึงสี่โมงเย็น ผู้วิจัยเดินทางกลับที่พักตนเองและ ทำการสังเกตการณ์อีกในวันถัดไปและผลัดเปลี่ยนเดินทางไปสถานที่ฝึกซ้อมของนักกีฬาประเภท ต่างๆ สลับกันไปตามความสะดวกเพื่อให้เกิดความคุ้นเคยกับสถานที่และบุคคล

ผู้วิจัยได้รับการอนุญาตให้สัมภาษณ์จากผู้ให้ข้อมูลที่เป็นักกีฬายิงธนูเพศชาย เมื่อ วันที่ 19 มิถุนายน 2551 และได้สัมภาษณ์โดยการบันทึกเสียงเสร็จภายในวันเดียว

จากนั้นได้รับอนุญาตให้ทำการสัมภาษณ์โดยบันทึกเสียงจากนักกีฬาวีลแชร์เทนนิส ระหว่างวันที่ 23-25 มิถุนายน 2551

และได้สัมภาษณ์นักกีฬาวีลแชร์เรสซิ่งระหว่างวันที่ 25-31 กรกฎาคม 2551

สัมภาษณ์และบันทึกเสียงนักกีฬายกน้ำหนักระหว่างวันที่ 30-31 กรกฎาคม 2551

การเข้าไปใช้เวลาในพื้นที่ศึกษาสนามกีฬาของ กกท.แห่งประเทศไทย และสนาม กีฬากระแสน้ำแคมป์ ระหว่างการสัมภาษณ์และสังเกตการณ์นั้นรวมระยะเวลาได้ 43 วัน

ระยะเวลาที่ผู้วิจัยเข้าไปอยู่ในพื้นที่ตั้งแต่วันเข้าสู่อพื้นที่ศึกษาในวันที่ 1 มิถุนายน 2551 จนกระทั่งถึงวันออกจากพื้นที่ศึกษาในวันที่ 31 กรกฎาคม 2551 ใช้เวลาในการเก็บข้อมูลทั้งสิ้น 60 วัน

2. วิธีการสัมภาษณ์

ในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยได้ใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก(In-depth interview) เป็นหลักในการสืบค้นหาข้อมูลเกี่ยวกับภาวะจิตใจมุ่งสู่ชัยชนะของนักกีฬาคนพิการ จากผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาคนพิการผู้ที่มีประสบการณ์ตรง ตามขั้นตอน ดังนี้

- 2.1 ผู้วิจัยแจ้งวัตถุประสงค์การสัมภาษณ์แก่ผู้ให้ข้อมูลหลัก
- 2.2 ผู้วิจัยบอกสิทธิของผู้ให้ข้อมูลและจรรยาบรรณของผู้วิจัย
- 2.3 ผู้วิจัยขออนุญาตเพื่อใช้เครื่องบันทึกเสียงในการสัมภาษณ์
- 2.4 ผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์

การสัมภาษณ์เกิดขึ้น ณ บริเวณใกล้สถานที่ฝึกซ้อมของนักกีฬาและที่พักของนักกีฬา ซึ่งขึ้นอยู่กับความสะดวกและความต้องการของนักกีฬาผู้ให้ข้อมูล ในการสัมภาษณ์นั้นผู้วิจัยได้ยึดถือตามแนวคำถามการสัมภาษณ์ (แสดงรายละเอียดในภาคผนวก ก) ที่เน้นความเป็นธรรมชาติของการสนทนา ผู้วิจัยจึงไม่ถือเอาการสัมภาษณ์ตามลำดับหัวข้ออย่างเคร่งครัด บางครั้งของการถามรายละเอียดผู้วิจัยอาจใช้ อวจนภาษา(non-verbal) ประกอบการสัมภาษณ์ เช่น การเงยเพื่อติดตาม การแสดงท่าทางสงสัยด้วยการทำคิ้วขมวด เป็นต้น ประการสำคัญคือผู้วิจัยพยายามไม่ให้เกิดการประเมินหรืออคติเกิดขึ้นจากตัวผู้วิจัยในการสัมภาษณ์ และเมื่อมีประเด็นที่น่าสนใจผู้วิจัยจะทำการถามเจาะลึกในรายละเอียดของประเด็นนั้นๆต่อไป ผู้ให้ข้อมูลบางรายเกิดความสะเทือนใจกับเรื่องราวในอดีต ณ ช่วงที่ผู้วิจัยทำการสัมภาษณ์ จึงมีการหยุดเว้นระยะเวลาการสัมภาษณ์เพื่อรอให้อารมณ์ของผู้ให้ข้อมูลกลับสู่ภาวะปกติ ผู้วิจัยช่วยผ่อนคลายด้วยการสะท้อนความรู้สึกอย่างจริงใจ เมื่อผู้วิจัยพิจารณาแล้วว่าไม่ใช่เป็นประเด็นปัญหาที่รุนแรงหรือไม่ใช่ประเด็นที่ค้างคาใจของผู้ให้ข้อมูล จึงได้ดำเนินการสัมภาษณ์ต่อไป การสัมภาษณ์แต่ละครั้งผู้วิจัยใช้เวลา 50 -150 นาที ผู้ให้ข้อมูลที่ถูกรับสัมภาษณ์และบันทึกเสียง 2 ครั้งคือผู้วิจัยรายแรกเนื่องจากการสัมภาษณ์ครั้งที่หนึ่งผู้วิจัยยังไม่อาจได้ข้อมูลที่ตรงประเด็นตามเรื่องที่ศึกษา เมื่อผู้วิจัยสามารถควบคุมประเด็นการสนทนาในการสัมภาษณ์ให้อยู่ในประเด็นที่ต้องการศึกษาได้ในการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลคนที่สองแล้ว ผู้ให้ข้อมูลรายที่เหลือจึงถูกสัมภาษณ์แบบบันทึกเสียงเพียงครั้งเดียว นอกจากนั้นจะเป็นการพูดคุยสัมภาษณ์อย่างไม่เป็นทางการเพื่อประกอบการพิจารณาในการวิเคราะห์ข้อมูล และเพื่อความเข้าใจพฤติกรรมการฝึกซ้อมของผู้ให้ข้อมูลในแต่ละประเภทกีฬา

2.5 ยุติการสัมภาษณ์

ผู้วิจัยได้ยุติการสัมภาษณ์ กล่าวขอบคุณผู้ให้ข้อมูล และขออนุญาตผู้ให้ข้อมูล เกี่ยวกับการสัมภาษณ์ครั้งต่อไปที่อาจจะมีขึ้นหลังจากวิเคราะห์ข้อมูล จากนั้นจะเป็นการสนทนา เรื่องทั่วไปตามความเหมาะสมเพื่อสร้างสัมพันธภาพและความรู้สึกที่ดีต่อกัน

3. การบันทึกข้อมูล

ผู้วิจัยใช้เครื่องบันทึกเสียง IC Recorder MP3 บันทึกเสียงในการสัมภาษณ์ จากนั้น นำไฟล์ (file) ข้อมูลที่ได้ถ่ายโอนเข้าเครื่องคอมพิวเตอร์เพื่อความปลอดภัยในการเก็บรักษาและ เพื่อความสะดวกในการฟังเพื่อทำการถอดความการสัมภาษณ์ออกมาเป็นบทสนทนาที่เป็นลายลักษณ์อักษร (transcripts)

4. การออกจากพื้นที่ศึกษา

ผู้วิจัยได้สังเกตการณ์ในภาคสนามและทำการบันทึกความทรงจำ โดยเขียน ประสพการณ์ตนเองลงกระดาษและใช้กล้องถ่ายรูปบันทึกภาพเหตุการณ์การฝึกซ้อม ผู้วิจัยทำการ เก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์และการบันทึกภาคสนาม ตั้งแต่เดือนมิถุนายน ถึงเดือนกรกฎาคม ปี พุทธศักราช 2551 เมื่อสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลรายที่ 7 จบลง ผู้วิจัยพบว่าไม่มีข้อมูลประเด็นใหม่หรือ แตกต่างเพิ่มเข้ามาอีก แต่ยังคงสัมภาษณ์ต่อไปอีก 2 กลุ่มนักกีฬา เพราะคาดว่าจะพบข้อมูล ประเด็นที่ใหม่หรือแตกต่าง อีกทั้งเพื่อให้มีความครอบคลุมกลุ่มประเภทกีฬาต่างๆให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้

ดังนั้น เมื่อผู้วิจัยได้ข้อมูลตามต้องการและเห็นว่าพฤติกรรมของผู้ถูกสังเกตนั้นมี พฤติกรรมเดิมๆ คือฝึกซ้อมตามตารางที่กำหนดตลอดช่วงระยะเวลาที่เก็บตัวก่อนการแข่งขัน อีกทั้งข้อจำกัดส่วนตัวด้านเวลาของผู้วิจัยเองนั้นไม่สามารถอยู่ในพื้นที่ศึกษาจนกระทั่งถึงวันแข่งขัน ของนักกีฬาได้ ผู้วิจัยจึงได้ตัดสินใจออกจากพื้นที่ศึกษา โดยการขออนุญาตการเก็บข้อมูลที่อาจจะ เกิดขึ้นในอนาคตจากนักกีฬาและผู้ฝึกสอน แล้วจึงกล่าวขอบคุณและอำลา ก่อนนำข้อมูลที่ได้ไป จัดระเบียบเพื่อทำการวิเคราะห์ต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลมี 7 ขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยทำการถอดความสัมภาษณ์จากเทปบันทึกการสัมภาษณ์แบบคำต่อคำ (verbatim) ออกมาเป็นบทสนทนาที่เป็นตัวอักษร (transcripts) แล้วจึงทำการตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลโดยเปรียบเทียบข้อมูลที่ได้ไปพร้อมกับการฟังเทปบันทึกการสัมภาษณ์ซ้ำ
2. ผู้วิจัยอ่านเนื้อหาบทสัมภาษณ์ทั้งหมดซ้ำหลาย ๆ รอบเพื่อให้เกิดความเข้าใจในภาพรวมเกี่ยวกับข้อมูล และพยายามสังเกตความหมายของบทสัมภาษณ์ รวมถึงการนำหลักฐานในบันทึกจากการสังเกตอย่างมีส่วนร่วมหรือข้อมูลบันทึกภาคสนาม มาใช้พิจารณาบริบทของเรื่องราวที่ผู้ให้ข้อมูลกล่าวถึง หรือปรากฏการณ์ที่เป็นประเด็นสำคัญ
3. พยายามดึงข้อความหรือประโยคที่มีความสำคัญออกมา ซึ่งในที่นี้คือ ความหมายและประสบการณ์ของภาวะจิตใจมุ่งชัชชนะ โดยแยกข้อความนั้นไว้ด้วยการใส่ดัชนีข้อมูลหรือรหัสข้อความ (coding)
4. จัดกลุ่มข้อความตามลักษณะที่มีความหมายในตนเองเดียวกัน หรือมีลักษณะคล้ายคลึงกันให้เป็นหมวดหมู่ (categories) จากนั้นจัดเป็นประเด็นย่อย (sub themes) และสรุปเป็นประเด็นหลักโดยที่รวบรวมประเด็นย่อยที่มีความเกี่ยวข้องสอดคล้องกันไว้ด้วยกันในประเด็นหลัก(Themes)นั้นๆ
5. อธิบายความหมายของประเด็นหลักที่ได้จากปรากฏการณ์ที่ศึกษาอย่างละเอียดครบถ้วนโดยพิจารณาความต่อเนื่องและกลมกลืนกับปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้นจริง จากข้อมูลการสัมภาษณ์และการบันทึกภาคสนาม
6. นำข้อมูลที่ได้ทั้งหมดมาสรุปเป็นโครงสร้างหลักของปรากฏการณ์ เพื่อนำเสนอผลการค้นพบโดยการเขียนที่มีลักษณะเน้นการพรรณนาปรากฏการณ์
7. ตรวจสอบความน่าเชื่อถือ(trust worthiness) โดยการนำผลการวิเคราะห์ข้อมูลไปตรวจสอบความตรงครั้งสุดท้ายกับผู้ให้ข้อมูล เพื่อรับฟังความเห็นสะท้อนต่อผลการวิเคราะห์ในที่นี้คือนักกีฬาฟันดาบหญิง และตรวจสอบความเหมาะสมถูกต้องโดยอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ทั้งสองท่าน ซึ่งเป็นผู้เชี่ยวชาญการศึกษาภาวะจิตใจจากคณะจิตวิทยาและผู้เชี่ยวชาญด้านการวิจัยเชิงคุณภาพจากคณะพยาบาลของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ก่อนสรุปเป็นผลการศึกษาเรื่อง ภาวะจิตใจมุ่งชัชชนะของนักกีฬาคนพิการ

การพิทักษ์สิทธิผู้เข้าร่วมวิจัย

1. ผู้วิจัยที่แจ้งวัตถุประสงค์และขออนุญาต ก่อนการสัมภาษณ์และการบันทึกเสียง
ทุกครั้ง
2. ไม่มีการระบุชื่อของผู้ให้ข้อมูล และมีการใช้รหัสแทนชื่อจริงเพื่อใช้ในการวิเคราะห์
ข้อมูล
3. ผู้ให้ข้อมูลมีสิทธิตอบรับหรือปฏิเสธ และสามารถถอนตัวออกจากการวิจัยได้ตาม
ความต้องการ
4. ผู้วิจัยทำการลบไฟล์ข้อมูลเสียงการสัมภาษณ์ทั้งหมด ออกจากเครื่องบันทึกเสียง
และเครื่องคอมพิวเตอร์ และทำลายเอกสาร(transcripts)ทั้งหมด ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล
หลังจากเสร็จสิ้นการวิจัย

ศูนย์วิทยทรัพยากร

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลจากการวิจัยเรื่อง “ภาวะจิตใจมุ่งชั้ยชนะของนักกีฬาคนพิการ” ซึ่งเก็บข้อมูลด้วยวิธีการสัมภาษณ์แบบเจาะลึก จากผู้ให้ข้อมูลจำนวน 13 ราย ณ สถานที่ฝึกซ้อมและที่พักของนักกีฬาคนพิการ เพื่อแสวงหาความจริงจากทัศนะ ความรู้สึก นึกคิดของนักกีฬาคนพิการที่มีประสบการณ์ตรงต่อการมุ่งสู่ชั้ยชนะในการแข่งขันกีฬา ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ สามารถวิเคราะห์ออกเป็น 3 ประเด็นหลัก ดังนี้

1. การให้ความหมายต่อชั้ยชนะ

1.1 นิยามของชั้ยชนะ

1.1.1 ชั้ยชนะ คือ สิ่งที่สวยงาม หอมหวาน และยิ่งใหญ่

1.1.2 ชั้ยชนะ คือ เป้าหมายที่นักกีฬาทุกคนต้องการ

1.1.3 ชั้ยชนะ คือ ความสำเร็จที่ได้มาโดยยาก

1.2 สิ่งที่ได้จากชั้ยชนะ

1.2.1 เกียรติยศ และความภาคภูมิใจ

1.2.2 เงินรางวัลเพื่อชีวิตที่ดีกว่า

1.2.3 การตอบแทนบุญคุณพ่อแม่

2. ภาวะจิตใจระหว่างการฝึกซ้อม

2.1 ภาวะจิตใจที่เป็นอุปสรรคต่อการฝึกซ้อม

2.1.1 ภาวะไร้สมาธิและความกดดันทางอารมณ์

2.1.2 ความรู้สึกกังวลด้วยเหตุผลที่หลากหลาย

2.1.3 ความเครียดเพราะข่าวสารและการปรับตัว

2.2 ภาวะจิตใจที่เอื้อต่อการฝึกซ้อม

2.2.1 สมาธิและการใช้ทักษะสงบจิตใจ

2.2.2 ความอดทนทั้งร่างกายและจิตใจ

2.2.3 ความพยายามอย่างแรงกล้า

2.2.4 ความรับผิดชอบในหน้าที่และวิธีที่ตนเลือก

2.2.5 การมีกำลังใจในการฝึกซ้อม

2.2.6 ใจที่พร้อมสู้

3. ภาวะจิตใจระหว่างการแข่งขัน

3.1 ภาวะจิตใจที่เป็นอุปสรรคต่อการได้ชัยชนะ

3.1.1 ความหวังที่กดดันภาวะจิตใจ

3.1.2 ความกลัวที่บั่นทอนจิตใจ

3.1.3 ความประมาทเพราะมั่นใจตนเองเกินไป

3.1.4 ความตื่นเต้นเมื่อเข้าสู่สนามแข่ง

3.2 ภาวะจิตใจที่เอื้อต่อการได้ชัยชนะ

3.2.1 การใช้สมาธิในการแข่งขัน

3.2.2 ความพยายามในสถานการณ์ที่เป็นรอง

3.2.3 กำลังใจในการแข่งขัน

3.2.4 การขจัดความกลัวและเร้าใจให้สู้

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

รายละเอียดการวิเคราะห์ข้อมูลใน 3 ประเด็นหลักและประเด็นย่อย ทั้งหมดที่ได้แสดงให้เห็นหัวข้อเพื่อสะดวกในการนำเสนอเบื้องต้นนั้น ผู้วิจัยจะนำเสนอรายละเอียด ตามประสบการณ์ที่ผู้ให้ข้อมูลหลักได้กล่าวไว้ โดยวิธีการเขียนที่เน้นลักษณะพรรณนา อันเป็นวิธีที่นักปรากฏการณ์วิทยาใช้เขียนนำเสนอผลการศึกษาเชิงปรากฏการณ์วิทยา ดังจะได้พรรณนา ต่อไปนี้

1. การให้ความหมายต่อชัยชนะ

การที่บุคคลผู้มีข้อจำกัดทางร่างกายที่ทำให้ไม่สะดวกเหมือนคนทั่วไป ต้องฝ่าฟันอุปสรรคมากมายเพื่อมุ่งกระทำสิ่งที่เป็นความใฝ่ฝัน คือการได้ชัยชนะในการแข่งขันกีฬาคนพิการให้ได้นั้น เพราะภาวะจิตใจของพวกเขามีการให้ความสำคัญกับชัยชนะเป็นพิเศษ จากการศึกษาโดยการสัมภาษณ์กลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลัก พบว่าความพิเศษนี้ส่วนหนึ่งมาจากการให้ความหมายต่อชัยชนะ ซึ่งเป็นสิ่งที่ปรากฏในภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะของนักกีฬาคนพิการ เป็นประเด็นหนึ่งที่สำคัญในคุณลักษณะภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะของนักกีฬาคนพิการ ดังจะนำมาอธิบายไว้เป็นประเด็นแรก ดังนี้

1.1 นิยามของชัยชนะ

นิยามของชัยชนะเป็นภาวะจิตใจที่เกิดจากการให้ความสำคัญหรือความสำคัญต่อชัยชนะ ในฐานะนักกีฬาคนพิการผู้ให้ข้อมูลหลัก ผู้ฝึกฝนตนเองเพื่อมุ่งเอาชนะ มองชัยชนะว่า เป็นความงดงาม ที่ทุกคนอยากได้ หากต้องการได้มากก็ต้องมีความมุ่งมั่น พยายาม และพวกเขาได้พรรณนาถึงชัยชนะเอาไว้ค่อนข้างน่าสนใจว่า ชัยชนะนั้นเป็นความสวยงาม ความหอมหวาน ความสุขที่ทุกคนอยากได้ หรือแม้แต่คำว่า ความยิ่งใหญ่ ก็ถูกนำมาใช้แทนความรู้สึกที่พวกตนมีต่อคำว่า ชัยชนะ จากการวิเคราะห์ข้อมูล นิยามของชัยชนะที่ปรากฏในภาวะจิตใจของผู้ให้ข้อมูล สามารถแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม คือ

1.1.1 ชัยชนะคือ สิ่งที่สวยงาม หอมหวาน และยิ่งใหญ่

นักกีฬาที่เคยได้รับเหรียญเงินในการแข่งขันระดับเฟสปีคส์เกมส์และแม้กระทั่งนักกีฬาทั้งหมดที่มีประสบการณ์ได้เหรียญทองระดับพาราลิมปิกเกมส์มาแล้ว ต่างมีมุมมองต่อชัยชนะอย่างไม่ได้มีความแตกต่างกันในแง่ความมีคุณค่าต่อจิตใจของพวกเขา เนื่องด้วยเหตุที่ชัยชนะเป็นเป้าหมายและความใฝ่ฝัน นักกีฬาคนพิการจึงกล่าวถึงชัยชนะว่า เป็นความสวยงาม ความงดงาม ซึ่งเป็นการบรรยายทัศนคติและความรู้สึกของพวกเขาที่มีต่อชัยชนะ

ดังกรณีที่ผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬายิงธนูชาย ที่กำลังซ้อมอย่างมุ่งมั่นหวังต่อชัยชนะจากการแข่งขันที่กำลังจะเกิดขึ้นในอีกไม่กี่วันข้างหน้า ได้มีความเห็นต่อชัยชนะ ว่า

“ชัยชนะ ผมว่า มันเป็นเรื่องที่สวยงามนะถ้าได้มาซักแมท จะพยายามนี้แหละ ทีมเราก็หวังว่าที่เงินเราน่าจะทำได้มากกว่านี้ เพราะว่าเราได้เคยเจอคู่แข่งมาแล้วที่เกาหลีเราเข้าไปชิงเหรียญทองแดงตอนนั้น ตอนนั้นก็แพ้เค้าแต่หนึ่ง ถ้าเกิดว่าได้เหรียญทองแดงนั้นมาก็ ผมว่าน่าจะได้ขึ้นนะ ผมว่ามันสวยงาม สวยงาม คำว่าชัยชนะนั้นสวยงาม” (ID5)

“มันเหมือนความหวังที่สวยหรู ถึงจะเป็นเหรียญเงินก็สวยหรู แมทอย่างเป็นทางการนี้ผม คือ ผมติดทีมชาติครั้งแรกไปรุ่นเลย พาราโอลิมปิกส์ ไม่ได้อะไรเลยนะ เมื่อสี่ปีที่แล้วแมทนั้นไม่ได้ ก็มาได้ที่มาเลเซีย แมทที่สองเฟสปีส์ต่อจากพาราโอลิมปิกส์ แล้วก็ได้ดีใจมากเลย” (ID5)

อีกกรณีนักกีฬาวิลแชร์เรสซึ่งคนหนึ่ง ได้กล่าวถึงความมีค่าและความยิ่งใหญ่ของชัยชนะ ออกมาด้วยความรู้สึกที่ปลาบปลื้มเมื่อนึกถึงครั้งที่เคยชนะ ว่า

“ชัยชนะ ผมมองว่า เป็นสิ่งที่ทุกคนอยากจะได้ และชัยชนะคือสิ่งที่หอมหวาน ใครๆ ก็อยากสัมผัสแล้วก็เป็นอะไรที่ยิ่งใหญ่” (ID8)

1.1.2 ชัยชนะ คือ เป้าหมายที่นักกีฬาทุกคนต้องการ

โดยทั่วไปแล้วเป็นที่ทราบกันดีว่า สิ่งตรงข้ามกับชัยชนะคือความพ่ายแพ้ ซึ่งเป็นความรู้สึกที่ไม่น่าปรารถนา นักกีฬาคนพิการเห็นว่าคนทุกคนไม่อยากจะพบกับความพ่ายแพ้ ความคิดนี้จึงกลายเป็นส่วนที่ส่งเสริมให้ คำว่า ชัยชนะ มีความหมายโดดเด่นเป็นสิ่งที่น่าปรารถนามากยิ่งขึ้น ไม่ว่าจะในฐานะนักกีฬาที่ต้องเข้าร่วมการแข่งขันหรือว่าในฐานะที่พวกเขาเป็นตัวแทนของบุคคลกลุ่มต่างๆชัยชนะในภาวะจิตใจของนักกีฬาคนพิการ คือเป้าหมายที่พวกเขาต้องคว้ามาให้ได้ เพราะว่ามันเป็นสิ่งที่ทุกคนต้องการ และไม่มีใครที่ต้องการประสบกับความพ่ายแพ้ ดังที่กรณีผู้ให้ข้อมูลผู้ซึ่งเคยมีประสบการณ์ผิดหวังเพราะไม่ได้รับชัยชนะตามที่ตนต้องการ ได้กล่าวว่า

“มองชัยชนะว่ามีความสุข พ่อแม่มีความสุข ความสุข ทุกอย่าง การที่เราชนะทุกอย่างมีความสุขหมดเลย อะไรก็เข้ามาหมด ชัยชนะคือความสุขจริงๆ พุดอะไรก็ได้ โอ้ยไม่อย่างไรก็ได้ คนแพ้พุดอะไรไม่ได้...จริง” (ID1)

“การที่ไม่ได้อะไรกลับไปเลยเวลากลับมานี้มันมีความแตกต่างนะ อย่างมาถึงนะเค้าจะไม่มีใครสนใจเลยนะคนที่ไม่ได้เหรียญ เค้าจะไปอะไรกับคนที่ได้เหรียญมากกว่า มันจะแบบต่างกันลิบลับเลยผลที่ตามมา” (ID2)

ผู้ให้ข้อมูลซึ่งนักกีฬาวิลแชร์เทนนิสได้ให้ทัศนะที่มีต่อชัยชนะ ซึ่งพอจะนำมาสนับสนุนความคิดว่า ชัยชนะเป็นความสุขและเป็นที่ต้องการของนักกีฬาคนพิการทุกคน ดังนี้

“ชัยชนะนี่มันก็ มันก็เป็นจุดมุ่งหมายของนักกีฬาทุกคน ชัยชนะนักกีฬาทุกคนเค้าก็ต้องแข่งขันเค้าก็ต้องหวังชนะทุกคน ไม่มีใครหรอกที่แข่งแล้วไม่หวังชนะ มีทุกคนนะครับ แต่ว่ามันจะทำได้มากน้อยแค่ไหน คำว่าชัยชนะ” (ID7)

ด้วยเหตุที่นักกีฬาคนพิการได้นิยามว่าชัยชนะคือเป้าหมายที่ทุกคนต้องการ กรณีของผู้ให้ข้อมูลที่เป็นนักกีฬาวีลแชร์เรสซิ่ง ผู้ซึ่งกำลังพยายามฝึกซ้อมด้วยความปรารถนาชัยชนะครั้งต่อไป โดยคิดว่า ผู้ที่ได้ครองตำแหน่งผู้ชนะเลิศ(champion)นั้นอาจจะถูกแย่งตำแหน่ง โดยนักกีฬาคนอื่นที่ปรารถนาตำแหน่งชัยชนะสูงสุดได้ เพราะว่าทุกคนอยากชนะ เมื่อถามว่าพวกเขาฝึกซ้อมให้เก่งไปทำไม เขาจึงได้ตอบ ว่า

“เก่งก็เพื่อ เก่งครั้งต่อไปเพื่อได้ชัยชนะอีก เพราะว่าทุกคนก็อยากชนะ ถ้าเกิดว่าเราได้ชัยชนะใหม่้ยครับ ทุกคนเค้าก็อยากมาชนะเราอยากมาล้มแชมป์” (ID8)

1.1.3 ชัยชนะ คือ ความสำเร็จที่ได้มาโดยยาก

นักกีฬาต้องทุ่มเทกายใจอย่างมหาศาล เพื่อผ่านความยากลำบากในการฝึกฝน แต่เมื่อผ่านคืนวันอันเหน็ดเหนื่อยเหล่านั้นได้ด้วยพลังกำลังของตนเองแล้ว นักกีฬาคนพิการจะรู้สึกปลื้มปิติ ชื่นชมและยินดีกับผลงานของตนเองที่สำเร็จได้ด้วยความมุ่งมั่นพยายาม ดังนั้น ผู้ให้ข้อมูลบางคนจึงมองชัยชนะ ว่าเป็นผลของความมุ่งมั่นและความพยายามซึ่งมีการเปรียบชัยชนะว่าเหมือนผลจากการสอบรายวิชาในชั้นเรียนว่าได้คะแนนเท่าไร ดังที่พวกเขาได้ให้ข้อมูลในการสัมภาษณ์ ว่า

“ความรู้สึกของชัยชนะก็อย่างว่า มันดี เหมือนกับรู้สึกแบบปลื้มที่เราได้แบบสามารถทำได้อะไรแบบนี้ เราแบบฝึกพยายามมาอย่างหนักแล้วมาทำได้ ก็รู้สึกปลื้มดีใจกับตัวเอง” (ID8)

“ชัยชนะมันเป็น มันเป็นผลจากความพยายาม ความมุ่งมั่นในการฝึกซ้อมของเรานะครับ มันเป็นตัววัดเหมือนกับว่า ทำข้อสอบแล้วได้คะแนนเท่าไร” (ID10)

เมื่อนักกีฬาคนพิการฝึกหนักมาแล้วได้ผลลัพธ์เป็นสิ่งที่น่าพึงพอใจกลับมา พวกเขาจะมองชัยชนะด้วยความรู้สึกที่ว่า สิ่งที่ตนเองได้มีความอดุสาหะอดทนทำมาและที่จะกระทำต่อไปนั้นไม่ทำให้พวกเขาเหนื่อยเปล่า ดังเช่นกรณีของผู้ให้ข้อมูลสองรายนี้กล่าว ไว้ว่า

“มันแบบรู้สึกว่ามันเป็นอะไรที่แบบว่า สุดยอด มันจะเรียกว่าไง ประสบความสำเร็จ กับสิ่งที่เราตั้งใจฝึกซ้อมมามันส่งผล”(ID11)

“เราภูมิใจที่เราอุตส่าห์ซ้อมมา ซ้อมมา เราเหนื่อยมา เราเจ็บมา เราเสียเวลากับมันมา มันก็รู้สึกภูมิใจว่าสิ่งที่เราลงทุนลงแรงไปมันได้มา มันก็รู้สึกดีค่ะ”(ID12)

จากข้อมูลตั้งที่ได้กล่าวมาแล้วนั้นได้แสดงให้เห็นถึงนิยามของชัยชนะ อันเป็นคุณลักษณะหนึ่งของภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะ ด้านการให้ความหมายต่อชัยชนะของนักกีฬาคนพิการนั้น นักกีฬาคนพิการผู้ซึ่งให้ข้อมูลมองชัยชนะว่า เป็นสิ่งที่สวยงาม หอมหวาน ยิ่งใหญ่ เป็นเป้าหมาย ความสุขสมหวังที่ทุกคนอยากได้ อยากสัมผัส และขณะเดียวกัน ชัยชนะ ในสายตาของนักกีฬาคนพิการก็เป็นสิ่งที่ได้มาด้วยความพยายามเป็นอย่างมาก ชัยชนะจึงเป็นสิ่งที่สำเร็จได้โดยยากด้วย

1.2 สิ่งที่ได้จากชัยชนะ

สิ่งที่ได้จากชัยชนะ หมายถึง สิ่งอันเป็นรูปธรรมและนามธรรมที่นักกีฬาคนพิการผู้ให้ข้อมูลหลักรับรู้ได้ หรือรู้สึกและคิดว่าตนเองได้จากชัยชนะ ในที่นี้ผู้ให้ข้อมูลหลักได้ให้ความหมายต่อสิ่งที่ได้รับจากชัยชนะที่ตนรับรู้จากประสบการณ์ตรงที่เคยได้ และความคาดหวังถึงสิ่งที่จะได้จากชัยชนะ จากข้อมูลให้ผู้ให้ข้อมูลหลักกล่าวถึงสิ่งที่ได้รับจากชัยชนะในการให้ความหมายต่อชัยชนะอันเป็นคุณลักษณะหนึ่งของภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะ สรุปได้ว่าประกอบด้วย 3 ประเด็นย่อยดังนี้

1.2.1 เกียรติยศ และความภาคภูมิใจ

เกียรติยศและความภาคภูมิใจเป็นสิ่งที่จะตามมาเมื่อได้ชัยชนะซึ่งมีทั้งความภาคภูมิใจ เมื่อได้ชัยชนะโดยตรงและภาคภูมิใจเมื่อนำเงินจากชัยชนะมาสร้างความภาคภูมิใจ อันดับแรกสุดคือ การยอมรับจากคนอื่น เมื่อได้รับชัยชนะนักกีฬาคนพิการรู้สึกภาคภูมิใจที่ได้แสดงความสามารถให้เป็นที่ประจักษ์แก่สายตาคนทั่วไป พวกเขา รู้สึกว่าเป็นเกียรติในฐานะตัวแทนของวงศ์ตระกูล รวมถึงภูมิใจที่ทำให้คนรอบข้างมีความสุขอันเนื่องมาจากชัยชนะของตน ดังกรณีผู้ให้ข้อมูลได้กล่าวว่า

“ภูมิใจใครๆ ก็ให้ ใครก็มารักเราหมดเลย” (ID1)

“พูดถึงมันก็ดี แบบว่าคนที่ไม่เคยคุยก็มาคุยกับเรา จากที่เคยว่าก็กลับมาชื่นชมอะไรอย่างนี้ มันก็ดีเหมือนกับว่า ฉันก็สามารถทำอะไรประสบความสำเร็จได้ มันก็กลายเป็นความภูมิใจของเรา” (ID2)

“พอเราประสบความสำเร็จในการแข่งขัน เราก็หนึ่งเลยมีชื่อเสียง เป็นที่รู้จักของหลายๆคน” (ID7)

“วงศ์ตระกูลก็ได้มีชื่อเสียงบ้างว่า เออลูกคนนี้ได้มาติดทีมชาตินะ คำก็มีแรงผลักดันให้ผมมาๆ มาเล่นเยอะนะ” (ID3)

หรืออย่างกรณีผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวิลแชร์เทนนิสคนหนึ่งซึ่งมีประสบการณ์รับรู้ความภาคภูมิใจของพ่อแม่ที่มีต่อตัวเขา แล้วได้สะท้อนกลับมาเป็นความภาคภูมิใจของตัวเอง ซึ่งเป็นเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นหลังจากที่เขาได้เอาชนะคู่แข่งเรื่อยมา จนกระทั่งได้เป็นนักกีฬาตัวแทนของประเทศ เขากล่าวว่า

“เรานานๆกลับไปต่างจังหวัดบางที่คำก็จะรู้ว่ารู้อะไรอย่างนี้ ก็จะมีจากแม่ แม่ก็จะเล่าให้คนโน้นฟังคนนี้ฟัง เราก็รู้ได้นะแม่เราก็ภูมิใจ ไม่งั้นก็คงไม่เล่าให้คนอื่นฟังหรอก ...อย่างพ่อแม่เขารับรู้เราเป็นอย่างนั้นแล้วผมก็ภูมิใจนะครับ ที่พอกับแม่ คือทำให้พอกับแม่ยิ้มได้ ทำให้พอกับแม่คุยกับคนอื่นได้ว่า นี่ลูกเรานะ” (ID6)

ผู้ที่เคยได้รับชัยชนะในต่างประเทศนั้น ไม่ว่าจะป็นรายการอะไรล้วนนำมาซึ่งความรู้สึกเป็นเกียรติและภาคภูมิใจเป็นอย่างมาก ในฐานะคนไทยคนหนึ่งที่ได้สร้างชื่อเสียงให้แก่ประเทศ ดังกรณีที่ผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวิลแชร์เทนนิสผู้ที่เคยมีประสบการณ์ได้รับความปีติ ดีใจ เพราะได้อัญเชิญสัญลักษณ์ของชาติตัวเองให้กลุ่มชนที่อยู่ต่างดินแดนได้รับรู้ว่า เขาเป็นนักกีฬาคนพิการชาวไทยที่ได้ชัยชนะในการแข่งขัน ซึ่งเขาเล่าให้ฟังว่า

“ไปต่างแดนนี้เค้าไม่ได้บอกว่ามาจากไหนเลย ถ้าเกิดว่าเป็นคนไทยแล้วเวลาใส่เสื้อไปรับถ้วยไปรับเหรียญใส่เสื้อไทยแลนด์ ไปเหมือนกันแล้วก็บอกว่าดีใจที่สามารถทำชื่อเสียงให้กับประเทศไทยได้เหมือนกันหมดทุกคน นั้นแค่นี้ไปส่วนตัวนะ แล้วถ้าไปในนามทีมชาติไม่ต้องพูดถึงหรอกแค่เห็นธงชาติขึ้นสู่ยอดเสาก็ขนลุกแล้ว หมายถึงว่าตื่นตื่นดีใจใจ ดีใจที่ว่าทำให้เพลงชาติไทยดังได้ในต่างประเทศมันมีความภาคภูมิใจมากนะตรงนี้ ถ้าใครไม่เจอกับตัวเองบอกไม่ถูกหรอกความรู้สึก แต่ถ้าได้เจอกับตัวเองมันสุดยอดสำหรับนักกีฬาที่ว่าเชิญขึ้นสู่ยอดเสาได้” (ID7)

กรณีของผู้ให้ข้อมูลคนอื่นก็ได้มีความแตกต่างไปจากผู้ให้ข้อมูลข้างต้น คือ เมื่อพูดถึงสิ่งที่ได้จากชัยชนะ ในฐานะตัวแทนของชาติแล้วเขารู้สึกเป็นเกียรติอย่างมากที่ได้แสดงความสามาถให้คนต่างชาติได้เห็นถึงศักยภาพนักกีฬาคนพิการไทย พวกเขาเห็นว่า การมีธงชาติไทยมาติดหน้าอกเสื้อคือความภาคภูมิใจในฐานะตัวแทน การได้ชัยชนะคือความสมบูรณ์แบบของนักกีฬาตัวแทนทีมชาติ ดังที่ปรากฏในข้อมูลว่า

“ผมก็ว่ามันเป็นเกียรติแหละครับที่ได้เป็นตัวแทนทีมชาติไทย ได้แสดงความสามาถคนพิการให้ต่างชาติเค้าเห็น ก็รู้สึกเป็นเกียรติครับ แล้วถ้าสามารถที่จะนำ

ธงชาติไทยขึ้นสู้อยอดเสาได้ ก็ ผมว่าเป็นอะไรที่สมบูรณแบบนะ ในการเป็นตัวแทนทีมชาติไทย” (ID10)

“คิดว่ามันเป็นความรู้สึกดีนะจุดแรกเลย มันมีธงชาติปักหน้าอกมันเป็นเหมือนตัวแทนของคนทั้งชาติ มันเป็นความรู้สึกที่ว่า โอ้ยถ้าเปรียบไปเหมือนนักบอออกศึกนะ ถึงว่าไม่เสียเลือดเสียเนื้อแต่ก็ได้ความภูมิใจ แล้วตอนนั้นก็ได้เหรียญเงิน” (ID13)

เกียรติยศและความภาคภูมิใจสำหรับนักกีฬาคนพิการบางคนยังหมายถึงการประกาศศักดิ์ศรีของคนพิการให้คนทั่วไปได้รับรู้ เพราะพวกเขาต้องการพิสูจน์ให้เห็นว่าคนพิการไม่ได้ด้อยหรือคนพิการไม่ได้ไร้ศักยภาพ เช่น กรณีของนักกีฬายิงธนูหญิงคนหนึ่งได้ทุ่มเทในการฝึกซ้อมและแข่งขันจนกระทั่งได้เหรียญเงินจากกีฬาพาราลิมปิกส์เกมส์มาไว้ครอบครองส่วนหนึ่งนั้นเพื่อบอกให้คนที่เคยดูถูกคนพิการได้รู้ว่า ถึงแม้ว่าร่างกายพิการแต่เธอก็ทำได้ ดังปรากฏในข้อมูลการสัมภาษณ์ว่า

“ก็ทำให้ยังงั้นละ ก็ทำให้อย่างบางคน คนอื่นอะไรที่เค้าชอบแบบ ‘อ้อย คนพิการเหรอ’ แถวบ้านนะ ‘อ้อยทำไมได้เหรอ’ เหมือนแบบคอยดูถูกว่าทำไมได้อะไรอย่างนี้ ‘เออ มันได้แค่ไปร่วมแข่งเหรียญมันก็ได้’ อะไรอย่างนี้ คือคนเค้าก็คอยดูถูก ก็นั่นแหละมันก็เหมือนกับสามารถบอกว่า ถึงฉันจะเป็นอย่างนี้ฉันก็ทำได้ ฉันทำได้นะ” (ID2)

หรืออีกกรณีหนึ่งของนักกีฬายกน้ำหนักชาย ชัยชนะสำหรับเขา ผู้ซึ่งมองตนเองว่าเป็นคนบ้านนอกแล้ว เป็นการประกาศให้คนสังคมเดิมที่ตนเคยอาศัยอยู่ได้รับรู้ว่า เขาสามารถยืนหยัดอยู่ได้ด้วยตนเอง ปราชณอย่างหนึ่งของเขาคือ “ออกมาจากบ้านแล้วต้องได้ดีกลับไป” ดังที่เขาได้ให้ข้อมูล ว่า

“เหรียญของผมเล่นเพื่ออะไร หนึ่งในผมอยากประกาศให้รู้ว่า คนพิการยังทำอะไรได้อีกเยอะ อันนี้พูดถึงว่าความรู้สึกของคนบ้านนอกนะ จากประมาณว่า ผมไม่เคยทำอะไรงั้นผมอยู่แต่บ้าน แต่พอผมออกมาตอนนั้นผมคิดว่า ถ้าผมไม่ได้ดีผมจะไม่กลับบ้านอะไรประมาณนั้นนะ...ผมก็คิดว่าผมออกมาแล้วผมไม่อยากจะกลับไปมือเปล่า ผมอยากประกาศให้คนที่บ้านรู้ว่า ผมออกมาแล้วผมต้องได้ดี” (ID13)

เดิมทีนั้นนักกีฬาบางคนมองว่า ตนเองเป็นแค่คนพิการซึ่งไร้ความสำคัญ แต่เมื่อได้ชัยชนะแล้วสิ่งที่ตามมาคือ ความสุขสบายของญาติพี่น้อง ดังนั้นการที่นักกีฬาคนพิการนำเงินที่ได้จากการแข่งขันมาช่วยเหลือเจือจุนญาติพี่น้องหรือบุคคลที่ตนรักให้มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น ทำให้เกิดความภาคภูมิใจ และการเห็นคุณค่าในตนเองแก่พวกเขาเป็นอย่างมาก เห็นได้จากการบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาฟันดาบหญิง ว่า

“จากตัวเองนะไม่ได้เรียนสูง...พอกลับกัน มีน้องสาว ในที่สุดสามารถทำให้น้องสาวจบปริญญาตรีได้...มีรายได้ส่วนหนึ่งให้พ่อ รายได้ส่วนหนึ่งให้แม่ ให้เค้าทำมาหาชีพ เหมือนได้เงินมาจากกรีซ แล้วก็ซื้อรถให้แม่ รถกระบะอะไรให้เค้าทำมาหาากินกัน ให้พ่ออย่างนี้ เหมือนกับประมาณว่า คนรอบข้างเค้าประสบความสำเร็จตามเราด้วย” (ID1)

อีกกรณีหนึ่งของผู้ให้ข้อมูลที่เป็นนักกีฬาวิลแชร์เรสซิ่ง เขาเป็นนักกีฬาคนหนึ่งที่ได้อำนาจสร้างตัวขึ้นมาได้ด้วยเงินรางวัลจากชัยชนะในการแข่งขันกีฬาคนพิการ ความภูมิใจอย่างหนึ่งที่กล่าวได้ว่าเป็นผลมาจากการได้ชัยชนะ คือ การได้ทำให้พ่อแม่พี่น้องของตนอยู่อย่างสุขสบาย ปัจจุบันนี้ เขารู้สึกภาคภูมิใจอย่างเหลือล้นจนยากจะอธิบายว่าภูมิใจแค่ไหน ที่ได้ทำในสิ่งที่คนปกติครบอายุ 32 บางคนยังทำไม่ได้ของเขา ดังที่ปรากฏในข้อมูล ว่า

“ไม่ใช่ว่าคนพิการคือแบบว่าเป็นภาระ แล้วก็คอยพึ่งพาอาศัยคนอื่น ตรงกันข้าม ผมยังได้เงินจากกีฬา มาสร้างบ้านใหม่ให้แม่ ส่งน้องสองคนเรียนจบ แล้วก็ทุกวันนี้ก็เอาพ่อแม่มาอยู่ด้วยกันที่พัทยา ผมทำอาชีพแท็กซี่ทำห้องเช่านะให้คนเช่า นั่นแหละเป็นอะไรหลายๆอย่างที่คนปกติครบ 32 ทำไม่ได้ ผมทำได้ คนอื่นอาจจะไม่รู้ว่ามีใจในตัวเองมากน้อยแค่ไหน แต่ผมบอกตัวเองเสมอว่า ทุกวันนี้ก็ว่ามันเหมือนกับถึงจุดสุดยอดของชีวิตแล้วครับ มันพร้อมทุกอย่างไม่ว่าจะพ่อแม่กินดีอยู่ดี น้องมีการงานทำ” (ID11)

1.2.2 เงินรางวัลเพื่อชีวิตที่ดีกว่า

หากว่านักกีฬาคนใดสามารถเอาชนะผู้เข้าร่วมการแข่งขันคนอื่นจนสามารถคว้าเหรียญรางวัลได้ตั้งแต่เหรียญทองแดงจนถึงเหรียญทอง เป็นที่แน่นอนว่า พวกเขาจะได้รับเงินรางวัลจากภาครัฐและเอกชนที่ให้ความสำคัญ ด้วยเงื่อนไขที่ว่านักกีฬาสามารถสร้างชื่อเสียงให้หน่วยงานที่ตนสังกัด จนถึงเงื่อนไขการสร้างชื่อเสียงให้ประเทศ นักกีฬาคนพิการจึงให้ความสำคัญต่อชัยชนะ เพราะส่วนหนึ่งของผลจากชัยชนะที่นักกีฬาคนพิการรับรู้ นั้นหมายถึง การได้รับเงินรางวัลอันจะทำให้สภาพความเป็นอยู่ของตนเองและครอบครัวดีขึ้นกว่าเดิม ดังที่ผู้ให้ข้อมูลหลักซึ่งเป็นนักกีฬายิงธนูชายซึ่งพวกเขาเคยมีฐานะที่ยากจน ได้กล่าวไว้ในการให้สัมภาษณ์ว่า

“ผมว่า นักกีฬาทุกคนที่มาเล่นนี่นะ ฐานะก็ไม่ใช่ว่า ดีอะไรนักหนา คือเค้าเล่นเค้าก็หวังเงินรางวัลอะไรพวกนี้ การดูแลจากภาครัฐอะไรพวกนี้ เงินเบี้ยเลี้ยงอะไรพวกนี้ คือ ผมคนหนึ่งแหละหวังเงินว่า ถ้าเกิดเราได้เหรียญได้อะไรมา ก็น่าจะเงินรางวัลมันน่าจะเยอะสักนิดหนึ่ง ผมว่า เงินเยอะสภาพจิตใจก็ดีขึ้นไปด้วยนะ ผมว่านะ” (ID5)

“บอกว่าบ้านผมลำบาก บ้านผมไม่มีอะไรเลยแบบ เมื่อก่อนเป็นกระต๊อบ หลัง เล็กๆ แล้วก็ บางมือไม่มีอะไรกินเหมือนกันนะ ชาวบ้าน เพื่อนบ้านเองตักกับข้าวมาให้ มี อะไรให้ ก็ O.K. ที่บ้านก็ดีนะ ไม่ใช่ชาวบ้านต่างหากก็ในญาติพี่น้องนั่นแหละ อยู่บ้าน ใกล้เคียง กันแค่ว่าตักแกงมาให้ตักข้าวมาให้ก็พอได้กิน แต่ที่ผมมานี้ก็คืออยากให้ที่บ้านอยาก ช่วยที่บ้านบ้างว่านั่นแหละ อยากช่วยที่บ้านบ้างก็คืออยากให้ชีวิตที่บ้านดีขึ้น” (ID3)

เช่นเดียวกับผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวิลแชร์เรสซิ่งคนหนึ่ง เขาได้เปิดเผยถึงความต้องการ เงินรางวัลจากการแข่งขันอย่างชัดเจนต่อความรู้สึกตนเอง พร้อมทั้งวิจารณ์เป้าหมายของตนและ เพื่อนนักกีฬาด้วยกัน ว่า

“ส่วนหนึ่งก็อยากประสบความสำเร็จอยากได้เงินรางวัลด้วย โหพี่ไม่มีใครหรอก นะ เชื่อได้เลยว่านักกีฬาทุกคนไม่มีใครแข่งไปอยากเอาแต่ชัยชนะ ส่วนหนึ่งนะ ดูแล้ว อยากได้แต่เงินรางวัลทั้งนั้น” (ID9)

ผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวิลแชร์เรสซิ่งอีกคนซึ่งเปรียบเทียบการเล่นกีฬากับเหมือนการทำงาน และสิ่งที่ได้จากงานคือเงิน ที่จะมาพลิกฐานะความเป็นอยู่ตนเองและครอบครัวให้ดีขึ้นได้ เขามี ความเห็นที่สอดคล้องกับผู้ให้ข้อมูลคนอื่น ในการให้ความหมายต่อชัยชนะ ด้านสิ่งที่จะได้รับจาก ชัยชนะว่า หมายถึงเงินรางวัลที่จะทำให้ชีวิตความเป็นอยู่ดีขึ้นกว่าที่เคยเป็นมา ดังที่เขาอธิบายให้ ฟังว่า

“การแข่งขันที่ประสบความสำเร็จได้ชัยชนะได้เหรียญรางวัล มันก็หมายถึงเงิน รางวัลที่เราจะได้รับด้วย ส่วนหนึ่งนั่นเป็นแรงผลักดันด้วยซึ่งมันสามารถที่จะพลิกชีวิต ความเป็นอยู่ของเราให้ดีขึ้นได้ ผมเปรียบเทียบการแข่งขันกีฬานี้เหมือนการทำงาน ก็คือ ทำงาน ดีเราก็ได้โบนัสให้มั๊ยครับ เราแข่งขันดีมีเหรียญรางวัลเราก็ได้เงินรางวัล ซึ่งผมเปรียบมัน เหมือนกันระหว่างกีฬากับการทำงาน” (ID10)

การมีธุรกิจเป็นของตัวเองเป็นสิ่งที่นักกีฬาคนพิการใฝ่ฝันเช่นเดียวกับนักลงทุนรุ่นใหม่ใน สังคมปัจจุบัน ซึ่งผู้ให้ข้อมูลบางคนหวังเงินรางวัลจากชัยชนะเพื่อนำมาก่อร่างสร้างตัวด้วยการ ลงทุนในธุรกิจบางอย่าง บางคนอาจได้เงินมาชำระหนี้สินของตนและครอบครัว หรือช่วยส่งเสียให้ บุคคลที่อยู่ทางบ้านมีความเป็นอยู่ที่ดีขึ้น ซึ่งสรุปแล้ว เงินรางวัลที่ได้จากการแข่งขันกีฬานั้น สามารถทำให้ชีวิตของครอบครัวคนพิการที่ผันตัวเองมาเป็นนักกีฬาได้มีชีวิตที่ดีขึ้นด้วยช่องทาง ต่างๆมากมาย ดังที่ผู้ให้ข้อมูลหลักได้กล่าวพรรณนาไว้ต่อไปนี้

ส่วนหนึ่ง ที่เรามาเป็นนักกีฬาทีมชาติเนี่ยะ หนึ่งรายได้เราก็มี บางที่เป็นก้อน มันมาเป็นก้อน หมายถึงว่าเราชนะมาเราได้เหรียญ รางวัลมันก็เป็นก้อน บางที่เราเอาส่วนนี้ไปตั้งตัวอย่างนี้ ไปทำกิจการส่วนตัว (ID7)

เมื่อก่อนนี้ไม่มีอะไรเลยว่างั้นเถอะ ไม่มีอะไรเลยตัวเปล่าๆ เดียวนี้สิคือได้จากค่าเหรียญนะ มีรถมีบ้าน มีที่(ดิน) (ID9)

ก็อยากมีธุรกิจส่วนตัว อยากให้ลูกเรียนสูงๆ แค่นี้แหละพี่ ประสบความสำเร็จทุกอย่างที่ทำก็อยากให้เป็น...ก็เพื่อครอบครัวพี่” (ID9)

ผู้ให้ข้อมูลหลายคนตระหนักดีว่าการแข่งขันที่จะทำให้ได้เงินมากๆสามารถทำได้เมื่อยามที่สังขารทางกายภาพยังเอื้ออำนวยอยู่เท่านั้น เพราะสภาพการเป็นอยู่ในชีวิตประจำวันของคนพิการนั้นไม่สะดวกเหมือนคนทั่วไป และเมื่อร่างกายของคนเข้าสู่วัยชราอาจทำให้เกิดความลำบากในเรื่องของการเป็นอยู่มากขึ้น ผู้ให้ข้อมูลหลักได้คำนึงถึงความแก่ชราที่จะเกิดกับตนเองในอนาคตอันเป็นสภาพที่ไม่มีใครหลีกเลี่ยงได้แน่นอน พวกเขาจึงให้ความสำคัญกับเงินรางวัลที่ได้ในฐานะเงินสำรองไว้เพื่อคุณภาพชีวิตที่ดีในช่วงชีวิตแห่งวัยชราด้วย กล่าวได้ว่า ชัยชนะสำหรับพวกเขาแล้ว คือ เงินรางวัลเพื่อชีวิตที่ดีในยามแก่เฒ่า ดังจะเห็นได้จากข้อมูลการสัมภาษณ์ต่อไปนี้

“ถ้าเราเกิดประสบความสำเร็จมาอย่างเฟสติกส์ได้แล้ว 2 แสน 3 แสน เป็นเงินก้อนแล้วก็สามารถเก็บสะสมไว้ได้ มันก็ถ้าเกิดแก่ไปไม่มีอะไรทำเราก็เออเอาเงินก้อนนั้นไปทำทุนหรือ ไปเปิดร้านหรืออะไรซักอย่างหนึ่ง มันก็มีรายได้เพิ่มขึ้นเข้ามา แล้วพี่ก็วางแผนไว้แล้วว่า คือช่วงนี้พี่ มีช่วงที่เล่นพารามาที่ซื้อที่ดินไว้ อยู่ที่พิษณุโลก ถ้าเกิดว่าอย่างเราแก่ไป มันเป็นที่ติดถนน ถ้าเกิดเราแก่ตัวไปเราสามารถไปเปิดร้านมินิมาร์ท หรือไปเปิดร้านขายของอะไรก็ได้ ติดถนนแล้วก็สามารถจะไปขายของตรงนั้นได้ ก็อยู่อย่างสบาย” (ID2)

“ตอนนี้ก็อาจจะมาถึงครึ่งทางแล้วมั้งครับ อายุก็เยอะขึ้น เล่นได้อีกก็ปีไม่รู้ แต่ก็มีความสุขดี ตอนนี้ได้เงินก้อนหนึ่งจากการแข่งครั้งที่แล้ว ก็มาผ่อนบ้าน ก็ผ่อนบ้าน ก็คงสบายขึ้นอีกเยอะ คงไม่ต้องดิ้นรนมาก”(ID6)

“ผมมองว่า ที่เราได้มาตอนนั้นมันเป็นเงินเพื่อจะซื้อในสิ่งที่เราอยากมีอย่างนี้แหละครับ แต่ถ้าไปคราวนี้ สมมุติถ้าเราได้มา มันก็สำหรับที่เราจะเก็บไว้ในยามที่เราไม่สามารถจะเล่นได้แล้ว คิดว่ามันเป็นเงินทุนหรือหลักทรัพย์ ที่เราใช้ในยามแก่เฒ่า” (ID10)

1.2.3 การตอบแทนบุญคุณพ่อแม่

การตอบแทนบุญคุณพ่อแม่เป็นการกระทำหนึ่งที่เกิดขึ้นได้เนื่องมาจากชัยชนะในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬา เป็นสิ่งที่นักกีฬาคนพิการเห็นว่าเป็นผลมาจากการได้รับชัยชนะ เป็นการให้ความหมายต่อชัยชนะของพวกเขา เพราะชีวิตที่ดีของพ่อแม่เป็นความต้องการของลูกๆ ในเกือบทุกครอบครัว การนำเงินรางวัลที่ได้จากชัยชนะมาเลี้ยงดูพ่อแม่ นั้น น่าจะเป็นสิ่งที่นักกีฬาคนพิการทุกคนได้ให้ความสำคัญ และอาจเป็นเรื่องที่รู้กันว่าลูกทุกคนต้องกระทำ เมื่อนักกีฬาคนพิการที่รับรู้ว่าคุณพ่อคุณแม่ของตนยังมีความเป็นอยู่ที่ลำบาก พวกเขาให้ความสำคัญกับการทดแทนคุณเป็นพิเศษ ดังนั้น สิ่งหนึ่งในประเด็นที่หลากหลายจากการศึกษาภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะ กล่าวได้ว่าสิ่งที่ได้จากชัยชนะของพวกเขา หมายถึง การตอบแทนบุญคุณพ่อแม่ เช่น การที่ผู้ให้ข้อมูลกล่าวถึงความสำคัญของชัยชนะบางแง่มุมไว้ว่า

“ก็คิดว่าทำเพื่อพ่อ เพราะว่าที่บ้านเค้าสร้างบ้านไว้แต่แต่ก็ยังไม่เสร็จ แต่ก็คือก่อนหน้านั้นนะ พ่อก็อยากจะทำบ้านให้เสร็จ ก็หาเงินก็ เก็บหอมรอมริบไว้อยู่ แต่ก็พอคิดถึงตรงนี้ เราก็ถ้าเกิดเราได้ตรงนี้ เราก็จะมีเงินให้พ่อเราไปสร้างบ้านได้ ยังไงก็ตอบแทนพ่อได้ มันก็เลยกลายเป็น จุดมุ่งหมายของเรา ว่าเราต้องทำให้ได้” (ID2)

สำหรับนักกีฬายิงธนูชายผู้ซึ่งเคยเป็นคนที่ประมาทต่อชีวิต โดยการใช้ชีวิตวัยหนุ่มอย่างฟุ่มเฟือยไปกับสุราและนารี มาถึงวันนี้เมื่อเขามีสติจนคิดกลับใจได้แล้ว พ่อแม่ของตนกลายเป็นบุคคลสำคัญที่สุด เขาต้องการทำทุกอย่างเพื่อให้พ่อแม่มีความสุข ก่อนการทำเพื่อความสุขของตนเอง ซึ่งเขาได้บอกกับผู้วิจัย ว่า

“พ่อแม่แก่แล้ว เรามีอะไรก็อยากจะทำกับแม่ก่อน ผมคิดอย่างนี้แหละ จริงๆ พ่อแม่พอเห็นเราประสบความสำเร็จก็มีความสุขนะ แต่ในความเป็นอยู่เรื่องปากท้องนะ สุขใจก็จริง แต่ที่ว่าถ้าปากท้องมันลำบาก มันก็...ถ้าเค้าทนนะพ่อแม่ทนได้ แต่เราต้องมองกลับไปเอง ยังไงเราต้องมองดู...เรารู้สึกว่าพ่อแม่ของเรามีอะไรมันไม่มีอะไรมัน” (ID5)

กรณีของผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬายกน้ำหนักชายก็มีความประสงค์หลักไม่ได้แตกต่างไปจากผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬายิงธนูชายมากนัก นั่นคือสำหรับเขาแล้วความหมายหรือความสำคัญของชัยชนะอยู่ที่การได้ทำเพื่อตอบแทนบุญคุณพ่อแม่ ดังที่ปรากฏในข้อมูลจากการสัมภาษณ์ ว่า

“จะเรียกว่าตอบแทนบุญคุณพ่อแม่ก็ได้ ถ้าเรียกให้หยาบๆ หน่อย อันนั้นคือเป้าหมายหลักเลยสำหรับผม ผมไม่ค่อยคิดถึงความหิวหว่าเท่าไรหรอก ว่าผมได้

เหรียญมาผมจะมีนั่นมีนี่ ผมแค่คิดว่าผมได้เหรียญมา ผมได้ค่าตอบแทนปั๊บ ผมสามารถที่จะให้พ่อ ให้แม่ได้” (ID13)

สรุป จากการวิเคราะห์ข้อมูลนักกีฬาคนพิการได้ให้ความหมายต่อชัยชนะไว้ในสองประเด็น คือ

1. **นิยามของชัยชนะ** เป็นการใช้ถ้อยคำหรือสำนวนที่เปรียบเปรยอันเกิดจากความรู้สึกนึกคิดต่อประสบการณ์และความคาดหวังต่อชัยชนะ นิยามของชัยชนะจากผลการวิเคราะห์ข้อมูลครั้งนี้หมายถึง สิ่งที่สวยงาม หอมหวาน ยิ่งใหญ่ เป็นเป้าหมายที่นักกีฬาทุกคนอยากได้ และเป็นสิ่งที่ได้มาโดยยาก

2. **สิ่งที่ได้จากชัยชนะ** คือ สิ่งที่นักกีฬาคนพิการคิดว่าได้หรือจะได้จากชัยชนะ จากการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้ให้ข้อมูลหลักกล่าวถึงสิ่งที่ได้จากชัยชนะ คือ เกียรติยศอันนำมาซึ่งความภูมิใจ เงินรางวัลอันนำมาซึ่งความเป็นอยู่ที่ดี และการใช้เงินรางวัลเพื่อตอบแทนบุญคุณพ่อแม่

2. ภาวะจิตใจระหว่างการฝึกซ้อม

ภาวะจิตใจระหว่างการฝึกซ้อมของนักกีฬาคนพิการ หมายถึงสภาวะทางจิตซึ่งประกอบด้วยอารมณ์และความคิด หรือประสบการณ์ทางจิตใจที่นักกีฬาคนพิการผู้กำลังเก็บตัวฝึกซ้อมเพื่อแข่งขันเพื่อให้ได้มาซึ่งชัยชนะได้เปิดเผย หรือได้กล่าวถึงเพื่อให้ข้อมูลในการสัมภาษณ์แบบเจาะลึกในการวิจัยครั้งนี้ ข้อมูลที่ได้สามารถแบ่งตามคุณภาพของสภาวะจิตใจ ออกเป็น 2 กลุ่มประเด็นย่อย ดังนี้

2.1 ภาวะจิตใจที่เป็นอุปสรรคต่อการฝึกซ้อม

การพัฒนาศักยภาพตนเองสู่ความเป็นเลิศหรือเพื่อเอาชนะคู่แข่งคนอื่นนั้น นักกีฬาต้องทุ่มเททั้งร่างกายและจิตใจอย่างไม่ยิ่งหย่อนกว่ากัน ภาวะจิตใจที่ไม่เอื้อ หรือเป็นอุปสรรคต่อการฝึกซ้อมของนักกีฬาคนพิการ จึงได้แก่

2.1.1 ภาวะไร้สมาธิและความกดดันทางอารมณ์

ความรู้สึกกดดันเป็นความรู้สึกของนักกีฬาที่ต้องการฝึกหรือควบคุมร่างกายและจิตใจให้ได้ตรงตามเป้าหมายของการฝึกซ้อมที่ตนเองหรือผู้ฝึกสอนกำหนดเอาไว้ เพื่อให้มีความสามารถมากกว่าคู่แข่งซึ่งเป็นการฝึกเพื่อให้เกิดลักษณะของนักกีฬาชั้นเลิศ เมื่อนักกีฬาไร้สมาธิหรือฝึกซ้อม

ไม่ได้ผลตั้งใจ การกดดันตนเองระหว่างการฝึกซ้อมของพวกเขาจะทำให้เกิดความรู้สึกขุ่นมัว ไม่พอใจ หรือเกิดความหงุดหงิดเพราะทำไม่ได้ตั้งใจต้องการ

กีฬายิงธนูเป็นกีฬาที่เน้นความแม่นยำและความนิ่งสงบมาก นักกีฬายิงธนูต้องฝึกเพื่อให้ร่างกายและจิตใจประสานเป็นหนึ่งเดียว ขณะที่ยิงธนูจิตใจต้องไม่วอกแวกด้วยความรู้สึกอยากหรือต้องยิงโดยไม่มีความคิดฟุ้งซ่านใดๆ กลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลักกล่าวถึงการทำเช่นนั้นว่าเป็นการเอาชนะใจตัวเอง แต่นักกีฬามักประสบกับปัญหาการถูกรบกวนด้วยความรู้สึกและความคิดที่เกิดขึ้นระหว่างการยิงธนู เพราะความกดดันจิตใจว่าต้องยิงได้คะแนนดีเพื่อชัยชนะในการแข่งขัน ซึ่งเมื่อใดที่นักกีฬาไร้สมาธิ เขาจะประสบกับความหงุดหงิดใจ จนบางครั้งนักกีฬาผู้ให้ข้อมูลบางคนถึงกับด่าตัวเอง เพื่อระบายอารมณ์ ดังที่ปรากฏในข้อมูล ว่า

“บางทีผมก็หลงระเริงอยู่กับเป้า ผมอยากยิงได้เข้าเหลืองทุกลูก ซึ่งนักกีฬาทุกคนคิดแบบนี้เลย นักกีฬาทุกคนคิดแบบนี้ ถ้าใครก็ได้ ลู่นอยู่ที่เป้าเหลือง ตรงกลางนั้นแหละ อยากได้ตรงกลางเพราะตรงกลางมันเต็มเยอะสุด บางทีผมก็ลืมหืมตัวเองว่าตัวเองต้องดึงนะ บางทีก็ดึงธนูมันมีเสียงคลิกเกอร์พอดังคลิก คนเรามันต้องปล่อยใช้มัย แต่แทนที่จะปล่อย ก็เหมือนกับการตบมือตอนนั่งสมาธิ พอเราจะปล่อยเราตกใจงวาว ไปไหนก็ไม่รู้ธนู บางทีก็นั่งแหละไปอยู่แต่มน้อยๆ หนึ่ง สอง สาม โน้นแหละ แทนที่จะได้สิบแต้ม”(ID3)

“เหมือนมันไม่นิ่ง มันบอกไม่ถูก บอกยังงี้ดี คือชนะใจตัวเองแบบแรกตอนยิงต้องสามารถส่งลูกได้ว่าลูกต้องเข้านี่นะ บางทีพอหลุดไกลนะเริ่มหงุดหงิด” (ID4)

“เราก็หงุดหงิดกับตัวเอง อ้อทำไม บางทีผมด่าตัวเองเลยนะ ยิงหลุดออกไปนะ อ้อหือไถนาเลย บางทีก็ถามโค้ช ผมจะด่าตัวเองว่าอะไรดี โค้ชจัดหามา คว้าอะไรอย่างนี้ บางทีผมด่าตัวเอง มันหงุดหงิด หงุดหงิดกับตัวเองนี่แหละ ว่าทำไมมันเป็นอย่างนี้” (ID5)

อีกกรณีของผู้ให้ข้อมูลหลักซึ่งเป็นนักกีฬาวีลแชร์เทนนิสมีความรู้สึกกดดันเพราะว่ายังใช้เวลาในการพัฒนาศักยภาพตนเองได้ไม่เพียงพอที่จะเข้าแข่งในรายการแข่งขันที่ใหญ่มากที่สุดในชีวิตเขา เขาได้บอกว่า

“อันนี้คือพาราโอลิมปิกส์ แมทใหญ่ก็กดดันอยู่เหมือนกันครับ หมายถึงว่าการฝึกซ้อมของเรานี้มันน้อยมากครับเทียบกับฝีมือที่เราต้องไปเจอระดับโลกเพราะเค้าฝึกซ้อมแข่งขันอยู่ตลอดปี” (ID6)

ส่วนนักกีฬาวิลแชร์เรซซิ่งนั้นระดับความสามารถในการแข่งขันจะถูกวัดด้วยระดับความเร็วที่ใช้ในการเข้าสู่เส้นชัย พวกเขาจึงต้องฝึกฝนตนเองเพื่อปั่นรถวิลแชร์ให้เข้าสู่เส้นชัยด้วยการใช้เวลาให้น้อยที่สุด เวลาที่เข้าสู่เส้นชัยเป็นสิ่งที่ทำให้นักแข่งอย่างพวกเขาคาดคะเน หรือประมาณตนเองได้ว่า มีความสามารถมากพอที่จะเข้าเส้นชัยได้ก่อนคู่แข่ง ซึ่งแก่นักกีฬาคนพิการที่มีศักยภาพใกล้เคียงกันที่เดินทางมาจากทั่วสารทิศ การฝึกเพื่อเพิ่มความเร็วสร้างความรู้สึกกดดันให้แก่นักกีฬาวิลแชร์เรซซิ่งเหล่านี้ในขณะฝึกซ้อมได้เช่นกัน

ดังกรณีของผู้ให้ข้อมูลรายหนึ่งเคยมีประสบการณ์ฝึกฝนด้วยความกดดันทางใจจนทำให้เกิดความหงุดหงิดใจเมื่อทำไม่ได้ตามต้องการ นอกจากนี้ยังอาจส่งผลต่อร่างกายที่เกิดจากซ้อมมากเกินไป ดังที่เขาให้ข้อมูลไว้ว่า

“อาจจะเป็นเรื่องเกี่ยวกับความกดดันตัวเอง คือทางด้านจิตใจตัวเองอย่างนี้คืออยากจะได้จุดสูงสุด แต่ว่าทำไม่ได้ อันนี้เป็นส่วนหนึ่งคิดแล้วทำให้แบบ เหมือนทำไม่ได้แล้วหงุดหงิด มันไม่ใช่! อะไรอย่างนี้”

“บางทีก็ท้อนะ ซ้อมหนักเสร็จอ้วกนะ ซ้อมเคยอ้วกไปอย่างนี้ มี บางทีก็โหยแบบ ยังไง กดดันด้วยแหละ ซ้อมไม่ได้ตั้งใจ” (ID9)

2.1.2 ความรู้สึกกังวลด้วยเหตุที่หลากหลาย

ความกังวลในขณะฝึกซ้อมที่เกิดขึ้นกับนักกีฬาคนพิการเกิดจากคิดถึงการแข่งขันที่จะเกิดขึ้นในอนาคต เพราะว่าเป้าหมายหลักของนักกีฬาคือชัยชนะในการแข่งขัน สิ่งที่พวกเขาารู้สึกกังวลจึงเป็นเรื่องความพร้อมต่อการแข่งขัน ความกังวลถึงฝีมือคู่แข่งที่ตนคิดว่าน่าจะมีพัฒนาการมากขึ้นกว่าเดิม ตลอดจนความกังวลเกี่ยวกับอุปสรรคด้านสภาพแวดล้อมที่จะเกิดขึ้นในการแข่งขัน ดังที่ปรากฏในข้อมูล ดังนี้

1) ความกังวลเกี่ยวกับความพร้อม

ความกังวลที่เกิดขึ้นกับนักกีฬามักจะเป็นเรื่องร่างกายและอุปกรณ์ หากว่าเวลาซ้อมมีน้อย นักกีฬาคนพิการจะกังวลว่า เวลาที่เก็บตัวฝึกซ้อมพัฒนาศักยภาพในการแข่งมีน้อยเกินไปไม่เพียงพอที่จะเอาชนะคู่แข่ง

ดังกรณีผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวิลแชร์เทนนิสกังวลว่า ระยะเวลาที่เก็บตัวเพื่อซ้อมของตนว่าน้อยเกินไปนั้นไม่เพียงพอที่จะทำให้ชนะคู่แข่งที่มีประสบการณ์และเวลาการฝึกซ้อมที่มากกว่าพวกตน โดยเฉพาะการแข่งขันที่สำคัญที่จะเกิดขึ้นยิ่งนำมาซึ่งความกังวลใจ เขากล่าวไว้ว่า

“เดี๋ยวนี้ต้องบอกว่าไม่หวังเลยเพราะว่ามันการฝึกซ้อมแค่สองเดือนกว่าๆไม่ถึงสามเดือนด้วยซ้ำสำหรับผม เพราะว่าผมไปชิงแชมป์โลกมาก็สิบกว่าวัน ก็หายไปเลยจริงๆเค้าเก็บตัวสามเดือน ก็เหลือประมาณสองเดือนครึ่ง” (ID6)

“โซนนี้มันจะเราเคยแข่งกันอยู่บ่อยๆนะ ก็เลยค่อนข้างมั่นใจ รู้เค้ารู้เราอะไรประมาณนั้นครับ รู้ว่าใครเล่นยังไง แต่ตอนนี้เป็นระดับโลกแล้ว พาราลิมปิกส์นี้เราไม่ค่อยได้แข่งเลยไม่รู้ว่าใครเป็นอย่างไร แล้วก็เที่ยวบินชั่วโมงบินของเราสู้เค้าไม่ได้ตรงนี้ แข่งปีหนึ่ง ครั้งสองครั้ง” (ID6)

กรณีของผู้ให้ข้อมูลที่เป็นนักกีฬาวีลแชร์เรซซิ่ง มีความกังวลเรื่องระยะเวลาฝึกซ้อมที่มีน้อยไม่เพียงพอต่อการพัฒนาตนเองให้ร่างกายมีสภาพดีเยี่ยม จนสามารถเอาชนะคู่แข่งฝ่ายตรงข้ามที่มีการพัฒนาฝีมืออย่างต่อเนื่อง นอกจากนี้หากเร่งร้อนฝึกฝนเกินไปอาจก่อให้เกิดการบาดเจ็บแก่ตนเองได้ ดังที่พวกเขาได้บอก ว่า

“อย่างผมเองก็มีงานประจำ มันจะให้ซ้อมเต็มที่เหมือนกับช่วงเก็บตัวมันไม่ได้ เพราะว่าแปดโมงเช้าทำงานถึงห้าโมงเย็น แล้วเวลาซ้อมตั้งแต่ตี 5 ถึง 7 โมงแล้วก็ 6 โมงถึง หุ่่ม สองหุ่่มแล้วแต่ คือเพียงพอแต่การรักษาสภาพไม่ให้มันทรุดกว่าเดิมแต่จะให้ดีคงยาก” (ID11)

“ตอนนั้นแตกต่างกันมากพี กับตอนนี้ สมมุติเก็บตัว 3 เดือนเองมีเวลาเก็บตัวแค่ 3 เดือน จริงๆที่ผมไปซิดนีย์นะผมเก็บตัวตั้ง 7 เดือน ความเตรียมตัวอะไรนี้ห้อยแล้วเรามาเร่งอย่างนี้ เร่งแล้วคืออาจจะทำให้เราบาดเจ็บได้” (ID9)

หากว่านักกีฬารู้ว่าประสิทธิภาพของอุปกรณ์ที่ตนใช้ในการแข่งขันของตนมีไม่เท่ากับคู่แข่งซึ่งมีคุณภาพหรือเป็นอุปกรณ์ที่เหนืออำนาจในการแข่งมากกว่าของตนเอง ความพร้อมด้านอุปกรณ์การแข่งขันก็จะสร้างความกังวลใจให้กับนักกีฬาผู้ให้ข้อมูลได้เช่นกัน ดังกรณีของผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวีลแชร์เทนนิสซึ่งรู้สึกกังวลเกี่ยวกับประสิทธิภาพรถวีลแชร์ของตน ที่ล่าหลังถึงยี่สิบปีเมื่อเทียบกับคู่แข่งชั้นประเทศอื่น เขาบอก ว่า

“วีลแชร์ รถวีลแชร์รถเข็นนะ เป็นสิ่งสำคัญที่สุด รถแข่งเหมือน เหมือนที่ผมใช้อยู่ น้ำมันล่าหลังมาเป็นสิบปียี่สิบปี รถที่ใช้แข่งก็เลยไม่รู้ว่าจะไปได้นานซักแค่ไหน บอกว่าให้ไปซื้อรถใหม่ก็คันละประมาณแสนกว่าถึงสองแสน” (ID7)

2) ความกังวลเพราะข่าวของคู่แข่ง

นอกจากระยะเวลาที่เหลือให้นักกีฬาฝึกฝนตนเองเหลือก่อนแข่งเหลือน้อยแล้ว นักกีฬาคนพิการยังได้มีความกังวลเกี่ยวกับฝีมือคู่แข่งอีก ว่าดีเกินกว่าที่ตนจะเอาชนะได้ทำให้เกิดความกังวลใจเกี่ยวกับความสามารถคู่แข่งได้ ดังกรณีของนักวีลแชร์เรซซิ่งคนหนึ่งรู้สึกกังวลว่าตัวเขาเองอาจจะไม่มีโอกาสชนะในการแข่ง เนื่องจากขณะที่ทำการฝึกซ้อมอยู่เขาได้รับข่าวสารเกี่ยวกับคู่แข่งที่ทำเวลาได้มากกว่าที่ตนทำได้ เขาบอกว่า

“คือข้อมูลข่าวสารมันนะทุกวันนี้อย่างว่า คือบางครั้งเราไม่ได้ไปดูอินเตอร์เน็ตหรือเพื่อนไปดูแล้วเพื่อนมาพูด มันก็รู้สึกว่ตอนนี้เราแค่นี้แล้วมันอยู่ระดับนั้นแล้วหรือจะทันสมัยนี้ ก็กังวล ก็ยอมรับว่ากังวล ว่าทำไมมันดีได้ขนาดนั้น เราว่าตอนนี้เราดีแล้วมันดีกว่าเราอีก แล้วเราจะอยู่ตรงไหนของเกมส์” (ID11)

3) ความกังวลเกี่ยวกับสภาพอากาศ

กรณีของผู้ให้ข้อมูลบางคนมีความหวังว่าให้ช่วงที่แข่งขันจริงนั้น ตนเองจะสามารถทำได้เหมือนที่เคยฝึกซ้อม แต่สิ่งที่ทำให้เขาเป็นนักกีฬายกน้ำหนักหญิงกังวล คือสภาพอากาศที่ไม่เหมาะสมกับสุขภาพตนเองที่อาจจะส่งผลให้เขาทำได้ไม่ดีเหมือนที่ฝึกซ้อม ดังที่เขาได้กล่าวว่า

“ตอนนี้ซ้อมดีแต่ก็หวังว่าเวลาขึ้นเวทีจริงๆก็อยากให้ได้เหมือนที่ซ้อมอย่างนี้แหละค่ะ เพราะว่าเราไม่รู้ว่อากาศที่โน้นจะเป็นอย่างไร เพราะเป็นคนที่ไม่ชอบอากาศหนาวกลัวว่เราไปเจออากาศหนาวจะเป็นไข้อะไรขึ้นมาแล้วจะไม่ซ้อมดีเหมือนที่นี้อะไรอย่างนี้ค่ะ ก็กังวลนิดหน่อย” (ID12)

2.1.3 ความเครียดเพราะข่าวสารและการปรับตัว

ความเครียดในระหว่างการฝึกซ้อมมีลักษณะใกล้เคียงกับความกดดันและความวิตกกังวล เพราะความเครียดเป็นผลสืบเนื่องมาจากความกดดันและความกังวล ซึ่งความเครียดในการฝึกซ้อมอาจเกิดขึ้นเมื่อนักกีฬาคนพิการมีความกดดันและความกังวลมากกว่าปกติเนื่องมาจากการได้รับข่าวเกี่ยวกับสถิติของคู่แข่ง และด้วยระยะเวลาที่มีจำกัดแล้วทำให้นักกีฬาต้องฝึกฝนเพื่อยกระดับความสามารถตนเองไปอย่างเร่งรีบ ดังกรณีตัวอย่างผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวีลแชร์เรซซิ่งและนักกีฬายกน้ำหนักชายกล่าวว่า

“บางครั้งเราก็กังวลกับสถิติ ต่างประเทศ แล้วเดี๋ยวนี้เค้ามีเวปไซต์มีใครรับ เว็บไซต์ เราเช็คได้ว่า ประเทศนี้ปั่นร้อยเมตร ปั่นสอง ร้อย สามร้อย คือถ้าเรากลับมาคิดมันก็กังวล เราพยายามที่จะปรับตัวเองขึ้นไปหาเค้า มันไม่ได้ก็เครียด” (ID11)

“เครียด คิดว่าในจุดนี้ ตัวเองยังพัฒนาได้น้อย หรือเรียกว่ามันยังไม่พัฒนาเลย ใน ลักษณะว่ามาซ้อมอยู่ตรงนี้เวลามันสั้นมันยังไม่ทันพีนะ จะเรียกว่าชนะตัวเองหรือยัง ยังเลย ถ้าคิดว่ายังไม่ชนะตัวเอง จะไปแข่งกับเขามันยังต่างชั้น คุณต้องคิดว่าคู่แข่งของคุณซ้อมทั้งปีเขามีการเก็บตัวต่อเนื่องแต่เรามาซ้อม 3 เดือนคุณว่าคุณจะสู้เขาได้มั๊ย อันนี้คือเครียด” (ID13)

เมื่อนักกีฬาพัฒนาตนเองไม่ได้ตั้งใจ หรือเมื่อสำรวจความสามารถของตนแล้วพบว่า ความสามารถยังไม่ดีเท่าที่ตนต้องการหรือยังดีได้ไม่เท่าที่เคยเป็น สิ่งเหล่านี้นำมาซึ่งความเครียด ซึ่งจะกลายเป็นอุปสรรคทางใจในการฝึกซ้อมด้วย เช่น นักกีฬายกน้ำหนักเครียด เพราะต้องยกน้ำหนักให้ได้ตามจำนวนที่ต้องการแต่ยังไม่อาจทำได้ตั้งใจคิด หรือแม้แต่ผู้ให้ข้อมูลบางคนซึ่งเมื่อนักกีฬาเจ้าของสถิติโลกแล้วก็ตาม แต่เมื่อไม่อาจพัฒนาความสามารถได้ตามที่ใจต้องการ ก็จะต้องประสบกับความเครียด ซึ่งเป็นภาวะจิตใจส่วนหนึ่งของการมุ่งหน้าไปสู่ชัยชนะ

ความจริงข้อนี้ นักกีฬาผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬายกน้ำหนักชายเป็นผู้หนึ่งที่เริ่มเครียด เนื่องจากศักยภาพที่ลดลง ได้ให้ข้อมูลในการสัมภาษณ์ไว้ว่า

“มันไม่ใช่เรื่องสนุกสนานเลย มันจะเป็นเรื่องเครียดมากกว่าเครียดจุดนี้คือคิดว่า ซ้อมอย่างไรให้พัฒนาขึ้น แข่งขันกับเขาได้คือลักษณะว่าความต่างของเรากับเขา เรายังด้อยกว่าเขา อันนี้คืออุปสรรคในการซ้อม เป็นสิ่งที่ว่าต้องเอาชนะ” (ID13)

“ผมเสร็จจากโคราชผมหยุดไปสองเดือนแล้วผมก็กลับมาซ้อมก่อนมานี้ 3 เดือน ผมซ้อมหนักผมขึ้นมา 165 แต่พอผมมาเข้าคอร์ส แต่ก่อนผมซ้อมใช้คอร์สตัว A เหล็กมันตกมาเรื่อยๆจาก 65 ลงมา 60 หรือไม่กี่ขึ้นไป 65 ได้มั่งไม่ได้มั่ง จากที่ว่าผมซ้อมเนี่ยะ เดือนหนึ่ง 2.5 กิโล ผมต้องผ่านต้องขึ้น แต่ว่าเลยไปสองเดือนแล้วมันยังไม่ไปไหนเลย มันเครียด” (ID13)

เช่นเดียวกับกรณีของผู้ให้ข้อมูลที่นักกีฬาวิลแชร์เรสซึ่งคนหนึ่ง ที่เคยมีประสบการณ์ได้เป็นเจ้าของสถิติโลกแต่มาวันนี้กลับรักษาระดับสถิติด้านความเร็วไว้ให้เท่าเดิมเหมือนในอดีตไม่ได้ แม้ว่าเขาจะเริ่มทำใจยอมรับสภาพได้แล้วแต่ก็ยอมรับเคยเครียดมาแล้ว เช่นกันดังที่เขากล่าวไว้ว่า

“อย่างที่บอกผมเคยผ่านจุดสูงที่สุดมาแล้วที่เอเชียนเกมส์ที่มาเลขนะผมชนะผม เป็นเจ้าของสถิติโลกชนะคู่ต่อสู้ที่ผมเคยแพ้มา แต่พอมาถึงตอนนี้เวลาของผมมันคนละ เรื่องเลยอะผมทำไม่ได้เลย เวลาผมหายไปเลย ตอนแรกผมซีเรียสนะ ผมคิดว่าอัยย์ ทำไมเราปั้นแล้วมันไม่ดี ไปแล้วเราก็คงสู้เค้าไม่ได้” (ID10)

ความเครียดที่เกิดขึ้นระหว่างการฝึกซ้อมไม่ได้เกิดจากความฝึกไม่ได้ตั้งใจเสมอไป แต่อาจเกิดจากการปรับตัวในการอยู่ในสังคมของนักกีฬา ที่ตัวนักกีฬาคงนึกถึงการอาจต้องประสบกับแรงเสียดทานด้านอื่นที่กระทบต่อจิตใจได้ เช่น นักกีฬายิงธนูอาจมีการกระทบกระทั่งกับผู้ร่วมงานบางคนในสังคมนักกีฬาทำให้เกิดความเครียด ซึ่งกรณีของประเภทกีฬาที่ต้องใช้สมาธิมากเช่นนี้ ย่อมมีผลให้การฝึกยิงธนูไม่เป็นไปอย่างราบรื่นได้ เช่นการที่ผู้ให้ข้อมูลบอก ว่า

“ไม่รู้ว่าคุณพูดได้หรือเปล่า ก็มีหลายปัญหานั้นแล้วแต่ ทุกสัปดาห์ พอเข้ามาเจอ ปัญหาเดิมๆ แทนที่ว่าเข้ามา...นี่อะไรปัญหาอะไร มีอะไรก็ลงมาซ้อมได้สบายใจ นี่ลงซ้อมเครียดทั้งวันอะไรแบบนี้ ของผมเนี่ยมันสภาพจิตใจอันดับหนึ่งเลยนะ” (ID4)

“วันไหนถ้า O.K. นะบรรยากาศดีมันก็คะแนนยิ่งดี เพราะเราสามารถยิงเข้าใจตัวเอง เราสามารถยิง อย่างที่ผมบอกตอนแรก ยิ่งวัดตั้งเข้ามาตรงนี้ออกซ้ายรู้แล้วว่า ออกซ้ายเพราะอะไร หน้าดันมากหรือว่าเพราะอะไร เราปล่อยไม่ขาดอะไรแบบนี้ แต่ว่าถ้าวันไหนเครียดๆ ตั้งปล่อย ตั้งปล่อย” (ID4)

กรณีของผู้ให้ข้อมูลที่นักกีฬานักกีฬายกน้ำหนักชาย อาจมีปัญหาเรื่องตารางซ้อมที่มีความคิดเห็นไม่ตรงกันกับผู้ฝึกสอน คือนักกีฬามองว่าจะระยะเวลาฝึกซ้อมที่มีอยู่น้อยเกินไปการฝึกตามตารางไม่อาจช่วยทำให้ประสบชนะในการแข่งขันแต่คำพูดนั้นไม่อาจโต้แย้งผู้ฝึกสอนได้ ผู้ให้ข้อมูลกรณีนี้ยอมรับว่า ปัญหาที่ส่งผลต่อความเครียดในการพัฒนาศักยภาพของตัวนักกีฬาเองได้เช่นกัน ดังที่เขาให้ข้อมูลไว้ ว่า

“ถ้าผมจะมีปัญหาก็คือ หนึ่งในผมเครียดอย่างหนึ่งคือผมทำตามใจผมไม่ได้ใน ลักษณะการฝึกซ้อมในลักษณะผมว่าเวลามันสั้น บางทีผมมีข้อขัดแย้งกับโค้ชว่าไม่น่าจะซ้อมแบบนี้ระยะเวลาสั้นมันไม่พัฒนาหรอก แต่ผมแย้งเขาไม่ได้ผมได้เป็นแต่ผู้ฟัง” (ID13)

จากการวิเคราะห์ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์แสดงให้เห็นว่า ภาวะจิตใจที่เป็นอุปสรรคต่อการฝึกซ้อมของนักกีฬาคอนพิการ หมายถึง ภาวะจิตใจที่ไม่เอื้อต่อการฝึกซ้อมแก่นักกีฬาคอนพิการนั้น ได้แก่ ความรู้สึกกดดัน ความรู้สึกกังวล และความเครียด หากนักกีฬาคอนพิการมีการควบคุมจิตใจที่ไม่ดีพอ ภาวะจิตใจเหล่านี้จะบั่นทอนศักยภาพของจิตใจของนักกีฬาคอนพิการในการฝึกฝนเพื่อพัฒนาความเป็นเลิศได้

2.2 ภาวะจิตใจที่เอื้อต่อการฝึกซ้อม

จากการวิเคราะห์ข้อมูลเรื่อง ภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะของนักกีฬาคนพิการ พบว่าในช่วงที่ผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาคนพิการทำการฝึกซ้อมนั้นมีภาวะจิตใจบางประการที่เอื้อเพื่อให้ผู้ให้ข้อมูลผ่านพ้นความยากลำบากในการฝึกฝนไปได้ ดังจะได้บรรยายรายละเอียดต่อไปนี้

2.2.1 สมาธิและการใช้ทักษะสงบจิตใจ

สมาธิ คือ ภาวะจิตใจที่แน่วแน่เป็นหนึ่งเดียวประกอบด้วยสติสัมปชัญญะมุ่งตรงต่อสิ่งที่กระทำอยู่ตรงหน้า เช่น การมีสมาธิต่อการฝึกซ้อม นักกีฬาคนพิการตระหนักดีว่าสิ่งสำคัญต่อจิตใจในการพัฒนาตนเองให้เป็นเลิศด้านกีฬา คือ สมาธิ ซึ่งเป็นสิ่งจำเป็นที่ต้องให้ความสำคัญ พวกเขาจึงมีการฝึกรวบรวมจิตใจเพื่อให้จดจ่อกับสิ่งที่อยู่กับการฝึกซ้อมที่อยู่ตรงหน้า และมีการใช้สมาธิที่แตกต่างกันไปตามประเภทของกีฬา

เช่นกรณีผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬายิงธนูเพศหญิงคนหนึ่งได้ให้ความสำคัญกับสมาธิ ด้วยการฝึกจดจ่อกับที่ลมหายใจ การฝึกฝนจินตนาการก่อนนอนและตอนยิงธนู เพื่อให้จิตใจไม่ซัดส่าย ฟุ้งซ่านซึ่งไม่เป็นผลดีต่อการยิงธนู เธอได้เล่าประสบการณ์ให้ฟัง ว่า

“ก่อนนอนก็นึกถึงการยิงว่า ยิงยังไง หรือไม่ก็จินตนาการเองว่า ตอนนี้เรายิงกับใคร ยิงยังไงแบบ ยิงมุ่งไปที่เป้า มันก็จะมีภาพจินตนาการของเราเอง เวลาไปยิงจริงๆ เราจะได้ไม่ตื่นเต้นแล้วตอนเข้ามา ก็จะนั่งสมาธิแบบว่า หายใจเข้าหายใจออกอย่างนี้ เหมือนกับจดจ่อกับการหายใจ แล้วพอมายิงแล้วก็จะจดจ่อกับการยิง” (ID2)

นักกีฬายิงธนูชาย กล่าวถึงการใช้สมาธิตามความเข้าใจของตนเอง ว่า เป็นการเอาชนะความคาดหวังหรือเอาชนะความอยากที่มีต่อแต้มสูงสุดบนเป้าธนู ซึ่งถ้าหากเขามีความหวังหรือมีใจมุ่งตรงต่อเป้าหมายมากจนลืมหำร้างในการยิงแล้ว ลูกธนูมักหลุดออกจากเป้าหมาย สำหรับพวกเขาการสงบใจเป็นการชนะตนเองอย่างหนึ่ง ดังคำบอกเล่าที่ว่า

“เสียงธนูนี้มันจะนิ่มเหมือนเสียงลม แต่ถ้าใครมา บีบ(ปรบมือ)นิดเดียวนี้ คุณ ใจคุณก็เตลิดเปิดเบิ่งแล้ว ทีนี้พอตกใจแล้วหัวใจคุณเต้นเร็วมันนั่นแหละ ธนูมันเงียบสงบ เหมือนกับการทำสมาธิ ที่ใจเราอยู่กับเราจิตเราอยู่กับเรา ตรงนี้มากกว่าที่จะยิงธนูให้ได้ดี” (ID3)

“ถ้าชนะใจได้เนี่ยเราสามารถบังคับลูกได้ ยิงบ้าง เราไม่ต้องเสียตายเลยว่า ลูกนี้อยู่ตรงไหน ก็นี่ยังกังวลอยู่เลยว่าต้องเข้านี่นะ(หัวเราะ)” (ID4)

ภาวะจิตใจที่เป็นสมาธิของนักกีฬาว่ายน้ำนักคนพิการทั้งหญิงและชาย คือ การมีจิตใจที่สงบอันเกิดจากการใส่ใจกับสิ่งที่ตนเองกำลังกระทำ โดยที่ไม่ให้ความรู้สึกหรือความคิดใดๆที่ไม่เป็นประโยชน์ปรากฏขึ้นในใจตนในช่วงเวลาที่ฝึกซ้อม เช่นผู้ให้ข้อมูลเพศหญิงกล่าวว่า

“ค่ะสมาธิ เวลาซ้อมเสร็จเราก็เฮฮาปาร์ตี้ของเราเหมือนเดิม เวลาเรานั่งพักเราก็คุยกันเป็นปกติ เวลานอนบ๊อบใจเราอยู่กับเหล็กต้องตั้งใจยกขึ้นยกลงตั้งใจยังงี้ เราอยู่กับเหล็กตลอด พอเราวางเสร็จเรานั่งพักผ่อนแล้วก็คุยกันตามปกติเหมือนเดิม” (ID12)

และผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาว่ายน้ำชาย เขาบอกว่าแม้ตนเองจะมีความเครียดเกี่ยวกับการเพิ่มน้ำหนักในการยกหรือว่าไม่พอใจระบบการฝึกซ้อมปัจจุบันอย่างไร แต่เมื่อถึงเวลายกบาร์เบล เขาต้องฝืนตัดความคิดฟุ้งซ่านทั้งหมด หันมาทุ่มเทใจให้การยกน้ำหนักเช่นกัน ประเด็นนี้เขาบอกว่า

“มันต้องแบ่งนะ เรื่องเครียดก็อย่างหนึ่งแต่ถึงเวลาซ้อมคุณก็ต้องซ้อม เรื่องความคิดมันอาจจะต้องคิดคุณมาคิดตอนซ้อมไม่ได้ บางที่คุณอาจจะต้องเอามือก่ายหน้าผากตอนคุณนอน แต่มันก็ต้องคิดอีกแหละว่าถ้าเราคิดไปมันก็มีแต่ผลเสีย อาจนอนไม่หลับพักผ่อนไม่พอมันก็ทำให้แย่งไปอีก มันก็ต้อง ต้องฝืน บางที่ต้องลืม” (ID13)

2.2.2 ความอดทนทั้งร่างกายและจิตใจ

ผู้ให้ข้อมูลบางคนกล่าวว่า กีฬาเพื่อความเป็นเลิศไม่อาจเล่นเพื่อความสนุกเพียงอย่างเดียวแต่เป็นการเล่นเพื่อให้ได้ชัยชนะ การฝึกซ้อมจึงต้องหนักและเหนื่อย เนื่องจากนักกีฬาคนพิการเองที่ต้องเอาชนะความเหน็ดเหนื่อยทางกายและใจที่เกิดจากการฝึกซ้อมอย่างหนัก ดังนั้นพวกเขาตระหนักและเข้าใจถึงเรื่องความอดทน กล่าวได้ว่าความอดทน คือ องค์ประกอบสำคัญที่ขาดไม่ได้ต่อภาวะจิตใจมุ่งสู่ชัยชนะของนักกีฬาคนพิการ

เช่นกรณีผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวีลแชร์ฟันดาบหญิงได้พรรณนาถึงความอดทนในการฝึกฝนว่าเธอต้องพัฒนาตนเองให้อยู่ในแนวหน้าโดยการคัดตัว ก่อนที่จะผ่านเข้ามาเป็นนักกีฬาแนวหน้าของประเทศอย่างในปัจจุบันได้นั้นต้องหนักและเหนื่อย ดังที่ปรากฏในข้อมูลจากการสัมภาษณ์ว่า

“ตื่นเข้ามา ก็คือเหมือนๆเหมือนนักกีฬาทั่วไป ตื่น 6 โมง พี่จะตื่นนอน 6 โมง 6 โมงครึ่งก็จะมาวอร์ม ร่างกายอะไร ก็ปั่นวอร์มร่างกาย ทุกเช้าทุกเช้า ทุกวันทุกวันตอนเช้าจันทร์ถึงเสาร์ แล้วก็ตอนกลางวันก็ซ้อม 9 โมงถึงเที่ยงบ่าย 2 ถึง 5 โมงเย็น เป็นอย่างนี้ทุกวัน ซ้อมอย่างนี้ทุกวันก็หนัก เหนื่อย” (ID1)

“ต้องอดทนต่อ ปัญหาทุกอย่าง เพราะนักกีฬาไม่ใช่ว่า ใ้ยัญจุเข้าแล้วติดเลย ไม่ใช่ เราต้องซ้อมการที่จะติดครั้งหนึ่ง การที่จะติดทีมชาติต้องมีการคัดตัวนะคะ” (ID1)

ในกรณีของผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวิลแชร์เทนนิสชายนั้น เขายอมรับความเห็น้อยยากในการฝึกฝนด้วยเหตุผลอันเรียบง่าย และตระหนักว่าที่ต้องซ้อมหนักเพราะว่าตัวเขาคือนักกีฬามืออาชีพที่ซ้อมเพื่อความเป็นเลิศไม่ใช่เป็นการเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพทั่วไป ดังที่ปรากฏในตัวอย่างข้อมูลที่เขาให้ไว้ในการสัมภาษณ์ ว่า

“อันนี้กีฬาเพื่อความเป็นเลิศ หมายถึงว่ามันเป็นกีฬาระดับมืออาชีพ คือต้องหนักกว่าพวกที่ซ้อมเข้าเย็นๆ ต้องหนักกว่า หมายถึงว่าหนักกว่าพวกที่ออกกำลังกาย คือเราต้องดูด้วยว่าเล่นกีฬาเพื่อออกกำลังกายและเล่นกีฬาเพื่อการแข่งขันนั้นมันไม่เหมือนกัน” (ID7)

เช่นเดียวกับผู้ให้ข้อมูลที่เป็นนักกีฬาวิลแชร์เรสซิ่ง คือ พวกเขามองว่าการได้ชัยชนะไม่ใช่สิ่งที่ได้มาอย่างง่ายดาย พวกเขาได้ให้เหตุผลที่บ่งบอกว่า ต้องมีภาวะจิตใจอันประกอบด้วยความอดทนพร้อมไปกับการมุ่งสู่ชัยชนะ พวกเขาบอกว่า ต้องอดทนเอาชนะตัวเองให้ได้ก่อนจึงจะชนะคู่แข่งได้ ดังที่ปรากฏในข้อมูล ว่า

“ผมว่า คือ ต้องซ้อมหนักจริงๆถ้าอยากได้ชัยชนะอะนะ ผมว่านะความคิดผม...ก็เบื่อเหมือนกัน แต่ว่าก็ต้องทำถ้าอยากได้ชัยชนะเราก็ต้องยอมต้องทำ ต้องซ้อมหนักกว่าเค้า” (ID8)

“คือ อย่างน้อยๆเลยคือต้องอดทนมากๆเลยครับ เพราะว่าผมว่าอย่างแรกที่ชนะคู่แข่งต่อสู้ได้ก็ต้องชนะใจตัวเองให้ได้ก่อนครับ ชนะความเหนื่อยล้า ชนะความท้อแท้หลายอย่างครับ” (ID10)

ประเด็นของความอดทนนั้นนอกจาก อดทนต่อความเหน็ดเหนื่อย และความยากลำบากในการฝึกฝนแล้ว นักกีฬาคนพิการอาจต้องประสบกับความบาดเจ็บด้านร่างกาย ความไม่พร้อมด้านร่างกายและการอำนวยความสะดวก เป็นอุปสรรคเพิ่มเข้ามาให้นักกีฬาได้อดทน อีกด้วย

เช่นกรณีผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาที่ต้องใช้รถวิลแชร์นั้นมีโอกาสประสบอุบัติเหตุในการฝึกซ้อมได้ตลอดเวลา แต่พวกเขามองว่าเป็นสิ่งที่เลี่ยงไม่ได้ต้องอดทน ดังปรากฏในข้อมูล ว่า

“คือปัญหาเรื่องการฝึกซ้อมนั่นแหละ ปัญหาเรื่องการบาดเจ็บ เป็นอันดับหนึ่งเลย นักกีฬานี้ต้องบาดเจ็บมันเลี่ยงไม่ได้” (ID7)

“เคยแตก เคยถลอก คว่า ชนกันแบบนี้ มีหมดทุกอย่าง เคยเข้าไปในล้ออย่าง ล้อแม็กแบบนี้ มือนะพอบั่นๆมือเข้าไปในล้อ มันลื่นก็เจ็บ บางทีก็เจ็บ นี้อย่างดูมือนี้” (ID9)

นอกจากนี้ผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวิลแชร์เทนนิสได้พูดถึงความอดทนที่ตนมีต่อสภาพ ความเป็นอยู่ในการเก็บตัวฝึกซ้อม ว่า ถึงแม้จะไม่สะดวกจนทำให้หุดที่จะบ่นออกมาไม่ได้ แต่เขายังคงเดินหน้าฝึกต่อไป ไม่ได้รู้สึกท้อแท้จนต้องล้มเลิกเพราะอาหารและที่พัก ดังที่เขากล่าวไว้ว่า

“ที่ผ่านมามีบางทีที่ที่พักก็ไม่อำนวย อาหารก็ไม่ค่อยอำนวยอะไรประมาณนี้ บางที มันยังขาดๆเกินๆ...มันก็มีบ้างนะ ที่บ่นแต่ไม่เคยคิดที่จะท้อนะ คือบ่นว่าอะไรวะ ยังไม่มา อีกหรืออะไรประมาณนี้ แต่ก็ต้องซ้อมต่อ ต้องเดินหน้าต่อไป” (ID7)

นอกจากนี้การอยู่ร่วมกันในสังคมนักกีฬายังอาจต้องมีการกระทบกระทั่งกับบุคคลรอบข้างได้ เมื่ออารมณ์ที่ไม่พึงปรารถนาเกิดขึ้นจากการอยู่ร่วมกัน ความอดทนในการอยู่ร่วมกันคือสิ่ง ที่จำเป็น เช่น

“ตอนเป็นนักกีฬาแล้ว การอยู่ร่วมกัน เนี่ยะมันก็ย่อมมีปัญหา เหมือนอย่างแบบ น้องคบเพื่อน เคยมีปัญหาขัดใจกันปะ เล็กๆน้อยๆอะไรอย่างเนี่ยะบางทีเรื่องไม่เป็นเรื่อง มาบ่นทะเลาะกันอะไรอย่างนี้ ก็เหมือนกันบางทีเรา ก็ปกติเป็นคนที่เป็นแบบอารมณ์ร้อน ใคร พูดอะไรก็ ส่วนได้ก็สวนอะไรอย่างเนี่ยะ แต่การที่เราสวนไปแล้วมัน ผลย้อนกลับมามันก็ไม่ดี เราก็ต้อง ใครจะว่าอะไรก็ ปล่อยไปเฉยต้องมานั่งคิดมาก ไม่ต้องมา ไม่ต้องไปต่อล้อ ต่อเถียงอะไร มันก็จบเอง ใครอยากว่าอะไรก็ว่าไป” (ID2)

2.2.3 ความพยายามอย่างแรงกล้า

การพัฒนาทักษะด้านร่างกายให้มีความเป็นเลิศด้านกีฬาต้องอาศัยสภาพแวดล้อมและ ทักษะทางใจที่อำนวย แต่วลีที่ว่า “ความพยายามอยู่ที่ไหนความสำเร็จอยู่ที่นั่น” เป็นสิ่งที่นักกีฬา คนพิการผู้ให้ข้อมูลหลักในการวิจัยครั้งนี้เชื่อมั่น พวกเขาจึงไม่ย่อหย่อนแม้ประสบกับความเหน็ด เหย็ดในการฝึกฝน เพราะเชื่อว่าความพยายามย่อมนำมาซึ่งผลลัพธ์ที่น่าพอใจ ดังนั้นการมุ่งสู่ชัยชนะต้องมีภาวะจิตใจที่ประกอบด้วยความพยายาม ดังกรณีที่นักกีฬาวิลแชร์เรสซิ่งซึ่งกล่าว ว่า

“ผมใช้คติของผมว่า ความพยายามอยู่ที่ไหนความสำเร็จอยู่ที่นั่น ที่ผมกล้าพูดได้ เพราะว่าผมได้พิสูจน์ด้วยตัวเองมาแล้วว่ามันทำได้จริงๆ...พิสูจน์จากผมซ้อมหนักมาก ผมซ้อมหนักกว่าเพื่อนๆหลายคน ผมเล่นเวทเยอะมาก สิ่งที่ผมได้ คือผมเป็นเจ้าของสถิติ

โลก 4 รายการ ในประเภทเดี่ยว ร้อยเมตร สองร้อยเมตร และในประเภททีมก็ สี่คูณร้อย กับ สี่คูณสี่ ซึ่ง ณ ปัจจุบันผมก็ยังเป็นเจ้าของสถิติโลกอยู่” (ID10)

เมื่อกล่าวถึงความพยายาม ผู้ให้ข้อมูลซึ่งนักกีฬายิงธนูหญิงเจ้าของเหรียญเงินพาราลิมปิกส์ เธอเริ่มต้นกีฬาชนิดนี้ด้วยร่างกายที่เล็กและบอบบาง เธอได้อาศัยการฝึกฝนและพัฒนาตนเองด้วยความเพียรพยายามจนประสบความสำเร็จได้เป็นนักกีฬาแนวหน้าของประเทศ เธอกล่าวไว้ในกรให้ข้อมูลการสัมภาษณ์ ว่า

“อย่างพี่นี้เป็นแบบ เป็นคนตัวเล็กกว่าเพื่อนเลยนะ ที่มายิง ก็คือแรงน้อย กว่าเพื่อนด้วย ก็เลยต้องแบบว่า ฝึกหนักกว่าเพื่อน ตอนนั้นทำอะไรนี่ ยกดรัมเบลนี้ยกไม่ไหวนะ 3 โลนี้ยังไม่ไหวเลย โค้ชต้องคอยช่วย แล้วก็ ก็เป็น สเต็ปๆไป ก็เออนั้นแหละก็ทำเองได้” (ID2)

ความพยายามในใจของนักกีฬายิงธนู คือ การฝึกยิงซ้ำเพื่อพัฒนาความแม่นยำอย่างไม่เบื่อหน่ายในการฝึกฝน แม้ว่าคนทั่วไปตั้งเช่นผู้วิจัยเองที่สังเกตจากภายนอกอาจจะมองว่า เป็นการกระทำที่ซ้ำซากหรือจำเจน่าเบื่อหน่าย แต่นั่นไม่ได้ทำให้นักกีฬาคนพิการหยุดความพยายาม เช่นกรณีนักกีฬายิงธนูชายผู้ให้ข้อมูลคนหนึ่งกล่าวไว้ ว่า

“ใช่ เราทำเหมือนกับซ้ำๆซากๆอยู่ทุกวันนี้ มันก็ขึ้นไปตามระดับของมันนะ จริงๆ แล้วนะคนเราไม่ได้เก่งเลย มันต้องเรียนรู้ใช้มะ คนเรานี้มันต้องเรียนรู้ทุกคน แล้วแต่ว่าจะมีจิตใจเรียนรู้มากแค่ไหน” (ID3)

ความพยายามของผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวิลแชร์เทนนิส คือ การพยายามเอาชนะร่างกายตนเองในระหว่างการฝึกซ้อมของแต่ละวันซึ่งพวกเขาบอกว่าแม้การซ้อมก็ต้องทำเต็มที่ แม้ว่าการใช้ธนูวิลแชร์ด้วยความเร็วสูงเพื่อไล่ตีลูกเทนนิสให้ได้ สำหรับพวกเขาแล้วภาวะจิตใจที่อดทนนั้นต้องประกอบด้วยความพยายามกระทำให้ได้ตามเป้าที่วางไว้ใจจึงคิดว่าต้องทำให้ได้ จากข้อมูลที่ได้แสดงให้เห็นว่า ความเจ็บปวดเป็นเพียงเรื่องเล็กน้อยสำหรับนักกีฬาคนพิการที่มีความพยายามเช่นพวกเขา ดังนี้

“ลูกบางทีก็มันวิ่งเค้าหากำแพงด้านข้าง บางทีผมก็ชนแบบเจ็บบ้างเลือดออกบ้างอะไรอย่างนี้ ทั้งๆที่ซ้อมผมก็เต็มที่กับมัน ไม่ใช่ว่านี่แค่ซ้อมนะลูกนี่ไม่ทัน ก็ไม่ต้องเอาอย่างนี้ไม่ใช่ ผมต้องเอาให้มันได้” (ID6)

“การที่จะพัฒนาคือเราต้องวางเป้าหมาย เป้าหมายหมายถึงว่า สมมุติว่าคนๆคนเนี่ยะที่เราเคยเล่นด้วยประจำเราไม่เคยชนะเค้าเลยเราทำอย่างไรถึงจะชนะเค้าให้ได้ หนึ่ง

เราก็ต้องขยันให้มากขึ้น มากกว่าเดิมแล้วก็ต้องเรียนรู้ที่จะเปลี่ยนแปลงความคิดเดิมๆ เพื่อที่เราจะพัฒนาขึ้น” (ID7)

นักกีฬาบางคนมีความพยายามอย่างหนักจนมีลักษณะเหมือนคนที่คลั่งไคล้การฝึกฝน หรือเขาให้เวลากับการฝึกฝนมากจนไม่อาจบอกเล่าประสบการณ์ให้คนอื่นรู้ว่าตนพยายามอย่างไร นักเพียงไร พวกเขาจึงใช้คำอธิบายถึงความเพียรพยายามเช่นนี้ว่า “ซ้อมเหมือนบ้า” ดังที่พวกเขาได้ให้ข้อมูลไว้ว่า

“ผมก็ซ้อมหนักมาก แล้วก็เล่นเวทเยอะมาก เล่นเวทจนบางคนคิดว่าผมบ้า แต่ผมมีจุดมุ่งหมายของตัวเองว่าเราเล่นไปเพื่ออะไรเราก็ต้องพยายามทำให้เค้าเห็นให้ได้” (ID10)

“เมื่อก่อนยอมรับว่าซ้อมหนักมากเหมือนๆคนบ้า ผมตื่นตีห้า บางวันตีสี่ครึ่งด้วย ซ้ำ ปั่นเช้า 30 โล เย็นอีก 30 โล ทุกวัน ก่อนที่จะคัดตัวติดที่ชิงแชมป์โลกที่อังกฤษอะนะที่ เบอร์มิงแฮมครั้งแรกเลยคือซ้อมหนักมากคือมาคัด ร้อย สี่ร้อย ก็เข้าที่หนึ่ง ที่มาคัดเป็นตัวแทนของประเทศไทยเข้าที่หนึ่งในช่วงนั้นแหละ คือซ้อมวันหนึ่ง เจ็ดแปดสิบโล แทบทุกวัน” (ID11)

อีกกรณีของผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาฟันดาบหญิง เธอได้ทุ่มเทกายใจเพื่อการฝึกฝนไม่ได้ด้อยไปกว่าบุรุษเพศทั้งหลาย เพื่อการแข่งขันที่กำลังจะเกิดขึ้นแล้วเธอได้ทุ่มเทเรี่ยวแรงฝึกฝนอย่างหนักไม่จนอยากหยุด เธอเรียกพฤติกรรมของตัวเองว่าบ้าซ้อมเช่นกัน ดังที่เธอให้ข้อมูลว่า

“การซ้อมเรานะ เราทุ่มทุกอย่างให้กับการซ้อม ซ้อมหนักเหมือนเป็นบ้า ซ้อมหยุดไม่ได้เลยนะ วันนี้โค้ชบอกว่าหยุดนะ ‘หยุดอีกแล้ว ซ้อมนิดเดียวเองหยุดอีกแล้ว’ คือไม่อยากหยุด คือการซ้อมไม่อยากหยุด โค้ชบอกว่าวันนี้ต้องไปตรวจร่างกาย สมมุติ ‘ทำไมวะ! วันนี้หยุดอีกแล้ว’ คือเราไม่อยากหยุดเหมือนบ้าซ้อม อยากซ้อม” (ID1)

การฝึกซ้อมที่ทำให้นักกีฬาวิลแชร์เรสซึ่งเชื่อมั่นได้ ว่าช่วยให้มีโอกาสต่อการชนะเลิศการแข่งขัน คือการพัฒนาตนเองอย่างหนักและต่อเนื่องยาวนาน แม้ในบางครั้งต้องประสบปัญหาฝนตกจนซ้อมบนลู่วิ่งไม่ได้ พวกเขายังได้หาโอกาสอื่นเพื่อฝึกซ้อม ตลอดทั้งยังคิดหาวิธีการเพื่อพัฒนาทักษะฝีมือตนเองให้ชนะเลิศคู่แข่งอยู่เสมออีกด้วย เช่นกรณีที่ผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวิลแชร์เรสซึ่งคนหนึ่งกล่าวว่า

“ถ้ามีอุปสรรคอะไรเราก็พยายามหาข้อมอย่างอื่นแทน เล่นเวท เล่นอะไรอย่างนี้ไปด้วย ถ้าฝนตกเราก็ลงข้างล่างเล่นเวทกัน ไม่งั้นก็เล่นลูกกอล์ฟมีลูกกอล์ฟที่ปั่นอยู่กับที่เค้าเรียกลูกกอล์ฟปั่น รถก็อยู่กับที่แต่รถหมุนปั่น” (ID8)

“แข่งขันบ่อยๆแล้วก็ดูพวกที่เค้าเป็นแชมป์หรือที่เก่งกว่าเราอะไรอย่างนี้ดูว่าเค้าปั่นอย่างไรทำตัวอย่างไรอะไรอย่างนี้ฝึกซ้อมอะไรก็พยายามดูเค้า แล้วก็มาปรับปรุงตัวเองคือให้ท่ามันดีหรือว่าเสริมพวกกล้ามเนื้อให้มันแข็งแรงขึ้นเล่นเวทอะไรช่วย” (ID8)

หรือกรณีของผู้ให้ข้อมูลที่เป็นนักกีฬาคนนำหน้าก็มีความเห็นไปในทำนองเดียวกันว่า ต้องพยายามทำให้ได้สม่ำเสมอ สำหรับเขาแล้วถ้าอยากประสบความสำเร็จต้องซ้อมให้มากกว่าคู่แข่งเท่านั้น ดังที่เขาบอกว่า

“อันนี้ต้องคิดอยู่ข้อหนึ่งว่า ถ้าทำเท่าเขา มันก็ได้แค่เสมอถ้าอยากชนะเขา มันต้องทำให้เยอะกว่าเขา” (ID13)

ผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาคนนำหน้าหญิงแสดงความเห็นเกี่ยวกับการที่ตนเองสามารถยกน้ำหนักได้เยอะกว่านักกีฬาคนนำหน้าคนอื่นในรุ่นเดียวกัน โดยให้ความสำคัญถึงการพยายามอย่างต่อเนื่อง ว่า

“ที่เค้าแพ้ไปเพราะว่าเค้าไม่มีเวลาซ้อมเหมือนเรา เค้าก็อาจจะซ้อมน้อย อย่างก่อนจะมาแข่งนี้ อาจจะซ้อมล่วงหน้าอาทิตย์ 2 อาทิตย์ แต่เรามีการฝึกฝนที่นานกว่าเค้า เราจะได้เปรียบเค้า เวลาเราแข่งเค้าก็จะถามว่าทำไมยกได้เยอะอะไรอย่างนี้ก็แนะนำเค้าว่าเออที่ซ้อมก็วันต้องซ้อมเยอะกว่าหนูนะ หนูซ้อมมาเป็นปีนะ” (ID12)

ยกน้ำหนักมันต้องซ้อมต่อเนื่องคะมันหยุดเหมือนกีฬาอื่นไม่ได้ หยุดมากไม่ได้หยุดนานไม่ได้ (ID12)

2.2.4 ความรับผิดชอบในหน้าที่และวิถีที่ตนเลือก

1) ความรับผิดชอบในหน้าที่

ภาวะจิตใจที่ถือว่าเป็นสิ่งที่ยึดเหนี่ยวไม่ให้นักกีฬาคนพิการหลักสี่นี้การฝึกฝน สิ่งนั้นคือ ความรับผิดชอบในหน้าที่ แม้ว่านักกีฬาจะอดทนความเหน็ดเหนื่อยในการฝึกซ้อมได้เพราะมีใจรักที่จะทำ แต่ในบางครั้งพวกเขาจำใจต้องฝึกซ้อมด้วยความรับผิดชอบทั้งๆที่ใจจริงแล้วไม่อยากจะฝึกก็ได้ ซึ่งประเด็นดังกล่าว ผู้ให้ข้อมูลที่เป็นนักกีฬาวีลแชร์เทนนิสรายหนึ่งซึ่งเพิ่งผ่านชั่วโมงการฝึกซ้อมตีลูกเสิร์ฟให้ครบ 200 ลูกมาไม่นาน ได้ให้ข้อมูล ว่า

บางที่มันก็ไม่สนุกนะ(หัวเราะ) บางทีก็ไม่สนุกแต่ต้องทำไงเพราะอันนั้นมันคือแบบฝึกที่เราต้องทำ (ID7)

เช่นเดียวกับกรณีของผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวีลแชร์เรสซิ่งอีกรายที่มีความเห็นว่าการฝึกซ้อมก็พานั้นมีลักษณะเหมือนการทำงานทั่วไปที่ต้องประสบความสำเร็จเป็นอย่างดีแต่ที่ต้อฝึกทำเพราะความรับผิดชอบในหน้าที่ ดังที่เขาให้ข้อมูลว่า

พอเมื่อยล้าก็เลยรู้สึกไม่อยากจะทำอะไร ก็ทำไปแบบไม่เต็มใจแต่มันก็มีบางวันที่เรารู้สึกกระปรี้กระเปร่าตื่นเช้ามาซ้อมแต่เช้าเลยก็มีครับ แต่มันก็เป็นความรู้สึกแค่แป๊บเดียวมาเดี๋ยวหายจำเจอยู่อย่างนี้ คือมันเหมือนกับคนนั่งเล่นคอมพิวเตอร์ทำงานในออฟฟิสนะ วันๆก็ทำอยู่อย่างนั้นแหละมีแต่เอกสารๆ งานนี้ก็เหมือนกันมีแต่เวทกับคอร์ด แล้วก็เวทกับคอร์ด เหมือนกัน (ID11)

ลักษณะของการรับผิดชอบในหน้าที่อีกประการหนึ่งคือ การมีระเบียบวินัยในตัวเองและการอยู่ในกฎเกณฑ์ที่คนอื่นกำหนด นักกีฬาคนพิการต้องมึจิตใจที่รับผิดชอบต่อหน้าที่ในฐานะนักกีฬาตัวแทนทีมชาตินั้นคือการฝึกซ้อมตามตารางที่ผู้ฝึกสอนกำหนด และต้องดูแลสุขภาพตัวเองให้ดีอยู่เสมอ ดังเช่นการบอกเล่าที่ผู้ให้ข้อมูลหลักได้ให้ไว้ต่อไปนี้

“ถ้าเป็นนักกีฬาทุกคน ถ้าอยู่ในสายเลือดแล้วนะ ผมว่าคนเราเนี่ยะมันต้องตั้งกฎเกณฑ์ไว้ให้ตัวเองว่าคุณจะนอนเวลาไหนคุณจะตื่นเวลาไหน แล้วคุณจะกินข้าวเป็นเวลา嘛 ต้องตั้งกฎเกณฑ์ไว้ให้ตัวเองไม่แตกต่างจากเดิมมาก ไม่ใช่ว่า คุณพอเก็บตัวแล้วคุณต้องตื่นแต่ตี 5 ไปเวทเทรนนิ่ง แล้วไปอย่างโน้น แล้วพอสายขึ้นมาคุณนั่งเพ็ลี่ยอยู่ เออ ใอันนั้นก็ไม่ได้เหมือนกัน” (ID3)

“ทำอย่างไรได้ถึงชนะก็ต้องฝึก ฝึกอย่างไรจะฝึกไปตามอำเภอใจไม่ได้ต้องฝึกแบบต้องมีโค้ชต้องมีผู้ฝึกสอน ถามว่าถ้าอยู่เล่นออกกำลังกายจำเป็นมั๊ย ไม่ต้องใช้มั๊ย แต่พอเข้ามาเป็นตัวแทนของทีมชาตินี้ ก็ต้องมีผู้ฝึกสอนคือต้องอยู่ในกฎในระเบียบ” (ID7)

ในกีฬาบางชนิดอย่างเช่นยกน้ำหนักการเร่งรีบอาจก่อให้เกิดการบาดเจ็บ แต่นั่นเป็นหน้าที่ที่นักกีฬาต้องรับผิดชอบในการดูแลตัวเอง เพราะเมื่ออยู่ในระเบียบวินัยนักกีฬาต้องตระหนักว่า “ซ้อมคือซ้อม พักคือพัก” ดังกรณีที่ผู้ให้ข้อมูลกล่าวว่

“หน้าที่คือการแข่งขันกีฬา คือต้องดูแลตัวเองไม่ให้เจ็บ ฝึกซ้อมได้ตามโปรแกรม และสามารถไปแข่งได้อันนี้ชนะไม่ชนะเป็นอีกเรื่องหนึ่ง แต่เรื่องของเรื่องคือต้องเต็มที่เต็มที่กับหน้าที่ตอนนี้ คือ นักกีฬาซ้อมคือซ้อมพักคือพัก” (ID13)

2) ความรับผิดชอบในวิถีที่ตนเลือก

อีกด้านหนึ่งของภาวะจิตใจนักกีฬาคนพิการผู้ฝึกฝนตนเองเพื่อให้บรรลุถึงชัยชนะสูงสุดในการแข่งขัน คือการพัฒนาตนเองให้มีศักยภาพสูงสุดในประเภทกีฬาที่ตนรักหรือถนัด นักกีฬาคนพิการผู้ให้ข้อมูลหลักมองว่า การทุ่มเทหรืออุทิศร่างกายและจิตใจของตนให้กับวิถีชีวิตกีฬาที่ตนเลือกเดินเข้ามาเองคือความรับผิดชอบที่สำคัญของพวกเขา เพราะพวกเขาคิดว่าควรทำให้ดีที่สุดกับโอกาสที่ตนได้รับ หากชีวิตคนเรานั้นสามารถลิขิตได้ด้วยตัวเอง เมื่อเลือกเดินในวิถีใดแล้วก็ต้องรับผิดชอบด้วยการทำให้ดีที่สุด ดังที่ปรากฏในข้อมูลจากการสัมภาษณ์ว่า

“คนรอบข้างมันแค่เป็นแค่องค์ประกอบ ถ้าคนรอบข้างสนับสนุนยังไงแต่เราไม่เอา มันก็จบ คือตัวเราเองมากกว่าที่เราจะต้องทำความฝันของเราให้เป็นจริง คนอื่นไม่มาทำความฝัน... ฝันของใครก็ของมัน ถึงเค้าจะช่วยขนาดไหนแต่ถ้าเราไม่รับหรือไม่อะไรมันก็ไม่มีความหมาย... เราฝันแล้วเราทำด้วยตัวเอง 30 ลิขิตฟ้า 70 ต้องฝ่าฟัน” (ID7)

“แชมป์ด้านเรสซิ่งนี่หรืออะ เพราะว่าเราเลือกที่จะเล่นด้านนี้แล้วไง พอเราเลือกแล้วเราก็ต้องทำให้ดีที่สุด ต้องพยายามให้สุดๆไปเลย ทำให้มันแบบต้องให้ได้แชมป์ ต้องให้ได้ชัยชนะ เพราะเราเลือกที่จะเล่น...ไม่ใช่แบบว่าเล่นแล้ว คือเล่นไปเฉยๆอะไรแบบนี้ เล่นแล้วก็คืออยากจะประสบความสำเร็จ” (ID8)

ผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาคนพิการบางรายเห็นว่า ถึงแม้พวกตนไม่สามารถที่จะเลือกเกิดมาได้ครบอาการ 32 แต่ที่สำคัญคือสามารถที่จะลิขิตชีวิตของตนเองได้ และการเป็นนักกีฬาคนพิการนั้นคือโอกาสดีที่ตนได้รับ ดังนั้น พวกเขาคิดว่าจึงต้องรับผิดชอบให้เต็มที่กับโอกาสดีที่พวกเขาได้รับมา ด้วยการทำให้ดีที่สุดเท่าที่จะทำได้ ดังตัวอย่างที่ผู้ให้ข้อมูลกล่าววว่า

“ถ้าเกิดเรามีโอกาสทำอะไรแล้วนี่พยายาม พยายามทำให้เต็มที่ ทำให้เต็มที่แล้วก็ทำให้ดีที่สุดแล้วก็คำว่าทำไม่ได้ก็คือพูดทีหลัง” (ID5)

“ผมมองว่าคนเราเลือกเกิดไม่ได้แต่ว่ามันเลือกที่จะเป็นได้ มันอยู่ที่ว่าเราจะกำหนดว่าเราอยากให้เราเป็นอะไรแค่นั้น คือไม่ใช่ที่เราเกิดมาพิการแล้วยังไปซ้ำเติมกับสภาพความพิการที่เราได้อยู่ แล้วมันยังมีคนพิการอีกตั้งเยอะแยะที่เค้าพิการมากกว่าเรา โดยที่เค้าไม่มีโอกาสที่จะแสดงความสามารถ แต่เราเมื่อมีโอกาสแล้วเราก็น่าจะพยายามทำให้เต็มที่” (ID10)

ในผู้ให้ข้อมูลบางคนความรับผิดชอบเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นได้จากการได้เป็นนักกีฬา ดังกรณีนักกีฬายกน้ำหนักหญิง ได้กล่าวถึงความรับผิดชอบที่เกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงทางภาวะจิตใจ ในช่วงที่ได้เก็บตัวฝึกซ้อม ว่า กฎระเบียบทำให้เธอเป็นคนที่มีความรับผิดชอบมากขึ้น

“เมื่อก่อนอยากได้อะไร เอาแต่ใจๆประมาณนี้ แต่พอเราได้มาเล่นมาอยู่อย่างนี้ เราได้ฝึกซ้อมได้อยู่ในกฎระเบียบทำให้เราใจเย็นทำให้เราเป็นผู้ใหญ่ หมายถึงว่ารับฟังคนอื่นได้ ทำเพื่อคนอื่นได้บ้าง ไม่ได้น้อยใจเอาแต่ใจให้เค้ามาทำเพื่อเรา เราทำเพื่อเค้าบ้าง อะไรอย่างนี้ เราโตขึ้นแล้วอะไรอย่างนี้ เรารับผิดชอบต่อทุกอย่างได้แล้ว (ID12)

2.2.5 การมีกำลังใจในการฝึกซ้อม

นักกีฬาคนพิการอาจจะยื่นหยัดเอาชนะความเหน็ดเหนื่อยทางกายและใจได้ด้วยความอดทน แต่สิ่งที่เปรียบดั่งสายธารที่หล่อไหลมาหล่อเลี้ยงให้จิตใจนักกีฬาคนพิการได้ชุ่มชื้น และเป็นเหมือนกำลังขับเคลื่อนทางใจให้พวกเขาก้าวต่อไปเพื่อเผชิญหน้ากับปัญหาในหน้าที่การงาน คือ กำลังใจ จากการศึกษาพบว่านักกีฬาคนพิการมีกำลังใจจากแหล่งที่มาหลากหลายทั้งภายในและภายนอก ได้แก่

1) กำลังใจที่เกิดจากความรักและผูกพันกับสิ่งที่ทำ

แม้ว่าการฝึกซ้อมเพื่อความเป็นเลิศจะทำให้นักกีฬาคนพิการประสบกับสิ่งที่น่าพึงพอใจและไม่เป็นที่พอใจจนนำสู่ความเครียดได้ในบางครั้ง แต่ พวกเขายังมีกำลังใจที่จะทำในสิ่งที่ตนเองรักชอบ โดยไม่ต้องใส่ใจหรือคำนึงให้มาก ถึงความเหน็ดเหนื่อยและปัจจัยทางสรีระที่ด้อยกว่าคนทั่วไป

กรณีของผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬายิงธนูหญิง เธอ มีความสนใจ รักชอบในการเล่นกีฬามา นานตั้งแต่เด็ก แต่ไม่มีโอกาสได้เล่น เธอจึงมีโอกาสดำเนินการเล่นกีฬาดอนที่เข้าไปอยู่ฝึกอาชีพที่ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการ ดังนั้น เมื่อมีโอกาสดำเนินสิ่งที่ต้องการเธอก็อยากทำต่อไปให้นาน ดังที่เธอเล่าว่า

“เราชอบด้านนี้ด้วยมันก็กลายเป็นว่า ความสุขอย่างหนึ่งเหมือนกัน...ชอบ ชอบ เล่นกีฬาแต่ก็ไม่เคยได้เล่นซักที ตอนเด็กๆ นะ พอตอนนี้มีโอกาสก็ทำ ก็เล่นไปเรื่อยๆ”

(ID2)

เช่นเดียวกับผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬายิงธนูชาย เขา รู้สึกเพลิดเพลินกับการเล่นกีฬายิงธนู อย่างไม่เบื่อหน่าย และเขาเห็นว่าถ้าเป็นงานที่ขอบตนเองสามารถทำได้โดยไม่บ่าเบียด ดังที่เขาบอกว่

“มันเพลิน เหมือนกับทำงานที่เราชอบนะครับ ทำได้เรื่อยๆ แต่ถ้างานที่เราไม่ชอบ
รู้สึกนึกก็ได้(หัวเราะ)” (ID4)

เช่นเดียวกับผู้ให้ข้อมูลที่เป็นนักกีฬาวิลแชร์เทนนิส มองว่า เมื่อมนุษย์แต่ละคนนั้นมี
ข้อจำกัดไม่เหมือนกัน การทำสิ่งที่แตกต่างกันโดยให้ทั้งสองฝ่ายได้ทำอย่างมีส่วนร่วมนำมาซึ่ง
ความสุข และไม่ว่าด้วยเงื่อนไขอันใดขอเพียงเขาได้เล่นเทนนิสเขาก็มีความสุขแล้ว ดังที่ปรากฏใน
ข้อมูลการสัมภาษณ์ ว่า

“แต่ละคนมันมีข้อจำกัดไม่เหมือนกันเราจะไปบังคับให้เค้ามานั่งวิลแชร์เหมือน
อย่างเราไม่ได้หรอก คือเค้าก็ตีของเค้าไปเราก็ตีของเราไปแค่นั้นเอง ก็ดีด้วยกันแล้วมันมี
ความสุข สำหรับผมพอได้จับเทนนิสจับเรกเก็ตแล้ว มันมีความสุข” (ID6)

ผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวิลแชร์เทนนิสอีกคน แสดงความเห็นต่อเพื่อนผู้พิการที่ไม่
สามารถยืนหยัดหรืออดทนอยู่บนวิถีชีวิตแบบนักกีฬาอาชีพได้ ว่า มีเหตุผลหลายประการที่ทำให้
เล่นกีฬาไม่ได้ ซึ่งความเห็นดังกล่าวทำให้เราสามารถรับรู้ได้ถึงภาวะจิตใจด้านความรักของ
นักกีฬาคนพิการที่มีต่อการเล่นกีฬาอย่างชัดเจนยิ่งขึ้น ดังเช่นกรณีนี้ที่ผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวิล
แชร์เทนนิสบรรยายถึงสาเหตุที่เพื่อนของเขาไม่สามารถเล่นกีฬาได้อย่างเขา ไว้ดังนี้ว่า

“มันๆ มันรัก รักในกีฬา รักในกีฬาเทนนิส มีหลายๆคนเพื่อนนะชวนมาเล่นเทนนิส
ไม่มา ถามว่าทำไมไม่มา บอกว่า ไม่เอาแหละร้อน กลัวตัวดำ สามอย่างนี้มีแค่อย่างเดียว
เล่นไม่ได้แล้ว...กีฬาทุกชนิดเหนื่อยหมดแต่เทนนิสนี้เหนื่อยแล้วร้อนด้วย เพราะเล่นตอน
ฝนตกไม่ได้แล้วต้องเล่นกลางแจ้ง แต่ไม่เลิกครับไม่คิดจะเลิก เพราะมันรักในสิ่งที่ทำ มัน
เลยทำให้มีความสุข คือมีความสุขในสิ่งที่เราทำมันก็เลยมีความสุข คือเราสุขกับเทนนิส
เราก้เลยมีความสุขมันเป็นแบบนี้ รักในสิ่งที่ทำ” (ID7)

เช่นเดียวกับกรณีของผู้ให้ข้อมูลที่เป็นนักกีฬาวิลแชร์เรสซิ่ง ที่มองว่ากีฬาที่ตนเล่นอยู่นั้น
ต้องตากแดดและต้องใช้พลังกำลังมาก คนที่ไม่รักจริงมักอดทนความเหน็ดเหนื่อยไม่ได้จึงไม่
ประสบความสำเร็จในการเล่นกีฬาประเภทนี้ แต่ที่ตัวเขาเองมีกำลังใจเล่นอยู่ได้เพราะเขามีใจรักใน
สิ่งที่ตัวเองทำ ดังที่ผู้ให้ข้อมูลรายนี้ได้กล่าวเอาไว้ว่า

“กีฬาอย่างนี้ต้องซ้อมกลางแจ้งกลางอะไร ถ้าใจไม่รักจริงก็เหนื่อยท้อหนีไปหลาย
คน” (ID8)

ต้องใจรักจริงเพราะว่ามันไม่เหมือนกีฬาชนิดอื่นพวกบาสพวก เทนนิสอะไรมันยิ่งเล่นยิ่งสนุกใช้มัย ถ้ายิ่งบาสยิ่งเล่นยิ่งมันยิ่งหลายคนด้วยแล้ว แต่ถ้าอันนี้ยิ่งซ้อมยิ่งเหนื่อย ยิ่งซ้อมมากก็ยิ่งเหนื่อยไปเรื่อยๆ(ID8)

อีกกรณีของผู้ให้ข้อมูลที่เป็นนักกีฬาิงธนู 2 ราย พบว่า ความเบื่อหน่ายในการฝึกซ้อม มิได้เกิดขึ้นในภาวะจิตใจของเขาได้เลย เพราะว่ากีฬาที่เขา รักได้กลายเป็นส่วนสำคัญในชีวิตของเขาไปแล้ว ดังนั้น การที่พวกเขาได้ทำในสิ่งตนเองรักและผูกพันทางใจทำให้รู้สึกว่าเป็นสุขและมุ่งมั่นมากกว่าการไม่ได้ทำสิ่งที่อยากทำ พวกเขาบอกว่า พวกตนนั้นซ้อมจนผูกพันกับธนูเหมือนติดยาเสพติดชนิดใดชนิดหนึ่งไปแล้ว ซึ่งถ้าวันใดที่ไม่ได้ซ้อมยิงธนูจะรู้สึกปวดเมื่อยตามร่างกายเหมือนผู้ป่วยยาเสพติดที่มีอาการลงแดง ดังที่ปรากฏในข้อมูลจากการสัมภาษณ์ว่า

“เหมือนยาเสพติด ผมเล่นธนูมา 7 ปี เต็มปีหนึ่งมี 365 วัน 66 วัน นะ ผมว่าผมจับธนูเสีย 360 วัน จับธนูโดยที่ผมไม่รู้เหตุผลเหมือนกันว่า ผมจับทำไมแต่ถ้าผมไม่จับแล้วผมอยู่ไม่ได้ นี่คือตัวผม...ก็คือบางทีถ้าผม ผมไม่จับนะ จะปวดเมื่อยตามร่างกายนี้ปวดเหมือนจะไม่สบายแบบเหมือนกับคนติดยาแล้วลงแดง นะผม (หัวเราะ) จริงๆ มันแบบว่าเป็นมันเป็นสารเสพติดสำหรับผมแล้วละ” (ID3)

“ถ้าเกิดว่าใจมันรักแล้วก็ไม่เบื่อนะ เพราะว่าใจมันรักแล้วรักที่จะเล่นกีฬา...ผมรักธนูแล้วละตอนนี้ (หัวเราะ) มันเหมือนไม่ได้ยิงแล้วเป็นอะไรไม่รู้จะนะ กลับไปอยู่บ้านก็เหมือนกัน จะต้องเอาคันธนูนะมาดึง ดึงไม่ได้ยิงก็หะ มาดึงเล่นดึงอะไรมันเหมือนว่า ถ้าได้จับได้สัมผัสกับมันก็เหมือนว่ารู้สึกดีกล้ามเนื้อจะคลายเลยนะ ถ้าเกิดเราไม่ได้ดึงมันจะปวดมันจะตึงมันปวดเมื่อยไปหมด จริงๆนะไม่รู้เป็นอะไรมันติดแล้ว” (ID5)

นอกจากนั้นยังมีกรณีของผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาว่ายน้ำหนักหญิง เธอได้กล่าวถึงความรักที่มีต่อการเล่นกีฬาของเธอ ครอบคลุมไปถึง การผูกพันกับบุคคลและกิจกรรม เพราะว่าเธอมีความสุขที่ได้ใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับทีมงานที่มีความเข้าใจและจริงใจ ดังที่ปรากฏในข้อมูลต่อไปนี้ว่า

“มันรักไปแล้วละ คือมันสนุก ได้เล่นแบบมันเจอเพื่อนที่รู้จักกันเข้าใจกัน โค้ชเค้าก็เข้าใจผู้จัดการทีมก็ดีอะไร เราอยู่ด้วยใจกันทั้งนั้น เราชักกีฬาใจรักอาชีพนี้ แล้วก็รักโค้ชรักเพื่อนรักอะไรมันผูกพันกันไปหมดแล้ว” (ID12)

2) กำลังใจที่ได้จากบุคคลรอบข้าง

บุคคลรอบข้างของนักกีฬาค้นพิการหมายถึงเพื่อน ครอบครัว และผู้ฝึกสอน ดังเช่นกรณีผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาิงธนูชายต้องประสบปัญหา เนื่องการทำงานร่วมกันของคนหลายฝ่ายซึ่ง

อาจก่อให้เกิดความกระทบกระทั่งกันได้ในบางครั้ง ตัวเขาเองแม้ว่าอาจจะไม่พอใจเกี่ยวกับระบบหรือไม่พอใจบุคคลในสังคมกีฬา เขามีความเห็นต่อสังคมกีฬาว่า “คนในอยากออกคนนอกอยากเข้า” แต่สิ่งที่ยึดเหนี่ยวเขาไว้ได้ คือ เพื่อน ดังที่ปรากฏในข้อมูลจากการสัมภาษณ์ ว่า

(ผู้วิจัย : ที่คนในอยากออก คนนอกอยากเข้า คือยังงั้นละ ในเมื่อพี่ยังไม่ออกนี่นา อะไรมันยึดไว้ได้หรือครับ อะไรทำให้อยู่)

อ้อ (หัวเราะ)...ก็นี่แหละกลุ่มเพื่อนๆ ในทีมเดียวกัน พอเข้ามาแล้วก็ พูดได้ว่ารักเหมือนกัน ชอบเหมือนกันแล้วพูดกัน มีอะไรก็ปรึกษาหารือกันในกลุ่ม มีอะไรก็ช่วยกันเตือนกัน (ID4)

เช่นเดียวกันกับผู้ให้ข้อมูลรายอื่นที่ไดกล่าวถึง ครอบครัวคือสิ่งสำคัญที่เป็นเหมือนยาชูกำลังให้ทำงานหรือช่วยเหลือจิตใจในยามท้อแท้ นักกีฬาคนพิการซึ่งมีความผูกพันรักใคร่กับครอบครัวเหมือนคนทั่วไป มีการได้รับกำลังใจจากครอบครัวที่สำคัญส่วนหนึ่ง คือ ครอบครัว เช่น

“จากครอบครัวสำคัญ จากครอบครัวพ่อแม่ เมียและลูก พ่อกับแม่นี่จะโทรหาบ่อยมากเกือบทุกวัน ไม่ใช่เฉพาะมาเป็นนักกีฬานะเมื่อก่อนก็เหมือนกันสมัยที่ยังไม่มีโทรศัพท์ก็เขียนจดหมายจดหมายถามไถ่ แต่พอมมาเป็นอย่างนี้ก็กำลังใจจากพ่อแม่ครอบครัว คนใกล้ชิด จากเพื่อนก็ส่วนหนึ่ง” (ID5)

“ก็ดีพี่ ให้กำลังใจ ให้กำลังใจตลอด อย่างพ่อแม่ แฟน ให้กำลังใจว่าเออซ้อมเป็นไงมันตามทุกซ์สุขดิบตลอด กินข้าวหรือยัง” (ID9)

โดยสรุปแล้ว ครอบครัวทุกคนซึ่งได้แก่พ่อแม่ บุตร ภรรยา แฟนกีฬาและเพื่อน รวมถึงผู้ฝึกสอนล้วนมีส่วนในการให้กำลังใจนักกีฬาคนพิการได้ต่อสู้กับความยากลำบากในการฝึกฝนหาประสบการณ์จนกว่าจะได้มาซึ่งชัยชนะ ดังกรณีผู้ให้ข้อมูลอีกสองรายได้กล่าววว่า

“มีคนให้กำลังใจเยอะๆอะไรอย่างนี้ บางคนก็คอยแนะนำคอยอะไรกัน ต้องทำตัวอย่างนี้ ต้องซ้อมแบบนี้ก็มีผล จากพ่อแม่บ้างจากเพื่อนบ้าง เพราะว่าบางครั้งเราก็มีท้อแท้เหมือนกัน แข่งได้ไม่ดี หรือว่าแพ้อะไรอย่างนี้ คนรอบข้างก็ให้กำลังใจ” (ID8)

“ส่วนมากเวลาไปไหนเค้าจะถามว่า ‘เป็นนักกีฬาหรือคะ’ ไซ้คะ ‘เป็นนักกีฬาอะไรคะ’ เก่งจังเลยขอให้ได้ชัยชนะนะคะ’ อะไรอย่างนี้ ส่วนมากจะผ่านมาเป็นอย่างนี้มากกว่า ‘เคยออกทีวีหรือป่าวหน้าตาคุณๆ’ ‘พี่เต็มทีไปเลย หนูดูอยู่นะ’ อะไรอย่างนี้” (ID12)

3) การคิดเพื่อสร้างกำลังใจ

การคิดเพื่อสร้างกำลังใจเป็นภาวะจิตใจของนักกีฬาคนพิการที่ใช้กลวิธีการคิดเพื่อสร้างแรงใจในการปฏิบัติหน้าที่หรือทำให้ยอมรับสภาพความพิการ ตลอดจนการคิดที่ทำให้มีแรงใจเพื่อจะเผชิญกับความท้าทายที่อาจเกิดขึ้นได้ในการฝึกซ้อม การคิดเพื่อสร้างกำลังใจที่ทำให้นักกีฬาคนพิการเกิดการเรียนรู้อย่างไม่ทอดย มีลักษณะต่างๆ ดังนี้

(1) การมองคนที่ด้อยกว่า

การมองคนที่ด้อยกว่าเพื่อสร้างกำลังใจของนักกีฬาคนพิการ คือ การมองเปรียบเทียบตนเองคนพิการด้วยกันที่พิการมากกว่า หรือเปรียบกับคนทั่วไปบางคนที่มีสภาพความเป็นอยู่ด้อยกว่าตนเอง เป็นการทำให้เกิดความสบายใจ ไม่ท้อแท้ต่อสภาพความพิการและสภาพความเป็นอยู่ในชีวิต ซึ่งนักกีฬาบางคนบอกว่า การมองคนที่เพียบพร้อมอาจก่อให้เกิดความท้อแท้และท้อแท้และไม่สบายใจอีกด้วย ดังกรณีผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬายิงธนูได้แบ่งปันประสบการณ์ชีวิตของตนแก่ผู้ที่ติดต่อ ว่า

“ตอนแรกก็การได้ออกสังคมน้อยๆ นะครับ กับการได้ดู ได้อยู่คลุกคลีกับกลุ่มเพื่อนๆ เห็นเพื่อนเค้าที่แ่กว่าเราเค้ายังสู้ แล้วทำให้เรามีกำลังใจขึ้น” (ID4)

“เราต้องมองแบบคนที่สู้สู้ว่าเค้าแ่กว่าเราซักนิดหนึ่ง เราจะได้มีกำลังใจว่าเรายังดีกว่าเค้า ถ้าเกิดเราไปมองคนที่เค้าดีกว่าเรา มันจะทำให้เราท้อ บางที่เราไปมองคนที่เค้าพร้อมทุกอย่าง แล้วเราเป็นอย่างนี้ แล้วเราบางทีเกิดความท้อท้อแล้วทำให้เราแบบ ไม่ ไม่สบายใจด้วย” (ID5)

อีกกรณีของผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวีลแชร์เรสซิ่ง พวกเขาได้ประสบกับคนพิการอีกมากมายที่ยังด้อยโอกาสทางสังคม ได้รับสิทธิในสังคมอย่างไม่ทั่วถึง การมองคนที่ด้อยกว่าเหล่านั้นทำให้พวกเขาเกิดกำลังใจขึ้นได้ เพราะว่า เมื่อได้เปรียบเทียบตนเองซึ่งเป็นนักกีฬากับสมาชิกในสังคมคนอื่นที่ด้อยใช้ชีวิตอย่างยากลำบากมากแล้ว พวกเขาจึงรู้สึกที่ตนเองยังโชคดีกว่าคนอื่นอีกหลายคน และคนที่สู้ชีวิตกว่าพวกเขายังมีอยู่อีก ดังที่ผู้ให้ข้อมูลกลุ่มนี้กล่าวไว้ว่า

“คนพิการเป็นขอทานเยอะแยะนี่พูดจากใจจริงนะ... สมมุติไปเรียนไม่ได้ เด็กต่างจังหวัดนะ เยอะแยะผมดูแล้ว บางคนโ้โหพิการแล้วแบบเค้าไปลำบากพ่อแม่เค้าเลย ไม่อยากให้ไปอะไรอย่างนี้ ไปเรียนลำบากอยู่ชนบทอยู่ต่างจังหวัดเยอะ... ถือว่าเจอนี้ดีที่สุดแล้วแหละที่ได้มาเป็นตัวแทนนักกีฬาทีมชาติไทย” (ID9)

“ผมเห็นคนพิการที่เค้าด้อยกว่าผมเยอะแยะ คนพิการที่เค้าเป็นมาก ถ้าเปรียบเทียบกับผมก็เป็นเหมือนกับคนปกติเลย ผมไม่เคยคิดน้อยใจเลยหลังจากที่ผมเห็น

เพื่อนๆ เหล่านั้น ผมคิดว่าผมมีโอกาสที่จะทำอะไรได้อีกเยอะเหมือนกับเป็นตัวแทนเพื่อนๆ ที่เค้าไม่สามารถที่จะออกมาสู่สังคมภายนอกได้ ก็ถือว่าเรายังโชคดีที่เรายังพิการแค่นี้” (ID10)

“ผมมีเพื่อนเรียนสมัยเรียนราชภัฏนะ เค้าเก็บขยะขายส่งตัวเองเรียนถึงปริญญาตรีได้ แล้วผมมองตัวเองกับเค้านี้ถามว่ามันต่างกันตรงไหน ต่างกันตรงที่ผมมีงานประจำ เค้าไม่มีงานประจำแต่เค้าหาค่าเทอมค่าใช้จ่ายของเค้าโดยการเก็บขยะแล้วมาเรียน ผมว่าเค้าสู้กว่าผมอีกนะ เพราะว่าอะไรคือถ้าเค้าไม่ออกหาเค้าก็ไม่ได้ แต่ผมกลางวันนั้นผมก็ ยังได้เงินเดือนด้วยนะ” (ID11)

(2) การเห็นคุณค่าในตนเองและประโยชน์ของสิ่งที่ทำ

ประสบการณ์ต่อชัยชนะในการแข่งขันที่ผ่านมา ทำให้นักกีฬาคนพิการภาคภูมิใจว่า สามารถพึ่งพาตนเองได้ เมื่อนักกีฬาคนพิการบางคนสามารถก่อร่างสร้างตัวขึ้นมาจากกีฬาเขารู้สึกว่าเป็นโชคดีของตนที่เกิดมาร่างกายพิการด้วยซ้ำ เพราะเมื่อเทียบกับในด้านฐานะทางเศรษฐกิจ แล้วนักกีฬาคนพิการมีฐานะดีกว่าคนปกติอีกหลายคน เห็นได้จากที่ผู้ให้ข้อมูลได้เล่าให้ฟังอย่างภาคภูมิใจ ว่า

“ก่อนเล่นนะรู้สึกที่ตัวเองไม่มีค่าเหมือนคนไม่มีค่าอะไร เป็นภาระครอบครัว เป็นภาระสังคม พอเล่นแล้วพอเราได้เหรียญรางวัลมา เออเฮ้ยเราได้เหรียญรางวัลมาเราสร้างชื่อเสียงให้กับประเทศนะ เราทำให้พ่อแม่ภูมิใจนะเราได้รางวัลอะไรมา ต่างกันตรงนี้” (ID9)

ผู้ให้ข้อมูลรายหนึ่งเคยมีประสบการณ์คิดฆ่าตัวตายเมื่อวัยเด็ก เพราะน้อยใจที่ไม่สามารถร่วมเล่นกีฬาประจำโรงเรียนร่วมกับเพื่อนคนอื่นได้ ปัจจุบันนี้เขามีความรู้สึกว่าโชคดีที่ไม่ทำเช่นนั้น และคิดว่าโชคดีที่เกิดมาพิการเพราะถ้าไม่พิการไม่รู้จะประกอบอาชีพอะไร ที่จะทำให้ประสบความสำเร็จในชีวิตได้เช่นที่เป็นอยู่ และเขายังได้บอกอีกว่าเขาอาจจะถูกฆ่าตัดตอนโดยพ่อค้ายาเสพติดไปแล้วก็ได้ เพราะช่องทางในการประกอบอาชีพในสังคมมีน้อย คนจนอาจหลงเดินทางผิดได้ง่าย แต่อย่างไรก็ตามวันนี้เขาคือคนพิการผู้โชคดีที่สามารถประสบความสำเร็จในชีวิต มีธุรกิจส่วนตัว เขาร่ำรวยกว่าเพื่อนสมัยเรียนชั้นประถมที่ลงไปเตะฟุตบอล เขาเข้าร่วมการแข่งขันครั้งนี้ เพื่อหาเงินทุนไปเสริมการประกอบธุรกิจส่วนตัว เช่นที่เขาได้ให้รายละเอียดไว้ว่า

“ผมคิดว่าผมมีโอกาสดี คือ โชคดีที่เกิดมาพิการ เพราะว่าถ้าไม่พิการบางที่เราสองคนอาจจะไม่รู้จักกันแล้วอาจไม่ได้มานั่งคุยกันด้วยซ้ำมั้ง ไม่รู้ปานนี้ผมอาจจะป็นกรรมกรก่อสร้างหรือเป็นอะไรอย่างอื่นก็ไม่รู้ หรืออาจจะตายเพราะถูกฆ่าตัดตอนเรื่องยาบง

ยาบ้าไปแล้วก็ไม่รู้ ใครจะไปรู้ใช้มั้ย ณ วันนั้น แต่ผมว่าทุกวันนี้ผมโชคดี โชคดีกว่าเพื่อน สมัยเรียนที่เค้ารังไปเตะบอลด้วยซ้ำ ทุกวันนี้ ผมกลับไปชัชฎามีเขาขอหลงขอเหล่า เพื่อนฝูง ผมก็ซื้อเหล่า ซื้อบุหรี่ยให้ดู” (ID11)

การเห็นประโยชน์จากกีฬาอีกอย่างหนึ่งคือ นักกีฬาคนพิการเห็นว่าการเก็บตัวฝึกซ้อมเพื่อการแข่งขันนั้นเป็นโอกาสที่จะได้ลุ้นเงินรางวัลจำนวนมากกว่าการทำงานประจำ ดังนั้น การฝึกซ้อมกีฬาเป็นงานอย่างหนึ่งซึ่งเพิ่มโอกาสให้เขาประสบความสำเร็จในชีวิต การคิดเช่นนั้นเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้พวกเขามีกำลังใจฝึกซ้อมอย่างไม่ย่อท้อ ดังกรณีผู้ให้ข้อมูลต่อไปนี้ได้บอกเจตนาเอาไว้ว่า สำหรับคนพิการอย่างพวกเขาแล้วกีฬาคือโอกาสที่จะนำมาซึ่งเงินก้อนใหญ่ โอกาสที่จะประสบความสำเร็จในชีวิต การได้เงินล้านจากการแข่งขันเหมือนกับการได้ย่นระยะทางการทำงานไปอีก20-30ปี เป็นต้น ดังที่ปรากฏในข้อมูลที่พวกเขาให้ไว้ ต่อไปนี้

“มันมีโอกาสมากกว่ามนุษย์เงินเดือน อย่างทำงานนี้ เอ้าเดือนละเจ็ดพันห้า ค่ารถ ค่ากินก็ต้องเสียถูกปะ แล้วคุณจะเหลือเก็บเท่าไร แต่ อย่างคุณเก็บตัวอย่างนี้ เงินที่เหลือคือ เจ็ดพันห้า อ้อ ไม่ต้องจ่ายอะไรแล้วนะ เจ็ดพันห้าเนี่ยะ ก็คือเก็บไปเลย 6 เดือนได้เท่าไร แล้วถ้าเกิดคุณไปอีกคุณประสบความสำเร็จอีก” (ID2)

“มันทำงานก็ดีอยู่ครับ แต่ว่าเงินจากการแข่งขันกีฬานี้มันจำนวนมากกว่า เหรียญรางวัลนะที่ได้มันเป็นหลักล้าน อย่างเหรียญทองนี่ถ้าเราได้เป็นหลัก 2 ล้าน ซึ่งถ้าเราเปรียบเทียบกับถ้าเราทำงานตั้งกี่ปีกว่าเราจะได้เก็บเงินล้าน กว่าจะได้เงินล้าน แต่ว่าถ้าเรา มาเก็บตัวนี้เต็มทีเลย 6 เดือนหรือปีหนึ่ง แล้วถ้าเราซ้อมกับมันเต็มที่ การได้เงินล้านถ้าได้มาปั๊บ มันเหมือนกับเราย่นระยะการทำงานไป ยี่สิบ สามสิบปี กับเงินล้าน” (ID10)

“มันอาจจะเป็นหนทางเดียวก็ได้ที่จะทำให้มีเงินก้อนขึ้นมาได้ ถ้าถามว่าตอนนี้พอหรือยัง มันก็เกือบจะพอแล้วละ ในความต้องการส่วนหนึ่งก็ประมาณว่าถ้าผมไม่เป็น ลูกจ้างเขาปั๊บก็สามารถไปประกอบการได้แล้ว อันนี้อาจจะเป็นผลของการว่าอาจจะเก็บหอมรอมริบมาส่วนหนึ่งจากกีฬานี้แหละ ถ้าพูดถึงจากการทำงาน ไม่เหลือ” (ID13)

ประโยชน์ของการเล่นกีฬาทำให้นักกีฬาคนพิการมีการพัฒนาทั้งร่างกายและจิตใจ เพราะว่าการเล่นกีฬาทำให้ผู้เล่นมีสุขภาพที่ดี และการเล่นกีฬาทำให้ผู้เล่นมีสติรวมถึงการรู้จักการคิดวิเคราะห์ ผู้ให้ข้อมูลบางคนที่เคยใช้ชีวิตอยู่ในโรงงานเมื่อมองตนเองในอดีตเทียบกับตนเองในปัจจุบัน เขาเห็นกีฬาเหมือนเครื่องช่วยบำบัดชีวิตจากสภาวะไร้ค่าไปสู่การมีคุณค่าและความหมาย การคิดเช่นนี้เป็นการสร้างกำลังใจอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้นโดยอัตโนมัติเมื่อเขาเห็นคุณค่าของกีฬา ดังที่เขาได้เปิดเผยว่า

“ผมล้มเหลวตั้งแต่ทำงานในโรงงาน ทำงานโรงงาน ผมหาเข้ากินค่า เดือนละห้า พัน แกรมติดยาอีกต่างหาก ก็ไม่รู้ซิคนใต้เราบ้างที่ก็สิ่งแวดล้อมมันพาไป แต่ไม่ว่าคนที่ไหน ถ้าอยู่กับสิ่งแวดล้อมพวกนี้มันมีอบายมุขทั้งนั้น แล้วการมาเล่นธนูของผมนี้ ผมคิดว่าถูก แล้วละที่ผมเล่นติดที่ทีมชาติมาได้ เริ่มเล่นเมื่อปี 44 ก็นับถึงปีนี้ก็ 7 ปี เต็มๆแล้วหละ ก็ผมคิดว่าผมเล่นธนูแล้วมันทำให้ผมใจเย็นขึ้นแล้วสุขุมรอบคอบมากขึ้นกว่าเดิม” (ID3)

อีกกรณีของผู้ให้ข้อมูลที่เป็นนักกีฬาวิลแชร์เทนนิส ถึงแม้ว่าเขาจะไม่เคยใช้ชีวิตออกนอก ลู่วาง แต่ประโยชน์ของการเล่นกีฬาสำหรับเขาเป็นสิ่งที่ทำให้สุขภาพดี และถ้าได้เล่นกีฬาแล้วได้ เงินมาใช้ด้วย เมื่อรวมกันแล้วทั้งหมดคือสิ่งที่คิดแล้วเกิดกำลังใจทำให้ฝึกซ้อมกีฬาได้อย่างไม่ ท้อถอย ดังที่เขาบอกว่า

“จริงอยู่ว่าเป็นนักกีฬามันเหนื่อยแต่อย่างน้อยถามชื่อว่า สุขภาพมันซื้อได้มั๊ย สุขภาพนะซื้อไม่ได้หรือกินมั๊ย ซื้อด้วยเงินไม่ได้สุขภาพนะ เราต้องมาออกกำลังกายต้อง มาเล่นกีฬา แต่ถามว่าถามอีกส่วนหนึ่งว่า คนส่วนหนึ่งเค้าไม่ได้รักตรงกีฬาเค้าก็พอใจ ตรงจุดนั้น แต่ผมนะถ้าเกิดเป็นนักกีฬาด้วยแล้วมีสวัสดิการตรงนี้ด้วยมันก็เหมือนกับ โบนัส สุขภาพแข็งแรงแล้วยังมีสวัสดิการอีก” (ID7)

(3) การคิดถึงเป้าหมาย

ตราบใดที่บุคคลผู้มีเป้าหมายยังเดินทางไปไม่ถึงเป้าหมายสูงสุดในชีวิต ตราบนั้นเขายัง ต้องก้าวต่อไปโดยที่ไม่อาจก้าวถอยหลังได้ คำกล่าวนี้สรุปได้จากข้อมูลการสัมภาษณ์นักกีฬาคน พิการผู้คิดถึงเป้าหมายเพื่อสร้างกำลังใจให้ตนเอง การคิดถึงเป้าหมายเป็นการสร้างกำลังใจอย่าง หนึ่งที่เปรียบเหมือนไฟชีวิตส่องนำทางให้พวกเขาก้าวอย่างเพื่อสู้ต่อไปได้ในโลกของกีฬาคนพิการ เช่น เมื่อถามผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬายิงธนูชายรายหนึ่งว่าทำไมถึงซ้อมได้อย่างไม่เบื่อหน่าย คำตอบที่ได้ คือ

“ที่ถามว่าไม่เบื่อบ้างหรือที่เล่นทุกวันนี้ ถ้าคนเรานะ คนเราถ้ามีการทำท่ายังไม่ ถึงสุดยอดของชีวิต นักไต่เขาก็อยากให้ไปถึงยอดเขา แต่เค้าก็มีความฝันของเค้า ผมก็มี ความฝันของผม ที่จะเป็นสุดยอดของธนู” (ID3)

อีกกรณีของผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวิลแชร์เทนนิส เขาได้ให้ข้อมูลพอที่จะนำมาสนับสนุน ความคิดนักกีฬายิงธนูชายข้างต้นได้ว่าเขามีกำลังใจสู้ต่อไปเพราะว่ายังไม่ถึงจุดหมาย ปลายทางที่ใฝ่ฝัน ดังที่เขาบอกว่า

“นักกีฬาทุกคนมันต้องมีความฝัน หมายถึงว่านักกีฬา เหมือนฟุตบอลนักกีฬา ฟุตบอลทุกคนต้องหวังให้ได้ไปบอลโลก เหมือนนักกีฬาทั่วไปหวังจะได้ไปโอลิมปิกส์ แล้วเหมือนนักกีฬาพวกผมหวังว่า ครั้งหนึ่งในชีวิตได้ไปพาราลิมปิกส์อะไรประมาณนี้ มันเป็นความใฝ่ฝัน” (ID7)

การคิดถึงเป้าหมายนอกจากจะเป็นแรงใจผลักดันให้นักกีฬาคนพิการมุ่งหน้าใฝ่คว้าเป้าหมายในชีวิตอย่างไม่ท้อถอยแล้ว ยังช่วยปลอบประโลมไม่ให้นักกีฬาคนพิการรู้สึกท้อใจได้อีกด้วย ดังที่ผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวีลแชร์เทนนิสที่เคยมีประสบการณ์เกิดความคิดในช่วงที่เหน็ดเหนื่อยว่า บางครั้งคิดว่าไม่รู้ว่ามีคนไปทำไม แต่เมื่อคิดถึงเป้าหมายแล้วทำให้มีกำลังใจขึ้นอีกครั้ง ดังที่เขาให้ข้อมูลไว้ว่า

“บางทีถ้าเรามองแค่นี้ มันท้อแล้วมันเหนื่อย ‘ทำไปทำไมวะ!’ แต่ถ้าเรามองมันไปไกลๆ คือมองเห็นอนาคตว่า เออถ้าเกิดเราซ้อมไปหนักๆแล้วเราได้เหรียญได้มีชื่อเสียงได้มีเงินทองขึ้นมามันจะทำให้รู้สึกท้อไม่เหนื่อย” (ID7)

เช่นเดียวกันกับผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬายกน้ำหนักชาย สำหรับเขาแล้วการคิดถึงเป้าหมาย ว่าการประสพชัยชนะสามารถช่วยเหลือตนเองและครอบครัวได้ ทำให้เขามีกำลังใจตั้งใจซ้อมอย่างไม่ใส่ใจความเหน็ดเหนื่อยเมื่อยล้า ดังที่เขาให้ข้อมูลว่า

“ถ้าทำได้ปั๊บ เงินมา เกียรติมา สองอย่าง บางทีในลักษณะหนึ่งเราคิดว่าเราสามารถช่วยเหลือตัวเองได้แล้วเราสามารถช่วยเหลือคนอื่นได้อีก คนอื่นในที่นี้อาจจะเป็นครอบครัวเรา พ่อแม่เรา เราสามารถหาหนทางนี้ได้บ้าง มันก็เป็นแรงผลักดันให้ หนึ่งมีความตั้งใจซ้อม ตื่นมาต้องตั้งใจซ้อมต้องรู้จักคิดที่จะพัฒนากำลังของเราให้มันมากขึ้น” (ID13)

(4) การเปลี่ยนคำดูถูกให้เป็นพลัง

ในบางครั้งการสร้างกำลังใจให้ตนเองไม่จำเป็นต้องเกิดจากความคิดบวกเสมอไป การนำคำพูดที่บุคคลอื่นสบประมาทหรือดูถูกเหยียดหยามมากระตุ้นตนเองให้เกิดความพยายามอย่างต่อเนื่อง เป็นวิธีการคิดอย่างหนึ่งที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในภาวะจิตใจ คือ ก่อให้เกิดการผูกติดกับเป้าหมายว่าต้องทำให้ได้แล้วส่งผลต่อการกระทำเพื่อให้เกิดการบรรลุเป้าหมายที่ตั้งไว้ ดังเช่นผู้ให้ข้อมูลที่นักกีฬานักกีฬายิงธนูหญิงได้เล่าประสบการณ์เกี่ยวกับการปีนป่ายขึ้นมายุในฐานะนักกีฬาคนพิการระดับแนวหน้าของประเทศได้ ด้วยการสร้างแรงใจจากการดูถูก เธอเล่าว่าเคยได้รับเหรียญรางวัลปลอบใจแต่เพราะมีนักกีฬารุ่นพี่พูดดูถูกว่าที่ได้นั้นเป็นเหรียญที่เหลือ ซึ่งว่า

โดยความสามารถแล้วไม่ควรได้เหรียญ ทำให้เธอเกิดแรงผลักดัน มีกำลังใจฝึกซ้อมโดยมีเป้าหมาย อยู่ที่การลบค่าสประมาทให้ได้ ดังที่ปรากฏในตัวอย่างคำพูดที่ได้ยกมาให้เห็น ดังนี้

“อาจจะมีแรงผลักดัน แบบว่ามีคนเคยว่าเรา มันก็เลยกลายเป็นว่า ชั้นต้องขึ้นมา ให้ได้”

“บ่งเอิญว่า เหรียญเค้าเหลือ เค้าก็แจกเรา แล้วเราก็เข้าใจนะว่าเหรียญมันเหลือ เค้าก็ไม่อยากเก็บ แต่มีพี่อีกคนหนึ่งเค้าก็แบบ ‘โ้ยย นี่อะนะยังได้แค่เเยาะมันไม่สมควรได้ เหรียญหรอกระ ที่เค้าแจกเพราะเหรียญมันเหลือต่างหากละที่เค้าแจก...’ คือเค้าก็ไปว่าอะไรไป แล้วมีคนมาเล่าให้ฟังแล้วแบบแค้นใจใจ เออชั้นรู้ว่า ชั้นยังได้คะแนนน้อยมันไม่สมควรได้เหรียญก็จริง แต่ที่เหรียญเค้าเหลือเค้าแจก ชั้นก็รู้แต่ทำไมต้องมอดอกย้ำให้เราแบบว่า อาย ก็กลายเป็นว่า ชั้นต้องทำให้ได้ชั้นต้องได้ที่หนึ่งในประเทศไทย จะต้องทำให้ดีทำให้ได้ นั้นแหละมันก็ได้มาเรื่อยๆ” (ID2)

2.2.6 ใจที่พร้อมสู้

โดยทั่วไปความกังวลในอนาคตมักทำให้เกิดความหวาดกลัวและความท้อถอย หรือในบุคคลบางคนที่เคยมีประสบการณ์ล้มเหลวอาจไม่กล้าที่จะเผชิญหน้ากับปัญหาอะไรอีก แต่ในภาวะจิตใจของนักกีฬาคนพิการที่กำลังฝึกซ้อมเพื่อพัฒนาตนเองกลับไม่ยอมให้ความรู้สึกขลาดกลัวมาปิดกั้นการพัฒนาตนเองได้เลย ซึ่งพวกเขาแต่ละคนที่ผ่านชีวิตมาจนกระทั่งได้เป็นนักกีฬา ชั้นแนวหน้าในปัจจุบันได้มิใช่เพราะไม่เคยล้มเหลวมาก่อน ในที่นี้จากคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลซึ่งเคยผ่านชีวิตทั้งด้านผิดหวังและสมหวังอย่างเห็นได้ชัดนั้น แฝงไว้ด้วยข้อคิดหรือคติประจำใจต่างๆ มากมาย โดยสรุป เป็นการแสดงถึงลักษณะทางภาวะจิตใจของนักกีฬาคนพิการที่ใช้คิด เพื่อสร้างความรู้สึกองอาจกล้าหาญในการเผชิญอุปสรรคต่าง ๆ เพื่อการมุ่งสู่ชัยชนะ เช่น

ผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬายิงธนู ที่ต้องนั่งรถวีลแชร์ ทั้งที่เขาไม่ได้พิการมาแต่เพิ่งได้กำเนิด แต่เพราะถูกรถชนในช่วงชีวิตที่เป็นนักศึกษา กำลังจะจบปริญญาตรี ปัจจุบันนี้เขาได้มีคติแนวคิดมอบให้แก่ผู้ที่กำลังเผชิญปัญหาชีวิตในการให้สัมภาษณ์ ว่า

“อย่าเดินหนีปัญหาแล้วกันให้สู้กับปัญหา เพราะ ทุกคนมันก็มีปัญหาอยู่นอกจากใครรู้หรือไม่รู้ เหมือนบางคนมีอะไรพร้อม มีรถมีบ้าน มีหน้าที่การงานที่ดี พอเจอปัญหาแล้วทำไมต้องฆ่าตัวตาย เพราะเขายอมรับมันไม่ได้ ต้องเดินไปหามันต้องเดินกล้าชน อย่าเดินหนีปัญหาให้สู้ปัญหา” (ID4)

หรือกรณีของผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวิลแชร์เทนนิสผู้ซึ่งกำลังไล่ล่าความเป็นหนึ่งด้านกีฬาเทนนิส แม้ปัจจุบันนี้เขายังมีโอกาสต้องประสบความล้มเหลวและความสำเร็จได้เท่ากัน แต่ความคิดหนึ่งที่ทำให้เขากล้าเผชิญความผิดพลาดที่อาจจะเกิดขึ้นคือ เขาคิดว่าไม่มีใครที่ไม่เคยผิดพลาด หรือล้มเหลว ดังที่เขากล่าวไว้ว่า

“คือครั้งแรกทุกคนจะน้อยมากที่จะประสบความสำเร็จได้ในครั้งแรกที่ทำ อย่างลงมือทำอะไรสักอย่างหนึ่ง คนที่ไม่ผิดพลาด คนที่ไม่ล้มเหลว คือคนที่ไม่ทำอะไรเลย” (ID7)

และสำหรับกรณีของผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวิลแชร์เรสซึ่งอีกรายหนึ่ง เขาคิดว่าสำหรับเขาแล้วขอให้ได้สู้ แม้ว่าจะไม่ประสบความสำเร็จในสิ่งที่ทำ แต่ทุกสิ่งที่ทำนั้นนำมาซึ่งการเรียนรู้แก่เขาได้เสมอ ดังที่เขากล่าวไว้ ว่า

“ขอให้ได้สู้ ได้ทำ จะประสบความสำเร็จหรือไม่ก็แล้วแต่ ขอให้เราได้ลงมือทำก่อน ผมว่าไม่ว่าเราจะทำอะไรก็ตามล้มเหลวไม่ประสบความสำเร็จ แต่เรารู้แล้วว่าสิ่งที่เราทำมันคืออะไร ผมว่ามันได้จากตรงนั้นมากกว่า” (ID10)

เช่นเดียวกับผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาคนพิการชายอีกรายหนึ่งที่ไม่ยอมพ่ายแพ้ให้กับชะตาชีวิต เมื่อเขาออกจากบ้านด้วยความคิดว่าต้องได้ตีกลับไป ปัจจุบันในวันพักผ่อนแม้ว่าชัยชนะสูงสุดของเขาอยู่ที่ระดับเอเชียนพาราเกมส์ แต่ชัยชนะครั้งต่อไปของเขาคือ ระดับโอลิมปิกส์ของคณพิการ หากชื่นชมเขาในฐานะนักต่อสู้ ประโยคที่ว่า “สังคมนี้ไม่มีที่อยู่ สำหรับคนอ่อนแอ” คือคำตอบที่เขาให้ข้อมูลกลับมา ดังที่ปรากฏในตัวอย่างคำพูดด้านล่างนี้

“อันนี้ไม่รู้สิมันสอนให้แกร่งแต่เกิดนะ ถ้าพูดถึงใจ มันต้องสู้ ประมาณว่า ต้องบอกตัวเองว่าสังคมนี้ไม่มีที่อยู่สำหรับคนอ่อนแอ ต้องคิดอย่างนั้น เราต้องแกร่ง”(ID13)

จากตัวอย่างคำพูดซึ่งเป็นทั้งข้อคิดและคติประจำใจที่ได้ถูกยกมาข้างนี้แสดงให้เห็นถึงความกล้าที่จะเผชิญปัญหาในการฝึกซ้อมซึ่งแฝงอยู่ในภาวะจิตใจ ความกล้าจึงถือเป็นองค์ประกอบหนึ่งของภาวะจิตใจที่เอื้อต่อการฝึกซ้อมเพื่อมุ่งสู่ชัยชนะของนักกีฬาคนพิการ

สรุป ผลจากการวิเคราะห์ข้อมูล ภาวะจิตใจระหว่างการฝึกซ้อมของนักกีฬาคนพิการ ประกอบด้วย 2 ประเด็นย่อย ดังนี้

1. ภาวะจิตใจที่เป็นอุปสรรคต่อการฝึกซ้อม ประกอบด้วย ภาวะไร้สมาธิและความกดดันทางอารมณ์ ความรู้สึกกังวลด้วยเหตุที่หลากหลาย และความเครียดเพราะข่าวสารและการปรับตัว

2. ภาวะจิตใจที่เอื้อต่อการฝึกซ้อม ประกอบด้วย สมาธิและการใช้ทักษะสงบจิตใจ ความอดทนทั้งร่างกายและจิตใจ ความพยายามอย่างแรงกล้า ความรับผิดชอบในหน้าที่และวิถีที่ตนเลือก การมีกำลังใจในการฝึกซ้อม และใจที่พร้อมสู้

3. ภาวะจิตใจระหว่างการแข่งขัน

ภาวะจิตใจระหว่างการแข่งขันของนักกีฬาคนพิการ หมายถึงสภาวะซึ่งประกอบด้วยอารมณ์และความคิดที่นักกีฬาคนพิการผู้เข้าร่วมการแข่งขันรวมระยะเวลาตั้งแต่เข้าสู่พิธีการจนกระทั่งจบการแข่งขัน ซึ่งผู้ให้ข้อมูลได้ระลึกถึงแล้วเปิดเผยจากประสบการณ์ในอดีตเพื่อให้ข้อมูลในการสัมภาษณ์ และข้อมูลที่ได้สามารถแบ่งตามคุณภาพภาวะจิตใจอันเป็นส่วนหนึ่งของภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะ ได้ 2 ประเด็นต่อไปนี้

3.1 ภาวะจิตใจที่เป็นอุปสรรคต่อการได้ชัยชนะ

เมื่อนักกีฬาคนพิการได้ก้าวเข้าสู่การแข่งขันซึ่งจะได้นำเอาทักษะและประสบการณ์ฝึกซ้อมทั้งหมดออกมาประชันหรือใช้เพื่อเอาชนะคู่แข่งซึ่งเป็นนักกีฬาคนพิการด้วยกัน ประสบการณ์เกี่ยวกับอุปสรรคระหว่างการแข่งขันที่นักกีฬาคนพิการนำมากล่าวถึง คือ สภาวะทางใจได้รับผลกระทบจากสถานการณ์ในช่วงที่จิตใจขาดสมาธิหรือเพราะจิตใจไม่จดจ่อกับสิ่งที่ควรกระทำ ตรงหน้าอย่างแท้จริง ลักษณะภาวะจิตใจที่เป็นอุปสรรคต่อการแข่งขันที่นักกีฬาคนพิการผู้ให้ข้อมูลกล่าวถึง มีดังนี้

3.1.1 ความหวังที่กดดันภาวะจิต

ความรู้สึกกดดันในระหว่างการแข่งขันเกิดขึ้นจากการที่ภาวะจิตใจของนักกีฬาคนพิการถูกบีบคั้นจากความคาดหวังของตนเอง หรือเกิดขึ้นเมื่อรับรู้การคาดหวังจากคนรอบข้างที่มีต่อนักกีฬามากจนเกินไป ทำให้เกิดความรู้สึกอยากทำและมุ่งมั่นที่จะทำได้พร้อมไปกับความขุ่นมัวและไม่สบายใจ ซึ่งภาวะดังกล่าวอาจทำให้เกิดการบั่นทอนศักยภาพในการแข่งขันได้ เช่น

ผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาฟันดาบหญิงเคยมีประสบการณ์ที่ได้รับรู้ความคาดหวังจากบุคคลรอบข้าง ซึ่งได้แก่จากผู้ฝึกสอน จากนักข่าว หรือจากนายกสมาคม ตลอดจนจากบุคคลที่เกี่ยวข้อง และแม้แต่จากตัวเองที่หวังว่าถ้าชนะแล้วได้เงินเพื่อใช้ในการสร้างตัวหรือชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีได้ เป็นต้น เมื่อมีความคาดหวังมากความกดดันทางจิตในกี้อยิ่งเพิ่มขึ้นมากตามไปด้วย ดังที่เธอเล่าว่า

“พอเรารู้ว่าใครหวัง เราก็หวังว่าต้องได้เหรียญทอง คือเหมือนกดดัน กดดันว่า ถ้าเราไม่ได้จะทำอย่างไร คือ ทุกอย่างมันกดดันเราหมดเลย”

“รู้สึกว่ามันหวังมากแล้วเราไม่ได้อย่างหวัง มันจะรู้สึกบั่นทอนตัวเองแล้วกดดันตัวเองด้วย” (ID1)

สำหรับเธอแล้วความกดดัน ถ้าหากมีมากเกินไปจะนำไปสู่ความเครียดได้ อีกทั้งอาจทำให้เธอต้องการที่ปรึกษาหรือการระบายความอัดอั้นในใจกับบุคคลอื่นที่นอกเหนือไปจากเจ้าหน้าที่ ผู้ที่เกี่ยวข้องกับการแข่งขันโดยตรง ดังที่เธอกล่าวว่า

“ไม่มีนักจิตวิทยาตามไปด้วย คือเราไม่รู้หรอก เราไม่ได้ระบายอะไรกับใครไป หรือว่าอะไร เราไม่ได้ระบายด้วยแหละ...ณ เวลาแข่งขันแล้วไม่มีใครที่จะให้เราระบายด้วย หรือเปล่า ด้วยเราด้วยจิตเราไม่แข็งด้วยหรือเปล่า” (ID1)

เช่นเดียวกับกรณีของผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬายิงธนูเพศชาย เขาได้เล่าให้ฟังถึง ประสบการณ์ความกดดันทางจิตใจของตนเองที่เกิดขึ้นในช่วงเวลาที่ทำกรแข่งขัน ว่ายิ่งเข้าใกล้ ชัยชนะมากเท่าไร ความรู้สึกกดดันยิ่งมากตามไปด้วยทำให้บางครั้งเขาไม่อาจควบคุมรูปแบบ การยิงให้อยู่ที่ลักษณะที่เอื้อต่อการได้ชัยชนะ ดังที่ปรากฏในการให้ข้อมูลว่า

“ผมว่า มันเป็นไปโดยอัตโนมัติหรือเปล่าผมไม่แน่ใจนะ พอเข้ามามันมีผลได้เสีย ถ้าเกิดว่า แพ้ก็คือแบบ ไม่มีโอกาสแล้วรอบนี้อัดเข้าที่แล้ว ถ้าเกิดว่าชนะเราก็ก้าวเข้าไป ใกล้เหรียญอีกก้าวหนึ่งไปเรื่อยๆ ถ้าเกิดว่าเราแพ้เราก็ดมดลิตร์ตรงนั้น แล้วมันจะมุ่งมาก เกินมุ่งกับอ่าชัยชนะเกินแล้วมัน ทำให้เราบางทีควบคุมฟอร์มตัวเองไม่ได้” (ID5)

อีกกรณีของผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวิลแชร์เรสซึ่งซึ่งเคยประสบความสำเร็จในการแข่งขัน สูงสุดระดับเหรียญทองจากพาราลิมปิกส์เกมส์ เช่นเดียวกับนักกีฬารายอื่นที่มีความหวังที่กดดัน จิตใจมากเกินไป เขาได้บอกเล่าประสบการณ์ของตนเองที่เคยทำพลาดในการแข่งขันว่า เพราะ ความหวังที่มีมากเกินไปทำให้กดดันตัวเองทำให้เกิดการละเมิดกติกาในการแข่งขัน จนทำให้ตัว เขาถึงกับโดนไล่ออกไม่ได้แข่งในรอบชิงชนะเลิศ ดังที่ปรากฏในตัวอย่างข้อมูลในการให้สัมภาษณ์ ของเขา ว่า

“ผมเคยหวังตอนเอเธนส์นะร้อยเมตรผมหวังมากเลยอย่างน้อยก็ติดหนึ่งในสาม แต่ครั้งนั้นผมออกตัวฟาล์วทั้งสองครั้งเลย พอหวังมากแล้วรู้สึกว่าเป็น คือ ครั้งแรกผมยอมรับ ว่าตั้งใจออก ชิงออกไป วัตถุประสงค์ผมเลย ผมยอมออกไปได้สิบกว่าเมตรคนที่สี่ที่ห้าที่หกที่ เจ็ดมันไม่ตามผมออกไป ออกไปแค่ผมกับอีกคนหนึ่งกรรมการยิงปืนนัดสอง โป่ง โป่ง

พาล์วครั้งแรก พอครั้งที่สองผมแคชยับตัว มันโป่งๆเลย ไล่ผมออกไม่ได้แข่งรอบชิงชิง มันก็เลยรู้สึกว่ามันหวังมากแล้วเราไม่ได้อย่างหวัง มันจะรู้สึกบั่นทอนตัวเอง แล้วกดดันตัวเองด้วย” (ID11)

3.1.2 ความกลัวที่บั่นทอนจิตใจ

ในการแข่งขันกีฬาชกมวยมีผลได้ผลเสียที่เกี่ยวกับเงินรางวัล ความกลัวที่เกิดขึ้นในระหว่างการแข่งขันเป็นอาการทางจิตใจที่นักกีฬาคนพิการไม่ยอมพ่ายแพ้ และไม่ยอมให้ตนเองและคนรอบข้างผิดหวัง ซึ่งผู้ให้ข้อมูลบางคนบอกว่าการกลัวเสียใจ หรือกลัวทำให้คนอื่นผิดหวัง ดังนั้นจากข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลหลักเกี่ยวกับภาวะจิตใจช่วงระหว่างการแข่งขัน พบว่า เมื่อเจอคู่แข่ง นักกีฬาคนพิการบางคนกลัวว่าจะทำผิดพลาด หรือทำได้ไม่ดีเท่าคู่แข่ง ยิ่งเมื่อได้พบกับนักกีฬาคนที่ตนเองเคยพ่ายแพ้มาแล้วอดีต ความทรงจำที่ยังฝังใจทำให้นักกีฬาเกิดความกลัวพ่ายแพ้ตั้งแต่แรกเจอหน้าเลยก็ได้ เช่น

ผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาฟันดาบหญิง ได้กล่าวถึงความหวาดกลัวคู่แข่งที่มีฝีมือสูงว่า เมื่อเธอรู้อัจฉลจากจัดคู่ได้เจอกับนักกีฬาที่เคยได้ชิงชนะเลิศด้วยกันมาแล้วเธอรู้อัจฉลกว่ากลัว

“เรายอมรับว่าเรากลัวเค้าเพราะเค้าเก่ง เค้าเก่งพอๆกับเรา นิดเดียว พลาดนิดเดียวเราก็แพ้เลย” (ID1)

ในอีกกรณีที่เธอประสบปัญหาเกี่ยวกับความพร้อมด้านร่างกายประกอบไปด้วยแล้ว ทำให้เธอยังไม่อาจรังความกลัวไว้ไม่ให้เกิดกับจิตใจได้ เธอบอกว่ามันธรรมดา มีใครบ้างที่ประสบเหตุการณ์เช่นเดียวกับเธอแล้วจะไม่รู้สึกกลัว ดังที่เธอได้ให้ข้อมูลถึงประสบการณ์ครั้งนั้น ว่า

“อะไรว่า เจอมันอีกแล้ว ฝรั่งเศษชนะมันสองแต้ม ใต้วันชนะเค้าเยอะหน่อย สามแต้ม พอไปฝรั่งเศษชนะสองแต้ม เยอรมันชนะแต้มเดียว ใครบ้างไม่กลัว ร่างกายเราอ่อนแอแล้วทำไมเราถึงไม่กลัว” (ID1)

เช่นเดียวกับกรณีของผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬายิงธนูชาย ที่เคยมีประสบการณ์พ่ายแพ้ต่อคู่แข่งที่มีฝีมือดีกว่า เมื่อการแข่งขันครั้งใหม่ได้จัดขึ้นอีก และต่างคนต่างก็เป็นตัวแทนของแต่ละชาติที่ถูกส่งมาเป็นตัวแทนในการแข่งขัน การพบกันอีกครั้งในสนามแข่ง ทำให้เขาผู้ที่เคยมีประสบการณ์พ่ายแพ้มาแล้วในอดีต ไม่อาจควบคุมความกลัวไว้ได้ ภาวะจิตใจที่มุ่งชัยชนะของเขา จึงมีความกลัวคู่แข่งร่วมไปด้วยในการแข่งขัน สภาพการณ์การแข่งขันจึงไม่ราบรื่นสำหรับตัวเขาเลย ดังที่ผู้ให้ข้อมูลรายนี้ได้เปิดเผยเอาไว้ว่า

“เรายิง มันเริ่มแพ้จากจากข้างในละ พอเราเจอมันเราจะจำใจ ห่า!นี่เราเคยเจอมาแล้ว เคยแพ้มาแล้ว คือใจเราจะคิดไปก่อนแล้ว เราเหมือนแพ้จากข้างในแล้ว จากนั้นก็แพ้มันจริงๆ พอเข้าไปยิงกันแล้ว อู้หูจากที่ไม่เคยหลุดก็หลุด หลุดหมายความว่า หลุดออกนอกแดนไปเลยนะ หลุดไปอยู่สีน้ำเงิน สีดำเลยนะ ยิงหลุด ยิงหลุด ก็แพ้มัน ถ้าเกิดชนะมันได้ ก็คือไปชิงเหรียญทอง” (ID5)

3.1.3 ความประมาทเพราะมั่นใจตนเองเกินไป

ความประมาท หมายถึง การขาดการระลึกรู้ได้หรือไม่ได้ใส่ใจกับสิ่งที่กำลังกระทำและสิ่งที่ควรกระทำในเวลาที่เหมาะสม นักกีฬาที่มั่นใจในความสามารถตนเองหรือมุ่งเอาชนะมากเกินไป อาจนำไปสู่ความประมาทต่อฝีมือคู่แข่ง เช่น

ผู้ข้อมูลหลักซึ่งเป็นนักกีฬายิงธนูหญิงได้กล่าวถึงประสบการณ์ครั้งที่ตนเองพ่ายแพ้ให้แก่คู่แข่งที่ตนคิดว่าฝีมือด้อยกว่า เพราะเธอคิดว่าเขายิงได้ไม่ดีเท่าเธอ คะแนนที่เธอเห็นเขายิงได้นั้นถึงอย่างไรเธอก็ชนะ สุดท้ายแล้วสิ่งที่เธอต้องประสบ คือ ความพ่ายแพ้ เพราะมั่นใจตนเองเกินไป ดังที่เธอเล่าให้ฟัง ว่า

“จากที่ ถึงยังงั้นฉันต้องชนะพอ พอตกแพ้ไปอย่างนี้ ความรู้สึกว่ามันจะสลายไปเลยนะ แบบหืออะไรวะ ทำไงเราแพ้ ทำไมเราคิดว่าเราชนะทำไมมันไม่ชนะ ด้วยความที่เรามั่นใจเกินไป เราไม่ได้คิดถึงอย่างอื่น ไม่คิดถึงว่าการยิงหรือว่าจะไรอย่างนี้ มันทำให้เราล้มตรงนั้นไปเลย” (ID2)

เช่นเดียวกับกรณีของผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬายิงธนูชาย เขาเคยมีความประมาทในการแข่งขัน โดยคิดว่าตนเองมีฝีมือดี การแข่งขันที่กำลังจะเกิดขึ้นนั้น เขาจะสามารถชนะได้เหรียญแล้วได้เงินรางวัลมาแน่นอน จนลืมท่าร่างหรือวิธีการยิงที่ต้องใส่ใจให้มาก และแล้วความชะล่าใจของเขาก็ได้นำมาซึ่งความพ่ายแพ้ ดังที่เขาได้เล่าถึงประสบการณ์ที่พ่ายแพ้ให้ฟัง ว่า

“ชะล่าใจด้วยแหละ คือมั่นใจตัวเองเกินไปแล้วมันทำให้เราล้ม โห!หลังจากตั้งความหวังไว้สองเหรียญ บิบไม่เหลือซักเหรียญ” (ID5)

3.1.4 ความตื่นเต้นเมื่อเข้าสู่สนามแข่ง

ความตื่นเต้นเป็นลักษณะของภาวะจิตใจนักกีฬาคณพิการที่ได้รับผลกระทบจากการเผชิญกับบรรยากาศที่ต้องคาดการณ์ถึงสิ่งที่กำลังจะเกิดขึ้นหรือผลได้ผลเสียอันไม่แน่นอน ผู้ให้ข้อมูลบางคนได้กล่าวถึงอาการที่ตื่นเต้นว่าเขาตัวสั่น ซึ่พจรเต้นเร็ว แต่ไม่ได้มีความกลัวอยู่ในใจเลย

นอกจากนี้ความตื่นเต้นของนักกีฬาคนพิการเกิดขึ้นได้ทั้งช่วงที่เริ่มเข้าสู่การแข่งขัน และขณะทำการแข่งขัน เช่น

ผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวีลแชร์เทนนิส ได้บอกเล่าถึงประสบการณ์ความตื่นเต้นเมื่อก้าวเข้าสู่สนามแข่งขันเทนนิสว่า ถึงแม้ไม่มีความกลัวแต่ตัวเขาก็มีความตื่นเต้นจนตัวสั่น แต่อุปสรรคนี้ไม่ได้เกิดขึ้นนานนักมันก็จะหายไป เพราะจิตใจทั้งหมดของเขาต้องไปจดจ่ออยู่กับการแข่งขัน ดังที่เขาได้อธิบายถึงประสบการณ์ด้านภาวะจิตใจตนเองช่วงนั้น ว่า

“ครั้งแรกที่ลงไปสนาม มันรู้สึกตื่นเต้น มือนี้สั่นแบบตื่นเต้น ครั้งแรกแต่พอเล่นไปได้ซักพักร่างกายเราออร์มมาเต็มที่ ทีนี้เริ่มเห็นคู่ต่อสู้ว่าเล่นยังไง เราก็ต้องถามคู่ต่อสู้ด้วย เล่นยังไงเราพอจะสู้ได้มัย แต่ถามว่ากลัวมัยไม่กลัว แต่คือมันสั่นนะ มันสั่นแบบคือไม่รู้จะบอกไม่ถูกมันสั่น มันตื่นเต้น แต่ถามว่ากลัวมัย ไม่กลัว” (ID7)

ส่วนในกรณีของผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬายิงธนู ผู้ที่เคยมีประสบการณ์ที่เข้าแข่งขันด้วยความคาดหวังอันเหลือล้น และมุ่งเอาชนะมากจนทำให้เกิดความตื่นเต้นในภาวะจิตใจ เขาจึงไม่อาจรวมจิตใจให้เป็นสมาธิเพื่อการยิงธนูที่ดี ทำให้เขาประสบความพ่ายแพ้ ทั้งที่ฝีมือการยิงธนูในภาวะจิตใจปกติไม่ได้แตกต่างกันมาก เมื่อเขาได้ใคร่ครวญถึงประสบการณ์ในอดีตเขาจึงได้กล่าวถึงภาวะจิตใจที่เป็นอุปสรรคต่อการได้ชัยชนะเอาไว้ว่า

“มันตื่นเต้น เวลาที่เราเข้าเส้นเข้าดวลอะไรอย่างนี้ บางที เข้าไปชิงแบบรอบนอกเอาท์ อะไรอย่างนี้ เค้าก็ยังไม่ค่อยเข้าเท่าไหร่ออก แต่ทีนี้เรามันลนลานไปเองไง บางทีมันตื่นเต้นแบบโง่โง่ไม่รู้ซึ้งซึ้งจริงนี่ตื่นแบบนับครั้งไม่ถ้วน แบบว่ามันตื่นเต้น มันเอาตัวเองไม่อยู่ ทีนี้ก็มาทบทวนดูว่า เอ้อถ้าเกิดว่าเราสามารถควบคุมตรงนี้ได้นะ ฝีมือมันก็ไม่แตกต่างกันเท่าไหร่ออก” (ID5)

3.2 ภาวะจิตใจที่เอื้อต่อการได้ชัยชนะ

จากประสบการณ์ของผู้ให้ข้อมูลหลักพบว่าช่วงที่ทำการแข่งขันจิตใจมักจดจ่ออยู่กับเกมส์การแข่งขันที่อยู่ตรงหน้าเท่านั้น เมื่อถามถึงสภาพจิตใจผู้ให้ข้อมูลหลักที่เป็นนักกีฬาคนพิการมักไม่ได้สังเกตว่ามีความเปลี่ยนแปลงใดๆโดยละเอียดมาก อย่างไรก็ตาม เมื่อนักกีฬาได้ใคร่ครวญดูถึงภาวะจิตใจที่มุ่งชัยชนะของตนเองแล้ว ผลพบว่า ภาวะจิตใจที่เอื้อต่อการได้ชัยชนะของนักกีฬาคนพิการที่เป็นผู้ให้ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้ สรุปเป็นประเด็นย่อยได้ 3 ประเด็น คือ

3.2.1 การใช้สมาธิในการแข่งขัน

การมีสมาธิของนักกีฬาคนพิการช่วงที่แข่งขันเพื่อให้ได้ชัยชนะ คือ การทำให้สงบนิ่งมีความแน่นอนเป็นอารมณ์เดียว มุ่งตรงต่อวิธีการหรือทักษะกีฬาเพื่อการแข่งขันเท่านั้น ซึ่งความจริงแล้วกรณีที่นักกีฬามีทักษะความสามารถด้านกีฬาทุกอย่างเท่ากัน สิ่งที่เป็นจุดตัดสินการได้ชัยชนะคือ ภาวะจิตใจ ถึงแม้ว่าช่วงก่อนการแข่งขันภาวะจิตใจอาจจะประกอบด้วยความตื่นเต้น ความกดดัน และความกลัว แต่เมื่อเข้าสู่สนามแข่งนักกีฬาคนพิการโดยมากจะมีภาวะจิตใจมุ่งตรงต่อการแข่งขันอย่างเดียวเท่านั้น พวกเขาู้จักการควบคุมจิตใจไม่ให้ซัดส่าย หรือฟุ้งซ่าน เพราะถ้าหากจิตใจไม่นิ่งมากพอแล้วมักจะเป็นสาเหตุให้ประสบความพ่ายแพ้ได้ เช่น

กรณีของผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวีลแชร์ฟันดาบนั้น เธอมีความเห็นว่านักกีฬานั้นมีความพร้อมด้านต่างเท่ากัน แต่ถ้าใครก็ตามที่จิตใจวอกแวกในช่วงที่มีการแข่งขันแม้แต่เล็กน้อย ก็จะทำให้ศักยภาพในการแข่งขันลดลงได้ ดังที่เธอกล่าวว่า

“ทุกอย่างเพอแพ็กเท่ากัน มันอยู่ที่ใจละ แล้วสมองมันจะสั่งอย่างไร ถ้าเรา ใครก็ตามวอกแวกไปหนึ่งมันก็ขาด ก็เหมือนคนเรียนหนังสือ ไข่ม้อย เก่งเท่ากันแต่ถ้าวอกแวกนิดหนึ่งใจคิดไปเรื่องอื่นนิดหนึ่งมันก็ไปแล้วมันเป็นอย่างนั้นจริงๆ สำคัญที่สุดคือสมาธิ สมาธิจริงๆ” (ID1)

ผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬายิงธนูกล่าวถึงการมีสมาธิเมื่อครั้งที่ประสบชัยชนะ ว่าต้องรักษาภาวะจิตใจไม่ให้รวนเร ในช่วงที่ทุ่มเทใจให้กับการแข่งนั้นแม้แต่ความคิด สมาธิของพวกเขาคือการขจัดความรู้สึกอยากได้ชัยชนะให้หายไปจากจิตใจในขณะที่ทำการแข่งขัน เช่นการที่ผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬายิงธนูหญิงกล่าวว่า

“อยากชนะ แต่เราก็ไม่ได้แสดงออก ไม่ได้แสดงความ ไม่ได้ออกมาว่าเราอยากชนะ ก็คือเก็บอารมณ์ไว้ แบบว่า นิ่งๆ เวลายิงก็จะ ทำให้ดีที่สุด ตั้งใจนึกถึงฟอร์มการยิงนึกถึงอะไรที่แบบ ทำสมาธิก่อน ใจเย็นๆ” (ID2)

เช่นเดียวกับผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬายิงธนูเพศชาย เขาได้กล่าวถึงประสบการณ์ที่ได้ใช้สมาธิว่าแม้ว่าหวังอยากจะชนะแต่ช่วงที่ทำการแข่งขันจิตใจไม่ได้นึกถึงชัยชนะ แต่ภาวะจิตใจของเขาช่วงนั้นมีแต่ความคิดว่าทำให้ดีที่สุดแค่นั้น ดังที่เขาบอกว่า

“ถามว่าผมหวังมั๊ยผมก็หวัง แต่ตอนแข่งขันเนี่ยผมไม่คิดถึงชัยชนะเลย ผมไม่คิดถึงชัยชนะ ผมคิดถึงแต่ผมทำตรงนั้นให้ดีที่สุด บางทีเนี่ยะ มีคนเคยถามเหมือนกันว่า คุณชนะแล้วนะคุณไม่ดีใจหรือ แล้วผมก็ถามว่า หรือ ชนะแล้วหรือ” (ID3)

การใช้สมาธิในนักกีฬาคนพิการผู้ที่กำลังแข่งขัน มีลักษณะถูกนำมากล่าวถึงแตกต่างกันตามบุคคลและสถานการณ์ เช่น กรณีของนักกีฬายิงธนูชายบุคคลเดียวกันเล่าถึงประสบการณ์ที่ต้องตัดใจจากความคิดกังวลถึงแม่ที่กำลังป่วยแล้วตั้งใจมุ่งตรงหรือระลึกถึงอยู่กับการแข่งขันเท่านั้นว่า

“ถ้าผมจับธนูเมื่อไหร่ผมก็ทุ่มเทให้มันเต็มที่ ไม่ว่าจะทางบ้านผมจะเจอปัญหาอะไร ครั้งหนึ่งที่ ที่มาเลขนั้นแหละ แม่ผมเข้าไอซียู แต่ผมจำเป็นต้องไปแข่ง จำเป็นต้องไปแข่ง วันนี้แม่เข้าไอซียู คืนนี้ผมขึ้นเครื่อง ผมต้องตัดใจให้ได้... ตัดใจได้ ก็ได้ทั้งสองประเภทที่ตามมา” (ID3)

ส่วนกรณีของผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวีลแชร์เรสซิ่ง พวกเขาได้เล่าถึงประสบการณ์ที่ได้เจอกับคู่ต่อสู้ที่มีสถิติการทำเวลาในการแข่งขันดีกว่า ซึ่งอาจทำให้เกิดความกลัวหรือตื่นเต้น การจัดการกับอารมณ์ดังกล่าวคือการทำให้หนึ่งสงบ โดยที่บางคนอาจจะใช้วิธีการเอาใจไปจดต่ออยู่ที่ลมหายใจเพื่อสงบอารมณ์หรือความคิดที่ฟุ้งพล่าน เช่นการที่พวกเขาได้เปิดเผยถึงภาวะจิตใจตนเองในช่วงเวลาดังกล่าว ว่า

“ก่อนจะแข่งทุกคนมีสติอยู่ใช่ไหม ว่าสถิติเราระดับนี้ เค้ารระดับนี้ สมมุติว่าเค้าสถิติดีกว่าเรา ก็ต้องแบบพยายามทำคือใจต้องให้หนึ่งไว้ละ ต้องนิ่งให้สู้เค้าได้ เพราะว่าพวกนี้มันถ้าใจสู้แล้วละก็บางทีผลงานจะออกมาดี (ID8)

“ไม่ต้องเกร็งไม่ต้องซีเรียสอะไรก็ไปตามจังหวะของเรา... เราก็พยายามที่จะควบคุมจังหวะการหายใจของเราให้มันนิ่งกว่าปกติที่สุด หลายๆวิธี หายใจลึกๆไม่ต้องคิดอะไรมาก ฟังเสียงปี่อย่างเดียว...บางเกมส์เราก็ทำได้แล้วมันออกมาดีด้วย” (ID11)

ในลักษณะที่ใกล้เคียงกันผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาน้ำหนักหญิงได้กล่าวถึงภาวะจิตใจของเธอขณะที่แข่งว่าตั้งใจยกให้ได้เหมือนที่ซ้อมมา ไม่สนใจเสียงใดๆรอบข้าง เมื่อเธอรขึ้นไปนอนบนบาร์เตรียมยกน้ำหนักนั้น ภายในใจของเธอมีแต่สมาธิอย่างเดียวเท่านั้น เช่นที่เธอเล่าว่า

“สมาธิคือ เวลาเรายกเหล็กเราก็คิดถึงเหล็ก เวลาลงนี่ก็ถึงตอนลง เวลาขึ้นนี่ก็ถึงเวลาขึ้น เราอย่าคิดถึงเรื่องอื่น หนูเราอย่าฟังอะไร เราต้องตั้งใจ ว่ายกอย่างเดียว” (ID12)

3.2.2 ความพยายามในสถานการณ์ที่เป็นรอง

ความพยายามของนักกีฬาคนพิการในขณะแข่ง คือ การใช้ทักษะที่ได้ฝึกฝนมาให้สุดความสามารถโดยไม่ย่อท้อ แม้ว่าบางครั้งจะตกอยู่ในสถานการณ์ที่เป็นรอง เช่น กรณีของผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวีลแชร์เทนนิสทั้งสองราย พวกเขาได้เล่นถึงประสพการณ์ที่ได้เอาชนะคู่แข่งที่มีลำดับชั้นฝีมือที่เหนือกว่าได้ โดยไม่ท้อถอย แม้ว่าจะเจอคู่แข่งที่ตัวโต พวกเขาจะพยายามอย่างไม่ลดละในการปั่นรถวีลแชร์ไล่ตีได้ทุกลูก แม้ว่าลูกที่ฝ่ายตรงข้ามตีมาจะเป็นลูกที่ยาก จนอาจจะไล่ไม่ทันก็ตาม ดังที่ผู้ให้ข้อมูลทั้งคู่ได้เล่าประสพการณ์เพื่อเป็นข้อมูลการวิจัย ว่า

“เราทุ่มเทกับมันมาก ก็เล่นไปเรื่อยๆ ถึงบอกว่า ตอนแรกมันก็มีมือหนึ่งอยู่หลาย คนผมก็ไปไล่เก็บมาทีละคนๆ กว่าจะขึ้นมาตรงนี้ได้ก็ยากเหมือนกัน บางคนตัวใหญ่มากเลย โหกว่าจะชนะเค้าได้ พอชนะแล้วก็ชนะมาตลอด” (ID6)

“เราต้องทำให้ได้ คือในสนาม ยังไงละ ไม่ยอมแพ้ หมายถึง ถ้าเป็นเทนนิสอะไรก็ได้ เก็บทุกลูกแล้วไม่ทิ้ง ไม่ว่าจะเป็ลูกที่ว่ายากๆ แต่เราก็ไม่ทิ้ง” (ID7)

หรือในกรณีที่เกี่ยวข้องกับความพยายามในภาวะจิตใจของนักกีฬาวีลแชร์เรซซิ่ง สำหรับพวกเขาแล้วความพยายามคือ การทำให้ดีที่สุดไม่ยอมลดละการปั่นรถวีลแชร์ไล่เพื่อแข่งหน้าคู่แข่งให้ได้ หรือต้องปั่นให้เร็วที่สุดเพื่อเข้าสู่เส้นชัยก่อนคู่แข่งคนอื่น แม้ว่าจะตกอยู่ในสถานการณ์ที่เป็นรองก็ตาม ดังที่พวกเขาได้ให้ข้อมูลว่า

“เวลาลงแข่ง ถึงเราจะเป็นรองหรือว่าจะไรรายนี้ เราก็ต้องพยายาม” (ID8)

“พยายามที่จะทำให้ตัวเองถึงเส้นชัยให้เร็วมากที่สุดแหละครับ พยายามจะทำให้ดีที่สุด แล้วก็พยายามที่จะทำให้ได้เหมือนที่ซ้อมมา” (ID10)

3.2.3 กำลังใจในการแข่งขัน

กำลังใจในการแข่งขันคือ การที่นักกีฬาคนพิการมีแรงหรือพลังกำลังใจที่ใจจะสู้อย่างไม่ท้อถอย ลักษณะกำลังใจที่เกิดขึ้น ได้จากการคิดเพื่อสร้างกำลังใจ และการได้กำลังใจจากคนรอบข้าง แม้ว่าช่วงขณะทำการแข่งขันนักกีฬาจะมีภาวะจิตใจมุ่งตรงต่อสิ่งที่อยู่ตรงหน้ามากที่สุดแต่พลังกำลังใจส่วนหนึ่งนั้นได้มาจาก กำลังใจจากคนรอบข้าง

ซึ่งผู้ให้ข้อมูลที่เป็นักกีฬาวีลแชร์เทนนิสบางคนที่ได้ให้ความสำคัญส่วนนี้กล่าวว่าตนเองต้องการกำลังใจ จากการเชียร์จากแฟนกีฬาชาวไทยเช่นเดียวกับนักกีฬาปกติทั่วไปทุกประการ เช่นดังที่เขาบอกเล่า ว่า

“ถ้าไปแข่งต่างประเทศกำลังใจนี้แหละจากคนไทย เหมือนนักกีฬาทั่วไปแหละ เวลาจะแข่งอย่างนี้ ก็ขอให้ชาวไทยทุกคนช่วยส่งกำลังใจเชียร์ก็เหมือนกัน จิตใจเหมือนกัน ต่างกันแค่สภาพร่างกายเท่านั้น แต่จิตใจมีความคิดเหมือนกันหมด” (ID7)

ในกรณีเดียวกัน ผู้ให้ข้อมูลได้เล่าประสบการณ์ที่ได้รับจากผู้สนับสนุนกีฬาคนพิการ ว่า ถ้าเป็นการแข่งขันระดับประเทศเมื่อนักกีฬาคนพิการได้รับการสนับสนุนจากหน่วยงานต่างๆทำให้เขารู้สึกว่าตัวเองเป็นคนที่มีความสำคัญหนึ่ง และเขามีกำลังใจในการเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาคนพิการ ในฐานะตัวแทนของชาติ ซึ่งเขาได้บอกเล่าว่า

“ถ้าเป็นตัวแทนทีมชาตินี้พูดง่าย ๆ คือคนที่สนับสนุนเป็นสปอนเซอร์อย่างนี้ เค้ายกพาไปเทคแคร์พาไปเลี้ยงอาหารก่อน พาไปฉลองก่อน ให้กำลังใจว่าเออถ้าคุณทำได้แบบนี้ คุณก็เป็นส่วนหนึ่งของประเทศไทย หนึ่งใน 60 ล้านคน มีบัตรประชาชนเหมือนกันมีความสามารถที่จะทำชื่อเสียงให้กับประเทศไทยได้อะไรแบบนี้ เค้ายกกำลังใจ แล้วก็เค้ายังหวังว่าเราน่าจะทำอะไรประมาณนี้” (ID7)

ภาวะจิตใจของผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวีลแชร์เรซซิ่ง ก็ไม่ได้มีความแตกต่างไปจากผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวีลแชร์เทนนิส เขาก็รู้สึกเช่นเดียวกับนักกีฬาทั่วไป คือต้องการแรงใจที่สนับสนุนในการแข่งขันกีฬาคนพิการ ซึ่งเขาบอกว่าที่สนับสนุนการแข่งขันกีฬาคนพิการนั้น นอกจากรัฐบาลแล้วได้รับจากเอกชนน้อยมาก โดยเฉพาะที่ไม่ใช่บริษัทนั้นไม่มีเลย เกี่ยวกับประเด็นนี้เขาได้บอกว่า

“อยากให้เค้าเป็นกำลังใจเชียร์ ให้ความสนับสนุนอย่างนี้ ที่สนับสนุนเนี่ยะไม่มีเอกชนเลยนะ มีแต่จากรัฐบาล เอกชนคือพวกบริษัท ก็มีบ้างบางบริษัทที่มาให้การสนับสนุน” (ID9)

แต่ถึงแม้คนอื่นจะให้กำลังใจอย่างไรก็ตาม ในช่วงเวลาที่ทำการแข่งขันจริงแล้ว สิ่งที่เป็นที่พึงพิงทางใจให้กับนักกีฬาเองคือ การให้กำลังใจตัวเอง เช่นกรณีของผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวีลแชร์เทนนิสคนหนึ่ง เขาได้ให้กำลังใจตนเองด้วยการนึกถึงชัยชนะหรือตั้งเป้าหมายเล็กๆกับคู่ต่อสู้ที่เก่งกว่าตัวเขามากเพื่อที่จะทำให้ตนเองมีกำลังใจในการแข่งขัน ว่า

“ผมเคยเจอมือหนึ่งของโลกใช้มั้ยครับ ผมก็ตั้งเป้าหมายว่าผมจะต้องเอาเกมส์หนึ่งให้ได้ ได้หนึ่งเกมส์ครับ ได้หนึ่งเกมส์ก็คือ 6 ต่อ 1 อะไรอย่างนี้ อาจจะแพ้ 6 ต่อ 1 ก็ได้ไม่เป็นไร เราเอาให้ได้หนึ่งเกมส์ ซึ่งผมทำได้แค่ 2 เกมส์ผมก็โอเคแล้ว ผมก็ชื่นใจแล้วคือเราก็มีกำลังใจแล้วได้สองเกมส์เนี่ยะมันก็ยังสูงกว่าเป้าหมายที่เราตั้งไว้” (ID6)

3.2.4 การจัดการความกลัวและเข้าใจให้สู้

ความกล้าในการแข่งขันของนักกีฬาคนพิการคือ การที่ภาวะจิตใจมีความฮึกเหิมอยากสู้ โดยที่ไม่มีความกลัวเกรงใดๆอยู่ในภาวะจิตใจ ผู้ให้ข้อมูลที่ได้ตระหนักถึงความกล้าในการแข่งขัน กล่าวถึงความกล้าไว้ในลักษณะต่างๆดังนี้

ผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวิลแชร์ฟันดาบกล่าวถึงประสบการณ์เกี่ยวกับความกล้าว่า ความกลัวจะมีในใจเฉพาะช่วงที่ก้าวไปสู่สนามแข่งเท่านั้น แต่เมื่อเริ่มแข่งขันเอาจริงแล้วความกลัวก็จะหายไปเหลืออยู่แต่ความกล้าที่จะใช้ทักษะการใช้ดาบที่ได้ซ้อมมา ซึ่งถ้าใจมีความกลัวทักษะที่ซ้อมมากก็ไม่อาจใช้ได้ เธอได้แสดงความเห็นเกี่ยวกับประเด็นความกล้าในภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะ ว่า

“ตอนแข่งไม่กลัวแล้ว ถ้ากลัวเราจะเล่นอะไรไม่ได้ แต่ก่อนจะแข่งนี่จะทำให้มีัย คนนี้แชมป์โลกนะนี่ เอละกลัวละแต่พอถึงเวลาปุ๊บตัดความกลัวไปหมดแล้ว เอละจะเล่น”

“กล้า ที่จะเล่น กล้าในสิ่งที่จะเล่น ที่เราคิดว่าเอาออกมาแล้วเล่นได้ แต่เราไม่เอาออกมา กล้าที่จะเล่น คำเรียกว่ากล้าที่จะเล่น กล้าที่จะเอาสิ่งที่เราซ้อมมาเล่นดู ว่า มันจะได้หรือเปล่าถ้าเราไม่กล้าที่เล่นถ้าเรามีความกลัวเราก็ทำไม่ได้” (ID1)

ผู้ให้ข้อมูลที่ เป็นนักกีฬาคนพิการซึ่งต้องใช้ความกล้าในการแข่งขันบางคนได้กล่าวถึงวิธีการคิดเพื่อที่จะทำใจ หรือคิดเพื่อเข้าใจให้กล้าต่อสู้ด้วยแนวคิดที่หลากหลายน่าสนใจ เช่น การคิดว่าไม่มีอะไรจะหนักไปกว่าการมีสภาพร่างกายพิการอีกแล้ว หรือการคิดว่าสู้แล้วตายกับถอยแล้วตายอย่างไรดีเท่ากัน เป็นต้น วิธีการคิดดังกล่าวเป็นการจัดการความกลัวและยังช่วยเข้าใจจิตใจให้เกิดความรู้สึกอยากลงแข่งหรือลงสู้โดยไม่ต้องคำนึงให้มากกว่า ผลจะออกมาอย่างไร เช่น

กรณีที่ผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬายิงธนูชายเคยตอบคำถามเมื่อมีรุ่นพี่ถามว่าจะเข้าร่วมการแข่งขันเพื่อคัดตัวหรือไม่ เขาจะตอบกลับอย่างทำทนายว่าตนเองก็แน่เหมือนกัน เมื่อถามต่อไปว่าทำไมถึงมีความกล้า เขาตอบดังนี้ ว่า

“ใจคนเรา ถ้ามันลุกขึ้นมาจากหลุมแล้วนะ ผมคิดว่าผมตายไปแล้วตอนแรกนะ คือคิดว่ามันลุกขึ้นมาจากหลุมแล้วละ ก็เฉียดตายมาแล้ว จะมีอะไรเสียอีกใช้มะ คนเรานี้มันต้องชนเสมอ ไม่ว่าเหตุการณ์เลวร้าย แม้กระทั่งเราขาขาดเราก็ผ่านมาแล้ว อันนี้มันแค่เกมส์ แค่เกมส์กีฬา” (ID3)

เมื่อเข้าสู่สนามแข่งขันแล้วผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวิลแชร์เทนนิสได้ใช้ความกล้า เพื่อแข่งขันเอาชัยชนะ ซึ่งเขาได้ฝ่าฟันผ่านคู่ต่อสู้ที่อยู่ในมือวางอันดับต้นๆของโลกไปอย่างไม่ย่อ ไม่

หวาดหวั่น แม้ว่าคู่แข่งจะแข็งแกร่งมากกว่าเพียงใด เขาเปิดเผยว่าความกลัวมีอยู่ในจิตใจของทุกคน แต่เพื่อชัยชนะแล้วเขาจำเป็นต้องขจัดความกลัวออกไปจากใจให้ได้ ดังปรากฏในข้อมูลที่เขาได้กล่าวเพื่อให้สัมภาษณ์ไว้ ว่า

“มันก็มีแต่พวกแข็งๆทั้งนั้นเลย แต่ผมก็ผ่านทีละคนๆ...คือผมไม่กลัว ผมสู้ เล่นแมทหนึ่งสามเซตประมาณสามชั่วโมงกว่า ตอน world math นะ 3 เซต แล้วเค้าเป็นมือวางอันดับทั้งนั้นเลย ตอนนั้น ranking ผมอยู่ที่ประมาณ 116 ของโลกแล้วที่ผมเจอรอบแรกเจอชาวออสเตรเลียมือ 60 กว่า แล้วพอรอบสองเจอญี่ปุ่น 20 ของโลก ตอนแรกผมก็ไม่คิดว่าจะผ่านมาได้หรอก” (ID7)

“ต้องชนะใจตัวเองก่อนถึงจะไปชนะคู่แข่งที่ต้องชนะใจตัวเองให้ได้ ขจัดความกลัวให้ได้ คือความกลัวมันอยู่ในใจทุกคน ทุกคนมีความกลัวแต่เราต้องขจัดตรงนั้นออกให้ได้” (ID7)

วิธีการคิดที่นักกีฬาวิลแชร์เทนนิสซึ่งเป็นผู้ให้ข้อมูลรายนี้ใช้ เป็นการปลุกเร้าความกล้าที่มีมาลบล้างหรือเอาชนะความกลัวในใจตนเอง จากประสบการณ์ที่ผู้ให้ข้อมูลกล่าวถึงนั้นเป็นวิธีการคิดบีบตัวเองให้มีทางเลือกเพียงสองทางคือ อยู่หรือตาย เมื่อใจเขาคิดอยากที่จะอยู่ก็ต้องเลือกหนทางสู้เพียงอย่างเดียวเท่านั้น ความกลัวของหายไปเพราะความหวังเพื่อการอยู่รอด ซึ่งเป็นกลวิธีการคิดรูปแบบหนึ่งที่ทำให้ชนะใจตนเอง จนเกิดความกล้าขึ้นในภาวะจิตใจมุ่งชนะ ดังจะเห็นได้จากตัวอย่างข้อมูลในการบอกเล่า ว่า

“พอถึงจุดๆหนึ่ง ถ้าเกิดเรากลัว กลัวแล้วตีไปเสีย ไม่กลัวแล้วตีไปเสียอะไรดีกว่า เหมือนกับถอยแล้วตายกับสู้แล้วตายอะไรดีกว่า ก็เลยต้องสู้ สู้แล้วบางทีอาจจะมีทางรอดนั้นแหละก็เอาชนะใจตัวเองให้ได้ก่อน พอเอาชนะใจตัวเองสู้ไม่กลัวอะไรแล้ว มันก็จะทำให้ชนะคู่แข่ง” (ID7)

สรุป ผลการวิเคราะห์ข้อมูลภาวะจิตใจระหว่างการแข่งขันของนักกีฬาคนพิการ ประกอบด้วยภาวะจิตใจ 2 กลุ่มตามคุณภาพของภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะ คือ

1. ภาวะจิตใจที่เป็นอุปสรรคต่อการได้ชัยชนะ ได้แก่ ความหวังที่กีดตันภาวะจิตใจภาวะจิตใจ ความกลัวที่บั่นทอนจิตใจ ความประมาทเพราะมันใจตนเองเกินไปและความตื่นเต้นเมื่อเข้าสู่สนามแข่ง

2. ภาวะจิตใจที่เอื้อต่อการได้ชัยชนะ ได้แก่ การใช้สมาธิในการแข่งขัน, ความพยายามในสถานการณ์ที่เป็นรอง กำลังใจในการแข่งขัน และการขจัดความกลัวและเร่าใจให้ลู่

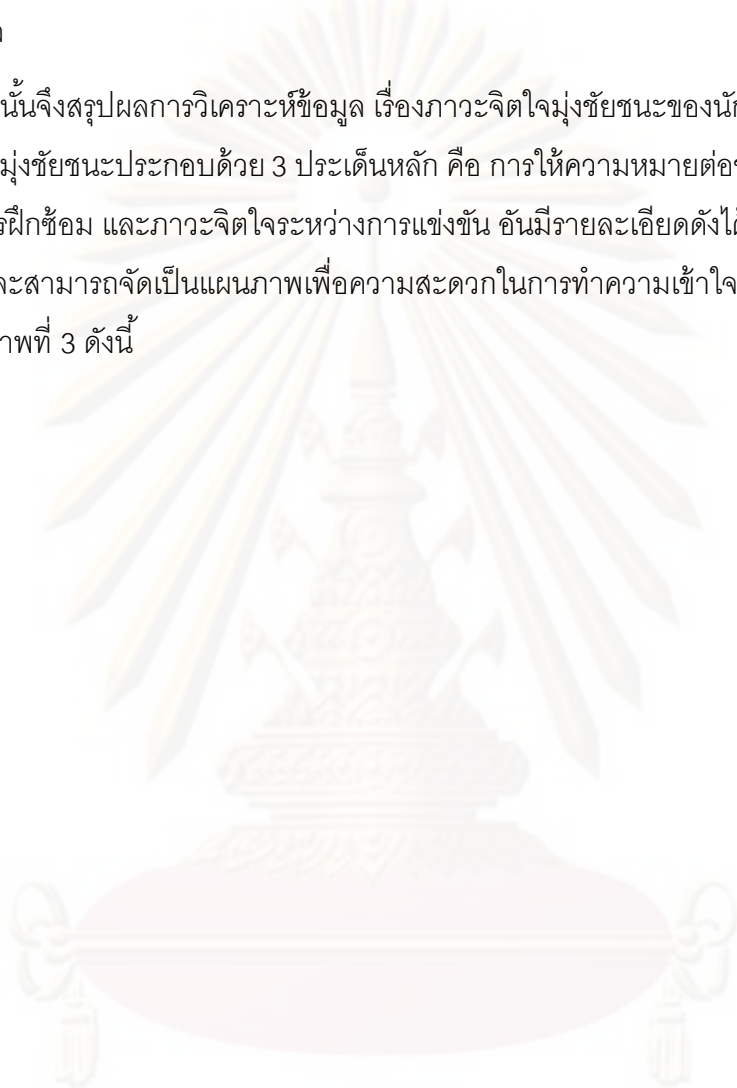
จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลทั้งหมดที่กล่าวมา แสดงให้เห็นว่า บุคคลผู้พิการได้พลิกผันชีวิตวิถีชีวิตตนเองเข้าสู่โลกแห่งการแข่งขันกีฬา และดำเนินไปตามหนทางเพื่อให้ได้มาซึ่งชัยชนะ ด้วยการให้ความหมายต่อชัยชนะ ว่า ชัยชนะคือ สิ่งสวยงาม หอมหวาน ยิ่งใหญ่ ไม่มีนักกีฬาคนใดที่ไม่ต้องการชัยชนะ ความหมายอีกอย่างหนึ่งของชัยชนะคือ ความสุขที่นักกีฬาทุกคนต้องการ แต่เมื่อนึกถึงชัยชนะในแง่ของการปฏิบัติเพื่อให้ได้มาซึ่งชัยชนะแล้ว นักกีฬาคนพิการผู้ให้ข้อมูลหลักในการวิจัยนี้ จึงให้ความหมายของชัยชนะอีกประการหนึ่งว่า ชัยชนะ คือ สิ่งที่ได้มาโดยยาก และนักกีฬาคนพิการยังมองว่า สิ่งที่ได้จากชัยชนะ คือ เกียรติยศและความภาคภูมิใจ เงินรางวัลเพื่อชีวิตที่ดีกว่า ตลอดถึงการตอบแทนบุญคุณพ่อแม่ก็ถือว่า เป็นสิ่งที่ได้กระทำเมื่อประสบชัยชนะ

ในขณะที่นักกีฬาคนพิการกำลังฝึกฝนตนเองเพื่อใฝ่คว้าชัยชนะ ต้องประสบกับอุปสรรคที่เกิดขึ้นจากปัจจัยภายนอกและภายใน ดังนั้น ภาวะจิตใจของนักกีฬาคนพิการในช่วงที่ฝึกซ้อม การศึกษาครั้งนี้พบว่า ภาวะจิตใจที่เป็นอุปสรรคต่อการฝึกซ้อม คือ การที่นักกีฬาผู้ฝึกซ้อมเกิดความรู้สึกหงุดหงิด ฟุ้งซ่าน ไม่มีความตั้งมั่นแห่งจิต ความวิตกกังวลด้วยหลากหลายเหตุ อีกทั้งเกิดความเครียดอันเนื่องมาจากการได้รับข้อมูลข่าวสารของคู่แข่ง ส่วนภาวะจิตใจที่เป็นประโยชน์ต่อการฝึกซ้อม ที่ประทับใจและเกื้อหนุนให้นักกีฬามีพลังใจในการฝึกฝนพัฒนาตนเองจนสามารถผ่านพ้นช่วงเวลาที่ยากลำบากไปได้ คือ การมีสมาธิและทักษะการสงบจิตใจ ความอดทนทั้งกายใจ ความพยายามอย่างแรงกล้า ความรับผิดชอบในหน้าที่และวิถีที่ตนเองเลือกแล้ว การมีกำลังใจในการฝึกซ้อมอันเกิดจากรักในสิ่งที่ทำ จากคนรอบข้าง และการคิดเพื่อสร้างกำลังใจจากตัวนักกีฬาเอง อีกทั้งยังมีความกล้าที่เกิดจากการขจัดความกลัว และวิธีการคิดเพื่อเร่าใจให้ลู่

เมื่อนักกีฬาคนพิการก้าวสู่การแข่งขันและแข่งขันเพื่อให้ได้ชัยชนะที่ทุกคนต้องการ พวกเขาต้องประสบกับ ภาวะจิตใจที่เป็นอุปสรรคต่อการได้ชัยชนะ อันได้แก่ ความหวังที่กดดันภาวะจิตใจของพวกเขาเอง ความกลัวที่บั่นทอนภาวะจิตใจ ความประมาทเพราะมั่นใจตนเองมากเกินไป และความตื่นเต้นที่เกิดขึ้นเมื่อนักกีฬาก้าวสู่สนามแข่ง ซึ่งถ้านักกีฬาคนพิการไม่จัดการอะไรบางอย่างแล้วภาวะจิตใจที่เป็นอุปสรรคต่อชัยชนะเหล่านี้ จะนำไปสู่ความแพ้อายได้ แต่ว่าการแข่งขันนั้นภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะของนักกีฬาคนพิการ ได้ประกอบไปด้วย ภาวะจิตใจที่เอื้อต่อการได้ชัยชนะอีกด้วย นั่นคือ การใช้สมาธิในการแข่งขัน ความพยายามอย่างไม่ย่อแม้ว่าสถานการณ์นั้นตนเองจะตกเป็นรองคู่แข่งก็ตาม นอกจากนี้กำลังใจยังคงเป็นสิ่งจำเป็นต่อการ

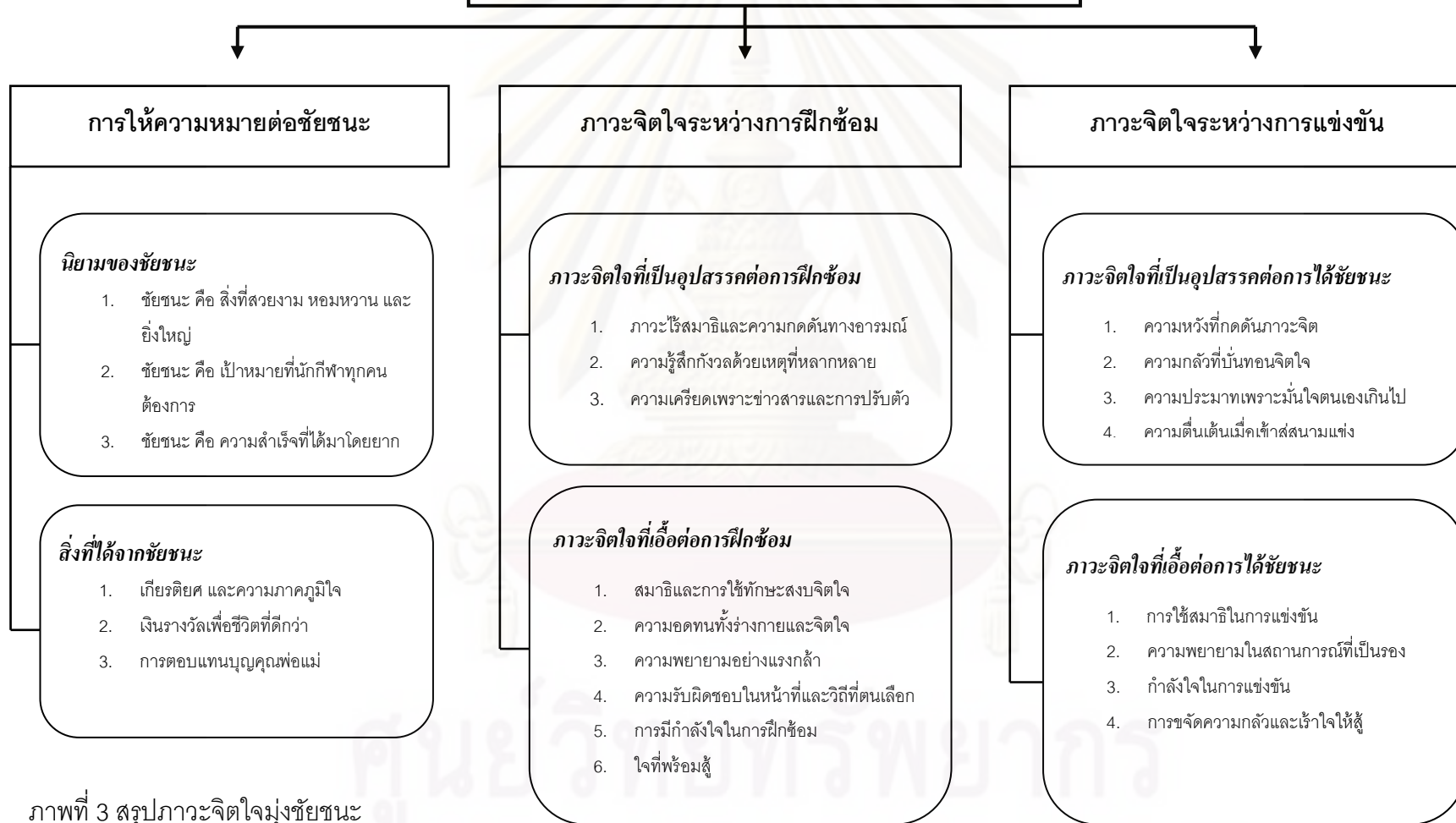
แข่งขันอย่างขาดไม่ได้ อีกทั้งนักกีฬาคนพิการยังมีความกล้าที่เกิดจากการขจัดความกลัวและการคิดเพื่อเข้าใจเพื่อเข้าใจให้ผู้อื่นอยู่ด้วย จึงทำให้พวกเขาสามารถพิชิตคู่แข่งมากมายจนทำให้ตนเองเป็นนักกีฬาคนพิการระดับแนวหน้าของประเทศ และมีชื่อเสียงในระหว่างประเทศ หรือระดับสากล

ดังนั้นจึงสรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล เรื่องภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะของนักกีฬาคนพิการ ได้ว่า ภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะประกอบด้วย 3 ประเด็นหลัก คือ การให้ความหมายต่อชัยชนะ ภาวะจิตใจระหว่างการฝึกซ้อม และภาวะจิตใจระหว่างการแข่งขัน อันมีรายละเอียดดังได้พรรณนามาแล้ว ณ เบื้องต้น และสามารถจัดเป็นแผนภาพเพื่อความสะดวกในการทำความเข้าใจปรากฏการณ์ทั้งหมดไว้ในแผนภาพที่ 3 ดังนี้



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะของนักกีฬาคนพิการ



ภาพที่ 3 สรุปภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะ

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

สรุปผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพแบบปรากฏการณ์วิทยา เพื่อศึกษาภาวะจิตใจมุ่งช่วยเหลือของนักกีฬาคนพิการ จากผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาคนพิการที่กำลังฝึกซ้อมเพื่อการแข่งขันจำนวน 13 คน โดยใช้วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูลจากการสัมภาษณ์เชิงลึกเป็นหลัก ระยะเวลาที่ใช้เก็บข้อมูลทั้งสิ้น 2 เดือน มีการวิเคราะห์ข้อมูลโดยการพิจารณาร่วมกับการบันทึกภาคสนามก่อนนำไปตรวจสอบข้อมูลโดยการถามความเห็นจากผู้ให้ข้อมูล และให้ผู้เชี่ยวชาญด้านการวิจัยเชิงคุณภาพและผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาพิจารณาความถูกต้องตรงประเด็น จากนั้นจึงสรุปเป็นผลการศึกษาเรื่อง ภาวะจิตใจมุ่งช่วยเหลือของนักกีฬาคนพิการ ซึ่งสามารถสรุปเป็นประเด็นได้ ดังนี้

1. การให้ความหมายต่อชัยชนะ

1.1 นิยามของชัยชนะ

นักกีฬาคนพิการกล่าวถึงชัยชนะว่า เป็นความสวยงาม ความหอมหวาน ความงดงามที่ทุกคนอยากได้ รวมถึงคำว่า ความยิ่งใหญ่ ซึ่งล้วนเป็นคำที่นำมาใช้แทนความรู้สึกที่พวกตนมีต่อคำว่า ชัยชนะจากผลการวิจัย นิยามของชัยชนะแบ่งออกเป็น 3 กลุ่ม คือ

- 1) ชัยชนะ คือ สิ่งที่สวยงาม หอมหวาน และยิ่งใหญ่
- 2) ชัยชนะ คือ เป้าหมายที่นักกีฬาทุกคนต้องการ
- 3) ชัยชนะ คือ ความสำเร็จที่ได้มาโดยยาก

1.2 สิ่งที่ได้จากชัยชนะ

สิ่งที่ได้จากชัยชนะ หมายถึง สิ่งอันเป็นรูปธรรมและนามธรรมที่นักกีฬาคนพิการผู้ให้ข้อมูลหลักคิดหรือรู้สึกว่าได้จากชัยชนะ ในที่นี้ผู้ให้ข้อมูลหลักได้ให้ความหมายต่อสิ่งที่ได้รับจากชัยชนะที่ตนรับรู้จากประสบการณ์ตรงที่เคยได้ และความคาดหวังถึงสิ่งที่จะได้จากชัยชนะ ผู้ให้ข้อมูลหลักกล่าวถึงสิ่งที่ได้รับจากชัยชนะว่า ได้แก่

- 1) เกียรติยศ และความภาคภูมิใจ
- 2) เงินรางวัลเพื่อชีวิตที่ดีกว่า
- 3) การตอบแทนบุญคุณพ่อแม่

2. ภาวะจิตใจระหว่างการฝึกซ้อม

2.1 ภาวะจิตใจที่เป็นอุปสรรคต่อการฝึกซ้อม

แม้ว่านักกีฬาคนพิการจะมีภาวะจิตใจที่มุ่งมั่นต่อชัยชนะ แต่ในช่วงของการฝึกฝนสู่ความเป็นเลิศทางกีฬาย่อมต้องประสบกับความรู้สึกกดดันทางอารมณ์และความวิตกกังวลเป็นครั้งคราว ภาวะจิตใจที่เป็นอุปสรรคต่อการฝึกซ้อมของนักกีฬาคนพิการประกอบด้วย

- 1) ภาวะไร้สมาธิและความกดดันทางอารมณ์
- 2) ความรู้สึกกังวลด้วยเหตุที่หลากหลาย
- 3) ความเครียดเพราะข่าวสารและการปรับตัว

2.2 ภาวะจิตใจที่เอื้อต่อการฝึกซ้อม

ภาวะจิตใจที่เอื้อต่อการฝึกซ้อม หมายถึง สภาพจิตใจของนักกีฬาคนพิการที่ทำให้ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรคขณะฝึกซ้อมเพื่อพัฒนาทักษะด้านกีฬา หากนักกีฬาคนพิการปราศจากภาวะจิตใจดังกล่าวนี้แล้ว พวกเขาไม่อาจเอาชนะความเหนื่อยยาก ภาวะความกดดันและความเครียดในการฝึกซ้อมได้เลย ภาวะจิตใจที่เอื้อต่อการฝึกซ้อมในภาวะจิตใจมุ่งมั่นชัยชนะของนักกีฬาคนพิการประกอบด้วย

- 1) สมาธิและการใช้ทักษะสงบจิตใจ
- 2) ความอดทนทั้งร่างกายและจิตใจ
- 3) ความพยายามอย่างแรงกล้า
- 4) ความรับผิดชอบในหน้าที่และวิถีที่ตนเลือก
- 5) การมีกำลังใจในการฝึกซ้อม
- 6) ใจที่พร้อมสู้

3. ภาวะจิตใจระหว่างการแข่งขัน

3.1 ภาวะจิตใจที่เป็นอุปสรรคต่อการได้ชัยชนะ

ภาวะจิตใจที่เป็นอุปสรรคเป็นความคิดหรือความรู้สึกด้านลบที่ไม่เอื้อต่อการแข่งขันของนักกีฬาคนพิการ การมุ่งสู่ชัยชนะให้ได้นักกีฬาคนพิการจะต้องเผชิญกับภาวะจิตใจที่บั่นทอนความสามารถในการแข่งขัน ได้แก่

- 1) ความหวังที่กดดันภาวะจิต
- 2) ความกลัวที่บั่นทอนจิตใจ
- 3) ความประมาทเพราะมั่นใจตนเองเกินไป
- 4) ความตื่นเต้นเมื่อเข้าสู่สนามแข่ง

3.2 ภาวะจิตใจที่เอื้อต่อการได้ชัยชนะ

เมื่อนักกีฬาคนพิการสามารถตัดใจจากความคิดฟุ้งซ่านหรือสามารถข่มความรู้สึกที่เป็นอุปสรรคได้แล้ว ภาวะจิตใจของนักกีฬาจะแน่นอนเป็นสมาธิ และเอาชนะความกลัวรวมถึงมีความกล้าในการใช้ความสามารถในการแข่งขัน และกำลังใจ คือ สิ่งที่เกิดขึ้นให้นักกีฬาแข่งขันด้วยความมุ่งมั่น ซึ่งสามารถสรุปภาวะจิตใจที่เอื้อต่อการได้ชัยชนะของนักกีฬาคนพิการในการวิจัยครั้งนี้ว่า ได้แก่

- 1) การใช้สมาธิในการแข่งขัน
- 2) ความพยายามในสถานการณ์ที่เป็นรอง
- 3) กำลังใจในการแข่งขัน
- 4) การขจัดความกลัวและเร้าใจให้สู้

อภิปรายผลการวิจัย

1. การให้ความหมายต่อชัยชนะของนักกีฬาคนพิการ

นักกีฬาคนพิการมีมุมมองต่อชัยชนะว่า เป็นสิ่งที่สวยงาม หรือสิ่งที่ยิ่งใหญ่ เนื่องจากความยากลำบากของวิธีการได้มาซึ่งชัยชนะ ที่นักกีฬาต้องฝ่าฟันและแข่งขันกันกับนักกีฬาคนอื่นผู้ที่มีศักยภาพไม่ได้ด้อยไปกว่ากันมากนัก ซึ่งเขาเหล่านั้นล้วนแล้วแต่เป็นผู้ที่ปรารถนาต่อชัยชนะเช่นเดียวกับผู้ให้ข้อมูลหลักในการวิจัยนี้

ผู้ให้ข้อมูลหลักซึ่งเป็นนักกีฬาคนพิการระบุว่า ถ้าหากพวกตนชนะและได้รับเหรียญรางวัล สิ่งที่เป็นผลพลอยได้ก็คือการมีชื่อเสียง การได้รับการยอมรับจากบุคคลทั่วไปและบุคคลในวงการกีฬา อีกทั้งตัวนักกีฬาคนพิการเองยังรู้สึกถึงความมีเกียรติ ความภาคภูมิใจที่สามารถสร้างชื่อเสียงให้ตนเอง วงศ์ตระกูล รวมถึงประเทศชาติ อีกทั้งความพ่ายแพ้เป็นสิ่งที่ไม่พึงปรารถนาสำหรับนักกีฬาทุกคนที่ทำการแข่งขัน ดังนั้น สิ่งที่ได้จากชัยชนะสำหรับพวกเขา คือ ความภาคภูมิใจในตัวเองเป็นประการแรก ซึ่งข้อมูลบางประการยังแสดงให้เห็นว่า สิ่งที่ได้จากชัยชนะของนักกีฬาคนพิการที่แฝงอยู่ในเกียรติยศและความภาคภูมิใจของพวกเขานั้น คือ การได้แสดงความสามารถให้

คนทั่วไปได้รับรู้ว่า ชัยชนะที่ได้มาได้นั้นเป็นการพิสูจน์ให้เห็นแล้วว่า คนพิการไม่ได้ด้อย หรือ คนพิการไม่ได้ไร้ศักยภาพ ผู้ให้ข้อมูลบางคนยังได้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับสิ่งที่ได้รับจากชัยชนะอีกว่า เงินรางวัลที่ได้รับจากการแข่งขันของพวกเขาสามารถนำมาเลี้ยงดูพ่อแม่ให้มีความเป็นอยู่อย่างสุขสบาย สามารถช่วยเหลือญาติพี่น้องให้มีฐานะดีขึ้น การที่ผู้ให้ข้อมูลบางคนนำเงินรางวัลมาลงทุนประกอบธุรกิจของตนเองจนประสบความสำเร็จนั้น กล่าวได้ว่าคนปกติทั่วไปที่ร่างกายสมประกอบอีกมากมาย ยังไม่อาจประสบความสำเร็จในชีวิตได้อย่างคนพิการเช่นพวกเขา

หากทำความเข้าใจเหตุผลของพฤติกรรมนักกีฬาคนพิการโดยอาศัยทฤษฎีการอนุมานสาเหตุเป็นแนวทาง การให้ความหมายต่อชัยชนะนั้นจะมีลักษณะคล้ายแนวคิดการอนุมานสาเหตุของHeiderและWeiner เพราะเมื่อนักกีฬาคนพิการถูกสัมภาษณ์โดยนักวิจัย พวกเขาอาจจะต้องทำความเข้าใจพฤติกรรมของตนเองก่อนที่จะอธิบายถึงเหตุผลของพฤติกรรมของตนเองจากประสบการณ์ที่พ่ายแพ้และที่เคยชนะในอดีต ซึ่งเมื่อบุคคลอนุมานหรืออ้างเหตุผลอิงอยู่กับปัจจัยภายในอันได้แก่ความพยายามของตนแล้ว ไม่ว่าจะผลลัพธ์ที่ได้จะแพ้หรือชนะก็ตาม ตราบใดที่เขายังมีความคาดหวังต่อเป้าหมาย ก็จะมีการให้เหตุผลเพื่อสร้างแรงจูงใจในการพยายามครั้งต่อไป เพื่อให้บรรลุผลสัมฤทธิ์อย่างไม่ลดละ

ในการให้ความหมายชัยชนะว่า หมายถึงเกียรติยศและความภาคภูมิใจ หรือเงินรางวัล เพื่อชีวิตที่ดีกว่า เป็นต้น ถ้ามองในแง่มุมมองแนวคิดลำดับขั้นความต้องการ(Engler,1999)ของ Abraham Maslow(1908-1970) การที่นักกีฬาคนพิการกล่าวถึงสิ่งที่จะได้รับจากชัยชนะ แสดงให้เห็นถึงการปรารถนาความปลอดภัยในชีวิต(safety needs) ความเป็นอยู่ที่ดีทางกายภาพ(physiological needs) เมื่อพวกเขาให้ความหมายของชัยชนะว่า ชัยชนะนำมาซึ่งเกียรติยศและความภาคภูมิใจนั้น ตรงกับแนวคิดเรื่องความต้องการการยอมรับและการเห็นคุณค่าจากผู้อื่นและจากตนเอง(esteem needs)ของ Maslow เป็นอย่างมาก ซึ่งจากการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า ผู้ให้ข้อมูลได้ให้ความสำคัญกับการหาเงินมาใช้สอยเพื่อปัจจัยด้านอุปโภคบริโภค(physiological needs) อีกทั้งยังมองไกลไปถึงความผาสุกและปลอดภัยในชีวิตยามแก่เฒ่า(physiological and safety needs) และสิ่งที่สำคัญอีกประการหนึ่งคือ การยอมรับและเห็นคุณค่าในตนเอง และการได้รับการยอมรับและเห็นคุณค่าจากผู้อื่นจากการได้แสดงศักยภาพให้คนอื่นเห็นนั้น จัดว่าเป็น esteem needs อย่างเห็นได้ชัด ส่วนประเด็นย่อยที่เกี่ยวกับการตอบแทนบุญคุณพ่อแม่เป็นได้ทั้งการสนอง ความต้องการสังคม(social needs)คือการได้รับความรักและเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว และการต้องการให้ผู้อื่นเห็นคุณค่าในตนและการเห็นคุณค่าในเอง(esteem needs)

นอกจากนี้การตอบแทนบุญคุณพ่อแม่ เป็นความมุ่งหมายที่ผู้ให้ข้อมูลหลักคิดว่า พวกเขาจะทำได้หลังจากประสบชัยชนะนั้น เป็นภาพซ้อนของอีกมิติหนึ่งซึ่งเป็นวิถีทางวัฒนธรรมที่ได้ฝัง

รากลึกในจิตใจของนักกีฬาคนพิการซึ่งเป็นคนไทยที่มีความกตัญญูทวดเวที ซึ่งการศึกษาภาวะจิตใจ มุ่งชัยชนะของนักกีฬาคนพิการครั้งนี้อาจเป็นเพียงการศึกษาปรากฏทางใจในการมุ่งสู่เป้าหมาย ของเหล่าบุคคลที่มีเป้าหมายอันแท้จริงของชีวิตที่สูงหรือไกลออกไป กว่าที่ได้รับชัยชนะจากการ แข่งขันกีฬาคนพิการ ดังนั้น การได้รับเงินรางวัลและการกระทำเพื่อชื่อเสียงจึงเป็นหนึ่งด้านของมิติ ชีวิตมนุษย์ แต่อย่างไรก็ตาม โรจน์รุ่ง สุวรรณสุทธิ หนึ่งในคณาจารย์ด้านวิทยาศาสตร์การกีฬา จากมหาวิทยาลัยมหิดล(2548) มีความเห็นว่า ความกตัญญูทวดเวทีเป็นคุณสมบัติหนึ่งของจิตใจที่ ดีของนักกีฬา ซึ่งผู้ที่เป็นนักกีฬาคอรัมิไว้เป็นคุณธรรมประจำใจ โดยเฉพาะอย่างยิ่งความกตัญญู ต่อผู้ให้ความรู้ และผู้ฝึกสอน

อาจสรุปได้ ว่า ชัยชนะสำหรับนักกีฬาคนพิการ คือ การมีความสุขจากการได้รับการ ตอบสนองต่อความปรารถนาอย่างแรงกล้าที่มีอยู่ภายในจิตใจ ด้วยการได้รับการยอมรับและเห็น คุณค่า การได้รับเงินรางวัลเพื่อพัฒนาคุณภาพชีวิตตนเอง ครอบครัว รวมถึงการตอบแทนบุญคุณ พ่อแม่ผู้ให้กำเนิด ซึ่งถ้าหากวิเคราะห์จากมุมมองทฤษฎีแรงจูงใจทางสังคมของ McClelland(1961)การให้ความหมายของนักกีฬาคนพิการแฝงไว้ด้วย แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (achievement motive) เพราะว่า นักกีฬาคนพิการปรารถนาที่จะกระทำการพัฒนาความสามารถ ด้านกีฬาให้สำเร็จลุล่วงด้วยดี โดยความพยายามที่จะบรรลุถึงมาตรฐานอันดีเลิศในโลกของกีฬา คนพิการ ซึ่งพวกเขาจะมีความสุขสบายใจเมื่อประสบความสำเร็จ เห็นได้จากการที่พวกเขา mong ชัยชนะว่าสวยงาม หอมหวาน หรือยิ่งใหญ่ การศึกษาที่อาจสนับสนุนความเห็นนี้ได้คือ พิเศษฐ์ ชัย เลิศ(2548) ได้ศึกษาระดับและการเปรียบเทียบแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านกีฬาของนักกีฬาคนพิการ ตัวแทนทีมชาติไทย ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนพาราเกมส์ จำนวน 84 คน หนึ่งในผลการ ค้นพบ คือ นักกีฬาคนพิการตัวแทนทีมชาติไทยมีระดับของแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านกีฬาโดยรวมอยู่ใน ระดับสูง และส่วนที่เกี่ยวกับเกียรติยศและความภาคภูมิใจ รวมถึงการตอบแทนบุญคุณพ่อแม่ นั้นจัดได้ว่า เป็นแรงจูงใจใฝ่สัมพันธ์ (affiliation motive)ตามแนวคิดของ McClelland ได้อีกด้วย เพราะนักกีฬาคนพิการปรารถนาที่จะเป็นที่ยอมรับของคนอื่น ต้องการเป็นที่นิยมหรือรักใคร่ชอบ พอของบุคคลอื่น ในที่นี้อาจหมายถึง แฟนกีฬา ผู้ฝึกสอน เพื่อน หรือพ่อแม่ เป็นต้น สิ่งเหล่านี้จัดว่า เป็นแรงจูงใจที่จะทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมเพื่อให้ได้มาซึ่งการยอมรับจากบุคคลอื่นๆ ในสังคม

2. ภาวะจิตใจระหว่างการฝึกซ้อมของนักกีฬาคนพิการ

ผู้ให้ข้อมูลหลักกล่าวถึงภาวะจิตใจช่วงที่พวกตนฝึกฝนพัฒนาทักษะด้านกีฬาเพื่อความ เป็นเลิศ จากการวิเคราะห์ข้อมูลทำให้ได้ว่า ประกอบด้วยภาวะจิตใจที่เป็นอุปสรรค และภาวะจิตใจที่ เอื้อต่อการฝึกซ้อม ในประเด็นเกี่ยวกับภาวะจิตใจฝ่ายที่เป็นอุปสรรคของนักกีฬาคนพิการที่ทำการ ฝึกซ้อมเพื่อชัยชนะนั้น เกิดขึ้นเมื่อนักกีฬาไม่มีสติและสมาธิ ดังจะเห็นได้ชัดเจนในกลุ่มผู้ให้ข้อมูลที่

เป็นนักกีฬาหญิงซึ่งพวกเขาจะลืมห่างเมื่อใจเปลือยคิดอยากได้คะแนนมาก และการที่ยิ่งพลาดเป้าเมื่อใจออกแวกเพียงชั่วขณะจิตนั้นนำมาซึ่งความไม่ได้ตั้งใจจะก่อให้เกิดความหงุดหงิดใจ หรืออาจเกิดความกดดันทางอารมณ์ได้ แม้แต่นักกีฬาวีลแชร์เรซซิ่งก็อาจกดดันตนเองจนมีผลต่อร่างกายกระทั่งอาเจียนได้เนื่องจากการทำไม่ได้ตั้งใจ นอกจากนี้ความไม่มีสมาธิและความกดดันแล้ว นักกีฬาคนพิการยังต้องเผชิญกับความกังวลใจจากหลายสาเหตุ เช่น ความพร้อมของร่างกายและอุปกรณ์การแข่งขัน เป็นต้น เมื่อนักกีฬาไม่อาจปรับตัวหรือควบคุมอารมณ์และความคิด ฟุ้งซ่านออกจากจิตใจได้ สิ่งนี้อาจเกิดขึ้นในสภาพจิตใจของนักกีฬา คือ ความเครียด ซึ่งจากการวิเคราะห์ข้อมูลจะเห็นได้ว่า ผู้ให้ข้อมูลบางรายจะกล่าวถึงความกังวลและความเครียดอย่างมีความสัมพันธ์ที่เกี่ยวเนื่องกันอยู่ ว่า ความกังวลและความเครียดเกิดขึ้นเนื่องมาจากการได้รับข่าวสารเกี่ยวกับคู่แข่งที่มีสถิติในการแข่งขันที่ดีกว่าตนเองมาก จนประเมินได้ว่า ตนเองอาจพัฒนาความสามารถไล่ตามได้ไม่ทัน หรือกรณีที่นักกีฬาบางคนเคยมีสถิติดีมากในอดีต แต่เพราะเหตุปัจจัยด้านความเสื่อมของกายภาพ(physical fitness)เพราะขาดการฝึกซ้อมที่ต่อเนื่อง ซึ่งอาจได้รับอิทธิพลมาจากสิ่งแวดล้อม(environmental)ที่ไม่เอื้อต่อการฝึกซ้อมเช่น การที่นักกีฬาเดินทางกลับภูมิลำเนา หรือกลับไปทำงานประจำที่ไม่เกี่ยวข้องกับการเล่นกีฬา ซึ่งทำให้นักกีฬาไม่อาจรักษาสภาพความเป็นเลิศไว้ได้นานตามต้องการ เมื่อมีโอกาสได้ฟื้นฟูสมรรถภาพแต่กลับทำไม่ได้ตั้งใจคิด สถานการณ์เช่นนี้นำไปสู่ความตึงเครียดให้แก่บรรดานักกีฬาผู้มุ่งชัยชนะได้ ภาวะจิตใจที่เป็นอุปสรรคต่อการฝึกซ้อมดังกล่าวเหล่านี้ หากนักกีฬาไม่อาจจัดการหรือควบคุมไว้ได้ย่อมเป็นปัญหาสำคัญที่จะบั่นทอนศักยภาพจิตใจที่จะฝึกซ้อมของนักกีฬาคนพิการในช่วงที่เก็บตัวฝึกซ้อมเพื่อการแข่งขันในนัดสำคัญได้

ประเด็นเกี่ยวกับภาวะจิตใจที่เป็นอุปสรรคต่อการฝึกซ้อมของนักกีฬาคนพิการ เป็นสิ่งกล่าวได้ว่าไม่เป็นที่ต้องการทั้งแก่ตัวนักกีฬาคนพิการเองและบุคคลที่เกี่ยวข้อง เมื่อดูจากสภาพปัญหาทางอารมณ์ที่ได้จากการศึกษาซึ่งได้แก่ ความกดดัน ความกังวล และความเครียดนั้น อาจเป็นช่องทางที่นักจิตวิทยาการปรึกษาสามารถได้เข้าไปทำหน้าที่ในการเยียวยาหรือบรรเทาปัญหาด้านจิตใจ ด้วยกระบวนการทางวิชาชีพด้านการปรึกษา แม้ว่าความรู้สึกกดดันอาจจะเป็นสภาวะที่นักกีฬาทั่วไปต้องประสบก็ตาม แต่การช่วยเหลือให้มีการทำหน้าที่อย่างราบรื่นด้วยการช่วยเหลือปัญหาจิตใจย่อมเป็นผลดีต่อทุกฝ่าย ส่วนความวิตกกังวลนั้นเคยมีการศึกษาด้วยวิธีการเชิงปริมาณ(นพพร เล้าเรื่องศิลป์ชัย, 2533)แล้วพบว่า ความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาคนพิการอยู่ในระดับปานกลาง แต่การศึกษานั้นได้สรุปผลเมื่อสี่ปีมาแล้ว และยังไม่ปรากฏว่ามีการศึกษาความเครียดของนักกีฬาคนพิการด้วยกระบวนการดังกล่าวอีก ทั้งนี้ยังไม่มีการยืนยันว่าการแข่งขันกีฬาแต่ละครั้งของนักกีฬาคนพิการจะมีการให้ความหมายต่อชัยชนะที่เหมือนกัน หรือมีการให้ความสำคัญเท่ากันเสมอเหมือนกันไปทุกระดับการแข่งขัน สรุปแล้ว กล่าวได้ว่ามีช่องทางที่

นักจิตวิทยาการศึกษาสามารถเข้าไปมีบทบาทในช่วยเหลือนักกีฬาคนพิการในช่วงประสพภาวะวิกฤต หรืออาจช่วยในการให้ความรู้ด้านการรักษาแก่ผู้ฝึกสอนหรือบุคคลที่เกี่ยวข้อง เพื่อให้ นักกีฬาคนพิการสามารถพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มศักยภาพ

อย่างไรก็ตามแม้ว่านักกีฬาคนพิการจะต้องประสบกับปัญหาภาวะจิตใจที่มากมายดังได้กล่าวมา แต่สิ่งที่ประคองจิตใจให้นักกีฬาคนพิการยืนหยัดอยู่ได้ในสนามฝึกฝน จนกระทั่งถึงวันแข่งขันได้ คือ ภาวะจิตใจที่เอื้อต่อการฝึกซ้อม อันประกอบไปด้วย ความมีสมาธิ ความอดทน ความพยายาม ความรับผิดชอบ การมีกำลังใจ และความกล้าหาญพร้อมที่จะสู้กับปัญหาต่างๆที่จะเกิดขึ้น

สิ่งที่น่าสนใจมากจากการค้นพบในส่วนประเด็นของภาวะจิตใจระหว่างการฝึกซ้อม คือ ประเด็นเรื่อง ความกดดัน ความเครียด และความวิตกกังวล เพราะทั้งสามสภาวะนี้หากบุคคลไม่อาจควบคุมให้อยู่ในระดับปกติสิ่งที่จะตามมาคือการสะสมจนกลายเป็นความเครียดขั้นรุนแรง ซึ่งจะมีผลกระทบต่อสภาวะจิตและสภาพร่างกายของบุคคลได้ แต่ที่ไม่เป็นปัญหารุนแรงแก่นักกีฬา ผู้ให้ข้อมูลหลัก อาจเพราะพวกเขาได้มีวิธีการปรับสภาพจิตด้วยวิธีการอันน่าสนใจ เช่น การคิดเพื่อกำลังใจตนเอง การคิดรื้อให้เกิดความอาจหาญพร้อมต่อการเผชิญปัญหา เป็นต้น สิ่งเหล่านี้น่าจะเป็นปัจจัยหล่อเลี้ยงอารมณ์ ไม่ให้ภาวะจิตใจที่เป็นอุปสรรคเกิดการลุกลามจนก่อให้เกิดปัญหาต่อการฝึกพัฒนาทักษะทางกาย ด้วยการใช้ทักษะทางใจ(psychological skill) ซึ่งกล่าวได้ว่าสำคัญอย่างยิ่ง นั่นเพราะนักกีฬาเหล่านี้คือบุคคลผู้พิการทางกาย ผู้ซึ่งกำลังมุ่งพิชิตชัยชนะในฐานะเป้าหมายสำคัญของชีวิต ซึ่งการทำเพื่อปากท้อง และการยอมรับ หรือเพื่อความผาสุกทางกายภาพของตนเองและบุคคลอันเป็นที่รักนั้น จัดว่าเป็นภาวะที่นำมาซึ่งความกดดัน แต่ว่าการที่บุคคลผู้มีร่างกายพิการเหล่านี้ได้มาเป็นนักกีฬาชั้นแนวหน้าของประเทศได้ ก็เพราะนักกีฬาเหล่านี้มิใช่บุคคลที่ไม่เคยประสบชัยชนะมาก่อน จึงแสดงให้เห็นว่า ความเข้มแข็งทางจิตใจของนักกีฬาคนพิการนั้นไม่ได้ถูกจำกัดให้ด้อยลงไปด้วยข้อจำกัดทางสภาพร่างกายหรือข้อจำกัดต่างๆที่คนพิการต้องประสบ(นพพร เล้าเรื่องศิลป์ชัย, 2533; ณรงค์ ปฏิบัติสกรกิจ, 2536; อรรถณรงค์ สงเจริญ และ อรุณี ลิ้มมณี , 2546)

ความรับผิดชอบในหน้าที่และวิถีที่ตนเลือกของนักกีฬาคนพิการ เช่น การต้องการพัฒนาความสามารถด้านกีฬาให้บรรลุถึงฝีมือขั้นสูงสุดนั้น อาจพ้องกับการแนวคิดของ Maslow ว่ามนุษย์ทุกคนมีความต้องการที่จะบรรลุถึงขีดสูงสุดของศักยภาพ(potential)ความคิดดังกล่าวของผู้ให้ข้อมูลหลัก บางส่วนอาจแสดงให้เห็นถึงความต้องการระดับสูงสุด(self actualization)ตามทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการรวมอยู่ด้วย นอกจากนี้คำกล่าวของผู้ให้ข้อมูลหลักบางประการในเรื่องความรับผิดชอบในหน้าที่และวิถีที่ตนเลือก เช่น “ผมมองว่าคนเราเลือกเกิดไม่ได้ แต่ว่ามัน

เลือกที่จะเป็นได้...” หรือคำพูดที่ว่า “คนรอบข้างมันแค่เป็นแค่องค์ประกอบ ถ้าคนรอบข้างสนับสนุนยังไง แต่เราไม่เอามันก็จบ” เป็นต้นนั้น จะเห็นได้ว่า นอกจากจะเป็นความรับผิดชอบชีวิตตนเองโดยตรงแล้ว ยังได้แสดงให้เห็นถึงความตระหนงในฐานะมนุษย์ ที่ไม่ยอมจำนนต่อสภาพกาย ซึ่งถูกกำหนดด้วยเหตุผลหรือกฎเกณฑ์ทางธรรมชาติอันเป็นปัจจัยภายนอก ซึ่งไม่อาจทำลายความยิ่งใหญ่ภายในตัวมนุษย์ชาติได้ Friedrich Nietzsche (1844-1900) เป็นคนหนึ่งที่สนับสนุนให้มนุษย์รับผิดชอบต่อชีวิตของตนเอง โดยไม่ตกอยู่ภายใต้อำนาจของโชคชะตา หรือการถูกกำหนดโดยพระเจ้าหรือสิ่งศักดิ์สิทธิ์ใดๆ เขาเชื่อว่ามนุษย์ที่มีบุคลิกภาพอันแข็งแกร่งย่อมสามารถพัฒนาตนเองจนกระทั่งก้าวไปสู่ความเป็นอภิมนุษย์ (superman) เองได้ (กิริติ บุญเจือ, 2552; ชัยวัฒน์ อดิพัฒน์, 2533) และแม้ว่านักกีฬาคนพิการผู้มีภาวะจิตใจมุ่งสู่ชัยชนะจะผ่านระยะเวลาการปรับตัวกับสภาพความพิการมาแล้วก็ตาม การมองเห็นคุณค่าในตนเองและการเห็นประโยชน์ของสิ่งที่กระทำ ยังจำเป็นต่อการเอื้อให้เกิดกำลังใจในการฝึกซ้อมของนักกีฬาคนพิการอีกด้วย ประเด็นนี้ค่อนข้างสอดคล้องกับการศึกษาของ กนกวรรณ อังกลิทธิ(2540) ที่พบว่า พฤติกรรมสุขภาพของคนพิการมีความสัมพันธ์กับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง หากแต่ผลการวิจัยของเธอนั้นยังไม่ได้ครอบคลุมถึงคนพิการที่เป็นนักกีฬาคนพิการผู้กำลังมุ่งพิชิตชัยชนะ ซึ่งข้อค้นพบในการวิจัยนี้การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นกระบวนการหนึ่งที่นักกีฬาคนพิการคิดได้แล้วก่อให้เกิดกำลังใจในการฝึกซ้อม จากการศึกษาวิเคราะห์ข้อมูลทำให้รู้ได้ว่า นอกจากการเห็นคุณค่าในตนเองแล้วนักกีฬาคนพิการมีการคิดเพื่อสร้างกำลังใจได้ด้วยการมองคนที่ด้อยกว่าตนเอง และการคิดถึงเป้าหมายหรือผลลัพธ์ที่จะได้ในอนาคต รวมถึงความสามารถในการเปลี่ยนคำตักจากคนอื่นมาสร้างกำลังใจในการฝึกซ้อมให้แก่ตนเองได้อีกด้วย

ส่วนการที่ผู้ให้ข้อมูลหลักบางคนมีกำลังใจได้ ด้วยการเห็นคุณค่าของตนเองและประโยชน์ในสิ่งที่ทำ อย่างเช่น การกล่าวว่า ตนเองโชคดีที่ร่างกายพิการเพราะถ้าร่างกายไม่พิการก็ไม่อาจประสบความสำเร็จในชีวิตโดยการเป็นนักกีฬาคนพิการได้ เป็นต้น แสดงให้เห็นว่า ความพิการไม่ได้หยุดยั้งหรือปิดกั้นการมองโลกในด้านที่ดีซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการเห็นคุณค่าในสิ่งที่ตนทำของนักกีฬาคนพิการ การไม่มองโลกในแง่ร้ายโดยส่วนเดียวนั้น สอดคล้องกับความเห็นของ William James (1842-1910) นักจิตวิทยาและนักปรัชญากรุ่มปฏิบัตินิยม (pragmatism) ที่สนับสนุนความเชื่อว่า โลกเราจะดีขึ้นได้ด้วยความพยายามของมนุษย์ อีกทั้งได้กล่าวไว้ว่า โลกนี้ไม่ใช่ว่าจะเลวร้ายไปเสียทั้งหมด แล้วก็มีอะไรจะมีแต่สิ่งดีโดยส่วนเดียว แต่โลกเป็นสิ่งที่สามารถทำให้ดีขึ้นได้ด้วยความพยายามของมนุษย์ (ชัยวัฒน์ อดิพัฒน์, 2533)

Carl Rogers(1902-1987)ซึ่งเป็นนักจิตวิทยากรุ่มมนุษยนิยม(humanism)เชื่อว่ามนุษย์มีแนวโน้มที่จะพัฒนาตนเอง หรือมนุษย์ต้องการพัฒนาตนเองให้เป็นในสิ่งที่ตนสามารถเป็นได้ และ

ถ้ามีการจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมอำนวยความสะดวกการเจริญงอกงามแล้ว มนุษย์ทุกคนย่อมสามารถที่จะพัฒนาตนเองได้อย่างเต็มศักยภาพ(Engler, 1999) หากบุคคลจะมีความเป็นเลิศทางด้านกีฬาได้ต้องอาศัยองค์ประกอบที่สำคัญ 3 ด้าน คือ ร่างกาย(physical) จิตใจ(mental) และสิ่งแวดล้อม(environment)แล้ว(สืบสาย บุญวีรบุตร, 2541) จากข้อค้นพบเกี่ยวกับภาวะจิตใจที่เอื้อต่อการฝึกซ้อมของนักกีฬาคนพิการนี้ แสดงให้เห็นแล้วว่าภาวะจิตใจของผู้ให้ข้อมูลหลักมีศักยภาพมากพอที่จะส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาศักยภาพทางกายเพื่อการแข่งขันได้ ด้วยการเอื้อโดยสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม นั้นหมายความว่า หากต้องการให้บุคคลผู้พิการที่จิตใจเข้มแข็งมีความเป็นเลิศด้านกีฬา สิ่งจำเป็นที่ต้องมี คือ อุปกรณ์กีฬาที่มีคุณภาพ ผู้ฝึกสอนที่เปี่ยมประสบการณ์ และนักจิตวิทยาการปรึกษาที่มีความสามารถ เป็นต้น

3. ภาวะจิตใจระหว่างการแข่งขัน

ภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะในช่วงระหว่างการแข่งขันของนักกีฬาคนพิการมีทั้งความกดดัน หวาดกลัว และตื่นเต้น คละเคล้ากับภาวะจิตใจที่เอื้อต่อการได้ชัยชนะอันประกอบด้วยการมีสมาธิ การไม่ยอมแพ้ การเอาชนะความกลัว และกำลังใจจากตนเองและบุคคลรอบข้างยังคงเป็นสิ่งจำเป็น ผู้ให้ข้อมูลไม่ได้ให้รายละเอียดที่หลากหลายเหมือนกับการกล่าวถึงประสบการณ์ช่วงที่ฝึกฝนเพื่อการพัฒนาทักษะด้านกีฬาเพื่อการแข่งขัน อาจเป็นเพราะนักกีฬาไม่มีเวลาใคร่ครวญหรือใช้ความคิดอะไรมากมายเหมือนตอนซ้อมแต่นักกีฬาต้องรวบรวมจิตใจทั้งหมดลงไปที่ภารกิจที่ต้องทำ ส่วนผลปรากฏแพ้ชนะเกิดขึ้นจากปัจจัยที่หลากหลาย หากมีปัญหาที่มีมาจากปัจจัยภายในอาจเป็นเพราะไม่อาจควบคุมอารมณ์ที่เป็นอุปสรรคได้ เช่นการแข่งขันไปด้วยความรู้สึกกลัวๆกั๊กๆ แต่พฤติกรรมดังกล่าวไม่ได้เป็นกับนักกีฬาทุกคนบางคนอาจไม่ปรากฏความกลัวเลย เพราะมั่นใจว่าตนเองได้ฝึกฝนมาเป็นอย่างดีสิ่งที่เกิดขึ้นในใจกลับกลายเป็นความประมาทซึ่งอาจนำไปสู่ความพ่ายแพ้ได้ การที่ผู้ให้ข้อมูลกล่าวถึงเหตุผลที่แพ้หรือชัยชนะ เช่น กล่าวว่แพ้เพราะความประมาท ความตื่นเต้นและความกลัว หรือในด้านที่ชนะคือ เพราะความมุ่งมั่นพยายาม ความกล้าและการได้รับกำลังใจ อาจจัดได้ว่าเป็นการอธิบายสาเหตุของพฤติกรรมตนจากองค์ประกอบภายในของทฤษฎีการอนุมานสาเหตุก็ได้

ช่วงที่ทำการแข่งขันเป็นนั่นเป็น โอกาสที่นักกีฬาคนพิการได้แสดงความสามารถ โดยใช้ศักยภาพทั้งหมดที่มี ภาวะจิตใจที่จะบั่นทอนศักยภาพในการแข่งขันของพวกเขาได้มากที่สุดคือความกดดัน และความกลัว ดังที่ผู้ให้ข้อมูลซึ่งเป็นนักกีฬาวีลแชร์ฟันดาบหญิง ได้กล่าวไว้ว่า ความกดดันนำไปสู่ความเครียด และในช่วงนี้เองที่นักกีฬาต้องการที่ระบายความอัดอั้นภายในใจกับนักจิตวิทยา หรือผู้เชี่ยวชาญด้านการให้การปรึกษา อย่างไรก็ตามนักกีฬาสามารถขจัดความกลัวได้ด้วยการคิดเพื่อปลุกใจหรือเ้าอารมณ์ให้เกิดความกล้าได้ด้วย การคิดที่ในหนทางที่หลากหลาย

ตามประสบการณ์และความเหมาะสมกับความรู้สึกของตนเอง เช่น การคิดว่าสู้แล้วตายกับถอยแล้วตายอย่างไหนดีกว่า หรือ การคิดว่ากีฬาไม่ทำให้ตายหรือไม่กลัวกว่าขาขาด เป็นต้น การกระทำของผู้ให้ข้อมูลที่ได้กล่าวมาเป็นการพึ่งพาปัจจัยภายในคือศักยภาพตนเอง จะเห็นได้ว่าเมื่อต้องแข่งขันจริงๆ นักกีฬาคนพิการจะไม่ยึดถือองค์ประกอบภายนอกใดๆนอกเหนือจากศักยภาพภายในตนเอง แม้ว่าพวกเขาต้องการนักจิตวิทยาแต่ก็เพื่อรักษาความสงบภายในใจ เพื่อจะได้มีการแสดงศักยภาพที่เกิดจากการฝึกฝน อย่างเต็มที่

การอภิปรายผลของการค้นพบของการศึกษาภายใต้ขอบเขต *ภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะของนักกีฬาคนพิการ* ครั้งนี้ ทำให้เข้าใจได้ว่า นักกีฬาคนพิการฝึกฝนตนเองเพื่อชัยชนะด้วยเหตุผลที่สรุปได้เป็น ความหวัง 3 ประการ คือ เพื่อเกียรติ เพื่อชีวิตที่ดี และเพื่อตอบแทนบุญคุณ โดยให้นิยามแทนความรู้สึกทั้งหมดที่มีต่อชัยชนะว่า ชัยชนะเป็นสิ่งที่สวยงาม หอมหวาน ยิ่งใหญ่ หรือว่าชัยชนะเป็นสิ่งที่ทุกคนต้องการ แต่เมื่อพยายามให้ได้มาซึ่งชัยชนะแล้วพวกเขาพบว่า ชัยชนะ คือสิ่งที่ได้มาโดยยากยิ่ง ซึ่งในรายละเอียดที่สนับสนุนว่า ได้มาโดยยากอย่างไรนั้น ได้มีการอธิบายไว้ในประเด็นของภาวะจิตใจในระหว่างการแข่งขันและภาวะจิตใจในช่วงที่แข่งขัน ซึ่งในการศึกษานี้สรุปปรากฏการณ์ทางจิตใจเกี่ยวกับมุ่งชัยชนะของนักกีฬาคนพิการ เป็นสามประเด็นหลัก คือ การให้ความหมายต่อชัยชนะ ภาวะจิตใจระหว่างการแข่งขัน และภาวะจิตใจระหว่างการแข่งขันนั้น หากนำมาจัดให้เข้ากับทฤษฎีทางจิตวิทยาแล้ว จะมีความเกี่ยวข้องกับทฤษฎีต่างๆมากมาย ซึ่งอาจรวมถึงทฤษฎีที่ไม่ได้นำมาอ้างในการศึกษานี้ด้วย อย่างไรก็ตามในการศึกษาครั้งนี้ผู้วิจัยมุ่งศึกษาประสบการณ์ตรงของบุคคลผู้มีร่างกายพิการที่ให้ความสำคัญต่อการได้ชัยชนะในการแข่งขันกีฬาคนพิการ จากการบอกเล่าผ่านมุมมองของเจ้าของประสบการณ์หรือเจ้าของพฤติกรรมเอง ซึ่งผู้ให้ข้อมูลหลักบอกเล่าประสบการณ์ตนเองโดยมิได้อิงอยู่กับทฤษฎีใดๆ ดังนั้น ประโยชน์ที่ได้จากการค้นพบ จึงเป็นการเข้าใจพฤติกรรมจากประสบการณ์ของบุคคลกลุ่มหนึ่ง โดยที่ไม่นำฐานคิดของผู้ศึกษาเข้าไปแปดเปื้อน จนทำให้ไม่ตรงตามประสบการณ์จริงของผู้ให้ข้อมูล ความรู้ที่ได้ นักจิตวิทยาการปรึกษาสามารถประยุกต์การให้บริการปรึกษา ให้แก่บุคคลกลุ่มที่ศึกษาโดยการประเมินผู้รับบริการและการให้บริการในการแก้ไขปัญหาอย่างเป็นองค์รวมมากขึ้น ซึ่งอาจจะเป็นการจัดการกับปัญหาทางใจที่ถาวรขึ้นกว่าการจัดการเฉพาะจุด เช่น เมื่อนักกีฬามีความเครียดในการฝึกซ้อม นักจิตวิทยาการปรึกษาสามารถประยุกต์ข้อค้นพบในการศึกษานี้โดยการไม่ด่วนสรุปว่าเป็นเพราะการฝึกซ้อมอย่างเดียว แต่อาจเกี่ยวเนื่องกับความเป็นอยู่ทางบ้าน ครอบครัว หรือแม้กระทั่งเงินรางวัลที่จะได้รับ เป็นต้น

สิ่งสำคัญที่ได้เรียนรู้จากผลการศึกษาเรื่อง “ภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะของนักกีฬาคนพิการ” นั้นมีมากมาย เช่น ความรับผิดชอบในหน้าที่และวิถีที่ตนเลือก การไม่ยอมจำนนต่อโชคชะตาหรือ

ปัจจัยที่ตนเองกำหนดไม่ได้ การกำหนดหรือลิขิตชีวิตของตนเองโดยไม่ยอมให้เป็นภาระใครแม้ว่าสองเท้าจะเดินไม่ได้เหมือนคนทั่วไป ฯลฯ ประสบการณ์เหล่านี้อาจสร้างแรงบันดาลใจแก่ผู้ต้องการความสำเร็จอีกมากมาย และผลการศึกษาครั้งนี้ยังคงเป็นแง่มุมหนึ่งของประสบการณ์ที่คนทั่วไปสามารถนำไปประยุกต์ใช้เพื่อให้เกิดกำลังใจ ในการจัดกับความกลัวเพื่อการมีชีวิตอยู่ในสังคมอย่างมีความสุข

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. การศึกษาเป็นการทำความเข้าใจปรากฏการณ์ทางจิตใจของนักกีฬาคนพิการผู้มุ่งหวังต่อชัยชนะ ซึ่งเป็นการเปิดช่องทางให้นักจิตวิทยาการปรึกษาเข้าไปมีบทบาทในกลุ่มสังคมคนพิการมากยิ่งขึ้น ดังนั้น การศึกษาครั้งต่อไปควรมีการศึกษาเพื่อขยายผลในรายละเอียดของภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะของคนพิการทั่วไป รวมถึงการศึกษาเพื่อช่วยเหลือคนพิการที่ยังไม่มีบุคลิกภาพที่เข้มแข็งในสถาบันฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการ หรือกลุ่มสังคมสงเคราะห์ต่างๆ เป็นต้น
2. ผู้วิจัยพบว่าคำถามในการสัมภาษณ์บางประการเกิดขึ้นได้จากการสังเกตอย่างมีส่วนร่วมในภาคสนาม ซึ่งในการวิจัยนี้เป็นการสังเกตเฉพาะช่วงที่นักกีฬาเก็บตัวฝึกซ้อม การศึกษาครั้งต่อไปควรมีการศึกษาระบบการฟื้นตัวและพัฒนาตนเอง ด้วยการศึกษาระยะยาว ตั้งแต่คนพิการยอมรับสภาพความพิการ และเริ่มเข้าสู่โลกของกีฬา จนกระทั่งก้าวสู่การแข่งขันและได้รับชัยชนะ เพื่อความเข้าใจกระบวนการคิดตลอดจนลักษณะสังคมและวัฒนธรรมของกลุ่มผู้ให้ข้อมูลมากยิ่งขึ้น ซึ่งอาจมีการศึกษาด้วยการศึกษาเฉพาะกรณี(case study)หรือ ศึกษาเชิงชาติพันธุ์วรรณา(ethnography)เพิ่มเติม

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้ประโยชน์

1. ผลการศึกษาภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะของนักกีฬาคนพิการครั้งนี้ สามารถแบ่งเป็นกลุ่มภาวะจิตใจที่มีประโยชน์ และไม่มีประโยชน์ หากนักจิตวิทยา ผู้ฝึกสอน นักวิทยาศาสตร์การกีฬา ตลอดจนบุคคลที่เกี่ยวข้อง สามารถเข้าใจตัวนักกีฬาคนพิการมากขึ้นก็จะทำหน้าที่ให้บริการได้เหมาะสมกับนักกีฬาคนพิการ ในแต่ละช่วงของการมุ่งสู่ชัยชนะ
2. ผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่า คนพิการไม่ได้ไร้ความสามารถ พวกเขาก้าวสู่โลกกีฬาเพราะหวังว่าจะสร้างชื่อเสียง สร้างรายได้ ให้แก่ตนเองและครอบครัวเพื่อความเป็นอยู่ที่ดี เพราะคนพิการยังมีสิทธิและโอกาสในการประกอบอาชีพที่น้อยกว่าคนปกติ ดังนั้น ภาครัฐและเอกชนที่เกี่ยวข้องสามารถทำความเข้าใจกลุ่มบุคคลผู้พิการได้มากยิ่งขึ้น เพื่อช่วยเหลือ หรือ

กำหนดนโยบายที่เอื้อให้คนพิการในสังคมได้รับรัฐสวัสดิการและโอกาสในการประกอบอาชีพอย่างเท่าเทียมคนปกติ

3. ผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่า มนุษย์มีแนวโน้มที่จะพัฒนาตนเอง เป็นไปตามความเชื่อว่า มนุษย์ต้องการพัฒนาตนเองอย่างเต็มที่ตามศักยภาพ และถ้ามีการจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสมอำนวยความสะดวกการเจริญงอกงามแล้ว มนุษย์ย่อมสามารถที่จะพัฒนาตนเองได้ ดังนั้นหน่วยงานหรือบุคคลที่ต้องการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์สามารถนำผลการวิจัยไปประยุกต์ใช้ได้ โดยการส่งเสริมให้เกิดภาวะจิตใจที่เอื้อต่อการพัฒนาตนเองแก่บุคลากรหรือกลุ่มเป้าหมายที่ต้องการ

4. นักจิตวิทยาการปรึกษาสามารถเข้าไปมีบทบาทในช่วยเหลือนักกีฬาคนพิการในช่วงประสบภาวะวิกฤตหรืออาจช่วยในการให้ความรู้ด้านการปรึกษาและทำงานร่วมกับผู้ฝึกสอนหรือบุคคลที่เกี่ยวข้องเพื่อให้มีนักกีฬาไม่มีอุปสรรคทางจิตใจในการพัฒนาตนเองและการแข่งขัน ได้ดังนี้

4.1 การให้บริการการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

การเข้าไปทำงานของนักจิตวิทยาการปรึกษา ในการให้บริการแก่นักกีฬาคนพิการ ตั้งแต่ช่วงที่เก็บตัวฝึกซ้อมจนกระทั่งแข่งขัน อาจเกิดขึ้นได้ในสองกรณี คือ ทำงานในตำแหน่งเจ้าหน้าที่ให้บริการปรึกษาที่ได้รับการแต่งตั้งจากหน่วยงานที่รับผิดชอบ หรือ การเข้าไปทำงานในฐานะอาสาสมัคร โดยการขออนุญาตจากสมาคมกีฬาคนพิการ จากข้อมูลที่ได้จากการวิจัยสิ่งที่นักจิตวิทยาต้องทำคือ การเยียวยากลุ่มภาวะจิตใจที่เป็นอุปสรรค และเอื้อให้เกิดภาวะจิตใจที่เป็นประโยชน์ต่อการพัฒนาศักยภาพเพื่อการแข่งขัน

4.2 การให้ความรู้ด้านการปรึกษาเชิงจิตวิทยา

เนื่องจากผู้ที่ฝึกสอนเป็นผู้เชี่ยวชาญด้านกีฬา ที่ให้ความสำคัญเกี่ยวกับการพัฒนาทักษะในการแข่งขัน ซึ่งอาจไม่เข้าใจความละเอียดอ่อนของจิตใจมนุษย์ ได้ดีเท่ากับผู้เชี่ยวชาญด้านจิตใจที่ฝึกฝนมาเฉพาะทาง อย่างนักจิตวิทยาการปรึกษา แต่เมื่อนักจิตวิทยาให้บริการปรึกษาตลอดเวลาไม่ได้ จึงควรมีการจัดให้เจ้าหน้าที่หรือผู้ฝึกสอนที่เกี่ยวข้องกับนักกีฬา หรือแม้กระทั่งนักกีฬา ได้มีการอบรมฝึกทักษะมนุษย์สัมพันธ์ตามแนวทางการปรึกษาเชิงจิตวิทยา ที่เน้นความงอกงาม(growth)ด้านจิตใจ เช่น กลุ่มปรึกษาเชิงจิตวิทยา เป็นต้น

รายการอ้างอิง

ภาษาไทย

- กชกร ศรีสัมพันธ์. (2537). บทบาทของสมาชิกครอบครัวที่มีต่อพฤติกรรมในการเผชิญปัญหาของ
คนพิการ. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- กชกร จุยมณี. (2548). ประสบการณ์ในการศึกษาเชิงจิตวิทยาวินต์ของนิสิตปริญญาโท สาขาวิชา
จิตวิทยาการศึกษา. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย.
- กนกวรรณ อังกะสิทธิ์. (2540). พฤติกรรมสุขภาพและการรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของคนพิการ.
วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- กองวิชาการ กรมประชาสงเคราะห์. (2534). การศึกษาวิจัยเรื่อง การศึกษารูปแบบที่เหมาะสมใน
การจัดบริการสวัสดิการสังคมให้กับคนพิการและคุณภาพของกรมประชาสงเคราะห์ : กรณี
บริการในรูปสถาบัน. เอกสารวิชาการลำดับที่ 250 เล่มที่ 12/2534.
- กิตติยา(นรามาศ) รัตนากร. (2531). คนพิการ : การสงเคราะห์และการฟื้นฟูสมรรถภาพ.
กรุงเทพมหานคร : คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- กীরติ บุญเจือ. (2552). แก่นปรัชญาปัจจุบัน. กรุงเทพมหานคร: บริษัทสำนักพิมพ์ ไทยวัฒนา
พานิช จำกัด.
- จรววยพร ธรณินทร์. (2526). พลศึกษาสำหรับคนพิการ. กรุงเทพมหานคร: ห.จ.ก.เทพนิมิตการ
พิมพ์.
- เฉลิมขวัญ สิงห์วี. (2548). ปัจจัยที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของคนพิการทางกายภายในศูนย์ฟื้นฟู
อาชีพคนพิการในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล. วิทยานิพนธ์ปริญญาามหาบัณฑิต
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ชาย โพธิ์สิตา. (2550). ศาสตร์และศิลป์แห่งการวิจัยเชิงคุณภาพ (พิมพ์ครั้งที่3). กรุงเทพมหานคร:
อมรินทร์พริ้นติ้ง.
- ชัยวัฒน์ อัดพัฒน์. (2533). ปรัชญาตะวันตกร่วมสมัย. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัย
รามคำแหง.
- ประสิทธิ์ ดิศักดิ์. (2526). การสงเคราะห์และฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการในประเทศไทย.
กรุงเทพมหานคร: กรมประชาสงเคราะห์.

พัชรา ลิ้มอำไพ. (2537). ผลการปรึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มที่มีต่อสัมพันธภาพระหว่างบุคคล
ของบุคคลที่สูญเสียหน้าที่ของอวัยวะที่ไม่เกี่ยวกับการพูดการเขียน. วิทยานิพนธ์ปริญญา
มหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

พัชรินทร์ วงศ์รักมิตร. (2545). ผลของทฤษฎีความเชื่อส่วนบุคคลเกี่ยวกับสติปัญญาต่อการ
อนุมานสาเหตุและการเลือกแก้ไขผลงาน. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

พิเชษฐ ชัยเลิศ. (2548). แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านกีฬาของนักกีฬาพิการตัวแทนทีมชาติไทย .
วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา.

ทวี เชื้อสุวรรณทวี, แฉล้ม แยมเอี่ยม. (2542). อิทธิพลของการแข่งขันกีฬาเฟสปิกเกมส์ ครั้งที่ 7 ที่
มีต่อเจตคติของผู้ชมการแข่งขันต่อกีฬาพิการ. วิทยาลัยราชสุดา มหาวิทยาลัยมหิดล.

ทวี เชื้อสุวรรณทวี และคณะ. (2549). รูปแบบการฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการที่เหมาะสมกับชุมชน
พุทธมณฑล อำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม : รายงานวิจัยเพื่อท้องถิ่นฉบับสมบูรณ์.
กรุงเทพมหานคร: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย.

นพพร เล้าเรื่องศิลป์ชัย. (2533). การศึกษาความวิตกกังวลในการแข่งขันกีฬาของนักกีฬาที่เข้า
แข่งขันกีฬาคนพิการแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 12 ประจำปี พ.ศ. 2533. วิทยานิพนธ์ปริญญา
มหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

นิตา ชูโต. (2551). การวิจัยเชิงคุณภาพ. กรุงเทพมหานคร: บริษัท พรินต์โพร จำกัด.

ณรงค์ ปฏิบัติสรกิจ. (2536). ปัญหาคนพิการ, หนังสือชุดปัญหาสังคม. กรุงเทพมหานคร: สภา
สังคมสงเคราะห์แห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์.

วสี ศรีชลาคม. (2547). การศึกษาประสบการณ์ทางด้านร่างกายและจิตใจของผู้ฝึกปฏิบัติหฐะ
โยคะ. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

วະนิดา น้อยมนตรี. (2547). จิตวิญญาณและความต้องการด้านจิตวิญญาณตามประสบการณ์
ของผู้ติดเชื้อเอชไอวีในระยะไม่ปรากฏอาการ. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต บัณฑิต
วิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ราชบัณฑิตยสถาน. (2526). พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525. กรุงเทพมหานคร:
สำนัก พิมพ์อักษรเจริญพัฒน์.

- โจจันทร์ รุ่ง สุวรรณสุทธิ. (2548). สมาธิกับการกีฬา. ใน คณาจารย์วิทยาลัยวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีการกีฬา มหาวิทยาลัยมหิดล ศาลายา. *วิทยาศาสตร์การกีฬา*. กรุงเทพมหานคร: ห้างหุ้นส่วนจำกัดมีเดีย เพรส.
- สิริวิชญ์ สวัสดิ์. (2546). การฟื้นฟูสมรรถภาพคนพิการทางร่างกาย : กรณีศึกษา คนพิการทางร่างกาย ในศูนย์ฟื้นฟูอาชีพคนพิการพระประแดง กรมพัฒนาสังคมและสวัสดิการ กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สถาบันราชภัฏบ้านสมเด็จเจ้าพระยา.
- สืบสาย บุญวีรบุตร. (2541). จิตวิทยาการกีฬา. ชลบุรี: วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดชลบุรี.
- สุปรีดา คงธรรม. (2522). การศึกษาปัญหา ความต้องการ และอุปสรรคของคนพิการที่รับการฝึกอาชีพ ณ ศูนย์ฟื้นฟูอาชีพคนพิการ พระประแดง กรมประชาสงเคราะห์ กระทรวงมหาดไทย. คณะสังคมสงเคราะห์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สุภางค์ จันทวานิช. (2546). วิจัยเชิงคุณภาพ. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ศิริพร สุขสงวน. (2545). ศึกษาความคิดเห็นของคนพิการทางการเคลื่อนไหวเกี่ยวกับปัญหาการเดินทางในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต วิทยาลัยราชสุดา มหาวิทยาลัยมหิดล.
- อรอนงค์ สงเจริญ, อรุณี ลิ้มมณี. (2546). สุขภาพจิตและความต้องการของคนพิการทางกายหรือการเคลื่อนไหว : กรณีศึกษาศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพคนงาน. วิทยาลัยราชสุดา มหาวิทยาลัยมหิดล.

ภาษาอังกฤษ

- Brennen, J.F. (2003). *History and systems of psychology*. New Jersey: Pearson Education Upper Saddle River.
- Engler, B. (1999). *Personality Theory (5th Ed)*. Boston New York: Houghton Mifflin Company.
- Mallett, C.J., Hanrahan, S.J. (2003). Elite athletes: why does the 'fire' burn so brightly?. *Psychology of Sport and Exercise (Vol. 5), Issue 2, April 2004, Pages 183-200,*

Retrieved March 1, 2008, Available from [http://www. Science Direct - Psychology of Sport and Exercise Elite athletes why does the 'fire' burn so brightly.htm](http://www.Science Direct - Psychology of Sport and Exercise Elite athletes why does the 'fire' burn so brightly.htm)

McClelland, D.C. (1961). *The achievement society*. New York: Free Press.

Montelione, T.L., Davis, R. (1984). Physically Disabled Athletes Successfully Compete. In Sherrill, C.(Eds), *The 1984 Olympic Scientific Congress Proceedings (vol.9): Sport and Disable Athletes*. Champaign, Illinois: Human Kinetic Publishers, Inc.

Hanrahan, S.J. (2004). Sport Psychology and Athletes with Disabilities. In Morris T., & Summers, J. (Eds), *Sport psychology: theory, applications and issues (2nd Ed)*. Sydney and Melbourne: John Wiley & Sons Australia, Ltd.

Riddell, S., Watson, N. (2003). *Disability, Culture and Identity*. UK: Pearson Education Limited.

Robert, G.C. (1982). Achievement motivation in sport. In R. Terjung (Eds), *Exercise and sport Science Reviews (vol. 10)*. Philadelphia: Franklin Institute Press.

Weiner, B. (1972). *Theory of motivation: From mechanism to cognition*. Chicago: Markhan.

Weiner, B. (1979). *A theory of motivation for some classroom experience*. Journal of Educational Psychology, 71: 3-25.

Quinn, P. (1998). *Understanding Disability: A Lifespan Approach*. California: SAGE Publications, Inc.

ศูนย์วิทยทรัพยากร

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ก

แนวคำถาม

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตัวอย่างแนวคำถามที่ใช้ในการวิจัย

คำถามนำการสนทนา

การซ้อมวันนี้เป็นอย่างไรบ้างครับ คิดอย่างไรกับการแข่งขันครั้งนี้ พร้อมจะให้สัมภาษณ์หรือเปล่า เริ่มการสัมภาษณ์อย่างเป็นทางการกันได้หรือยังครับ ฯลฯ

หมายเหตุ คำถามนำการสนทนาไม่แน่นอนตายตัว ขึ้นอยู่กับดุลยพินิจและการสังเกตของผู้สัมภาษณ์

คำถามเข้าสู่ประเด็น(เป็นคำถามปลายเปิดเพื่อเข้าสู่ข้อมูลเชิงลึก)

1. ช่วยเล่าประสบการณ์เกี่ยวกับการได้รับรางวัลครั้งสำคัญที่สุดของท่าน(พี่,น้อง)ให้ฟังหน่อยได้มั๊ยครับ
2. ชีวิตการเป็นนักกีฬาของท่านนั้นเป็นมาอย่างไรกว่าจะถึงวันนี้
3. คำว่าชัยชนะนั้นสำคัญต่อชีวิตของท่าน(พี่,น้อง)อย่างไรบ้างครับ
4. การได้มาซึ่งชัยชนะของท่านนั้นต้องประสบกับความลำบาก หรืออุปสรรคอะไรบ้าง
5. มีปัญหาที่เกี่ยวกับร่างกายใดบ้างที่เกิดขึ้นหรือมีปัญหาเกี่ยวกับจิตใจอย่างไรบ้างก่อนได้รับชัยชนะ
6. บุคคลรอบกายท่านคิดเห็นอย่างไรเกี่ยวกับการแข่งขันและชัยชนะของท่าน
7. การได้มาซึ่งชัยชนะต้องประสบกับปัญหาสังคมหรือสิ่งแวดล้อมอะไรบ้าง
8. ท่านมีวิธีเผชิญหรือฝ่าฟันอุปสรรคต่างๆในชีวิตมาได้อย่างไรบ้าง
9. ท่านจัดการกับสิ่งต่างๆที่ขัดขวางชัยชนะของตนอย่างไร
10. ช่วยเล่าถึงประสบการณ์ทางอารมณ์และความคิดภายในใจต่างๆของท่านเกี่ยวกับการมุ่งชัยชนะเกี่ยวกับการแข่งขัน ทั้งหมดให้ฟังด้วยครับ
11. ขณะที่ทำการแข่งขันนัดสำคัญท่านมีความคิดความรู้สึกใดๆเกิดขึ้นภายในใจบ้าง
12. ท่านรับรู้ว่าจะชัยชนะเป็นอย่างไร หรือคิดเห็นอย่างไรเกี่ยวกับชัยชนะบ้าง
13. ตอนที่ประสบกับชัยชนะมีความรู้สึกใดบ้างที่เกิดขึ้น
14. ท่านจัดการกับความรู้สึกหรือความคิดที่ไม่ผลดีต่อการมุ่งชัยชนะอย่างไร

15. ภาวะจิตใจของท่านก่อนและหลังได้รับชัยชนะนั้นต่างกันอย่างไร
16. คำว่า ภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะตามความเข้าใจของท่าน นั้นเป็นเช่นไร
17. มีอะไรจะแนะนำให้แก่บุคคลทั่วไปที่ท้อแท้และบุคคลที่ต้องการชัยชนะในชีวิตบ้าง

หมายเหตุ เมื่อมีประเด็นที่น่าสนใจ หรือผู้สัมภาษณ์ไม่เข้าใจจะมีการเจาะลึกในรายละเอียดมากยิ่งขึ้น ในขอบเขตการศึกษาภาวะจิตใจมุ่งชัยชนะของนักกีฬาคนพิการ



ศูนย์วิจัยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ข
ภูมิหลังผู้ให้ข้อมูล

ศูนย์วิจัยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 1 (ID1)

“เราทุกข์ เราร้องไห้ เราไม่ทำอะไร มองครอบครัวที่ เรา
มองพ่อแม่เราที่ไม่สดใสหรอก เราเอาความทุกข์ของคนนะ
คนรอบข้างมาผลักดันเรา สร้างกำลังใจให้เราไปต่อสู้ ทุกๆอย่าง
มีทางแก้ตลอด”

อายุ 35 ปี นักกีฬาวิลแชร์ฟันดาบหญิง รูปร่างปานกลาง ผิวขาวบุคลิกดี พุดจาคล่องแคล่ว ภูมิลำเนาเดิมเกิดที่จังหวัดเชียงใหม่ เนื่องจากครอบครัวมีฐานะยากจน ดังนั้นเมื่อเรียนจบชั้น ประถมศึกษาปีที่หก เธอต้องเรียนต่อในระบบการศึกษานอกโรงเรียน และทำงานเลี้ยงชีพอยู่ที่นิคม อุตสาหกรรมแห่งหนึ่งที่จังหวัดลำพูน เมื่ออายุได้ 18 ปี สิ่งที่ไม่คาดฝันได้เกิดขึ้นกับชีวิตของเธอนั้น คือประสบอุบัติเหตุบนท้องถนน โดยการขับรถมอเตอร์ไซด์ชนกับรถ 4 ล้อ ทำให้ขาทั้ง 2 ข้างอ่อน แรงแเดินไม่ไหว หรือเธอต้องเป็นอัมพาตท่อนล่าง ด้วยวัยที่กำลังสดใสแล้วต้องมาประสบกับความ พิการ และการคิดว่าตนเองกลายมาเป็นภาระของพ่อแม่ที่ต้องคอยดูแล ทำให้เธอยอมรับสภาพนั้น ไม่ได้ ขณะที่พักรักษาตัวอยู่นานถึง 9 เดือน ณ ช่วงเวลานั้นในบางครั้ง เธอจึงคิดที่จะฆ่าตัวตาย แต่เพราะเธอได้รับรู้ได้ถึงความรักจากพ่อแม่ ทำให้คิดได้ว่า ถ้าตัวเองตายไปพ่อแม่จะเสียใจและ เป็นทุกข์มากเพียงใด การคิดได้เช่นนั้นทำให้เธอต้องมีชีวิตอยู่เพื่อสู้ปัญหาต่อไป

หลังจากพักรักษาตัวจนหายดีเธอได้เข้ารับการอบรมอาชีพโดยเรียนพิมพ์ดีดคอมพิวเตอร์ ที่ศูนย์ฟื้นฟูอาชีพคนพิการหายาดฝน จังหวัดเชียงใหม่ เธอเริ่มเล่นกีฬาประเภทแรกที่ศูนย์ คือ บาสเกตบอล โดยมีเหตุผลในการเล่นว่า เพราะได้ออกสังคม เธอเล่าว่า ตอนนั้นถ้าไม่ไปโรงเรียน หายาดฝน ก็จะอยู่บ้านในห้องเล็กๆไม่กล้าพบหน้าใครเพราะอายต่อสภาพพิการ การเล่นกีฬาของเธอแม้ว่าอาจจะเทียบไม่ได้กับคนปกติ แต่พอเลือกที่จะเล่นกีฬาทำให้เธอได้เจอเพื่อนที่ตกอยู่ใน สภาพเดียวกัน ได้มีความรู้สึกจะทำอะไรได้ และมีคนชม เธอบอกว่าทำให้เธอรู้สึกดี

จากนั้นเหตุการณ์สำคัญที่ทำให้เธอได้ผันชีวิตเข้าสู่วิถีนักดาบหญิงก็ได้เริ่มขึ้น คือ เมื่อปี 2541 ก่อนการแข่งขันกีฬาคนพิการเฟสปีเกมส์ครั้งที่ 7 ที่กรุงเทพมหานคร ครั้งนั้นทางประเทศ ส่องกงอยากให้มีการแข่งขันกีฬาฟันดาบในมหกรรมกีฬาด้วย ทางประเทศไทยจึงมีการอบรม นักกีฬาเพื่อเข้าร่วมการแข่งขัน เธอจึงได้เข้าร่วมอบรมวิลแชร์ฟันดาบเพื่อการแข่งขันในกีฬา เฟสปีเกมส์ หลังจากการอบรมเพื่อคัดตัวซึ่งใช้ระยะเวลาหนึ่งสัปดาห์โดยผู้ฝึกสอนจากประเทศ ส่องกง หนึ่งเดือนต่อมามีจดหมายถึงเธอบอกว่าติดเป็นนักกีฬาทีมชาติในประเภทกีฬาบาสเกต บอล และฟันดาบ เมื่อตัดสินใจเลือกกีฬาฟันดาบเพราะว่าเป็นกีฬาใหม่ 3 เดือนก่อนการแข่งขัน กีฬาเฟสปีเกมส์ เธอได้เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาฟันดาบ ณ ประเทศญี่ปุ่นเพื่อเป็นการอุ่นเครื่อง

เธอเล่าว่า ก่อนหน้านั้นแม่แต่กรุงเทพฯก็ไม่คิดว่าจะได้เห็นด้วยซ้ำ แต่เธอได้ไปถึงญี่ปุ่นมันเป็นประสบการณ์ที่นำมาซึ่งความดีใจสุดขีดเลยก็ว่าได้

เมื่อวันการแข่งขันกีฬาเฟสปีคส์ครั้งที่ 7 ได้มาถึงเธอได้คว้าเหรียญทอง มาได้ 2 เหรียญทอง จากวีลแชร์ฟันดาบ ประเภทเอแปบุคคลหญิง (คลาส B) และประเภทดาบฟอลซ์บุคคลหญิง (คลาส B) รางวัลเงินสด 2 แสนบาทจากการแข่งขันทำให้เธอมีความไฝ่ฝันที่สดใสอีกครั้ง เนื่องจากเดิมที่นั่นคิดว่าเป็นภาระของพ่อแม่และวิชาซีพีที่เรียนก็เชื่อว่าจะทำให้มีงานทำที่แน่นอนและไม่ลำบากในการเดินทาง ดังนั้นการได้รับเงินรางวัลครั้งนี้ได้จุดประกายฝันของเธอขึ้นมาอีกครั้งว่าเธอจะทำให้พ่อแม่อยู่อย่างสบายด้วยการเล่นกีฬาฟันดาบ เธอเล่าให้ฟังว่า “กีฬาทำให้ชีวิตฉันเปลี่ยนขึ้นมา จากที่เราเป็นศูนย์ไปแล้ว กลับขึ้นมาเริ่ม 1 ใหม่ หนึ่งหน่วยของเราเป็นหนึ่งที่มีค่า แทนที่เราคิดว่าเราจะเป็ภาระของพ่อแม่ แต่กลับให้เราคิดว่าเราจักให้พ่อแม่สบายแล้ว ก็เลยแบบ ได้เหรียญทองปั๊บ ฉันทะอันนี้แหละ กีฬานี้แหละจะทำให้ฉันไปสู่ที่ฉันฝันได้” จากนั้นเธอได้ชัยชนะรายการแข่งขันต่างๆเรื่อยมา จนกระทั่งได้เหรียญทองระดับโอลิมปิกส์ของการแข่งขันกีฬาคนพิการ กล่าวได้ว่าเป็นชัยชนะสูงสุดในชีวิตนักกีฬาฟันดาบของเธอ เธอบอกว่าแม้ว่าการศึกษาของเธอไม่ได้สูงส่งแต่สามารถส่งให้น้องสาวเรียนจบปริญญาตรี และซื้อรถให้พ่อให้แม่ใช้ในการทำมาหากินได้ด้วยเงินรางวัลที่ได้จากชัยชนะในการแข่งขัน และตัวเธอในวันที่ให้สัมภาษณ์ ก็กำลังสำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรีจากมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งเช่นกัน ปัจจุบันเธอคิดว่า จะเล่นกีฬาพร้อมกับหาหลักแหล่งในยามแก่เฒ่าหรือช่องทางหาเลี้ยงตนเองในวัยชรา ไปด้วยการได้รับความรักและกำลังใจจากคนรอบข้าง

ศูนย์วิทยทรัพยากร

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 2 (ID2)

“อย่างน้อยเราก็มีความสามารถ พอที่จะไปถึง ตรงนั้นได้
เราสามารถพิสูจน์ตนเองว่า อย่างน้อยคนพิการก็ไม่ได้ด้อย แบบว่า
ไม่ได้ไปแบมือ ขอเงินอะไรใครเค้ากิน”

นักกีฬาฟันดาญคนพิการหญิง อายุ 32 ปี สูงประมาณ 160 เซนติเมตร รูปร่างเล็กบอบบาง ภูมิลำเนาเดิมอยู่จังหวัดแพร่ เธอไม่ได้พิการมาแต่กำเนิด หากแต่เกิดจากการให้ยาที่ผิดพลาดของ แพทย์ในช่วงอายุ 5 ขวบ ทำให้เป็นโปลิโอที่ขาข้างขวาและกลายเป็นคนพิการตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา และเมื่อตอนอายุ 20 ปี ประสบอุบัติเหตุรถจักรยานยนต์พลิกคว่ำ ขาขวาที่พิการอยู่แล้วได้รับ บาดเจ็บมากจนแพทย์ที่โรงพยาบาลจังหวัดแพร่ลง ความเห็นว่าจะต้องตัดขาทิ้ง ครอบครัวเธอไม่ เห็นด้วยกับการวินิจฉัยของแพทย์ ตัดสินใจย้ายไปรักษาที่โรงพยาบาลมหाराช จังหวัดเชียงใหม่ และที่เชียงใหม่นอกจากจะทำให้เธอไม่ต้องตัดขาข้างขวาทิ้ง แล้ว ยังทำให้ได้รู้จักกับกีฬายิงธนู อย่างไม่เคยคิดมาก่อนในชีวิตว่าจะได้เล่นกีฬาประเภทนี้ นั่นคือเมื่อเธอได้เข้าศึกษาต่อวิชาชีพที่ ศูนย์ฟื้นฟูอาชีพคนพิการหายาดฝนจังหวัดเชียงใหม่ เมื่อได้เป็นสมาชิกศูนย์ได้ไม่นานก็ได้พบกับ กีฬายิงธนู ด้วยความที่เธอชอบการเล่นกีฬาเป็นทุนเดิมอยู่แล้วจึงได้ร่วมเล่นกีฬา

เธอเลือกเล่นกีฬายิงธนูโดยให้เหตุผลว่า ชอบกีฬาอยู่ก่อนแล้วขอให้ได้เล่นกีฬาอะไรก็ได้ แต่เพราะว่าพิการจึงไม่มีโอกาสได้เล่นเสียที เมื่อมีโอกาสจึงขอทำให้เต็มที่ เมื่อพบว่ามิชูปกรณียิง ธนูว่างพอดีจึงได้เลือกเป็นนักกีฬายิงธนู ด้วยเหตุที่เธอตัวเล็กจึงต้องใช้ความพยายามมากกว่าคน ปกติในการฝึกซ้อมเพื่อพัฒนาฝีมือ ซึ่งเธอบอกว่า ในตอนเริ่มฝึกนั้นแม้แต่ดรัมเบลหนักสาม กิโลกรัมยังยกไม่ไหว แต่ด้วยความพยายามจากน้อยไปหามาก จึงเริ่มจากการที่มีคนคอยพุงใน เวลาตั้งยางออกกำลัง และยกน้ำหนักจากเบาก่อนจนกระทั่งเธอมีกำลังพอที่จะดึงลูกธนูให้ผ่าน คลิกเกอร์ได้ และเมื่อได้เข้าร่วมคัดตัวเพื่อแข่งขันเธอก็ได้พบว่าฝีมือไม่ได้ด้อยไปกว่าใคร ในการ แข่งขันมีทั้งแพ้และชนะครั้งหนึ่งเธอแข่งแล้วได้เพียงรางวัลปลอบใจและยังถูกสบประมาทจาก เพื่อนนักกีฬาด้วยกัน เธอจึงเกิดมานะว่าต้องเป็นอันดับหนึ่งในประเทศให้ได้ จึงได้ฝึกซ้อมอย่าง หนักและต่อเนื่องเรื่อยๆ ในที่สุดเธอก็ได้เป็นนักกีฬายิงธนูคนพิการซึ่งจัดว่า อยู่ในแนวหน้าของ ประเทศ โดยที่เหรียญรางวัลสูงสุดที่เธอได้รับคือเหรียญเงินจากการแข่งขันกีฬาพาราอิมปิกส์ ที่ เอเธนส์ประเทศกรีซ เมื่อปีพุทธศักราช 2547

เธอเล่าให้ฟังว่าตั้งแต่เป็นนักกีฬาคนพิการสิ่งที่ตามมาคือฐานะความเป็นอยู่ที่ดีขึ้นของ ครอบครัว รวมถึงการยอมรับจากเพื่อนบ้าน นอกจากนี้เธอก็ถึงการเล่นกีฬาเป็นอาชีพว่า ดีกว่า

อาชีพลูกจ้างทั่วไปซึ่งเหมือนมนุษย์เงินเดือนและกว่าจะได้เงินแสนมาอยู่ในมือเป็นเรื่องที่แทบเป็นไปไม่ได้ ทั้งนี้ยังไม่รวมถึงว่าเธอเป็นคนพิการผู้ต้องประสบปัญหาเรื่องการเดินทางด้วยแล้ว การทำงานประจำจึงไม่คุ้มค่าสำหรับเธอ ดังนั้นเธอจึงได้ประกอบอาชีพอิสระ เช่น ขายสลากกินแบ่งรัฐบาล หรือรับเสื้อผ้ามือสองมาขาย เป็นต้น ครั้นเมื่อถึงช่วงเวลาที่ต้องแข่งกีฬาเธอก็เข้าร่วมเก็บตัวฝึกซ้อมเพื่อการแข่งขันตามปกติ



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 3 (ID3)

“คนเราถ้ามีการทำท่ายังไม่ถึงสุดยอดของชีวิต นักไต่เขาก็คือยากไป ให้ถึงยอดเขา แต่เค้าก็มีความฝันของเค้า ผมก็มีความฝันของผม ที่จะเป็นสุดยอดของธนู”

ชายหนุ่ม ผิ คล้ำ อารมณ์ดี อายุ 32 ปี จากจังหวัดสงขลา เขาเรียนจบวิศวกรรมเครื่องกล จึงได้เข้าทำงานโรงงานแห่งหนึ่งในจังหวัดเดียวกัน แต่เพราะประสบอุบัติเหตุเนื่องจากขาข้างหนึ่งติดอยู่ในเครื่องจักรทำให้เครื่องจักรบิดขาข้างขวาจนเหล็กละเอียด กลายเป็นคนพิการ หลังจากฟื้นตัวที่โรงพยาบาลและรักษาตัวหายดีแล้วเขาได้เก็บตัวอยู่แต่ในบ้านเพราะความรู้สึกอับอายต่อสภาพพิการของตนและรู้สึกว่าเป็นภาระของคนในครอบครัว เขาเล่าถึงการได้รับกำลังใจจากครอบครัวในช่วงเวลาที่ประสบปัญหาทั้งน้ำตาว่า “พ่อ บอกว่าลูกคนหนึ่งทำอะไรจะเลี้ยงไม่ได้ในเมื่อเลี้ยงมาตั้งนานแล้วจะเลี้ยงต่อไปอีกทำอะไรจะไม่ได้” เขาเองรู้สึกเสียใจที่ไม่สามารถช่วยเหลือเลี้ยงครอบครัว

หลังจากที่ใช้เวลาทำใจอยู่สองปี เขามีความหวังขึ้นมาจากการได้ผ่านพบกับศูนย์ฟื้นฟูคนพิการจึงทำให้เขาได้ก้าวออกจากบ้านอีกครั้ง มาติดต่อศูนย์ฟื้นฟูคนพิการจังหวัด เมื่อศูนย์ส่งตัวต่อมาที่ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพคนงานจังหวัดปทุมธานี เมื่อจบหลักสูตรการประกอบอาชีพแล้วเขากลับไปสมัครงานปรากฏว่าเมื่อนายจ้างรู้ว่าเขาเป็นคนพิการก็ไม่อยากรับไว้ทำงานโดยการตอบบายเบี่ยงว่าจะติดต่อมาทีหลัง แต่เมื่อเขาแอบย้อนกลับไปดูก็ได้พบว่านายจ้างโยนใบสมัครงานของเขาลงถังขยะทันทีที่เขาจากมา เมื่อเขาได้เห็นเหตุการณ์ เช่นนั้นทำให้รู้สึกน้อยใจเป็นอย่างมาก เขาเล่าให้ฟังถึงถามหาความเท่าเทียมของคนในสังคมว่า “เราอยู่สังคมเดียวกับเค้าด้วยได้มัยด้วยได้มัย แต่เค้าไม่เปิดใจให้เราเลย เป็นมา 3 ครั้ง ไปสมัครงานที่ไหน พอบอกว่าพิการ เดี่ยวค่อยติดต่อไปที่หลังนะน้อง” จากนั้นเขาจึงตัดสินใจกลับมาที่ศูนย์ฟื้นฟูคนพิการจังหวัดปทุมธานี อีกครั้ง การกลับมาคราวนี้ทำให้เขาได้พบกับกีฬายิงธนู คือได้เห็นรุ่นพี่ที่เป็นนักกีฬากลับมาฝึกซ้อมอยู่ที่ศูนย์ เขาบอกว่าชอบเล่นกีฬามานานแล้วแต่ไม่มีโอกาส ดังนั้นเขาได้ไปนั่งดูรุ่นพี่ฝึกซ้อมทุกวันเพราะว่าอยากเล่นด้วยแต่ไม่กล้าเอ่ยปากขอ จึงได้เริ่มตีสนิทจากการช่วยเก็บลูกธนูที่ยิงไปแล้วทุกวัน ในที่สุดจึงได้เอ่ยปากขอเล่นด้วย รุ่นพี่จึงอนุญาตโดยง่ายตาย ตั้งแต่นั้นมาเขาจึงได้ทุ่มเทฝึกซ้อมยิงธนูเรื่อยมา

เมื่อมีโอกาสคัดตัวเข้าแข่งขันรายการการต่างๆก็สามารถแสดงฝีมือได้เป็นที่ประจักษ์จนในที่สุดก็ได้เป็นนักกีฬาคนพิการตัวแทนทีมชาติจนมาถึงปัจจุบัน ในการลงแข่งขันคัดตัวครั้งแรกในชีวิตนั้นเขาบอกว่า แม้กระทั่งขาขาดเขาก็ผ่านมาแล้ว อันนี้มันเป็นแค่เกมส์กีฬาเท่านั้น แม้ว่าเขา

จะคว่ำรางวัลจากการแข่งขันมาหลายรายการแต่ปัจจุบัน ยังคงเสียงปากท้องด้วยการขับรถมอเตอร์ไซด์รับจ้างเป็นอาชีพหลักและเล่นกีฬายิงธนูเป็นอาชีพเสริม แม้เขาจะนิยามตัวเองว่าผู้รักสันโดษก็ตาม แต่ในฐานะนักกีฬายิงธนูแล้ว การได้เป็นที่หนึ่งด้านการยิงธนู หรือการสร้างชื่อเสียงนักกีฬายิงธนูคนพิการให้โด่งดังในระดับโลกยังคงเป็นความฝันของเขา



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 4 (ID4)

“อย่าเดินหนีปัญหาแล้วกัน ให้สู้กับปัญหา เพราะทุกคน
มันก็มีปัญหาอยู่ นอกจากใครสู้หรือไม่สู้”

ชายผิวคล้ำ อายุ 32 ปี รูปร่างท้วม ท่าทางใจเย็นและขี้อายเล็กน้อย ภูมิลำเนาเดิมอยู่
จังหวัดสงขลา เดิมที่เขาเป็นนักศึกษา กำลังทำปริญญาครุศาสตรบัณฑิต วิชาเครื่องมือกล ที่
มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลแห่งหนึ่ง แต่เพราะประสบอุบัติเหตุรถชนทำให้เขาเป็นอัมพาต
เดินไม่ได้

จากคนเดินได้ปกติเมื่อแปรเปลี่ยนสภาพมาเป็นคนพิการทำให้ยากที่จะยอมรับสภาพ
ความเป็นจริงที่เกิดขึ้นได้ เขาเริ่มเก็บตัวอยู่แต่ในบ้านเปิดทีวีทิ้งแล้วปล่อยจิตใจให้ล่องลอยผ่านไป
ในแต่ละวัน โดยที่ไม่ได้ติดต่อกับทางมหาวิทยาลัยเพื่อรักษาสภาพนักศึกษา จนกระทั่งเขาหมด
สภาพความเป็นนักศึกษา ในช่วงที่ท้อแท้้นั้นเขาเปิดเผยว่าบางครั้งเคยคิดขอทานเลี้ยงชีพ
เหมือนกัน แต่ก็ไม่ได้ทำอย่างที่คิด หลังจากที่เขาได้ใช้ชีวิตโดยปล่อยใจให้ล่องลอยอย่างไร
จุดหมายอยู่สองปี เขาก็เริ่มยอมรับสภาพความพิการได้ และตระหนักว่าถ้าอยู่ในสภาพเช่นนั้น
ต่อไปก็ไม่ทำอะไรดีขึ้น จึงเริ่มออกพบปะผู้คนและเริ่มหางานทำ มีคนแนะนำให้ติดต่อศูนย์ฟื้นฟู
คนพิการ จนในที่สุดเขาได้มาฝึกอาชีพอยู่ที่ศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพคนงาน จังหวัดปทุมธานี

เมื่อมาอยู่ที่นั่นแล้วเขาได้พบกับรุ่นพี่ซึ่งเป็นนักกีฬาอิงธนู ด้วยนิสัยเดิมเขาก็เป็นคนที่ชอบ
เล่นกีฬา เช่น ตะกร้อ ฟุตบอล เป็นต้น แต่เพราะใช้ขาไม่ได้แล้วจึงได้ให้ความสนใจกับการเล่นกีฬา
ที่ใช้แขน อีกทั้งกีฬาอิงธนูยังเป็นสิ่งที่แปลกใหม่น่าสนใจสำหรับเขา เขาจึงได้เข้าร่วมฝึกอบรมการ
ยิงธนูและฝึกฝนพัฒนาฝีมือเรื่อยมาและเมื่อเห็นว่ารุ่นพี่ที่ชนะได้เหรียญ ได้เงินรางวัล ยิ่งทำให้เขา
มีกำลังใจในการฝึกฝนเพื่อการแข่งขัน ในการแข่งขันแต่ละครั้งต้องเดินทางไปในสถานที่ต่างๆ
รวมถึงการได้พบปะบุคคลต่างๆ ทำให้เขารู้สึกสนุกสนานไม่รู้สึกลดเดี่ยวอีกแล้ว เขาบอกว่ายิ่ง
ฝึกซ้อมยิ่งชอบและมีความสุขกับการเล่นกีฬาอิงธนู

การประสพชัยชนะแต่ละครั้งสำหรับเขาแล้ว เขามองว่าชัยชนะเป็นสิ่งธรรมดาที่ควรได้แล้ว
สำหรับตนเอง เพราะไม่มีอะไรจะยิ่งใหญ่ไปกว่าการสูญเสียสมรรถภาพในการเดินได้อีกแล้ว ใน
การเข้าร่วมการแข่งขันปัจจุบันเขามีความฝันว่าจะได้ชัยชนะเพื่อจะได้นำชัยชนะเป็นหลักประกัน
ในการเสนอให้มีการสนับสนุนด้านอุปกรณ์การฝึกซ้อมเพื่อช่วยเหลือรุ่นน้องซึ่งเป็นคนพิการให้พวก
เขาได้มีอุปกรณ์ฝึกซ้อม เพื่อจะได้มีความหวัง มีรอยยิ้มได้ เช่นเดียวกับเขา

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 5 (ID5)

“เวลาเราเจ็บไข้ได้ป่วยมา มีใครที่ไหน พ่อแม่มาก่อนอยู่
แล้ว ไข้เพื่อนที่ว้าวกั๊กเข้า ขึ้นเพื่อนตายนั้นหนีหมด เวลาที่เราเป็น
อะไรมา คนที่เซ็ดซี๊ดเซ็ดเยี้ยว สุดท้ายก็ คือ พ่อแม่ กำลังใจนี้พ่อแม่
สำคัญ”

อายุ 36 ปี มีนิสัยสนุกสนาน ชอบพูดจาตลกขบขัน เดิมทีนั้นประกอบอาชีพเกี่ยวกับการเดินสายไฟฟ้าให้กรมทางหลวง แต่เมื่อแปดปีที่แล้วเขาประสบกับเหตุการณ์ที่ไม่อาจลืมได้ชั่วชีวิต นั่นคือ ถูกสายไฟฟ้าแรงสูงซึ่งยังมีกระแสไฟได้ตัวเอาขาทั้งสองข้างให้พรวดจากไปอย่างไม่มีวันได้คืน

ตอนรักษาตัวอยู่ที่โรงพยาบาลเขาพบว่าเพื่อนที่กินเที่ยวด้วยกันจะมาเยี่ยมเยียนบ้างในช่วงแรก แต่จากนั้นทุกคนค่อยๆ หายหน้าไปจนเหลือเพียงแต่พ่อกับแม่ตนเองเท่านั้นที่เฝ้าดูแลเอาใจใส่อย่างเสมอต้นเสมอปลาย การประสบอุบัติเหตุคราวนี้ทำให้เขาเกิดความสำนึกได้ในด้านพฤติกรรมที่ผ่านมาของตัวเองและได้เปลี่ยนนิสัยมาเป็นคนรับผิดชอบครอบครัวมากขึ้น เขาบอกว่าสุดท้ายแล้วทำให้ได้รู้ว่าไม่มีใครรักเขาเท่าพ่อกับแม่

เมื่อรักษาแผลกายและแผลใจได้แล้ว เขาจึงได้เข้าติดต่อศูนย์ฟื้นฟูสมรรถภาพคนงานจังหวัดปทุมธานี ณ สถานที่นี้เองทำให้เขาได้พบกับกีฬาที่หลากหลายนานหลาย เช่น เทนนิส ตะกร้อ และธนู เป็นต้น เขาเริ่มจับจากกีฬาวิลแชร์เทนนิสเป็นอันดับแรกแต่เพราะพบว่าตนเองไม่มีความถนัด จึงได้หันมาเล่นกีฬายิงธนู เมื่อฝึกซ้อมแล้วปรากฏว่าความสามารถได้รับการยอมรับจากผู้ฝึกสอนจึงได้เป็นตัวแทนเข้าร่วมการแข่งขันในแมทต่างๆ เรื่อยมา

เดิมทีนั้นเขาเป็นคนเจ้าชู้ และเมื่อทำงานได้เงินมาจะส่งให้ทางบ้านบ้างไม่ส่งบ้าง เงินส่วนใหญ่ที่ได้มาจากการทำงานจะทำไปนำไปใช้เที่ยวเตร่และดื่มเหล้า การประสบอุบัติเหตุทำให้เขาขาดมีผลให้เขาได้สติกลับตัวกลับใจหันมาสนใจครอบครัวโดยการนำเงินที่ได้มาส่งให้ลูกและภรรยา รวมถึงนำเงินมาเลี้ยงดูพ่อแม่ที่แก่ชรา ปัจจุบันเขาได้ตั้งปณิธานไว้ ว่าตราบใดที่พ่อแม่ของตนยังไม่มีชีวิตความเป็นอยู่ที่ดีสุขสบาย ตัวเขาเองก็จะไม่ขออยู่อย่างมีความสุขสบายเช่นกัน การพูดถึงความเป็นอยู่ของพ่อแม่อาจทำให้เขาสะท้อนใจถึงเรื่องราวในอดีตของตนเอง ดังนั้นในขณะที่ให้การสัมภาษณ์กับผู้วิจัยเขาจึงมีน้ำตาคลอเล็กน้อยเมื่อพูดถึงพ่อกับแม่ อาจเพราะความพยายามทำเพื่อครอบครัวอันเป็นที่รักเช่นที่กล่าวมา เขาจึงได้นิยามชัยชนะว่า เป็นสิ่งที่สวยงาม

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 6 (ID6)

“แต่ละคนมันมีข้อจำกัดไม่เหมือนกัน เราจะไปบังคับให้
 ค่ามานั่งวีลแชร์เหมือนอย่างเราไม่ได้หรอก คือค่าก็ดีของค่าไป
 เราก็อัดของเราไปแค่นั้นเอง ก็ดีด้วยกันแล้วมันมีความสุข สำหรับผม
 พอได้จับเทนนิส จับเรกเก็ตแล้วมันมีความสุข”

นักกีฬาวีลแชร์เทนนิส อายุ 30 ปี เป็นชายหนุ่มอารมณ์ดี ทำทางไม่เคร่งเครียดกับเรื่องราว
 ใดๆ เขาจับเรกเก็ตเมื่ออายุได้ 18 ปี เริ่มจากที่ได้เข้ามาฝึกอบรมอาชีพที่ศูนย์ฟื้นฟูคนงานพระ
 มหาไถ่ จังหวัดชลบุรี ในช่วงที่ฝึกฝนการวิชาชีพด้านการซ่อมเครื่องคอมพิวเตอร์อยู่นั้น เขาได้พบ
 กับการเล่นกีฬาที่หลากหลาย เขาบอกว่าตนเองเป็นคนชอบเล่นสนุกสนาน ตอนที่ให้สัมภาษณ์เขา
 บอกว่าปัจจุบันกำลังหัดเล่นมายากลด้วย เขาชอบเล่นกีฬาเมื่อมีโอกาสจึงเล่นทั้งกีฬาเทเบิลเทนนิส
 วอลเลย์บอล และบาสเก็ตบอล

เพราะความที่เขามีความสามารถหลากหลาย จึงเคยได้เป็นตัวแทนทีมชาติกีฬาเทเบิล
 เทนนิสคนพิการ ในปีประเทศไทยเป็นเจ้าภาพจัดการแข่งขันกีฬาพาราลิมปิกเกมส์อีกด้วย แต่
 หลังจากนั้นเขาได้พบว่า กีฬาเทเบิลเทนนิสมีแมทให้แข่งขันในประเทศน้อยมาก จากนั้นเขาจึง
 ได้หันมาจับกีฬาวีลแชร์เทนนิส และได้ฝึกซ้อมพัฒนาฝีมืออย่างต่อเนื่องเรื่อยมาจนถึงปัจจุบัน
 รางวัลสูงสุดที่เขาได้รับจากการแข่งขันคือ เหรียญทอง จากวีลแชร์เทนนิสประเภทคู่ในพาราลิมปิก
 เกมส์ที่ประเทศมาเลเซียเมื่อปี 2006

เขาบอกว่า กีฬาวีลแชร์เทนนิสยังได้รับการสนับสนุนจากภาครัฐและเอกชนน้อยมาก เขา
 ต้องใช้ทุนส่วนตัวในการซื้อตัวเครื่องบินเพื่อเดินทางไปทำการเก็บคะแนนจัดอันดับฝีมือ(ranking)
 เพื่อที่จะได้เข้าร่วมการแข่งขันแมทที่ใหญ่กว่า ดังนั้น เงินรางวัลที่ได้มาจากการแข่งขันในแต่ละครั้ง
 ส่วนหนึ่งจะถูกนำมามาใช้เป็นทุนรอนเพื่อการแข่งขันครั้งต่อไปด้วย เขาบอกว่าตนเองยังคงทำงาน
 ขายสลากกินแบ่งรัฐบาลและใช้เวลาว่างมาฝึกซ้อมกีฬาวีลแชร์เทนนิส การเก็บตัวฝึกซ้อมเพื่อ
 การแข่งขันกีฬาราลิมปิกเกมส์ครั้งที่ 13 ที่จะถึงนี้ เขายังคงประสบปัญหาเกี่ยวกับระยะเวลาที่ใช้ใน
 การฝึกซ้อมน้อยเกินไป และ เขายังต้องกังวลเกี่ยวกับอุปกรณ์การแข่งขันที่สมรรถภาพยังด้อยกว่าคู่แข่ง
 แข่งขัน เป็นต้น

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 7 (ID7)

“ถอยแล้วตายก็ บสู้แล้วตายอะไรดีกว่า ก็เลยต้องสู้ สู้แล้วบางที อาจจะมีทางรอด นั่นแหละก็เอาชนะใจตัวเองให้ได้ก่อน พอเอาชนะใจตัวเองสู้ไม่กลัวอะไรแล้ว มันก็จะทำให้ชนะคู่แข่ง ถ้าเกิดชนะตัวเราเองไม่ได้ เราก็ไม่มีทางชนะคู่แข่งได้”

นักกีฬาวิลแชร์เทนนิส อายุ 28 ปี เพราะเป็นโพลิโอเมื่ออายุได้ 2 ขวบ เขาจึงเป็นพิการมาตั้งแต่เด็ก จึงไม่ค่อยมีปัญหาเรื่องการยอมรับสภาพความพิการ เขาเล่าให้ฟังว่า ไม่เคยคิดว่าตนเองมีปมด้อย เขามีภูมิลำเนาเดิมอยู่ที่จังหวัดสุราษฎร์ธานี ได้เดินทางเข้ามาหางานทำในกรุงเทพฯ ได้งานทำในโรงงานเย็บผ้าแห่งหนึ่ง ในโรงงานจะมีคอร์ตเทนนิสอยู่หนึ่งคอร์ตเป็นพื้นที่ที่นักกีฬาวิลแชร์เทนนิสใช้เล่นและฝึกซ้อม จากเป็นผู้ชมซึ่งนั่งดูเพื่อนๆ ในตอนแรก เมื่อเพื่อนๆ ได้เอ่ยปากชวนให้เล่นด้วยกัน เขาตกลงเล่นโดยมีเป้าหมายแรกอยู่ที่เล่นเพื่อสุขภาพไม่ได้หวังว่าจะเป็นนักกีฬาอาชีพอย่างจริงจัง เมื่อเล่นเพื่อสุขภาพอยู่ได้สองเดือน เขาและเพื่อนนักกีฬาได้ชักชวนกันไปแข่งขันที่ Thailand open จังหวัดภูเก็ต ซึ่งเป็นการแข่งขันครั้งแรกในชีวิตผลปรากฏว่า ไม่ชนะใครเลย

เมื่อกลับมาทำงานที่เดิมเขาก็ยังคงเล่นเทนนิสเรื่อยมาเพราะที่พักอยู่ใกล้กับคอร์ตเทนนิส ทำให้เขามีโอกาสได้เล่นทุกวันหลังเลิกงาน เขาบอกว่าเมื่อเลิกงานแล้วก็ไม่รู้จะทำอะไรจึงได้เล่นเทนนิสทุกวันจนเวลาผ่านไปหนึ่งปี คราวนี้เมื่อมีการแข่งขัน Thailand open อีกครั้งที่พัทยาเขาก็เริ่มชนะได้ถึงระดับรองชนะเลิศในกลุ่มมือใหม่ด้วยกัน เขาได้เข้าร่วมการแข่งขันรายการต่างๆ และจะได้เป็นรองแชมป์อยู่เป็นประจำ จนกระทั่งเวลาผ่านไป 4 ปี เขาได้เป็นตัวแทนประเทศไทยไปแข่งที่ประเทศญี่ปุ่นซึ่งเป็นการแข่งขันต่างประเทศครั้งแรกผลปรากฏว่าเขาได้รางวัลรองชนะเลิศอีกครั้ง การแข่งขันครั้งนี้ทำให้เขามีความมั่นใจว่าตนเองพอจะมีพรสวรรค์ในด้านการเล่นวิลแชร์เทนนิส ทำให้เขาไม่ละทิ้งการฝึกซ้อม เขาบอกว่าการได้ชัยชนะครั้งนี้ทำให้เขาดีใจมากเพราะเป็นครั้งแรกที่รู้สึกว่าได้ไปในนามของประเทศไทยถึงแม้ว่าจะไม่เป็นทางการก็ตาม จากนั้นมาเขาได้ตระเวนร่วมแข่งขันในรายการต่างๆ ซึ่งเป็นการสะสมคะแนนการจัดอันดับฝีมือ (Ranking) ไปด้วย เขาบอกว่าปีหนึ่งจะเข้าร่วมการแข่งขันอย่างน้อยสองครั้งเพื่อสะสมคะแนน

หลังจากที่รับใช้ชาติเสร็จ เขามีเงินที่รัฐบาลให้มาเก็บสะสมและไปใช้ทำกิจการต่างๆ แต่ยังคงไม่ทิ้งเทนนิสเพราะว่ายังมีความสุขอยู่กับการเล่น ช่วงที่ว่างจากการแข่งในรายการต่างๆ เขายังคงทำงานและใช้เวลารว่างมาเล่นกีฬา เป็นกิจวัตรประจำวัน คือ ทำงานระหว่างเวลา 8.00 - 16.00 น. และเล่นกีฬาจาก 16.00-18.00 น.

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 8 (ID8)

“ชัยชนะ ผมมองว่า เป็นสิ่งที่ทุกคนอยากจะได้ และชัยชนะ คือ สิ่งที่หอมหวานใครๆก็อยากสัมผัส แล้วก็เป็นอะไรที่ยิ่งใหญ่”

ชายหนุ่มผู้ชอบความเร็ว อายุ 28 ปี รูปร่างผิวน้ำตาลตาดี อีกทั้งมีบุคลิกยิ้มง่ายและอารมณ์ดี ภูมิลำเนาเดิมเป็นคนจังหวัดอุทัยธานี ตั้งแต่เขาเกิดลืมตาดูโลกได้ไม่นานความพิการก็มาได้มาเยือน เพราะการเป็นโรคโปลิโอทำให้ขาซ้าย พ้ออายุได้ 15 ปีเขาได้เดินทางเข้าหางานทำในเมืองหลวง ได้งานเกี่ยวกับการขุดไม้ที่เขตพระประแดง ทำงานอยู่ได้ 2 ปี เพื่อนที่ทำงานด้วยกันแนะนำเขาว่า เมื่ออายุยังน้อยอยู่และมีอนาคตอีกยาวไกลเขาควรได้เข้าเรียนอมรมวิชาซีพก่อนมาใช้แรงงาน จากนั้นเขาจึงได้เข้าเรียนอิเล็กทรอนิกส์ที่โรงเรียนอาชีวะพระมหาไถ่ เมืองพัทยา

เข้าเรียนปีแรกเขาได้ฝึกซ่อมกีฬาวายน้ำเพื่อเข้าร่วมกีฬาแห่งชาติ และถือเป็นการเตรียมร่างกายให้พร้อมสำหรับกีฬาวิลแชร์เรสซิ่ง ซึ่งเป็นกีฬาที่อาศัยความทรหด ผู้เล่นที่เหมาะสมต้องมีไหล่ที่กว้าง แขนและปอดที่ต้องแข็งแรง เมื่อบินหนึ่งเทอมสุดท้ายช่วงใกล้จะปิดเทอม คือ ช่วงเวลาที่เขาได้เข้าสู่โลกของการแข่งขันความเร็วด้วยรถวิลแชร์เรสซิ่ง

ปัจจุบันแม้ว่าเขาจะสำเร็จการศึกษาวิชาซีพด้านอิเล็กทรอนิกส์สามารถเปิดร้านซ่อมอุปกรณ์ไฟฟ้าได้แล้ว แต่เพราะเป็นนักกีฬาตัวแทนทีมชาติทำให้เขาต้องปิดร้านไว้ก่อน แล้วหันมาเอาดีด้านการแข่งขันกีฬาประเภทวิลแชร์เรสซิ่ง ร้านรับซ่อมอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์จึงเป็นแค่อาชีพเสริมสำหรับเขา เขาบอกว่าที่เล่นกีฬานี้เพราะส่วนหนึ่งเกิดจากใจรักความเร็วด้วย เพราะว่าถ้าไม่รักจริงคงต้องหนีไปนานแล้วเหมือนกับเพื่อนๆอีกหลายคนที่ทนการฝึกไม่ไหวจึงต้องถอนตัว แชมป์ล่าสุดที่เขาได้ชัยชนะคือ เหรียญทองจากพืชมารathon ระยะทาง 42 กิโลเมตร ส่วนแชมป์สูงสุดก่อนวันสัมภาษณ์คือได้เหรียญทองระยะหนึ่งหมื่นเมตรที่อาเซียนพาราเกมส์จังหวัดโคราช ผลของการแข่งขันหาประสบการณ์และพัฒนาทักษะเรื่อยๆทำให้เขาได้เป็นนักกีฬาตัวแทนทีมชาติไทยเพื่อเข้าแข่งขันกีฬาพาราลิมปิกเกมส์ที่ประเทศจีน ซึ่งกำลังจะมาถึงหลังวันที่ให้สัมภาษณ์อีกไม่นานข้างหน้า

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 9 (ID9)

“ขนาดเราเป็นแบบนี้เรายังทำให้พ่อแม่ภูมิใจ เราก็ถือว่า
เราประสบความสำเร็จ”

นักกีฬาวิลแชร์เรสซิ่ง อายุ 27 ปี จากจังหวัดนนทบุรี เขาบอกว่าขณะที่กำลังศึกษาอยู่ที่โรงเรียนศรีสังวาลเขาได้เห็นรุ่นพี่ที่เป็นนักกีฬาวิลแชร์เรสซิ่งเล่นกัน ทำให้ตนเองคิดว่าน่าจะสนุก เพราะว่าตนเองเป็นคนที่ชอบความเร็วความท้าทาย ขณะที่ยังเรียนอยู่ยังไม่ทันจบม.3 ด้วยความที่มีความชอบในการเล่นกีฬาประเภทนี้และอยากท้าทายตัวเอง เมื่อได้เจอกับผู้ฝึกสอนพลະได้ชักชวนให้มาเล่น เขาจึงได้เริ่มด้วยการเตรียมร่างกายด้วยการซ้อมปั่นลูกรกลิ้งก่อน โดยใช้เวลาอยู่ 2 สัปดาห์ก็ได้ออกปั่นบนท้องถนนติดตามหลังรุ่นพี่ไป ครั้งแรกที่ได้ออกปั่นรถวิลแชร์ครั้งแรกเขาบอกว่าทำได้ไม่ดี แต่ด้วยความพยายามฝึกปั่นไปเรื่อยๆจนเกิดความเคยชิน และได้สังเกตและหาช่องทางพัฒนาตนเองเรื่อยๆจนกระทั่งได้เป็นตัวแทนทีมชาติไทยไปคว้าแชมป์เหรียญทองประเภทระยะทางสี่คูณร้อย ระดับพาราอลิมปิกส์เกมส์ ที่ซิดนีย์เมื่อปี 2000

ปัจจุบันเขาเล่นกีฬาวิลแชร์เรสซิ่งมาได้รวม 12 ปีแล้วเขาบอกว่าชีวิตเขาเมื่อได้เป็นนักกีฬาแล้วดีขึ้นกว่าเก่าเยอะมากจากที่ตัวเปล่าไม่มีอะไรเลย เดี่ยวนี้มีรถมีบ้าน และที่ดิน ถึงแม้ว่าจะมีสภาพร่างกายที่พิการก็ยังสามารถทำให้พ่อแม่ภาคภูมิใจได้ กล่าวได้ว่าเป็นคนหนึ่งที่ประสบความสำเร็จในชีวิต เขารู้สึกว่าโชคดีที่ได้เล่นกีฬาเพราะว่าถ้าไม่ได้เล่นก็ไม่รู้ว่าจะทำอะไร เพราะคนพิการบางคนเรียนจบแล้วอาจไม่ได้งานทำ เมื่อเปรียบเทียบกับคนพิการคนอื่นที่ลำบากแล้ว เขากล่าวว่า “ถือว่าเรานี้ดีที่สุดแล้วแหละ ที่ได้มาเป็นนักกีฬาตัวแทนทีมชาติไทย” นอกจากนี้เขายังได้กล่าวถึงสิทธิคนพิการไทยที่ยังด้อยอยู่อีกมากเมื่อเทียบกับคนพิการในประเทศอื่นๆที่ตนเองเคยไปประสบพบเห็น เมื่อถามถึงความสัมพันธ์ระหว่างสังคมคนปกติกับคนพิการ

เขาได้ แสดงความเห็นว่าคุณในสังคมปัจจุบันส่วนใหญ่ยังคงมองคนพิการว่าเป็นภาระ เขายกตัวอย่างว่า คุณได้จากการประชาสัมพันธ์กีฬาพาราอลิมปิกส์ที่จะเกิดขึ้นที่ปักกิ่ง ซึ่งเขาได้ถามย้อนกลับมาว่า “พี่รู้หรือเปล่านั้นจะได้ไปอย่างไร กีฬาปักกิ่ง พาราอลิมปิกส์เค้าได้ออกข่าวที่มีก็มีน้อย ส่วนมากจะโอลิมปิกเห็นมะ โอลิมปิก โอลิมปิก อะไรก็โอลิมปิก อะไรก็พวกนักกีฬาปกติ รู้จากตรงนี้แหละ ถ้าเค้าให้ความสำคัญจริงๆก็ต้องโปรโมทพร้อมๆกัน” แม้จะพูดเหมือนน้อยเนื้อต่ำใจต่อการยอมรับของคนทั่วไปในสังคม แต่เขายังคงอยากเล่นกีฬาต่อไป เพราะว่าอยากจะได้ชัยชนะ และอยากได้เงินรางวัลอันเป็นสิ่งปลอบประโลมใจจากกลุ่มคนที่ให้ความสำคัญกับการแข่งขันกีฬาประเภทนี้

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 10 (ID10)

“ผมมองว่าคนเราเลือกเกิดไม่ได้ แต่มันเลือกที่จะเป็นได้
มันอยู่ที่ว่าเราจะกำหนดว่าเราอยากให้เราเป็นอะไร”

ชายหนุ่ม อายุ 33 ปี จากจังหวัดพิจิตร แม้สภาพร่างกายพิการเขาสามารถเรียนจบ การศึกษาระดับปริญญาตรีสาขาวิศวกรรมคอมพิวเตอร์ หลังจากเรียนจบและตกงานอยู่ 2 ปี ก็ได้ เข้าทำงานเป็นพนักงานบริษัทแห่งหนึ่งโดยที่ทางบริษัทยื่นงานมาให้โดยไม่ต้องออกไปหางานทำ เอง

เมื่อชีวิตต้องเป็นมนุษย์เงินเดือนอยู่นานพอควรก็ได้เห็นเพื่อนๆที่เป็นนักกีฬาตัวแทนทีมชาติไปแข่งขันคว้าเอาชัยชนะและเงินรางวัลจากกีฬาแล้วมีความประสบความสำเร็จ เขาจึงอยาก ประสบความสำเร็จเหมือนอย่างเพื่อนคนอื่น และได้เลือกเล่นกีฬาวัยน้ำเป็นอันดับแรก แต่เมื่อไม่ ประสบความสำเร็จในการแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ที่ประเทศไทยเป็นเจ้าภาพ จึงได้หันมาเอาดี ด้านกีฬาวิลแชร์เรสซิ่ง ซึ่งขณะนั้นอายุได้ครบ 29 ปีแล้ว แต่นั่นมิได้เป็นปัญหาในการฝึกฝนสำหรับ คนที่ยึดมั่นความพยายามและอดทนอย่างเขา เพราะคิดว่าเมื่อมีโอกาสที่จะแสวงหาเงินรางวัลครั้ง ละมากมายนั้นดีกว่าการทำงานประจำ เขาจึงพยายามทำหน้าที่ด้วยศักยภาพทั้งหมดที่มี คือการ ทุ่มเทฝึกฝนตนเองอย่างหนัก จนคนอื่นคิดว่าเขาบ้าไปแล้ว แต่ในที่สุดเขาได้พิสูจน์ให้เห็นถึงผลของ ความพยายามที่ไม่สูญเปล่า ด้วยการทำลายสถิติเก่าแล้วเป็นเจ้าของสถิติโลกถึง 4 รายการ เขา บอกว่าเสียต่าที่ได้เริ่มเล่นกีฬาชนิดนี้เข้าไปด้วยซ้ำ ถ้าได้เริ่มชกอายุ 20 กว่าๆเขามั่นใจว่าทุกระยะ ที่ได้ลงแข่งเขาจะชนะให้หมดทุกรายการเลย

เมื่อมีอายุได้ 33 ปีแล้ว สำหรับกีฬาที่ต้องใช้พลังกำลังมากอย่างวิลแชร์เรสซิ่ง เขาคาดว่า คงเล่นได้ไม่นานนัก เขาตระหนักดีว่าไม่มีใครอาจฝึกสังขารร่างกายที่ต้องแปรเปลี่ยนไปตาม ระยะเวลาของชีวิตที่ผ่านเลยไป แม้ว่าปัจจุบันเขายอมรับว่าประสบความสำเร็จในชีวิตแล้ว แต่ที่ยัง ฝึกซ้อมเพื่อการแข่งขันเอาชนะการแข่งขันครั้งต่อไป เพราะเหตุผลว่าจะหาเงินทุนไว้ใช้ในยามแก่ เฒ่า และนอกจากนี้เขาคิดว่าตนเองเหมือนดอกบัวที่เกิดแต่โคลนตม เมื่อไผ่ขึ้นเหนือน้ำได้แล้วจึง ไม่มีความทะเยอทะยานสิ่งใดมาก อาจเพราะตนเองเป็นคนพิการจึงทำให้เขามีความเข้าใจใน ความรู้สึกคนที่ด้อยโอกาสเป็นอย่างดี แม้ว่าตนเองต้องทำงานและเล่นกีฬาไปด้วยเขายังมี ความคิดอยากทำอะไรเพื่อคนพิการด้วยกันและมองหาช่องทางว่ามีอะไรที่จะช่วยคนพิการได้บ้าง แม้แต่ในการพูดคุยกับลูกและภรรยาเขายังพอสอนให้ลูกรู้ว่า พ่อก็เป็นคนพิการ ลูกควรรู้จักการ เสียสละมีน้ำใจในการช่วยเหลือคนอื่น และที่ขาดไม่ได้คือการรู้จักคุณค่าของเงิน เพราะว่า “กว่าที่ พ่อเองจะประสบความสำเร็จมีวันนี้ได้นั้นต้องเป็นมนุษย์เงินเดือนกินมาม่าและอดมือกินมือ” ด้วย

ความที่ตนเองเป็นคนชอบความสงบและอยากสอนให้ลูกสาวเป็นคนดี ดั้งนั้นเขายังคงมีความปรารถนาจะได้กลับไปอาศัยอยู่ที่ภูมิลำเนาเดิม ปัจจุบันแม้ว่าจะพำนักอยู่ที่จังหวัดนนทบุรี แต่หัวใจเขายังคงคิดอยากกลับไปอยู่ต่างจังหวัดที่เงียบสงบ ที่ซึ่งปราศจากการแก่งแย่งแข่งขันอย่างไร้หัวใจ ดังเช่นสภาพของคนกรุงเทพฯส่วนใหญ่ที่เขาได้พบบ



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 11 (ID11)

“ผมคิดว่าผมมีโอกาสดี คือโชคดีที่เกิดมาพิการ เพราะว่าถ้าไม่พิการ บางทีเราสองคนอาจจะไม่รู้จักกัน แล้วอาจไม่ได้มานั่งคุยกันด้วยซ้ำ”

นักกีฬาวีลแชร์เรสซิ่ง อายุ 31 ปีจากจังหวัดชัยภูมิ พิการขาพิการตั้งแต่เด็ก ในตอนแรกพิการมากจนไม่อาจใช้ไม้ค้ำยันเพื่อเดินได้ แต่ยังโชคดีที่ได้ใช้ชีวิตเหมือนเด็กปกติทุกประการ คือเขาสามารถเล่นกับเด็กคนอื่น ๆ อย่างไม่มีปัญหา เช่น สามารถเล่นฟุตบอลเป็นผู้นำประจำประตู เทียบเคียงควายและป็นต้นไม้เหมือนเด็กทั่วไปได้

เมื่ออายุได้ 8 ขวบที่โรงเรียนมีการแข่งขันกีฬาเป็นครั้งแรกที่เขาไม่สามารถร่วมเล่นกีฬา กับเพื่อนๆ ได้ ทำให้เกิดความรู้สึกน้อยเนื้อต่ำใจ คิดอยากฆ่าตัวตายประชดชีวิต เมื่อได้เวลาพักทานอาหารเที่ยงที่โรงเรียน เขาได้กลับไปกินข้าวที่บ้าน จึงเป็นโอกาสที่จะได้กินยาฆ่าหญ้าดับชีวิตตนเอง แต่ขณะที่เขากำลังจะกระทำอัตวินิบาตกรรมนั้น เขาได้ยินเสียงหนึ่งที่ทำให้มีสติเลิกคิดฆ่าตัวตาย นั่นคือเสียงพินจากชายตาบอดสนิทคนหนึ่งซึ่งมีอาชีพเล่นดนตรีตามงานต่างๆ ในหมู่บ้าน แคได้ยินเสียงพินก็รู้ว่าได้ว่าเป็นของชายคนนี้ ทำให้เขาคิดได้ว่าคนตาบอดทั้งสองข้างยังมีชีวิตอยู่ได้ ตัวเราเองดวงตายังมีครบทั้งสองข้างคิดตายไปทำไม

เมื่อเรียนจบชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 เขาได้เข้ารับการผ่าตัดรักษาเอวและขาที่โรงเรียนศรีสังวาล จากนั้นเขาสามารถใช้ไม้ค้ำยันในการเดินได้และกลับไปศึกษาต่อระดับชั้นมัธยมที่โรงเรียนใกล้บ้าน เมื่อเรียนจบชั้น มัธยมต้น ได้ประสบกับความลำบากในการเดินทางเข้าตัวเมืองเพื่อศึกษา มัธยมปลาย แต่ถ้าเขาไม่เรียนหนังสือก็ไม่รู้จะทำอะไร จากนั้นจึงได้ตัดสินใจเข้าเรียนวิชาชีพด้าน อิเล็กทรอนิกส์ที่โรงเรียนพระมหาไถ่ เมืองพัทธยา ที่นี่เองที่เขามีโอกาสเปิดประตูสู่โลกของการเล่น กีฬาประเภทต่างๆ

เขาตัดสินใจเล่นกีฬาด้วยความสนุกสนานเพราะที่โรงเรียนมีสถานที่และอุปกรณ์ที่เอื้ออำนวยต่อการเล่นกีฬา เขาจึงเลือกเล่นทุกอย่างที่เป็นไปได้ ทั้งปิงปอง เทนนิส วาโยน้ำ และวีลแชร์ หรือแม้แต่การยกน้ำหนัก แต่เมื่อใกล้เข้าสู่การแข่งขันกีฬาเฟสปิกส์ที่ประเทศไทยเป็นเจ้าภาพ เขาเลือกเข้าคัดตัวเพียงสองรายการคือ กีฬายกน้ำหนัก และวีลแชร์เรสซิ่ง เมื่อติดทั้งสองรายการก็ได้ตัดสินใจเลือกวีลแชร์เรสซิ่งด้วยเหตุผลว่า กีฬาวีลแชร์สามารถลงแข่งได้หลายรายการ อีกทั้งตนเองก็ชอบความเร็วด้วยจึงทำให้เขาหันมาเอาดีด้านวีลแชร์เรสซิ่งแต่นั้นมา เขาเล่าว่า “เวลาที่นั่งบนรถนี้มันรู้สึกมันใจ มันรู้สึกเหมือนขับรถสปอร์ต” และแน่นอนว่าคนทั่วไปน้อยคนที่มีโอกาสได้นั่ง เพราะมันเป็นอุปกรณ์เฉพาะทางที่มีราคาถึงหลักแสน

ปัจจุบันเขาเป็นนักกีฬาที่ประสบความสำเร็จในชีวิตคนหนึ่ง และยังมีธุรกิจเป็นของตัวเอง คือเจ้าของกิจการคอนโดยัมพัทยา เขาจึงมองว่าการที่ตนเองเป็นคนพิการคือโอกาสดีที่ได้รับ เพราะว่าเมื่อมองย้อนกลับไปดูเพื่อนสมัยประถมที่ได้ลงเล่นกีฬาในสนามโรงเรียนแล้ว พบว่ายังไม่มีใครที่เคยได้สัมผัสเงินล้านเหมือนเขา เมื่อผ่านประสบการณ์ชีวิตมานานพอสมควรจนถึงวันนี้ เขาบอกว่า เขาโชคดีที่พิการ เพราะถ้าไม่พิการอาจไม่ประสบความสำเร็จในหน้าที่การงาน หรือในชีวิตเช่นปัจจุบัน



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 12 (ID12)

“อย่าซ้ำเติมตัวเองให้มองไปกว้างๆ ให้มองคนอื่นที่แย่กว่าเรา บ้าง อย่ามองว่าเราแย่อยู่คนเดียว ทุกสิ่งทุกอย่างมันอยู่ที่ใจทั้งนั้น ถ้าใจเราคิดว่าเราแย่ เราก็แย่ แต่ถ้าเราคิดว่าเราทำได้ มันก็ได้ มันไม่มีอะไร เกินความสามารถของเรา”

หญิงสาวอายุ 30 ปี คนอารมณ์ดีจากจังหวัดสุโขทัย พิการขาดเงินไม่ได้ตั้งแต่เด็ก ไม่ได้เข้าเรียนในระดับประถมศึกษา แต่ด้วยความใฝ่เรียนรู้จึงได้สมัครเรียนในโครงการเรียนฟรีของระบบการศึกษานอกโรงเรียน เธอมุ่งมั่นในการเรียนได้อ่านหนังสือดึกถึงตีหนึ่งถึงตีสองทุกวัน จนกระทั่งสอบเทียบได้วุฒิป.6 แล้วนำไปยื่นเรียนต่อระดับมัธยมศึกษาตอนต้นจนกระทั่งจบชั้น ม.3

เธอเป็นคนที่มีเพื่อนมากและเพื่อนทุกคนเป็นคนที่เดินได้อย่างปกติ เมื่อถึงวันหยุดเพื่อนๆ จะแวะมาที่บ้านเพื่อเล่นหรือดูทีวีด้วยกันกับเธอผู้ที่ลำบากต่อการเดินทางไปหาเพื่อน แต่คนรอบข้างบางคนมองว่าเธอเป็นคนไม่เจียมตัว เธอบอกว่าน้อยใจนิดหน่อยที่ถูกแบ่งแยกเพราะคนเราเลือกเกิดไม่ได้ที่คบกับคนเดินได้เพราะอยากทำได้เหมือนเขา ใหม่ๆ อาจทำใจไม่ได้ เมื่อเธออายุได้ 20 ปีแล้วจึงเริ่มทำใจได้ เพราะได้รับอิทธิพลจากญาติที่เป็นแม่ชีคนหนึ่งมาพักอยู่ที่บ้านและสอนเรื่องกรรม ทำให้เธอค่อยปลงตกกับชีวิตไปด้วย

เนื่องจากความลำบากในการเดินทางเมื่อเธอเรียนจบชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นจึงไม่อาจเรียนต่อมัธยมปลายตามปกติได้ จากนั้นจึงเข้าเรียนต่อที่ศูนย์ฟื้นฟูอาชีพคนพิการ เมื่อปี 2547 ขณะที่ฝึกอาชีพอยู่แผนกอิเล็กทรอนิกส์เธอได้พบกับก๊วยกาน้ำหนัก ความจริงแล้วเธอเปิดเผยว่า ตอนแรกก็อยากเล่นก๊วยกาน้ำหนัก ฟันดาบ หรือยิงธนูแต่เพราะอุปสรรคที่ศูนย์ไม่เอื้ออำนวย ที่เธอสามารถเลือกได้มีแค่เบดมินตัน ยกน้ำหนัก ปิงปอง จึงตัดสินใจเลือกยกน้ำหนักซึ่งคิดว่าง่ายสำหรับเธอที่สุด อีกหนึ่งปีจะมีการคัดตัวนักกีฬาทีมชาติเพื่อไปแข่งอาเชียนพาราเกมส์ที่ประเทศฟิลิปปินส์ เธอบอกว่าตอนแรกคิดว่าชัยชนะไม่สำคัญขอให้ได้เดินทางไปประสบการณ์ไปเที่ยวที่ต่างๆ แค่นั้น เมื่อเล่นใหม่ๆ รู้สึกว่าเหนื่อย เมื่อย ทำให้รู้สึกท้อแท้ แต่โชคดีที่ได้พบกับรุ่นพี่คนหนึ่ง ซึ่งเคยเป็นนักกีฬาทีมชาติยกน้ำหนักเก่าแต่ได้เข้าเรียนอยู่ที่เดียวกัน ด้วยความกรุณาของรุ่นพี่ช่วยฝึกสอนและพาไปแข่งขันในที่ต่างๆ แล้วเธอก็ได้ชัยชนะจากหลายรายการอย่างที่เราจะบอกได้ว่า ได้ไกลอย่างที่คาดไม่ถึง

ชัยชนะล่าสุดของเธอคือ เหรียญทองจากเอเชียนพาราเกมส์ ที่จังหวัดโคราช เธอบอกว่าการเล่นกีฬาทำให้เป็นคนรับผิดชอบ และรู้สึกว่าเป็นผู้ใหญ่มากขึ้น ปัจจุบันเธอยังไม่มีงานประจำ

การซ้อมกีฬาแม้ว่าจะหนักและเหนื่อยแต่เธอไม่คิดเลิก เพราะความสนุกที่มีเพื่อนและผู้ฝึกสอน
รวมถึงผู้จัดการทีมที่เข้าอกเข้าใจ รักกันเหมือนพี่เหมือนน้อง และเพราะเธอมีใจรักในงานนี้ไปแล้ว



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผู้ให้ข้อมูลคนที่ 13 (ID13)

“ถ้าพูดถึงใจมันต้องสู้ ประมาณว่าต้องบอกตัวเองว่า
สังคมนี้ไม่มีที่อยู่สำหรับคนอ่อนแอ ต้องคิดว่า เราต้องแกร่ง”

ชายหนุ่ม อายุ 29 ปี จากจังหวัดสตูล ผิวขาวหน้าตาดี เขาออกจากบ้านด้วยความปรารถนาการขึ้นหยัดด้วยลำแข้งของตนเอง เดิมทีที่อยู่ต่างจังหวัด เขาได้แต่ช่วยกิจการที่บ้านซึ่งเป็นร้านค้าปลีก เมื่อไม่มีภาระหน้าที่ที่จะทำให้เขายอมรับตัวเองได้จึงออกจากบ้านมาแสวงหาหนทางของตัวเอง เขาบอกว่าตอนอยู่ที่บ้านเหมือนกบในกะลา แต่เมื่อได้มาอยู่ที่ศูนย์ฟื้นฟูและพัฒนาอาชีพคนพิการเขาได้พบว่าเพื่อนๆที่ลำบากกว่าเขายังมีอยู่อีก นั่นคือเพื่อนคนหนึ่งช่วงขาไม้แค้เขา ช่วงแขนมีแค้ข้อศอก แล้วเขาก็คิดได้ว่า “ฮี้ย สองมือเรามี สองขาเราก็มี ถึงจะเดินไม่ได้ แต่ O.K.ละขามันไม่ค่อยดี แต่สองมือนี้มันทำอะไรได้อีกเยอะมันเป็นตัวแทนของเขา ที่ทำอะไรได้อีกเยอะ กำลังใจมาปัดเลย”

ขณะที่เรียนฝึกอาชีพอยู่เขาได้เลือกการเล่นกีฬาเป็นงานอดิเรกและกีฬาชิ้นแรกที่จับคือ วอลเลย์บอล แต่เมื่อเพื่อนๆนักบาสได้เดินทางไปแข่งต่างประเทศ เขาซึ่งเป็นมือใหม่จึงต้องหยุดพักชั่วคราว เมื่ออยู่ว่างๆจึงได้ลองไปยกน้ำหนักดูบ้างแล้วปรากฏว่าเขาทำได้ดีสามารถยกได้น้ำหนักใกล้เคียงกับคนที่ซ้อมอยู่ก่อนมาเกือบปี โค้ชยกน้ำหนักจึงชักชวนให้มาเล่นกีฬายกน้ำหนักซึ่งถ้าเลือกเล่นกีฬายกน้ำหนักอาจมีโอกาสได้ลงแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ปี46 ที่จังหวัดเชียงใหม่ เมื่อลงแข่งครั้งแรกเขาสามารถยกได้ 125 กิโลกรัมและได้เหรียญเงินมาครอบครอง

เมื่อเรียนจบเขาได้งานทำเกี่ยวกับการซ่อมอุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์อยู่ช่วงระยะเวลาหนึ่งแต่ต้องพักไว้ก่อน เพราะจากนั้นเขาได้เข้าสู่โลกของกีฬายกน้ำหนักเต็มตัว เมื่อรุ่นพี่คนหนึ่งสละสิทธิ์ลงแข่งกีฬาอาเซียนพาราเกมส์ เพราะต้องดูแลภรรยาซึ่งกำลังจะคลอด จากนั้นเขาได้ชิงแชมป์ในรายการต่างๆเรื่อยมา จนกระทั่งได้เหรียญทองแดงระดับเฟลปิกส์ที่ประเทศมาเลเซีย ครั้งนั้นแม้ว่าเขาจะพ่ายแพ้คนที่ยกได้มากกว่า แต่การยกเหล็กของเขายังไม่หยุดพัฒนา

เมื่อการแข่งขันกีฬาอาเซียนพาราเกมส์ได้ถูกจัดขึ้นที่จังหวัดโคราช คู่แข่งทั้งหมดได้เดินทางมาบรรจบกันอีกครั้ง และแล้วเขาก็ได้เหรียญทอง เพราะสามารถยกได้ 165 กิโลกรัมเอาชนะคู่แข่งที่ตนเองเคยพ่ายแพ้มาจนหมดสิ้น การแข่งขันและความหวังครั้งต่อไปของเขาคือเหรียญทองจากพาราลิมปิกส์เกมส์ที่ประเทศจีนที่กำลังจะมาถึงอีกไม่กี่เดือนข้างหน้า เมื่อถามว่าเขาเหรียญไปเพื่ออะไร เขาตอบว่า “ผมอยากประกาศให้รู้ว่า คนพิการทำอะไรได้อีกเยอะ”



ภาคผนวก ค

ตัวอย่างบันทึกภาคสนาม

ศูนย์วิจัยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

บันทึกการสังเกตการณ์ฝึกซ้อมนักกีฬาวิลแชร์เทนนิส ระหว่างวันที่ 21-24 มิถุนายน 2551
ณ สนามกีฬาเทนนิสบ้านกระแส หน้าหมู่บ้านชัยพฤกษ์ 2 ถนนคุ้มเกล้า เขตลาดกระบัง

ผู้ฝึกสอน

วันที่ 21 ท่ามกลางอากาศที่อบอ้าว ท้องฟ้ามีเมฆครึ้ม ฝนมีที่ท่าว่าจะตกนั้น ผู้วิจัยได้เดินทางไปถึง คอร์ตที่ทำการฝึกซ้อมของนักกีฬาวิลแชร์เทนนิส ผู้วิจัยได้เข้าไปแนะนำตัวกับผู้ฝึกสอนซึ่งเป็นชายวัยกลางคนท่าทางใจดี แม้จะมีผิวคล้ำเพราะทำงานอยู่กับแดด แต่บุคคลทั่วไปสามารถรับรู้ได้ถึงความรู้สึกรอบอุน มีเมตตาได้เป็นอย่างดีซึ่งผู้วิจัยทราบในภายหลังจากที่ได้คุยกันว่าท่านเป็นอาจารย์สอนอยู่ในวิทยาลัยแห่งหนึ่ง เมื่อผู้วิจัยแสดงตัวและบอกความประสงค์ให้ทราบ เขาก็ได้แนะนำตัวเองและบอกให้ผู้วิจัยได้ไปทักทายกับนักกีฬาซึ่งกำลังออกกำลังกายด้วยการดึงยางทั้งสองคน

นักกีฬาและการฝึกฝน

วันที่ 21

ที่ฝึกซ้อมของนักกีฬาวิลแชร์เทนนิสติดกับคอร์ต ที่นักกีฬาเทนนิสเยาวชนชนตัวแทนทีมชาติ ได้ทำการฝึกซ้อมอยู่ จึงได้ยินเสียงตีลูกและเสียงหนุ่มสาวพูดคุยกันเป็นระยะ นอกจากนี้ยังมีเสียงเครื่องบินที่จะลงจอดและบินขึ้นจากสนามบินสุวรรณภูมิผ่านเข้ามาเป็นระยะ ทำให้ผู้ที่นั่งอยู่ข้างคอร์ตของนักกีฬาวิลแชร์เทนนิสรู้สึกสนุกครึกครื้นเป็นอย่างดี ช่วงเช้าซึ่งเป็นวันแรกที่ผู้วิจัยซึ่งเป็นคนนอกที่ไม่สนิทกันเข้ามาสังเกตการณ์ฝึกซ้อมอยู่ข้างคอร์ต อาจทำให้ผู้ฝึกสอนและนักกีฬาเกิดความอึดอัดเล็กน้อยจากการรับรู้ของผู้สังเกตการณ์เห็นได้จากนักกีฬาวิลแชร์เทนนิสชายที่ฝึกซ้อมอยู่ทั้งสองมีการสนทนากันน้อยลง นักกีฬาจะยืดเส้นยืดสายและออกกำลังกายด้วยการดึงยาง และการบินรถวิลแชร์รอบคอร์ตเหมือนนักกีฬาทั่วไปวิ่งรอบสนาม จากนั้นจึงเริ่มฝึกการตีลูกในคอร์ต ขณะที่ตีลูกนักกีฬาจะแปลงเสียงเพื่อเพิ่มกำลัง และมีการพูดออกชื่อนักกีฬาเทนนิสชื่อดังอย่างภราดร พร้อมกับตีลูกออกไปสร้างความรู้สึกฮึกเหิมไปในตัว เมื่อถึงเวลาใกล้พักเที่ยงนักกีฬาและผู้ฝึกสอนจะเก็บอุปกรณ์ให้เข้าที่ ผู้วิจัยซึ่งทำหน้าที่สังเกตการณ์ได้เข้าไปช่วยในการเก็บลูกเทนนิสที่กระจัดกระจายลงแข่งเป็นการสร้างความคุ้นเคยกับนักกีฬา

ช่วงบ่ายวันที่ 21 ได้มีนักกีฬาวิลแชร์เทนนิสผู้หญิงได้เข้ามาร่วมฝึกซ้อมด้วยเธอมีอัธยาศัยดีทำให้ผู้วิจัยกับนักกีฬาและคนอื่นๆที่เกี่ยวข้องมีปฏิสัมพันธ์และสนิทสนมกันมากขึ้นเมื่อเจ้าของสถานที่ซึ่งเป็นอาจารย์ฝึกสอนกีฬาแก่นักกีฬาเทนนิสทั่วไปเดินเข้ามาร่วมสนทนา เธอได้แนะนำผู้วิจัยให้ท่านได้รู้จักว่าเป็นนักศึกษาทำวิจัยเกี่ยวกับภาวะจิตใจ ท่านได้แสดงความเห็นว่า “มันยากนะแม้แต่ใจเราเองบางครั้งถ้าถามว่าวันนี้อยากกินอะไรยังไม่รู้เลยว่าอยากกินอะไร” ช่วงบ่ายนี้

ผู้วิจัยได้พูดคุยเรื่องราวทั่วไปกับนักกีฬาเช่นอยู่ประจำศูนย์ที่ไหน สามารถติดต่อได้อย่างไร เป็นต้น แต่ส่วนใหญ่ผู้วิจัยจะพูดคุยกับผู้ฝึกสอนมากกว่ากับนักกีฬา

วันที่ 22

เมื่อผู้วิจัยเดินทางไปถึงคอร์ตและทักทายผู้ฝึกสอนและนักกีฬาแล้ว ได้สังเกตเห็นสิ่งที่น่าแปลกใจที่นั่นของผู้ฝึกสอน อากาศยังคงร้อนเหมือนทุกวัน ดังนั้น การนั่งอยู่ในร่มที่มีขนาดใหญ่สี่ด้านสะดวกตา ทำให้อดคิดถึงบรรยากาศใกล้ชายทะเลได้เช่นกัน วันนี้หลังจากนักกีฬาออกกำลังกาย(Exercise) เสร็จต้องเริ่มด้วยการฝึกตีเสิร์ฟลูกให้ได้สองร้อยลูกทีเดียว เมื่อนักกีฬาตีได้ 50 ลูกขึ้นไปแล้วผู้สังเกตซึ่งสังเกตอยู่ใกล้เห็นแล้วรับรู้ถึงความเหนื่อยและหนักได้เป็นอย่างดี ไม่ทันครบสองร้อยลูกนักกีฬาก็ออกไปซ้อมคู่แล้วค่อยกลับมาซ้อมตีเพื่อให้ครบสองร้อย ตามด้วยการ เชิญรถวิลแชร์วีลแชร์วิ่งรอบสนาม จากนั้นยังมีการยกลูกบอลมีลักษณะคล้ายลูกบาสเก็ตบอลมีน้ำหนักปานกลางเป็นการเป็นการออกกำลังกายอีกครั้ง บรรยากาศการซ้อมช่วงเช้านี้ดูแล้วเห็นว่า ทั้งโค้ชและนักกีฬาต้องเหน็ดเหนื่อยไม่น้อย ก่อนแยกย้ายไปพักผ่อนเพื่อมาฝึกต่อในช่วง 14.30 น.

เมื่อถึงช่วงบ่ายดูเหมือนว่านักกีฬากลับมามีความกระปรี้กระเปร่าอีกครั้ง นอกจากนี้วันนี้ นักกีฬาได้รับการแจกเสื้อกีฬาซึ่งเป็นเสื้อสีเหลืองซึ่งเป็นการเทิดพระเกียรติในหลวง ในช่วงบ่ายแม้จะมีการซ้อมคู่กับผู้ฝึกสอนและผู้ช่วยผู้ฝึกสอนซึ่งเป็นบุคคลชาติ แต่นักกีฬาทุกคนดูยิ้มแย้มแจ่มใส มีชีวิตชีวา นักกีฬาชายจะมีการตีโต้กันไปมาอย่างสนุกสนาน และบางครั้งเมื่อได้หันไปมองสาว ๆ ซึ่งเป็นนักกีฬาเยาวชนทีมชาติที่คอร์ตใกล้เคียงก็จะถูกเพื่อนนักกีฬาด้วยกันแซวเล่นอย่างสนุกสนาน การซ้อมคู่ในช่วงบ่ายระหว่างคนชาติและนักกีฬาคนพิการมีการตีลูกตอบโต้อย่างรุนแรงหนักหน่วง ทำให้ผู้ชมรอบข้างรู้สึกเพลิดเพลินและอดชื่นชมในความสามารถนักกีฬาไม่ได้ทีเดียว อุปกรณ์การซ้อมของนักกีฬาวิลแชร์เทนนิสเหมือนนักกีฬาปกติทุกประการเพียงแต่จะเพิ่มรถวิลแชร์เข้ามาเท่านั้นทำให้ดูพิเศษกว่าเทนนิสทั่วไป ผู้วิจัยคิดว่าต่อให้ตนเองซ้อมอีก 20 ปีก็ไม่แน่ว่าจะตีได้เช่นพวกเขา

ศูนย์วิจัยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



การฝึกซ้อมของนักกีฬายิงธนู



นักกีฬาฟันดาบกำลังซ้อมคู่



นักกีฬายกน้ำหนักหญิง



นักกีฬาวิลแชร์เรสซิ่งกำลังยึดเส้น อบอุ่นร่างกาย

แผนภาพที่ 4 บรรยายการฝึกซ้อมนักกีฬาฟันที่ศึกษา 2.1

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



นักกีฬากำลังปั่นรถวีลแชร์รอบขอบสนาม



นักกีฬากำลังฝึกเสิร์ฟให้ครบ 200 ลูก



นักกีฬาและผู้ฝึกสอน



ลักษณะการตีลูกเทนนิส

แผนภาพที่ 5 บรรยายการฝึกซ้อมนักกีฬาพื้นที่ศึกษา 2.2

ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นายกลินชาญ ถ้ำเสือ เกิดเมื่อวันที่ 12 กุมภาพันธ์ 2525 จบมัธยมปลาย จากโรงเรียน
สิทธิธรรม ปี 2544 สำเร็จการศึกษาพุทธศาสตรบัณฑิต สาขาพุทธจิตวิทยา จากมหาวิทยาลัยมหา
จุฬาลงกรณราชวิทยาลัย ในปี 2549 และเข้าศึกษาต่อระดับปริญญาโท สาขาจิตวิทยาการปรึกษา
คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีเดียวกัน



ศูนย์วิทยทรัพยากร
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย