



รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์
แรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่ง
ในจังหวัดชลบุรี

มรุธา นามพลกรัง

ทุนสนับสนุนการวิจัย สำหรับบุคลากร โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ”

มหาวิทยาลัยบูรพา ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2565



Student Motivation for Choosing Athletics at a Demonstration
School in Chonburi Province.

Murata Nampongaing

Piboonpumpen Demonstration School Burapha University

2023

มูรธา นามพลกรัง. (2566). แรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี.

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงคุณภาพนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่ง ผู้ให้ข้อมูลหลักเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษา รวม 31 คน เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยการสังเกต การสัมภาษณ์กึ่งมีโครงสร้าง การเขียนแผนที่ความคิด และการบรรยายเหตุการณ์สำคัญ วิเคราะห์ข้อมูลแบบอุปนัยด้วยวิธีการเปรียบเทียบความคงที่ของข้อมูล ตรวจสอบความเชื่อถือได้ของข้อมูลโดยวิธีสามเส้า ผลการศึกษาแบ่งได้ 2 หัวข้อ โดยหัวข้อแรกคือ แรงจูงใจภายในในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน ประกอบด้วย 1.1) ชื่นชอบและมีเจตคติที่ดีต่อการวิ่ง 1.2) มีเป้าหมายที่จะเป็นนักกีฬาที่มีผลงาน 1.3) ต้องการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ และ 1.4) มีนักกรีฑาที่ดีเป็นต้นแบบ ส่วนหัวข้อที่สองคือ แรงจูงใจภายนอกในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน ประกอบด้วย 2.1) มีเพื่อนชักชวนให้เข้าร่วมฝึกซ้อมกรีฑา 2.2) มีอาจารย์ชักชวนให้เข้าร่วมฝึกซ้อมกรีฑา 2.3) บรรยากาศในชมรมกรีฑาอบอุ่นเหมือนครอบครัว และ 2.4) สนุกกับการฝึกซ้อมกรีฑา

คำสำคัญ: แรงจูงใจ, กรีฑา, นักเรียน

Murata Nampongaing. (2023). Student Motivation for Choosing Athletics at a Demonstration School in Chonburi Province.

Abstract

This qualitative research aims to study the motivations behind students' choice to participate in athletics at a certain school. The key informants were 31 secondary School students. Data were collected through observation, semi-structured interview, concept maps, and critical incidences. Data were inductively analyzed using a constant comparison method and data triangulation. The study results are divided into two main topics. The first topic explores internal motivations for choosing athletics, including a passion for running, aspirations for athletic achievements, a desire for physical fitness, and the influence of role models. The second topic investigates external motivations, such as peer encouragement, teacher encouragement, a welcoming sports club atmosphere, and the enjoyment of athletic practice.

Keywords: Motivation, Athletic, Student

ประกาศคุณประการ

ความสำเร็จของงานวิจัยเรื่องนี้ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณครูบาอาจารย์ทุกท่าน ที่ได้ประสาทวิชาความรู้ให้แก่ผู้วิจัย อาทิเช่น ผู้ช่วยศาสตราจารย์วิวัฒน์ไชย วรบรร, ผู้ช่วยศาสตราจารย์เชิดชัย ชาญสมุทร, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นฤพนธ์ วงศ์จตุรภัทร, รองศาสตราจารย์ ดร.ประทุม ม่วงมี และผู้ช่วยศาสตราจารย์ เอนก สุตรมงคล เป็นต้น ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณครูทุกท่านเป็นอย่างสูง

ขอขอบคุณพ่อกุมาตรา นามพลกรัง และคุณแม่ดวงพร นามพลกรัง ที่คอยให้การสนับสนุนและให้กำลังใจลูกคนนี้เสมอ ขอขอบคุณภรรยาคุณครูเกรตินทร์ จันบ้านโชด และผู้ปกครองนักเรียนที่คอยอยู่เคียงข้างและเป็นกำลังใจให้กับผู้วิจัยตลอดเวลา

ขอขอบคุณพี่น้องกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา ทุกคนที่คอยให้กำลังใจ ช่วยเหลือ ดูแล และให้การสนับสนุนในทุก ๆ เรื่อง จนผลงานทางวิชาการชิ้นนี้สำเร็จลุล่วงได้ด้วยดี

ขอขอบคุณโรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ที่ให้การสนับสนุนทุนวิจัยสำหรับบุคลากร (เงินรายได้ส่วนงาน) ประจำปีงบประมาณ 2565 ซึ่งมีส่วนสำคัญและเป็นปัจจัยหลักที่ช่วยให้งานวิจัยชิ้นนี้สามารถดำเนินงานจนสำเร็จลุล่วงด้วยดี

ขอขอบคุณหรือขอผิดพลาดประการใดในงานวิจัยชิ้นนี้ ผู้วิจัยกราบขอภัยและขอน้อมรับไว้เพื่อใช้ในการปรับปรุงแก้ไขผลงานวิชาการชิ้นต่อไปในอนาคต

อาจารย์มรุธา นามพลกรัง

ตุลาคม 2565

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ.....	1
บทนำ.....	1
วัตถุประสงค์การวิจัย.....	2
คำถามในการวิจัย.....	2
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	2
ขอบเขตการวิจัย.....	3
ผู้ให้ข้อมูลหลักและวิธีการได้มาของผู้ให้ข้อมูลหลัก.....	3
การรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์.....	3
ระเบียบวิธีวิจัยที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	4
สนามศึกษาและการเลือกสนามศึกษา.....	4
ข้อตกลงเบื้องต้น.....	5
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	5
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	6
แรงจูงใจในการเล่นกีฬา.....	7
ความหมายเกี่ยวกับแรงจูงใจ.....	7
ความสำคัญของแรงจูงใจ.....	8
ทฤษฎีแรงจูงใจ.....	10
แรงจูงใจกับการกีฬาและการออกกำลังกาย.....	23
ทฤษฎีแรงจูงใจทางการกีฬา.....	29
แรงจูงใจกับความสำเร็จในการแข่งขันกีฬา.....	31
กรีฑา.....	35
นิยามความหมายและประวัติกรีฑา.....	35
ประโยชน์ของการเล่นกรีฑา.....	38
ประเภทของการแข่งขันกรีฑา.....	39
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	41
งานวิจัยในต่างประเทศ.....	41

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง (ต่อ)	
งานวิจัยในประเทศไทย.....	45
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	55
ผู้ให้ข้อมูลหลักและวิธีการได้มาของผู้ให้ข้อมูลหลัก.....	55
การรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์.....	56
ทีมวิจัย.....	56
สนามศึกษาและการเลือกสนามศึกษา.....	56
วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	57
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	58
ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย.....	58
การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล.....	59
การตรวจสอบความเชื่อถือได้ของข้อมูล.....	60
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	61
วัตถุประสงค์การวิจัย.....	61
คำถามในการวิจัย.....	61
ผู้ให้ข้อมูลหลัก.....	61
สรุปผลการวิจัย.....	62
ผลการวิจัย.....	62
แรงจูงใจภายในที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน.....	62
แรงจูงใจภายนอกที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน.....	63
ข้อสรุปของงานวิจัย.....	65
5 สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ.....	66
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	66
คำถามในการวิจัย.....	66

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
5 สรุป อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ (ต่อ)	
ระเบียบวิธีวิจัยที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล.....	66
สรุปผลการวิจัย.....	66
อภิปรายผลการวิจัย.....	67
แรงจูงใจภายในที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน.....	67
แรงจูงใจภายนอกที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน.....	68
ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้.....	69
กิตติกรรมประกาศ.....	69
บรรณานุกรม.....	70
ภาคผนวก.....	77
ภาคผนวก ก แบบบรรยายเหตุการณ์สำคัญ	78
ภาคผนวก ข แบบสัมภาษณ์.....	81
ภาคผนวก ค แบบแบบเขียนแผนที่ความคิด.....	84
ภาคผนวก ง เอกสารชี้แจงสำหรับผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย.....	87
ภาคผนวก จ เอกสารแสดงความยินยอมของผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย.....	91
ภาคผนวก ฉ เอกสารรับรองผลการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์.....	94
ภาคผนวก ช ที่ปรึกษาโครงการวิจัย.....	96
ภาคผนวก ซ การประเมินคุณภาพเครื่องมือวิจัย โดยผู้เชี่ยวชาญ.....	99
ประวัติย่อผู้วิจัย.....	107

สารบัญ (ต่อ)

บัญชีตาราง	หน้า
ตาราง	
1 สรุปผลการวิจัย.....	61

บทที่ 1

บทนำ

บทนำ

กรีฑา เป็นกีฬาเก่าแก่ชนิดหนึ่งที่ใช้ลักษณะของการเคลื่อนไหวร่างกายในรูปแบบต่างๆ ตามธรรมชาติ และวิถีชีวิตของมนุษย์มาใช้ในการแข่งขันชิงชัยกัน เช่น พุ่ง ขว้าง วิ่ง หรือกระโดด เป็นต้น ซึ่งจะเห็นได้ว่าเป็นลักษณะการแข่งขันความสามารถทางร่างกายที่คล้ายกับการเคลื่อนไหวที่ใช้ในชีวิตประจำวันของคนทั่วไป ในสมัยโบราณที่มนุษย์ต้องวิ่งล่าสัตว์หรือวิ่งหนีเพื่อเอาตัวรอดจากอันตราย การพุ่งไม้ยาวแหลมหรือขว้างปาหินเพื่อล่าสัตว์ เป็นต้น (ไพบูลย์ ศรีชัยสวัสดิ์. 2538) ซึ่งวิวัฒนาการของกรีฑาดำเนินมาอย่างต่อเนื่องยาวนานจนในปัจจุบันสามารถแบ่งกรีฑาได้เป็น 2 ประเภทการแข่งขัน คือ กรีฑาประเภทลู่ (เช่น วิ่งระยะใกล้ หรือระยะไกล เป็นต้น) และกรีฑาประเภทลาน (เช่น พุ่งแหลน พุ่งน้ำหนัก กระโดดไกล กระโดดสูง หรือขว้างจักร เป็นต้น)

การเล่นกรีฑาทั้งประเภทลู่และประเภทลานให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมายนั้น ผู้ที่เป็นนักกรีฑาจำเป็นต้องมีความมุ่งมั่นตั้งใจยืนหยัดทนหมั่นฝึกซ้อมเพื่อเตรียมร่างกายและจิตใจของตนเองให้พร้อมกับการแข่งขัน ซึ่งต้องอาศัยปัจจัยและองค์ประกอบต่างๆ มากมายเพื่อให้ประสบความสำเร็จตามเป้าหมาย เช่น โปรแกรมการฝึกซ้อมหรือการรับประทานอาหาร เป็นต้น นอกจากนี้ การที่นักกรีฑาแต่ละคนได้ทุ่มเทฝึกซ้อมอย่างหนักต่อเนื่องตลอดทั้งปีได้นั้น จำเป็นต้องอาศัยพื้นฐานของความสนใจหรือความรักความหลงใหลหรือที่เรียกว่าเจตคติที่ดีต่อกรีฑาเป็นปัจจัยสำคัญด้วยเช่นกัน (สรายุธ รักภู. 2554)

การที่เจ้านักกีฬาแต่ละคนจะเลือกเล่นกีฬาชนิดใดชนิดหนึ่งนั้น ปัจจัยพื้นฐานคือต้องมีความสนใจหรือความชื่นชอบส่วนตัวที่มีต่อกีฬาชนิดนั้นๆ หรือเกิดจากประสบการณ์ตรงที่มีโอกาสได้ดูได้เห็น ได้มีส่วนร่วมหรือได้รับการชักชวน จนส่งผลให้ได้เลือกเล่นกีฬาที่ตนเองสนใจหรือชื่นชอบ อย่างไรก็ตาม กีฬาแต่ละชนิดแต่ละประเภทมีความน่าสนใจหรือความสนุกสนานท้าทายของรูปแบบกิจกรรมที่แตกต่างกันไป และโดยเฉพาะกรีฑาซึ่งเป็นชนิดกีฬาที่มีรูปแบบของกิจกรรมการฝึกซ้อมและแข่งขันพิเศษกว่ากีฬาชนิดอื่น คือเป็นกีฬาที่ไม่เน้นฝึกกลยุทธ์การเล่นเพราะเป็นกีฬาประเภทเดี่ยว จึงจำเป็นต้องฝึกซ้อมด้วยตนเองเป็นหลัก ดังนั้น ผู้ที่เลือกเป็นนักกรีฑาย่อมมีเหตุผลหรือต้องมีแรงจูงใจที่เฉพาะเจาะจงในการเลือกเล่นกรีฑา

แรงจูงใจ นับเป็นสิ่งสำคัญในการเป็นจุดเริ่มต้นและเป็นส่วนขับเคลื่อนที่สำคัญที่จะช่วยให้นักกรีฑาหรือนักกีฬาชนิดต่างๆ ประสบความสำเร็จในการเล่นหรือแข่งขัน การสร้างแรงจูงใจจึงเป็นสิ่งสำคัญของการพัฒนานักกรีฑาหรือนักกีฬาแต่ละชนิด ทั้งในส่วนของแรงจูงใจภายในและแรงจูงใจภายนอกของนักกีฬาหรือผู้ที่สนใจอยากเข้าร่วมเป็นนักกีฬา ที่สามารถสร้างหรือจัดประสบการณ์ให้เกิดเป็นแรงจูงใจได้โดยเฉพาะในระหว่างการฝึกซ้อมหรือแข่งขัน (วรศักดิ์ เพียรชอบ และถนอมวงศ์ กฤษณ์เพชร. 2561) ผู้ที่ทำหน้าที่เป็นผู้ฝึกสอนจำเป็นที่ต้องศึกษาที่ความเข้าใจในหลักการสร้างแรงจูงใจให้กับนักกีฬา รวมถึงควรที่จะต้อง

ทำการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับแรงจูงใจของนักกีฬา เพื่อเป็นข้อมูลพื้นฐานสำหรับนำไปพัฒนานักกีฬาควบคู่ไปกับการจัดโปรแกรมการฝึกซ้อมเพื่อพัฒนาความสามารถทางด้านร่างกายสำหรับการแข่งขัน

จากการที่ผู้วิจัยเป็นครูพลศึกษาในโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี (สนามศึกษาในการศึกษานี้) และยังเป็นผู้ฝึกสอนของทีมนักกรีฑาของโรงเรียนซึ่งทำหน้าที่คัดเลือกและฝึกซ้อมให้กับนักกรีฑาของโรงเรียนมาอย่างต่อเนื่องไม่น้อยกว่า 10 ปี ซึ่งในตลอดหลายปีที่ผ่านมาพบว่ามีนักเรียนระดับชั้นต่างๆ ของโรงเรียน สมัครเข้าร่วมคัดเลือกเพื่อเป็นนักกรีฑาของโรงเรียนเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องทุกปี จนปัจจุบันมีนักเรียนชั้นประถมศึกษาและชั้นมัธยมศึกษา รวมกันไม่น้อยกว่า 40 คน ที่เป็นสมาชิกของทีมนักกรีฑาและร่วมฝึกซ้อมอย่างต่อเนื่อง 4-5 วันต่อสัปดาห์ เพื่อเข้าแข่งขันรายการต่างๆ ตลอดทั้งปี อีกทั้งยังพบว่า ได้รับการสนับสนุนและความร่วมมือจากผู้ปกครองของนักกรีฑาเป็นอย่างดี ทั้งสนับสนุนการรับ-ส่ง การฝึกซ้อมหรือแข่งขัน จนส่งผลให้การเตรียมความพร้อมของนักกรีฑาเป็นไปด้วยความราบรื่น มีบรรยากาศของการมีส่วนร่วม และส่งผลต่อความสำเร็จในการแข่งขันรายการต่างๆ ที่ผ่านมา

จากเหตุผลดังกล่าวข้างต้น ผู้วิจัยในฐานะเป็นทั้งผู้ฝึกสอนของทีมนักกรีฑาและเป็นอาจารย์ผู้สอนวิชาพลศึกษา ได้เล็งเห็นความสำคัญของการส่งเสริมและสนับสนุนให้นักเรียนวัยต่างๆ ได้เล่นกรีฑาหรือเลือกเล่นกีฬาชนิดต่างๆ ตามที่ตนเองชื่นชอบ ทั้งการเล่นกีฬาเพื่อสุขภาพหรือการเล่นกีฬาเพื่อความเป็นเลิศ เพราะเป็นการสร้างพลเมืองที่เข้มแข็งให้กับประเทศชาติในอนาคต และโดยเฉพาะอย่างยิ่งถ้าหากนักพลศึกษาหรือผู้มีส่วนเกี่ยวข้องได้มีการศึกษาวิจัยเพื่อให้ทราบว่าอะไรคือแรงจูงใจที่ให้นักเรียนเลือกเล่นกีฬาชนิดต่างๆ ก็จะช่วยให้การส่งเสริมและสนับสนุนการเล่นกรีฑาหรือเลือกเล่นกีฬาชนิดต่างๆ เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพมากขึ้น ผู้วิจัยจึงได้ทำการศึกษาแรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี เพื่อที่ผลของการศึกษานี้ จะเป็นข้อมูลพื้นฐานที่มีส่วนในการช่วยพัฒนาเยาวชนของชาติให้หันมาเล่นกรีฑาหรือกีฬาชนิดต่างๆ มากยิ่งขึ้น อีกทั้งยังสามารถให้ครูพลศึกษาได้นำผลการวิจัยไปปรับประยุกต์ใช้กับการจัดการเรียนวิชาพลศึกษาระดับชั้นต่างๆ ในสถานศึกษาได้

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาแรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่ง

คำถามการวิจัย

1. แรงจูงใจภายในที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน ได้แก่อะไรบ้าง
2. แรงจูงใจภายนอกอะไรบ้าง ที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

ผลที่ได้จากการศึกษานี้ จะเป็นประโยชน์ต่อโค้ชหรือผู้ฝึกสอน ในการนำไปปรับใช้เพื่อพัฒนานักกรีฑาหรือนักกีฬาชนิดอื่นๆ โดยเฉพาะในการสร้างแรงจูงใจทั้งที่เป็นแรงจูงใจภายในและแรงจูงใจภายนอก ซึ่ง

จะส่งผลต่อการเลือกเล่น การฝึกซ้อม การกำหนดเป้าหมายในการพัฒนาตนเอง ในการเล่นหรือการแข่งขัน กีฬาในระดับต่างๆ ในโรงเรียน

ขอบเขตของการวิจัย

ผู้ให้ข้อมูลหลักและวิธีการได้มาของผู้ให้ข้อมูลหลัก

ผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informant) เป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษา ของโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในเขต อำเภอมะนัง จังหวัดชลบุรี จำนวน 31 คน (ชาย 16 คน และหญิง 15 คน) ซึ่งได้มาด้วยวิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Selected) โดยมีเกณฑ์ในการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลหลักเข้าคือ 1) เป็นนักเรียนที่ผ่านการคัดเลือกเป็น นักกีฬาทีมกรีฑาของโรงเรียน ปีการศึกษา 2566 2) เป็นนักกีฬาทีมกรีฑาของโรงเรียนที่ฝึกซ้อมและเข้าร่วม แข่งขันกรีฑาในรายการต่างๆ ที่ทีมกรีฑาของโรงเรียนส่งเข้าร่วมการแข่งขันในปี 2566 เช่น กีฬาเยาวชน แห่งชาติ กีฬานักเรียนนักศึกษาแห่งประเทศไทย กรีฑาชิงแชมป์แห่งประเทศไทย กีฬาสาธิตสามัคคี และ รายการอื่นๆ และ 2) เป็นผู้สมัครใจร่วมกับผู้ปกครองในการยินยอมเข้าร่วมเป็นผู้ให้ข้อมูลหลักในการวิจัย โดยการลงลายมือชื่อในใบยินยอม (Consent Form) ภายใต้เงื่อนไขว่า จะไม่มีผลกระทบใดๆ กับผู้ให้ข้อมูล หลักไม่ว่าจะเข้าร่วมหรือไม่เข้าร่วมเป็นผู้ให้ข้อมูลหลักในงานวิจัยนี้ก็ตาม และสามารถถอนตัวจากการเป็นผู้ให้ ข้อมูลหลักได้ตลอดเวลา แม้ว่างานวิจัยจะยังไม่สิ้นสุดลงก็ตาม

ส่วนเกณฑ์ในการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลหลักออก คือ 1) ผู้ให้ข้อมูลหลักขอถอนตัวออกจากการเป็นนักกีฬา ทีมกรีฑาของโรงเรียน ปีการศึกษา 2566 และ 2) ผู้ให้ข้อมูลหลักที่มีความประสงค์ขอถอนตัวหรือไม่สะดวกต่อ การเป็นผู้ให้ข้อมูลหลักในทุกกรณี โดยสามารถถอนตัวจากการเป็นผู้ให้ข้อมูลหลักได้ตลอดเวลา แม้ว่างานวิจัยจะ ยังไม่สิ้นสุดลงก็ตาม และจะไม่มีผลกระทบใดๆ กับนิสิตที่ถอนตัวจากการเป็นผู้ให้ข้อมูลหลักในงานวิจัย

สำหรับการรับสมัครผู้ให้ข้อมูลหลักในการศึกษานี้ ใช้วิธีประชาสัมพันธ์และรับสมัครผ่านช่องทาง ออนไลน์ร่วมกับการแจกเอกสารแนะนำโครงการวิจัยโดยผู้ช่วยทีมวิจัย (ไม่ใช่ผู้วิจัย) เป็นผู้ดำเนินการ จากนั้นจะทำการนัดหมายนักเรียนที่สนใจเข้าร่วมเป็นผู้ให้ข้อมูลหลัก (สมัครหรือตอบรับผ่านช่องทางออนไลน์) ในช่วงเวลาที่ ผู้ให้ข้อมูลหลักสะดวก เพื่อให้ผู้ช่วยทีมวิจัยเข้าชี้แจงรายละเอียดสำคัญต่าง ๆ พร้อมกับใบยินยอม (Consent Form) ให้แก่ผู้ที่สนใจเข้าร่วมเป็นผู้ให้ข้อมูลหลักนำกลับไปอ่านและพิจารณาที่บ้านพักร่วมกับผู้ปกครอง และ นัดหมายนำใบยินยอมมาส่งให้กับทีมผู้ช่วยวิจัยในภายหลัง ทั้งนี้ ทีมวิจัยให้ความสำคัญในการปกป้องสิทธิ์และ ข้อมูลส่วนบุคคลโดยการใช้นามสมมุติแทนชื่อจริงของผู้ให้ข้อมูลหลักในการนำเสนอข้อมูลต่างๆ ของการวิจัย คือ MA1-MA16 แทนผู้ให้ข้อมูลเพศชาย และ WA1-WA15 แทนผู้ให้ข้อมูลเพศหญิง

การรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

การศึกษานี้ได้รับการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมในมนุษย์ มหาวิทยาลัยบูรพา รหัส โครงการวิจัย HU002/2566 ที่ IRB2-081/2566 รับรอง ณ วันที่ 24 สิงหาคม พ.ศ. 2566

ระเบียบวิธีวิจัยที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

การศึกษานี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยการสังเกตแบบมีส่วนร่วมปานกลาง (Moderate Participation Observation) การเขียนแผนที่ความคิด (Concept Map) การบรรยายเหตุการณ์สำคัญ (Critical Incident) และการสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง (Semi-structured Interview) ทั้งนี้ ในขั้นตอนและกระบวนการเก็บรวบรวมข้อมูลวิจัยนั้น ทีมนักวิจัยได้ดำเนินการตามมาตรการเฝ้าระวังการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) และโรคติดเชื้อทางเดินหายใจต่าง ๆ ด้วยการใช้ช่องทางการสื่อสารออนไลน์ และเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีผสมผสานในแบบออนไลน์ (Online) ร่วมกับการสื่อสารและเก็บข้อมูลแบบเผชิญหน้า (Face to Face) โดยขึ้นกับความสะดวก ความปลอดภัย ความเหมาะสม และความสนใจของผู้ให้ข้อมูลหลักเป็นสำคัญ

สนามศึกษาและการเลือกสนามศึกษา

สนามศึกษาในการวิจัยนี้ เป็นชมรมกรีฑาของโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี ซึ่งเป็นชมรมที่มีการรวมตัวฝึกซ้อมของนักกรีฑาประเภทลู่วิ่งและประเภทลาน ที่แก่นักเรียนชายและหญิงในระดับชั้นประถมศึกษามัธยมศึกษาตอนต้น และมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยมีการฝึกซ้อมโดยใช้สนามกีฬาของมหาวิทยาลัย ซึ่งเป็นสนามกีฬาแบบปิดขนาดมาตรฐาน มีอัฒจันทร์โดยรอบโดยทางด้านทิศตะวันตกมีหลังคา ส่วนด้านอื่นๆเปิดโล่ง มีสนามฟุตบอลอยู่ส่วนกลาง มีลู่วิ่งพื้นยางสังเคราะห์ขนาด 8 ลู่วิ่งมาตรฐาน ระยะ 400 เมตรอยู่รอบสนามฟุตบอล มีหลาณพุ่มแหลน พุ่มน้ำหนัก ขวางจาก และกระโดดไกล อยู่บริเวณสองด้านของสนามฟุตบอล

การฝึกซ้อมจะดำเนินการทุกวันจันทร์ถึงวันศุกร์ ตั้งแต่เวลา 16.00 น. เป็นต้นไป ส่วนช่วงใกล้การแข่งขันจะมีนัดซ้อมเพิ่มเติมช่วงวันเสาร์อาทิตย์ โดยสมาชิกชมรมจะเดินทางร่วมกับผู้ปกครองหรือเพื่อน เพื่อมาฝึกซ้อม โดยมีอาจารย์ X (นามสมมุติ) ในฐานะโค้ชหรือผู้ฝึกสอนของชมรมกรีฑา เป็นผู้ดำเนินการออกแบบและควบคุมการฝึกซ้อม โดยจะมี อดีตนักกีฬาของโรงเรียนหรือผู้ปกครองที่เป็นอดีตนักกรีฑาเป็นผู้ช่วยโค้ช ทำหน้าที่ช่วยเหลือการฝึกซ้อมของนักกรีฑาประเภทต่างๆ

ลักษณะบรรยากาศการฝึกซ้อมในแต่ละวัน นักกรีฑาแต่ละประเภทจะจับกลุ่มแยกย้ายฝึกซ้อม ตามประเภทของตนเอง เช่นการวิ่งระยะไกล การวิ่งระยะไกล หรือกีฬาประเภทลาน โดยมีลักษณะบรรยากาศที่เป็นกันเองของนักกีฬา ผู้ฝึกสอน และผู้ปกครอง กล่าวคือมีการพูดคุย สื่อสารอย่างมีมิตรภาพ ช่วยเหลือดูแล กระตุ้นการฝึกซ้อม ให้กำลังใจ และรวมถึงมีผู้ปกครองคอยให้การสนับสนุน เช่น การนั่งให้กำลังใจอยู่ด้านข้างสนามระหว่างการฝึกซ้อม หรือการเตรียมน้ำดื่มและอาหารให้กับนักกีฬาในระหว่างการฝึกซ้อม ซึ่งลักษณะดังกล่าวมา มีความเป็นกันเอง และเป็นลักษณะของครอบครัวชมรมกรีฑา

ข้อตกลงเบื้องต้น

การศึกษานี้ ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ดำเนินการภายใต้มาตรการเฝ้าระวังการแพร่ระบาดของไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) และโรคติดต่อทางเดินอากาศอื่น ๆ

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. กริธา หมายถึง กีฬาประเภทหนึ่งซึ่งมีพื้นฐานมาจากการเคลื่อนไหวขั้นพื้นฐาน ของมนุษย์ เช่น การวิ่ง การเดิน การกระโดด การพุ่ง หรือการขว้าง โดยจัดให้มีการแข่งขันอยู่ 2 ประเภทหลักคือ 1. กริธาประเภทลู่ ประกอบด้วย การวิ่งระยะสั้น การวิ่งระยะกลาง การวิ่งระยะยาว และ 2. กริธาประเภทลาน ประกอบด้วย การกระโดดไกล กระโดดสูง พุ่งแหลน ทุ่มน้ำหนัก ขว้างจักร และขว้างค้อน

2. นักเรียน หมายถึง นักเรียนชายและนักเรียนหญิง สังกัดโรงเรียนสาธิตของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี ที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษา มัธยมศึกษาตอนต้น และมัธยมศึกษาตอนปลาย ในปีการศึกษา 2566

3. แรงจูงใจ หมายถึง การที่มนุษย์ได้รับการกระตุ้นจากสิ่งเร้าภายในหรือภายนอกเพื่อให้เกิดความคิดหรือการกระทำในสิ่งใดสิ่งหนึ่งหรือเรื่องใดเรื่องหนึ่ง โดยสามารถแบ่งแรงจูงใจได้เป็นแรงจูงใจภายในและแรงจูงใจภายนอก มีรายละเอียดคือ

3.1 แรงจูงใจภายใน หมายถึง แรงจูงใจที่เกิดจากสิ่งเร้าภายในตัวตนที่เกี่ยวข้องกับสมองของมนุษย์ เช่น ความคิด ประสบการณ์ ความรู้สึก ความรู้ หรือมุมมองที่สามารถกระตุ้นให้คิดหรือลงมือกระทำในสิ่งใดสิ่งหนึ่ง

3.2 แรงจูงใจภายนอก หมายถึง แรงจูงใจที่เกิดจากสิ่งเร้าภายนอกมากระทำให้เกิดความคิด ความรู้สึก หรือมุมมองที่สามารถกระตุ้นให้เกิดความคิดและการลงมือกระทำในสิ่งใดสิ่ง หนึ่ง

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่ง ผู้วิจัยได้ทำการทบทวนวรรณกรรมและศึกษาค้นคว้าหาข้อมูลจากเอกสาร ตำรา หนังสือ บทความ งานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง โดยมีประเด็นสำคัญและรายละเอียดดังนี้

1. แรงจูงใจในการเล่นกีฬา
 - 1.1 ความหมายเกี่ยวกับแรงจูงใจ
 - 1.2 ความสำคัญของแรงจูงใจ
 - 1.3 ทฤษฎีแรงจูงใจ
 - 1.4 แรงจูงใจกับการกีฬาและการออกกำลังกาย
 - 1.5 ทฤษฎีแรงจูงใจทางการกีฬา
 - 1.6 แรงจูงใจกับความสำเร็จในการแข่งขันกีฬา
2. กรีฑา
 - 2.1 นิยามความหมายและประวัติกรีฑา
 - 2.2 ประโยชน์ของการเล่นกรีฑา
 - 2.3 ประเภทของการแข่งขันกรีฑา
3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 3.1 งานวิจัยในต่างประเทศ
 - 3.2 งานวิจัยในประเทศ

1. แรงจูงใจในการเล่นกีฬา

1.1 ความหมายเกี่ยวกับแรงจูงใจ

มีผู้ให้ความหมายของแรงจูงใจไว้หลายท่าน ดังนี้

แมร์ (พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. 2542 ; อ้างอิงจาก Maire. n.d.) กล่าวว่า การจูงใจเป็นกระบวนการซึ่งการแสดงออกของพฤติกรรมได้รับอิทธิพลจากจุดมุ่งหมายที่พฤติกรรมนั้นมุ่งไปสู่จุดหมาย

กลูเอ็ด. (Gluecx. 1982) ได้ให้ความหมายของแรงจูงใจว่า เป็นสภาวะภายในของบุคคลซึ่งจะเป็นตัวกำหนดทิศทาง และระดับของพฤติกรรมทำให้เกิดการทำงานของแต่ละบุคคลมีพลังมากขึ้น และดำเนินเรื่อยไปอย่างต่อเนื่องจนบรรลุความต้องการของตน

อารีย์ พันธุ์ณี (2534 ; อ้างอิงจาก Mouley. n.d.) กล่าวว่า แรงจูงใจ หมายถึง สภาวะที่อินทรีย์เกิดความต้องการ หรืออยู่ในสภาวะขาดสมดุลก็จะทำให้เกิดแรงขับหรือแรงจูงใจเพื่อผลักดันให้เกิดพฤติกรรมมาเพื่อทดแทนภาวะการขาดหรือทำให้อินทรีย์อยู่ในภาวะสมดุลแรงจูงใจเพื่อผลักดันให้เกิดพฤติกรรมมาเพื่อทดแทนภาวะการขาดหรือทำให้อินทรีย์อยู่ในภาวะสมดุลแรงจูงใจจึงเป็นสิ่งจำเป็นเบื้องต้นในการเรียนรู้ และเป็นสิ่งกำหนดทิศทาง และความเข้มของพฤติกรรมให้เกิดขึ้น

อร่าม ตั้งใจ (2539) กล่าวว่า แรงจูงใจในการกีฬา หมายถึง สิ่งที่กระตุ้นให้เราต้องมีส่วนร่วมในการกีฬา การที่คนเราอยากหรือไม่อยากเล่นกีฬานั้นไม่ได้ทำให้สมรรถภาพทางการกีฬาดีขึ้น แต่ถ้าอยากเล่นพอใจที่จะเล่น ทำให้มีความพยายาม มีการพัฒนาให้ดีขึ้น เมื่อพบอุปสรรคก็ไม่หยุดเล่นกีฬาไปง่าย ๆ

พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา (2542) กล่าวว่า การจูงใจเป็นกระบวนการที่อินทรีย์ถูกกระตุ้นจากสิ่งเร้าให้มีพฤติกรรมมุ่งไปสู่จุดมุ่งหมายปลายทาง ถ้ามีแรงจูงใจมากพฤติกรรมจะมีมาก ดังนั้นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของมนุษย์จึงเกิดจากแรงจูงใจเป็นสำคัญ

ลักขณา สรวิวัฒน์ (2530) กล่าวว่า การที่คนเรามีความต้องการสิ่งใดสิ่งหนึ่งแสดงว่าขาดสิ่งนั้น ความต้องการจะเป็นแรงผลักดันให้แสดงพฤติกรรมเพื่อให้ได้สิ่งนั้น ๆ มาเมื่อได้รับสิ่งที่ต้องการแล้วจะหยุดพฤติกรรมนั้น ๆ แต่เนื่องจากมนุษย์มีความต้องการไม่มีที่สิ้นสุดจึงมีการแสดงพฤติกรรมอยู่ตลอดเวลา

สืบสาย บุญวีรบุตร (2541) กล่าวว่า แรงจูงใจ คือสิ่งที่กำหนดทิศทางและระดับความตั้งใจที่จะกระทำหรือประพฤติ (Direction and intensity) ในการเลือกและการคงไว้ของพฤติกรรมมนุษย์ แรงจูงใจเป็นตัวกำกับพฤติกรรมของมนุษย์ที่จะให้ถอยหนีหรือเผชิญหน้าต่อสถานการณ์ต่าง ๆ และความตั้งใจที่จะประพฤติหรือพยายามที่จะบรรลุตามเป้าประสงค์ ดังนั้นแรงจูงใจจึงเป็นตัวกำหนดทิศทางและระดับความตั้งใจความพยายามที่จะกระทำมีความมุ่งมั่นที่จะกระทำ หรือปฏิบัติในการกีฬาแรงจูงใจจึงเป็นปัจจัยที่สำคัญต่อคุณภาพและความสามารถในการเล่นและแข่งขันกีฬา

รังสรรค์ ประเสริฐศรี (2544) ได้ให้ความหมายแรงจูงใจ หมายถึง สิ่งกระตุ้นให้อินทรีย์กระทำกิจกรรมอย่างหนึ่ง อย่างมีจุดมุ่งหมายปลายทางซึ่งอาจเกิดจากสิ่งเร้าภายนอกหรือภายในก็ได้

จารุวรรณ กมลสินธุ์ (2548) สรุปว่าแรงจูงใจหมายถึงพลังที่อยู่ในตัวบุคคลแต่ละคนซึ่งทำหน้าที่กระตุ้นหรือเร้าให้บุคคลนั้นกระทำการสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ซึ่งอาจเกิดปัจจัยทั้งภายในและภายนอกตัวบุคคลก็ได้

ปัญญา จันรอด (2548) กล่าวว่า แรงจูงใจหมายถึงพฤติกรรมในตัวบุคคลซึ่งถูกกระตุ้นโดยสิ่งเร้าให้แสดงพฤติกรรมความสามารถหรือทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งออกมาเพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์ตามที่ต้องการแรงจูงใจจะมีทั้งแรงจูงใจภายในและแรงจูงใจภายนอกบุคคลที่มีแรงจูงใจภายในจะมีความสุขในการกระทำสิ่งต่าง ๆ เพราะมีความพึงพอใจโดยตัวของเขาเองไม่ได้หวังรางวัลหรือคำชม ส่วนบุคคลที่มีแรงจูงใจภายนอกจะทำอะไรต้องได้รับการยอมรับจากผู้อื่นหวังรางวัลหรือผลตอบแทน

พิลสุข สังข์รุ่ง (2550) กล่าวถึงการจูงใจ (Motivation) หมายถึง การที่บุคคลแสดงออกซึ่งความต้องการในการกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งซึ่งสามารถอาศัยปัจจัยต่าง ๆ ได้แก่ การทำให้ตื่นตัว(Arousal) การคาดหวัง (Expectancy) การใช้เครื่องล่อใจ (Incentives) และการลงโทษ (Punishment มาเป็นแรงผลักดันให้บุคคลแสดงพฤติกรรมอย่างมีทิศทางเพื่อบรรลุจุดมุ่งหมายหรือเงื่อนไขที่ต้องการ

ภารดี อนันต์นาวิ (2552) ให้ความหมายแรงจูงใจว่า หมายถึง สภาพการณ์ที่กระตุ้น ให้มนุษย์แสดงพฤติกรรม อย่างใดอย่างหนึ่งออกมาในทิศทางที่ตนต้องการ ทั้งนี้เพื่อไปสู่เป้าหมายปลายทางที่กำหนด หรือหมายถึงกระบวนการ ที่ทำให้มนุษย์กระทำการงานอย่างใดอย่างหนึ่งอย่างมีจุดมุ่งหมาย มีทิศทาง และช่วยให้กิจการงานที่กระทำนั้นคงสภาพอยู่ต่อไปโดยที่มนุษย์ต้องมีเจตคติ ทักษะ และความเข้าใจในกิจการนั้นอย่างแท้จริง

จันทร์านิ สงวนนาม (2551) ได้ให้ความหมายแรงจูงใจ หมายถึง ความต้องการแรงขับซึ่งเกิดขึ้นภายในตัวบุคคล ส่วนเครื่องล่อหรือสิ่งจูงใจเกิดจากแรงจูงใจภายนอก

จากที่กล่าวมาข้างต้น พอสรุปความหมายของแรงจูงใจได้ว่า เป็นการกระตุ้น หรือ เร้าเพื่อช่วยให้เกิดการกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งสำเร็จบรรลุเป้าหมาย มีแนวทางอันแน่นอน ซึ่งอาจจะเกิดจากความต้องการของตัวผู้กระทำเองหรือผู้กระทำได้รับสิ่งเร้าภายนอก การแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ของมนุษย์ ล้วนมีสาเหตุมาจากแรงจูงใจเป็นสิ่งสำคัญ เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรมที่สลับซับซ้อนของมนุษย์ จึงจำเป็นต้องศึกษาถึงทฤษฎีของแรงจูงใจและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องในการแสดงพฤติกรรม

1.2 ความสำคัญของแรงจูงใจ

แรงจูงใจ มีความสำคัญโดยตรงต่อพฤติกรรมของบุคคล เพราะแรงจูงใจจะเป็นทั้งสภาวะที่ผลักดันและดึงให้บุคคลแสดงพฤติกรรมแตกต่างกัน ซึ่งการที่จะเข้าใจพฤติกรรมของบุคคลจึงต้องทำความเข้าใจกับ

แรงใจของคน ๆ นั้น ว่าบุคคลนั้นมีแรงใจอยู่ในประเภทใด ระดับใด (มุกดา ศรียงค์, 2540) ดังนั้น การทำความเข้าใจกับกระบวนการใจ แนวคิด และทฤษฎีของแรงใจจะช่วยให้บุคคลได้รับประโยชน์ต่าง ๆ คือ

1. เข้าใจในพฤติกรรมของตนเองจะเป็นประโยชน์ในการควบคุมตนให้สามารถเลือกพฤติกรรมที่เหมาะสม และบังคับมิให้ตนเองแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมออกมาได้
2. เข้าใจพฤติกรรมของผู้อื่น อันจะช่วยให้คนเราควบคุมพฤติกรรมของบุคคลอื่น ได้ด้วย
3. เข้าใจในพฤติกรรมของกลุ่มสังคม เพื่อสร้างสถานการณ์ จูงใจให้กลุ่มบุคคลมีพฤติกรรมไปในแนวทางที่ถูกต้อง

ดังนั้น การแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ของมนุษย์ ล้วนแต่มีสาเหตุมาจากแรงใจทั้งสิ้นเพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับพฤติกรรมที่สลับซับซ้อนของมนุษย์ จึงจำเป็นที่จะต้องศึกษาถึงทฤษฎีของแรงใจและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องในการแสดงพฤติกรรมของมนุษย์

การจูงใจไม่ใช่ตัวพฤติกรรม หรือเหตุการณ์ที่สามารถมองเห็นได้โดยตรงแต่เป็นนามธรรมอย่างหนึ่งที่จะช่วยอธิบายขั้นตอนการเกิดพฤติกรรมให้ชัดเจนยิ่งขึ้น การจูงใจมีลักษณะที่สำคัญ 3 ประการ คือ (พนมไพร ไชยยงค์, 2542)

1. ให้พลังกระตุ้นต่อการแสดงพฤติกรรม หรือความเข้มของกำลังตอบสนองที่จะแสดงพฤติกรรมเมื่อกระหายน้ำมาก เราจะเดินอย่างรวดเร็ว หรือวิ่งเพื่อเสาะแสวงหาน้ำแก้ความกระหาย แต่ถ้าเราไม่กระหาย หรือกระหายเพียงเล็กน้อยเราอาจจะเดินช้า ๆ พูดคุยกับเพื่อนอย่างไม่รีบร้อน เป็นต้น
2. กำหนดทิศทางและเป้าหมายของพฤติกรรม เช่น เมื่อหิวก็จะมีพฤติกรรมที่มุ่งไปสู่การแสวงหาอาหาร เช่น เดินไปร้านข้าวแกง ฝากเพื่อนไปซื้อ หรือว่าจะเลือกทำอะไรดี เพราะมีทางเลือกหลายทางเพื่อให้ได้อาหารมาบำบัดความหิว การได้รับประทานอาหารจึงเป็นจุดหมายปลายทาง หรือทิศทางของพฤติกรรม
3. กำหนดระดับความพยายาม หรือความมุ่งมั่นไม่ลดละของพฤติกรรมนั้น คือ จะใช้ความอดทนหรือมานะพยายามในการกระทำพฤติกรรมนั้นได้นานเพียงใด เช่น เมื่อเราหิวเราจะเข้าครัวค้นหาของรับประทาน ถ้าในครัวไม่มีอะไรรับประทานได้ เราก็จะออกไปนอกบ้านเพื่อซื้อของรับประทาน ถ้าร้านแรกที่เราไปถึงปิดร้าน แต่ความหิวของเรายังสูงอยู่ เราก็จะไปหาร้านอื่น ๆ ต่อไปอีกอาจจะเป็นร้านที่ 5 หรือ 6 จนกว่าจะได้อาหารรับประทาน นั่นคือ ระดับความพยายาม หรือความมุ่งมั่นไม่ลดละที่จะแสดงพฤติกรรมก็สูงตามไปด้วย

ดังนั้น เมื่อกล่าวถึงพฤติกรรมการจูงใจ จะต้องมามีลักษณะที่สำคัญ 3 ประการ คือ ให้พลังแก่พฤติกรรม มีทิศทาง และมุ่งมั่นพยายามไม่ลดละ พฤติกรรมจูงใจจึงเป็นพฤติกรรมที่มีเป้าหมายและเจ้าตัวมีความพยายามที่จะให้บรรลุเป้าหมายนั้น

ประโยชน์ของแรงจูงใจ

มุกดา ศรียงค์ (2540) ได้กล่าวไว้ว่า การที่จะเข้าใจพฤติกรรมของบุคคลจึงต้องทำความเข้าใจกับแรงจูงใจของคนนั้น ๆ ว่าบุคคลนี้มีแรงจูงใจอยู่ในประเภทใด ระดับใด ดังนั้นการทำความเข้าใจกับกระบวนการจูงใจ แนวคิด และทฤษฎีของแรงจูงใจจะช่วยให้คุณได้รับประโยชน์ในด้านต่าง ๆ คือ

1. เข้าใจพฤติกรรมของตนเองจะเป็นประโยชน์ในการควบคุมตนให้สามารถเลือกพฤติกรรมที่เหมาะสมและบังคับมิให้ตนเองแสดงพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมออกมาได้
2. เข้าใจพฤติกรรมของผู้อื่นอันจะช่วยให้คนเราควบคุมพฤติกรรมของบุคคลอื่นได้
3. เข้าใจในพฤติกรรมของกลุ่มสังคม เพื่อสร้างสถานการณ์ จูงใจให้กลุ่มบุคคลมีพฤติกรรมไปในแนวทางที่ถูกต้องดังนั้นควรศึกษาทฤษฎีแรงจูงใจและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องเนื่องจากพฤติกรรมของมนุษย์มีผลมาจากแรงจูงใจ และเพื่อให้เข้าใจพฤติกรรมของมนุษย์มากยิ่งขึ้น

1.3 ทฤษฎีแรงจูงใจ

นักจิตวิทยาได้นำองค์ประกอบทางด้านความต้องการพื้นฐานด้านชีววิทยา ด้านอารมณ์ด้านสติปัญญา และองค์ประกอบด้านสังคม มาเป็นแนวคิดในการสร้างทฤษฎี เพื่ออธิบายว่าทำไมมนุษย์จึงแสดงพฤติกรรมที่แสดงอยู่ ความเป็นจริงแล้วไม่มีทฤษฎีใดทฤษฎีหนึ่ง ที่สามารถอธิบายทุกด้านของแรงจูงใจได้ทั้งหมด ดังทฤษฎีแรงจูงใจต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

1. ทฤษฎีความต้องการความสุขส่วนตัว (Hedonistic Theory) (อบรม สันภิบาล, ม.ป.ป.) ทฤษฎีนี้กล่าวว่า คนทุกคนมีความต้องการแสวงหาความสุขส่วนตัว ลักษณะความต้องการแสวงหาความสุข จึงเป็นแรงจูงใจหรือตัวเร้าที่ทำให้บุคคลได้มีการกระทำหรือแสดงพฤติกรรมต่างๆ ออกมา แต่ลักษณะการแสดงออกของพฤติกรรมในแต่ละบุคคลนั้นมีการแสดงออกมาแตกต่างกัน
2. ทฤษฎีสัญชาตญาณ (Instinctual Theory) (สุชาติ สุธรรมรักษ์, 2531) ทฤษฎีนี้กล่าวว่าสัญชาตญาณเป็นสิ่งที่ติดตัวคนมาตั้งแต่กำเนิด ทำให้บุคคลมีปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งเร้าต่าง ๆ โดยไม่จำเป็นต้องมีการเรียนรู้ สัญชาตญาณจึงเป็นปฏิกิริยาที่มีผลต่อแรงจูงใจให้บุคคลได้กระทำพฤติกรรมต่าง ๆ ลักษณะของสัญชาตญาณมีหลายประเภท คือสัญชาตญาณเกี่ยวกับการดำรงชีวิต เมื่อร่างกายอยู่ในสภาวะที่ไม่สมดุล ความไม่สมดุลทางด้านร่างกายจะเป็นตัวเร้า หรือเป็นแรงจูงใจให้ร่างกายมีพฤติกรรมต่าง ๆ เกิดขึ้น อันเป็นผลทำให้บุคคลสามารถดำรงชีวิตต่อไปได้ สัญชาตญาณ เกี่ยวกับความตายบุคคลทุกคนมักจะเกรงกลัวว่าตนเองจะถึงแก่ความตาย จึงทำให้สนใจสุขภาพของตนเอง ในด้านของสัญชาตญาณทางสังคม บุคคลย่อมจะมีการเรียนรู้ มีการลอกเลียนแบบจากประสบการณ์ตามสภาพสังคมของแต่ละแห่ง ทำให้สัญชาตญาณทางสังคมของแต่ละบุคคลในแต่ละท้องถิ่นมีความแตกต่างกัน

3. ทฤษฎีแรงขับ (Drive Theory) (โยธิน ศันสนยุทธ, 2531) ทฤษฎีนี้กล่าวว่า พฤติกรรมและการกระทำของคนมีส่วนสัมพันธ์แรงขับภายในของแต่ละบุคคล แรงขับมีลักษณะที่สำคัญ 2 ลักษณะ คือ แรงขับภายในร่างกาย เป็นแรงขับที่เกิดจากความต้องการของร่างกาย และแรงขับภายนอกร่างกาย เป็นแรงขับที่เกิดจากความต้องการทางสติปัญญา อารมณ์ และสังคม ซึ่งลักษณะดังกล่าวจะมีผลทำให้คนมีพฤติกรรมที่ต่างกัน แรงขับสามารถแยกออกเป็นแรงขับเพื่อการอยู่รอดของชีวิต แรงขับฉุกเฉิน แรงขับเพื่อการสืบพันธุ์ แรงขับเพื่อการศึกษา บุคคลจะต้องมีแรงขับเพื่อการอยู่รอดของชีวิตก่อน

4. ทฤษฎีความคาดหวัง (The Theory of Expectancy) (Hilgard, 1962) ทฤษฎีนี้กล่าวว่า ถ้าความคาดหวังกับสิ่งที่ได้รับแตกต่างกันมาก คนเราจะเกิดความผิดหวังหมดกำลังใจ การจัดความคาดหวังหรือการตั้งจุดมุ่งหมายของคนเราให้อยู่ในระดับความสามารถที่เขาจะทำได้สำเร็จ จะทำให้คนมีกำลังใจที่จะทำกิจกรรมให้สำเร็จตามความมุ่งหมาย จะเห็นได้ว่าในทฤษฎีนี้ความเข้าใจหรือการคาดคะเนเหตุการณ์ล่วงหน้าเป็นสิ่งตัดสินหรือประเมินค่าพฤติกรรมที่บุคคลแสดงออกมานั้นคือ พฤติกรรมที่ได้รับการจูงใจให้แสดงออกมาขึ้นอยู่กับประเมินผลพฤติกรรมที่เคยแสดงออกมา

5. ทฤษฎีลำดับขั้นแรงจูงใจของมาสโลว์ (Maslow, 1970) เป็นทฤษฎีที่มีชื่อเสียงของมาสโลว์อธิบายว่า แรงจูงใจของมนุษย์มีลำดับขั้นตอนตั้งแต่ขั้นต่ำจนถึงขั้นสูงมีทั้งหมด 5 ขั้นตอนด้วยกัน คือ ความต้องการทางสรีรวิทยา (Physiological Needs) ความต้องการความมั่นคงปลอดภัย (Safety Needs) ความต้องการเป็นเจ้าของและความต้องการความรัก (Belongingness and Love Needs) ความต้องการมีศักดิ์ศรีจากตนเองและผู้อื่น (Esteem Needs from Oneself and Others) ความต้องการเป็นมนุษย์โดยสมบูรณ์ (Self Actualized Needs) แรงจูงใจลำดับต้นต้องได้รับการตอบสนองก่อน แรงจูงใจลำดับสูง จึงจะพัฒนาตามมาโดยลำดับ ดังนี้

แรงจูงใจลำดับที่ 1 คือ แรงจูงใจพื้นฐานที่มนุษย์ต้องได้รับการตอบสนองเป็นแรงจูงใจทางสรีรวิทยา เช่น มีอาหารรับประทานไม่เพียงพอ มีที่อยู่อาศัย มียารักษาโรค มีเครื่องนุ่งห่มกันร้อนกันหนาว ฯลฯ จึงพัฒนาความต้องการประเภทอื่น ๆ ตามมาได้ ถ้าความต้องการอันดับแรก ยังไม่ได้รับการตอบสนองพอเพียง แรงจูงใจประเภทอื่น ๆ ก็ยากที่จะบังเกิดขึ้นได้

แรงจูงใจลำดับที่ 2 คือ แรงจูงใจเพื่อความปลอดภัยแห่งตนเอง และทรัพย์สินเมื่อต้องการอันดับแรกได้รับการตอบสนองแล้ว ก็เกิดความต้องการที่จะรักษาชีวิต ทรัพย์สินและสิ่งอื่นๆ ของตนให้มั่นคงปลอดภัย

แรงจูงใจอันดับที่ 3 คือ แรงจูงใจเพื่อเป็นเจ้าของ เช่น ความรู้สึกว่าคุณมีชาติตระกูล มีครอบครัว มีสถาบัน มีครู มีโรงเรียน มีที่ทำงาน ฯลฯ กับความต้องการถูกรักและได้รักผู้อื่น เช่น ต้องการให้มีผู้มาอาหารห่วงใยและก็ต้องการห่วงใยในอาหารแก่ผู้ดูแลผู้อื่นเช่นกัน

แรงจูงใจอันดับที่ 4 คือ แรงจูงใจเพื่อการแสวงหาและรักศักดิ์ศรีเกียรติยศทั้งด้วยสำนึกของตนเอง และด้วยการกล่าวขวัญยกย่องเชิดชูจากผู้อื่น เช่น ความต้องการมีเกียรติมีหน้ามีตา มีชื่อเสียงเป็นที่ยกย่อง ความรู้สึกนับถือตนเองเชิดชูตนเอง

แรงจูงใจอันดับที่ 5 คือ แรงจูงใจเพื่อตระหนักรู้ความสามารถของตนกับประพฤติดิปฏิบัติตนตามความสามารถและสุดความสามารถ โดยเพ่งเล็งประโยชน์ของบุคคลอื่นและของสังคมส่วนรวมเป็นสำคัญ มาสโลว์เชื่อว่า คนทุกคนมีความมุ่งหมายของชีวิตเพื่อจะเป็นคนโดยสมบูรณ์ในระดับนี้ทั้งสิ้น

6. ทฤษฎีความต้องการตามหลักการของเมอร์เรย์ (อาร์รี พันธุมณี, 2534 ; อ้างอิงจาก Murray, n.d.) เมอร์เรย์ มีความคิดเห็นว่า ความต้องการนี้บางครั้งเกิดขึ้นเนื่องจากกระตุ้นภายในของบุคคล และบางครั้งอาจเกิดความต้องการอันเนื่องจากสภาพสังคมหรือแรงกระตุ้นภายนอกก็ได้ หรืออาจกล่าวได้ว่า ความต้องการเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นอันเนื่องมาจากสภาพทางร่างกายและสภาพทางจิตใจนั่นเอง ทฤษฎีความต้องการตามหลักการของเมอร์เรย์สามารถสรุปได้ดังนี้

6.1 ความต้องการที่จะเอาชนะด้วยการแสดงความก้าวร้าวออกมา (Need for Aggression) เป็นความต้องการที่จะเอาชนะผู้อื่น เอาชนะสิ่งขัดขวางทั้งปวงด้วยความรุนแรง มีการต่อสู้ การแค้น การทำร้ายร่างกายหรือการฆ่าฟันกัน เช่น การพูดประชดประชันกับเพื่อนที่ไม่ชอบ เป็นต้น

6.2 ความต้องการที่จะเอาชนะฟันฝ่าอุปสรรคต่าง ๆ (Need for Counteraction) เป็นความต้องการที่จะฟันฝ่าอุปสรรค ความล้มเหลวต่าง ๆ ด้วยการสร้างความพยายามขึ้น เช่น เมื่อได้รับคำดูถูกดูหมิ่นผู้ที่ได้รับจะเกิดความพากเพียรพยายามเอาชนะคำสบประมาทจนประสบผลสำเร็จ เป็นต้น

6.3 ความต้องการที่จะยอมแพ้ (Need for Abasement) เป็นความต้องการที่จะยอมแพ้ ยอมรับการวิพากษ์วิจารณ์ หรือยอมรับการถูกลดโทษ เช่น การเผาตัวตายเพื่อประท้วงการปกครอง เป็นต้น

6.4 ความต้องการป้องกันตนเอง (Need for Defense) เป็นความต้องการที่จะป้องกันตนเองจากคำวิพากษ์วิจารณ์ การดำเนินคดีขึ้นซึ่งเป็นการป้องกันทางด้านจิตใจ พยายามหาเหตุผลมาอธิบายการกระทำของตน มีการป้องกันตนเองเพื่อให้พ้นผิดจากการกระทำต่าง ๆ ทั้งปวง

6.5 ความต้องการเป็นอิสระ (Need for Autonomy) เป็นความต้องการจะเป็นอิสระจากสิ่งกดขี่ทั้งปวง ต้องการที่จะต่อสู้ดิ้นรนเพื่อเป็นตัวของตัวเอง

6.6 ความต้องการความสำเร็จ (Need for Achievement) เป็นความต้องการที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ ที่ยากลำบากให้ประสบความสำเร็จ พยายามเอาชนะอุปสรรคทั้งปวงเพื่อให้การทำงานของตนประสบความสำเร็จ

6.7 ความต้องการสร้างมิตรภาพกับบุคคลอื่น (Need for Affiliation) เป็นความต้องการที่จะทำให้ผู้อื่นรักใคร่ ต้องการรู้จัก หรือมีความสัมพันธ์กับบุคคลอื่น มีความซื่อสัตย์ต่อเพื่อน พยายามสร้างความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับบุคคลอื่น

6.8 ความต้องการความสนุกสนาน (Need for Play) เป็นความต้องการที่จะแสดงความสนุกสนาน ต้องการหัวเราะเพื่อผ่อนคลายความตึงเครียด มีการสร้างหรือเล่าเรื่องตลกขบขัน มีการพักผ่อนหย่อนใจ มีการเล่นเกมกีฬา เป็นต้น

6.9 ความต้องการแยกตนเองจากผู้อื่น (Need for Rejection) เป็นความต้องการหรือเป็นความปรารถนาของบุคคลในการที่จะแยกตนเองออกจากผู้อื่น ไม่มีความรู้สึกยินดียินร้ายกับบุคคลอื่น ต้องการเมินเฉยจากผู้อื่น

6.10 ความต้องการความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น (Need for Succedanea) เป็นความต้องการให้บุคคลอื่นมีความสุข เห็นอกเห็นใจ มีความสงสาร ต้องการได้รับความช่วยเหลือการดูแลและคำแนะนำจากบุคคลอื่น

6.11 ความต้องการที่จะให้ความช่วยเหลือต่อบุคคลอื่น (Need for Nurturance) เป็นความต้องการมีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมกับบุคคลอื่น โดยการให้ความช่วยเหลือแก่บุคคลที่ไม่สามารถจะช่วยเหลือตนเองได้ หรือให้ความช่วยเหลือให้บุคคลอื่นพ้นจากภัยอันตรายต่าง ๆ

6.12 ความต้องการสร้างความประทับใจในตนเองให้แก่ผู้อื่น (Need for Exhibition) เป็นความต้องการให้บุคคลอื่นได้เห็น ได้ยินเกี่ยวกับเรื่องราวของตัวเอง ต้องการให้ผู้อื่นมีความสนใจสนุกสนาน แปลกใจ หรือตื่นเต้นในเรื่องราวตน

6.13 ความต้องการมีอิทธิพลเหนือบุคคลอื่น (Need for Dominance) เป็นความต้องการให้บุคคลอื่นทำตามคำสั่งของตน ทำให้เกิดความรู้สึกว่าตนมีอิทธิพลเหนือกว่าบุคคลอื่น

6.14 ความต้องการที่จะยอมรับนับถือผู้อื่น (Need for Deference) เป็นความต้องการยอมรับนับถือผู้อื่นที่มีอาวุโสว่าด้วยความยินดี รวมทั้งนิยมชมชอบในบุคคลที่มีอำนาจเหนือกว่า พร้อมทั้งจะให้ความร่วมมือช่วยเหลือด้วยความยินดี

6.15 ความต้องการหลีกเลี่ยงความรู้สึกล้มเหลว (Need for Avoidance or Inferiority) เป็นความต้องการหลีกเลี่ยงให้พ้นจากความอับอาย หลีกเลี่ยงการดูถูก หรือการกระทำต่าง ๆ ที่ทำให้เกิดความละอายใจ

6.16 ความต้องการที่จะหลีกเลี่ยงจากอันตราย (Need for Avoidance Harm) เป็นความต้องการหลีกเลี่ยงความเจ็บปวดทางด้านร่างกาย ต้องการได้รับความปลอดภัยจากอันตราย

6.17 ความต้องการหลีกเลี่ยงจากการถูกตำหนิหรือถูกลงโทษ (Need for Avoidance of Blame) เป็นความต้องการหลีกเลี่ยงการลงโทษด้วยการคล้อยตามกลุ่มหรือยอมรับคำสั่งหรือปฏิบัติตามกฎข้อบังคับของกลุ่ม เพราะกลัวถูกลงโทษ

6.18 ความต้องการความเป็นระเบียบเรียบร้อย (Need for Orderliness) เป็นความต้องการจัดสิ่งของต่าง ๆ ให้อยู่ในสภาพที่เป็นระเบียบเรียบร้อย มีความประณีตงดงาม

6.19 ความต้องการที่จะรักษาชื่อเสียง (Need for Inviolacy) เป็นความต้องการที่จะรักษาชื่อเสียงของตนที่มีอยู่ไว้จนสุดความสามารถ

6.20 ความต้องการให้ตนเองแตกต่างจากบุคคลอื่น (Need for Contrariness) เป็นความต้องการให้ตนเองไม่เหมือนกับบุคคลอื่น

จากทฤษฎีที่ผู้วิจัยได้กล่าวมาทั้งหมดนี้ จัดว่าเป็นทฤษฎีแรงจูงใจและเป็นทฤษฎีที่มีผลต่อพฤติกรรมหรือการกระทำของบุคคลทั้งสิ้น แต่ละทฤษฎีจะมีพื้นฐานความเชื่อ และแนวความคิดที่แตกต่างกันออกไป การนำมาใช้เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุด จึงต้องศึกษาในหลาย ๆ ทฤษฎีและวิเคราะห์แนวความคิดของแต่ละทฤษฎีให้เข้าใจ

ทฤษฎีแรงจูงใจ คือ หลักการกำหนดทิศทางการแสดงออกถึงพฤติกรรมของนักกีฬา ซึ่งมีผลกระทบต่อความสำเร็จ หรือความล้มเหลวของนักกีฬา ทฤษฎีแรงจูงใจที่เกี่ยวข้องกับการกีฬามี 4 ทฤษฎี คือ (สุปราณี ขวัญบุญจันทร์, 2541)

1. ทฤษฎีแรงจูงใจภายในและการประเมินความรู้ (Intrinsic Motivation and Cognitive Evaluation Theory) แรงจูงใจภายในเป็นแรงจูงใจที่เกิดขึ้นจากภายในโดยไม่มีรางวัล หรือสิ่งล่อใจภายนอกมาเป็นแรงกระตุ้นให้กระทำสิ่งนั้น ๆ แรงจูงใจภายในเป็นแรงจูงใจในการเล่นกีฬาเพื่อความสุข และสนุกที่จะได้เล่น โดยไม่มีอิทธิพลจากภายนอกมาเกี่ยวข้อง เพราะแรงจูงใจภายในเกิดขึ้นจากแรงขับภายในที่ต้องการตอบสนองต่อความต้องการพื้นฐานเท่านั้น ส่วนทฤษฎีการประเมินความรู้เป็นแรงจูงใจที่เกิดจากการรับรู้ของตนเองมีความสามารถ (Perceive Competence) และการตัดสินใจด้วยตนเอง (Self-determining) องค์ประกอบที่สำคัญของทฤษฎีการประเมินความรู้ คือ

1.1 การรับรู้ในการควบคุม (Perceive Controlling) หมายถึง นักกีฬาต้องรับรู้ว่าจะอะไรเป็นแหล่งสาเหตุ (Locus of Causality) ในการจูงใจให้นักกีฬาเล่นกีฬา ซึ่งประกอบด้วยความสนใจอยากเล่น (แรงจูงใจภายใน) โดยไม่ได้หวังสิ่งล่อใจ คือ เงิน รางวัล หรือสิ่งของ (แรงจูงใจภายนอก) แต่เมื่อเล่นกีฬาไปได้นาน ๆ อาจจะมีแรงจูงใจภายนอกเข้ามามีส่วนในการเล่นกีฬาของนักกีฬาได้ เพราะฉะนั้นนักกีฬาต้องรับรู้ในการควบคุมให้ได้ว่าทำไมจึงเล่นกีฬาและเล่นกีฬาเพราะอะไร

1.2 กระบวนการประเมินผล (Information Process) หมายถึง กระบวนการที่รับรู้ประเมินว่า แรงจูงใจภายใน หรือแรงจูงใจภายนอกที่มีผลต่อความสามารถในการเล่นกีฬา กระบวนการประเมินข้อมูลเป็น องค์ประกอบสำคัญในการรับรู้ถึงความสามารถ และการตัดสินใจด้วยตนเอง ถ้านักกีฬามีกระบวนการประเมิน ข้อมูลที่ดีแล้ว จะสามารถประเมินข้อมูลได้เลยว่าแรงจูงใจภายใน หรือแรงจูงใจภายนอกที่มีอิทธิพลต่อการ เล่น กีฬา

2. ทฤษฎีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement Motivation Theory) หมายถึง แรงจูงใจที่มีลักษณะ นิสัยเผชิญหน้า หรือถอยหนีทั้งในขณะฝึกซ้อมและแข่งขัน รวมทั้งความมุ่งมั่นเพื่อความเป็นเลิศ แรงจูงใจใฝ่ สัมฤทธิ์เป็นองค์ประกอบที่เกิดจากความต้องการที่จะประสบความสำเร็จ ลดความต้องการที่จะถอยหนี ความล้มเหลว สิ่งที่จะได้เพิ่มจากผลลบ คือแรงจูงใจภายนอกที่เข้ามามีอิทธิพลและความเป็นไปได้ที่จะประสบ ความสำเร็จ ตามทฤษฎีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของฮาเตอร์ (Hater's Competence Motivation Theory) โดย อธิบายว่า แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ คือแรงจูงใจที่เกิดจากความรู้สึกว่าตนเองมีความสามารถมีความพยายามที่จะทำ สิ่งที่ยากขึ้น (Mastery) และมีความต้องการที่จะฝึกสิ่งที่ยากขึ้นไปเรื่อยๆ รับรู้ว่าตนเองประสบความสำเร็จ และสามารถทำในสิ่งที่ยากขึ้นได้ แต่ในทางตรงข้าม นักกีฬาไม่ชอบทำสิ่งที่ยากขึ้น เมื่อรับรู้ว่าจะทำแล้วจะไม่ ประสบความสำเร็จ ดังนั้นในการฝึกซ้อมหรือแข่งขันกีฬา นักกีฬาที่มีการรับรู้หรือถูกทำให้รับรู้ว่าคุณมีความสามารถก็จะเกิดความมั่นใจ มีความต้องการที่จะฝึกซ้อมในสิ่งที่ยากยิ่งขึ้น และมีแรงจูงใจที่จะกระทำสิ่งที่ยากมากขึ้น

3. ทฤษฎีการอ้างสาเหตุ (Attribution Theory) อธิบายว่า ความพยายามของมนุษย์ในการอ้างสิ่ง ต่าง ๆ เพื่อจะให้เกิดความเข้าใจการกำหนดพฤติกรรม และเหตุการณ์ต่าง ๆ ของตนเองจะทำให้แรงจูงใจใน การกระทำนั้นมั่นคงยิ่งขึ้น นอกจากนั้นยังสามารถใช้อธิบายความสามารถของตนเองด้วยทฤษฎีการอ้างสาเหตุ ของไฮเดอร์ ประกอบด้วย ปัจจัยประกอบส่วนบุคคล คือ ความสามารถ (Ability) และความพยายาม (Effort) และปัจจัยประกอบสิ่งแวดล้อม คือ ความยากของงาน (Task Difficulty) และโชค (Luck) การอ้างสาเหตุใน การกระทำของนักกีฬาสืบเนื่องมาจากความเข้าใจปัจจัยประกอบส่วนบุคคล คือ ความสามารถและความ พยายาม และปัจจัยประกอบสิ่งแวดล้อมคือ ความยากของงานและโชค เช่น นักกีฬาอ้างถึงสาเหตุของการแพ้ การแข่งขัน เพราะทีมคู่แข่งแข็งแกร่งกว่าฝีมือเก่งกว่า

4. ทฤษฎีการกำหนดเป้าหมาย (Goal Setting Theory) เป้าหมาย คือ บางสิ่งบางอย่างที่เรา ต้องการจะกระทำให้สำเร็จ ซึ่งเป้าหมายมีอิทธิพลในการเพิ่มประสิทธิภาพของงาน 4 ประการ คือ

4.1 เป็นสิ่งบ่งชี้ถึงความตั้งใจและการกระทำโดยตรง (Direct Attention and Action) ผู้ ฝึกสอนกำหนดเป้าหมายในการฝึกซ้อม หรือแข่งขันให้นักกีฬา การกำหนดเป้าหมายเป็นสิ่งกำหนด พฤติกรรมและความตั้งใจของนักกีฬา และเป็นแรงจูงใจให้นักกีฬามีความตั้งใจในการฝึกซ้อมและตั้งใจเข้าแข่งขัน

4.2 การใช้พลังในการเล่นหรือแข่งขัน (Mobilized Expenditure) ขณะที่นักกีฬามีความตั้งใจ และทำการเตรียมตัวเพื่อกระทำกิจกรรมที่กำหนดไว้นั้น นักกีฬาคควรกำหนดพลังที่ตนเองใช้หรือทุ่มเทให้แก กิจกรรมนั้นได้อย่างเหมาะสมด้วย

4.3 ความพยายามต่องานระยะยาว (Prolong Effort) การกำหนดเป้าหมายของกิจกรรมจะ ส่งผลถึงความอดทน หรือความเพียรพยายามในการปฏิบัติกิจกรรมนั้นด้วย นักกีฬาที่กำหนดเป้าหมายไว้ ล่วงหน้าจะมีความอดทน และความพยายามในการบรรลุเป้าหมายได้ยาวนานกว่านักกีฬาที่ไม่มีการกำหนด เป้าหมาย

4.4 การพัฒนายุทธวิธีสร้างแรงจูงใจ (Motivates Strategy Development) การกระตุ้นให้ นักกีฬาพัฒนายุทธวิธีในการฝึกซ้อม การวางแผนในการฝึกซ้อม และกาแข่งขันให้มีประสิทธิภาพผู้ฝึกสอนมีวิธี ปฏิบัติ คือควรกระตุ้นให้นักกีฬารู้จักการจัดตารางเวลาของตนเองกับตารางการฝึกซ้อมให้เหมาะสมเพื่อช่วยให้ นักกีฬาได้รู้จักการจัดการกับตนเอง โดยรู้ว่าเวลาไหนควรฝึกซ้อมหรือทำกิจกรรมอื่นๆ ที่เหมาะสม

ประเภทของแรงจูงใจ

แรงจูงใจไม่เพียงแต่กระตุ้นให้บุคคลมีพฤติกรรมที่ต่างกันเท่านั้น แรงจูงใจยังเป็นสิ่งสำคัญที่ ก่อให้เกิดความต้องการ หรือความโน้มเอียงที่จะทำให้บุคคลมีพฤติกรรมมุ่งจุดมุ่งหมายอีกด้วยจากเหตุผลนี้เอง จึงทำให้มีผู้สนใจศึกษาเกี่ยวกับแรงจูงใจเป็นอย่างมาก และได้พยายามจำแนกประเภทของแรงจูงใจไปตาม แรงจูงใจต่างๆ นักจิตวิทยาได้พยายามใช้หลักเกณฑ์ต่างๆ ในการจำแนกประเภทของแรงจูงใจวิธีการหนึ่งคือ การแบ่งออกตามพื้นฐานของการเกิดแรงจูงใจ แบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. แรงจูงใจขั้นปฐมภูมิ (Primary Motives) เป็นแรงจูงใจที่มีพื้นฐานทางด้านร่างกายติดตัวมา
2. แรงจูงใจขั้นทุติยภูมิ (Secondary Motives) เป็นแรงจูงใจที่มีพื้นฐานมาจากสังคมและการเรียนรู้ หรือประสบการณ์

กมลรัตน์ หล้าสูงษ์ (2530) ได้แบ่งประเภทแรงจูงใจที่อยู่เบื้องหลังของการแสดงออกของพฤติกรรม ออกเป็น Motivation 2 ประเภท ดังนี้

1. แรงจูงใจภายใน (Intrinsic Motivation) เป็นภาวะที่บุคคลเห็นคุณค่าของกิจกรรมที่ดีทำด้วยความเต็มใจ โดยถือว่าการบรรลุในกิจกรรมนั้น เป็นรางวัลอยู่แล้ว
2. แรงจูงใจภายนอก (Extinsic Motivation) เป็นภาวะที่บุคคลแสดงพฤติกรรมที่แสดงออกมา เพราะมีสิ่งใดสิ่งหนึ่งมาเร้า ไม่ได้ทำเพื่อความสำเร็จในสิ่งนั้นเลย เช่น การกระทำเพื่อต้องการรางวัล ตำแหน่ง และเกรด เป็นต้น

สุชา จันท์ธอม (2527) ได้แบ่งทฤษฎีแรงจูงใจตามแหล่งที่มาของแรงจูงใจออกเป็น 3 ประเภท ดังนี้

1. แรงจูงใจทางสรีรวิทยา (Physiological Motivation) แรงจูงใจด้านนี้เกิดขึ้นเพื่อสนองความต้องการทางด้านร่างกายทั้งหมด เพื่อให้บุคคลมีชีวิตอยู่ได้ เป็นความต้องการที่จำเป็นทางธรรมชาติของมนุษย์ ได้แก่ ต้องการน้ำ อาหาร ต้องการพักผ่อนและปราศจากโรค เราสามารถวัดระดับความต้องการทางสรีระได้จากการสังเกตพฤติกรรมและการกระทำของคนเรา โดยวัดจากความมากน้อยของการกระทำ การเลือกกระทำการโต้ตอบสิ่งมาขัดขวาง

2. แรงจูงใจทางจิตวิทยา (Psychological Motivation) มีความสำคัญน้อยกว่าแรงจูงใจทางด้าน สรีรวิทยา เพราะจำเป็นในการดำรงชีวิตน้อยกว่า แต่จะช่วยคนเราทางดั่งจิตใจจะทำให้มีสุขภาพจิตดีและสดชื่น แรงจูงใจประเภทนี้ ได้แก่ ความอยากรู้อยากเห็นและการตอบสนองต่อสิ่งแวดล้อม ความต้องการความรัก และความเอาใจใส่ใกล้ชิดจากผู้อื่น

3. แรงจูงใจทางสังคมหรือแรงจูงใจที่เกิดจากการเรียนรู้ (Social Motivation) แรงจูงใจชนิดนี้มีจุดเริ่มต้นส่วนใหญ่มาจากประสบการณ์ทางสังคมในอดีตของบุคคล และจุดมุ่งหมายของแรงจูงใจชนิดนี้มีความสัมพันธ์กับการแสดงปฏิกิริยาของบุคคลอื่น ๆ ที่มีต่อเราแรงจูงใจทางสังคมที่มีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของคนเรา ได้แก่

3.1 แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement Motivation) เป็นความปรารถนาของบุคคลที่จะทำกิจกรรมต่างๆ ให้ดีและประสบความสำเร็จ ซึ่งได้รับการส่งเสริมมาตั้งแต่วัยเด็กจากผลของการวิจัยพบว่าเด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูอย่างอิสระเป็นตัวของตัวเอง ฝึกหัดการช่วยเหลือตัวเองตามวัย จะเจริญเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีความต้องการความสำเร็จในชีวิตสูง การฝึกให้บุคคลมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงจึงต้องเริ่มต้นจากครอบครัว

3.2 แรงจูงใจใฝ่สัมพันธ (Affiliative Motivation) เป็นแรงจูงใจที่ทำให้บุคคลปฏิบัติตนให้เป็นที่ยอมรับของบุคคลอื่น ต้องการความเอาใจใส่ ต้องการความรักจากผู้อื่น

3.3 แรงจูงใจต่อความนับถือตนเอง (Self-Esteem Motivation) เป็นแรงจูงใจที่บุคคลที่ปรารถนาเป็นที่ยอมรับของสังคม มีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักของคนโดยทั่วไป ต้องการได้รับการยกย่องจากสังคมซึ่งจะนำไปสู่ความนับถือตัวเอง

กรมพลศึกษา (2527) ได้แบ่งแรงจูงใจออกเป็น 3 ประเภท คือ

1. แรงจูงใจด้านร่างกาย (Physiological Motives) เป็นแรงจูงใจที่ติดตัวมาตั้งแต่เกิดมีความจำเป็นอย่างยิ่งในการดำรงชีวิต ซึ่งเกิดจากความต้องการทางด้านร่างกาย ได้แก่ ความหิว ความกระหาย ความต้องการทางเพศ การหลีกเลี่ยงการเจ็บป่วย และอื่นๆ

2. แรงจูงใจทั่วไปไม่ใช้การเรียนรู้ (Unlearned General Motives) เป็นแรงจูงใจที่ไม่ได้เกิดขึ้นเพราะการเรียนรู้ และไม่ใช้แรงจูงใจที่เกิดขึ้นเนื่องจากการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายแรงจูงใจประเภทนี้ที่สำคัญได้แก่ ความต้องการในการเคลื่อนไหวและทำกิจกรรมต่าง ๆ ความอยากรู้ อยากรู้อยากเห็น คือความต้องการมี

ประสบการณ์ใหม่ 1 ต้องการรู้จักสิ่งใหม่ ๆ แปลก ๆ ต้องการได้รับการตอบสนองจากประสาสัมผัสต่าง ๆ ต้องการความรักความอบอุ่น และต้องการกระทำสิ่งต่าง ๆ ด้วยตัวเอง เป็นต้น

3. แรงจูงใจทางสังคม (Social Motives) เป็นแรงจูงใจที่เกิดขึ้นจากการเรียนรู้ ไม่ใช่ติดตัวมาแต่กำเนิด ขึ้นเพราะบุคคลได้เกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อม ดังนั้นพฤติกรรมส่วนใหญ่จึงได้รับอิทธิพลมาจากสิ่งแวดล้อมทางสังคม ซึ่งได้แก่ตัวบุคคล วัฒนธรรม ค่านิยม ศาสนา เป็นต้น แรงจูงใจทางสังคมที่สำคัญได้แก่ ต้องการได้รับความสำเร็จ ต้องการเป็นพวกพ้องหรือความผูกพันกับบุคคลอื่น ต้องการให้สังคมยอมรับ ต้องการตำแหน่งและฐานะทางสังคมซึ่งได้แก่ชื่อเสียง เกียรติยศ ความร่ำรวย ต้องการความสนุกสนานจากการพักผ่อนหย่อนใจในหมู่เพื่อนฝูง

พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา (2542) จำแนกแรงจูงใจออกได้เป็น 3 ประเภท คือ

1. แรงจูงใจเพื่อความอยู่รอด (Survival Motives) เป็นแรงจูงใจที่ช่วยให้คนเราสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ แรงจูงใจชนิดนี้มักจะสัมพันธ์กับสิ่งเบื้องต้นที่คนเราต้องการในชีวิต เช่น อาหาร น้ำ อากาศ และการขับถ่าย

2. แรงจูงใจทางสังคม (Social Motives) เป็นแรงจูงใจที่เกิดขึ้นจากการเรียนรู้ในสังคมอาจได้รับอิทธิพลโดยตรงจากสิ่งเร้าที่บุคคล หรือจากวัตถุที่มองเห็นได้ จับต้องได้ หรือมาจากภาวะสังคมที่มองไม่เห็นก็ได้ เช่น การมีอิทธิพลเหนือผู้อื่น การเป็นผู้นำ การสร้างมิตร เป็นต้น

3. แรงจูงใจเกี่ยวกับตนเอง (Self Motives) แรงจูงใจชนิดนี้ค่อนข้างจะซับซ้อน และผลักดันให้คนเราพยายามปรับตัวไปในทางที่ดีขึ้น เช่น แรงจูงใจที่เกี่ยวกับความสำเร็จในหน้าที่การงาน หรือ ความสำเร็จในชีวิต เป็นต้น

แรงจูงใจเกี่ยวกับตนเองและสังคมอาจจำแนกได้ ดังนี้

1. แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement Motive) เป็นแรงจูงใจที่ทำให้บุคคลมีความต้องการที่จะกระทำสิ่งต่างๆ ทั้งในหน้าที่การงาน และเรื่องราวส่วนตัวให้สำเร็จลุล่วง จากผลการวิจัยพบว่าพ่อแม่ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงย่อมมีอิทธิพลที่จะทำให้เด็กเป็นผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงตามด้วยทั้งนี้ เพราะพ่อแม่จะเอาใจใส่เกี่ยวกับการกระทำของเด็ก มาตั้งแต่เล็ก 1 โดยการแสดงความรักใคร่ตั้งมาตรฐานการกระทำในสิ่งต่างๆ ตลอดจนคอยกระตุ้นแนะนำให้กำลังใจแก่เด็กในการทำกิจกรรมอยู่ตลอดเวลาลักษณะของผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ 1. เป็นผู้ที่มีความบากบั่น พยายาม อดทนเพื่อจะทำงานให้บรรลุเป้าหมาย 2. ต้องการงานให้ดีที่สุด โดยเน้นถึงมาตรฐานที่ดีเลิศของความสำเร็จ 3. ชอบความท้าทายของงาน โดยมุ่งทำงานที่สำคัญให้ประสบความสำเร็จ 4. ชอบแสดงออกถึงความรับผิดชอบเกี่ยวกับงาน 5. ชอบแสดงออกถึงความคิดสร้างสรรค์ 6. ทำงานอย่างมีหลักเกณฑ์เป็นขั้นตอน และมีการวางแผน 7. ชอบยกเหตุผลมาประกอบคำพูดอยู่เสมอ 8. อยากให้ผู้อื่นยกย่องว่าทำงานเก่ง

2. แรงจูงใจใฝ่สัมพันธ (Affiliation Motive) เป็นแรงจูงใจที่ทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมเพื่อให้ได้มาซึ่งการยอมรับ เป็นที่รักใคร่ของเพื่อนฝูง และได้รับความนิยมาจากบุคคลในกลุ่มพัฒนาการของแรงจูงใจใฝ่สัมพันธจะเริ่มตั้งแต่วัยเด็ก โดยเฉพาะในครอบครัวที่มีความรัก ความเข้าใจ ความอบอุ่น พ่อแม่ที่ไม่มีลักษณะการก้าวร้าว ขมขู่ หรือครอบครัวที่ไม่มีการแก่งแย่งชิงดีชิงเด่นในพี่น้อง สิ่งเหล่านี้จะช่วยพัฒนาบุคลิกภาพของเด็กเมื่อเติบโตขึ้นมา จะทำให้เป็นคนที่ทำอะไรเพื่อให้ผู้อื่นพอใจเสมอลักษณะของผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมพันธสูง 1. ชอบผูกมิตรใหม่ 2. ชอบคบเพื่อนอย่างสนิทสนม 3. ชอบคบเพื่อนมากๆ 4. ชอบพูดถึงมิตรภาพ ความใกล้ชิดสนิทสนมที่มีต่อกัน 5. ชอบแสดงออกถึงอารมณ์ที่ละเอียดอ่อน เช่น เสียใจ เมื่อมีการพลัดพรากหรือหวนซึ่งเมื่ออยู่ใกล้กัน 6. แสดงออกถึงการให้ความสนใจ และยกย่องผู้อื่น 7. จะเน้นถึงการได้รับความชื่นชมจากบุคคลอื่น 8.ชอบทำตนเป็นเพื่อนที่ซื่อสัตย์

3. แรงจูงใจใฝ่อำนาจ (Power Motive) เป็นแรงจูงใจอย่างหนึ่งที่ทำให้มนุษย์ต้องการที่จะมีอิทธิพลเหนือผู้อื่นสามารถบงการผู้อื่นได้ พยายามกระทำทุกวิถีทาง เพื่อให้ผู้อื่นอยู่ใต้อำนาจตนพัฒนาการของความต้องการที่จะมีอำนาจเหนือผู้อื่นอาจมาจากความรู้สึกที่ต่ำต้อยไม่ทัดเทียมผู้อื่นมีความรู้สึกที่ว่าตนเอง "ขาด" ทั้งในด้านความเป็นอยู่ และฐานะทางสังคมเป็นความรู้สึกที่เรียกว่า "ปมด้อย" ซึ่งความรู้สึกชนิดนี้ ยิ่งมีมากเท่าไร ก็จะยิ่งพยายามสร้าง "ปมเด่น" โดยการแสดงความยิ่งใหญ่ ด้วยการก้าวร้าวออกมาเพื่อลบ "ปมด้อย" นั้น ลักษณะของผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่อำนาจสูง 1. ชอบวางตนเป็นหัวหน้ากลุ่ม หรือแสดงอำนาจเหนือผู้อื่น 2. ชอบบงการ ชื่นว บังคับ ควบคุมให้ผู้อื่นคิดหรือกระทำตาม 3. ชอบวางแผนทางการกระทำของกลุ่ม และโน้มน้าวให้ผู้อื่นกระทำตาม 4. ชอบพูดถึงความสัมพันธ์กับผู้อื่นแต่จะพูดในความหมายที่เหนือผู้อื่น 5. ชอบสัมพันธ์กับคนที่มาอ่อนน้อม ถ่อมตน หรือมาประจบสอพลอ 6. บางครั้งชอบการตัดสินใจกระทำการเสี่ยงภัยอย่างบ้าบิ่น 7. หลีกเลี่ยงการแสดงความรักอ่อนแอออกมาให้ปรากฏ 8.ชอบโต้เถียงกับผู้อื่นที่มีความคิดเห็นขัดแย้งกับตน

4. แรงจูงใจใฝ่ก้าวร้าว (Aggression Motive) เป็นแรงจูงใจชนิดหนึ่งที่มนุษย์แสดงออกโดยวาจาหรือท่าทาง เพื่อขจัดความคับข้องใจ หรือความโกรธที่เกิดขึ้น พฤติกรรมก้าวร้าวนี้ บางครั้งผู้แสดงออกจะพบว่าเมื่อแสดงพฤติกรรมดังกล่าวออกไปแล้ว จะช่วยผ่อนคลายอารมณ์ของตนเองในขณะนั้นลงไป พัฒนาการของความก้าวร้าวจะเริ่มเกิดตั้งแต่ในช่วงวัยเด็ก โดยการเลียนแบบจากพ่อแม่หรือคนใกล้ชิดที่อบรมเลี้ยงดู การที่บุคคลมีความก้าวร้าว หรือมีบุคลิกภาพแบบ "ถือตนเองเป็นใหญ่" (Authoritarian) นั้น เนื่องมาจากการอบรมเลี้ยงดูที่เข้มงวดกดขี่มากเกินไปทำอะไรผิดนิดหน่อยก็จะถูกดุตำหนิติเตียนทำให้เด็กเกิดความรู้สึกโกรธแค้น ขุ่นเคือง แต่เด็กก็ไม่กล้าแสดงอาการตอบโต้โดยตรงแต่จะไปแสดงความก้าวร้าวออกมากับคนรอบข้าง โดยเฉพาะกับบุคคลที่ด้อยกว่า พฤติกรรมก้าวร้าวนี้ เมื่อเกิดขึ้นแล้วก็ยากที่จะหยุดได้ แต่เราสามารถแก้ไขพฤติกรรมก้าวร้าวให้ลดลงได้ โยผู้ใหญจะต้องพยายามควบคุมอารมณ์ของตนเอง ไม่แสดงความก้าวร้าวเอาแต่ใจตนเอง ไม่ใช้คำพูดในเชิงขู่บังคับ แต่พยายามจะสร้างความสัมพันธ์กับเด็ก เพื่อให้เด็กเกิดความรู้สึกอบอุ่น

และไว้นื้อเชื่อใจว่า เราคือผู้ให้ความช่วยเหลือให้คำแนะนำมิใช่ผู้ควบคุม หากกระทำดังนี้ พฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กก็จะลดลง ดังนั้นกล่าวโดยสรุปประเภทของแรงจูงใจแบ่งเป็นลักษณะที่สำคัญ 2 ประการคือ แรงจูงใจที่มาจากภายในร่างกาย เป็นพื้นฐานของบุคคลคนนั้น และแรงจูงใจจากภายนอกหรือแรงจูงใจที่มีพื้นฐานจากสังคม โดยแรงจูงใจทางร่างกายก็มี 2 ด้านคือ แรงจูงใจที่มาจากความต้องการทางด้านสรีรวิทยา และแรงจูงใจที่มาจากจิตใจ เมื่อศึกษาประเภทของแรงจูงใจให้เข้าใจอย่างถูกต้องก็จะสามารถใช้ความรู้นี้ไปสร้างแรงจูงใจให้สอดคล้องกับความต้องการของแต่ละประเภทได้

องค์ประกอบที่มีผลต่อแรงจูงใจ

อารี พันธุ์ณี (2534) กล่าวว่า แรงจูงใจจัดว่ามีผลต่อการเรียนรู้พฤติกรรมต่างๆ ของบุคคลเป็นอันมาก เพราะการที่บุคคลเกิดแรงจูงใจในการที่จะกระทำพฤติกรรมย่อมจะทำให้พฤติกรรมหรือการเรียนรู้ในสิ่งนั้นๆ ย่อมมีประสิทธิภาพและเรียนรู้ได้อย่างรวดเร็วมากกว่าบุคคลที่ไม่เกิดแรงจูงใจ ลักษณะของแรงจูงใจของบุคคลจึงขึ้นอยู่กับองค์ประกอบดังต่อไปนี้

1. ธรรมชาติของแต่ละบุคคล ทุกคนมีธรรมชาติของคนแตกต่างกับคนอื่น หรือ มีลักษณะเป็นเอกลักษณ์ของตนเอง ซึ่งประกอบด้วย

1.1 แรงขับ แรงขับของบุคคลจัดว่า เป็นพื้นฐานเบื้องต้นของการเกิดพฤติกรรมแรงขับเป็นสภาวะที่เกิดจากความไม่สมดุลภายในร่างกายของมนุษย์ เช่น สภาวะความต้องการอาหาร น้ำ สภาวะความตึงเครียด ความรู้สึกเจ็บปวด เป็นต้น แรงขับเกิดขึ้นได้จากลักษณะ 2 ประการ คือ แรงขับภายในร่างกายเช่น ความหิว ความกระหาย ความง่วงนอน เป็นต้น และแรงขับที่เกิดขึ้นภายนอกร่างกาย เช่น การได้รับความเจ็บปวดจากสิ่งเร้าภายนอก สภาวะความกดดันจนทำให้เกิดความตึงเครียด

1.2 ความวิตกกังวลความวิตกกังวลมีผลต่อการเรียนรู้ ความวิตกกังวลจะมีความแตกต่างกันออกไปในแต่ละบุคคล ขึ้นอยู่กับประสบการณ์และการเรียนรู้ของแต่ละหรือการกระทำพฤติกรรมบุคคล เมื่อบุคคลมีอายุที่เพิ่มมากขึ้น มีประสบการณ์เพิ่มมากขึ้น ย่อมจะเกิดความวิตกกังวลเพิ่มมากขึ้นเล็กน้อย จะไม่มีความวิตกกังวลแต่จะมีความกลัว เมื่ออายุเพิ่มมากขึ้นความกลัวจะลดลง กลายเป็นความวิตกกังวลเพิ่มขึ้นมาทันที

2. สถานการณ์ต่างๆ ในสิ่งแวดล้อม ย่อมจะส่งผลทำให้บุคคลเกิดแรงจูงใจแตกต่างกันเป็นต้นว่า ส่งผลให้บุคคลเกิดความสับสนวุ่นวายหรืออื่นๆ และวัฒนธรรมแต่ละสังคมย่อมจะส่งผลให้พัฒนาการของผู้เรียนแตกต่างกันด้วย ลักษณะสถานการณ์ต่างๆ ที่มีผลต่อแรงจูงใจได้แก่

2.1 การแข่งขัน หมายถึง พฤติกรรมของบุคคลที่มีต่อความปรารถนาจะเอาชนะผู้อื่นต้องการทำให้ตนมีสถานภาพเกิดขึ้น ลักษณะการแข่งขันมีลักษณะที่สำคัญ 2 ลักษณะ คือ การแข่งขันกับตัวเองเป็นการแข่งขันที่ทำให้ตนเองดีขึ้นด้วยความเต็มใจ และความต้องการของคนไม่มีใครมาบังคับ การแข่งขันกับบุคคลอื่น

เป็นความต้องการเอาชนะบุคคลอื่น ให้ตนอยู่เหนือกว่าคนอื่น มักจะพยายามทำทุกวิถีทางเพื่อให้ตนชนะผู้อื่นเสมอ

2.2 ความร่วมมือ หมายถึง แรงจูงใจที่มีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับแรงผลักดันทางสังคม พฤติกรรมแบบประนีประนอม ให้ความร่วมมือช่วยเหลือเป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันเพื่อให้งานหรือพฤติกรรมที่มุ่งปรารถนาสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ฉะนั้นความร่วมมือของบุคคลจึงจัดว่าเป็นแรงจูงใจที่สำคัญที่ทำให้บุคคลเกิดพฤติกรรมต่างๆ ขึ้น

2.3 การตั้งจุดมุ่งหมาย หมายถึง การที่บุคคลได้มีการตั้งจุดมุ่งหมายในชีวิตไว้ มีผลทำให้บุคคลมีความพยายามที่จะกระทำการสิ่งต่างๆ เพื่อจะให้บรรลุจุดมุ่งหมายที่ตนตั้งไว้ แต่ในบางครั้งแม้จะมีการตั้งจุดมุ่งหมายไว้ บุคคลก็ไม่สามารถกระทำให้บรรลุจุดมุ่งหมายที่ตนตั้งไว้ได้ ด้วยเหตุนี้ การตั้งจุดมุ่งหมายในชีวิตจึงเป็นแรงจูงใจในการแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ลักษณะของการจัดตั้งจุดมุ่งหมายมี 2 ลักษณะ คือ

2.3.1 การตั้งจุดมุ่งหมายรวม เป็นจุดมุ่งหมายที่มักจะมีจุดมุ่งหมายย่อยๆ มาเกี่ยวข้อง เช่น การตั้งจุดมุ่งหมายของชีวิตว่า จะเป็นนักวาดรูปที่มีชื่อเสียงของโลกแต่ขณะนี้อายุยังน้อยจึงมีเป้าหมายย่อย ๆ หลายจุดมุ่งหมายมารวมกันคือ จะวาดรูปให้ชนะการแข่งขัน จะวาดรูปให้ได้รับคำชมจากครูจะวาดรูปให้เพื่อนๆ ยอมรับ

2.3.2 การตั้งจุดมุ่งหมายระยะไกล เพื่อจุดมุ่งหมายใดจุดมุ่งหมายหนึ่งโดยเฉพาะการตั้งจุดมุ่งหมายระยะไกลจะเกิดขึ้นกับคนที่มีวุฒิภาวะทางด้านสมองพอสมควรจะไม่เกิดในเด็กเล็ก

2.4 การตั้งความทะเยอทะยาน เป็นการตั้งความหวังสูงไว้และมีความพยายามมุ่งมั่นอย่างมากที่จะทำให้สำเร็จ การตั้งความหวังหรือเกิดความทะเยอทะยาน จึงเป็นแรงจูงใจที่ผลักดันให้เกิดพฤติกรรมขึ้น ถ้าบุคคลตั้งความทะเยอทะยานไว้สูงเกินความสามารถของตนเองจะทำให้บุคคลเกิดความล้มเหลวได้ง่าย ทำให้ไม่มีแรงจูงใจในการทำงานนั้น ๆ หรือเกิดการท้อถอย หรือถ้าตั้งความหวังไว้ต่ำกว่าความสามารถก็ไม่มีแรงจูงใจพอที่จะกระทำ เพราะว่าตนประสบความสำเร็จในงานนั้น ๆ ง่ายเกินไป ความยากง่ายของงานจึงส่งผลต่อแรงจูงใจ การตั้งเป้าหมายขึ้นอยู่กับสิ่งต่อไปนี้

2.4.1 ความยาก งานนั้นมีความยากมาก จนกระทั่งบุคคลไม่สามารถมองเห็นหนทางที่จะทำงานสำเร็จได้

2.4.2 ความง่าย งานนั้นมีความง่ายจนเกินไป ทำให้ไม่มีความรู้สึกลอยๆ จะทำงาน

2.4.3 ความมั่นใจ บุคคลขาดความมั่นใจที่จะตั้งเป้าหมายในชีวิต หรือขาดความมั่นใจที่จะตั้งความหวังหรือความทะเยอทะยาน

2.4.4 ความมุ่งหมายต่ำ ผู้เรียนตั้งจุดมุ่งหมายในชีวิตไว้ต่ำเกินความเป็นจริงหรือต่ำกว่าความสามารถของบุคคล

2.4.5 คำแนะนำ บุคคลมักจะขาดคำชี้แนะอย่างถูกต้องเกี่ยวกับการตั้งความหวังหรือการตั้งเป้าหมายในชีวิต

3. ความเข้มแข็งของแรงจูงใจลักษณะของความเข้มแข็งของแรงจูงใจ ในแต่ละบุคคลย่อมจะมีแตกต่างกัน และขึ้นอยู่กับลักษณะดังต่อไปนี้

ก. การเสริมแรง หมายถึง การส่งเสริมบุคคลอื่นให้แสดงพฤติกรรมการเรียนรู้แล้วให้มีความคงทนถาวร หรือเกิดซ้ำๆ การเสริมแรงมี 2 ลักษณะ คือ

1. การเสริมแรงทางบวก หมายถึง การที่อินทรีย์ได้รับสิ่งเร้า แล้วเกิดพอใจ เช่น การให้รางวัลการยกย่อง ชมเชย การสร้างแรงบวกนั้นอาจจะมีผลดีและผลเสีย ฉะนั้น ในเรื่องของรางวัลจึงมีข้อควรระวัง ดังนี้

1.1 การให้รางวัลจะมีผลทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมต่างๆ เพื่อต้องการรางวัล หรือยึดติดกับรางวัล

1.2 ถ้าปราศจากรางวัลแล้วจะมีผลทำให้ประสิทธิภาพในการเรียนลดลงอย่างรวดเร็ว

2. การเสริมแรงทางลบ หมายถึง การที่อินทรีย์ถูกนำสิ่งที่ไม่พอใจออกไปแล้วให้อินทรีย์พอใจ เช่น การลงโทษ ซึ่งจะก่อให้เกิดความรู้สึกเจ็บปวด ความอับอาย ความรู้สึกไม่พอใจข้อสังเกตในการใช้การเสริมแรงทางลบ คือ

2.1 การลงโทษจะเป็นการป้องกันมิให้พฤติกรรมนั้นเกิดขึ้นอีกต่อไป

2.2 การลงโทษจะมีผลทำให้พฤติกรรมอื่นเข้ามาแทนที่

ข. ความสนใจ หมายถึง ความรู้สึกที่มีต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใด การที่บุคคลจะกระทำพฤติกรรมใดๆ ได้ดีเพียงใดนั้น ขึ้นอยู่กับความสนใจกับบุคคลนั้นประการหนึ่งถ้าบุคคลนั้นไม่มีความสนใจย่อมจะทำให้พฤติกรรมต่างๆ ได้ค่อนข้างยาก สาเหตุที่ทำให้บุคคลเกิดความสนใจ ได้แก่

1. ความถนัดหรือพรสวรรค์เป็นความสามารถที่อยู่ในตัวของบุคคลตั้งแต่กำเนิดความสนใจลักษณะนี้ถ้าได้รับการสนับสนุนหรือได้รับความช่วยเหลืออย่างถูกต้องจะทำให้บุคคลสามารถทำงานหรือมีพฤติกรรมที่ดีมีประสิทธิภาพมากที่สุด

2. ความสำเร็จ เป็นความสนใจที่เกิดขึ้นเมื่อได้รับความสำเร็จในสิ่งใดสิ่งหนึ่งทำให้บุคคลได้หันมาให้ความสนใจในสิ่งที่ตนได้รับความสำเร็จ

1.4 แรงจูงใจกับการกีฬาและการออกกำลังกาย

คำถามหลักในการศึกษาถึงแรงจูงใจกับการเล่นกีฬา คือ 1. ทำไม หรือ แรงจูงใจ อะไรที่ทำให้คนเริ่มเล่นกีฬาหรือการออกกำลังกาย 2. ทำไม หรือ แรงจูงใจ อะไรที่ทำให้คนยังคงเล่นกีฬาอยู่หรือการออกกำลังกาย 3. ทำไม หรือ แรงจูงใจ อะไรที่ทำให้คนหยุดหรือเลิกเล่นกีฬาหรือออกกำลังกาย จากการศึกษาโดยกว้าง ๆ เพื่อให้ทราบคำตอบหรือสาเหตุของคำถาม ดังนี้

1. แรงจูงใจที่ทำให้คนเริ่มเล่นกีฬาและ/หรือการออกกำลังกาย (Motives to initiate participating sport and/or exercise) คือ

1.1 เหตุผลเกี่ยวข้องกับรูปร่างและความสวยงาม (Physical appearance) และสมรรถภาพทางกาย ต้องการมีร่างกายเป็นกล้ามเนื้อ ได้สัดส่วนเป็นที่สนใจจากเพศตรงข้าม และต้องการมีสมรรถภาพทางกายดี ร่างกายแข็งแรง

1.2 เหตุผลทางการแพทย์ (Medical reasons) แพทย์สั่งให้ออกกำลังกายและความเจ็บป่วยเรื้อรัง

1.2.1 มีอาการที่จะนำไปสู่โรคต่าง ๆ เช่น ปริมาณโคเลสเตอรอลสูง ความดันเลือดสูง เครียด

1.2.2 มีอาการบาดเจ็บเรื้อรัง เช่น เจ็บหลัง ปวดหัวไหล่เรื้อรัง

1.2.3 เพื่อการฟื้นฟูสมรรถภาพหลังการบาดเจ็บ หรือเจ็บป่วย หรือหลังจากที่อวัยวะหยุดเคลื่อนไหวนานๆ

1.2.4 เพื่อคลายเครียดและลดความวิตกกังวลจากการทำงานประจำ

1.3 เป็นเหตุผลทางสังคม (Affiliation)

1.3.1 ต้องการพบเพื่อนใหม่ รู้จักคนใหม่ โดยใช้กิจกรรมกีฬาเป็นสื่อในการเข้าสังคม

1.3.2 ต้องการใช้เวลาร่วมกับเพื่อน และคนใกล้ชิดโดยใช้กิจกรรมการออกกำลังกายเป็นสื่อ

1.3.3 ต้องการให้ตนเองเป็นที่ยอมรับหรือเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มกีฬาได้ถูกนำมาเป็นสื่อประสานระหว่างสมาชิกกลุ่ม เช่น การเล่นเกมระหว่างผู้บริหาร

1.3.4 เพื่อยกระดับสถานะทางสังคม (Social status) เพื่อสร้างชื่อเสียงทางการกีฬาเช่น การเป็นทีมชาติ เพื่อให้ได้เงินและการยอมรับจากสังคมรอบข้าง

1.3.5 ได้รับการสนับสนุนส่งเสริมจากคนใกล้ชิด พ่อแม่ พี่น้อง คู่ครอง

1.4 การมีทัศนคติที่ดีต่อกีฬา (Attitude toward Sports)

1.4.1 การเนประโยชน์ ความสำคัญและความจำเป็นของการเล่นกีฬาหรือ

1.4.2 มีการศึกษาและการมีประสบการณ์เดิมที่ดีต่อการออกกำลังกาย

1.4.3 ชอบและสนุกกับการออกกำลังกายกิจกรรมนั้นท้าทายความสามารถ

2. แรงจูงใจที่ทำให้คนยังคงเล่นกีฬาและ/หรือการออกกำลังกาย (Motives to continue participating sport and/or exercise) คือ

2.1 เหตุผลทางจิตวิทยา (Psychological Reasons)

2.1.1 มีแรงจูงใจในตนเอง (Self-motivation) ลักษณะของบุคลิกภาพแบบ A (Type A) ที่ชอบสังคม ชอบการมีเพื่อน ชอบความท้าทาย การเสี่ยง ชอบการแข่งขัน มักร่วมกิจกรรมการออกกำลังกาย

2.1.2 ทำให้เกิดความรู้สึกที่ดี (It feels good) มีความสนุกสนาน ทำลายความสามารถ คลายเครียด ลดความวิตกกังวล มีการรับรู้ตัวว่าตนมีความสามารถ (self efficacy) ประสบผลสำเร็จ (Perceive competence) เป็นที่ยอมรับจากคนทั่วไป ทำให้มีความเชื่อมั่น มีความภาคภูมิใจในตัวเอง (Self-esteem) จากการเล่นกีฬาออกกำลังกาย

2.2 เหตุผลทางสรีรวิทยา (Physiological Body Composition Reasons)

2.2.1 เกิดการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย เช่น ร่างกายได้สัดส่วน กล้ามเนื้อแข็งแรงร่างกาย กระฉับกระเฉง ทำงานได้นานขึ้นเหนื่อยน้อยลงและหายเหนื่อยเร็วขึ้น อารมณ์แจ่มใส สุขภาพจิตดี

2.2.2 สถานภาพสุขภาพดีขึ้น (Health Status) เช่น มีการเจ็บป่วยน้อยลงปริมาณไขมันในเส้นเลือดและความดันเลือดลดลง ลดความเครียด

2.2.3 พัฒนาสมรรถภาพแบบแอโรบิก (Aerobic fitness) ระบบหายใจ และไหลเวียนโลหิตดีขึ้น

2.3 เหตุผลทางสิ่งแวดล้อมและสังคม (Situational Reasons)

2.3.1 สถานะทางสังคมและเศรษฐกิจ อยู่ในสภาวะครอบครัวที่มีเศรษฐกิจที่ดีพอควรจึงมีโอกาที่จะเข้าร่วมกิจกรรมมากกว่าคนที่ฐานะทางการเงินต่ำ

2.3.2 อาชีพและการทำงาน เอื้อให้เล่นกีฬา หรือการออกกำลังกาย

2.3.3 มีเวลาและมีความสะดวกสบายในการเล่นกีฬาหรือออกกำลังกาย

2.3.4 การได้พบเพื่อนใหม่ สังคมใหม่ที่ต่างไปจากชีวิตประจำวัน

2.3.5 เป็นกิจกรรมใหม่ ได้เรียนรู้สิ่งใหม่ต่างไปจากที่เคยจำเจ

2.3.6 อยู่ในครอบครัวที่รักการเล่นกีฬาหรือเป็นสังคมที่สนับสนุนให้เล่นกีฬา

3. แรงจูงใจที่ทำให้คนเลิกเล่นกีฬาและ/หรือออกกำลังกาย (Motive to discontinue participating sport and/or exercise) คือ

3.1 มีปัญหาส่วนตัว (Personal Factors)

3.1 1 พฤติกรรมสุขภาพส่วนตัวไม่เหมาะสม ทำให้หยุด หรือเลิกเล่นกีฬา เช่น คนที่สูบบุหรี่ หรืออ้วน หรือมีโรคที่เกิดอันตรายได้เมื่อออกกำลังกาย เช่น โรคไขข้ออักเสบ โรคตับ ทำให้ออกกำลังกายได้อย่างมีข้อจำกัด

3.1.2 ศาสนาและวัฒนธรรมความเชื่อและวัฒนธรรมบางท้องถิ่นไม่เอื้อให้ออกกำลังกาย รวมทั้งอายุ เพศ ล้วนมีผลต่อการออกกำลังกายและเล่นกีฬา หลายคนมีความเชื่อที่ผิดว่าการออกกำลังกาย หรือการเล่นกีฬาเป็นกิจกรรมของคนหนุ่มสาว หรือของเพศชายเท่านั้น

3.1.3 มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการออกกำลังกาย เพราะมีประสบการณ์เดิมไม่ดีไม่ประสบผลสำเร็จตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้หรือได้รับบาดเจ็บจากการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา

3.2 เหตุผลจากสถานการณ์และสิ่งแวดล้อมโดยรอบ (Environmental Factors)

3.2.1 เวลาและการจัดการไม่ดีทำให้ไม่มีเวลาหรือไม่จัดสรรเวลาให้กับการออกกำลังกาย

3.2.2 ไม่ได้รับการสนับสนุนจากบุคคลใกล้ชิด เช่น โค้ช ครู พ่อแม่ พี่น้องและเพื่อน

3.2.3 บรรยากาศในชั้นเรียน ลักษณะการจัดกิจกรรมนั้น ๆ ไม่สนุก ไม่เป็นไปตามจุดมุ่งหมายที่ต้องการ

3.2.4 ราคาค่าบริการในการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา มีราคาแพง

3.3 เหตุผลเกี่ยวกับการจัดกิจกรรม (Activity variables)

3.3.1 ความเข้มข้นของกิจกรรม หรือความหนักหน่วงในการฝึกซ้อมไม่เป็นที่พอใจ เช่น เบาเกินไปหรือหนักเกินไป หรือไม่สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้หรือทำให้เสียการเรียน การทำงาน หรือ สังคมส่วนอื่นๆ

3.3.2 ได้รับบาดเจ็บจากกิจกรรมนั้นๆ

3.3.3 กิจกรรมน่าเบื่อ ไม่หลากหลาย ไม่มีตัวให้เลือกตามที่ต้องการ

3.3.4 สนใจกิจกรรมอื่น จึงเลิกเล่นกีฬาหรือออกกำลังกายนั้นๆโดยเฉพาะเด็กหรือเยาวชนที่มักเปลี่ยนความสนใจตลอดเวลา

3.3.5 ไม่ประสบผลสำเร็จตามที่ตั้งใจไว้ในการเข้าร่วมกิจกรรม

แรงจูงใจนับว่ามีบทบาทสำคัญมากต่อการเล่นการเตรียมทีมและการฝึกซ้อมกีฬานักจิตวิทยาการกีฬาให้ทักษะต่อแรงจูงใจแตกต่างกัน สรุปแล้วพอจะกล่าวได้ว่า แรงจูงใจเป็นกระบวนการที่มีอยู่ในตัวนักกีฬาเองแต่ละคนซึ่งพร้อมที่จะได้รับการกระตุ้นจากภายนอกให้มีความกระตือรือร้น เพื่อให้อยากกระทำสิ่งนั้นๆ มากขึ้น หมายความว่านักกีฬาทุกคนต่างก็มีแรงจูงใจภายในตัวเองอยู่แล้ว หน้าที่ของผู้ฝึกสอนกีฬามีเพียงแต่ค้นหาวิธีที่จะกระตุ้นจากภายนอกเพื่อให้เกิดกำลังใจอีกเท่านั้น การสร้างแรงจูงใจนี้มีความเกี่ยวพันกับความต้องการมากที่สุด ความต้องการดังกล่าวนี้เป็นความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์ทุกคน ดังนั้นในการฝึกซ้อมกีฬาแต่

ละครั้ง หากว่าผู้ฝึกสอนได้สังเกตเห็นความสำคัญเหล่านี้ แล้วนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์จะเป็นพื้นฐานในการฝึกซ้อมกีฬาที่ดี และยังสามารถที่จะสร้างแรงจูงใจในระดับสูงขึ้นไปได้อีกด้วยในการคัดเลือกตัวนักกีฬาเพื่อให้ได้ตัวนักกีฬาตามลักษณะและคุณสมบัติของการเป็นตัวนักกีฬาที่แท้จริงนั้น เทเวศร์ พิริยะพณท์ (2529) ได้กล่าวไว้ว่า ต้องคำนึงถึงเพราะนักกีฬาที่มีความปรารถนาที่จะเล่นกีฬาให้ได้ดีนั้นจะมีแรงจูงใจสูง ซึ่งจะมีผลทำให้นักกีฬาคนนั้น ทำการฝึกซ้อมอย่างตั้งใจ มีวินัยในตนเอง ขยันขันแข็งในการฝึกซ้อมพิชิต เมื่อนานาโพธิ์ (2534) ได้กล่าวถึงลักษณะนิสัยของนักกีฬาที่ประสบความสำเร็จไว้นักกีฬาต้องมีความกังวลใจน้อย สมาธิดีเชื่อมั่นในตนเอง มองผลงานของตนเองเป็นเรื่องใหญ่ที่สุด มีแรงจูงใจมาก ดังนั้น พลังของแรงจูงใจจึงเป็นสิ่งที่ผู้ฝึกสอนควรคำนึงถึงเป็นอย่างมาก และเป็นหน้าที่ของผู้ฝึกสอนที่จะต้องหาวิธีกระตุ้นหรือสร้างแรงจูงใจให้เกิดขึ้นกับนักกีฬาของตน

วรศักดิ์ เพียรชอบ (2534) ได้สรุปแนวคิดเกี่ยวกับการเตรียมตัวด้านจิตวิทยาก่อนการแข่งขันโดยนำเสนอปัจจัยในการเตรียมตัวนักกีฬาด้านจิตวิทยาเพื่อเข้าทำการแข่งขันให้ได้ประสบความสำเร็จไว้ดังนี้

1. ควรให้แรงเสริมและผลย้อนกลับที่เหมาะสมแก่นักกีฬาในความสามารถทำได้ซึ่งการใช้แรงเสริมที่สามารถทำได้โดยง่ายคือ คำชมเชยและกล่าวคำที่เป็นลักษณะสร้างสรรค์ของผู้ฝึก เป็นต้น ส่วนผลย้อนกลับทำได้ โดยที่ผู้ฝึกบอกผลที่นักกีฬาสามารถทำได้

2. ควรใช้แรงจูงใจโดยการที่ครูผู้ฝึกสอนจะต้องรู้จักการสร้างสภาพการฝึกซ้อมเป็นที่น่าสนใจ มีความสนใจ มีความสนุกสนาน มีความท้าทาย และสภาพการฝึกซ้อมก็ต้องคล้ายคลึงกับการแข่งขันจริงเพื่อให้นักกีฬาสามารถยืนหยัดฝึกซ้อมให้ได้มากที่สุด และดีที่สุด

3. ควรจะลดความตื่นเต้น และความอึดใจในการแข่งขันให้เหมาะสมและถูกต้อง เช่น การนั่งสมาธิ และการสะกดจิต

4. การจัดสภาพการฝึกซ้อมให้คล้ายคลึงกับสภาพการแข่งขันจริงให้มากที่สุด

5. ผู้ฝึกสอนต้องมีความเข้าใจความแตกต่างของนักกีฬาแต่ละคนเป็นสำคัญ

6. ผู้ฝึกซ้อมควรหาทางช่วยเหลือให้นักกีฬาให้มีความเชื่อมั่นในตนเอง และมีมโนทัศน์ที่ถูกต้องโดยการจัดสภาพการณ์ให้นักกีฬามีประสบการณ์ในความสำเร็จหรือประสบการณ์ที่ดีในการฝึกซ้อม และการให้แรงเสริม

7. การใช้ความเชื่อมั่นบางอย่างให้เป็นประโยชน์ต่อการฝึกซ้อมเช่น ความเชื่อว่าได้สูดออกซิเจนก่อนการฝึกซ้อม จะทำให้มีความรู้สึกร่าเริงมีกำลังวังชาขึ้น

8. ควรเปลี่ยนบรรยากาศและสิ่งแวดล้อมทำให้เป็นประโยชน์ต่อการฝึกซ้อม ผู้ฝึกสอนควรมีรูปแบบการเป็นผู้นำที่เป็นประโยชน์ต่อการฝึกซ้อมเช่น ผู้นำแบบประชาธิปไตย และผู้นำแบบอัตตาธิปไตย

10. โปรแกรมการฝึกซ้อมและวิธีการฝึกซ้อมควรจะเป็นสิ่งที่มีความหมายต่อนักกีฬาโดยที่โปรแกรมการฝึกซ้อมและวิธีการฝึกซ้อมที่นักกีฬาเห็นว่าสามารถที่จะเป็นไปได้และปฏิบัติได้

11. การใช้แรงจูงใจที่เกิดจากการเห็นคุณค่าของการเล่นกีฬาเป็นสิ่งที่ดีและเป็นที่ยอมรับปรารถนา เช่น ความรู้สึกภาคภูมิใจในการเล่นกีฬาและเป็นนักกีฬา หรือการเห็นคุณค่าและประโยชน์ของกีฬา

12. ผู้ฝึกสอนควรจะมี ความเข้าใจในความสัมพันธ์กันระหว่างผู้ฝึกสอนและผู้ดู และความสามารถที่นักกีฬาสามารถทำได้ โดยการมีผู้ที่ฝึกซ้อมจะทำให้ให้นักกีฬาได้ใช้ความพยายามมากกว่าการฝึกซ้อมคนเดียว

13. การสร้างความกังวลใจ และการลดความตึงเครียดในตัวของนักกีฬา

14. สุขภาพจิตของนักกีฬา โดยเฉพาะอย่างยิ่งการปฐมพยาบาลทางจิตและอารมณ์ของนักกีฬาหลังการแข่งขัน

การสร้างแรงจูงใจในการออกกำลังกายและเล่นกีฬา

แนวทางในการสร้างแรงจูงใจในสถานการณ์การกีฬา ผู้ฝึกสอนกีฬา หรือผู้ที่ให้คำแนะนำในการออกกำลังกาย จำเป็นต้องสร้างแรงจูงใจให้กับนักกีฬาหรือผู้ออกกำลังกาย เพื่อให้เกิดพฤติกรรมที่พึงประสงค์ ซึ่งการสร้างแรงจูงใจในสถานการณ์การกีฬา มีแนวทางดังนี้

1. บุคคลจะมีลักษณะแรงจูงใจประจำตัวในแต่ละสถานการณ์แตกต่างกัน ผู้ฝึกสอน ควรจะศึกษาเกี่ยวกับบุคลิกภาพของนักกีฬาแต่ละคนว่ามีการตอบสนองและมีปฏิสัมพันธ์ ในแต่ละสถานการณ์อย่างไร เพื่อเป็นที่จะส่งเสริมแรงจูงใจต่อไป

2. ผู้ฝึกสอนต้องเข้าใจถึงแรงจูงใจของผู้เข้าร่วมกิจกรรมกีฬาและออกกำลังกายแต่ละคนว่าบุคคลมีแรงจูงใจหลายประการใน การเข้าร่วมกิจกรรม เช่น ต้องทราบว่าทำไมบุคคลเข้าร่วมกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกาย ต้องเข้าใจว่าบุคคลเข้าร่วมกิจกรรมหนึ่งอย่างอาจจะมีสาเหตุมากกว่าสาเหตุเดียว และแรงจูงใจของแต่ละบุคคลนั้นสามารถเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลา ผู้ฝึกสอนควรจะตรวจสอบอย่างต่อเนื่อง

3.ตามแนวคิดของนักจิตวิทยาสังคมกล่าวว่าสภาพแวดล้อมและพฤติกรรมของบุคคลจะมีปฏิสัมพันธ์กัน การเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อมก็สามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลการสร้างแรงจูงใจ ผู้ฝึกสอนสามารถสร้างสิ่งแวดล้อมทางการกีฬาและออกกำลังกายที่เหมาะสมเพื่อส่งเสริมแรงจูงใจให้กับนักกีฬาได้

4. ผู้ฝึกสอนหรือผู้นำมีความสำคัญในการสร้างสิ่งแวดล้อมของแรงจูงใจ ทั้งทางตรงและทางอ้อม

5. ใช้เทคนิคการปรับพฤติกรรมเพื่อเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ และทำให้เพิ่มแรงจูงใจที่อ่อนแอให้มีพลังมากขึ้น

การส่งเสริมแรงจูงใจภายใน

คิลปชัย สุวรรณธาดา (2548) กล่าวว่า ในสถานการณ์การกีฬา เป้าหมายหลักในการฝึกสอนกีฬา หรือการเป็นผู้นำการออกกำลังกาย คือการสร้างแรงจูงใจภายใน ของบุคคล เพื่อส่งเสริมการเข้าร่วมกิจกรรม

กีฬาเป็นประจําสม่ำเสมอ การให้แรงจูงใจภายนอก เช่นการให้รางวัลที่เป็นสิ่งของ สามารถที่จะลดแรงจูงใจภายในได้ เช่น ถ้านักเรียนคนหนึ่งเข้าร่วมกิจกรรมการออกกำลังกายเพื่อความสุขสนาน และต้องการรู้สึกว่าการตนเองมีความสามารถเท่านั้น แต่ผู้ฝึกสอนให้รางวัลซึ่งเป็นแรงจูงใจภายนอกกับเด็กนักเรียนอย่างสม่ำเสมอหรือมากเกินไป ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงการรับรู้ว่าการเข้าร่วมกิจกรรมครั้งนี้มาจากภายนอกตัวบุคคลคือ รางวัล เมื่อผู้ฝึกสอนหยุดให้รางวัล พฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายของเขาจะลดน้อยลง จน ในที่สุดก็หยุดการเข้าร่วมกิจกรรมไปเลย ดังนั้นผู้ฝึกสอนจึงจำเป็นต้องกำหนดกลยุทธ์ในการฝึกสอนเพื่อเพิ่มความพึงพอใจ ความสุขสนาน การพัฒนาทักษะ ความสมบูรณ์ทางกาย และความประสบความสำเร็จ ดังนี้

1. ผู้ฝึกสอนต้องแน่ใจว่า นักกีฬามีแรงจูงใจภายในที่ทำให้เข้าร่วมกิจกรรมกีฬานั้น และต้องการที่จะเพิ่มแรงจูงใจภายในตัวนักกีฬา ดังนั้น ผู้ฝึกสอนควรสร้างสิ่งแวดล้อมที่ทำให้นักกีฬาประสบความสำเร็จ ซึ่งจะทำให้นักกีฬารู้สึกถึงความสามารถของตนเองมากขึ้น ตัวอย่างเช่น ในกีฬาอเมริกันฟุตบอล ความสูงของตาข่ายมาตรฐานอาจจะยากเกินไป ไปสำเร็จผู้ที่ฝึกหัดเล่นใหม่ ๆ การลดความสูงของตาข่ายลง จะทำให้นักกีฬาฝึกหัดประสบความสำเร็จมากขึ้นและเกิดความสุขสนานในการเล่นมากยิ่งขึ้น

2. การให้นักกีฬามีส่วนร่วมรับผิดชอบเกี่ยวกับกฎระเบียบและการตัดสินใจของกลุ่มสามารถส่งเสริมแรงจูงใจภายในตัวนักกีฬาได้ นักกีฬาสามารถให้ข้อเสนอเกี่ยวกับกฎระเบียบ การฝึกซ้อม การจัดการภายในทีม สิ่งเหล่านี้จะช่วยให้นักกีฬาเพิ่มการรับรู้ถึงความสำเร็จแห่งตนตัวอย่างเช่น นักกีฬาแต่ละคนมีส่วนรับผิดชอบในช่วงหนึ่งของการฝึกซ้อม การนำอบอุ่นร่างกายการนำฝึก หรือกระตุ้นให้นักกีฬาคิดพัฒนาแบบฝึก นักกีฬาที่มีความสามารถสูงอาจส่งเสริมให้มีส่วนร่วมในการพัฒนาแบบฝึกและแผนการเล่นของทีมได้

3. ตัวเสริมแรงทางสังคมที่เป็นลักษณะคำพูด และการแสดงออกเป็นท่าทาง ตัวอย่างเช่นการชมเชย การยกย่อง การยิ้ม การแตะตัว สามารถเพิ่มแรงจูงใจภายในได้ ควรให้ตัวเสริมแรงทางสังคมเป็นประจำเพื่อเพิ่มการรับรู้การมีส่วนร่วมของนักกีฬาแต่ละคนในทีม ทำให้นักกีฬารู้สึกถึงคุณค่าของตนเอง สิ่งเหล่านี้อาจเป็นสิ่งสำคัญสำหรับนักกีฬาตัวสำรองหรือนักกีฬาที่มีความสำคัญน้อย

4. การเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อมสามารถเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลได้ (สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต, 2549: 49) การเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อมสามารถสร้างแรงจูงใจให้กับบุคคลได้ ในสถานการณ์การกีฬาสามารถส่งเสริมแรงจูงใจภายในด้วยการเปลี่ยนแปลงเนื้อหาและแบบฝึกซ้อม เพราะ นักกีฬาแต่ละคนมีความต้องการภายในที่จะเข้าร่วมกิจกรรมกีฬาแตกต่างกันแบบฝึกก็ควรจะมีหลากหลายแตกต่างกัน และเปลี่ยนแปลงลำดับการฝึกเพื่อลดความเบื่อหน่ายและเพิ่มความสนใจให้นักกีฬาได้ โดยเฉพาะในนักกีฬาเยาวชน เพื่อให้นักกีฬามีโอกาสได้เล่นในตำแหน่งที่แตกต่างกันไปในแต่ละครั้ง นอกจากจะทำให้การฝึกซ้อมมีความ

สนุกสนานมากขึ้นแล้วแต่จะทำให้นักกีฬาแต่ละคนมีความชำนาญในการเล่น ในแต่ละตำแหน่ง ตระหนักและเข้าใจถึงความต้องการและความจำเป็นในการเนตำแหน่งต่าง ๆ ภายในทีม

5. ผู้ฝึกสอนควร จัดกิจกรรม แบบฝึก และจำลองการแข่งขันให้ท้าทายความสามารถของนักกีฬาให้เหมาะสมกับนักกีฬาแต่ละคน ถ้านักกีฬามีความสามารถสูงกว่าความต้องการในกิจกรรมเหล่านั้น จะทำให้นักกีฬาเกิดความเบื่อหน่าย ไม่มีความรู้สึกรู้สึทำได้ ตรงกันข้าม นักกีฬาที่มีความสามารถต่ำกว่าความต้องการในกิจกรรมนั้น จะทำให้เกิดความวิตกกังวล ในการแข่งขันกีฬาถ้าผู้ฝึกสอนสามารถสร้างสถานการณ์ให้ท้าทายได้ และให้นักกีฬาได้มีโอกาสแก้ปัญหาและสร้างสรรค์ จะทำให้นักกีฬามีประสบการณ์ที่มีคุณค่าและมีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมกีฬาในระยะยาวต่อไป

การสร้างแรงจูงใจให้กับนักกีฬาหรือผู้เข้าร่วมกิจกรรมกีฬาและการออกกำลังกายนั้น เป็นสิ่งที่ผู้ฝึกสอนจะต้องให้ความสำคัญ การสร้างแรงจูงใจเป็นการ สร้างความพึงพอใจให้กับนักกีฬา ช่วยส่งเสริมให้นักกีฬาประสบความสำเร็จ แรงจูงใจอาจเกิดขึ้นจากตัวผู้ฝึกสอนหรือตัวนักกีฬาเอง ผู้ฝึกสอนต้องหาวิธีการต่างๆมาใช้จูงใจนักกีฬา เช่น การยกย่องชมเชย การตอบสนองต่อความต้องการพื้นฐานของนักกีฬาอย่างพอเหมาะ

1.5 ทฤษฎีแรงจูงใจทางการกีฬา

ทฤษฎีรวมถึงโมเดลแรงจูงใจต่างๆ เป็นการอธิบายความต้องการของมนุษย์ว่ามีโครงสร้างอย่างไร เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแรงจูงใจ สิ่งสำคัญในการพิจารณาลักษณะแรงจูงใจของนักกีฬา คือ ระดับความมากน้อยของการปฏิบัติ (Intensity) ทิศทางที่จะไปสู่เป้าหมาย (Direction) และความต่อเนื่องสม่ำเสมอ (Persistence) พฤติกรรมที่แสดงออกของนักกีฬามีผลกระทบโดยตรงต่อความสำเร็จหรือความล้มเหลวของนักกีฬาได้ ทฤษฎีแรงจูงใจเกี่ยวกับการกีฬามีอยู่หลากหลายทฤษฎี เช่น ทฤษฎีแรงจูงใจภายในและการประเมินความรู้ ทฤษฎีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ทฤษฎีการอ้างสาเหตุและทฤษฎีการกำหนดเป้าหมาย โดยสรุป มาพอสังเขปดังต่อไปนี้

ทฤษฎีแรงจูงใจภายในและการประเมินความรู้ (Intrinsic motivation and cognitive evaluation theory) เป็นการอธิบายลักษณะแรงจูงใจว่าสามารถเกิดขึ้นเองได้ โดยไม่มีรางวัลหรือสาเหตุภายนอกมาเกี่ยวข้อง เป็นการเล่นกีฬาเพื่อความสนุกสนาน ซึ่งแรงจูงใจภายในเกิดได้อย่างไร เพิ่มได้อย่างไรไม่สามารถอธิบายได้ จึงต้องมีทฤษฎีแรงจูงใจแบบประเมินความรู้ขึ้น แรงจูงใจแบบประเมินความรู้ถือเป็นแรงจูงใจประเภทหนึ่งที่เกิดจากภายในตัวบุคคลที่มีองค์ประกอบสำคัญ คือ การรับรู้การควบคุม นักกีฬาต้องรับรู้ได้ว่าอะไรเป็นสาเหตุจูงใจให้เล่นกีฬาเพื่อควบคุมสาเหตุนั้นให้คงอยู่ตลอด และกระบวนการประเมินข้อมูลเป็นองค์ประกอบสำคัญในการรับรู้ความสามารถ และการตัดสินใจด้วยตนเอง

โดยสรุป แรงจูงใจภายใน เป็นแรงจูงใจที่เกิดขึ้นโดยไม่มีรางวัลหรือสิ่งล่อใจภายนอกมาเป็นตัวกระตุ้นให้เกิดการแสดงพฤติกรรม แต่มักเกิดจากแรงขับภายในที่ต้องการตอบสนองต่อความต้องการพื้นฐาน ส่วนการประเมินความรู้เป็นแรงจูงใจที่เกิดจากการรับรู้ตนเองว่ามีความสามารถ และสามารถตัดสินใจด้วยตนเองได้

ทฤษฎีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement motivation theory) เป็นการอธิบายแรงขับหรือสิ่งเร้าที่ทำให้บุคคลมีความพยายามมุ่งมั่นที่จะไปถึงเป้าหมายในการฝึกซ้อมหรือแข่งขันกีฬา หากนักกีฬารับรู้ว่าคุณมีความสามารถจะทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเอง และมีความต้องการที่จะฝึกซ้อมในสิ่งที่ยากขึ้นโดยมีแรงจูงใจที่จะกระทำให้มากขึ้นด้วย แต่ในทางตรงกันข้ามหากนักกีฬารับรู้ว่าคุณไม่ประสบความสำเร็จและรู้สึกว่าคุณมีคุณค่าในตนเองลดลง จะทำให้แรงจูงใจในการฝึกซ้อมและแข่งขันลดลง ซึ่งอาจมีผลสืบเนื่องต่อไปถึงการเลิกเล่นกีฬาได้ ดังนั้นหากผู้ฝึกสอนทราบกลไกการเกิดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์จะสามารถหาวิธีการช่วยเหลือและป้องกันไม่ให้นักกีฬาเกิดความรู้สึกว่าคุณไม่ประสบความสำเร็จในการแข่งขันได้ ขณะเดียวกันควรเน้นให้นักกีฬารับรู้ว่าคุณมีความสามารถหรือมีทักษะในการเล่นกีฬาได้ดีเพียงใดมากกว่ามุ่งผลการแข่งขันแพ้หรือชนะเพียงอย่างเดียว

ทฤษฎีการอ้างสาเหตุ (Attribution theory) เป็นการอธิบายการอ้างสาเหตุของนักกีฬา โดยเน้นที่การหาเหตุผลเข้าข้างตนเอง เพื่อรักษาความภาคภูมิใจในตนเอง ซึ่งเป็นแรงจูงใจที่สำคัญในการเล่นกีฬาโดยอธิบายเหตุปัจจัยที่นักกีฬามักนำมาใช้อธิบาย คือ ปัจจัยส่วนบุคคล และปัจจัยจากสิ่งแวดล้อม ผู้ฝึกสอนเป็นบุคคลสำคัญที่สามารถช่วยปรับการอ้างสาเหตุต่างๆ ของนักกีฬาได้โดยเมื่อนักกีฬาประสบผลสำเร็จให้อ้างสาเหตุจาก ปัจจัยส่วนบุคคล คือ ความสามารถ (Ability) และความพยายาม (Effort) เป็นหลักเพื่อสร้างความเชื่อมั่นในตนเองว่าสามารถทำได้ หากประสบความล้มเหลวจะอ้างสาเหตุเดิมไม่ได้ เพราะเป็นการทำลายความเชื่อมั่นและแรงจูงใจของนักกีฬา แต่ควรอ้างสาเหตุที่มาจากปัจจัยสิ่งแวดล้อม คือ ความยากของงาน (Task difficulty) เช่น ความสามารถของคู่แข่ง ซึ่งปัจจัยที่นักกีฬาไม่สามารถควบคุมได้ และโชค (Luck) ซึ่งเป็นสิ่งที่ไม่คงที่ ดังนั้นนักกีฬาควรมีความพยายามมากขึ้น เพื่อมุ่งหวังให้ประสบความสำเร็จด้วยปัจจัยส่วนบุคคลเป็นหลัก

จากการศึกษาการระบุสาเหตุจากผลการแข่งขันของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนอินดอร์เกมส์ ครั้งที่ 1 ณ ประเทศไทย จำนวน 9 ชนิดกีฬาของ นฤพนธ์ และศรุตี (2550) พบว่าโชคเป็นเหตุผลประการแรกที่นักกีฬามองว่าตัวเองประสบความสำเร็จหรือล้มเหลว ขณะที่ความพยายามเป็นสาเหตุสุดท้ายและพบว่าเพศชายและเพศหญิงให้เหตุผลต่อความสำเร็จหรือล้มเหลวแตกต่างกันน้อยกว่าผลการศึกษานี้แสดงให้เห็นว่าควรให้ความสำคัญกับการระบุสาเหตุที่มุ่งเน้นปัจจัยที่มาจากส่วนบุคคล คือ ความพยายามหรือความสามารถของตนเองมากกว่าจะให้ความสำคัญกับปัจจัยที่มาจากสิ่งแวดล้อมซึ่งนักกีฬาไม่สามารถควบคุม

ได้เช่น โชค เพราะไม่ใช้การส่งเสริมให้นักกีฬาได้พัฒนาความสามารถให้ดีขึ้นในอนาคต อีกทั้งยังไม่ได้เน้นให้นักกีฬารับรู้ความสำเร็จที่มาจากความเพียรพยายามในการฝึกซ้อมอย่างหนัก ซึ่งเป็นสิ่งที่นักกีฬาควรภาคภูมิใจในความสำเร็จที่เกิดจากความมุ่งมั่นความอดทน ความพยายามในการฝึกซ้อมจนประสบความสำเร็จในการแข่งขัน

ทฤษฎีการกำหนดเป้าหมาย (Goal setting theory) การกำหนดเป้าหมายเป็นวิธีการอย่างหนึ่งในการรักษาระดับแรงจูงใจของนักกีฬา เมื่อมีการกำหนดเป้าหมายต้องคำนึงถึงความเป็นไปได้ของเป้าหมายด้วยไม่เช่นนั้นการกำหนดเป้าหมายจะทำให้แรงจูงใจลดลง และเพิ่มความคับข้องใจมากขึ้น การกำหนดเป้าหมายที่ดีควรมีความเฉพาะเจาะจงและทำได้ยากขึ้นกว่าปกติ ที่สำคัญคือต้องมีการให้ข้อมูลย้อนกลับ (Feedback) เป็นระยะๆ ซึ่งทำให้นักกีฬาเกิดความพยายามและมีพัฒนาการฝึกซ้อมที่ดีกว่าเมื่อนักกีฬามีเป้าหมายชัดเจนจะทำให้เกิดความพยายามและต้องการไปถึงสิ่งที่ตนเองกำหนดไว้ ผลที่นักกีฬาจะได้รับจากการกำหนดเป้าหมาย คือ ช่วยสร้างบรรยากาศการฝึกซ้อมร่วมกันเป็นทีม สร้างความเข้าใจระหว่างกันภายในทีมเกิดการพัฒนาตนเอง และเพิ่มโอกาสประสบความสำเร็จทางการกีฬาได้นักกีฬาหลายคนให้ข้อมูลว่าตนเองมีการกำหนดเป้าหมายอยู่แล้ว คือ "การทำให้ดีที่สุด" หากอธิบายไม่ได้ว่าองค์ประกอบของการทำดีที่สุดคืออะไรบ้างก็ยังไม่ใช้การกำหนดเป้าหมายที่ดี เพราะการกำหนดเป้าหมายที่ดีต้องให้ความสำคัญกับรายละเอียดที่มีความเฉพาะเจาะจงรวมถึงระยะเวลาที่ต้องการประสบความสำเร็จร่วมด้วยเสมอ การจูงใจนักกีฬา เพื่อให้เกิดสิ่งล่อใจไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ มีประเด็นที่ต้องหาคำตอบ คือ

1. การค้นหาว่าแรงจูงใจของนักกีฬามาจากอะไร เพื่อเป็นการยืนยันในสิ่งที่นักกีฬาต้องการให้ชัดเจนขึ้น เช่น นักกีฬามีแรงจูงใจที่มาจากความชอบ ความสนุก ความท้าทาย ดังนั้นจึงต้องสร้างสิ่งเหล่านี้ ให้เกิดขึ้นตลอดเวลา

2. เมื่อทราบที่มาของแรงจูงใจแล้ว ต้องประเมินว่านักกีฬามีระดับแรงจูงใจมากน้อยเพียงใด โดยประเมินจากความพยายาม ความทุ่มเท ความมุ่งมั่น การตรงต่อเวลา เป็นต้น

1.6 แรงจูงใจกับความสำเร็จในการแข่งขันกีฬา

การสร้างแรงจูงใจหรือการสร้างความพึงพอใจให้เกิดขึ้นกับนักกีฬาขณะทำการฝึกซ้อมนั้นย่อมเป็นเหตุที่สำคัญ ชาญชัย โพธิ์คลัง (2532) ได้กล่าวถึงนักกีฬาที่ประสบความสำเร็จในการฝึกซ้อมและแข่งขันนั้นย่อมมีเหตุผลซึ่งเกิดจากการสร้างแรงจูงใจที่แตกต่างกันความพอใจที่ทำให้เขาประสบความสำเร็จที่ซ่อนเร้นอยู่ภายใต้จิตสำนึกคือ

1. ความรู้สึกเกิดความภาคภูมิใจ (Personal Pride) ความภาคภูมิใจเป็นแรงจูงใจอย่างหนึ่งที่ซ่อนเร้นอยู่ที่มีกับนักกีฬาทุกคน เมื่อนักกีฬาเกิดความรู้สึกเช่นนี้ก็จะขยันซ้อมเพื่อที่จะให้ตนมีขีดความสามารถสูงสุดที่จะสามารถสูงสุด เพื่อความสำเร็จในการแข่งขัน

2. ความรู้สึกเพื่อฝัน (Self Image) มนุษย์เราที่เกิดมาไม่ว่าจะแยกความอยากหรือเป็นนักกีฬาก็ตาม ย่อมจะมีความเพื่อฝัน ความอยาก ด้วยกันทั้งนั้น หากจะแยกความอยากหรือความรู้สึกเพื่อฝันที่เกี่ยวกับ นักกีฬาแล้ว สามารถแยกความรู้สึกออกได้เป็น 2 ทางด้วยกันคือความรู้สึกอยากที่เกิดขึ้นกับตัวเอง และ ความรู้สึกที่มีต่อบุคคลอื่น

3. ความรู้สึกที่ว่าตนถูกเหยียดหยามหรือผูกพยาบาท (The Sense of Humiliation and Revenge) หากนักกีฬาคนใดคนหนึ่งเกิดความพ่ายแพ้ หรือล้มเหลวจากการแข่งขัน นักกีฬาคนนั้นจะมีความรู้สึกว่าเขาได้สูญเสียเกียรติยศที่มีอยู่ไป ความรู้สึกนั้นจะเป็นแรงกระตุ้นอย่างหนึ่งให้เขาอยากแก้ตัว หรือ แก้แค้นหากมีโอกาสจริง จากการถูกหลบหลู่จึงเกิดแรงกระตุ้นให้ มีจิตพยาบาทเตือนเขาอยู่เสมอ ให้เขา ฝึกซ้อมหนักขึ้นอยู่ตลอดเวลาเพื่อจะเรียกชื่อเสียง และเกียรติยศที่สูญเสียไปนั้นกลับคืนมาลักษณะเช่นนี้เป็น แรงจูงใจที่เป็นพลังที่ซ่อนเร้นอยู่อีกอย่างหนึ่ง

4. ความต้องการที่จะยกระดับตนเอง (Level of Aspiration) แรงจูงใจที่เกิดขึ้นกับนักกีฬามี มากมายหลายอย่าง เป็นต้นว่านักกีฬาบางคนอาจมีความต้องการที่จะยกระดับตนเองให้สูงขึ้นในทุก ๆ ด้าน เช่น ระดับการเล่นของตน ระดับฐานะทางเศรษฐกิจและสังคม ระดับของหน้าที่การงานและอื่น ๆ ด้วยเหตุที่มี แรงจูงใจเป็นพลังที่ซ่อนเร้นอยู่ในตัวแล้ว จึงเป็นข้อที่ข้ออย่างหนึ่งที่ทำให้นักกีฬาประสบผลสำเร็จในการ ฝึกซ้อมและการแข่งขัน

5. ความเชื่อมั่นในตนเองและการได้ค้นพบสิ่งใหม่ด้วยตนเอง (Confidence and Self Discovery) ลักษณะของความเชื่อมั่นในตนเอง และการได้ค้นพบสิ่งใหม่ด้วยตนเองเป็นแรงจูงใจอย่างหนึ่ง ซึ่งเป็นผลส่งให้ นักกีฬาเหล่านั้นประสบผลสำเร็จในการฝึกซ้อมและการแข่งขัน นักกีฬาจะฝึกซ้อมอย่างหนักเพื่อให้มีความ พร้อมทางด้านร่างกายและจิตใจ ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองสูงขึ้นที่สุดขณะฝึกซ้อมก็จะค้นพบสิ่งใหม่เกิด ขึ้นกับตนเองอย่างไม่คาดฝัน ยิ่งทำให้เพิ่มความภาคภูมิใจ และเชื่อมั่นในตนเองสูงขึ้น แรงจูงใจนี้จะเป็นแรงขับที่ ทำให้นักกีฬาประสบความสำเร็จในการแข่งขันด้วย

6. ความปรารถนาที่จะเอาชนะ (The Desire to Win) นักกีฬาระดับแชมป์จะมีพลังที่ซ่อนเร้นอย่าง หนึ่งกระตุ้นให้รู้สึกสำคัญอยู่ตลอดเวลา ให้เขาต้องฝึกหนักนั้นคือความปรารถนาที่จะได้รับชัยชนะในการแข่งขัน นั้น เพราะชัยชนะเหล่านั้นคือเครื่องชี้ให้เห็นว่าเขาคือผู้ยิ่งใหญ่ ในสนามแข่งขัน และอาจมีผลตอบแทนอื่น ๆ ติดตามมา เช่น รางวัล ตำแหน่ง หน้าที่การงาน ระดับความเป็นอยู่ และสถานภาพทางสังคมที่แวดล้อม แรงจูงใจชนิดนี้ก็มีส่วนอย่างมากที่ช่วยผลักดันให้นักกีฬาประสบผลสำเร็จในการฝึกซ้อมและแข่งขันได้เช่นกัน

พระพงศ์ บุญศิริ (2536) กล่าวถึงแรงจูงใจกับความสำเร็จในการแข่งขัน ว่า

1. มีความรู้สึกเกิดความภาคภูมิใจ (Personal Pride) จะเป็นแรงจูงใจที่ซ่อนเร้นอยู่ในนักกีฬาทุกคน เมื่อนักกีฬาเกิดความรู้สึกเช่นนี้จะเกิดความมานะในการฝึกซ้อมอย่างมีทิวเพื่อที่จะให้ตนเองมีขีดความสามารถสูงสุดเท่าที่จะทำได้ เพื่อความสำเร็จในการแข่งขันที่จะมาถึง

2. ความรู้สึกเพื่อฝัน (Self Image) เป็นความคิดต้องการให้เป็นโดยปรารถนาจะให้เกิดขึ้นกับทีม การที่นักกีฬาสรางจินตนาการความสำเร็จในความฝันเช่นนี้จะทำให้เกิดความรู้สึกเคร่งครัดกับตนเอง ในการฝึกซ้อมเพราะต้องการเห็นตนและเพื่อนร่วมทีมประสบความสำเร็จตามที่คิดคำนึงไว้ทำให้รู้สึกว่ถ้าตนเองมีความมานะขยันฝึกซ้อม แล้วยอมพัฒนาการเล่นดีขึ้น และจะสามารถช่วยเหลือเพื่อนร่วมทีมได้มากขึ้น ความรู้สึกนี้จะเป็นแรงจูงใจแบบซ่อนเร้นที่มีในนักกีฬาเกือบทุกคน

3. ความรู้สึกที่ว่ตนถูกเหยียดหยามหรือผูกพยาบาท (The Sense of Humiliation and Revenge) การที่นักกีฬาคนใดคนหนึ่งเกิดความพ่ายแพ้หรือประสบความล้มเหลวจากการแข่งขันเขาก็จะรู้สึกว่ได้สูญเสียชื่อเสียงเกียรติยศที่มีอยู่ไปแล้ว ความรู้สึกนี้จะเป็นแรงกระตุ้นให้อยากแก้ตัวหรือแก้แค้นถ้ามีโอกาสอีกครั้ง ความรู้สึกนี้จะกระตุ้นให้เกิดความรู้สึกผูกพยาบาทเตือนใจให้มานะฝึกซ้อมหนักอยู่ตลอดเวลา เพื่อรอวันและโอกาสเรียกชื่อเสียงเกียรติยศที่เสียกลับคืนมาได้

4. ความต้องการที่จะยกระดับตนเอง (Level of Aspiration) เป็นความรู้สึกที่ต้องการยกระดับมาตรฐานของตนเองให้สูงขึ้นในทุก ๆ ด้าน เช่น ระดับการเล่นของตน ระดับทางฐาน: เศรษฐกิจสังคม หน้าที่การทำงาน และอื่น ๆ ซึ่งมีแรงจูงใจเป็นสิ่งซ่อนเร้นในตัวและเป็นแรงขับ ทำให้เกิดความพยายามในการฝึกซ้อมและการแข่งขัน

5. ความเชื่อมั่นในตนเองและการได้ค้นพบสิ่งใหม่ด้วยตนเอง (Confidence and Self Discovery) เป็นแรงจูงใจที่ซ่อนเร้นในตัวนักกีฬาแต่ละคน ซึ่งเกิดจากการพยายามฝึกซ้อมหนัก เพื่อให้มีสมรรถภาพทั้งทางกายและใจ ทำให้เกิดความมั่นใจตนเองสูงขึ้น และจะค้นพบสิ่งใหม่ในการฝึกซ้อมอย่างไม่คาดฝัน เช่น ทักษะพิเศษ ซึ่งจะเป็นตัวทำให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเองมากขึ้น แรงจูงใจชนิดนี้จะเป็นแรงขับให้นักกีฬาประสบความสำเร็จในการแข่งขัน

6. ความปรารถนาที่จะเอาชนะ (The Desire to Win) นักกีฬาที่มีความสามารถสูงจะมีพลังซ่อนเร้นอย่างหนึ่งกระตุ้นเตือนสำนึกอยู่ตลอดเวลา คือ ปรารถนาชัยชนะ ทำให้ต้องฝึกหนักอยู่เพื่อการเอาชนะ ซึ่งหมายความว่าถึงเครื่องบ่งชี้ให้สังคมเห็นว่า เขามีความสามารถอย่างแท้จริง และจะมีผลด้านอื่น ๆ ตามมา เช่น รางวัล ตำแหน่งการงาน สภาพความเป็นอยู่ เป็นต้น ซึ่งจะเป็นตัวจูงใจให้เกิดความมานะพยายามเพื่อชัยชนะอยู่เสมอ

พิชิต เมืองนาโพธิ์ (2534) กล่าวถึงวิธีการสร้างแรงจูงใจเพื่อให้เกิดความสำเร็จในการแข่งขันกีฬาว่า

1. ให้นักกีฬาได้รับประสบการณ์แห่งการประสบความสำเร็จทั่วถึงกันในการกีฬาการจัดสภาพแวดล้อมในการกีฬาควรจัดให้นักกีฬาได้รับความสำเร็จซึ่งทำให้เพิ่มแรงจูงใจในการเล่นกีฬามากยิ่งขึ้น เช่น การลดความสูงของแป้นบาสเกตบอลให้เด็กเล็ก
2. ให้นักกีฬามีโอกาสรับผิดชอบในการตั้งกฎเกณฑ์ในการตัดสินใจทำให้นักกีฬามีโอกาสควบคุมความประพฤติของตนเอง และเกิดความรู้สึกสำเร็จ
3. ให้คำชมเชยทั้งคำพูด และท่าทาง และควรใช้บ่อย ๆ ให้นักกีฬาได้รับรู้ถึงการมีส่วนช่วยเหลือกัน เน้นบทบาทสำคัญของแต่ละคนที่มีความสำเร็จของทีมทำให้นักกีฬามีความรู้สึกว่าตัวเองมีค่า
4. การตั้งจุดมุ่งหมายต้องเป็นจุดมุ่งหมายที่เป็นจริงและสามารถทำได้ด้วยความพยายามมีการประเมินและการปรับปรุงว่านักกีฬาได้บรรลุจุดมุ่งหมายแค่ไหน
5. มีการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการฝึก ทำให้ไม่เกิดความเบื่อหน่าย ทำให้การฝึกซ้อมเกิดความสนุกสนาน ทำให้นักกีฬาเกิดพบสิ่งใหม่ ๆ
6. การทำให้เกิดความสนุกสนาน เกิดความสมดุลระหว่างความสามารถของนักกีฬากับความยากง่ายของการฝึก ท้าทายความสามารถ เกิดอยากลองเล่น ซ้อม และอยากแข่งขัน

สรุป

แรงจูงใจ เป็นการกระตุ้นหรือเร้าเพื่อช่วยให้เกิดการกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งสำเร็จบรรลุเป้าหมาย มีแนวทางอันแน่นอน ซึ่งอาจจะเกิดจากความต้องการของตัวผู้กระทำเองหรือผู้กระทำได้รับสิ่งเร้าภายนอกการแสดงพฤติกรรมต่างๆ ของมนุษย์ ล้วนมีสาเหตุมาจากแรงจูงใจเป็นสิ่งสำคัญ แรงจูงใจจัดว่ามีผลต่อการเรียนรู้พฤติกรรมต่างๆ ของบุคคลเป็นอันมาก เพราะการที่บุคคลเกิดแรงจูงใจในการที่จะกระทำพฤติกรรมย่อมจะทำให้พฤติกรรมหรือการเรียนรู้ในสิ่งนั้นๆ ย่อมมีประสิทธิภาพและเรียนรู้ได้อย่างรวดเร็วมากกว่าบุคคลที่ไม่เกิดแรงจูงใจ

แรงจูงใจนับว่ามีบทบาทสำคัญมากต่อการเรียนการสอนและการฝึกซ้อมกีฬานักจิตวิทยาการกีฬาให้ทัศนะต่อแรงจูงใจแตกต่างกัน สรุปแล้วพอจะกล่าวได้ว่า แรงจูงใจเป็นกระบวนการที่มีอยู่ในตัวนักกีฬาเอง แต่ละคนซึ่งพร้อมที่จะได้รับการกระตุ้นจากภายนอกให้มีกำลังแรงขึ้น เพื่อให้อยากกระทำสิ่งนั้นๆ มากขึ้น หมายความว่านักกีฬาทุกคนต่างก็มีแรงจูงใจภายในตัวเองอยู่แล้ว หน้าที่ของผู้ฝึกสอนกีฬามีเพียงแต่ค้นหาวิธีที่จะกระตุ้นจากภายนอกเพื่อให้เกิดกำลังแรงอีกเท่านั้น การสร้างแรงจูงใจนี้มีความเกี่ยวพันกับความต้องการมากที่สุด ความต้องการดังกล่าวนี้เป็นความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์ทุกคน ดังนั้นในการฝึกซ้อมกีฬาแต่ละครั้ง หากว่าผู้ฝึกสอนได้เล็งเห็นความสำคัญเหล่านี้ แล้วนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์จะเป็นพื้นฐานในการฝึกซ้อมกีฬาที่ดี และยังสามารถที่จะสร้างแรงจูงใจในระดับสูงขึ้นได้อีกด้วยในการคัดเลือกตัวนักกีฬาเพื่อให้ได้ตัวนักกีฬาตามลักษณะและคุณสมบัติของการเป็นตัวนักกีฬาที่แท้จริงนั้น

2. กีฬา

2.1 นิยามความหมายและประวัติกีฬา

กีฬาเป็นชนิดกีฬาหนึ่งที่มีประวัติความเป็นมาอันยาวนาน ได้รับความนิยมในการเล่นอย่างกว้างขวางทั้งในประเทศและต่างประเทศ อีกทั้งยังเป็นกีฬาที่ระบุไว้ในแผนพัฒนากีฬาแห่งชาติซึ่งรัฐให้การสนับสนุนและส่งเสริมอย่างครบวงจร เป็นชนิดกีฬาประเภทหนึ่งที่มีการกีฬาแห่งประเทศไทยมีข้อมูลผูกพันในการผลักดันไปสู่กีฬาอาชีพอย่างเต็มตัว และที่สำคัญกีฬาจัดเป็นกีฬาสากลที่ได้รับการบรรจุให้ทำการแข่งขันรายการแข่งขันกีฬาต่าง ๆ ทั้งในระดับชาติ เช่นกีฬานักเรียน กีฬามหาวิทยาลัย กีฬาเยาวชนแห่งชาติ กีฬาแห่งชาติ และระดับนานาชาติ รวมทั้งกีฬาซีเกมส์ เอเชียนเกมส์ และโอลิมปิกเกมส์ นอกจากนี้กีฬายังเป็นชนิดกีฬาหนึ่งที่นิยมเล่นเพื่อความสนุกสนาน เพลิดเพลิน และเชื่อมความสัมพันธ์ระหว่างหน่วยงาน ทั้งในระดับโรงเรียน ชุมชนสังคมและประเทศชาติ กีฬาจึงเป็นทั้งกีฬาเพื่อความเป็นเลิศในการแข่งขันกีฬาเพื่อเสริมสร้างสุขภาพและเป็นกีฬาเพื่อมวลชน สำหรับประเทศไทยกีฬาถือว่าเป็นชนิดกีฬาหนึ่งที่เด็ก เยาวชน และประชาชนรู้จักและคุ้นเคยเป็นอย่างดี มีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งในแง่ของการสร้างเสริมสุขภาพความสนุกสนานเพลิดเพลินและส่งเสริมระเบียบวินัยของคนในชาติอีกด้วย

การกีฬาแห่งประเทศไทย (2558) ได้ระบุความหมายของกีฬาว่า หมายถึง กิจกรรมทางการกีฬาที่ใช้ทักษะพื้นฐานการเคลื่อนไหวและเคลื่อนที่ของมนุษย์ซึ่งได้แก่ การเดิน วิ่ง กระโดด ทุ่ม พุ่ง ขว้าง

พิชัย ผิวคราม (2542) กล่าวว่า กีฬาหมายถึง เกมกีฬาชนิดหนึ่งที่มีทิศทางการแข่งขันไปในทิศทางเดียวกัน แพ้ชนะกันด้วยความเร็ว ความสูง ความไกล มี 2 ประเภทใหญ่ ๆ คือ ประเภทลู่และประเภทลาน แต่กีฬายังอาจแบ่งตามลักษณะของการแข่งขันได้อีก เช่น ประเภทรวมทั้งประเภทลู่และประเภทลาน หรือการแข่งขันบนถนนและแข่งขันข้ามทุ่ง

มพล ปานเกตุ (2540) ได้ให้ความหมายของกีฬาว่า กีฬา หมายถึง กิจกรรมทางด้านร่างกายที่ประกอบด้วยการกระทำที่เป็นไปอย่างธรรมชาติของมนุษย์ ซึ่งได้แก่ การวิ่ง กระโดดและการทุ่ม ขว้าง พุ่ง หรืออาจกล่าวได้ว่า การเล่นกีฬานั้นเริ่มมีมาตั้งแต่ต้นมนุษย์ ได้ถือกำเนิดขึ้นในโลก

ชัยสิทธิ์ สุริยจันทร์และคณะ (2525) อ้างถึงใน กรมพลศึกษา (2557) ได้ให้ความหมายของกีฬาว่า กีฬาประเภทลู่ คือ กีฬาประเภทที่ต้องแข่งขันกับบนทางวิ่ง และใช้การวิ่งเป็นส่วนสำคัญตัดสินกันด้วยเวลาและความเร็ว เช่น การวิ่งระยะต่าง ๆ กีฬาประเภทลาน คือ กีฬาประเภทที่ต้องประลองความไกลหรือความสูงบนลานกว้าง ๆ เช่น การกระโดด ทุ่ม พุ่ง ขว้าง เป็นต้น

ฟอง เกิดแก้ว และคณะ (2524) อ้างถึงใน กรมพลศึกษา (2557) ได้ให้ความหมายของกีฬาไว้ว่า กีฬาเป็นกีฬาชนิดหนึ่ง ซึ่งแยกการแข่งขันออกเป็นสองประเภท คือ ประเภทลู่และประเภทลาน

จากที่กล่าวมาพอสรุปได้ว่า กรีฑา หมายถึง กีฬาชนิดหนึ่งที่ใช้ทักษะพื้นฐานการเคลื่อนไหวและ กิจกรรมทางกายของมนุษย์ ซึ่งได้แก่ การเดิน การวิ่ง การกระโดด การทุ่ม พุ่ง ขว้างโดยสามารถแยกออกเป็น ประเภทที่แข่งขันกันบนทางวิ่ง ตัดสินกันด้วยความเร็วและเวลา และะเภทลานที่แข่งขันกันบนลานกว้าง ตัดสินกันด้วยระยะทาง ความไกลหรือความสูง

ประวัติและความเป็นมาของกรีฑา กรีฑาถือว่าเป็นกีฬาที่เก่าแก่ที่เกิดขึ้นมาพร้อมกับมนุษย์เพราะ ในสมัยโบราณ การที่มนุษย์ออกไปหาอาหาร บางครั้งต้องวิ่งหนีสัตว์ร้ายที่อาจจะเจออย่างรวดเร็ว ถ้าเทียบกับ เหมือนการวิ่งระยะสั้น หากวิ่งหนีหรือวิ่งไล่สัตว์เป็นเวลานาน ๆ เทียบได้กับการวิ่งระยะไกลบางครั้ง ขณะที่วิ่ง หรือเมื่อมีต้นไม้งัดไม้หรือหินขวางหน้าก็ต้องกระโดดข้ามไป เปรียบได้กับการวิ่งกระโดดข้ามรั้วและวิ่งกระโดด สูง เป็นต้น (สุภารัตน์ รวทอง, 2537) ประวัติและความเป็นมาของกรีฑาในสากลนั้น ระบุว่ากรีฑาได้ถูกบรรจุไว้ ในการแข่งขันกีฬาโอลิมปิกในสมัยโบราณนั้น แต่ไม่ได้บันทึกไว้เป็นที่แน่นอนกล่าวกันว่า การชุมนุมแข่งขันกีฬา ในสมัยนั้นเรียกกันว่า "โอลิมเปียด" (Olympiad) ได้จัดให้มีขึ้นที่ประเทศกรีก ราวปี 776 ปีก่อนคริสตศักราช สถานที่ในการแข่งขันกีฬาในสมัยนั้นอยู่บริเวณบนเขาในเมืองโอลิมเปียไกลจากศูนย์กลางนครกรีกไปมาก และได้มีการแข่งขัน ซึ่งสามารถยืนยันได้ว่า เริ่มต้นตั้งแต่ปี 776 ก่อนคริสตศักราช ถึงคริสตศักราช 392 รวมเวลา กว่า 1,168 ปี รวม 292 ครั้ง ในสมัยนั้นการแข่งขันกีฬานี้นิยมมากกว่าอย่างอื่น ได้แก่ การแข่งวิ่ง แข่งเดิน การแข่งวิ่งที่นิยมกันมาก คือระยะหนึ่งสเตด (Stade) ประมาณ 185 เมตร หรือประมาณ 6,167 ฟุต การแข่งขันวิ่งระยะนี้จัดแข่งขันกันในสนามซึ่งมีอัฒจันทร์เพื่อดูการแข่งขันด้วย อัฒจันทร์ที่นั่งดูรวมทั้งจุไว้เรียกว่า "สเตเดียน" (Stadion) โดยย่อมาจาก คำว่า "สเตด" ต่อมาในภาษาอังกฤษจึงใช้คำว่า "สเตเดียม" (Stadium) และไทยเราแปลว่า "กรีฑาสถาน" เพราะการแข่งขันวิ่งเป็นกีฬาประเภทหนึ่งในการแข่งขันกีฬา ในปทานุกรม แปลว่า "แผ่นดินเป็นที่เล่น สถานที่สนุก" ต่อมาได้ขยายการแข่งขันวิ่งระยะต่าง ๆ เพิ่มขึ้น และได้จัดให้มีกีฬา อย่างอื่นเพิ่มขึ้นอีกเป็นลำดับ เช่น การแข่งเกวียน ปัญจกรีฑา ชกมวย มวยทั้งชกและปล้ำ จนกว่าจะตายลง ช้างหนึ่งหรือยกนี้วยอมอย่างราบคาบ นอกจากนี้มีวิ่งผลัด วิ่งคบไฟเวลากลางคืนซึ่งผู้ชนะจะต้องวิ่งไปถึงเส้นชัย โดยไฟไม่ดับ การแข่งขันกีฬาในสมัยนั้น แข่งขันเฉพาะประชาชนชาวกรีกเท่านั้น จนกระทั่งปี 146 ก่อนคริสต ศักราช โรมันได้รุกรานเข้าไปในกรีก ทำให้กรีกพ่ายแพ้ตกเป็นราชอาณาจักรของโรมัน แต่ชาวกรีกยังคง ดำเนินการแข่งขันกีฬาตนเองตามปกติชาวโรมันซึ่งยังไม่รู้คุณค่าของการเล่นกีฬาและยังเล่นไม่เป็น ได้เพียงแต่ดู จน มีคำชวนหวั่งกล่าวกันในสมัยนั้นว่า "กรีกเล่นโรมันดู" ต่อมาพอรู้เรื่องขึ้นบ้างก็นิยมการเล่นกีฬาเป็นลำดับ จึงได้เข้า ร่วมการแข่งขันกับชาวกรีก การแข่งขันระหว่างชาติจึงเกิดขึ้นเป็นครั้งแรก ทั้งกรีกและโรมันต่างก็แข่งขันกัน อย่างทรหด ภายหลังได้เกิดมีข้อวิวาทกันขึ้น ชาวโรมันจึงได้ออกตระเวนแสดงการเล่นกีฬาเก็บค่าเข้าไปดูในที่ต่าง ๆ เป็นอาชีพ ซึ่งไม่ถูกต้องตามเจตนารมณ์และกติกาสืบต่อมาชาวโรมันก็ยังแข่งขันกันอยู่และกรีกก็ไม่สามารถจะจับ เหตุการณ์ได้ มีการบาดหมางกันจนเป็นเรื่องใหญ่ ชาวโรมันซึ่งมีอำนาจมากในสมัยนั้นได้ก่อวินาศกรรมเผาที่

พนักกีฬาของกรีกและได้ทำลายสนามกีฬาหมด เมื่อความทราบไปถึงจักรพรรดิแห่งโรม จึงทรงพระราชวินิจฉัยว่าการแข่งขันกีฬาก่อความวุ่นวาย มีพระราชโองการให้ยุติการแข่งขันกีฬานับตั้งแต่คริสต์ศักราช 393 เป็นต้นมา

ในการแข่งขันกีฬาโอลิมปิกสมัยใหม่ มีจุดเริ่มต้นจากในปีคริสต์ศักราช 1892 ได้มีนักกีฬาชาวฝรั่งเศส บารอน เปียร์ เดอ กูแบร์แตง ให้ความสนใจในการกีฬา ได้พิจารณาเห็นว่าการแข่งขันกีฬาระหว่างประเทศเป็นการเชื่อมความสัมพันธ์อันดีระหว่างชาติต่าง ๆ ที่ร่วมการแข่งขันด้วยกัน เป็นสมาคมชั้นสูงเพื่อแลกเปลี่ยนจิตใจของนักกีฬานานาชาติจริงต่อไป ไม่มีทางผัดพ้อหมองใจกัน ท่านผู้นี้จึงได้เชิญสายร่วมกันคิดเป็นการชุมนุมกีฬาโอลิมปิกขึ้นใหม่ โดยยึดเอาอุดมคติแห่งความยุติธรรม อ่อนโยน สุภาพ มั่นคง และกำลังเป็นมูลฐานตามวัตถุประสงค์ของโอลิมปิกโบราณ

วันที่ 15 มกราคม ค.ศ. 1894 มีการประชุมใหญ่ระหว่างผู้แทนประเทศต่าง ๆ ที่เมืองซอร์มอนน์ ประเทศฝรั่งเศส และได้ประกาศตั้งคณะกรรมการโอลิมปิกระหว่างประเทศ (International Olympic Committee) และตกลงกันให้มีการชุมนุมกีฬาโอลิมปิกครั้งแรกของสมัยปัจจุบันที่กรุงเอเธนส์ ประเทศกรีก ใน ค.ศ. 1896

การแข่งขันกีฬาในประเทศไทย เริ่มมีขึ้นในรัชกาลพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ 5 เสด็จพระราชดำเนินกลับจากยุโรปครั้งแรก กรมพลศึกษาได้จัดให้มีการแข่งขันกีฬาในกรุงเทพฯ ที่ท้องสนามหลวง เป็นการต้อนรับการเสด็จนิวัติพระนคร เมื่อวันที่ 11 มกราคม พ.ศ. 2440 หลังจากแข่งขันโอลิมปิกสมัยปัจจุบันครั้งแรกเพียงปีเดียว (กรมพลศึกษา, 2557)

สำหรับการแข่งขันกรีฑาในประเทศไทยนั้น กระทรวงธรรมการ (กระทรวงศึกษาธิการในปัจจุบัน) ได้จัดให้มีการแข่งขันกรีฑานักเรียนขึ้นเป็นครั้งแรก ในวันที่ 11 มกราคม พ.ศ. 2440 ที่ท้องสนามหลวง ในพิธีเปิดการแข่งขันครั้งนั้น พระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัวและสมเด็จพระนางเจ้าพระบรมราชินีนาถ เสด็จพระราชดำเนินมาทรงเป็นประธานเปิดการแข่งขันและทอดพระเนตรการแข่งขัน นับตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา กระทรวงธรรมการได้จัดให้มีการแข่งขันกรีฑานักเรียนประจำปีตลอดมา

พ.ศ. 2494 ได้มีการจัดตั้งสมาคมกรีฑาสมัครเล่นแห่งประเทศไทยขึ้น ซึ่งอยู่ในความอุปการะของกรมพลศึกษา มีหน้าที่รับผิดชอบแทนกรมพลศึกษาจัดดำเนินการแข่งขันกรีฑามหาวิทยาลัยและประชาชน

ปี พ.ศ. 2495 ประเทศไทยได้ส่งนักกีฬาเข้าร่วมการแข่งขันกีฬา โอลิมปิกเกมส์เป็นครั้งแรก โดยมีนักกรีฑาเข้าร่วมแข่งขัน 8 คน ในการแข่งขันโอลิมปิก ครั้งที่ 5 ณ กรุงเฮลซิงกิ ประเทศฟินแลนด์

ปี พ.ศ. 2507 มีการจัดตั้งองค์การส่งเสริมกีฬาแห่งประเทศไทยขึ้น โดยจัดให้มีการแข่งขันกรีฑาและกีฬาต่าง ๆ เป็นประจำทุกปีซึ่งเรียกกันโดยทั่วไปว่า "กีฬาชาติ" และถือว่ากรีฑาเป็นกีฬาหลักที่ต้องจัดให้มีการแข่งขันทุกครั้งที่

พ.ศ. 2508 พระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัวรัชกาลที่ ได้ทรงพระกรุณาโปรดเกล้าฯ รับสมาคมกรีฑาสมัครเล่นแห่งประเทศไทย เข้าอยู่ในพระบรมราชูปถัมภ์

จากที่กล่าวมาในช่วงต้นจะเห็นได้ว่ากรีฑามีประวัติความเป็นมาเนิ่นนานตั้งแต่สมัยโบราณ นับได้ว่าเป็นกีฬาที่เก่าแก่อยู่คู่กับมนุษย์ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน กรีฑาเป็นกีฬานานาชาติหนึ่งที่มีความนิยมอย่างแพร่หลายเห็นได้จากการแข่งขันกีฬาทั้งต่างประเทศและในประเทศที่ส่วนใหญ่จะมีการแข่งขันกรีฑารวมอยู่ด้วย

2.2 ประโยชน์ของการเล่นกรีฑา การเล่นกรีฑาที่เหมาะสมกับเพศ วัย และสภาพของร่างกาย ตลอดจนมีการฝึกอย่างถูกหลักเกณฑ์และวิธีการนั้น ย่อมก่อให้เกิดประโยชน์ต่อร่างกาย จิตใจ อารมณ์และสังคมเช่นเดียวกับกีฬานานาชาติอื่น ๆ โดยแบ่งออกเป็นด้านต่าง ๆ (ธวัชชัย รักขติวงศ์, 2560) ดังนี้

ประโยชน์ทางด้านร่างกาย 1) ช่วยเสริมสร้างสมรรถภาพทางด้านร่างกาย ทำให้กล้ามเนื้อแข็งแรง สมบูรณ์ มีความอดทน ความอ่อนตัว และมีความคล่องแคล่วว่องไว 2) ช่วยให้อวัยวะและระบบต่าง ๆ ของร่างกายทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพดียิ่งขึ้นเช่น ระบบการหมุนเวียนโลหิต ระบบหายใจ ระบบย่อยอาหาร ระบบประสาท เป็นต้น 3) ช่วยให้ร่างกายมีความอดทน ทำงานได้นาน เหนื่อยช้าและหายเหนื่อยเร็ว 4) ช่วยเสริมบุคลิกภาพให้เป็นผู้สง่างามสมส่วน สง่าผ่าเผย การทรงตัวดี 5) ช่วยระบายพลังงานส่วนเกินออกไปในทางที่ก่อให้เกิดประโยชน์ยิ่งขึ้น 6) ช่วยให้ร่างกายมีความต้านทานโรคได้ดี 7) ช่วยลดความอ้วนและควบคุมน้ำหนักของร่างกาย

ประโยชน์ทางด้านจิตใจและอารมณ์ 1) ช่วยทำให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน ไร้ใจและตื่นเต้น 2) ช่วยให้มีอารมณ์และจิตใจแจ่มใส ร่าเริง 3) ช่วยให้มีเชื่อมั่นในตนเอง มีความกล้าในการตัดสินใจได้อย่างรวดเร็ว สามารถแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าได้ 4) ช่วยระบายความตึงเครียด หลังจากที่ได้รับบาดเจ็บจากการทำงาน 5) ช่วยให้มีน้ำใจเป็นนักกีฬา รู้แพ้ รู้ชนะและรู้ถอย

อานันท์ หัตถา (2557) กล่าวถึงประโยชน์ของการเล่นกรีฑาโดยจำแนกตามระดับการเข้าร่วม กรณีเข้าร่วมเพื่อการเรียนรู้ เช่น นักเรียนนักศึกษาที่ได้เข้าร่วมการเรียนรู้กรีฑาตั้งแต่ระดับอนุบาลจนถึงอุดมศึกษาจะได้รับประโยชน์จากการเล่นกรีฑา คือ 1) ได้รับความรู้และฝึกทักษะกรีฑาตามหลักสูตรของชั้นเรียนหรือตามสถานศึกษาจัดกิจกรรมให้ 2) ผู้ที่มีความสามารถถึงระดับแข่งขันได้จะได้เข้าร่วมการแข่งขันกรีฑาตั้งแต่ระดับอนุบาล กีฬาสีกีฬากลุ่มโรงเรียนและระดับที่สูงขึ้นไปตามลำดับ 3) นักเรียนนักศึกษาที่มีความชื่นชอบและถนัดในด้านกรีฑาสามารถต่อยอดไปสู่กีฬาเพื่อสุขภาพเพื่อความเป็นเลิศและเพื่ออาชีพต่อไป 4) นักเรียนนักศึกษาที่เข้าร่วมกิจกรรมชมรมกรีฑาของสถานศึกษาจะได้ฝึกฝนทักษะเพิ่มเติมจากในชั้นเรียน นอกจากนั้นยังอาจจะได้เรียนรู้ฝึกฝนและปฏิบัติหน้าที่เป็นผู้ตัดสินกรีฑาอีกด้วย

ในกรณีที่เข้าร่วมเพื่อสุขภาพ ได้ประโยชน์คือ

- 1) สภาพโดยรวมดีขึ้นการทำงานของระบบต่าง ๆ ในร่างกายดีขึ้น
- 2) ภูมิต้านทานโรคเพิ่มขึ้น
- 3) โรคประจำตัวบางโรคหายได้
- 4) เกิดความตระหนักในการมีสุขภาพที่ดี
- 5) สามารถเข้าร่วมการแข่งขันเพื่อสุขภาพหรือเพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลิน เช่น การแข่งขันเดินวิ่งเพื่อสุขภาพ ซึ่งจะเพิ่มความท้าทาย ความพยายามและความมุ่งมั่นในการฝึกซ้อมยิ่งขึ้น

ชุมพล ปานเกตุ (2540) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการเล่นกรีฑาไว้ดังนี้

- 1) ช่วยให้ร่างกายแข็งแรงมีความต้านทานโรคได้
- 2) ช่วยทำให้กล้ามเนื้อสมบูรณ์แข็งแรง
- 3) ช่วยให้ระบบการหายใจดีขึ้น ทรวงอกมีขนาดใหญ่ขึ้น
- 4) ช่วยให้เส้นโลหิตขยายโตขึ้น ส่งผลให้การไหลเวียนของโลหิตดี ทำให้ร่างกายได้รับออกซิเจนมากขึ้นด้วย

- 5) ช่วยให้ระบบประสาทดีขึ้น ทำให้อนอนหลับได้ดี
- 6) ช่วยทำให้ระบบการย่อยและระบบการขับถ่ายทำงานได้ดีขึ้น
- 7) ช่วยทำให้ร่างกายมีความอดทนต่อการทำงาน เหนื่อยช้าและหายใจเร็วขึ้น
- 8) ช่วยทำให้ร่างกายมีรูปร่างได้สัดส่วน มีบุคลิกภาพดี
- 9) ช่วยทำให้มีอารมณ์ร่าเริง แจ่มใส สนุกสนานเพลิดเพลิน
- 10) เป็นวิธีลดไขมันในร่างกายได้ดีวิธีหนึ่ง

จากที่กล่าวมาในข้างต้นจะเห็นได้ว่าการเล่นกรีฑา ก่อให้เกิดประโยชน์ต่อร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม

2.3 ประเภทของการแข่งขันกรีฑา

กรีฑาถือเป็นกีฬาหลักที่นิยมเล่นและแข่งขันทั้งในประเทศและระหว่างประเทศ จากรายละเอียดกติกากรีฑาของสหพันธ์กรีฑาสมัครเล่นนานาชาติ สามารถแบ่งประเภทของกรีฑา ได้เป็น 5 ประเภท (กรมพลศึกษา, 2557) ดังนี้

- 1) กรีฑาประเภทลู่ (Track Events) กรีฑาประเภทลู่สามารถแบ่งการแข่งขันได้ ดังนี้
 - 1.1) การวิ่งระยะสั้น ประกอบด้วย การวิ่งระยะทาง 60, 80, 100, 200
 - 1.2) การวิ่งระยะกลาง ประกอบด้วย การวิ่งระยะทาง 800 เมตร 1,500 เมตร และ
 - 1.3) การวิ่งระยะไกล ประกอบด้วย การวิ่งระยะทางตั้งแต่ 5,000 เมตร ขึ้นไป
 - 1.4) การวิ่งผลัด ประกอบด้วย การวิ่งผลัด 4 x 100 เมตร วิ่งผลัด 4 x 400 เมตร

1.5) การวิ่งข้ามรั้ว ประเภทหญิงระยะทาง 100 เมตร 400 เมตร ประเภทชาย ระยะทาง 110 เมตร 400 เมตร

2) กีฬาประเภทลาน (Field Events) กีฬาประเภทลานสามารถแบ่งได้เป็น 2 ประเภท ประเภทละ 4 รายการ ดังนี้

2.1 ประเภทกระโดด (Jumping Events) ได้แก่ กระโดดสูง กระโดดไกล เขย่งก้าวกระโดด กระโดดค้ำ

2.2 ประเภทขว้าง (Throwing Events) ได้แก่ ทุ่มลูกน้ำหนัก ขว้างจักร ฟันแหลนขว้างค้อน

3) กีฬาประเภทเดิน (Walking Events) เป็นการแข่งขันที่ต้องใช้ทักษะการเดิน ซึ่งแข่งขันได้ทั้งภายในสนามและบนถนน ประกอบด้วย ระยะทาง 10,000 เมตรและ 20,000 เมตร (ในสนาม) ระยะทาง 20 กิโลเมตร และ 50 กิโลเมตร (บนถนน)

4) กีฬาประเภทถนน (Road Races) เป็นการแข่งขันวิ่งบนถนน ได้แก่ วิ่ง 15 กิโลเมตร วิ่ง 20 กิโลเมตร วิ่งครึ่งมาราธอน (Half Marathon) 25-30 กิโลเมตร วิ่งมาราธอน (Marathon) 42.195 กิโลเมตร และ 100 กิโลเมตร

5) กีฬาประเภทวิ่งข้ามทุ่ง (Cross Country Races) เป็นการวิ่งที่จัดขึ้นนอกเมืองหรือในสวนสาธารณะขนาดใหญ่ เส้นทางวิ่งจะเป็นสนามหญ้า เนินเขา ทางเดิน หรือทุ่งนา

นอกจากการแข่งขันประเภทลู่อะลานแล้ว ยังมีการแข่งขันประเภทรวมชายและรวมหญิง ซึ่งผู้เล่นคนหนึ่ง ๆ ต้องแข่งขันทั้งประเภทลู่อะลาน มีการแข่งขัน ดังต่อไปนี้

ทศกรีฑา เป็นการแข่งขันประเภทรวมชาย ประกอบด้วยการแข่งขัน 10 ซึ่งต้องทำการแข่งขัน 2 วัน ติดต่อกันเรียงตามลำดับ โดยวันแรก ประกอบด้วยรายการ คือ วิ่ง 100 เมตร กระโดดไกล ทุ่มลูกน้ำหนัก กระโดดสูง และวิ่ง 400 เมตร วันที่สอง ประกอบด้วยรายการ คือ วิ่งข้ามรั้ว 110 เมตร ขว้างจักร กระโดดค้ำ ฟันแหลน และวิ่ง 1,500 เมตร

สัตตกรีฑา เป็นการแข่งขันประเภทรวมหญิง มีการแข่งขันทั้งหมด 7 ประเภท แข่งขัน 2 วัน ติดต่อกันตามลำดับ โดยวันแรก ประกอบด้วยรายการ วิ่งข้ามรั้ว 100 เมตร กระโดดสูง ทุ่มลูกน้ำหนัก วิ่ง 200 เมตร วันที่สอง กระโดดไกล ฟันแหลน วิ่ง 800 เมตร

การกีฬาแห่งประเทศไทย (2558) ระบุว่า กีฬาแบ่งออกเป็น 6 ประเภทได้แก่

1) ประเภทลู่อะ (Track Events) ในระดับสากลกรีฑาประเภทลู่อะมีรายการแข่งขันดังนี้ รายการแข่งขันของนักกรีฑาชาย ประกอบด้วยรายการ วิ่ง 100 เมตร วิ่ง 200 เมตร วิ่ง 400 เมตร วิ่ง 800 เมตร วิ่ง 1500 เมตร วิ่ง 5000 เมตร วิ่ง 10,000 เมตร วิ่งข้ามรั้ว 110 เมตร วิ่งข้ามรั้ว 400 เมตร วิ่งผลัด 4 x 100 เมตร วิ่งผลัด 4 x 400 เมตร และวิ่งมาราธอน 42.195 กิโลเมตร รายการแข่งขันของนักกรีฑาหญิง

ประกอบด้วยรายการ วิ่ง 100 เมตร วิ่ง 200 เมตร วิ่ง 400 เมตร วิ่ง 800 เมตร วิ่ง 1500 เมตร วิ่ง 5000 เมตร วิ่ง 10,000 เมตร วิ่งข้ามรั้ว 100 เมตร วิ่งข้ามรั้ว 400 เมตร วิ่งผลัด 4 x 100 เมตร วิ่งผลัด 4 x 400 เมตร และวิ่งมาราธอน 42.195 กิโลเมตร

2) ประเภทลาน (Field Event) รายการแข่งขันของชายและหญิงเหมือนกัน ประกอบด้วย การแข่งขันกระโดดไกล กระโดดสูง เข่งก้าวกระโดด กระโดดค้ำ พุ่งน้ำหนัก ขว้างจักร พุ่งแหลน และขว้างค้อน

3) การแข่งขันประเภทรวม (Combined event competition) นักกรีฑาชาย ได้แก่ ทศกรีฑา ประกอบด้วยการแข่งขัน 10 รายการ จัดการแข่งขัน 2 วันติดต่อกันตามลำดับ ดังนี้ วันที่ 1 วิ่ง 100 เมตร กระโดดไกล พุ่งลูกน้ำหนัก กระโดดสูง วิ่ง 400 เมตร วันที่ 2 วิ่งข้ามรั้ว 110 เมตร ขว้างจักร กระโดดค้ำ พุ่งแหลน วิ่ง 1500 เมตร นักกรีฑาหญิง ได้แก่ สัตตกรีฑา จัดการแข่งขัน 2 วันติดต่อกันตามลำดับ ดังนี้ วันที่ 1 วิ่งข้ามรั้ว 100 เมตร กระโดดสูง พุ่งลูกน้ำหนัก วิ่ง 200 เมตร วันที่ 2 กระโดดไกล พุ่งแหลน วิ่ง 800 เมตร

4) การแข่งขันเดิน (Race walking) มีการแข่งขันทั้งชายและหญิง คือ ระยะทาง 10 กิโลเมตรและ 50 กิโลเมตร

5) การแข่งขันบนถนน (Road Races) ระยะมาตรฐานของประเภทชายและหญิงมีระยะทาง 15 กิโลเมตร 20 กิโลเมตร ระยะทางครึ่งมาราธอน (Half Marathon) 25 กิโลเมตร 30 กิโลเมตร มาราธอน (Marathon) 42.195 กิโลเมตร และวิ่งผลัดถนน (Road relay)

6) การแข่งขันวิ่งข้ามทุ่ง (Cross Country Races) ในประเภทชาย เส้นทางยาว 12 กิโลเมตร เส้นทางสั้น 4 กิโลเมตร ประเภทเยาวชนชายระยะทาง 8 กิโลเมตร ส่วนประเภทหญิง เส้นทางยาว 8 กิโลเมตร เส้นทางสั้น 4 กิโลเมตร และเยาวชนหญิง ระยะทาง 6 กิโลเมตร

จากที่กล่าวมา สามารถสรุปได้ว่า กรีฑาแบ่งออกเป็น 6 ประเภท ได้แก่ กรีฑาประเภทลู่ กรีฑาประเภทลาน ประเภทประเภทรวม ประเภทเดิน ประเภทถนน และประเภทวิ่งข้ามทุ่ง

3. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

3.1 การวิจัยในต่างประเทศ

วิลลิส (Willis, 1982) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจในการแข่งขันกับระดับของการแข่งขัน โดยให้นักกีฬาประเมินตัวเอง และผู้ฝึกสอนประเมินนักกีฬาในการแข่งขันจุดมุ่งหมายของการศึกษาครั้งนี้ เป็นการตรวจสอบถึงพลังของการกลัวความล้มเหลว และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาชาย 33 คน เป็นนักกีฬาหญิง 10 คน เป็นนักกีฬาวอลเลย์บอล บาสเกตบอล กรีฑาลู่และลาน และนักวิ่งทางไกล นักกีฬาทั้งหมดเป็นนักกีฬาระดับทีมมหาวิทยาลัย นักกีฬาตอบแบบสอบถามตามความคิดเห็น ซึ่งเป็นแบบสอบถาม

เกี่ยวกับความสัมพันธ์ของการแข่งขันกับแรงจูงใจในการเล่นกีฬา ซึ่งแบบสอบถามเฉพาะกีฬามีน้ำหนักคะแนน 3 ระดับ ผลการวิเคราะห์แสดงให้เห็นว่า การประเมินของผู้ฝึกสอนได้ให้ทักษะของนักกีฬามีความสัมพันธ์มากที่สุดกับระดับของการแข่งขัน และระดับของแรงจูงใจ การประเมินตัวเองของนักกีฬาการเข้าร่วม การแข่งขัน และพลังแรงจูงใจคะแนนเป็นตัวแปรที่มีความสำคัญต่อการคาดเดา และพลังแรงจูงใจของนักกีฬาหญิงมีความสัมพันธ์กับผู้ฝึกสอน ทักษะ และความรู้ความเข้าใจกับการแข่งขันเป็นสิ่งที่บ่งชี้ถึงระดับแรงจูงใจที่ดีที่สุด การคาดเดาของผู้ฝึกสอนและแรงจูงใจที่พบเสมอ ๆ คือความกลัว

เออร์ลี (Early, 1987) ได้ศึกษาการปรับตัวและศึกษาความแตกต่างของแรงจูงใจในการเข้าร่วมเล่นกีฬาประเภททีมและประเภทบุคคล เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบวัดลักษณะการปรับตัวขั้นพื้นฐานที่สัมพันธ์กับการปรับความประพฤติ และแบบสอบถามวัดแรงจูงใจในการเข้าแข่งขัน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาฟุตบอล นักกีฬาสเกตบอล นักกรีฑาประเภทลู่ นักกีฬากอล์ฟ นักกีฬาเทนนิส ไม่เป็นนักกีฬา และผู้ที่เป็นนักกีฬาครั้งเดียว ผลการศึกษาพบว่า แรงจูงใจแตกต่างกันในด้านความล้มเหลว สมรรถภาพร่างกาย การแจ้งให้ทราบและการควบคุมระหว่างนักกีฬาประเภททีม และนักกีฬาประเภทบุคคล แต่การปรับตัวไม่ต่างกัน ความสัมพันธ์ระหว่างการปรับตัวขั้นพื้นฐานกับแรงจูงใจในการแข่งขัน ชี้ให้เห็นว่าในกีฬาประเภทบุคคลมีความเข้มแต่ไม่มีในกีฬาประเภททีม และพบว่าแรงจูงใจและการปรับตัวของนักกีฬาที่มีความสามารถสูงและต่ำมีความแตกต่างกัน ข้อเสนอแนะเพื่อการพัฒนาทักษะของบุคคลให้ดีขึ้นจะมีความเกี่ยวข้องกับการรักษาแรงจูงใจของนักกีฬาแต่ละบุคคลไว้

ทีเจิร์ดสมา (Tjeerdsma, 1994) ได้ทำการสำรวจแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เพื่ออธิบายถึงแรงจูงใจและกระบวนการกระทำตามธรรมชาติไว้ในวิชาพลศึกษา กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนระดับหก 49 คน ที่เข้าร่วมในการเรียนวอลเลย์บอล 14 คาบ ในโรงเรียนระดับกลาง กลุ่มตัวอย่างได้ตอบแบบสอบถามที่ประเมินจุดหมายที่กำหนดในทิศทางของพวกเขา และแรงจูงใจภายในวิชาพลศึกษาเท่ากับทักษะทางกลไกของเขา และความสามารถรับรู้ในการเล่นวอลเลย์บอล การเรียนได้ถ่ายวิดีโอเทป และกำหนดรหัสเพื่อตรวจสอบว่านักเรียนและคนเข้ากันได้ตามสัญญาหรือไม่และอัตราการกระทำระหว่างหน่วย แสดงให้เห็นว่าแบบแสดงความคิดเห็นที่กำหนดตั้งขึ้นไม่ได้อธิบายแรงจูงใจกระบวนการกระทำได้เป็นที่พอใจ อย่างไรก็ตามความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญต่าง ๆ ที่มีความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรในแบบถูกทำให้เหมือนกัน การกระทำในวอลเลย์บอลมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการรับรู้ความสามารถทางกลไก การรับรู้ความสามารถทางทักษะกลไกมีความสัมพันธ์ทางบวกกับแรงจูงใจภายใน ความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญได้ค้นพบระหว่างจุดหมายของการแนะนำแนวทาง และตัวแปรคงที่เน้นตัวสมทบทางบวกระหว่างงานแนะนำแนวทางของแรงจูงใจภายใน ผลของเนื้อหา รวมทั้งความพอใจลักษณะของการจัดสภาพทั่ว ๆ ไปของวิชาพลศึกษา การจัดบรรยากาศโดยครู (แบบของงาน การจัดการและผลสะท้อนกลับ) แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักเรียนได้ถูกนำมาอภิปราย

อมอเรสและฮอร์น (Amorase and Horn, 1995) ได้ทำการทดสอบแรงจูงใจภายในระยะยาวของ นักกีฬาวินยาลัยปีแรก โดยศึกษาประเด็นความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมของโค้ช และสถานภาพทางการ ศึกษา โดยมีจุดประสงค์เพื่อวิเคราะห์พฤติกรรมของโค้ชและสถานภาพการศึกษา สามารถทำนายความ เปลี่ยนแปลงแรงจูงใจภายในของนักกีฬาวินยาลัยปีแรกได้หรือไม่ แบบสอบถามได้ดำเนินการทั้งก่อนและหลัง ฤดูกาลแข่งขันกับนักกีฬา จำนวน 76 คน ผลวิเคราะห์พบว่า ลักษณะการโค้ชแบบเผด็จการ พร้อมทั้งมี พฤติกรรมตอบสนองรุนแรงมีผลสนับสนุนอย่างมาก ที่ทำให้แรงจูงใจภายในลดลง และสถานภาพทางการ ศึกษาไม่มีผลต่อแรงจูงใจภายใน

ฮอลล์และเออร์เลส (Hall and Earles, 1995) ได้ศึกษาเรื่องดัชนีแรงจูงใจที่ชี้ให้เห็นระดับความ สนใจและความสำเร็จของการเรียนการสอนพลศึกษาในโรงเรียน ซึ่งการศึกษาในครั้งนี้เป็นการขยายผลการ ค้นคว้าวิจัยเกี่ยวกับดัชนีแรงจูงใจที่ชี้ให้เห็นถึงระดับความสนใจและความสำเร็จในกีฬา การวิจัยครั้งแรกนั้นมี ปัจจัยหลักที่ว่านักกีฬาสามารถมีสิทธิ์เลือกที่จะเข้าร่วมเล่นกีฬาหรือไม่ก็ได้ ดังนั้นจึงเป็นการเหมาะสมที่จะ สามารถเข้าใจถึงแรงจูงใจของเด็กต่อกิจกรรมพลศึกษาที่อาจลดน้อยลงได้ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียน 253 คน มีอายุระหว่าง 11-15 ปี ซึ่งลงทะเบียนเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นและมัธยมศึกษาตอนปลาย แบบสอบถาม ได้ถามถึงตัวกำหนดความสำเร็จในเป้าหมาย สภาพบรรยากาศของห้องเรียนพลศึกษา ความสนใจภายใน และ ความเชื่อเกี่ยวกับความสำเร็จ ผลการวิเคราะห์พบว่า ช่วยชี้แนะและสอนเนื้อหาต่าง ๆ ที่มีเป้าหมายอยู่ที่การ ฝึกฝนนั้น เป็นวิธีที่ได้รับความสนใจและสนุกสนานที่สุด ทั้งยังกล่าวเสริมความเชื่อว่า ความพยายามจะนำไปสู่ ความสำเร็จด้วย จากการศึกษายังพบว่า ช่วงที่นักกีฬาเบื่อหน่ายที่สุด และมีความเชื่อว่าความสามารถและ ความพยายามจะนำไปสู่ความสำเร็จ นอกจากนี้ยังได้ข้อมูลเพิ่มว่าสภาพห้องเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา ตอนปลาย เป็นแบบให้แสดงออกมากกว่าสภาพห้องเรียนของเด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

คารูสซานู และโรเบิร์ตส (Karussanu and Roberts, 1995) ได้ศึกษาแรงจูงใจในกิจกรรมพลศึกษา โดยเฉพาะในแง่บทบาทของบรรยากาศเสริมแรงจูงใจ แรงจูงใจภายในและประสิทธิภาพของตนเอง การศึกษา นี้ได้วิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างบรรยากาศเสริมแรงจูงใจ แรงจูงใจภายในและประสิทธิภาพ ของตนเอง ในกิจกรรมพลศึกษา และเพื่อค้นหาลักษณะของการกำหนดเป้าหมายชัดเจน และบรรยากาศเสริมแรงจูงใจที่มี ต่อระดับแรงจูงใจภายใน และประสิทธิภาพของตน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาจำนวน 247 คน ที่ลงทะเบียน และเข้าร่วมเรียนเทนนิสระดับพื้นฐาน แบบสอบถามนั้นเกี่ยวกับเป้าหมายของการเล่นกีฬา บรรยากาศที่ช่วย เสริมความต้องการเรียน ดัชนีชี้ถึงแรงจูงใจภายใน ประสิทธิภาพ และความสามารถของตนเองที่มีครูชี้แนะจะ ทำให้นักเรียนสนุกสนาน มีความพยายามพัฒนาความสามารถเมื่อมีการเรียนการสอนโปรแกรม แบคแฮนด์ และวอลเลย์ ในช่วงที่ให้นักเรียนแสดงหากมีความตั้งใจจะให้ผลดี แต่ในทางชี้แนะและสาธิต การ ตั้งเป้าหมายทางอารมณ์ แสดงว่ามีแรงจูงใจภายใน ขณะที่บรรยากาศเสริมแรงจูงใจที่รับรู้ โดยเฉพาะ

ประสิทธิภาพได้ จะเห็นว่าการแยกแยะช่วงชี้แนะและช่วงแสดงออกจากกันจะมีผลต่อแรงจูงใจของนักเรียนในการทำกิจกรรมพลศึกษา

ไวท์ และแซลลี่ (White & Sally, 1996) ได้ศึกษาความเกี่ยวข้องของเพศที่มีผลกระทบต่อการกีฬา และแรงจูงใจที่ส่งผลถึงเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองในการเล่นกีฬาซึ่งใช้แบบสอบถามเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเอง ในการเล่นกีฬา การทดสอบ และอธิบายถึงความแตกต่างของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองในการเล่นกีฬา ผลการศึกษาพบว่าเยาวชนที่มีความสามารถสูงในการแข่งขันคือ กลุ่มวิทยาลัยมีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตนเองกับกลุ่มอื่น ๆ และพบว่า เพศชายมีเจตคติเกี่ยวกับตนเองสูงกว่าเพศหญิง และเพศที่มีผลต่อระดับความสามารถในการแข่งขันซึ่งปรากฏจากคะแนนเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงาน มีความมั่นคงต่อเจตคติซึ่งมีความสัมพันธ์ระหว่างการแสดงออกถึงเจตคติสู่ความสำเร็จและเป็นแรงจูงใจในการเล่นกีฬา

วินเซนต์ และชาลส์ (Vincent; & Charles, 1997) ได้ศึกษาแรงจูงใจ ในการเข้าร่วมแข่งขันฟุตบอล ในโรงเรียนระดับมัธยมศึกษา กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาชาย 52 คน นักกีฬาหญิง 46 คน โดยใช้แบบสอบถาม ผลการศึกษาพบว่า นักกีฬาที่เข้าร่วมต้องการความสนุกสนาน ปรับปรุงทักษะให้ดีขึ้น และการมีเพื่อน นักกีฬาชายที่เข้าร่วม เพราะต้องการมีสภาพร่างกายที่ดีตามแบบฉบับของนักกีฬาฟุตบอล ตรงข้ามกับนักกีฬาหญิง ไม่ได้สนใจเรื่องสมรรถภาพร่างกายหรือเรื่องของชัยชนะมากไปกว่าเรื่องของการมีเพื่อนในทีม

เพนการ์และคณะ (Pensgaard, 1999) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ปัจจัยของแรงจูงใจและการวางแผนการเล่นของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาพาราลิมปิก และนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาโอลิมปิกฤดูหนาวของประเทศนอร์เวย์ โดยทำการศึกษาเปรียบเทียบในด้านปัจจัยของแรงจูงใจและการวางแผนการเล่นระหว่างนักกีฬาที่ประสบผลสำเร็จ และนักกีฬาพิการ โดยทำการทดสอบกับนักกีฬาของประเทศนอร์เวย์ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาพาราลิมปิก และกีฬาโอลิมปิกฤดูหนาว จำนวน 30 คน และ 69 คน ตามลำดับ ผลการวิจัยพบว่าทั้งสองกลุ่มมีการวางแผนการเล่นไม่ต่างกัน แต่ในนักกีฬาที่พิการจะมีความพยายาม อุสาหะที่จะมุ่งมั่นสู่ความสำเร็จแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ซัลกูเอโร และคณะ (Salguero; et al., 2004) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมและการรับรู้ความสามารถทางกายของนักกีฬาวัยน้ำชายสเปน จำนวน 428 คน ประกอบด้วยนักกีฬาชาย 204 คน และนักกีฬาหญิง 224 คน อายุระหว่าง 8 – 22 ปี แบ่งการรับรู้ความสามารถของนักกีฬาชายออกเป็น 3 ระดับ คือ ต่ำ กลาง และสูง โดยใช้แบบทดสอบแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรม (The Participation Motivation Inventory; PMI) มีจำนวนข้อคำถามที่เป็นเหตุผลสำหรับการเข้าร่วมกิจกรรมจำนวน 32 ข้อ แต่ละข้อให้คะแนนแบบประเมินค่า 3 ระดับ ดังนี้ 3 เท่ากับสำคัญ 2 เท่ากับมีความสำคัญบ้าง 1 เท่ากับไม่สำคัญ โดยแบบสอบถามนี้ถูกแบ่งออกเป็น 7 ด้าน คือ ด้านสุขภาพ ด้านความสนุกหรือสัมพันธ์ภาพ ด้านการแข่งขันหรือทักษะ ด้านบุคคลอื่น ๆ ที่มีความสำคัญกับตัวเอง ด้านการเข้าร่วม

เป็นสมาชิก (Affiliation) ด้านสถานภาพ (Status) ด้านการปลดปล่อยพลังงาน และแบบสอบถามการรับรู้ความสามารถทางกาย (The Perceived Physical Ability Scale: PPA) จำนวน 10 ข้อ มี 6 ระดับ คือ เห็นด้วยมากที่สุด จนถึงไม่เห็นด้วยมากที่สุด ผลการศึกษาพบว่า ปัจจัยด้านการแข่งขันหรือทักษะมีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง มีค่าเฉลี่ยของ PPA สูงกว่ากลุ่มที่อยู่ระดับกลาง และระดับต่ำทุกด้านของแรงจูงใจ และพบว่าความสัมพันธ์อยู่ในระดับต่ำระหว่างแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมกับการรับรู้ความสามารถทางกายของนักศึกษา 6 ด้าน ยกเว้นความสนุกหรือด้านสัมพันธ์ภาพ แรงจูงใจระหว่างชายกับหญิงมีความแตกต่างในด้านเพื่อความสนุกสนานหรือสัมพันธ์ภาพ ด้านบุคคลอื่น ๆ ที่มีความสำคัญกับตัวเองและด้านสถานภาพ

เจนนิเฟอร์ (Jennifer, 2005) ได้ศึกษาเรื่องการเปรียบเทียบแรงจูงใจภายในระหว่างนักกีฬาระดับเยาวชน 2 กลุ่ม ผลการศึกษาพบว่าสำหรับบุคคลแล้ว เพื่อที่จะเรียนรู้และปฏิบัติทักษะการเคลื่อนไหวใหม่ ซึ่งคาดหวังไว้ว่า พวกเขาจะไม่เพียงแต่บรรลุระดับของความเข้าใจเฉพาะด้าน (เช่น กระบวนการรับรู้) แต่พวกเขาก็ยังต้องทะนุบำรุงรักษาระดับของความสนใจหรือความกระตือรือร้น สิ่งต่อไปนี้ก็คือ การศึกษาเปรียบเทียบที่ได้รับการออกแบบมาเพื่อประเมินผลการกระทบของคำสั่งในเรื่องแรงจูงใจภายใน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การศึกษาครั้งนี้ได้ใช้วิธีการวิเคราะห์ข้อมูลอันดับรองลงมาเพื่อกำหนดว่าแรงจูงใจภายใน ที่ได้มาจากรูปแบบสอบถามที่มีพื้นฐานทางด้านทัศนคตินั้น แตกต่างกันในกลุ่มของผู้เล่นฮอกกี้น้อยที่ได้รับการฝึกสอนถึงเรื่องมโนคติ (ความคิด) และยอมให้มีการตรวจเช็คร่างกาย กับกลุ่มของผู้เล่นสมาคมนักกีฬาฮอกกี้ที่ไม่อนุญาตให้มีการตรวจเช็คร่างกายหรือไม่ แม้ว่าผลลัพธ์ต่างๆ ได้บ่งชี้ว่า มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญในส่วนแรงจูงใจภายในระหว่างสองกลุ่มดังกล่าว นักวิจัยได้แนะนำว่า การศึกษาวิจัยต่าง ๆ ในอนาคตควรพิจารณาบันทึกต่าง ๆ มากมาย และอิทธิพลต่าง ๆ ที่มีให้ ซึ่งบางอย่างก็รวมถึงพลังงานของทีม ตารางการเล่นและการฝึกซ้อม จำนวนของเวลาที่ใช้เล่น วิธีการของคำสั่งเช่นเกี่ยวกับโครงสร้างต่าง ๆ ทางจิตวิทยา เช่น ความคิดที่สะท้อนตนเอง การบรรลุนิติภาวะด้านการรับรู้ อายุ เรื่องราวต่าง ๆ ทางสังคม

3.2 งานวิจัยในประเทศไทย

สามารถชาย จงวิญญา (2527) ได้ศึกษาเหตุจูงใจที่มีอิทธิพลต่อการเลือกเรียนวิชาพลศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพการศึกษาระดับสูง ในวิทยาลัยครูและวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาวิทยาลัยครู 137 คน และวิทยาลัยพลศึกษา 138 คน รวมทั้งสิ้น 275 คน เครื่องมือที่ใช้ เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับเหตุจูงใจที่มีผลต่อการเลือกเรียนวิชาเอกพลศึกษาผลการวิจัยพบว่า เหตุจูงใจที่มีผลต่อการเลือกเรียนวิชาเอกพลศึกษา เรียงลำดับจากมากไปหาน้อย ดังนี้ด้านสุขภาพอนามัย ด้านความมีเกียรติยศชื่อเสียง ความรักความถนัดและความสนใจต่อสาขาวิชาพลศึกษา ด้านความมั่นคงและความก้าวหน้าในอาชีพ ด้านความคิดเห็นส่วนตัว ด้านบุคคลที่เกี่ยวข้อง และด้านความจำเป็นบางประการ

พีรเจต ร้วทอง (2537) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง การศึกษาแรงจูงใจของนักกีฬาที่เข้าร่วมในการแข่งขัน กีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 21 พุทธศักราช 2536 กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักกีฬาจำนวน 800 คน แยกเป็นนักกีฬาประเภทบุคคล 400 คน นักกีฬาประเภททีม 400 คน และกลุ่มนักกีฬาที่ประสบความสำเร็จ 256 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบวัดแรงจูงใจภายใน / แรงจูงใจภายนอกของไวส์ ที่แปลเป็น ภาษาไทย หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่า “ที” ผลการวิจัยพบว่า 1. นักกีฬาประเภท บุคคลและนักกีฬาประเภททีม ทำเข้าร่วมการแข่งขันครั้งนี้มีแรงจูงใจภายในมากกว่าแรงจูงใจภายนอก 2. แรงจูงใจของนักกีฬาทั้งประเภทบุคคลและประเภททีม ในการแข่งขันครั้งนี้มีแรงจูงใจไม่แตกต่างกัน 3. นักกีฬา ที่ประสบความสำเร็จทั้งประเภทบุคคลและประเภททีม ในการแข่งขันครั้งนี้มีแรงจูงใจภายในมากกว่าแรงจูงใจ ภายนอก 4. แรงจูงใจของนักกีฬาที่ประสบความสำเร็จทั้งประเภทบุคคลและประเภททีมในการแข่งขันครั้งนี้ มี แรงจูงใจไม่แตกต่างกัน

दनัย ยาทอม (2538) ได้ศึกษาวิจัยเรื่อง แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายกน้ำหนักของนักกีฬาหญิง พบว่า การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายกน้ำหนักของนักกีฬาหญิง กลุ่มตัว อย่างเป็นนักกีฬายกน้ำหนักหญิง ที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬายกน้ำหนักที่จัดการแข่งขันขึ้นโดยสมาคมกีฬายก น้ำหนักสมัครเล่นแห่งประเทศไทย และรายการแข่งขันระดับนานาชาติที่ประเทศส่งเข้าร่วมการแข่งขัน ประจำปี พ.ศ.2537 เป็นนักกีฬาระดับเยาวชน 70 คน ระดับประชาชน 82 คน และระดับทีมชาติ 9 คน รวม ทั้งสิ้น 161 คน ซึ่งได้มาโดยการเจาะจงเลือก เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามที่สร้าง ขึ้นและนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการวิจัยพบว่า 1. นักกีฬายกน้ำหนักหญิงระดับเยาวชนมีแรงจูงใจเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก 4 ด้าน ตามลำดับ คือ ด้านสุขภาพอนามัย ด้านความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเอง ด้านโอกาสที่จะได้รับความก้าวหน้าในอนาคต และ ด้านบุคคลที่เกี่ยวข้อง ส่วนแรงจูงใจเฉลี่ยอยู่ระดับน้อยมี 3 ด้าน ตามลำดับ คือ ด้านรายได้และผลประโยชน์ ด้านความรัก ความถนัดและความสนใจ และด้านเกียรติยศชื่อเสียง 2. นักกีฬายกน้ำหนักหญิงทีมชาติระดับ ประชาชนมีแรงจูงใจอยู่ในระดับมาก 4 ด้าน ตามลำดับคือ ด้านสุขภาพอนามัย ด้านความคิดเห็นเกี่ยวกับ ตนเอง ด้านบุคคลที่เกี่ยวข้อง และด้านโอกาสที่จะได้รับความก้าวหน้าในอนาคตส่วนแรงจูงใจเฉลี่ยอยู่ระดับ น้อยมี 3 ด้าน ตามลำดับ คือ ด้านเกียรติยศชื่อเสียง ด้านรายได้และผลประโยชน์ และด้านความรัก ความถนัด และความสนใจ 3. นักกีฬายกน้ำหนักหญิงทีมชาติมีแรงจูงใจเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก 6 ด้าน ตามลำดับคือ ด้าน สุขภาพอนามัย ด้านความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเอง ด้านเกียรติยศชื่อเสียง ด้านโอกาสที่จะได้รับความก้าวหน้าใน อนาคต ด้านรายได้และผลประโยชน์ ด้านบุคคลที่เกี่ยวข้อง และมีแรงจูงใจเฉลี่ยอยู่ในระดับน้อย 1 ด้าน คือ ด้านความรัก ความถนัดและความสนใจ

ตนเองและบุคคลที่เกี่ยวข้อง ด้านความรักความถนัดและความสนใจ และด้านรายได้และผลประโยชน์ และมีแรงจูงใจน้อยที่สุดคือ ด้านเกียรติยศชื่อเสียง

ประเชิญ รอดบ้านเกาะ (2543) ได้ศึกษาแรงจูงใจในการเลือกเล่นเซปักตะกร้อของนักกีฬาหญิงกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็นนักกีฬาเซปักตะกร้อที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเซปักตะกร้อที่จัดขึ้นโดยสมาคมเซปักตะกร้อแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ จำนวน 110 คน การกีฬาแห่งประเทศไทย จำนวน 50 คน กรมพลศึกษาจำนวน 60 คน และรายการอื่น ๆ ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล จำนวน 30 คน รวมทั้งหมด 250 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล คือแบบสอบถามที่ผู้ทำการวิจัยสร้างขึ้นเอง ผลการวิจัยพบว่า นักกีฬาเซปักตะกร้อหญิงมีแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาเซปักตะกร้อ ดังนี้ ด้านสุขภาพและอนามัย ตามความคิดเห็นของนักกีฬาเซปักตะกร้อหญิง โดยรวมมีค่าร้อยละ 65.2 อยู่ในระดับมากที่สุด และมีค่าร้อยละ 24.8 อยู่ในระดับมากตามรายได้และผลประโยชน์ ตามความคิดเห็นของนักกีฬาเซปักตะกร้อหญิง โดยรวมมีค่าร้อยละ 24.8 อยู่ในระดับมากที่สุด และมีค่าร้อยละ 41.2 อยู่ในระดับมาก ด้านความรักความถนัดและความสนใจ ตามความคิดเห็นของนักกีฬาเซปักตะกร้อหญิง โดยรวมมีค่าร้อยละ 30.4 อยู่ในระดับมากที่สุด และมีค่าร้อยละ 32.8 อยู่ในระดับมาก ด้านเกียรติยศชื่อเสียง ตามความคิดเห็นของนักกีฬาเซปักตะกร้อหญิง โดยรวมมีค่าร้อยละ 31.6 อยู่ในระดับมากที่สุด และมีค่าร้อยละ 48.2 อยู่ในระดับมาก

วัชร คำเพ็ง (2537) ได้ทำการวิจัยเรื่อง การศึกษาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักมวยไทยอาชีพ การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อการศึกษาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักมวยไทยอาชีพ เพื่อเปรียบเทียบแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ระหว่างกลุ่มนักมวยที่มีสัมฤทธิ์ผลในการชกมวยสูง กับกลุ่มนักมวยไทยที่มีสัมฤทธิ์ผลในการชกมวยต่ำ เพื่อเปรียบเทียบแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ระหว่างกลุ่มนักมวยไทยในอดีตกับกลุ่มนักมวยไทยในปัจจุบัน เพื่อศึกษาปฏิสัมพันธ์ระหว่างสัมฤทธิ์ผลในการชกมวยกับสถานภาพของนักมวยไทย กลุ่มตัวอย่างประชากรเป็นนักมวยไทยอาชีพ จำนวน 60 คน แบ่งออกเป็น 4 กลุ่ม ๆ ละ 15 คน ได้แก่ กลุ่มที่ 1 กลุ่มนักมวยที่มีสัมฤทธิ์ผลในการชกมวยสูงในอดีต กลุ่มที่ 2 กลุ่มนักมวยที่มีสัมฤทธิ์ผลในการชกมวยต่ำในอดีต กลุ่มที่ 3 กลุ่มนักมวยที่มีสัมฤทธิ์ผลในการชกมวยสูงในปัจจุบัน และกลุ่มที่ 4 กลุ่มนักมวยที่มีสัมฤทธิ์ผลในการชกมวยต่ำในปัจจุบัน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักมวยไทยอาชีพที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีค่าความเที่ยงตรง .74 ไปใช้วัดกับกลุ่มตัวอย่างประชากร นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้ 1. แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักมวยไทยอาชีพ มีค่าเฉลี่ย เท่ากับ 133.05 2. กลุ่มนักมวยที่มีสัมฤทธิ์ผลในการชกมวยสูง มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงกว่า กลุ่มนักมวยที่มีสัมฤทธิ์ผลในการชกมวยต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 3. กลุ่มนักมวยไทยในอดีต และกลุ่มนักมวยไทยใน

ปัจจุบัน มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 4. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างสัมฤทธิ์ผลในการชกมวยกับสถานของนักมวยไทยต่อแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กฤตพรต บุญโรจน์. (2552) ได้ทำการศึกษาเรื่อง แรงจูงใจในการเล่นกีฬาเทนนิสของเยาวชนในเขตเทศบาลนครเชียงใหม่ พ.ศ.2551 จากการวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาและเปรียบเทียบแรงจูงใจในการเล่นกีฬาเทนนิสของเยาวชนในเขตเทศบาลนครเชียงใหม่ พ.ศ.2551 กลุ่มตัวอย่างเป็นเยาวชนที่เล่นเทนนิส ซึ่งเป็นนักเรียนในโรงเรียนและสโมสรในเขตเทศบาลนครเชียงใหม่ จำนวน 375 คน แยกเป็นเพศชาย จำนวน 220 คน และเพศหญิงจำนวน 155 คน โดยการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified random Sampling) เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามมาตราส่วนประมาณค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามเท่ากับ 0.96 วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสังคมศาสตร์ (SPSS) ในการหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบสมมติฐานโดยใช้สถิติ t-test Independent ผลการวิจัยพบว่า 1. แรงจูงใจในการเล่นกีฬาเทนนิสของเยาวชนในเขตเทศบาลเชียงใหม่ ประจำปี 2551 โดยรวมมีแรงจูงใจในระดับมาก 2. แรงจูงใจในการเล่นกีฬาเทนนิสของเยาวชนในเขตเทศบาลเชียงใหม่ ประจำปี 2551 พบว่าระหว่างเยาวชนชาย และเยาวชนหญิง มีแรงจูงใจในการเล่นกีฬาเทนนิสไม่แตกต่างกัน 3. ในการเล่นกีฬาเทนนิสของเยาวชนในเขตเทศบาลเชียงใหม่ ประจำปี 2551 พบว่า ระหว่างเยาวชนที่เล่นเทนนิสในสังกัดของโรงเรียน และเยาวชนที่เล่นเทนนิสในสังกัดของสโมสร มีแรงจูงใจในการเล่นกีฬาเทนนิสแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 สุรศักดิ์ สิงห์สา. (2552) ได้ทำการศึกษาเรื่อง แรงจูงใจในการเล่นกีฬาเรือพายของนักกีฬาเรือพายในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 37 การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษา และเปรียบเทียบแรงจูงใจในการเล่นกีฬาเรือพายของนักกีฬาเรือพายในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 37 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักกีฬาเรือพายที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 37 จำนวน 285 คน เป็นนักกีฬาชาย จำนวน 191 คน เป็นนักกีฬาหญิงจำนวน 94 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .95 นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ แบบสอบถามดังกล่าวประกอบด้วยแรงจูงใจในด้านต่าง ๆ 5 ด้าน ได้แก่ ด้านความรักความสนใจ ด้านสุขภาพความแข็งแรง ด้านความทะเยอทะยาน ด้านบุคคลที่เกี่ยวข้อง และด้านโอกาสที่ได้รับในอนาคต การวิเคราะห์ข้อมูลใช้ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที (t-test) ผลการวิจัยพบว่า 1. แรงจูงใจในการเล่นกีฬาเรือพายของนักกีฬาเรือพายในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติครั้งที่ 37 ด้านความรักความสนใจ ด้านสุขภาพความแข็งแรง ด้านความทะเยอทะยาน ด้านบุคคลที่เกี่ยวข้อง และด้านโอกาสที่ได้รับในอนาคตโดยรวมอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.31, 4.37, 4.43, 4.39 และ 4.25 ตามลำดับ 2. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยแรงจูงใจในการเล่นกีฬาเรือพายของนักกีฬาเรือพายในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 37 ระหว่างเพศโดยรวม นักกีฬาเรือพายชายมีค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของแรงจูงใจในการเล่นกีฬาเรือพาย เท่ากับ 4.26 และ 0.31 ตามลำดับ และ

นักกีฬาเรือพายหญิงมีค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของแรงจูงใจในการเล่นกีฬาเรือพายเท่ากับ 4.41 และ 0.27 ตามลำดับ เมื่อทำการเปรียบเทียบแล้วพบว่า นักกีฬาเรือพายชายและนักกีฬาเรือพายหญิงมีแรงจูงใจแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .05 ในด้านความรักความสนใจ ด้านสุขภาพและความแข็งแรง และด้านโอกาสที่ได้รับในอนาคต 3. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยแรงจูงใจในการเล่นกีฬาเรือพายของนักกีฬาเรือพายในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 37 ระหว่างประเภทการแข่งขันโดยรวม มีค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของแรงจูงใจในการเล่นกีฬาเรือพาย เท่ากับ 4.32 และ 0.32 ตามลำดับ และนักกีฬาเรือพายที่เล่นกีฬาเรือพายประเภทเรือสากล มีค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของแรงจูงใจในการเล่นกีฬาเรือพาย เท่ากับ 4.30 และ 0.29 ตามลำดับ เมื่อทำการเปรียบเทียบแล้วพบว่า แรงจูงใจในการเล่นกีฬาเรือพายของนักกีฬาเรือพายประเภทเรือไทย และนักกีฬาเรือพายประเภทเรือสากล มีแรงจูงใจไม่แตกต่างกัน

กัญเกียรติ บุญมี. (2552) ได้ทำการวิจัยเรื่อง แรงจูงใจของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาสถาบันพลศึกษาแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 33 ประจำปี พ.ศ.2551 ณ จังหวัดชัยภูมิ การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาและเปรียบเทียบระดับแรงจูงใจของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาสถาบันพลศึกษาแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 33 ประจำปี พ.ศ.2551 ณ จังหวัดชัยภูมิ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ นักกีฬาสังกัดสถาบันพลศึกษาทั้ง 17 วิทยาเขต จำนวน 370 คน เป็นชาย 274 คน เป็นหญิง 96 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีค่าความเชื่อมั่น 0.92 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลได้แก่ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบค่าที (t-test) วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว และเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่โดยวิธีของ เชฟเฟ (Scheffe) ผลการวิจัยพบว่า 1. แรงจูงใจของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาสถาบันการพลศึกษาแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 33 ประจำปี พ.ศ.2551 ณ จังหวัดชัยภูมิโดยรวมมีแรงจูงใจอยู่ในระดับมากที่สุด ส่วนในรายด้านต่าง ๆ พบว่า ด้านความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองและบุคคลที่เกี่ยวข้อง ด้านร่างกายและจิตใจ และด้านเกียรติยศชื่อเสียงและสังคม มีแรงจูงใจอยู่ระดับมากที่สุด ด้านรายได้และผลประโยชน์มีแรงจูงใจอยู่ระดับมาก 2. แรงจูงใจของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาสถาบันการพลศึกษาแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 33 ประจำปี พ.ศ.2551 ณ จังหวัดชัยภูมิ แยกตามตัวแปรเพศและภาคปรากฏ ดังนี้ 2.1 แยกตามเพศ พบว่า เพศชายและเพศหญิงมีแรงจูงใจในด้านความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองและบุคคลที่เกี่ยวข้อง ด้านร่างกายและจิตใจ และด้านเกียรติยศชื่อเสียงและสังคมอยู่ในระดับมากที่สุด และด้านรายได้และผลประโยชน์มีแรงจูงใจอยู่ระดับมาก 2.2 แยกตามภาค พบว่า ภาคเหนือและภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีแรงจูงใจด้านความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองและบุคคลที่เกี่ยวข้อง ด้านร่างกายและจิตใจ ด้านรายได้และผลประโยชน์ และด้านเกียรติยศชื่อเสียงและสังคมอยู่ในระดับมากที่สุด ส่วนภาคกลางและภาคใต้ มีแรงจูงใจความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเองและบุคคลที่เกี่ยวข้อง ด้านร่างกายและจิตใจ และด้านเกียรติยศชื่อเสียงและสังคมอยู่ในระดับมากที่สุด และด้านรายได้และผลประโยชน์มีแรงจูงใจอยู่ในระดับมาก 3.

การเปรียบเทียบแรงจูงใจของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาสถาบันการพลศึกษาแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 33 ประจำปี พ.ศ.2551 ณ จังหวัดชัยภูมิ ตามตัวแปรเพศ ไม่แตกต่างกัน 4. การเปรียบเทียบแรงจูงใจของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาสถาบันการพลศึกษาแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 33 ประจำปี พ.ศ.2551 ณ จังหวัดชัยภูมิ ตามตัวแปรภาคพบว่า แตกต่างกันเมื่อเปรียบเทียบเป็นรายคู่พบว่า ภาคตะวันออกเฉียงเหนือมีแรงจูงใจด้านรายได้และผลประโยชน์แตกต่างกับภาคกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

เฉลิมรัฐ ทองสิริมิตรรัตน์. (2553) ได้ทำการศึกษาเรื่อง แรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของเยาวชนในจังหวัดลำปาง ปี พ.ศ.2551 การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาระดับแรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของเยาวชนในจังหวัดลำปาง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกรีฑาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬานักเรียนจังหวัดลำปาง ได้มาจากการเลือกแบบเจาะจง จำนวน 252 คน โดยให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามที่เกี่ยวกับแรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑา แล้วนำผลที่ได้มาหาค่าความถี่ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เปรียบเทียบระดับแรงจูงใจของเยาวชนชายและเยาวชนหญิงโดยใช้สถิติที (t-test) เปรียบเทียบระดับแรงจูงใจของนักกรีฑาเขตพื้นที่การศึกษาลำปาง เขต 1 เขตพื้นที่การศึกษาลำปาง เขต 2 เขตพื้นที่การศึกษาลำปาง เขต 3 โดยใช้สถิติเอฟ (F-test) วิเคราะห์ความแตกต่างรายคู่ตามวิธีของแอลเอสดี (LSD) ผลการวิจัยพบว่า 1. แรงจูงใจภายในของนักกรีฑาเยาวชนในเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดลำปาง มีค่าความถี่ในระดับมากที่สุด ในเรื่องของความภาคภูมิใจที่ได้เป็นนักกรีฑาของจังหวัด เพื่อให้มองดูเป็นที่น่าดึงดูดใจ โดดเด่นในสังคม รู้สึกในคุณค่าของตนเองและเป็นที่ยอมรับของผู้อื่น คิดเป็นร้อยละ 47.6, 39.7 และ 39.7 ตามลำดับ และระดับแรงจูงใจภายในที่มีค่าความถี่ในระดับน้อยที่สุดในเรื่องความต้องการสู่ความสำเร็จเกี่ยวกับเกียรติยศและชื่อเสียง คิดเป็นร้อยละ 25 2. แรงจูงใจภายนอกของนักกรีฑาเยาวชนในเขตพื้นที่การศึกษาจังหวัดลำปาง มีค่าความถี่ระดับมากที่สุด ในเรื่องของความภาคภูมิใจที่มีการจัดการแข่งขันโดยมีรางวัลเป็นตัวกระตุ้น นักกรีฑาเยาวชนที่มีชื่อเสียงทุก ๆ ระดับ จะได้รับการยกย่องและชมเชย คิดเป็นร้อยละ 36.5 และ 28.2 ตามลำดับ และระดับแรงจูงใจภายในที่มีค่าความถี่ในระดับน้อยที่สุดในเรื่องการลงทุนว่ากล่าวตักเตือนในนักกรีฑาเยาวชนที่ขาดวินัย คิดเป็นร้อยละ 15.9 3. ค่าเฉลี่ยแรงจูงใจของนักกรีฑาชายและนักกรีฑาหญิงไม่แตกต่างกัน 4. ค่าเฉลี่ยแรงจูงใจของนักกรีฑาระหว่างเขตพื้นที่การศึกษาลำปาง เขต 1 เขตพื้นที่การศึกษาลำปาง เขต 2 และเขตพื้นที่การศึกษาลำปาง เขต 3 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 4.1 ค่าเฉลี่ยแรงจูงใจของนักกรีฑาระหว่างเขตพื้นที่การศึกษาลำปาง เขต 1 และเขตพื้นที่การศึกษาลำปาง เขต 2 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 4.2 ค่าเฉลี่ยแรงจูงใจของนักกรีฑาระหว่างเขตพื้นที่การศึกษาลำปาง เขต 1 และเขตพื้นที่การศึกษาลำปาง เขต 3 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 4.3 ค่าเฉลี่ยแรงจูงใจของนักกรีฑาระหว่างเขตพื้นที่การศึกษาลำปาง เขต 2 และเขตพื้นที่การศึกษาลำปาง เขต 3 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ธนศ สัจคร. (2553) ได้ทำการศึกษาเรื่อง แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาเปตองของนักกีฬาเปตอง สังกัดชมรมกีฬาเปตอง ในเขตกรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ.2552 การวิจัยครั้งนี้จุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาและเปรียบเทียบแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาเปตองของกีฬาเปตอง สังกัดชมรมกีฬาเปตองในเขตกรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ.2552 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาในสังกัดชมรมกีฬาเปตอง ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 400 คน แยกเป็นนักกีฬาชายจำนวน 200 คน และนักกีฬาหญิงจำนวน 200 คน โดยใช้การสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งเขต (Cluster Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้พัฒนาจากแบบสอบถาม อิทธิพลของลักษณะเป้าหมายใฝ่สัมฤทธิ์ ที่มีต่อแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมกีฬาของนักกีฬาระดับอุดมศึกษา ของคุณัตว์ พิธพรชัยกุล (2549) ที่มีค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามทั้งฉบับเท่ากับ .88 วิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ (%) ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) และทดสอบสมมติฐานโดยใช้สถิติ (t-test Independent) ผลการวิจัยพบว่า 1. แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาเปตองของนักกีฬาเปตอง สังกัดชมรมกีฬาเปตองในเขตกรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ.2552 โดยรวมมีแรงจูงใจอยู่ในระดับมาก 2. เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาเปตองของนักกีฬาเปตอง สังกัดชมรมกีฬาเปตองในเขตกรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ.2552 2.1 แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาเปตองของนักกีฬาเปตอง สังกัดชมรมกีฬาเปตองในเขตกรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ.2552 พบว่า ระหว่างนักกีฬาชาย และนักกีฬาหญิง มีแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาเปตองไม่แตกต่างกัน 2.2 แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาเปตองของนักกีฬาเปตอง สังกัดชมรมกีฬาเปตองในเขตกรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ.2552 พบว่า ระหว่างนักกีฬาระดับเยาวชน และนักกีฬาระดับประชาชน มีแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาเปตอง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ประวิณ สุทธิสง่า. (2553) ได้ทำการศึกษาเรื่อง แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาซอฟท์บอลของนักกีฬารุ่นอายุไม่เกิน 18 ปี ในเขตการศึกษา 12 พ.ศ.2552 การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาและเปรียบเทียบแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาซอฟท์บอลของนักกีฬารุ่นอายุไม่เกิน 18 ปี ในเขตการศึกษา 12 พ.ศ.2552 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาซอฟท์บอลรุ่นอายุไม่เกิน 18 ปี ในเขตการศึกษา 12 พ.ศ.2552 จำนวน 103 คน เป็นนักกีฬาชาย จำนวน 68 คน นักกีฬาหญิงจำนวน 35 คน โดยการสุ่มอย่างง่าย เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .90 วิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบค่าที (t-test) ผลการวิจัยพบว่า 1. แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาซอฟท์บอลของนักกีฬารุ่นอายุไม่เกิน 18 ปี ในเขตการศึกษา 12 พ.ศ.2552 ด้านแรงจูงใจภายใน และแรงจูงใจภายนอก มีแรงจูงใจระดับมาก 2. แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาซอฟท์บอลของนักกีฬารุ่นอายุไม่เกิน 18 ปี ในเขตการศึกษา 12 พ.ศ.2552 ระหว่างเพศชาย และเพศหญิง มีแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาซอฟท์บอลไม่แตกต่างกัน 3. แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาซอฟท์บอลของนักกีฬารุ่นอายุไม่เกิน 18 ปี ในเขตการศึกษา 12 พ.ศ.2552 ระหว่างนักกีฬาซอฟท์บอลที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬาซอฟท์บอลน้อยกว่า 1 ปี

และนักกีฬาซอฟต์บอลที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬาซอฟต์บอลมากกว่า 1 ปี มีแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาซอฟต์บอลไม่แตกต่างกัน

ประเวศ สันติภาษา. (2553) ได้ทำการศึกษาเรื่อง แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬารักบี้ฟุตบอลของนักกีฬาหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 26 พ.ศ.2553 การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬารักบี้ฟุตบอลของนักกีฬาหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 26 พ.ศ.2553 ในด้านแรงจูงใจภายในและแรงจูงใจภายนอก การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยทำการศึกษากับประชากรทั้งหมด ซึ่งเป็นนักกีฬาฟุตบอลหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 26 พ.ศ.2553 ทั้งหมด 12 ทีม ทีมละ 12 คน รวมทั้งหมด 144 คน แต่ผู้วิจัยสามารถเก็บรวบรวมข้อมูลได้จำนวน 110 คน คิดเป็นร้อยละ 76.39 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามที่พัฒนามาจากแบบสอบถามแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมกีฬา ของ คุณัตว์ พิธพรชัยกุล (2549) เป็นแบบสอบถามเรื่อง แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬารักบี้ฟุตบอลของนักกีฬาหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 26 พ.ศ.2553 มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.92 วิเคราะห์ข้อมูลโดยแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ ผลการวิจัยพบว่า 1. แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬารักบี้ฟุตบอลของนักกีฬารักบี้ฟุตบอลหญิง โดยรวมมีแรงจูงใจอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 40.06 และมีแรงจูงใจภายนอกอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 35.03 2. แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬารักบี้ฟุตบอลของนักกีฬารักบี้ฟุตบอลหญิงที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬารักบี้ฟุตบอลน้อยกว่า 2 ปี โดยรวมมีแรงจูงใจภายในอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 38.02 และมีแรงจูงใจภายนอกอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 34.81 และนักกีฬารักบี้ฟุตบอลหญิงที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬารักบี้ฟุตบอลตั้งแต่ 2 ปีขึ้นไป โดยรวมมีแรงจูงใจภายในอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 43.57 และมีแรงจูงใจภายนอกอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 35.48

ชวพงษ์ เมธีธรรมวัฒน์. (2551) ได้ทำการวิจัยเรื่อง แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาซอฟต์บอลของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 35 (พ.ศ.2549) จังหวัดสุพรรณบุรี การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาซอฟต์บอลและเปรียบเทียบแรงจูงใจของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 35 (พ.ศ.2549) จังหวัดสุพรรณบุรี ที่สังกัดทีมจังหวัดต่างกัน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 35 จำนวน 154 คน โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล มีค่าความเชื่อมั่นเป็นสัมประสิทธิ์แอลฟาเท่ากับ 0.89 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าความถี่ (frequency) ค่าร้อยละ (mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (standard deviation) และการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) และทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ โดยใช้วิธีการของเชฟเฟ (Scheffe posthoc comparison) ผลการวิเคราะห์ข้อมูลสรุปได้ดังนี้ 1. นักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 35 (พ.ศ.2549) จังหวัดสุพรรณบุรี มีแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาซอฟต์บอล ในภาพรวมอยู่

ในระดับปานกลาง 2. ผลการเปรียบเทียบแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาซอฟท์บอลของนักกีฬาซอฟท์บอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 35 (พ.ศ.2549) จังหวัดสุพรรณบุรี นักกีฬาซอฟท์บอล ที่สังกัดทีมจังหวัดต่างกัน มีแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาซอฟท์บอลในภาพรวม ส่วนด้านความท้าทาย และด้านความคิดในการตัดสินใจ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

จากทฤษฎีและหลักการรวมถึงงานวิจัยที่เกี่ยวข้องชี้ให้เห็นว่า แรงจูงใจมีส่วนสำคัญโดยตรงต่อพฤติกรรมของบุคคล ทั้งนี้เพื่อตอบสนองความต้องการต่าง ๆ ให้บรรลุผลสำเร็จตามที่วางไว้ ดังนั้นผู้วิจัยจึงเห็นว่า การศึกษาเกี่ยวกับแรงจูงใจในการเล่นกรีฑาจะเป็นประโยชน์ในการเตรียมความพร้อมของนักกีฬา ทั้งการฝึกซ้อมและการแข่งขันต่อไป

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ผู้ให้ข้อมูลหลักและวิธีการได้มาของผู้ให้ข้อมูลหลัก

ผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informant) เป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษา ของโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในเขตอำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี จำนวน 31 คน (ชาย 16 คน และหญิง 15 คน) ซึ่งได้มาด้วยวิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Selected) โดยมีเกณฑ์การคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลหลักคือ

เกณฑ์การคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลหลักเข้าคือ

1) เป็นนักเรียนที่ผ่านการคัดเลือกเป็นนักกีฬาทีมกรีฑาของโรงเรียน ปีการศึกษา 2565-2566 2) เป็นนักกีฬาทีมกรีฑาของโรงเรียนที่ฝึกซ้อมและเข้าร่วมแข่งขันกรีฑาในรายการต่างๆ ที่ทีมกรีฑาของโรงเรียนส่งเข้าร่วมการแข่งขันในปี 2565-2566 เช่น กีฬายาวชนแห่งชาติ กีฬานักเรียนนักศึกษาแห่งประเทศไทย กรีฑาชิงแชมป์แห่งประเทศไทย กีฬาสาธิตสามัคคี และรายการอื่นๆ

และ 2) เป็นผู้สมัครใจร่วมกับผู้ปกครองในการยินยอมเข้าร่วมเป็นผู้ให้ข้อมูลหลักในการวิจัยโดยการลงลายมือชื่อในใบยินยอม (Consent Form) ภายใต้เงื่อนไขว่า จะไม่มีผลกระทบใดๆ กับผู้ให้ข้อมูลหลักไม่ว่าจะเข้าร่วมหรือไม่เข้าร่วมเป็นผู้ให้ข้อมูลหลักในงานวิจัยนี้ก็ตาม และสามารถถอนตัวจากการเป็นผู้ให้ข้อมูลหลักได้ตลอดเวลา แม้ว่าจะงานวิจัยจะยังไม่สิ้นสุดลงก็ตาม

ส่วนเกณฑ์ในการคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลหลักออก คือ

1) ผู้ให้ข้อมูลหลักขอถอนตัวออกจากการเป็นนักกีฬาทีมกรีฑาของโรงเรียน ปีการศึกษา 2565-2566

และ 2) ผู้ให้ข้อมูลหลักที่มีความประสงค์ขอถอนตัวหรือไม่สะดวกต่อการเป็นผู้ให้ข้อมูลหลักในทุกกรณี โดยสามารถถอนตัวจากการเป็นผู้ให้ข้อมูลหลักได้ตลอดเวลา แม้ว่าจะงานวิจัยจะยังไม่สิ้นสุดลงก็ตาม และจะไม่มีผลกระทบใดๆ กับนิสิตที่ถอนตัวจากการเป็นผู้ให้ข้อมูลหลักในงานวิจัย

สำหรับการรับสมัครผู้ให้ข้อมูลหลักในการศึกษานี้ ใช้วิธีประชาสัมพันธ์และรับสมัครผ่านช่องทางออนไลน์ร่วมกับการแจกเอกสารแนะนำโครงการวิจัยโดยผู้ช่วยทีมวิจัย (ไม่ใช่ผู้วิจัย) เป็นผู้ดำเนินการ จากนั้นจะทำการนัดหมายนักเรียนที่สนใจเข้าร่วมเป็นผู้ให้ข้อมูลหลัก (สมัครหรือตอบรับผ่านช่องทางออนไลน์) ในช่วงเวลาที่ผู้ให้ข้อมูลหลักสะดวก เพื่อให้ผู้ช่วยทีมวิจัยเข้าชี้แจงรายละเอียดสำคัญต่าง ๆ พร้อมกับใบยินยอม (Consent Form) ให้แก่ผู้สนใจเข้าร่วมเป็นผู้ให้ข้อมูลหลักนำกลับไปอ่านและพิจารณาที่บ้านพักร่วมกับผู้ปกครอง และนัดหมายนำใบยินยอมมาส่งให้กับทีมผู้ช่วยวิจัยในภายหลัง ทั้งนี้ ทีมวิจัยให้ความสำคัญในการปกป้องสิทธิ์และข้อมูลส่วนบุคคลโดยการใช้นามสมมุติแทนชื่อจริงของผู้ให้ข้อมูลหลักในการนำเสนอข้อมูลต่างๆ ของการวิจัย คือ MA1-MA16 แทนผู้ให้ข้อมูลเพศชาย และ WA1-WA15 แทนผู้ให้ข้อมูลเพศหญิง

การรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

การศึกษานี้ได้รับการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมในมนุษย์ มหาวิทยาลัยบูรพา รหัสโครงการวิจัย HU002/2566 ที่ IRB2-081/2566 รับรอง ณ วันที่ 24 สิงหาคม พ.ศ. 2566

ทีมวิจัย

การศึกษานี้ ทีมวิจัยมีจำนวนทั้งสิ้น 5 คน ประกอบด้วยผู้วิจัยหลัก 1 คน ที่ปรึกษาโครงการวิจัย 1 คน และผู้ช่วยนักวิจัย 3 คน โดยผู้ช่วยนักวิจัยมีคุณสมบัติเฉพาะคือ ผ่านการคัดเลือกด้วยวิธีการสัมภาษณ์ และพิจารณาคุณสมบัติเบื้องต้น เช่น ความรู้พื้นฐานทางระเบียบวิธีวิจัย หรือมีประสบการณ์ในการทำวิจัยทางพลศึกษาและกีฬา เป็นต้น และต้องผ่านการอบรมเพื่อเตรียมความพร้อมและทำความเข้าใจในหลักวิธีการและกระบวนการต่างๆ ในการวิจัย ก่อนเริ่มการดำเนินการเก็บข้อมูลจริง ได้แก่ อบรมความรู้พื้นฐานทางระเบียบวิธีวิจัย ขั้นตอนการจัดทำระบบจัดเก็บข้อมูล รวมถึงศึกษาทำความเข้าใจเกี่ยวกับขั้นตอน กระบวนการ และแนวปฏิบัติต่างๆ ที่จำเป็นสำหรับการใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลภาคสนามของการศึกษา

สำหรับการดำเนินการวิจัยและการเก็บรวบรวมข้อมูลจะมีการประชุมเตรียมความพร้อมของทีมวิจัยในทุกขั้นตอน ส่วนการประสานงานกับผู้ให้ข้อมูลหลัก การจัดเตรียมสถานที่ อุปกรณ์ เอกสารต่าง ๆ รวมถึงระบบการจัดเก็บข้อมูลที่ได้จากแบบบรรยายเหตุการณ์สำคัญ การสังเกต และการเขียนแผนที่ความคิดที่เป็น การดำเนินการภาคสนาม จะเน้นการโดยผู้ช่วยนักวิจัย ส่วนข้อมูลจากการสัมภาษณ์ซึ่งเป็นวิธีการหลักของการศึกษานี้ ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลและจัดระบบข้อมูลโดยผู้วิจัยหลักและนักวิจัยร่วม

สนามศึกษาและการเลือกสนามศึกษา

สนามศึกษาในการวิจัยนี้ เป็นชมรมกรีฑาของโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี ซึ่งเป็นชมรมที่มีการรวมตัวฝึกซ้อมของนักกรีฑาประเภทลู่วิ่งและประเภทลาน ที่เป็นนักเรียนชายและหญิงในระดับชั้นประถมศึกษา มัธยมศึกษาตอนต้น และมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยมีการฝึกซ้อมโดยใช้สนามกีฬาของมหาวิทยาลัย ซึ่งเป็นสนามกีฬาแบบปิดขนาดมาตรฐาน มีอัฒจันทร์โดยรอบโดยทางด้านทิศตะวันตกมีหลังคา ส่วนด้านอื่นๆเปิดโล่ง มีสนามฟุตบอลอยู่ส่วนกลาง มีลู่วิ่งพื้นยางสังเคราะห์ขนาด 8 ลู่วิ่งมาตรฐาน ระยะ 400 เมตรอยู่รอบสนามฟุตบอล มีหลาณพุ่มเหลน พุ่มน้ำหนัก ขวางจาก และกระโดดไกล อยู่บริเวณสองด้านของสนามฟุตบอล

การฝึกซ้อมจะดำเนินการทุกวันจันทร์ถึงวันศุกร์ ตั้งแต่เวลา 16.00 น. เป็นต้นไป ส่วนช่วงใกล้การแข่งขันจะมีนัดซ้อมเพิ่มเติมช่วงวันเสาร์อาทิตย์ โดยสมาชิกชมรมจะเดินทางร่วมกับผู้ปกครองหรือเพื่อน เพื่อมาฝึกซ้อม โดยมีอาจารย์ X (นามสมมุติ) ในฐานะโค้ชหรือผู้ฝึกสอนของชมรมกรีฑา เป็นผู้ดำเนินการออกแบบและควบคุมการฝึกซ้อม โดยจะมี อดีตนักกีฬาของโรงเรียนหรือผู้ปกครองที่เป็นอดีตนักกรีฑาเป็นผู้ช่วยโค้ช ทำหน้าที่ช่วยเหลือการฝึกซ้อมของนักกรีฑาประเภทต่างๆ

ลักษณะบรรยากาศการฝึกซ้อมในแต่ละวัน นักกรีฑาแต่ละประเภทจะจับกลุ่มแยกย้ายฝึกซ้อม ตามประเภทของตนเอง เช่นการวิ่งระยะไกล การวิ่งระยะไกล หรือกีฬาประเภทลาน โดยมีลักษณะบรรยากาศที่เป็นกันเองของนักกีฬา ผู้ฝึกสอน และผู้ปกครอง กล่าวคือมีการพูดคุย สื่อสารอย่างมีมิตรภาพ ช่วยเหลือดูแล กระตุ้นการฝึกซ้อม ให้กำลังใจ และรวมถึงมีผู้ปกครองคอยให้การสนับสนุน เช่น การนั่งให้กำลังใจอยู่ด้านข้าง สนามระหว่างการฝึกซ้อม หรือการเตรียมน้ำดื่มและอาหารให้กับนักกีฬาในระหว่างการฝึกซ้อม ซึ่งลักษณะดังที่กล่าวมา มีความเป็นกันเอง และเป็นลักษณะของครอบครัวชมรมกรีฑา

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยนี้ เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ โดยหลังจากได้รับการยินยอมจากผู้ให้ข้อมูลหลักและผู้ปกครองที่ลงนามร่วมกันในใบยินยอม (Consent Form) แล้ว ผู้วิจัยเลือกใช้ช่องทางการติดต่อสื่อสารและเก็บข้อมูลทั้งแบบออนไลน์ (Online) และแบบเผชิญหน้า (Face to Face) ตามความสมัครใจของผู้ให้ข้อมูลหลัก โดยวิธีเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย

(1) การสังเกตแบบมีส่วนร่วมปานกลาง (Moderate Participation Observation) โดยทีมผู้ช่วยวิจัยจะเข้าสังเกตการณ์การฝึกซ้อมกรีฑาของผู้ให้ข้อมูลสำคัญคนละ 1-3 ครั้ง โดยจะเข้าสังเกตในที่ตั้ง (On-site) ณ สนามศึกษาที่เป็นสนามฝึกซ้อมของทีมกรีฑา ตั้งแต่ก่อนเวลาเริ่มจนถึงสิ้นสุดการฝึกซ้อมในแต่ละครั้ง (เวลาประมาณ 16.00-20.00 น. ของทุกวันจันทร์ถึงวันศุกร์ที่เป็นวันฝึกซ้อม) ซึ่งการสังเกตจะเน้นไปที่การมีส่วนร่วมและการให้ความร่วมมือในการทำกิจกรรมหรือแบบฝึกต่างๆ ที่ผู้ฝึกสอน (โค้ช) นำมาใช้ในฝึกซ้อม รวมถึงพฤติกรรมต่างๆ ที่นักเรียนแสดงออกในช่วงเวลาระหว่างการฝึกซ้อม

(2) การเขียนแผนที่ความคิด (Concept Map) เป็นวิธีการที่ผู้ให้ข้อมูลสำคัญอธิบายความคิดเกี่ยวกับแรงจูงใจ (ภายในและภายนอก) ของนักเรียนในการเลือกเล่นกรีฑา ผ่านการเขียนในรูปแบบของแผนที่ความคิด โดยผู้ให้ข้อมูลสำคัญจะได้รับแจกแบบเขียนแผนที่ความคิดเพื่อนำกลับไปเขียนที่บ้านพัก (ใช้เวลาเขียนประมาณ 15-20 นาที) และนำส่งคืนให้กับทีมวิจัยภายในระยะเวลาประมาณ 1 เดือนหลังได้รับแจกเอกสาร ทั้งนี้ ข้อมูลจากการเขียนแผนที่ความคิด จะถูกนำไปวิเคราะห์ร่วมกับข้อมูลจากการบรรยายเหตุการณ์สำคัญ เพื่อนำไปใช้เป็นแนวทางในการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลสำคัญในขั้นตอนต่อไป

(3) การบรรยายเหตุการณ์สำคัญ (Critical Incident) ซึ่งเป็นเทคนิควิธีการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพทางพลศึกษาและกีฬา ที่ผู้วิจัยให้ผู้ให้ข้อมูลสำคัญเขียนหรือพูดบรรยายถึงเหตุการณ์ในวันที่ผู้ให้ข้อมูลหลักสมัครเข้าร่วมทีมกรีฑา (เหตุผลหรือความประทับใจที่ทำให้ตัดสินใจสมัครเข้าร่วมทีมกรีฑา) โดยผู้ให้ข้อมูลสำคัญจะได้รับแจกแบบบรรยายเหตุการณ์สำคัญเพื่อนำกลับไปเขียนบรรยายด้วยตนเองที่บ้านพัก (ใช้เวลาเขียนครั้งประมาณ 15-20 นาที) จากนั้นนำมาส่งคืนให้กับทีมวิจัยพร้อมกับแผนที่ความคิด

และ (4) การสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง (Semi-structured Interview) เป็นวิธีการเก็บข้อมูลที่จะดำเนินการเป็นลำดับสุดท้าย โดยผู้วิจัยมุ่งประเด็นข้อคำถามที่เกี่ยวกับแรงจูงใจ (ภายในและภายนอก) ของนักเรียนในการเลือกเล่นกรีฑา โดยจะเป็นการสัมภาษณ์แบบรายบุคคล (ช่วงเวลาที่ผู้ให้ข้อมูลสำคัญสะดวก) คนละประมาณ 40-45 นาที ด้วยวิธีผสมผสาน (ตามความสะดวกของผู้ให้ข้อมูลสำคัญ) ระหว่างการเก็บข้อมูล

แบบออนไลน์ (Online) ผ่านโปรแกรมประชุมออนไลน์ Google Meet หรือ Zoom เป็นหลัก หรือเลือกการสัมภาษณ์แบบเผชิญหน้า (Face to Face) โดยที่ทีมวิจัยจะดำเนินการภายใต้มาตรการป้องกันการแพร่ระบาดของไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) และโรคติดต่อทางเดินอากาศต่าง ๆ อย่างเข้มงวด โดยการสัมภาษณ์จะใช้วิธีการใส่หน้ากากอนามัย แบบเว้นระยะห่าง ตรวจสอบประวัติเสี่ยง รวมทั้งมีการทำความสะอาดร่างกายและอุปกรณ์ต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการสัมภาษณ์ทุกครั้ง

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

การศึกษานี้ใช้ระเบียบวิธีการศึกษาเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) เครื่องมือหลักที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลประกอบด้วย แบบสัมภาษณ์กึ่งมีโครงสร้าง (Semi-structured Interview) แบบการเขียนแผนที่ความคิด (Concept Map) และแบบบรรยายเหตุการณ์สำคัญ (Critical Incident) ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาและออกแบบคำชี้แจงหรือคำอธิบายของการเขียนแผนที่ความคิดและแบบบรรยายเหตุการณ์สำคัญ รวมถึงข้อคำถามต่างๆ ในแบบสัมภาษณ์กึ่งมีโครงสร้าง ให้มีความเหมาะสมและตรงตามวัตถุประสงค์การวิจัย จากนั้นนำไปทดลองศึกษานำร่อง (Field Test) กับกลุ่มที่มีความคล้ายคลึงแต่มีผู้ใช้ผู้ให้ข้อมูลหลัก เพื่อหาข้อบกพร่องและปรับปรุงแก้ไขก่อนนำไปใช้เก็บรวบรวมข้อมูลจริง

ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

1. ทีมนักวิจัยทำบันทึกข้อความขออนุญาตเก็บข้อมูลวิจัยถึงผู้บริหารโรงเรียน เพื่อประชาสัมพันธ์รับสมัครเข้าร่วมเป็นผู้ให้ข้อมูลหลัก โดยใช้การรับสมัครผ่านสื่อออนไลน์หรือเอกสารรับสมัคร ณ สนามกีฬาที่เป็นสนามศึกษาของการวิจัยนี้ ภายใต้เงื่อนไขการปกปิดข้อมูลของผู้สมัครและดำเนินการโดยทีมผู้ช่วยนักวิจัย
2. ทำการนัดหมายนิสิตนักเรียนที่เป็นสมาชิกชมรมกรีฑาของโรงเรียนที่แจ้งความประสงค์สมัครที่เข้าร่วมเป็นผู้ให้ข้อมูลหลักในโครงการวิจัยผ่านระบบรับสมัครออนไลน์ด้วย Google Form หรือเอกสารใบสมัคร เพื่อให้ทีมผู้ช่วยนักวิจัยนัดหมายเข้าพบเป็นรายบุคคลเพื่อทำการแจกเอกสารแนะนำพร้อมชี้แจงสิทธิและเงื่อนไขต่างๆ ในการเข้าร่วมเป็นผู้ให้ข้อมูลหลักในงานวิจัย และมอบเอกสารต่างๆ รวมทั้งหนังสือแสดงความยินยอม (Consent Form) เพื่อให้นักเรียนที่สนใจสมัครเข้าร่วมเป็นผู้ให้ข้อมูลหลักได้นำไปศึกษาเพิ่มเติมร่วมกับผู้ปกครอง ก่อนตัดสินใจเข้าร่วมเป็นผู้ให้ข้อมูลหลัก
3. ทีมผู้ช่วยนักวิจัยนัดหมายนักเรียนที่แจ้งความประสงค์สมัครเข้าร่วมเป็นผู้ให้ข้อมูลหลักที่ผ่านระบบยืนยันการสมัครออนไลน์ด้วย Google Form หรือเอกสารใบสมัคร เพื่อรับคืนหนังสือแสดงความยินยอม (Consent Form) ที่ผู้ให้ข้อมูลหลักและผู้ปกครองลงลายมือชื่อยินยอมเรียบร้อยแล้ว พร้อมทั้งแจกแบบบรรยายเหตุการณ์สำคัญ (Critical Incident) ที่ต้องการศึกษาเกี่ยวกับเหตุการณ์ในวันที่ผู้ให้ข้อมูลหลักสมัคร

เข้าร่วมทีมกรีฑา (เหตุผลหรือความประทับใจที่ทำให้ตัดสินใจสมัครเข้าร่วมทีมกรีฑา) เพื่อให้ผู้ให้ข้อมูลหลักนำกลับไปเขียนที่บ้านพัก หรือนัดวันพูดบรรยายตามความสะดวกของผู้ให้ข้อมูลหลัก และแจกแบบเขียนแผนที่ความคิด (Concept Map) ที่ให้เขียนความคิดเกี่ยวกับแรงจูงใจ (ภายในและภายนอก) ของนักเรียนในการเลือกเล่นกรีฑา โดยให้ผู้ให้ข้อมูลหลักนำกลับไปเขียนที่บ้านพัก (ใช้เวลาเขียนประมาณ 15-20 นาที) และนำส่งคืนให้กับทีมผู้ช่วยนักวิจัยในวันที่ทำการนัดสัมภาษณ์

4. ผู้วิจัยทำการนัดหมายเพื่อสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลหลักเป็นรายบุคคล (ช่วงเวลาตามความสะดวกของผู้ให้ข้อมูลหลัก) ด้วยแบบสัมภาษณ์กึ่งโครงสร้าง (Semi-structured Interview) ที่มุ่งประเด็นข้อคำถามเกี่ยวกับเกี่ยวกับแรงจูงใจ (ภายในและภายนอก) ของนักเรียนในการเลือกเล่นกรีฑา โดยใช้เวลาการสัมภาษณ์คนละประมาณ 40-45 นาที ด้วยวิธีผสมผสานระหว่างการสัมภาษณ์แบบออนไลน์ (Online)) ผ่านโปรแกรมประชุมออนไลน์ Google Meet หรือ Zoom เป็นหลัก หรือเลือกการสัมภาษณ์แบบเผชิญหน้า (Face to Face) โดยที่ทีมผู้วิจัยจะดำเนินการภายใต้มาตรการป้องกันการแพร่ระบาดของจัดการเรียนรู้ไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) และโรคติดต่อทางเดินอากาศต่าง ๆ อย่างเข้มงวด คือ ขณะทำการสัมภาษณ์จะใส่หน้ากากอนามัยตลอดเวลา มีการเว้นระยะห่าง ตรวจสอบอาการบ่งชี้ว่ามีความเสี่ยง รวมทั้งมีการทำความสะอาดร่างกายและอุปกรณ์ต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับการสัมภาษณ์ทุกครั้ง (เลือกวิธีการสัมภาษณ์ตามสถานการณ์ ความสะดวกหรือความสมัครใจของผู้ให้ข้อมูลหลัก) และขออนุญาตผู้ให้ข้อมูลหลักเพื่อบันทึกภาพและเสียงการสัมภาษณ์สำหรับนำไปจัดกระทำข้อมูลในการวิจัย (ปกปิดข้อมูลและไม่เผยแพร่สาธารณะ)

5. ข้อมูลที่ได้จากการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยเครื่องมือและวิธีการต่างๆ จะถูกเก็บรวบรวมไว้ให้เป็นระบบและหมวดหมู่ เพื่อให้ง่ายและสะดวกต่อการนำไปวิเคราะห์ข้อมูลในลำดับต่อไป โดยมีผู้วิจัยหลักเป็นผู้เก็บรักษาข้อมูลต่างๆ เป็นความลับ

การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

ข้อมูลที่ได้จากการสังเกตแบบมีส่วนร่วมปานกลาง (Moderate Participation Observation) และการสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง (Semi-structured Interview) ผู้วิจัยจะนำบันทึกเสียงที่ได้ทั้งหมดมาถอดความแบบคำต่อคำ (Verbatim) นำไปพิมพ์บันทึกลงในคอมพิวเตอร์ด้วยโปรแกรมเวิร์ด (Word) โดยจะทำการบันทึกทุกครั้งหลังจากทำการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลหลักแต่ละคนเสร็จสิ้นลง เพื่อให้ง่ายต่อการจัดเก็บและเป็นระบบที่สามารถตรวจสอบหรือทบทวนข้อมูลได้ รวมถึงเพื่อให้สะดวกต่อการนำมาวิเคราะห์ข้อมูลในลำดับต่อไป

ข้อมูลจากการเขียนแผนที่ความคิด (Concept Map) จะถูกนำมาพิมพ์บันทึกลงในคอมพิวเตอร์ด้วยโปรแกรมเวิร์ด (Word) โดยจะทำการจำแนกหัวเรื่องหลักและหัวเรื่องรองตามหมวดหมู่ เพื่อใช้สำหรับนำไปวิเคราะห์ร่วมกับข้อมูลส่วนอื่นๆ ต่อไป

สุดท้ายคือข้อมูลจากแบบบรรยายเหตุการณ์สำคัญ (Critical Incident) ที่ได้จากการบันทึกเสียงการพูดบรรยายของผู้ให้ข้อมูลหลัก จะถูกนำมาพิมพ์บันทึกลงในคอมพิวเตอร์ด้วยโปรแกรมเวิร์ด (Word) และนำไปรวมกับส่วนที่ผู้ให้ข้อมูลหลักเขียนบรรยาย ทั้งนี้เพื่อง่ายต่อการจัดเก็บและตรวจสอบความถูกต้อง ก่อนที่จะนำไปวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษานี้วิเคราะห์ข้อมูลแบบอุปนัย (Inductive) ด้วยวิธีการเปรียบเทียบความคงที่ของข้อมูล (Constant Comparison) ซึ่งประกอบด้วย 4 ขั้นตอน คือ

1. การอ่านข้อมูลเพื่อหาหัวข้อ (Scanning Data for Common Category)
2. จัดกลุ่มหัวเรื่อง (Classifying Common Theme)
3. นำข้อมูลมาจัดเข้าหัวข้อที่เหมาะสม (Placing Data into Common Category)

และ 4. อธิบายหัวข้อ (Explaining of Category) เพื่อหาหัวเรื่องและหัวข้อเกี่ยวกับปัจจัยเกี่ยวข้องที่ส่งผลต่อความสนุกสนานในการเรียนวิชาบาสเกตบอล (สาลี สุภาภรณ์, 2550)

การตรวจสอบความเชื่อถือได้ของข้อมูล

การวิจัยเรื่องนี้ ตรวจสอบความเชื่อถือได้ของข้อมูลด้วยวิธีตรวจสอบโดยผู้ให้ข้อมูลหลัก (Member Check) ร่วมกับวิธีสามเส้าของวิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล (Methodologies Triangulation) จากการเก็บข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง (Semi-structured Interview) บรรยายเหตุการณ์สำคัญ (Critical Incident) และการเขียนแผนที่ความคิด (Concept Map) เพื่อใช้ในการสรุปและอภิปรายผลการวิจัย

บทที่ 4

สรุปผลการวิจัย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาแรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่ง

คำถามการวิจัย

1. แรงจูงใจภายในที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน ได้แก่ อะไรบ้าง
2. แรงจูงใจภายนอกอะไรบ้าง ที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน

ผู้ให้ข้อมูลหลัก

ผู้ให้ข้อมูลหลัก (Key Informant) เป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษา ของโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในเขตอำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี จำนวน 31 คน ซึ่งได้มาด้วยวิธีการเลือกแบบเจาะจง (Purposive Selected)

ผลการวิจัย

ข้อมูลที่วิเคราะห์ได้จากวิธีการสังเกตแบบมีส่วนร่วมปานกลาง (Moderate Participation Observation) การสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง (Semi-structured Interview) บรรยายเหตุการณ์สำคัญ (Critical Incidence) และแผนที่ความคิด (Concept Map) สามารถสรุปแรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งได้เป็น 2 หัวข้อย่อย คือ (1) แรงจูงใจภายในที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน และ (2) แรงจูงใจภายนอกที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน โดยมีรายละเอียดดังแสดงในตาราง 1

สรุปผลการวิจัย

แรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่ง	
1. แรงจูงใจภายในที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน	2. แรงจูงใจภายนอกที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน
1.1 ชื่นชอบและมีเจตคติที่ดีต่อการกรีฑา	2.1 มีเพื่อนชักชวนให้เข้าร่วมฝึกซ้อมกรีฑา
1.2 มีเป้าหมายที่จะเป็นนักกรีฑาที่มีผลงาน	2.2 มีอาจารย์ชักชวนให้เข้าร่วมฝึกซ้อมกรีฑา
1.3 ต้องการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ	2.3 บรรยากาศในชมรมกรีฑาอบอุ่นเหมือนครอบครัว
1.4 มีนักกรีฑาที่ดีเป็นต้นแบบ	2.4 สนุกกับการฝึกซ้อมกรีฑา

ผลการวิจัย

1. แรงจูงใจภายในที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน

1.1 ชื่นชอบและมีเจตคติที่ดีต่อการกรีฑา ผู้ให้ข้อมูลหลักให้ข้อมูลเกี่ยวกับความชื่นชอบส่วนตัวหรือเจตคติที่ดีต่อการกรีฑา ซึ่งถือเป็นแรงจูงใจภายในสำคัญที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกรีฑา ดังเช่นที่ MA1 บรรยายว่า “ตอนเด็กๆ ผมชอบวิ่งกับเพื่อนอยู่แล้ว พอรู้ว่ามีชมรมกรีฑาเกี่ยวกับการวิ่ง ผมก็เลยลองมาซ้อมดู พอซ้อมแล้วรู้สึกสนุกแล้วชอบกีฬานี้อยู่แล้ว ก็เลยซ้อมต่อมาจนตอนนี้ครับ” ขณะที่ MA6 เล่าถึงมุมมองต่อการวิ่งว่า “เดิมที่ผมเล่นแบดมินตันมาก่อน แต่ตอนคัตนิกกีฬาคัดไม่ผ่าน ก็เลยหันมาเล่นกรีฑาเพราะก็ชอบวิ่งอยู่แล้วด้วย แล้วตอนแรกๆ ก็จะไปเล่นฟุตบอลด้วย แต่ได้เพื่อนได้อาจารย์ชวนมา เราก็เลยลองมาเล่นกรีฑาดูครับ” ส่วน WA9 บรรยายว่า

“เดิมทีตอน ม.ต้นแค่อยากหากิจกรรมออกกำลังกายให้ร่างกายไม่เจ็บป่วยง่ายค่ะ ก็มีการวิ่งที่ไม่ต้องใช้อุปกรณ์อะไรมากเหมือนกีฬารอื่น ก็ไปหาที่วิ่งเองจนตอนหลังได้เข้ามาอยู่ชมรมกรีฑาเพราะมีเพื่อนบอกให้มาลองสมัครก็ตรงกับที่เราชอบวิ่งอยู่แล้วด้วยค่ะ”

1.2 มีเป้าหมายที่จะเป็นนักกรีฑาที่มีผลงาน ผู้ให้ข้อมูลหลักมีเป้าหมายที่จะมีผลงานจากการเล่นกรีฑา เช่น มีผลงานจากการแข่งขัน ซึ่งเป็นอีกหนึ่งแรงจูงใจที่มีส่วนต่อการตัดสินใจเลือกมาเล่นกรีฑา ดังเช่นที่ WA5 เล่าว่า “หนูอยากเก็บผลงานให้ได้เยอะๆ ค่ะ พวกเหรียญรางวัล ถ้วยรางวัล เอาไว้เป็นผลงานให้กับตัวเอง อย่างเป้าหมายในตอนนี้เลยคือกีฬาสาธิตสามัคคี หนูอยากติดที่ 1-3 คือมาเล่นแล้วก็อยากมีผลงานอยากให้ทุกคนภูมิใจในตัวหนู” ขณะที่ WA11 มีเป้าหมายว่า “คือตอนที่มาเล่นแรกก็คิดว่าจะมาออกกำลังกายเฉยๆ แต่พอได้คุยกับอาจารย์ได้คุยกับเพื่อน ก็เลยคิดว่าอยากจะเล่นกรีฑาให้มีผลงานของตัวเอง อยากมีสถิติดีๆ เอาไว้เข้ามหาวิทยาลัยด้วย อย่าง ตอนนี้หนูลงวิ่ง 200 เมตร ก็จะพยายามทำผลงานให้ได้” ส่วน MW10 บอกถึงเป้าหมายของตนเองว่า

“ตั้งแต่สมัครเข้าชมรมผมมีเป้าหมายว่าจะต้องได้เหรียญทองกีฬาสาธิตครับ ประเภท 800 กับ 1500 แล้วจะมีวิ่งผลัด 4 คูณ 100 ใจก็อยากจะเล่นไปยาว ๆ อยากประสบความสำเร็จกับกีฬานี้ เพราะยังไม่เคยสำเร็จกับกีฬารอื่นมาก่อนเลย ไม่รู้ว่าจะทำได้หรือเปล่า แต่ก็พยายามให้ได้”

1.3 ต้องการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ อีกหนึ่งแรงจูงใจสำคัญที่ผู้ให้ข้อมูลหลักเลือกมาเล่นกรีฑาคือต้องการที่จะหากิจกรรมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ดังที่ WA4 บอกว่า “ช่วงมอดันพ่อเขาอยากให้เราไปออกกำลังกายบ้างจะได้แข็งแรง ก็ไปวิ่งที่สนามของเทศบาลแสนสุข แล้วก็ก็มีพี่ในชมรมกรีฑามาชวนไปวิ่งที่สนามในมหาลัย ตอนแรกก็ปฏิเสธ แต่ตอนหลังอาจารย์มาชวนด้วยก็เลยได้สมัครเข้ามาอยู่ในชมรม” ขณะที่ MA7 บรรยายว่า “ตอนแรกที่มาเข้าชมรม ตั้งใจจะมาวิ่งออกกำลังกายเอาสุขภาพตอนเย็นแล้วให้อาจารย์ช่วย

สอนท่าทางการวิ่งให้ถูกต้องด้วย แต่พอหลังๆ พอปรับท่าวิ่งได้แล้วมันก็วิ่งได้เร็วขึ้น เลยได้ไปแข่งด้วยกับทีมครับ ก็เลยได้แข่งมาตลอด” ส่วน MA15 ก็ให้ความเห็นว่า

“ตอนแรกคือไม่รู้จักชมรมกรีฑาครับ แค่อยากหากีฬาเล่นตอนเย็นๆ รักษาสุขภาพเพราะผมตัวใหญ่ ก็ได้คุยกับอาจารย์ X (ชื่อสมมุติ) ว่าอยากเล่นกีฬา เขาก็เลยให้มาลองเล่นช่วงจักรับฟุ่มน้ำหนักในชมรม ก็เล่นมาเรื่อยๆ จนตอนนี้ครับ”

1.4 มีนักกรีฑาที่ดีเป็นต้นแบบ การมีนักกรีฑาที่เป็นแบบอย่างที่ดีหรือนักกรีฑาที่เก่งหรือประสบความสำเร็จเป็นต้นแบบ ถือเป็นอีกหนึ่งแรงจูงใจสำคัญที่ส่งผลให้ผู้ให้ข้อมูลหลักเลือกมาเล่นกรีฑา ตัวอย่างเช่น WA11 บอกว่า “หนูเองที่มาเล่นกรีฑาส่วนหนึ่งเพราะหนูมีอาจารย์ X (ชื่อสมมุติ) เป็นต้นแบบค่ะ เพราะเคยได้ยินอาจารย์เขาเล่าว่าเคยเป็นนักกรีฑามาก่อน เขามีรูปมาให้ดู แล้วก็เล่าว่าไปแข่งได้แชมป์อะไรมาบ้าง หนูก็อยากเป็นให้ได้อย่างอาจารย์เขา ก็จะพยายามให้ได้” หรือที่ WA3 บรรยายถึงนักกีฬาต้นแบบของเขาวว่า “คือหนูเล่นฟุตซอลแล้ว หนูมีพี่ X (ชื่อสมมุติ) เป็นต้นแบบเลยคะ เพราะพี่เขาเคยอยู่ในชมรมเราแล้วก็เล่นกีฬาทีมชาติ แล้วเขาก็เป็นคนมาสอน คอยบอกเทคนิคให้พวกหนู เลยอยากเป็นนักกรีฑาแบบพี่เขาคะ” และสอดคล้องกับที่ MA11 บอกว่า

“อย่างผมเล่นช่วงจักรครับ เป็นประเภทลาน ก็มีพี่ X (ชื่อสมมุติ) เป็นไอดอลเลยครับ เพราะพี่เขาเล่นประเภทลานแบบผมแล้วเคยไปถึงทีมชาติมาแล้ว เวลาที่ผมเห็นเขาซ้อมแล้วมันไถลมากๆ ผมอยากเป็นให้ได้แบบพี่เขาบ้าง”

2. แรงจูงใจภายนอกที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน

2.1 มีเพื่อนชักชวนให้เข้าร่วมฝึกซ้อมกรีฑา การมีเพื่อนชักชวนมาเล่นกรีฑา เป็นอีกหนึ่งแรงจูงใจสำคัญในการเลือกเล่นกรีฑาของผู้ให้ข้อมูลหลัก ดังที่ MA1 บรรยายว่า “พอดิฉันชอบวิ่งออกกำลังกายอยู่แล้ว ก็อยากเล่นกรีฑาให้กับโรงเรียนด้วย แต่ไม่กล้ามาสมัครเอง แล้วพอมีเพื่อนที่รู้จักมาชวนไปเล่นในชมรมนี้ด้วยกัน ก็เลยตัดสินใจมาสมัครเข้าชมรมครับ” ในขณะที่ WA15 บอกว่า “หนูเข้าชมรมกรีฑาตอน ม. 1 เลยคะ คือมีเพื่อนที่อยู่ห้องเดียวกันเขาอยู่ในชมรมมาก่อน ก็คุยกันแล้วเขาก็ชวนมาสมัครที่ชมรม พอได้มาซ้อมแล้ว หนูก็ชอบ แล้วก็เล่นมาเรื่อยๆ จนถึงตอนนี้เลย ค่ะ” เช่นเดียวกับที่ WA1 ให้สัมภาษณ์ว่า

“ตอนแรกคือมีเพื่อนที่อยู่ชมรมมาชวนว่ามาซ้อมวิ่งด้วยกันมั๊ย สนุกดีนะ อาจารย์ก็ถามว่ามาลองดูมั๊ย ก็ลองมาดู ที่นี้ก็ซ้อมมาเรื่อยๆ เลยคะ สนุกดี ได้เพื่อนเพิ่มอีกเยอะเลย”

2.2 มีอาจารย์ชักชวนให้เข้าร่วมฝึกซ้อมกรีฑา ผู้ให้ข้อมูลหลักเล่าถึงการชักชวนของอาจารย์ ว่าเป็นอีกหนึ่งปัจจัยสำคัญที่มีส่วนในการตัดสินใจเลือกเล่นกรีฑา เช่นที่ MA12 เล่าว่า “ตอนแรกผมเล่นฟุตบอลครับ

แต่พอดีผมมีปัญหาเกี่ยวกับการฝึกซ้อมกับทีมฟุตบอล แล้วตอนนั้นอาจารย์ X (ชื่อสมมุติ) ก็มาชวนให้ไปลองเล่นกรีฑาพอดี ผมก็เลยไปลองมาฝึกซ้อมดู หลังจากนั้นก็เล่นมาเรื่อย ๆ จนถึงตอนนี้ครับ” ส่วน WA6 บรรยายว่า “หนูคิดว่าน่าจะเป็นเพราะอาจารย์ X (ชื่อสมมุติ) เป็นคนชวนเราเข้ามา แต่ตอนแรก ๆ เราแค่ลองมาเล่นเฉย ๆ แต่อาจารย์เขาสนับสนุนเราคอยซ้อมให้เรา เอาใจใส่เราดีมาก คอยสอนเราจนเราไปแข่งได้ มันทำให้เราเล่นกรีฑามาตลอด” สอดคล้องกับที่ MA10 บอกว่า

“ผมมาเข้าชมรมเมื่อตอนต้นปี อาจารย์เป็นคนชักชวนเข้ามาพร้อมกับเพื่อน คือตอนแรกผมทักไลน์ไปหาอาจารย์เพื่อขอโปรแกรมซ้อมเพิ่มความฟิตเอง ที่นี้ได้คุยกับอาจารย์แล้วเขาเลยเรียกมาลองซ้อมในทีม สุดท้ายผมเลยได้สมัครเข้ามาอยู่ในชมรม”

2.3 บรรยากาศในชมรมกรีฑาอบอุ่นเหมือนครอบครัว ผู้ให้ข้อมูลหลักให้ข้อมูลถึงบรรยากาศการอยู่ร่วมกันของสมาชิกในชมรมกรีฑาว่ามีความอบอุ่นสามัคคี ดูแลช่วยเหลือซึ่งกันและกันแบบครอบครัว ทำให้สมาชิกมีความสุขกับการฝึกซ้อมในแต่ละวัน ถือเป็นแรงจูงใจสำคัญของการเลือกมาเล่นกรีฑาของผู้ให้ข้อมูลหลัก ประเด็นนี้ WA6 บรรยายว่า “หนูรู้สึกว่าการชมรมกรีฑาเราอยู่กันแบบครอบครัวค่ะ คือเราคอยดูแลกันตลอดซ้อมด้วยกัน ไปแข่งด้วยกัน ผู้ปกครองก็คอยมาดูเราตอนฝึกซ้อมทุกวัน มันเลยสนิทกันหมดทุกคน” ขณะที่ WA5 บอกว่า “หนูเคยเล่นกีฬาว่ายน้ำมาก่อน มันก็จะซ้อมไปเรื่อย ๆ แล้วก็กลับบ้าน แต่พอมาชมรมกรีฑาเรารู้สึกว่าเรามีเพื่อนเยอะมาก มีเพื่อนต่างห้องต่างชั้นมากขึ้น คุยกันสนุกและเฟรนด์กันทุกคน คุยกันได้ทุกเรื่องเลย ทำให้หนูอยากมาซ้อมทุกวัน” ส่วน WA2 ก็เล่าว่า

“ถ้าในชลบุรีชมรมเราถือว่าโด่งดังมาก ในวงการกรีฑาจะรู้จักกันดี หนูเองก็รู้จักตั้งแต่ตอนเรียนอยู่ที่สัทธิบ จนได้ย้ายมาเรียนที่นี่ก็ได้เข้าชมรม ถือว่าเป็นทีมกรีฑาที่อยู่กันแบบอบอุ่นมาก ที่นี่คอยดูแลช่วยเหลือช่วยกันแบบครอบครัว”

2.4 สนุกกับการฝึกซ้อมกรีฑา การฝึกซ้อมในแต่ละวันของชมรมกรีฑาเป็นไปอย่างสนุกสนาน สมาชิกชมรมมีเพื่อนร่วมคุยหรือเล่นหยอกล้อกันที่ช่วยให้ผู้ให้ข้อมูลหลักมีความสุขระหว่างการฝึกซ้อม ดังตัวอย่างเช่น WA5 เล่าว่า “คือจริง ๆ อยากจะบอกว่ากรีฑาเป็นกีฬาที่ดูอาจจะน่าเบื่อ บางคนอาจจะมองแค่มันเป็นการวิ่ง แต่ชมรมเราเวลาซ้อมกันแต่ละวันมันดูสนุก มันเหมือนอีกสังคมหนึ่งเวลาที่เรามาซ้อมด้วยกันตอนเย็น เพราะเวลาที่เราฟอร์มมันจะมีเรื่องคุยเรื่องเล่นให้สนุกกันด้วย” ส่วน WA12 บรรยายว่า “หนูเองเคยเล่นกีฬาฟุตบอลมาก่อน ถามว่าชอบมั๊ย ก็ยังชอบอยู่นะ แต่รู้สึกว่ามันไม่ไถล ก็มาลองเล่นกรีฑาดู ที่นี้รู้สึกว่ามันสนุกนะ มันสนุกกับอะไรหลาย ๆ อย่าง สนุกที่เราเก่งขึ้น พัฒนาขึ้น สนุกกับเพื่อน สนุกกับโค้ช อะไรประมาณนี้” ขณะที่ MA7 กล่าวว่า

“คือชมรมเรามันมีความพิเศษตรงที่เราค่อนข้างสนิทกัน ทั้งโค้ชทั้งนักกีฬาแล้วก็ผู้ปกครอง นัดกันไปซ้อมหรือไปแข่ง จะคุยเล่นหยอกล้อกันตลอด มันจะมีทั้งความสุขกับความสนุก ทำให้ผมรู้สึกดีมากกว่าที่ไปเล่นกีฬาอื่น”

บทที่ 5

อภิปรายผลการวิจัย

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาแรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่ง

คำถามการวิจัย

1. แรงจูงใจภายในที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน ได้แก่ อะไรบ้าง
2. แรงจูงใจภายนอกอะไรบ้าง ที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน

ระเบียบวิธีวิจัยที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

การศึกษานี้ใช้ระเบียบวิธีวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative Research) วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย การสังเกตแบบมีส่วนร่วมปานกลาง (Moderate Participation Observation) การเขียนแผนที่ความคิด (Concept Map) การบรรยายเหตุการณ์สำคัญ (Critical Incident) และการสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง (Semi-structured Interview) โดยในขั้นตอนและกระบวนการเก็บรวบรวมข้อมูลวิจัยนั้น ทีมผู้วิจัยได้ปฏิบัติตามมาตรการป้องกันการแพร่ระบาดของโรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 (COVID-19) ด้วยการใช้ช่องทางการสื่อสารออนไลน์ และเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยวิธีผสมผสานทั้งแบบออนไลน์ (Online) ร่วมกับการสื่อสารและเก็บข้อมูลแบบเผชิญหน้า (Face to Face) โดยขึ้นอยู่กับความสะดวก ปลอดภัย ช่วงเวลาที่เหมาะสม และความสนใจของผู้ให้ข้อมูลหลักเป็นสำคัญ

สรุปผลการวิจัย

ผลการศึกษาแบ่งได้ 2 หัวข้อ คือ 1) แรงจูงใจภายในในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน ประกอบด้วย 1.1) ชื่นชอบและมีเจตคติที่ดีต่อการวิ่ง 1.2) มีเป้าหมายที่จะเป็นนักกีฬาที่มีผลงาน 1.3) ต้องการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ และ 1.4) มีนักกรีฑาที่ดีเป็นต้นแบบ และ 2) แรงจูงใจภายนอกในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน ประกอบด้วย 2.1) มีเพื่อนชักชวนให้เข้าร่วมฝึกซ้อมกรีฑา 2.2) มีอาจารย์ชักชวนให้เข้าร่วมฝึกซ้อมกรีฑา 2.3) บรรยายภาคในชมรมกรีฑาอบอุ่นเหมือนครอบครัว และ 2.4) สนุกกับการฝึกซ้อมกรีฑา

อภิปรายผลการวิจัย

1. แรงจูงใจภายในที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน

1.1 ขึ้นชอบและมีเจตคติที่ดีต่อการกรีฑา ผู้ให้ข้อมูลหลักให้ข้อมูลเกี่ยวกับความขึ้นชอบส่วนตัวหรือเจตคติที่ดีต่อการกรีฑา ซึ่งถือเป็นแรงจูงใจภายในสำคัญที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกรีฑา ผลการศึกษาประเด็นนี้จึงสรุปได้ว่า เจตคติและความ ขึ้นชอบที่มีต่อการเล่นกรีฑาของผู้ให้ข้อมูลหลัก ถือเป็นแรงจูงใจภายในที่สำคัญที่ส่งผลต่อการตัดสินใจเลือกเล่นกรีฑา สอดคล้องกับการศึกษาของ พศพงษ์ จิรพัฒนางค์ (2562) ที่พบว่า เจตคติที่ดีคือปัจจัยสำคัญที่มีความสัมพันธ์ทางบวกและส่งผลต่อความสำเร็จในการเล่นกีฬาบาสเกตบอล และสอดคล้องกับที่ คุณากร เปลื้องทุกข์ (2565) ที่ศึกษาพบว่า ความมุ่งมั่น การเห็นคุณค่าในตนเอง และทัศนคติที่ดีต่อการวิ่งเทรล ถือเป็นปัจจัยเชิงสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อความมุ่งมั่นตั้งใจในการเข้าร่วมกิจกรรมวิ่งเทรลของนักท่องเที่ยวงานศึกษา ขณะที่ ระพีพัฒน์ เดือนเพ็ญศรี และเกษมสันต์ พานิชเจริญ (2562) ได้ศึกษาพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีเจตคติที่ดีต่อกีฬาบาสเกตบอล เป็นปัจจัยที่ช่วยให้เรียนบาสเกตบอลด้วยความสนุกสนาน

1.2 มีเป้าหมายที่จะเป็นนักกรีฑาที่มีผลงาน ผู้ให้ข้อมูลหลักมีเป้าหมายที่จะมีผลงานจากการเล่นกรีฑา เช่น มีผลงานจากการแข่งขัน ซึ่งเป็นอีกหนึ่งแรงจูงใจที่มีส่วนต่อการตัดสินใจเลือกมาเล่นกรีฑา ผลการศึกษาประเด็นนี้สามารถสรุปได้ว่า ผู้ให้ข้อมูลหลักมีเป้าหมายที่จะเป็นนักกรีฑาหรือเป็นนักกรีฑาที่มีผลงานการแข่งขันเป็นที่ยอมรับ ซึ่งอาจเป็นประโยชน์ทั้งด้านการเรียนต่อในอนาคต หรือเป็นผลงานที่สร้างความภูมิใจส่วนตัว ถือเป็นแรงจูงใจหลักที่ส่งผลให้ตัดสินใจเลือกเล่นกรีฑา สอดคล้องกับงานวิจัยของ วิชัย ยี่มิน, วิมลมาศ ประชากุล, สุพัชริน เขมรัตน์, นิรอมล ะกะกาเจ และอันโตนิโอ มานูเอล ฟอนเซก้า (2559) ที่ศึกษาเกี่ยวกับปัจจัยที่ส่งผลต่อการแสดงความสามารถของนักกีฬาฟุตบอล พบว่า ความมุ่งมั่น การตั้งเป้าหมาย เห็นคุณค่าในตนเอง เป็นปัจจัยทางด้านจิตใจที่สัมพันธ์กับความคิด ความรู้สึก เจตคติ และพฤติกรรมของนักกีฬาซึ่งจะส่งผลต่อการเลือกเล่นกีฬาและระดับความสามารถในการเล่นกีฬาทั้งในการฝึกซ้อมและแข่งขัน นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับ พศพงษ์ จิรพัฒนางค์ (2562) ที่พบว่า ปัจจัยสำคัญที่เป็นแรงจูงใจสำคัญที่ส่งผลให้นักเรียนเลือกเล่นกีฬาบาสเกตบอลคือความต้องการมีชื่อเสียงที่ได้จากการแข่งขันในรายการสำคัญต่าง ๆ

1.3 ต้องการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ อีกหนึ่งแรงจูงใจสำคัญที่ผู้ให้ข้อมูลหลักเลือกมาเล่นกรีฑาคือต้องการที่จะหากิจกรรมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ในประเด็นสรุปได้ว่า ผู้ให้ข้อมูลหลักส่วนหนึ่งเลือกมาเล่นกรีฑาด้วยแรงจูงใจที่ต้องการหากิจกรรมออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ โดยมอง เห็นว่ากรีฑาเป็นกิจกรรมออกกำลังกายที่สามารถช่วยในการดูแลสุขภาพได้ดี สอดคล้องกับการศึกษาของ สาสี สุภาภรณ์ (2554) ที่ศึกษาเกี่ยวกับการเรียนโยคะตามความต้องการของนิสิตปริญญาตรี พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ลงทะเบียนเรียนโยคะ เห็นว่าการเรียนมีประโยชน์ คือช่วยให้ปวดเมื่อยร่างกายน้อยลง สุขภาพกายดีขึ้น สมาธิและสุขภาพจิตใจดีขึ้น รวมถึงยังสามารถนำความรู้เกี่ยวกับโยคะไปใช้ในการดูแลสุขภาพได้ และสอดคล้องกับ ศิริวัฒนา บุรพรัตน์ (2556) ที่พบว่า การต้องออกกำลังกายเพื่อสุขภาพที่ดี เป็นแรงจูงใจสำคัญทางกายภาพที่ทำให้กลุ่มตัวอย่างมาใช้บริการสนามกอล์ฟ และสอดคล้องกับการศึกษาของ เพลินจิต กลีบจำปี (2561) ที่พบว่า กลุ่มตัวอย่างเลือกเล่นกีฬาวอลเลย์บอลชายหาดเพราะต้องการมีสมรรถภาพร่างกายที่แข็งแรงสมบูรณ์และได้ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ

1.4 มีนักกรีฑาที่ดีเป็นต้นแบบ การมีนักกรีฑาที่ดีหรือนักกรีฑาที่เก่งเป็นต้นแบบ ถือเป็นอีกหนึ่งแรงจูงใจสำคัญให้ผู้ให้ข้อมูลหลักเลือกมาเล่นกรีฑา ประเด็นนี้สรุปได้ว่า ผู้ให้ข้อมูลหลักเลือกที่จะเล่นกรีฑาเนื่องจากมีนักกรีฑาต้นแบบที่ดี ทั้งที่มีต้นแบบเป็นรุ่นพี่ในโรงเรียนที่ฝึกซ้อมและสามารถพัฒนาตนเองไปถึงระดับติดทีมชาติ รวมถึงมีต้นแบบเป็นอาจารย์ (ผู้ฝึกสอนทีมกรีฑาของโรงเรียน) ที่เคยเป็นอดีตนักกรีฑาที่มีผลงานและมีชื่อเสียงที่ได้รับการยอมรับในวงการกรีฑา ระดับชาติ ดังนี้ โค้ชกีฬาหรือผู้ฝึกสอนกีฬาแต่ละประเภท ควรเป็นแบบอย่างที่ดีเพื่อให้กับเด็กและเยาวชนยอมรับและใช้เป็นต้นแบบในการเล่นกีฬาให้ประสบความสำเร็จ

2. แรงจูงใจภายนอกที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน

2.1 มีเพื่อนชักชวนให้เข้าร่วมฝึกซ้อมกรีฑา การมีเพื่อนชักชวนมาเล่นกรีฑา เป็นอีกหนึ่งแรงจูงใจสำคัญในการเลือกเล่นกรีฑาของผู้ให้ข้อมูลหลัก ข้อค้นพบในประเด็นสรุปได้ว่า เพื่อนถือเป็นปัจจัยสำคัญต่อการเลือกเล่นกรีฑาของผู้ให้ข้อมูลหลัก โดยในการศึกษานี้พบว่า ผู้ให้ข้อมูลหลักได้รับการชักชวนแบบเพื่อนร่วมชั้นเรียน หรือจากเพื่อนต่างชั้นเรียน หรือจากพี่และน้องต่างระดับชั้นกันภายในโรงเรียน ให้เข้ามาร่วมสมัครเป็นสมาชิกชมรมและฝึกซ้อมกรีฑา ซึ่งถือเป็นการสร้างเครือข่ายภายในโรงเรียนที่สำคัญของชมรมกรีฑา ที่ช่วยให้มีสมาชิกที่เพิ่มขึ้น และได้รับความสนใจจากนักเรียนในโรงเรียนในการสมัครเป็นสมาชิกชมรม ผลการศึกษาสอดคล้องกับที่ มหาลาภ ป้อมสุข, สาลี สุภาภรณ์ และอุษากร พันธุ์วานิช (2559) ที่ศึกษาพบว่า เพื่อนเป็นปัจจัยสำคัญต่อการเรียนรู้และความสนุกในการทำกิจกรรมพลศึกษาหรือกีฬา ผู้เรียนจะมีเจตคติที่ดีขึ้นจากการทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนที่รู้จักหรือสนิทสนมกัน รวมถึงเป็นการเรียนรู้ด้านสังคมจากการได้เพื่อนใหม่ในชั้นเรียนพลศึกษาหรือเล่นกีฬา และยังสอดคล้องกับการศึกษาของ สุระเชษฐ์ โชติวรานนท์ (2550) ที่พบว่า เพื่อนมีความสำคัญต่อการเกิดเจตคติที่ดีต่อการเรียนวิชาพลศึกษาหรือการเล่นกีฬา

2.2 มีอาจารย์ชักชวนให้เข้าร่วมฝึกซ้อมกรีฑา ผู้ให้ข้อมูลหลักเล่าถึงการชักชวนของอาจารย์ ว่าเป็นอีกหนึ่งปัจจัยสำคัญที่มีส่วนในการตัดสินใจเลือกเล่นกรีฑา การศึกษาประเด็นนี้สามารถสรุปได้ว่า การชักชวนหรือการแนะนำของอาจารย์ให้สมัครเข้าร่วมชมรมกรีฑา เป็นแรงจูงใจสำคัญ และมีอิทธิพลที่ส่งผลให้ผู้ให้ข้อมูลหลักตัดสินใจสมัครเข้าร่วมชมรมกรีฑา ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับที่ มัชฌิมา คำสุวรรณ และสาโรจน์ สิงห์ชม (2561) ที่ได้ศึกษาคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของครูพลศึกษา ใน ศตวรรษที่ 21 พบว่า หนึ่งในคุณลักษณะที่พึงประสงค์สำคัญคือ คุณลักษณะด้านการโน้มน้าวจิตใจ หรือหมายถึง ความสามารถในการเจรจา การใช้ภาษาเพื่อสื่อสารได้อย่างถูกต้อง เหมาะสมตามกาลเทศะ รวมถึงการสนทนา การรับฟัง ช่วยเหลือและชี้แนะให้แก่ผู้ร่วมงานหรือนักเรียน สอดคล้องกับที่ บุญยธรรมณ์ หมั่นละม้าย (2563) อธิบายว่า นอกเหนือการปฏิบัติหน้าที่ทางด้านวิชาการทางพลศึกษาแล้ว ครูพลศึกษายังมีหน้าที่ในการส่งเสริมและสนับสนุนให้นักเรียนรักการออกกำลังกายหรือเข้าร่วมกิจกรรมทางกายทั้งในและนอกชั่วโมงเรียนวิชาพลศึกษา

2.3 บรรยากาศในชมรมกรีฑาอบอุ่นเหมือนครอบครัว ผู้ให้ข้อมูลหลักให้ข้อมูลถึงบรรยากาศการอยู่ร่วมกันของสมาชิกในชมรมกรีฑาว่ามีความอบอุ่นสามัคคี ดูแลช่วยเหลือซึ่งกันและกันแบบครอบครัว ทำให้สมาชิกมีความสุขกับการฝึกซ้อมในแต่ละวัน ถือเป็นแรงจูงใจสำคัญของการเลือกมาเล่นกรีฑาของผู้ให้ข้อมูล

หลัก ในประเด็นสามารถสรุปได้ว่า การฝึกซ้อมของสมาชิกชมรมกรีฑาในแต่ละวัน เป็นบรรยากาศที่คอยดูแลช่วยเหลือกันจากเพื่อนและผู้ปกครอง ได้พบปะพูดคุยจนสนิทสนมเป็นกันเอง จนผู้ให้ข้อมูลหลักรู้สึกมีความสุขและอบอุ่นเสมือนอยู่กับครอบครัว ถือเป็นแรงจูงใจสำคัญอีกประการหนึ่งที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกรีฑาของผู้ให้ข้อมูลหลัก ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับที่ พิศพงษ์ จิรพัฒนาพงศ์ (2562) ที่พบว่า การได้รับการสนับสนุนที่ดีจากเพื่อนและครอบครัว เป็นแรงจูงใจสำคัญที่นำไปสู่ความสำเร็จในการเล่นกีฬา

2.4 สนุกกับการฝึกซ้อมกรีฑา การฝึกซ้อมในแต่ละวันเป็นไปอย่างสนุกสนาน มีเพื่อนร่วมคุยที่ช่วยให้ผู้ให้ข้อมูลหลักมีความสุขระหว่างการฝึกซ้อม ผลการศึกษานี้สรุปได้ว่า ความสนุกในระหว่างการฝึกซ้อมกรีฑา ทั้งความสนุกที่เกิดจากกิจกรรมหรือแบบฝึกประจำวัน ความสนุกที่เกิดจากการทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกับสมาชิกของชมรม รวมถึงความสนุกที่เกิดจากความท้าทายหรือผลลัพธ์ที่เกิดจากการฝึกซ้อม เช่น ความเร็วเพิ่มขึ้น หรือสถิติดีขึ้น ถือเป็นอีกหนึ่งแรงจูงใจสำคัญที่ส่งผลให้ผู้ให้ข้อมูลหลักเลือกเล่นกรีฑา สอดคล้องกับการศึกษาของ ราชวัตร แก้วปัญญา, วัฒนา สุทธิพันธุ์ และนำชัย เลวลีย์ (2554) ที่พบว่า ความสนุกสนานเพลิดเพลินในการฝึกซ้อมและการแข่งขัน เป็นแรงจูงใจสำคัญของนักกีฬาเยาวชนในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติก และสอดคล้องกับการศึกษาของ สมฤทัย อาริสาโพธิ์, อริสา สารคำ, อุษณีย์ หงษ์ศรีจันทร์, ธนวรรณพร ศรีเมือง (2566) ที่พบว่า ความสุขและความสนุกจากการเล่นกีฬา เป็นแรงจูงใจที่ส่งผลต่อนักกีฬาในการเล่นกีฬาฟุตบอล

ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

แรงจูงใจทั้งภายในและภายนอก มีส่วนสำคัญต่อการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนหรือเยาวชนระดับต่าง ๆ การศึกษานี้จะช่วยให้ผู้ฝึกสอนกีฬาชนิดต่างๆ รวมถึงครูพลศึกษาในสถานศึกษา ใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานในการสร้างและสนับสนุนให้ผู้เรียนเกิดแรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาหรือกีฬาชนิดต่างๆ ทั้งแรงจูงใจภายใน เช่น เจตคติต่อการเล่นกีฬา หรือการตั้งเป้าหมายเพื่อเป็นเลิศหรือเพื่อสุขภาพ ส่วนแรงจูงใจภายนอกเช่น มีชักชวนของเพื่อนหรือของอาจารย์ ความสุขและบรรยากาศในการฝึกซ้อมและแข่งขัน เป็นต้น

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบคุณโรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา ที่ได้ให้การสนับสนุนทุนวิจัยเรื่องนี้

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กรมพลศึกษา. (2527). จิตวิทยาการกีฬาเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : ธนประดิษฐ์การพิมพ์.
- กรมพลศึกษา. (2557). คู่มือผู้ฝึกสอนกรีฑา T-Certificate. กรุงเทพมหานคร : สำนักงานกิจการโรงพิมพ์
องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึกในพระบรมราชูปถัมภ์.
- กฤตพรต บุญโรจน์. (2552). แรงจูงใจในการเล่นกีฬาเทนนิสของเยาวชนในเขตเทศบาลนครเชียงใหม่ พ.ศ.
2551. ปริญญาโท กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- กฤษฎา จุลชาติ. (2543). แรงจูงใจในการเล่นกอล์ฟ. ปริญญาโท กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิต
วิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2558). คู่มือฝึกสอนกีฬากรีฑา. กรุงเทพมหานคร : กองวิชาการกีฬา การกีฬาแห่ง
ประเทศไทย.
- กัญเกียรติ บุญมี. (2552). แรงจูงใจของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาสถาบันการพลศึกษาแห่งประเทศไทย
ครั้งที่ 33 ประจำปี พ.ศ. 2551 ณ จังหวัดชัยภูมิ. ปริญญาโท กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- คุณากร เปลื้องทุกข์. (2565). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความตั้งใจเข้าร่วมกิจกรรมวิ่งเทรลของนักท่องเที่ยวยิงกีฬา.
วิทยานิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต (สาขาวิชาบริหารธุรกิจ). บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศิลปากร.
- จันทร์ธานี สงวนนาม. (2551). ทฤษฎีและแนวปฏิบัติในการบริหารสถานศึกษา. (พิมพ์ครั้งที่ 2). กรุงเทพฯ : บัค
พอยท์.
- จรรวรณ์ กมลสินธุ์. (2548). แรงจูงใจในการปฏิบัติงานของพนักงานในเขตส่งเสริมอุตสาหกรรมนคร.
กรุงเทพฯ : มหาวิทยาลัยธุรกิจบัณฑิต.
- เฉลิมรัฐ ทองสิริมิตรรัตน์. (2553). แรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของเยาวชน ในจังหวัดลำปาง พ.ศ. 2551.
ปริญญาโท กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ชวพงษ์ เมธธรรมวัฒน์. (2551). แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาซอฟท์บอลของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬา
แห่งชาติ ครั้งที่ 35 (พ.ศ. 2549) จังหวัดสุพรรณบุรี. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา) กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ชาญชัย โพธิ์คลัง. 2532. หลักพื้นฐานทางวิทยาศาสตร์ในการฝึกกีฬา. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- ชุมพล ปานเกตุ. (2540). การฝึกสอนกรีฑาเบื้องต้น = Introduction to track and field coaching:
กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.

- दनัย ยาหอม (2538). แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายกน้ำหนักของนักกีฬาหญิง. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- เทเวศร์ พิริยะพูนท์. (2529). หลักการฝึกกีฬายกน้ำหนัก. กรุงเทพฯ : สยามบรรณาการพิมพ์.
- ธเนศ สังข์คร. (2553). แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาเปตอง ของนักกีฬาเปตอง สังกัดชมรมกีฬาเปตอง ในเขตกรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ. 2552. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ธวัชชัย รักขติวงษ์. (2560). ผลการจัดการเรียนรู้พลศึกษาในกรีฑาประเภทลู่โดยประยุกต์หลักการของรูปแบบชิปาร่วมกับทฤษฎีแรงจูงใจที่มีต่อสมรรถภาพทางกาย ทักษะและเจตคติต่อการวิ่งเพื่อสุขภาพ ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น. วิทยานิพนธ์ ค.ด. (สุขศึกษาและพลศึกษา), บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.
- นฤพนธ์ วงศ์จตุรภัทร และศรุตี ศรีจันทวงศ์. (2550). การศึกษาการระบุดสาเหตุจากผลการแข่งขันของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเอเชียนอินดอร์เกมส์ ครั้งที่ 1 ณ ประเทศไทย. กองวิจัยและพัฒนาฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย.
- บุญยทธธรรณ หมีนละม้าย. (2563). การพัฒนาตัวบ่งชี้สมรรถนะของครูพลศึกษาในสามจังหวัดชายแดนภาคใต้. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (การวิจัยและการประเมิน). สงขลา : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยทักษิณ.
- ประวีณ สุทธิสง่า. (2553). แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาซอฟท์บอลของนักกีฬารุ่นอายุไม่เกิน 18 ปีในเขตการศึกษา 12 พ.ศ. 2552. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ประเวศ สันติภาส. (2553). แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬารักบี้ฟุตบอลของนักกีฬาหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ ครั้งที่ 26 พ.ศ. 2553. ปรินญาณิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ปัญญา จันรอด. 2548. ปัจจัยด้านแรงจูงใจในการปฏิบัติงานของข้าราชการในสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาชลบุรี เขต 3. ปรินญาณิพนธ์บัณฑิต สาขาวิชาการบริหารการศึกษา. บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา.
- พงษ์พันธ์ พงษ์โสภ. (2542). จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพฯ : พัฒนาศึกษา.
- พนมไพร ไชยงค์. (2542). เอกสารประกอบการสอนวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว. สุพรรณบุรี : วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดสุพรรณบุรี.

- พัศพงศ์ จิรพัฒนาพงศ์. (2562). ปัจจัยพยากรณ์ต่อความสำเร็จในการแข่งขันกีฬาบาสเกตบอลของนักเรียนที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬานักเรียนกรมพลศึกษา. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (สุขศึกษาและพลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พิชัย ผิวคราม. (2542). กริธาเบื้องต้น. ชุมพร: ฝ่ายวิชาการ วิทยาลัยพลศึกษา จังหวัดชุมพร.
- พิชิต เมืองนาโพธิ์. (2534). เอกสารประกอบการสอน พล 437 จิตวิทยาการกีฬา. กรุงเทพฯ : ภาควิชาพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พีรเจต ร้วทอง. (2537). การศึกษาแรงจูงใจของนักกีฬาที่เข้าร่วมในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 21 พุทธศักราช 2536. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พีระพงศ์ บุญสิริ. (2536). จิตวิทยาการกีฬา. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- พลสุข สังข์รุ่ง. (2550). มนุษย์สัมพันธ์ในองค์กร. (พิมพ์ครั้งที่ 10). กรุงเทพฯ : บริษัท บี เค อินเตอร์ ปริ้น จำกัด.
- เพลินจิต กลีบจำปี. (2561). ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกีฬาวอลเลย์บอลชายหาดของนักกีฬาวอลเลย์บอลชายหาดระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ในเขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (สาขาวิชาพลศึกษา). สุพรรณบุรี: คณะศึกษาศาสตร์ สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุพรรณบุรี.
- ไพบูลย์ ศรีชัยสวัสดิ์. (2538). เอกสารประกอบการสอนวิชา พล111 กริธา 1. กรุงเทพฯ : ภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ภารดี อนันต์นาวิ. (2552). หลักการแนวคิด ทฤษฎีทางการบริหารการศึกษา. กรุงเทพฯ : มนตรี จำกัด.
- มหาลาภ ป้อมสุข, สาลี สุภาภรณ์ และอุษากร พันธุ์วานิช. (2559). เจตคติที่มีต่อกิจกรรมพลศึกษาตามการรับรู้ของผู้เรียน. วารสารคณะพลศึกษา. 19(1), 167-182.
- มัชฌิมา คำสุวรรณ และสาโรจน์ สิงห์ชม. (2561). คุณลักษณะที่พึงประสงค์ของครูพลศึกษาในศตวรรษที่ 21 ตามความต้องการของครูและบุคลากรทางการศึกษาในสถานศึกษา สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษากันตบุรี เขต 2. วารสารวิชาการ สถาบันการพลศึกษา. 10(1), 249-262.
- มุกดา ศรียงค์. (2540). จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง
- โยธิน ศันสนยุทธ์. (2531). เอกสารคำสอนจิตวิทยา. กรุงเทพฯ : คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ระพีพัฒน์ เดือนเพ็ญศรี และเกษมสันต์ พานิชเจริญ. (2562). ปัจจัยที่ส่งผลต่อความสนุกสนานในการเรียนวิชาบาสเกตบอลกรณีศึกษาชั้นเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย. วารสารการศึกษาและการพัฒนาสังคม. 15(1), 183-192.

- รังสรรค์ ประเสริฐศรี. (2544). ภาวะผู้นำ. กรุงเทพฯ : ธนัชการพิมพ์.
- รัตน์ บัสนัน. (2556). วิจัยเชิงคุณภาพทางการศึกษา. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ราชวัตร แก้วปัญญา, วัฒนา สุทธิพันธุ์ และนำชัย เลวลย์. (2554). แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของ นักกีฬายิมนาสติก ในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติครั้งที่ 39. วารสารวิจัยราชภัฏเชียงใหม่. 12(2), 100-109.
- ลักขณา สรวิวัฒน์. (2530). จิตวิทยาเบื้องต้น. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์
- วรศักดิ์ เพียรชอบ และณอมวงศ์ กฤษณ์เพ็ชร. (2561). รวมบทความเกี่ยวกับปรัชญา หลักการ วิธีสอนและการวัด เพื่อประเมินผลทางการศึกษา. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วรศักดิ์ เพียรชอบ. (2534). บทบาทของจิตวิทยาการศึกษาที่มีต่อการสอนและผลศึกษา วารสารจิตวิทยาการศึกษา. 19(2), 254-267.
- วัชร คำเพ็ง. (2537). การศึกษาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักมวยไทยอาชีพ. กรุงเทพฯ : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วิชัย ยี่มิน, วิมลมาศ ประชากุล, สุพัชริน เขมรัตน์, นิรอมลี มะกาเจ และอันโตนิโอ มานูเอล ฟอนเซก้า. (2559). ปัจจัยทางจิตใจที่เกี่ยวข้องกับการแสดงความสามารถของนักกีฬาฟุตบอลชั้นเลิศในการฝึกซ้อมและการแข่งขัน. วารสารคณะพลศึกษา. 19(2), 254-267.
- ศิริวัฒนา บุรพรัตน์. (2556). การศึกษาเรื่องการรับรู้ของนักกีฬาอล์ฟต่อประสบการณ์ในสนามกอล์ฟ ทัศนศึกษา สนามกอล์ฟเขาทรายคันทรี่คลับ. สารนิพนธ์บริหารธุรกิจมหาบัณฑิต มหาวิทยาลัยนเรศวร.
- ศิลปชัย สุวรรณธาดา. (2548). การเรียนรู้ทักษะการเคลื่อนไหว ทฤษฎีและปฏิบัติการ. กรุงเทพฯ : สำนักวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมโภชน์ เอี่ยมสุภาษิต. (2549). ทฤษฎีและเทคนิคการปรับปรุงพฤติกรรม. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพมหานคร : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมฤทัย อาริสาโพธิ์, อริสา สารคำ, อุษณีย์ หงษ์ศรีจันทร์, ธนวรรณพร ศรีเมือง. (2566). แรงจูงใจของนักกีฬาฟุตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาแห่งประเทศไทย รอบคัดเลือกภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ครั้งที่ 48 มหาวิทยาลัยราชภัฏมหาสารคาม. Journal of Sport Science and Health Innovation. 2(4), 10-20.
- สรายุธ รักภู. (2554). แรงจูงใจในการเล่นกรีฑาของนักกรีฑาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39. ปริญญาณิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

สามารถชาย จอมวิญญา. (2527). เหตุจูงใจในการเลือกเรียนวิชาเอกพลศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชา

การศึกษาชั้นสูงในวิทยาลัยครูและวิทยาลัยพลศึกษาภาคกลาง. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา).

กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สาลี สุภาภรณ์. (2550). วิจัยเชิงคุณภาพทางพลศึกษาและกีฬา. กรุงเทพฯ: สามลดา.

สาลี สุภาภรณ์. (2554). การศึกษาเชิงคุณภาพเกี่ยวกับคอร์สโยคะตามความต้องการของนิสิตปริญญาตรี.

วารสารคณะพลศึกษา. 14(พิเศษ), 151-165.

สืบสาย บุญวีรบุตร. (2541). จิตวิทยาการกีฬา. ชลบุรี : ชลบุรีการพิมพ์.

สุชา จันทน์หอม. (2527). จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพฯ : ไทยวัฒนาพานิช

สุชาดา สุธรรมรักษ์. (2531). เอกสารประกอบการสอนวิชา จต 101 จิตวิทยาเบื้องต้น ภาควิชาการแนะแนว

และจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

สุรเชษฐ์ โชติวรานนท์. (2550). ปัจจัยที่ส่งผลต่อการมีเจตคติที่ดีต่อวิชาพลศึกษาของนักเรียนมัธยมศึกษาตอน

ปลาย ในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย.

สุรศักดิ์ สิงห์สา. (2552). แรงจูงใจในการเล่นเรือพายของนักกีฬาเรือพาย ในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่

37. ปริญญาโท ค.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

สุรีย์ พันธุ์รักษ์. (2541). แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาเสือภูเขา. ปริญญาโท ค.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ :

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

อบรม สนิทบาล. (ม.ป.ป). รวมทฤษฎีจิตวิทยา. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.

อร่าม ตั้งใจ. 2539. จิตวิทยาการกีฬา (แรงจูงใจ), การฝึกสมรรถภาพทางกาย. กรุงเทพฯ : ไทยมิตรการพิมพ์.

อานัต หัตถา. (2557). กรีฑา (พิมพ์ครั้งที่ 1). กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

อารี พันธุ์มณี. (2534). จิตวิทยาการเรียนการสอน. กรุงเทพฯ: ต้นอ้อ.

อารีย์ พันธุ์มณี. (2534). จิตวิทยาการสอน. กรุงเทพฯ : บริษัทต้นอ้อจำกัด.

Amorase, T. and Horn, T. S. (1995). A Season – Long Examination of Intrinsic Motivation in

First Year College Athletes: Relationships with Coaching Behavior. Journal of Sport

and Exercise Psychology. 1995 NASPSPA Abstracts. 17: 20; Human Kinetics

Publishers.Inc.

Early, J. D. (1987) Interpersonal Orientation and Motivational Differences between Team and

Individual Sport Participants, Dissertation Abstracts. MA: Stephen F Austin State

University.

- Glueck, W. F. (1982). Personal: A Diagnostic Approach.
- Gard, E. R. (1962). Introduction to Psychology. New York: Hart Court B Inc.
- Hall, K. K. and Mark, E. (1995) Motivational Determinants of Interest, and Perception of Success in School Physical Education. Journal of Sport and Exercise Psychology. 1995 NASPSPA Abstracts. 17: 57; Human Kinetics Publishers, Inc.
- Jennifer A. (2005). A comparison of intrinsic motivation scores for two groups of Preadolescent athletes. Dissertation Abstracts. M.Sc.: Lakehead university.
- Karussanu, M. and Roberts, G. C. (1995). Motivation in Physical Activity: The Role of Motivational Climate, Intrinsic Motivation, and Self – Efficacy. Journal of Sport and Exercise Psychology. 1995 NASPSPA Abstracts.17:57; Human Kinetics Publishers, Inc.
- Maslow, A. H. (1970). Motivation and Personality. 2nd ed. New York: Harper & Row
- Pensgaard, A. M. (1999). Motivation and Coping Strategies of Norwegian Paralympic and Olympic Winter Sport Athletes. Journal of Adapted Physical Activity Quarterly, 16, 238 - 250.
- Salguero; et al. (2004). Relationship Between Perceived Physical Ability and Sport Participation Motivation in Young Competitive Swimmers. Journal of Sport Medicine and Physical Fitness. 44(3), 249.
- Tjeerdsma, B. L. (1994, February). “An Exploration of the Causal Relationships Among Achievement Motivation Variables in Physical Education”, Dissertation Abstracts. 54 (8), 108.
- Vincent, J. T., & Charles. (1997). Motivation for Participation in High School Soccer. Research Quarterly for Exercise and Sport. 68(1), A – 109.
- Willis, J. D. (1982). The Relationship Between Competitive Motives and Ratings of Competitiveness, ERIC 1982 ED217021.
- White & S. A. (1996). The Relationship Between Goal Orientation Beliefs Causes of Sport and Success, and Trait Anxiety Among High School, Ter collegiate, and Recreational Sport Participants. Sport Psych 10(1), 58-72.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก
แบบบรรยายเหตุการณ์สำคัญ (Critical Incident)

แบบบรรยายเหตุการณ์สำคัญ (Critical Incident)

ช่วงเวลาวันที่คุณ “ตัดสินใจ” เลือกสมัครเข้าร่วมทีมกีฬาของโรงเรียน

เพศ () ชาย () หญิง

ประสบการณ์ในการสอนพลศึกษา () 1-5 ปี () 6-10 ปี () มากกว่า 10 ปี

กิจกรรมหรือกีฬาที่สอน (โปรดระบุ).....

ช่วงที่ทำการเขียนบรรยาย เดือน..... ภาคเรียนที่ ปีการศึกษา 25.....

คำชี้แจง 1. ขอให้คุณช่วยบรรยายถึงวันที่คุณ “ตัดสินใจ” สมัครเข้าร่วมทีมกรีฑาของโรงเรียน ช่วยอธิบายว่า เหตุผลหรือสาเหตุอะไรที่ทำให้คุณมาสมัครเข้าร่วมกรีฑา (ความประทับใจ หรือความชื่นชอบ หรือเป้าหมาย)

[illegible]

2. คุณความประทับใจหรือชื่นชอบอะไรบ้าง ในการอยู่ร่วมทีมกรีฑา (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

2.1.....

2.2.....

2.3.....

2.4.....

2.5.....

แบบบรรยายเหตุการณ์สำคัญ (Critical Incident)

ช่วงเวลาที่ท่าน “ตัดสินใจ” เลือกสมัครเข้าร่วมทีมกรีฑาของโรงเรียน

เพศ

() ชาย

() หญิง

ช่วงที่ทำการเขียนบรรยาย เดือน..... ภาคเรียนที่ ปีการศึกษา 25.....

คำชี้แจง 1. ขอให้ท่านช่วยบรรยายถึงวันที่คุณ “ตัดสินใจ” สมัครเข้าร่วมทีมกรีฑาของโรงเรียน ช่วยอธิบายว่า เหตุผลหรือสาเหตุอะไรที่ทำให้คุณมาสมัครเข้าร่วมกรีฑา (ความประทับใจ หรือความชื่นชอบ หรือเป้าหมาย)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. คุณความประทับใจหรือชื่นชอบอะไรบ้าง ในการอยู่ร่วมทีมกรีฑา (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- 2.1.....
- 2.2.....
- 2.3.....
- 2.4.....
- 2.5.....



BUU-IRB Approved

24 Aug 2023

ฉบับที่ 2 วันที่ 10 เมษายน 2566

ภาคผนวก ข
แบบสัมภาษณ์ (Interview Protocol)

แบบสัมภาษณ์ (Interview Protocol)

โครงการวิจัยเรื่อง “แรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี”

1. ช่วยแนะนำตัวครับว่าคุณเป็นใคร เรียนอยู่ที่ไหน หรือชั้นอะไร
2. ก่อนหน้านี้คุณเคยเล่นกีฬาอะไรมาบ้าง และชื่นชอบกีฬาอะไรมากที่สุด (และเพราะอะไร)
3. คุณรู้จักและเคยเล่นกรีฑา (ประเภทลู่และประเภทลาน) มาก่อนบ้างหรือไม่ อะไรบ้าง
4. คุณรู้จักและมาสมัครเข้าร่วมกีฬา (ชมรม) กรีฑาได้อย่างไร
5. เหตุผลอะไรที่ทำให้คุณตัดสินใจสมัครเป็นนักกรีฑาของทีมกรีฑาโรงเรียน
6. คุณคิดว่าอะไรอะไรคือเหตุผลที่ทำให้นักกรีฑาคนอื่นๆ มาสมัครเข้าร่วมทีมกรีฑาของโรงเรียน
(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
7. คุณประทับใจอะไรในทีมกรีฑาของโรงเรียน จึงทำให้คุณยังเป็นสมาชิกของทีมมาจนถึงปัจจุบัน
(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
8. คุณคิดว่า ข้อดีของการเป็นสมาชิกทีมกรีฑาของโรงเรียน ได้แก่อะไรบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
9. หากมีประเด็นหรือข้อเสนอแนะอื่น ๆ รบกวนคุณช่วยอธิบายเพิ่มเติมครับ

แบบสัมภาษณ์ (Interview Protocol)

โครงการวิจัยเรื่อง “แรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี”

1. ช่วยแนะนำตัวครับว่าคุณเป็นใคร เรียนอยู่ที่ไหน หรือชั้นอะไร
2. ก่อนหน้านี้คุณเคยเล่นกีฬาอะไรมาบ้าง และชื่นชอบกีฬาอะไรมากที่สุด (และเพราะอะไร)
3. คุณรู้จักและเคยเล่นกรีฑา (ประเภทลู่และประเภทลาน) มาก่อนบ้างหรือไม่ อะไรบ้าง
4. คุณรู้จักและมาสโมสรเข้าร่วมกีฬา (ชมรม) กรีฑาได้อย่างไร
5. เหตุผลอะไรที่ทำให้คุณตัดสินใจสมัครเป็นนักกรีฑาของทีมกรีฑาโรงเรียน
6. คุณคิดว่าอะไรคือเหตุผลที่ทำให้ให้นักกรีฑาคนอื่นๆ มาสมัครเข้าร่วมทีมกรีฑาของโรงเรียน
(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
7. คุณประทับใจอะไรในทีมกรีฑาของโรงเรียน จึงทำให้คุณยังเป็นสมาชิกของทีมมาจนถึงปัจจุบัน
(ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
8. คุณคิดว่า ข้อดีของการเป็นสมาชิกทีมกรีฑาของโรงเรียน ได้แก่อะไรบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
9. หากมีประเด็นหรือข้อเสนอแนะอื่น ๆ รบกวนคุณครูช่วยอธิบายเพิ่มเติมครับ



BUU-IRB Approved

24 Aug 2023

ฉบับที่ 2 วันที่ 10 เมษายน 2566

ภาคผนวก ค
แบบเขียนแผนที่ความคิด (Concept Map)

แบบเขียนแผนที่ความคิด (Concept Map)
เกี่ยวกับแรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี

เขียนวันที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนแผนที่ความคิดเกี่ยวกับแรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑา ลงในกระดาษที่ผู้วิจัยจัดเตรียมให้ โดยใช้วิธีเขียนเป็นคำสำคัญหรือวลีสั้นๆ (ความคิดหลัก) ที่มีความหมายชัดเจนและเข้าใจได้ง่าย แล้วแตกความคิดจากคำนั้นๆ ออกเป็นความคิดรองและความคิดเสริม **ตัวอย่างเช่น** ความคิดหลัก แรงจูงใจภายใน ความคิดรอง 1. ชื่นชอบกรีฑา 2. มีเป้าหมายคือเป็นนักกีฬาทีมชาติ

แบบเขียนแผนที่ความคิด (Concept Map)
เกี่ยวกับแรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี

เขียนวันที่.....

คำชี้แจง ให้นักเรียนเขียนแผนที่ความคิดเกี่ยวกับแรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑา ลงในกระดาษที่ผู้วิจัย
จัดเตรียมให้ โดยใช้วิธีเขียนเป็นคำสำคัญหรือวลีสั้นๆ (ความคิดหลัก) ที่มีความหมายชัดเจนและเข้าใจได้ง่าย
แล้วแตกความคิดจากคำนั้นๆ ออกเป็นความคิดรองและความคิดเสริม ตัวอย่างเช่น ความคิดหลัก แรงจูงใจ
ภายใน ความคิดรอง 1. ชื่นชอบกรีฑา 2. มีเป้าหมายคือเป็นนักกีฬาทีมชาติ



BUU-IRB Approved
24 Aug 2023 ฉบับที่ 2 วันที่ 10 เมษายน 2566

ภาคผนวก ง
เอกสารชี้แจงสำหรับผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย
(Participant Information Sheet)

เอกสารชี้แจงสำหรับผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย (Participant Information Sheet)

รหัสโครงการวิจัย:

ชื่อโครงการวิจัย: แรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี

เรียน ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย

ข้าพเจ้า อาจารย์มรุต นามพลกรัง อาจารย์ประจำกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา ขอเรียนเชิญท่านเข้าร่วมเป็นผู้ให้ข้อมูลหลัก โครงการวิจัย เรื่อง “แรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี” โดยก่อนที่ท่านจะตัดสินใจตอบตกลงเข้าร่วมในการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าขอเรียนให้ท่านทราบรายละเอียดของโครงการดังนี้

โครงการวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่ง ผลการวิจัยที่ได้จะถูกนำไปใช้สำหรับการพัฒนาการเตรียมทีมกรีฑาและกีฬาชนิดอื่นๆ ในอนาคต

หากท่านตกลงสมัครใจเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าจะขอความร่วมมือจากท่านในการเก็บรวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของท่าน ด้วยการสัมภาษณ์ (แบบออนไลน์หรือเผชิญหน้า) จำนวน 1 ครั้ง (ประมาณ 20-25 นาที), เขียนบรรยายเหตุการณ์สำคัญ (เขียนที่บ้านพัก 1 ครั้งประมาณ 15-20 นาที), การเขียนแผนที่ความคิด (เขียนที่บ้านพัก 1 ครั้งประมาณ 15-20 นาที) และสังเกตระหว่างการฝึกซ้อมประจำวันที่สนามกีฬา

ข้อมูลทั้งหมดจะถูกเก็บเป็นความลับ ส่วนการนำเสนอผลการวิจัยจะใช้ในลักษณะที่เป็นนามสมมติ แทนการระบุชื่อบุคคลหรือสถานศึกษาที่เกี่ยวข้องกับกลุ่มตัวอย่าง

การเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้เป็นไปด้วยความสมัครใจและไม่มีค่าตอบแทน และไม่ว่าท่านจะปฏิเสธหรือสมัครใจยินยอมเข้าร่วมในโครงการวิจัย ก็จะไม่มีผลกระทบใดๆ ต่อตัวท่าน อีกทั้งท่านยังสามารถถอนตัวจากการเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ได้ทุกเมื่อแม้ว่างานวิจัยจะยังไม่สิ้นสุดก็ตาม โดยที่จะไม่มีผลกระทบใดๆ ต่อตัวท่านเช่นกัน

หากท่านมีข้อสงสัยหรือต้องการสอบถามในประการใดเกี่ยวกับโครงการวิจัยนี้ สามารถติดต่อข้าพเจ้าได้ที่โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา หรือที่เบอร์โทรศัพท์ 086-3135122 หรือที่ E-mail: murata@go.buu.ac.th ได้ตลอดเวลา นอกจากนี้ หากท่านพบว่าข้าพเจ้าในฐานะผู้วิจัย ไม่ปฏิบัติตามที่ได้ชี้แจงไว้ในเอกสารชี้แจงฉบับนี้ ท่านสามารถแจ้งเรื่องไปยังคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยบูรพา กองบริหารการวิจัย และนวัตกรรม หมายเลขโทรศัพท์ 038-102620

หากท่านพิจารณารายละเอียดและยินดีสมัครใจที่จะเข้าร่วมเป็นกลุ่มตัวอย่างในโครงการวิจัยนี้ ขอให้ท่านลงลายมือชื่อในใบยินยอมที่ได้แนบมาพร้อมกับเอกสารฉบับนี้

ขอขอบคุณท่านที่ให้ความร่วมมือมา ณ ที่นี้

AF 06-02/v2.1



เอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย
(Participant Information Sheet)

รหัสโครงการวิจัย : HU002/2566(C1)

(งานมาตรฐานและจริยธรรมในการวิจัย กองบริหารการวิจัยและนวัตกรรม มหาวิทยาลัยบูรพา เป็นผู้ออกรหัสโครงการวิจัย)

โครงการวิจัยเรื่อง : แรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี
เรียน ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย และบิดามารดา หรือผู้ปกครอง

ข้าพเจ้า นายมูรธา นามพลกรัง ตำแหน่ง อาจารย์ประจำกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา
หน่วยงาน คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา ขอเรียนเชิญท่านเข้าร่วมโครงการวิจัย “แรงจูงใจในการเลือก
เล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี” ก่อนที่ท่านจะตกลงเข้าร่วมการวิจัย ขอเรียนให้
ท่านทราบรายละเอียดของโครงการวิจัย ดังนี้

โครงการวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่ง
หนึ่ง ผลการวิจัยที่ได้จะถูกนำไปใช้สำหรับการพัฒนาการเตรียมทีมกรีฑาและกีฬาชนิดอื่นๆ ในอนาคต

หากนักเรียนตกลงสมัครใจเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าจะขอความร่วมมือจากนักเรียนในการเก็บ
รวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียน ด้วยการสังเกตแบบมีส่วนร่วมปานกลาง
(Moderate Participation Observation) โดยทีมผู้วิจัยจะเข้าสังเกตการณ์การฝึกซ้อมกรีฑาของผู้ให้ข้อมูล
สำคัญคนละ 1-3 ครั้ง (ประมาณ 2 ชั่วโมง), การเขียนแผนที่ความคิด (Concept Map) เป็นวิธีการที่ผู้ให้ข้อมูล
สำคัญอธิบายความคิดเกี่ยวกับแรงจูงใจ (ภายในและภายนอก) ของนักเรียนในการเลือกเล่นกรีฑา (เขียนที่
บ้านพัก 1 ครั้งประมาณ 15-20 นาที), การบรรยายเหตุการณ์สำคัญ (Critical Incident) ซึ่งเป็นเทคนิควิธีการ
เก็บข้อมูลเชิงคุณภาพทางพลศึกษาและกีฬา ที่ผู้วิจัยให้ผู้ให้ข้อมูลสำคัญเขียนหรือพูดบรรยายถึงเหตุการณ์ในวันที่
ผู้ให้ข้อมูลสำคัญสมัครเข้าร่วมทีมกรีฑา (เหตุผลหรือความประทับใจที่ทำให้ตัดสินใจสมัครเข้าร่วมทีมกรีฑา) (ใช้
เวลาเขียนครั้งประมาณ 15-20 นาที), การสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง (Semi-structured Interview) เป็น
วิธีการเก็บข้อมูลที่จะดำเนินการเป็นลำดับสุดท้าย โดยผู้วิจัยขออนุญาตบันทึกเสียงระหว่างสัมภาษณ์ และมุ่ง
ประเด็นข้อคำถามเกี่ยวกับแรงจูงใจ (ภายในและภายนอก) ของนักเรียนในการเลือกเล่นกรีฑา โดยนักเรียน
สามารถข้ามคำถามใดคำถามหนึ่งได้หากไม่สะดวกในการให้ข้อมูล จะเป็นการสัมภาษณ์แบบรายบุคคล
(ช่วงเวลาที่ผู้ให้ข้อมูลสำคัญสะดวก) คนละประมาณ 20-25 นาที

ข้อมูลทั้งหมดจะถูกเก็บเป็นความลับ โดยผู้วิจัยเป็นผู้รับผิดชอบเก็บรวบรวมข้อมูล (ใช้นามสมมติในการ
ระบุชุดข้อมูลของผู้ให้ข้อมูลหลักแต่ละคน) โดยเก็บไฟล์ข้อมูลเป็น Anonymized ข้อมูลส่วนบุคคลที่ต้องใช้รหัสในการเปิด



24 Aug 2023

- 1 -

ฉบับที่ (3.0) วันที่ (22 สิงหาคม 2566)

เอกสารจากระบบการขอรับการพิจารณาจริยธรรมวิจัย มหาวิทยาลัยบูรพา

AF 06-02/v2.1

เครื่อง และเก็บเอกสารต่างๆ ไว้ในตู้เอกสารส่วนบุคคลที่ผู้วิจัยถือกุญแจเปิด-ปิดเพียงผู้เดียว โดยข้อมูลทุกรายการจะถูกเก็บรักษาเป็นความลับไว้อย่างน้อย 2 ปี ก่อนทำลายเอกสาร

การเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้เป็นไปด้วยความสมัครใจและไม่มีค่าตอบแทน และไม่ว่านักเรียนจะปฏิเสธหรือสมัครใจยินยอมเข้าร่วมในโครงการวิจัย ก็จะไม่มีผลกระทบต่อการเรียนและด้านอื่นๆ ต่อตัวนักเรียน อีกทั้งนักเรียนยังสามารถถอนตัวจากการเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ได้ทุกเมื่อแม้ว่างานวิจัยจะยังไม่สิ้นสุดก็ตาม โดยที่จะไม่มีผลกระทบใดๆ ต่อตัวนักเรียนเช่นกัน

หากนักเรียนมีข้อสงสัยหรือต้องการสอบถามในประการใดเกี่ยวกับโครงการวิจัยนี้ สามารถติดต่อข้าพเจ้าได้ที่โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา หรือที่เบอร์โทรศัพท์ 086-3135122 หรือที่ E-mail: murata@go.buu.ac.th ได้ตลอดเวลา นอกจากนี้ หากนักเรียนพบว่าข้าพเจ้าในฐานะผู้วิจัยไม่ปฏิบัติตามที่ได้ชี้แจงไว้ในเอกสารชี้แจงฉบับนี้ นักเรียนสามารถแจ้งเรื่องไปยังคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์มหาวิทยาลัยบูรพา กองบริหารการวิจัย และนวัตกรรม หมายเลขโทรศัพท์ 038-102620

หากนักเรียนพิจารณารายละเอียดและยินดีสมัครใจที่จะเข้าร่วมเป็นกลุ่มตัวอย่างในโครงการวิจัยนี้ ขอให้ นักเรียนลงลายมือชื่อในใบยินยอมที่ได้แนบมาพร้อมกับเอกสารฉบับนี้

ขอขอบคุณนักเรียนที่ให้ความร่วมมือมา ณ ที่นี้



BUU-IRB Approved

24 Aug 2023

- 2 -

ฉบับที่ (3.0) วันที่ (22 สิงหาคม 2566)

เอกสารจากระบบการขอรับการพิจารณาจริยธรรมวิจัย มหาวิทยาลัยบูรพา

ภาคผนวก จ

เอกสารแสดงความยินยอมของผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย (Consent Form)



**เอกสารแสดงความยินยอม
ของผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย (Consent Form)**

รหัสโครงการวิจัย :

(สำนักงานคณะกรรมการการพิจารณาจริยธรรมในมนุษย์ มหาวิทยาลัยบูรพา เป็นผู้ออกรหัสโครงการวิจัย)

โครงการวิจัยเรื่อง “แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี”

ให้คำยินยอม วันที่ เดือน พ.ศ.

ก่อนที่จะลงนามในเอกสารแสดงความยินยอมของผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าได้รับการอธิบายถึงวัตถุประสงค์ของโครงการวิจัย วิธีการวิจัย และรายละเอียดต่างๆ ตามที่ระบุในเอกสารข้อมูลสำหรับผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย ซึ่งผู้วิจัยได้ให้ไว้แก่ข้าพเจ้า และข้าพเจ้าเข้าใจคำอธิบายดังกล่าวครบถ้วนเป็นอย่างดีแล้ว และผู้วิจัยรับรองว่าจะตอบคำถามต่างๆ ที่ข้าพเจ้าสงสัยเกี่ยวกับการวิจัยนี้ด้วยความเต็มใจ และไม่ปิดบังซ่อนเร้นจนข้าพเจ้าพอใจ

ข้าพเจ้าเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ด้วยความสมัครใจ และมีสิทธิที่จะบอกเลิกการเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้เมื่อใดก็ได้ การบอกเลิกการเข้าร่วมการวิจัยนั้นไม่มีผลกระทบต่อผลการเรียนหรือผลการฝึกปฏิบัติการสอนในสถานศึกษา ที่ข้าพเจ้าจะพึงได้รับต่อไป

ผู้วิจัยรับรองว่าจะเก็บข้อมูลเกี่ยวกับตัวข้าพเจ้าเป็นความลับ จะเปิดเผยได้เฉพาะในส่วนที่เป็นสรุปผลการวิจัย การเปิดเผยข้อมูลของข้าพเจ้าต่อหน่วยงานต่างๆ ที่เกี่ยวข้องต้องได้รับอนุญาตจากข้าพเจ้า

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความข้างต้นแล้วมีความเข้าใจดีทุกประการ และได้ลงนามในเอกสารแสดงความยินยอมนี้ด้วยความเต็มใจ

กรณีที่ข้าพเจ้าไม่สามารถอ่านหรือเขียนหนังสือได้ ผู้วิจัยได้อ่านข้อความในเอกสารแสดงความยินยอมให้แก่ข้าพเจ้าฟังจนเข้าใจดีแล้ว ข้าพเจ้าจึงลงนามหรือประทับลายนิ้วหัวแม่มือของข้าพเจ้าในเอกสารแสดงความยินยอมนี้ด้วยความเต็มใจ

ลงนามผู้ยินยอม

(.....)

ลงนามพยาน

(.....)

หมายเหตุ กรณีที่ผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยให้ความยินยอมด้วยการประทับลายนิ้วหัวแม่มือ ขอให้พิมพ์ลายลงลายมือชื่อรับรองด้วย

AF 06-03.2/v2.1



เอกสารแสดงความยินยอม
ของผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย (Consent Form)
(สำหรับผู้ที่อายุตั้งแต่ 12 ปี แต่ไม่ถึง 18 ปี)

รหัสโครงการวิจัย : HU002/2566 (C1)

(งานมาตรฐานและจริยธรรมในการวิจัย กองบริหารการวิจัยและนวัตกรรม มหาวิทยาลัยบูรพา เป็นผู้ออกรหัสโครงการวิจัย)

โครงการวิจัยเรื่อง “แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี”

ให้คำยินยอม วันที่ เดือน พ.ศ.

ก่อนที่จะลงนามในเอกสารแสดงความยินยอมของผู้เข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ ข้าพเจ้าได้รับการอธิบายถึงวัตถุประสงค์ของโครงการวิจัย วิธีการวิจัย และรายละเอียดต่าง ๆ ตามที่ระบุในเอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย ซึ่งผู้วิจัยได้ให้ไว้แก่ข้าพเจ้า และข้าพเจ้าเข้าใจคำอธิบายดังกล่าวครบถ้วนเป็นอย่างดีแล้ว และผู้วิจัยรับรองว่าจะตอบคำถามต่าง ๆ ที่ข้าพเจ้าสงสัยเกี่ยวกับการวิจัยนี้ด้วยความเต็มใจ และไม่ปิดบังซ่อนเร้นจนข้าพเจ้าพอใจ

ข้าพเจ้าเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้ด้วยความสมัครใจ และมีสิทธิที่จะบอกเลิกการเข้าร่วมโครงการวิจัยนี้เมื่อใดก็ได้ การบอกเลิกการเข้าร่วมการวิจัยนั้นไม่มีผลกระทบต่อผลการเรียน ที่ข้าพเจ้าจะพึงได้รับต่อไป

ผู้วิจัยรับรองว่าจะเก็บข้อมูลเกี่ยวกับตัวข้าพเจ้าเป็นความลับ จะเปิดเผยได้เฉพาะในรูปแบบที่เป็นสรุปผลการวิจัย การเปิดเผยข้อมูลของข้าพเจ้าต่อหน่วยงานต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องต้องได้รับอนุญาตจากข้าพเจ้า

ข้าพเจ้าได้อ่านข้อความข้างต้นแล้วมีความเข้าใจดีทุกประการ และได้ลงนามในเอกสารแสดงความยินยอมนี้ด้วยความเต็มใจ

ลงนาม ผู้ยินยอม

(.....)

ข้าพเจ้า บิดามารดาหรือผู้ปกครอง ยินยอมให้
 เข้าร่วมโครงการวิจัยนี้



BUU-IRB Approved
24 Aug 2023

- 1 -

ฉบับที่ (3.0) วันที่ (22 สิงหาคม 2566)

เอกสารจากระบบการขอรับการพิจารณาจริยธรรมวิจัย มหาวิทยาลัยบูรพา

ภาคผนวก ฉ

เอกสารรับรองจริยธรรมวิจัยในมนุษย์

คณะกรรมการจริยธรรมวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยบูรพา



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน กองบริหารการวิจัยและนวัตกรรม งานมาตรฐานและจริยธรรมในการวิจัย โทร. ๒๖๒๐

ที่ อว ๘๑๐๐/ วันที่ ๒๔ เดือน สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๖๖

เรื่อง ขอส่งสำเนาเอกสารรับรองผลการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยบูรพา

เรียน นายมูรธา นามพลกรัง

ตามที่ท่าน ได้ยื่นเอกสารคำร้องเพื่อขอรับการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยบูรพา รหัสโครงการวิจัย HU002/2566(C3) โครงการวิจัย เรื่อง

แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี นั้น

บัดนี้ โครงการวิจัยดังกล่าว ได้ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยบูรพา ชุดที่ 2 (กลุ่มมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์) เป็นที่เรียบร้อยแล้ว กองบริหารการวิจัยและนวัตกรรม ในฐานะผู้ประสานงาน จึงขอส่งสำเนาเอกสารรับรองผลการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยบูรพา จำนวน ๑ ฉบับ เอกสารชี้แจงผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย เอกสารแสดงความยินยอมของผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย และเอกสารเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย โดยประทับตรารับรองเรียบร้อยแล้ว มายังท่าน เพื่อนำไปใช้ในการเก็บข้อมูลจริงจากผู้เข้าร่วมโครงการวิจัย ต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

อาจารย์เจนวิทย์ นวลแสง

(อาจารย์เจนวิทย์ นวลแสง)

ประธานคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยบูรพา
ชุดที่ 2 (กลุ่มมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์)

ภาคผนวก ข
ที่ปรึกษาโครงการวิจัย

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ระพีพัฒน์ เตือนเพ็ญศรี

อาจารย์ประจำสาขาวิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน คณะศึกษาศาสตร์ สำนักงานจัดการศึกษา สาขาวิชาพลศึกษา โทร. 2065

ที่ อว 8118.2/-

วันที่

เรื่อง ขออนุมัติโครงการเป็นวิทยานิพนธ์

เรียน ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ระพีพัฒน์ เตือนเพ็ญศรี

สิ่งที่ส่งมาด้วย

1. หนังสือตอบรับการเป็นวิทยานิพนธ์
2. โครงร่างการวิจัยและเครื่องมือที่ใช้เก็บรวบรวมงานวิจัย

ด้วยกระผม อาจารย์มูรธา นามพลกรัง อาจารย์ประจำกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียนสาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา หัวหน้าโครงการวิจัยเรื่อง “แรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑา ของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี” ในการนี้ กระผมได้พิจารณาเห็นว่าท่าน เป็นผู้มีความรู้ความสามารถและมีประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับหัวข้องานวิจัยดังกล่าว จึงมีความประสงค์ขออนุมัติท่าน เป็นวิทยานิพนธ์ เพื่อให้งานวิจัยดำเนินการไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาให้ความอนุเคราะห์ และขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

(อาจารย์มูรธา นามพลกรัง)

หัวหน้าโครงการวิจัย

เบอร์โทรศัพท์ 084-1489172



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน คณะศึกษาศาสตร์ สำนักงานจัดการศึกษา สาขาวิชาพลศึกษา โทร. 2065

ที่ อว 8118.2/-

วันที่ 21 พ.ย. 2565

เรื่อง ตอบรับเป็นที่ปรึกษางานวิจัย

เรียน หัวหน้าโครงการวิจัย

ตามที่ อาจารย์มรุธา นามพลกรัง อาจารย์ประจำกลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา โรงเรียน
สาธิต “พิบูลบำเพ็ญ” มหาวิทยาลัยบูรพา หัวหน้าโครงการวิจัยเรื่อง “แรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของ
นักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี” ได้ส่งหนังสือขอความอนุเคราะห์ข้าพเจ้าเป็นที่ปรึกษางานวิจัย
นั้น บัดนี้ ข้าพเจ้าได้รับหนังสือเรียบร้อยแล้ว และขอส่งผลตอบรับการเป็นที่ปรึกษางานวิจัยมายังท่าน ดังนี้



ยินดีเป็นที่ปรึกษางานวิจัย



ไม่สามารถเป็นที่ปรึกษางานวิจัย ได้ เนื่องจาก.....

จึงเรียนมาเพื่อโปรดทราบ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ระพีพัฒน์ เตือนเพ็ญศรี)

อาจารย์ประจำสาขาวิชาพลศึกษา

คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

ภาคผนวก ซ
การประเมินคุณภาพเครื่องมือวิจัย โดยผู้เชี่ยวชาญ

แบบประเมินความสอดคล้อง (IOC) ของข้อคำถามในแบบสัมภาษณ์กึ่งมีโครงสร้าง งานวิจัยเรื่อง
“แรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี”
ตามความเห็นของผู้เชี่ยวชาญ

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อคำถามในแบบสัมภาษณ์งานวิจัย ว่ามีความสอดคล้องกับประเด็นหัวข้อ และวัตถุประสงค์ของการวิจัยหรือไม่ โดยให้คะแนนตามความคิดเห็นของท่าน ดังนี้

- +1 หมายถึง แน่ใจว่าข้อคำถามสอดคล้องกับประเด็นหัวข้อและวัตถุประสงค์ของการวิจัย
- 0 หมายถึง ไม่แน่ใจว่าข้อคำถามสอดคล้องกับประเด็นหัวข้อและวัตถุประสงค์ของการวิจัย
- 1 หมายถึง แน่ใจว่าข้อคำถามไม่สอดคล้องกับประเด็นหัวข้อและวัตถุประสงค์ของการวิจัย

ข้อ	ข้อคำถามงานวิจัย	ความเห็นผู้เชี่ยวชาญ		
		+1	0	-1
1	ช่วยแนะนำตัวครับว่าคุณเป็นใคร เรียนอยู่ที่ไหน หรือชั้นอะไร			
2	ก่อนหน้านี้คุณเคยเล่นกีฬาอะไรมาบ้าง และชื่นชอบกีฬาอะไรมากที่สุด (เพราะอะไร)			
3	คุณรู้จักและเคยเล่นกรีฑา (ประเภทลู่และประเภทลาน) มาก่อนบ้างหรือไม่ อะไรบ้าง			
4	คุณรู้จักและมาสมัครเข้าร่วมกีฬา (ชมรม) กรีฑาได้อย่างไร			
5	เหตุผลอะไรที่ทำให้คุณตัดสินใจสมัครเป็นนักกรีฑาของทีมกรีฑาโรงเรียน			
6	คุณคิดว่าอะไรอะไรคือเหตุผลที่ทำให้ให้นักกรีฑาคนอื่น ๆ มาสมัครเข้าร่วมทีมกรีฑาของโรงเรียน (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)			
7	คุณประทับใจอะไรในทีมกรีฑาของโรงเรียน จึงทำให้คุณยังเป็นสมาชิกของทีมมาจนถึงปัจจุบัน (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)			
8	คุณคิดว่า ข้อดีของการเป็นสมาชิกทีมกรีฑาของโรงเรียน ได้แก่อะไรบ้าง (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)			
9	หากมีประเด็นหรือข้อเสนอแนะอื่น ๆ รบกวนคุณช่วยอธิบายเพิ่มเติม			

(ลงชื่อ)..... ผู้ประเมิน
 (.....)

แบบประเมินคุณภาพของแบบบรรยายเหตุการณ์สำคัญ (Critical Incident) ในงานวิจัยเรื่อง
“แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี”
ตามความเห็นของผู้เชี่ยวชาญ

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อความคำถามในแบบสัมภาษณ์งานวิจัย ว่ามีความสอดคล้องกับประเด็นหัวข้อ และวัตถุประสงค์ของการวิจัยหรือไม่ โดยให้คะแนนตามความคิดเห็นของท่าน ดังนี้

- 5 หมายถึง องค์กรประกอบของแบบบรรยายเหตุการณ์สำคัญมีคุณภาพอยู่ในระดับมากที่สุด
 4 หมายถึง องค์กรประกอบของแบบบรรยายเหตุการณ์สำคัญมีคุณภาพอยู่ในระดับมาก
 3 หมายถึง องค์กรประกอบของแบบบรรยายเหตุการณ์สำคัญมีคุณภาพอยู่ในระดับปานกลาง
 2 หมายถึง องค์กรประกอบของแบบบรรยายเหตุการณ์สำคัญมีคุณภาพอยู่ในระดับน้อย
 1 หมายถึง องค์กรประกอบของแบบบรรยายเหตุการณ์สำคัญมีคุณภาพอยู่ในระดับน้อยที่สุด

ข้อ	สาระของการประเมินแบบบรรยายเหตุการณ์สำคัญ (Critical Incident)	ระดับคุณภาพ				
		5	4	3	2	1
	<u>แบบบรรยายเหตุการณ์สำคัญวันที่ “ตัดสินใจ” สมัครเข้าร่วม</u> <u>ทีมกีฬาของโรงเรียน</u>					
1	เครื่องมือมีความสอดคล้องเหมาะสมกับวัตถุประสงค์การวิจัย					
2	เครื่องมือมีคำอธิบายที่ใช้ภาษาอย่างชัดเจนและเข้าใจได้ง่าย					
3	เครื่องมือมีความง่ายเหมาะสมกับคุณลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง					
4	เครื่องมือมีความถูกต้องตามหลักการระเบียบวิธีวิจัย					
5	เครื่องมือมีความเหมาะสมกับรูปแบบและวิธีดำเนินการวิจัย					

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม.....

(ลงชื่อ)..... ผู้ประเมิน
 (.....)

แบบประเมินคุณภาพของแบบเขียนแผนที่ความคิด (Concept Map) ในงานวิจัย เรื่อง
“แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬานักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี”
ตามความเห็นของผู้เชี่ยวชาญ

คำชี้แจง โปรดพิจารณาข้อคำถามในแบบสัมภาษณ์งานวิจัย ว่ามีความสอดคล้องกับประเด็นหัวข้อ และวัตถุประสงค์ของการวิจัยหรือไม่ โดยให้คะแนนตามความคิดเห็นของท่าน ดังนี้

5 หมายถึง องค์กรประกอบของแบบเขียนแผนที่ความคิดมีคุณภาพอยู่ในระดับมากที่สุด

4 หมายถึง องค์กรประกอบของแบบเขียนแผนที่ความคิดมีคุณภาพอยู่ในระดับมาก

3 หมายถึง องค์กรประกอบของแบบเขียนแผนที่ความคิดมีคุณภาพอยู่ในระดับปานกลาง

2 หมายถึง องค์กรประกอบของแบบเขียนแผนที่ความคิดมีคุณภาพอยู่ในระดับน้อย

1 หมายถึง องค์กรประกอบของแบบเขียนแผนที่ความคิดมีคุณภาพอยู่ในระดับน้อยที่สุด

ข้อ	สาระของการประเมินแบบเขียนแผนที่ความคิด (Concept Map)	ระดับคุณภาพ				
		5	4	3	2	1
1	เครื่องมือมีความสอดคล้องเหมาะสมกับวัตถุประสงค์การวิจัย					
2	เครื่องมือมีคำอธิบายที่ใช้ภาษาอย่างชัดเจนและเข้าใจได้ง่าย					
3	เครื่องมือมีความง่ายเหมาะสมกับคุณลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง					
4	เครื่องมือมีความถูกต้องตามหลักการระเบียบวิธีวิจัย					
5	เครื่องมือมีความเหมาะสมกับรูปแบบและวิธีดำเนินการวิจัย					

ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม.....

.....

.....

(ลงชื่อ)..... ผู้ประเมิน

(.....)

ภาคผนวก ญ

ผลการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลวิจัย

ตารางที่ 5 ผลการประเมินความสอดคล้อง (IOC) ของข้อคำถามในแบบสัมภาษณ์กึ่งมีโครงสร้าง งานวิจัย เรื่อง “แรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี” ตามความเห็นของผู้เชี่ยวชาญ

ข้อที่	คะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ (คนที่)					เฉลี่ย (IOC)	ผลการพิจารณา
	1	2	3	4	5		
1	+1	0	+1	+1	+1	4	สอดคล้อง
2	+1	+1	+1	+1	+1	5	สอดคล้อง
3	+1	+1	+1	+1	+1	5	สอดคล้อง
4	+1	+1	+1	+1	+1	5	สอดคล้อง
5	+1	+1	0	+1	+1	4	สอดคล้อง
6	+1	+1	+1	+1	+1	5	สอดคล้อง
7	+1	+1	+1	+1	+1	5	สอดคล้อง
8	+1	+1	+1	+1	+1	5	สอดคล้อง

ตารางที่ 6 ผลการประเมินคุณภาพของแบบบรรยายเหตุการณ์สำคัญ (Critical Incident) ในงานวิจัย เรื่อง “แรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี” ตามความเห็นของผู้เชี่ยวชาญ

ข้อที่	รายการประเมิน	ความเห็นผู้เชี่ยวชาญ (คนที่)					X	S.D.	ระดับ คุณภาพ
		1	2	3	4	5			
<u>แบบบรรยายเหตุการณ์สำคัญวันที่</u> <u>“ตัดสินใจ” สมัครเข้าร่วมทีมกรีฑา</u> <u>ของโรงเรียน</u>									
1	เครื่องมือมีความสอดคล้องเหมาะสมกับวัตถุประสงค์การวิจัย	5	5	4	5	5	4.80	0.18	มากที่สุด
2	เครื่องมือมีคำอธิบายที่ใช้ภาษาอย่างชัดเจนและเข้าใจได้ง่าย	5	5	5	5	5	5.00	0.00	มากที่สุด
3	เครื่องมือมีความยากง่ายเหมาะสมกับคุณลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	5	5	4	5	5	4.80	0.18	มากที่สุด
4	เครื่องมือมีความถูกต้องตามหลักการระเบียบวิธีวิจัย	5	5	5	5	5	5.00	0.00	มากที่สุด
5	เครื่องมือมีความเหมาะสมกับรูปแบบและวิธีดำเนินการวิจัย	5	5	5	5	5	5.00	0.00	มากที่สุด
เฉลี่ยรวม							4.92	0.21	มากที่สุด

ตารางที่ 7 ผลการประเมินคุณภาพของแบบเขียนแผนที่ความคิด (Concept Map) ในงานวิจัย เรื่อง ““แรงจูงใจในการเลือกเล่นกรีฑาของนักเรียนโรงเรียนสาธิตแห่งหนึ่งในจังหวัดชลบุรี” ตามความเห็นของผู้เชี่ยวชาญ

ข้อที่	รายการประเมิน	ความเห็นผู้เชี่ยวชาญ (คนที่)					X	S.D.	ระดับคุณภาพ
		1	2	3	4	5			
1	เครื่องมือมีความสอดคล้องเหมาะสมกับวัตถุประสงค์การวิจัย	5	5	4	5	5	4.80	0.45	มากที่สุด
2	เครื่องมือมีคำอธิบายที่ใช้ภาษาอย่างชัดเจนและเข้าใจได้ง่าย	5	5	5	5	5	5.00	0.00	มากที่สุด
3	เครื่องมือมีความยากง่ายเหมาะสมกับคุณลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง	5	5	4	5	5	4.80	0.45	มากที่สุด
4	เครื่องมือมีความถูกต้องตามหลักการระเบียบวิธีวิจัย	5	5	5	5	5	5.00	0.00	มากที่สุด
5	เครื่องมือมีความเหมาะสมกับรูปแบบและวิธีดำเนินการวิจัย	5	5	5	5	5	5.00	0.00	มากที่สุด
เฉลี่ยรวม							4.92	0.18	มากที่สุด