

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

กีฬายิมนาสติกเป็นกีฬานิกหนึ่งของประเทศไทย ที่มีการพัฒนามาอย่างต่อเนื่องตั้งแต่การแข่งขันกีฬาเอเชียนเกมส์ ครั้งที่ 8 เมื่อปี 2521 เป็นต้นมา มีการจัดการแข่งขันในระดับต่าง ๆ ภายในประเทศ ได้แก่ การแข่งขันชิงชนะเลิศแห่งประเทศไทย การแข่งขันกีฬายาวชนแห่งชาติ และการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ สำหรับการแข่งขันในระดับนานาชาติ กีฬายิมนาสติกก็เป็นกีฬาที่สร้างชื่อเสียงให้แก่ประเทศไทยแล้วหลายครั้ง โดยเฉพาะนักยิมนาสติกชาย ประสบความสำเร็จสูง ทั้งในการแข่งขันระดับเอเซีย และระดับนานาชาติ เนื่องจากมีความมุ่งมั่นในการฝึกซ้อม มีความอดทนสูง กีฬายิมนาสติกเป็นกีฬาที่นักกีฬาจะต้องมีความมุ่งมั่นและตั้งใจฝึกซ้อมสูงมาก เพราะเป็นกีฬาที่ต้องใช้ทักษะการเคลื่อนไหวของร่างกายในลักษณะต่างๆ มีลีลาและท่าทางที่หลากหลาย ดังนั้นนักกีฬาจะต้องใช้เวลาในการฝึกที่ยาวนาน จึงจะมีความสามารถสูง จะเห็นได้จากนักกีฬายิมนาสติกที่ประสบความสำเร็จในการแข่งขันในระดับต่าง ๆ มักมีเวลาฝึกกีฬานี้นานมาก บางคนอาจใช้เวลาถึงสิบปีหรือมากกว่า จึงจะได้รับชัยชนะ ในการแข่งขันระดับสูง ๆ เช่น ระดับกีฬาโอลิมปิก เอเชียนเกมส์ ซีเกมส์ และกีฬายิมนาสติกชิงชนะเลิศระดับโลก เป็นต้น

อย่างไรก็ตาม เรื่องของการบาดเจ็บ และความยากของการเรียนรู้ทักษะยิมนาสติก ก็มี ส่วนที่ทำให้ให้นักกีฬาลดความมุ่งมั่นในการฝึกซ้อมและแข่งขันได้ ฉะนั้นนักกีฬายิมนาสติกจะต้องเป็นบุคคลที่มีความมุ่งมั่นสูง มีความอดทน มีสมาธิ มีการตัดสินใจที่เด็ดเดี่ยว และมีความเชื่อมั่นในตนเอง จึงจะสามารถประสบความสำเร็จได้ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกระดับเยาวชนเพื่อเป็นแนวทางในการพัฒนานักกีฬายิมนาสติกให้มีความก้าวหน้ายิ่งขึ้นในโอกาสต่อไป

ตามที่นักปรัชญากลุ่มจิตนิยมเชื่อว่า มนุษย์มีองค์ประกอบที่สำคัญ 2 ส่วนคือ กาย (Body) และจิต (Mind) จิตเป็นอัสสารที่ควบคุมร่างกาย บังคับบัญชาร่างกายให้เคลื่อนไหวไปตามความประสงค์ และเป็นตัวการที่ทำให้เกิดพฤติกรรมการเรียนรู้ (วิทย์ วิศุทเวทย์, 2533, หน้า 56-59) ดังนั้น การศึกษาความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬา จึงต้องศึกษาเรื่องที่เกี่ยวข้องกับ “จิต”

การศึกษาเกี่ยวกับจิตนั้น เป็นเรื่องที่นักจิตวิทยาพยายามค้นหาเหตุผลต่าง ๆ เพื่อนำมาอธิบายว่า เพราะเหตุใดและทำอะไรที่จะทำให้ผู้เล่นกีฬาคงความสัมพันธ์กับกิจกรรมกีฬาโดย

ตลอด ซึ่งเป็นเหตุผลสำคัญที่จะนำมาพัฒนาประสิทธิภาพในการฝึกซ้อมกีฬาต่าง ๆ ให้มีความก้าวหน้า เพื่อตอบสนองความต้องการของสังคม และประเทศชาติ

ความมุ่งมั่นทางการกีฬา (Sport Commitment) เป็นทฤษฎีทางจิตวิทยาที่ความสำคัญต่อการฝึกกีฬาทุกชนิดซึ่ง สแกนแลนและไซมอน (Scanlan & Simon, 1992, p. 200) อธิบายว่า ระดับความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬานั้นขึ้นอยู่กับองค์ประกอบต่อไปนี้

1. ความพึงใจในการกีฬา (Sport Enjoyment) คือ การตอบสนองด้านอารมณ์ ต่อการเล่นกีฬา รวมถึงความสนใจ ความกระตือรือร้น และไม่เบื่อหน่ายต่อการเล่น

2. ทางเลือกในการร่วมกิจกรรมกีฬา (Involvement Alternative) คือ ความสนใจในกิจกรรมอื่น ที่มาเบี่ยงเบนความชอบในการเล่นกีฬา ก็จะมีผลทำให้ความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬาลดน้อยลง

3. การลงทุนส่วนตัว (Personal Investment) คือ ความชอบส่วนตัวที่จะยอมทุ่มเททุกสิ่งทุกอย่าง ให้แก่การเล่นกีฬา เช่น ให้ความเวลา ให้ความพยายาม ให้ความสนใจ ตลอดจนให้ค่าใช้จ่ายอย่างเต็มที่

4. ข้อจำกัดทางสังคม (Social Constraints) คือ รูปแบบ หรือความคาดหวังของสังคม ที่มีผลต่อความรู้สึกและความต้องการในการเข้าร่วมกิจกรรมทางการกีฬา

5. โอกาสของการร่วมกิจกรรมกีฬา (Involvement Opportunities) คือ ผลที่มาจากความมุ่งมั่นให้แก่งกีฬา เช่น เกียรติยศ ชื่อเสียง ความนิยมชมชอบจากประชาชน

ดังนั้น การที่นักกีฬายิมนาสติกมีความมุ่งมั่นในการฝึกซ้อมอย่างหนัก ทั้งที่เป็นกีฬาที่มีความยากในการพัฒนาตนเอง จึงเป็นเรื่องที่น่าสนใจมาก และนักกีฬายิมนาสติกที่มีลักษณะทางธรรมชาติและเพศต่างกัน (ระหว่างยิมนาสติกลีลาและยิมนาสติกสากล) นั้น ระดับของความมุ่งมั่นแตกต่างกันหรือไม่ อย่างไร

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับของความมุ่งมั่น ในการเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกสากล และ นักกีฬายิมนาสติกลีลา ระดับเยาวชน
2. เพื่อเปรียบเทียบระดับของความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬายิมนาสติกระหว่างนักกีฬายิมนาสติกสากล เยาวชนชาย และนักกีฬายิมนาสติกสากล เยาวชนหญิง
3. เพื่อเปรียบเทียบระดับของความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬายิมนาสติกระหว่างนักกีฬายิมนาสติกลีลา เยาวชนหญิง และนักกีฬายิมนาสติกสากล เยาวชนหญิง

ความสำคัญของการวิจัย

1. ทำให้ทราบระดับของความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติก ระดับเยาวชน
2. ทำให้ทราบความแตกต่างของความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬายิมนาสติก ระหว่างนักกีฬายิมนาสติกสากล เยาวชนชาย และนักกีฬายิมนาสติกสากล เยาวชนหญิง
3. ทำให้ทราบความแตกต่างของความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬายิมนาสติกระหว่างนักกีฬายิมนาสติกลีลา เยาวชนหญิง และ นักกีฬายิมนาสติกสากล เยาวชนหญิง

สมมุติฐานของการวิจัย

1. ระดับความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬายิมนาสติก ของนักกีฬายิมนาสติกสากล เยาวชนชาย แตกต่างกับ นักยิมนาสติกสากล เยาวชนหญิง
2. ระดับความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬายิมนาสติก ของนักกีฬายิมนาสติกลีลาเยาวชนหญิง แตกต่างกับ นักยิมนาสติกสากล เยาวชนหญิง

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นนักกีฬายิมนาสติกสากลและยิมนาสติกลีลา ที่มีอายุระหว่าง 7 - 18 ปีและเล่นกีฬายิมนาสติกมาแล้วไม่น้อยกว่า 3 ปี ซึ่งเข้าร่วมการแข่งขันกีฬาแห่งชาติครั้งที่ 34 ที่จังหวัดราชบุรี พ.ศ. 2547

กรอบแนวคิดของการวิจัย

ในการเล่นกีฬาของนักกีฬายิมนาสติกที่มีความแตกต่างกัน ทั้งในเรื่องของธรรมชาติของกีฬา (ยิมนาสติกสากลและยิมนาสติกลีลา) และเพศของนักกีฬา (ชายและหญิง) ทำให้โอกาสที่จะมีระดับของความมุ่งมั่นที่แตกต่างกันด้วย นักกีฬายิมนาสติกสากลหญิงจะต้องมีสมรรถภาพทางกายที่ดี ซึ่งส่งผลถึงการที่มีร่างกายและกล้ามเนื้อที่มีขนาดใหญ่แตกต่างจากนักกีฬายิมนาสติกลีลาที่ธรรมชาติยังเอื้อให้นักกีฬายังคงเป็นผู้หญิงที่มีรูปร่างที่ดีและสวยงาม

นอกจากธรรมชาติของกีฬาทั้ง 2 แบบแล้วนักกีฬายิมนาสติกสากลชายและสากลหญิงยังมีระดับของความเสี่ยงในการเล่นแต่ละอุปกรณ์ที่ต่างกัน อาจจะส่งผลที่มีโอกาสในการบาดเจ็บสูง โดยเฉพาะผู้หญิงอาจจะประเมินว่าไม่คุ้มค่าในการเล่นกีฬา (Scanlan & Simons, 1992, p. 200) ทำให้ความมุ่งมั่นในการเล่นกีฬา น้อยกว่าเพศชายได้

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. เยาวชน หมายถึง นักกีฬายิมนาสติกที่มีอายุระหว่าง 7-18 ปี
2. นักกีฬายิมนาสติกสากล หมายถึง นักกีฬาเยาวชนชายที่มีอายุระหว่าง 7-18 ปี เล่นกีฬายิมนาสติกมาแล้วไม่น้อยกว่า 3 ปี อุปกรณ์ที่ทำการแข่งขันมี 6 อุปกรณ์ ดังต่อไปนี้

ฟลอร์เอ็กเซอร์ไซส์ (Floor Exercise)

ม้าหู (Pommel Horse)

ห่วงนึ่ง (Rings)

โต๊ะกระโดด (Vaulting Table)

ราวคู่ (Parallel Bars)

ราวเดี่ยว (Horizontal Bar)

- ส่วนนักกีฬายิมนาสติกสากลเยาวชนหญิงที่มีอายุระหว่าง 7-18 ปี และเล่นกีฬายิมนาสติกมาแล้วไม่น้อยกว่า 3 ปี อุปกรณ์ที่ทำการแข่งขันมี 4 อุปกรณ์ ดังต่อไปนี้

โต๊ะกระโดด (Vaulting Table)

ราวต่างระดับ (Uneven Bars)

คานทรงตัว (Balance Beam)

ฟลอร์เอ็กเซอร์ไซส์ (Floor Exercise)

3. นักยิมนาสติกลีลา หมายถึง นักยิมนาสติกหญิงที่มีอายุระหว่าง 7-18 ปี เล่นกีฬายิมนาสติกมาแล้วไม่น้อยกว่า 3 ปี มีการแสดงท่าทางและใช้อุปกรณ์ประกอบดนตรีบนฟลอร์เอ็กเซอร์ไซส์ที่มีความกว้าง 12 เมตรยาว 12 เมตร นักกีฬายิมนาสติกลีลา มีอุปกรณ์ประกอบ 5 อุปกรณ์ ดังต่อไปนี้

เชือก (Rope)

ห่วง (Hoop)

บอล (Ball)

ริบบิ้น (Ribbon)

คลับ (Clubs)

4. ความมุ่งมั่นในการกีฬา (Sport Commitment) หมายถึง การตอบสนองทางจิตวิทยาต่อความปรารถนาที่จะเข้าร่วมเล่นกีฬา ที่ประเมินโดย แบบวัดความมุ่งมั่นในการกีฬา (ชัยรัตน์ ชูสกุล, 2544, หน้า 39-40) พัฒนาและแปลมาจาก เทียร์ โอลlick (Orlick, 1990, p. 43) จำนวน 10 ข้อ ดังต่อไปนี้

4.1 ฉันยินดีที่จะมุ่งมั่นหรือเสียสละสิ่งต่าง ๆ ในชีวิตเพื่อความเป็นเลิศทางกีฬา

4.2 ฉันต้องการอย่างมากที่จะเป็นนักกีฬาที่เก่งและมีชื่อเสียง

4.3 ฉันมุ่งมั่นกับการไม่ยอมแพ้หรือไม่ยอมปล่อยให้ผ่านพ้นไป (เช่น ต้องการเคลื่อนไหวหรือต้องการวิ่งให้ทัน)

4.4 ฉันยอมรับความผิดพลาดและพยายามอย่างเต็มที่เพื่อแก้ไขข้อผิดพลาดนั้น

4.5 ฉันทุ่มใจเต็ม 100 ในการฝึกซ้อม (แม้ว่าจะทำได้ดีหรือไม่ดีก็ตาม)

4.6 ฉันทุ่มใจเต็ม 100 ในการแข่งขัน (แม้ว่าจะได้เปรียบหรือเสียเปรียบ)

4.7 ฉันใช้เวลาพิเศษ สำหรับการเตรียมความพร้อมทางด้านร่างกายและจิตใจทั้งในช่วงก่อนการแข่งขัน ระหว่างการแข่งขัน และหลังการแข่งขัน

4.8 ฉันพยายามอย่างเต็มที่ ถึงแม้ว่าฉันจะเจ็บ

4.9 ฉันรู้สึกมุ่งมั่นเต็มที่ในการพัฒนาความสามารถทางกีฬายิมนาสติกของตัวเองมากกว่าสิ่งอื่นใด

4.10 ฉันมีความสุขเต็มเต็มหรือให้ความสำคัญกับกีฬายิมนาสติกมากกว่าสิ่งอื่นใด