

แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติก
ของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา
พฤษภาคม 2554

แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติก
ของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา

พฤษภาคม 2554

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติก
ของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา
พฤษภาคม 2554

ราชวัตร แก้วปัญญา. (2554). แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ปริญญาโท กศ.ม. (พลศึกษา) กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม: รองศาสตราจารย์วัฒนา สุทธิพันธุ์, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นำชัย เลวลัย.

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 จำนวน 167 คน เป็นนักกีฬายิมนาสติกศิลป์จำนวน 100 คน นักกีฬายิมนาสติกลีลาจำนวน 33 คน และนักกีฬาแอโรบิกยิมนาสติกจำนวน 34 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น และนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยวิธีการแจกแจงหาความถี่ ค่าร้อยละ และหาค่าเฉลี่ยส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบค่าที (t-test)

ผลการวิจัยพบว่า

1. แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 แรงจูงใจโดยรวมอยู่ในระดับมาก
2. แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 มีแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกศิลป์ กีฬายิมนาสติกลีลา และกีฬาแอโรบิกยิมนาสติก ระหว่างเพศชาย และเพศหญิง ไม่แตกต่างกัน
3. แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ระหว่างนักกีฬาที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติกศิลป์ กีฬายิมนาสติกลีลา และกีฬาแอโรบิกยิมนาสติก น้อยกว่า 4 ปี และนักกีฬาที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติกศิลป์ กีฬายิมนาสติกลีลา และกีฬาแอโรบิกยิมนาสติก ตั้งแต่ 4 ปีขึ้นไป มีแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกศิลป์ กีฬายิมนาสติกลีลา และกีฬาแอโรบิกยิมนาสติก ไม่แตกต่างกัน

MOTIVATION FOR SELECTING TO PLAY GYMANSTICS
OF ATHLETES IN THE 39th NATIONAL GAMES



Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the
Master of Education Degree in Physical Education
at Srinakharinwirot University

May 2011

Rartchawat Kaewpanya. (2011). *Motivation for Selecting to Play Gymnastics of Gymnastics Athletes in the 39th National Games*. Master thesis, M.Ed. (Physical Education). Bangkok: Graduate School, Srinakarinwirot University. Advisor Committee: Assoc. Prof. Wattana Suthipan Asst. Prof. Dr. Namchai Lewan.

The purpose of this research was to study and compare the Motivation for Selecting to play Gymnastics of Gymnastics athletes in the 39th national games. The subjects of 167, Men Artistic Gymnastics 100 persons, Rhythmic Gymnastics 33 persons and Aerobic Gymnastics 34 persons. The thing was used for Integration results is questionable form which researcher have created and analyzed results by Distributing Frequency, Percentage, Standard deviation, and T-test.

The results

1. Motivation for selecting to play Gymnastics of Gymnastics Athletes in the 39th national games is intrinsic motivation and extrinsic motivation are very good quality for both.
2. Motivation for selecting to play Gymnastics of Gymnastics Athletes in the 39th national games more than men and women players were not different.
3. Motivation for selecting to play Gymnastics of Gymnastics Athletes in the 39th national games who have an experience less than 4 years with Athletes in who have an experience more than 4 years results aren't different.

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง
แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติก
ของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติครั้งที่ 39
ของ
ราชวัตร แก้วปัญญา

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

..... คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวัฒนกุล)

วันที่ เดือน พฤษภาคม พ.ศ. 2554

คณะกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์

คณะกรรมการสอบปากเปล่า

..... ประธาน

..... กรรมการ

(รองศาสตราจารย์วัฒนา สุทธิพันธุ์)

(รองศาสตราจารย์ไพบุลย์ ศรีชัยสวัสดิ์)

..... กรรมการ

..... กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นำชัย เลวลย์)

(รองศาสตราจารย์วัฒนา สุทธิพันธุ์)

..... กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นำชัย เลวลย์)

..... กรรมการ

(รองศาสตราจารย์สุนทร แม้นสงวน)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงด้วยความเมตตากรุณาอย่างดียิ่งจาก รองศาสตราจารย์ วัฒนา สุทธิพันธุ์ ประธานควบคุมปริญญานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.นำชัย เลวลย์ กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ที่ได้ให้คำปรึกษาให้ข้อคิด และข้อเสนอแนะ ตลอดจนช่วยเหลือ ปรับปรุง และแก้ไขข้อบกพร่องในการทำปริญญานิพนธ์ให้แก่ผู้วิจัยสามารถดำเนินการทำปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จสมบูรณ์ด้วยดี ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ในโอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ไพบุลย์ ศรีชัยสวัสดิ์ รองศาสตราจารย์เทเวศร์ พิริยะพจน์ รองศาสตราจารย์สุกัญญา พานิชเจริญนาม อาจารย์อนุชิต แท้สูงเนิน และอาจารย์ กุสุมา ประเสริฐศรี ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำ ช่วยเหลือ และเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจเครื่องมือที่ใช้ในการทำวิจัยครั้งนี้

ขอขอบพระคุณ อาจารย์กิตติ ทองทาบ รองอธิการบดี สถาบันการพลศึกษาวิทยาเขตสมุทรสาคร และอาจารย์ผู้ฝึกสอนกีฬายิมนาสติกทุกท่านที่ผู้วิจัยได้รับการอนุเคราะห์ ได้ให้ความร่วมมือ และช่วยเหลือในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นอย่างดี และขอบคุณนักกีฬายิมนาสติกศิลป์จังหวัดสมุทรสาคร ที่ให้ความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นอย่างดี

ขอกราบขอบพระคุณ คณะอาจารย์ ทุกท่านที่ได้ถ่ายทอดวิชาความรู้ด้วยความเมตตา กรุณาตลอดจนอบรมสั่งสอน และช่วยเหลือในการศึกษาด้วยดีเสมอมา

ขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อสมคิด แก้วปัญญา และคุณแม่แม่บุญศรี แก้วปัญญา ที่ได้ให้กำเนิดชีวิต อบรมสั่งสอน ให้เป็นคนดีมีคุณธรรม ให้ความช่วยเหลือ ส่งเสริม สนับสนุน เป็นกำลังใจให้ผู้วิจัยมาโดยตลอด และมีส่วนช่วยให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดี

ขอขอบใจเพื่อน ๆ พี่ ๆ ทุกคน พี่สาว (คุณสาวิตรี แก้วปัญญา) น้องสาว (คุณสุภาภรณ์ ฟองเงิน) น้องชาย (คุณวรรณถ แก้วปัญญา) ที่ได้ช่วยเหลือสนับสนุน เป็นกำลังใจให้ผู้วิจัยมาโดยตลอด และมีส่วนช่วยให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยดี

สุดท้ายนี้ผู้วิจัยขอขอบปริญญานิพนธ์ฉบับนี้เป็นเครื่องบูชาพระคุณบิดา มารดา ครู อาจารย์ ผู้ฝึกสอน และผู้มีพระคุณทุกท่าน

ราชวัตร แก้วปัญญา

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
ภูมิหลัง	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย	2
ความสำคัญของการวิจัย	3
ขอบเขตของการวิจัย	3
ประชากรที่ใช้ในการวิจัย	3
กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย	3
ตัวแปรที่ศึกษา	4
นิยามศัพท์เฉพาะ	4
กรอบแนวคิดในการวิจัย	5
สมมุติฐานของการวิจัย	5
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	6
ความหมายของแรงจูงใจ	7
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวกับแรงจูงใจ	7
ประเภทของแรงจูงใจ	10
องค์ประกอบที่มีผลต่อแรงจูงใจ	17
แรงจูงใจกับการกีฬาและการออกกำลังกาย	18
แรงจูงใจกับการเลือกฝึกกีฬา	21
แรงจูงใจกับการเล่นกีฬา	22
แรงจูงใจกับการฝึกซ้อมและความสำเร็จในการแข่งขัน	25
ประวัติกีฬายิมนาสติก	27
ประวัติกีฬายิมนาสติกในประเทศไทย	33
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	34
งานวิจัยในต่างประเทศ	34
งานวิจัยในประเทศ	35

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
3 วิธีดำเนินการวิจัย	40
การกำหนดประชากรและเลือกกลุ่มตัวอย่าง	40
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	40
การเก็บรวบรวมข้อมูล	41
การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล	42
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	43
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	43
การวิเคราะห์ข้อมูล	43
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	44
5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	57
สรุปผลการวิจัย	58
อภิปรายผล	60
ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย	63
ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป	63
บรรณานุกรม	64
ภาคผนวก	73
ภาคผนวก ก	74
ภาคผนวก ข	79
ภาคผนวก ค	81
ประวัติย่อผู้วิจัย	83

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 ข้อมูลสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม	44
2 คะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติก ของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ทางด้านแรงจูงใจ ภายใน	45
3 คะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติก ของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ทางด้านแรงจูงใจ ภายนอก	46
4 คะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬา ยิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39	47
5 คะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติก ของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ทางด้านแรงจูงใจ ภายใน จำแนกตามเพศ	48
6 คะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติก ของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ทางด้านแรงจูงใจ ภายนอก จำแนกตามเพศ	50
7 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬา ยิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ระหว่างเพศชาย และเพศหญิง	51
8 คะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติก ของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ทางด้านแรงจูงใจ ภายใน จำแนกตามประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติก	52
9 คะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติก ของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ทางด้านแรงจูงใจ ภายนอก จำแนกตามประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติก	54
10 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬา ยิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 จำแนกตามประสบการณ์	55

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

จากคำกล่าวที่ว่า “กีฬา กีฬา เป็นยาวิเศษ” นั้น เป็นคำกล่าวที่มักได้ยินกันบ่อยครั้งในการจัดการแข่งขันกีฬา ซึ่งคำกล่าวที่ “กีฬา กีฬา เป็นยาวิเศษ” นี้เป็นเนื้อเพลงบางส่วนของเพลงกราวกีฬาสำหรับความหมายของคำว่า “กีฬา” ตามความหมายของพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2542 หมายถึงกิจกรรม หรือการเล่นเพื่อความสนุกเพลิดเพลิน เพื่อความแข็งแรงของร่างกาย หรือเพื่อผ่อนคลายความเคร่งเครียดทางจิต ดังนั้นคำกล่าวที่ว่า “กีฬา กีฬา เป็นยาวิเศษ” ก็จะหมายถึง กิจกรรม หรือการเล่นเพื่อความสนุกเพลิดเพลิน เพื่อความสมบูรณ์ของร่างกาย และจิตใจ กิจกรรม หรือการเล่นนั้นเสมือนเป็นยาที่ดีที่สุดที่ใช้แก้ หรือป้องกัน หรือบำรุงร่างกาย และจิตใจของบุคคลที่กระทำกิจกรรม หรือการเล่นกีฬานั้น จากความหมายดังกล่าวประชาชนภายในประเทศจะได้รับประโยชน์อย่างสูงสุดจากการเล่นกีฬาอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งก็เป็นที่แน่ชัดว่าประชาชนภายในประเทศจะมีสุขภาพกาย และสุขภาพจิตที่สมบูรณ์แข็งแรง ปราศจากโรคภัยเบียดเบียนงบประมาณที่รัฐบาลต้องจัดสรรเพื่อดำเนินการในการรักษาดูแลผู้ป่วยที่มีสุขภาพกาย และสุขภาพจิตที่ไม่ดีของประชาชนในแต่ละปี ก็จะใช้งบประมาณที่น้อยลง และงบประมาณในส่วนที่ไม่ได้ใช้นี้ รัฐบาลก็สามารถนำมาจัดสรรในด้านอื่น ๆ เพื่อพัฒนาประเทศให้มั่นคงก้าวหน้าต่อไป

ทางผู้จัดทำได้เล็งเห็นความสำคัญของนักกีฬายิมนาสติกที่ได้เข้าฝึก ณ ศูนย์ฝึกกีฬาต่าง ๆ ในกรุงเทพมหานคร จึงได้ศึกษาแรงจูงใจในการเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬาเหล่านี้เพื่อจะได้นำผลการศึกษามาพัฒนากีฬาวงการยิมนาสติกต่อไป นักจิตวิทยาการกีฬา (สืบสาย บุญวิรูปต. 2541: 52) ได้ให้คำจำกัดความ “แรงจูงใจ” (Motivation) ไว้ว่า แรงจูงใจเป็นสิ่งที่กำหนดทิศทาง และระดับความตั้งใจที่จะกระทำหรือประพฤติ (Direction and Intensity) ในการเลือก คงไว้ของพฤติกรรมมนุษย์ และจากคำจำกัดความดังกล่าว ชี้ให้เห็นว่าการที่จะเลือกเล่นกีฬาประเภทใด ย่อมมีสาเหตุเกิดขึ้นจากภายในจิตใจ และภายนอกของแต่ละบุคคลที่แตกต่างกัน มีระดับความตั้งใจ และเป้าหมายในการเล่นกีฬาที่แตกต่างกัน และมีความคงไว้ของพฤติกรรมการเล่นที่แตกต่างกัน ซึ่งหมายความว่ามีความแรงจูงใจในการเล่นกีฬาเช่นกัน การที่จะสนับสนุนส่งเสริมการเล่นกีฬาของนักกีฬา ต้องรู้ถึงความต้องการ และเหตุผลแท้จริงในการเล่นกีฬานั้น และต้องหาเหตุผลในการที่จะป้องกันการหยุดหรือการเลิกเล่นกีฬาของนักกีฬาด้วย

กีฬายิมนาสติกศิลป์ชายเป็นกีฬาที่ผู้วิจัยมีความถนัด และมีประสบการณ์เกี่ยวกับกีฬาประเภทนี้อย่างมาก กล่าวคือ ผู้วิจัยเป็นนักกีฬายิมนาสติกศิลป์ชายทีมชาติไทยและในระดับต่าง ๆ

เป็นผู้ฝึกสอน เป็นผู้ตัดสิน ดังนั้นผู้วิจัยจึงสามารถมองเห็นคุณค่า และความสำคัญของกีฬา ยิมนาสติกที่มีต่อพัฒนาการของเยาวชนประชาชนในด้านการศึกษา อาชีพส่วนตัว และสังคม

จากประสบการณ์การเกี่ยวข้องกับกีฬายิมนาสติกดังกล่าว ผู้วิจัยตระหนักว่านักกีฬายิมนาสติกในประเทศไทยในปัจจุบันมีจำนวนผู้เป็นนักกีฬามีน้อยลงดังนั้นจึงเป็นเหตุให้ผู้วิจัยมีความต้องการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 และจากการที่ผู้วิจัยได้มีโอกาสเป็นนักกีฬายิมนาสติกศิลป์ชายทีมชาติไทย ซึ่งอยู่ในความดูแลของสมาคมยิมนาสติกแห่งประเทศไทย ผู้วิจัยก็ต้องการทราบว่านักกีฬายิมนาสติกศิลป์ นักกีฬายิมนาสติกลีลา และนักกีฬาแอโรบิกยิมนาสติก ในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 นี้มีแรงจูงใจใดในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติก เพราะจากประสบการณ์ในการเป็นนักกีฬายิมนาสติกที่ผ่านมา ผู้วิจัยประสบปัญหาในด้านสถานที่ฝึกซ้อม และอาการบาดเจ็บ และการได้มาซึ่งนักกีฬาที่มีความมานะพยายาม มีความอดทน มีความขยันหมั่นเพียรในการฝึกซ้อม มีร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ มีความมุ่งมั่นตั้งใจอย่างจริงจัง จึงมีความจำเป็นที่ต้องการศึกษาถึงแรงจูงใจในการเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬาด้วย เพื่อให้เป็นการสร้างนักกีฬา หรือสร้างทีมกีฬาเป็นไปด้วยความสมบูรณ์ และได้มาซึ่งนักกีฬาที่มีความตั้งใจในการฝึกซ้อมเพื่อเป้าหมายแห่งความสำเร็จที่ตนเองอยู่ อันจะนำมาซึ่งความสำเร็จของสมาคมยิมนาสติกแห่งประเทศไทย และตัวนักกีฬาเอง อีกประการหนึ่งผู้วิจัยก็จะใช้เหตุแห่งปัจจัยดังกล่าวเป็นแรงจูงใจช่วยให้นักกีฬายิมนาสติกทุกท่านให้ความสนใจในการเล่นกีฬายิมนาสติกอย่างมีเป้าหมาย และเป็นแรงกระตุ้นให้นักกีฬาได้ทุ่มเทกำลังกาย และกำลังใจในการเล่นกีฬายิมนาสติกอย่างเต็มที่เพื่อไปสู่เป้าหมายแห่งความสำเร็จของนักกีฬาในการเล่นกีฬายิมนาสติกศิลป์ ยิมนาสติกลีลา และแอโรบิกยิมนาสติก ต่อไปในอนาคต

ความมุ่งหมายของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ตั้งความมุ่งหมายไว้ดังนี้

1. เพื่อศึกษาแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39
2. เพื่อเปรียบเทียบแรงจูงใจในการเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬาจำแนกตามเพศ และตามประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39

ความสำคัญของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ทำให้ทราบถึงแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 และทราบถึงความแตกต่างของแรงจูงใจของนักกีฬาตามเพศ และประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 เพื่อเป็นแนวทางให้ผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในวงการกีฬายิมนาสติก เช่น นักกีฬา ผู้ฝึกสอน ผู้จัดการทีม ครูผู้สอนพลศึกษา เจ้าหน้าที่ที่เกี่ยวข้องต่าง ๆ สามารถนำผลการศึกษาค้นคว้านี้ไปใช้ในการพัฒนางานการกีฬายิมนาสติก และส่งเสริมการเล่นกีฬายิมนาสติกในโอกาสต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักกีฬายิมนาสติกที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ได้แก่ ยิมนาสติกศิลป์ ยิมนาสติกลีลา และแอโรบิกยิมนาสติก และมีนักกีฬารวมทั้งสิ้น 167 คน แบ่งเป็นนักกีฬาชายจำนวน 62 คน และนักกีฬายิมนาสติกหญิงจำนวน 105 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นนักกีฬายิมนาสติกศิลป์ นักกีฬายิมนาสติกลีลา และนักกีฬาแอโรบิกยิมนาสติก ในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 และมีนักกีฬารวมทั้งสิ้น 167 คน แบ่งเป็นนักกีฬาชายจำนวน 62 คน และนักกีฬายิมนาสติกหญิงจำนวน 105 คน โดยการประมาณขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตารางเครจซี่ และมอร์แกน (เทเวศร์ พิริยะพูนท์. 2545: 128; อ้างอิงจาก Krejcie & Morgan. n.d.) ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง นักกีฬาทั้งหมด 113 คน ซึ่งผู้วิจัยกำหนดเป็นคน 120 โดยใช้การสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling)

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรต้น แบ่งเป็นดังนี้

1.1 เพศ

1.1.1 เพศชาย

1.1.2 เพศหญิง

1.2 ประสบการณ์ในการเล่นยิมนาสติก แบ่งออกเป็น 2 ช่วง คือ

1.2.1 น้อยกว่า 4 ปี

1.2.2 ตั้งแต่ 4 ปีขึ้นไป

1.3 ประเภทกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาแห่งชาติครั้งที่ 39

1.3.1 นักกีฬายิมนาสติกศิลป์

1.3.2 นักกีฬายิมนาสติกลีลา

1.3.3 นักกีฬาแอโรบิกยิมนาสติก

2. ตัวแปรตามได้แก่ แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติก

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. **แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติก** หมายถึง สิ่งที่เรา และแรงกระตุ้น ทำให้บุคคลเกิดความพยายาม และมีความต้องการในการประสบความสำเร็จในจุดมุ่งหมาย แรงจูงใจอาจเกิดจากตัวเอง หรือเกิดจากบุคคลอื่นกระตุ้นโดยใช้วิธีการต่าง ๆ เพื่อให้บรรลุเป้าหมาย และเป็นปัจจัยหรือสิ่งเร้าที่กำหนดคงไว้ของพฤติกรรมในแต่ละบุคคล ซึ่งมีสาเหตุทั้งที่เกิดขึ้นจากภายในจิตใจ และภายนอกของจิตใจของแต่ละบุคคลที่แตกต่างกัน ในการวิจัยนี้ได้จำแนกแรงจูงใจออกเป็น 2 ประเภท ดังนี้

1.1 **แรงจูงใจภายใน (Intrinsic Motivation)** หมายถึง ปัจจัย หรือสิ่งเร้าที่กระตุ้นภายในจิตใจที่ส่งผลให้นักกีฬาเห็นคุณค่า ความสำคัญ มีความพึงพอใจ และมีความต้องการที่จะกระทำการกิจกรรม หรือเลือกที่จะเล่นกีฬาประเภทนั้น โดยปราศจากเงื่อนไขเพื่อตอบสนองความต้องการภายในจิตใจของตนเอง

1.2 **แรงจูงใจภายนอก (Extrinsic Motivation)** หมายถึง เกิดจากปัจจัย หรือสิ่งเร้าที่กระตุ้นให้นักกีฬาที่มีความต้องการที่จะกระทำการกิจกรรม หรือเลือกที่จะเล่นกีฬาประเภทนั้น โดยมีเป้าหมายของการกระทำ หรือการเล่นที่เกิดจากปัจจัยภายนอก หรือเงื่อนไขที่เป็นสิ่งเร้าภายนอกเป็นแรงผลักดันให้เกิดพฤติกรรม และได้รับผลตอบแทนตามปัจจัย หรือสิ่งเร้าที่นักกีฬาต้องการ

2. **นักกีฬา** หมายถึง นักกีฬายิมนาสติกศิลป์ นักกีฬายิมนาสติกลีลา และนักกีฬาแอโรบิกยิมนาสติก ในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ชลบุรีเกมส์

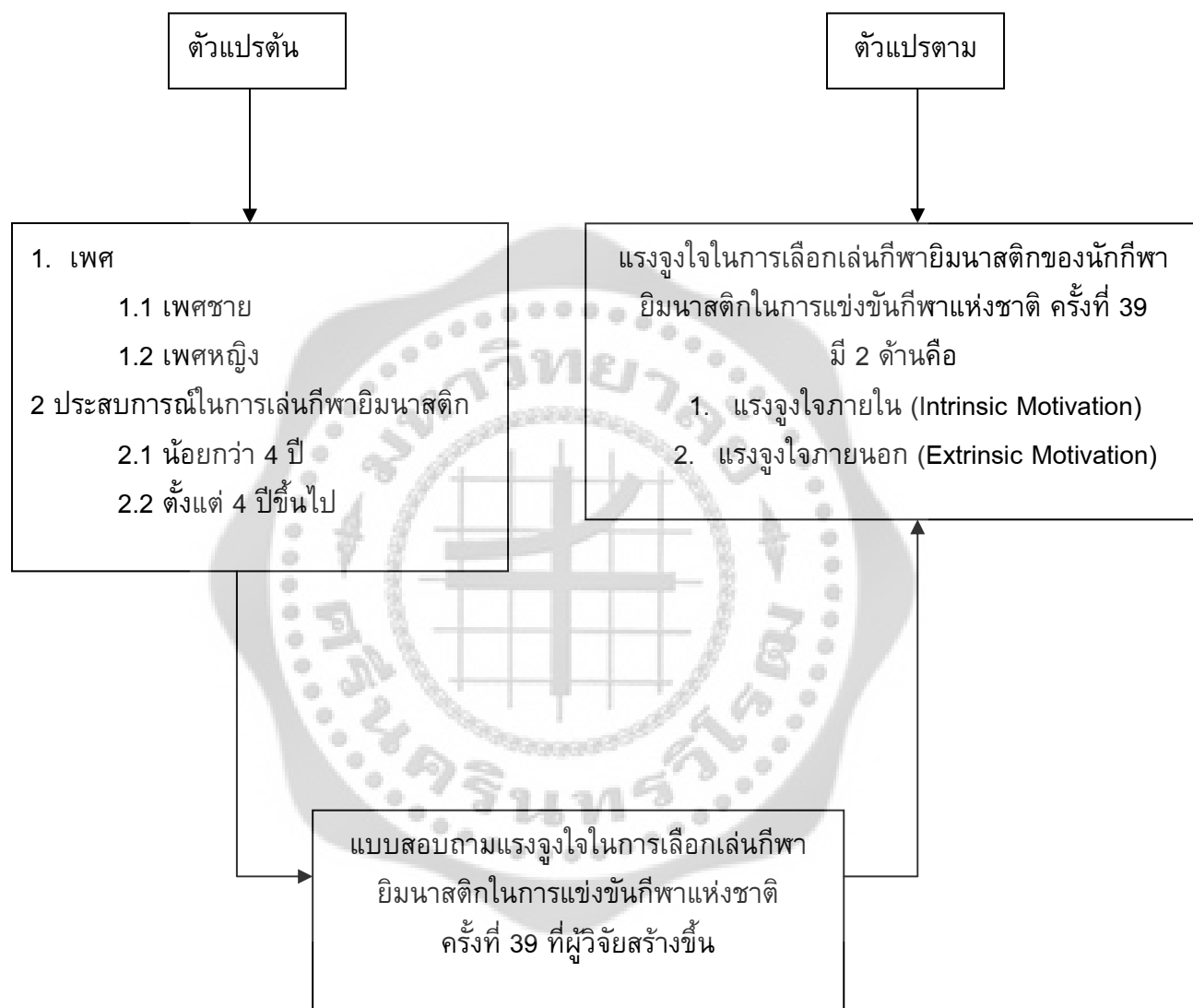
3. **ประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติก** หมายถึง ระยะเวลาที่นักกีฬาได้กระทำการฝึกซ้อม และได้แข่งขันกีฬายิมนาสติกตลอดระยะเวลาที่ผ่านมา นับตั้งแต่เริ่มเล่นกีฬายิมนาสติก

4. **กีฬาแห่งชาติครั้งที่ 39** หมายถึง การแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 จัดการแข่งขัน ณ จังหวัดชลบุรี ระหว่างวันที่ 9 - 19 ธันวาคม พ.ศ. 2553 ชลบุรีเกมส์

5. **กีฬายิมนาสติก** หมายถึง การแข่งขันยิมนาสติก ซึ่งมี 3 ประเภท คือ ยิมนาสติกศิลป์ในประเภทชายประกอบด้วยอุปกรณ์ 6 ประเภท คือ ฟลอร์เอ็กเซอร์ไซส์, ม้าหุ, ห่วงนิ่ง, โต๊ะกระโดดบาร์คู่ และบาร์เดี่ยว ประเภทหญิงประกอบไปด้วยอุปกรณ์ 4 ประเภท คือ โต๊ะกระโดด, บาร์ต่างระดับ, คานทรงตัว และฟลอร์เอ็กเซอร์ไซส์ ยิมนาสติกลีลาประกอบด้วยอุปกรณ์ 5 ประเภท

ได้แก่ บอล, ริบบิ้น, ห่วง, คลับหรือคทา และเชือก แอโรบิกยิมนาสติกประกอบด้วย 4 ประเภทได้แก่ ประเภทบุคคลชาย, ประเภทบุคคลหญิง, ประเภทคู่ผสม และประเภททีม 3 คน

กรอบแนวคิดในการวิจัย



สมมุติฐานในการวิจัย

- ระดับแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ของนักกีฬาชาย และนักกีฬาหญิง ไม่แตกต่างกัน
- ระดับแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกตามประสบการณ์ในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ไม่แตกต่างกัน

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในประเทศ และต่างประเทศ และนำเสนอตามหัวข้อต่อไปนี้

1. ความหมายของแรงจูงใจ
2. แนวคิด และทฤษฎีที่เกี่ยวกับแรงจูงใจ
3. ประเภทของแรงจูงใจ
4. ประเภทของแรงจูงใจ
5. แรงจูงใจกับการเล่นกีฬา
6. แรงจูงใจกับความสำเร็จในการแข่งขันกีฬา
7. ประวัติกีฬายิมนาสติก
8. ประวัติกีฬายิมนาสติกในประเทศไทย
9. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 9.1 งานวิจัยในต่างประเทศ
 - 9.2 งานวิจัยในประเทศ

ความหมายของแรงจูงใจ

คิตส์ (สัวัฒน์ วัฒนวงศ์. 2544: 156; อ้างอิงจาก Kidd, J.R. 1973) กล่าวว่า แรงจูงใจ (Motivation) มาจากคำกริยาในภาษาละตินว่า “Motivation” มีความหมายว่า “เป็นสิ่งที่โน้มน้าวหรือชักจูงให้บุคคลเกิดการกระทำหรือปฏิบัติการ” (To Move a Person to Course of Action)

กมลรัตน์ หล้าสูงษ์ (2528: 227) กล่าวว่า แรงจูงใจ หมายถึง การกระตุ้นหรือก่อให้เกิดพฤติกรรมเรียนรู้ขึ้นด้วยสิ่งเร้าใดสิ่งเร้าหนึ่ง

โสภา ชูพิกุลชัย (2529: 19) กล่าวว่า แรงจูงใจ หมายถึง สิ่งที่มาเร้า หรือกระตุ้นให้เกิดความต้องการของมนุษย์ได้รับความพึงพอใจ และมีผลให้เกิดพฤติกรรมของมนุษย์บรรลุจุดมุ่งหมาย

อารี พันธุ์มณี (2534: 179) กล่าวว่า แรงจูงใจ หมายถึง สภาพอินทรีย์เกิดความต้องการ หรืออยู่ในสภาวะขาดสมดุลก็จะทำให้เกิดแรงขับหรือแรงจูงใจ เพื่อผลักดันให้เกิดแรงดันหรือพฤติกรรมเพื่อทดแทนสภาวะการขาด หรือทำให้อินทรีย์อยู่ในสภาวะสมดุล แรงจูงใจจึงเป็นสิ่งที่จำเป็นเบื้องต้นในการเรียนรู้เป็นสิ่งกำหนดทิศทาง และความเข้มของพฤติกรรมที่เกิดขึ้น

อร่าม ตั้งใจ (2539: 95) ได้ให้ความหมายของแรงจูงใจในการกีฬาว่า คือ สิ่งกระตุ้นให้เรต้องการมีส่วนร่วมในการกีฬา การที่คนเราอยาก หรือไม่อยากเล่นกีฬานั้นไม่ได้ทำให้สมรรถภาพทางการกีฬาดีขึ้น แต่อยากพอที่จะเล่นได้ ทำให้มีความพยายาม มีการพัฒนาให้ดีขึ้น เมื่อพบอุปสรรคก็ไม่หยุดเล่นกีฬาไปง่าย

สุปราณี ขวัญบุญจันทร์ (2541: 21) ได้กล่าวว่า แรงจูงใจ คือ ความต้องการของคน และถ้าแต่ละคนมีความต้องการในสิ่งใด ๆ คนนั้นจะพยายามกำหนดพฤติกรรมให้เป็นไปตามความต้องการนั้น ๆ แรงจูงใจจึงเป็นตัวกำหนดระดับความตั้งใจของคนให้แสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ออกมา แรงจูงใจเป็นปัจจัยสำคัญสำหรับทุกคนในอันที่จะทำให้คนแต่ละคนกระทำ หรือไม่กระทำพฤติกรรมใด ๆ ก็ได้ขึ้นอยู่กับความต้องการของคน ๆ นั้น

สุวัฒน์ วัฒนวงศ์ (2545: 156) ได้ให้ความหมายของแรงจูงใจไว้ว่า หมายถึง สิ่งที่น่าพอใจหรือสิ่งที่ชักนำให้บุคคลเกิดการกระทำหรือปฏิบัติ

พวงเพชร วัชรอยู่ (2545: 187) ได้กล่าวถึงแรงจูงใจไว้ว่าแรงจูงใจ หมายถึง แรงใด ๆ ที่ทำให้เกิดพฤติกรรมหรือการกระทำขึ้น

ราตรี กลิ่นประทุม (2545: 9) กล่าวว่า แรงจูงใจ หมายถึง กระบวนการที่เป็นเหตุ หรือสิ่งเร้าที่กระตุ้นให้บุคคลแสดงพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งเพื่อตอบสนองความต้องการของตนเอง

ธงชัย เจริญทรัพย์มณี (2547: 110) ให้ความหมายของคำว่า แรงจูงใจ ไว้ดังนี้ คือ สิ่งที่กำหนดทิศทาง และระดับความตั้งใจที่จะกระทำ หรือพฤติกรรม (Direction and Intensity) ในการเลือก และคงไว้ของพฤติกรรม แรงจูงใจจึงเป็นตัวกำกับพฤติกรรมของคนที่จะให้ถอยหนี หรือเผชิญหน้าต่อสถานการณ์ต่าง ๆ และเป็นความตั้งใจที่จะประพฤติหรือพยายามที่จะบรรลุเป้าหมายที่ประสงค์

จากความหมายที่กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่าแรงจูงใจหมายถึง ปัจจัยหรือสิ่งเร้าที่กระตุ้นและกำหนดทิศทาง และระดับความตั้งใจ เพื่อช่วยให้บุคคลแสดงพฤติกรรมออกมาตอบสนองต่อปัจจัย หรือสิ่งเร้าดังกล่าวบรรลุตามเป้าหมาย และเป็นปัจจัยหรือสิ่งเร้าที่กำหนดการคงไว้ของพฤติกรรมในแต่ละบุคคล ซึ่งมีสาเหตุที่เกิดขึ้นจากภายในจิตใจ และภายนอกจิตใจของแต่ละบุคคลที่แตกต่างกัน

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับแรงจูงใจ

จากการศึกษาค้นคว้า ผู้วิจัยสนใจทฤษฎีแรงจูงใจเกี่ยวกับเรื่องความต้องการของมนุษย์ซึ่งได้มีนักวิชาการหลายท่านได้อธิบายเกี่ยวกับแรงจูงใจไว้มากมายหลายทฤษฎี ดังนี้

ทฤษฎีแรงจูงใจของมาสโลว์

มาสโลว์ (สรวงศ์ โค้วตระกูล. 2544: 160-161; อ้างอิงจาก Maslow, Abraham. 1970) โดยอธิบายว่า มนุษย์จะมีความต้องการจากระดับพื้นฐานไปสู่ระดับที่สูงขึ้น ดังนี้

1. ความต้องการทางด้านสรีระ (Physiological Needs) หมายถึง ความต้องการพื้นฐานของร่างกาย เช่น ความหิว ความกระหาย ความต้องการทางเพศ และความต้องการพักผ่อน เป็นต้น ความต้องการเหล่านี้เป็นความต้องการที่จำเป็นสำหรับการมีชีวิตอยู่ มนุษย์ทุกคนมีความต้องการทางสรีระอยู่เสมอจะขาดเสียมิได้

2. ความต้องการความมั่นคงปลอดภัยหรือสวัสดิการ (Safety Needs) หมายถึง ความต้องการความมั่นคงปลอดภัยทั้งทางด้านร่างกาย และจิตใจ เป็นอิสระจากความกลัว ขู่เข็ญ บังคับจากผู้อื่น และสิ่งแวดล้อม เป็นความต้องการที่จะได้รับความปกป้องคุ้มกัน ความต้องการประเภทนี้เริ่มตั้งแต่วัยทารกจนถึงวัยชรา ความต้องการที่จะมีงานทำเป็นหลักแหล่งก็เป็นความต้องการเพื่อสวัสดิการของผู้ใหญ่อายุนึง

3. ความต้องการความรัก และส่วนหนึ่งของหมู่ (Love and Belonging Needs) มนุษย์ทุกคนมีความปรารถนาอยากจะเป็นที่รักของผู้อื่น ๆ และต้องการมีความสัมพันธ์กับผู้อื่น และเป็นส่วนหนึ่งของหมู่ทราบว่าคุณคนยอมรับตนเป็นสมาชิก คนที่รู้สึกเหงาไม่มีเพื่อน ชีวิตไม่สมบูรณ์เป็นผู้ที่จะต้อง ช่อมความต้องการประเภทนี้ คนที่รู้สึกว่าตนเป็นที่รัก และยอมรับของหมู่จะเป็นผู้ที่ยอมรับปรารถนาใน ความต้องการ และเป็นส่วนหนึ่งของหมู่

4. ความต้องการที่จะรู้สึกว่าคุณค่า (Esteem Needs) ความต้องการนี้ ประกอบด้วยความต้องการที่จะประสบความสำเร็จมีความสามารถ ต้องการที่จะให้ผู้อื่นเห็นว่าตนมีความสามารถมีคุณค่า และมีเกียรติต้องการได้รับความยกย่องนับถือจากผู้อื่น ผู้ที่มีความเหมาะสมปรารถนาในความต้องการนี้ ก็จะเป็นผู้ที่มีความมั่นใจในตนเอง เป็นคนมีประโยชน์ และมีค่าตรงข้ามกับผู้ที่ขาดความต้องการประเภทนี้จะรู้สึกว่าตนไม่มีความสามารถ และมีปมด้อยมองโลกในแง่ร้าย

5. ความต้องการที่จะรู้จักตนเองอย่างแท้จริง และพัฒนาตนเองเต็มที่ตามศักยภาพของตน (Needs for Self Actualization) มาสโลว์ (Maslow) อธิบายความต้องการที่เรียกว่า “Self Actualization” ว่าเป็นความต้องการที่จะรู้ตนเองตามสภาพที่แท้จริงของตน จะกล้าที่ตัดสินใจเลือกทางเดินของชีวิตรู้จักค่านิยมของตนเอง มีความจริงใจต่อตนเองปรารถนาที่จะเป็นคนดีที่สุดในที่จะมีความสามารถทำได้ทั้งด้านสติปัญญา ทักษะ และอารมณ์ความรู้สึก ยอมรับตนเองในส่วนเสียของตนเองที่สำคัญที่สุดก็คือการมีสติที่ยอมรับว่าจนใช้กลไกในการป้องกันตนเองในการปรับปรุงตัว และพยายามที่จะเลิกใช้ เปิดโอกาสให้ตนเองเผชิญกับความจริงของชีวิตเผชิญกับสิ่งแวดล้อมใหม่ ๆ โดยคิดว่าเป็นสิ่งที่ท้าทาย น่าตื่นเต้น และมีความหมาย กระบวนการที่จะพัฒนาตนเองเต็มที่ตามศักยภาพของตนเองเป็นกระบวนการที่ไม่มีจุดจบตลอดเวลาที่มีชีวิตอยู่มนุษย์จะต้องมีความต้องการที่จะพัฒนาตนเองเต็มที่ตามศักยภาพของตนเองเพราะมีน้อยคนที่จะได้ถึงขั้นนั้น “Self Actualization” อย่างสมบูรณ์

ทฤษฎีแรงจูงใจของอัลเดอร์เฟอร์

อัลเดอร์เฟอร์ (อูษณีย์ จิตตะเปาโล; และนุตประวีณ์ เลิศกาญจนวัติ. 2546: 132-133; อ้างอิงจาก Aderfer. 1972: 18-20) ได้เสนอแนวคิดที่สอดคล้องกับ มาสโลว์ (Maslow) ในเรื่องความต้องการของมนุษย์ โดยแบ่งความต้องการของมนุษย์ออกเป็น 3 ประเภท คือ

1. ความต้องการเพื่อการดำรงชีพ (Existence Needs) มนุษย์มีความต้องการทางสรีระวิทยาหรือความต้องการทางด้านร่างกาย และความมั่นคงปลอดภัยของชีวิต ซึ่งเปรียบได้กับความต้องการทางด้านกายภาพกับความต้องการทางด้านความปลอดภัยของมาสโลว์ (Maslow)

2. ความต้องการความสัมพันธ์ หรือสัมพันธภาพ (Relatedness Needs) มนุษย์เป็นสัตว์สังคมที่จะต้องติดต่อสัมพันธ์กับเพื่อนมนุษย์ด้วยกัน จึงทำให้เกิดความรักในเพื่อนมนุษย์ เกิดความสามัคคีในการติดต่อเกื้อกูลกัน มีการรู้จักกันจึงส่งผลให้มีการติดต่อสัมพันธ์กัน ความต้องการความรัก การมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น การเป็นสมาชิกหรือเป็นส่วนหนึ่งของสังคมนั้น ทำให้เป็นที่ยอมรับ หรือเป็นที่ยอมรับของผู้อื่น การได้รับเกียรติยกย่องจากผู้อื่น ความต้องการนี้จึงเปรียบได้กับความต้องการทางสังคมของมาสโลว์ (Maslow)

3. ความต้องการความเจริญก้าวหน้า (Growth Needs) มนุษย์มีอารมณ์ มีความรู้สึก และมีความโลภ จึงต้องการความเจริญก้าวหน้าอยากได้เกียรติยศ ชื่อเสียง การสรรเสริญการเชื่อมั่น ในตนเองการนับถือตนเองเป็นผู้ที่รับรู้ว่าคุณค่ามีความสามารถประสบความสำเร็จในชีวิต รวมไปถึงการแสวงหาโอกาสในการเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ ซึ่งเปรียบได้กับความต้องการที่จะได้รับการยอมรับนับถือจากบุคคลอื่นกับความต้องการที่จะประสบความสำเร็จในชีวิตของมาสโลว์ (Maslow)

จากทฤษฎีดังที่กล่าวมาข้างต้น ทฤษฎีของอัลเดอร์เฟอร์ (Alderfer) มีความคล้ายคลึงกับทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์ (Maslow) อัลเดอร์เฟอร์ (Alderfer) มีความเห็นเช่นเดียวกับมาสโลว์ (Maslow) ในเรื่องที่ว่ามนุษย์มีความต้องการเพิ่มขึ้น เริ่มจากความต้องการเพื่อดำรงชีพ (E) สู่ความต้องการความสัมพันธ์หรือสัมพันธภาพ (R) และความต้องการความเจริญก้าวหน้า (G) เมื่อความต้องการในระดับที่ต่ำกว่าได้รับการตอบสนองแล้ว หรือเมื่อความต้องการใดได้รับการตอบสนองแล้ว ความต้องการนั้นก็จะไม่เป็นแรงจูงใจอีกต่อไป (มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมราช. 2540: 194)

ทฤษฎีแรงจูงใจของเบย์คอน

เบย์คอน (กิติ ตัยคานนท์. 2533: 128; อ้างอิงจาก Baykon.) ได้สรุปทฤษฎีของเบย์คอนว่า ความต้องการจิตใจของมนุษย์มี 3 ประการ ได้แก่

1. ความต้องการมีความรัก และพวกเป็นความต้องการทางจิตใจขึ้นต่อเนื่องจากการอยู่ในสังคมมนุษย์ ถ้าไม่ยอมรับคนเป็นพรรคพวก ก็อยู่ด้วยกันไม่ได้ การที่จะให้กลุ่มยอมรับเข้าเป็นพวกนั้นก็ขึ้นอยู่กับตัวเอง โดยยึดหลักที่ว่าต้องการจากใคร ต้องให้ก่อน หรือต้องการให้ใครรัก ต้องการรักก่อน

2. ความต้องการชื่อเสียงเกียรติยศ และความเด่น เมื่อมีพรรคพวกดี แล้วทำให้ใคร ๆ รักใคร่แล้ว ก็มีความต้องการ หรืออยากได้สิ่งอื่นต่อไปอีก เนื่องจากความต้องการหรือค้นหาของมนุษย์นั้นไม่มีที่สิ้นสุดที่ต้องการต่อไปอีกก็คือ เกียรติยศ ชื่อเสียง ซึ่งจะทำให้คนอื่นยอมรับนับถือและยกย่อง และก็จะมียศทิพพลเหนือผู้อื่นได้

3. ความต้องการที่จะรักษาเกียรติยศ ชื่อเสียง และความเด่นนั้นได้คงอยู่ตลอดไปเมื่อสามารถกระทำตัวให้มีเกียรติยศชื่อเสียง และความเด่นแล้วทุกคนก็ต้องการที่จะรักษาสภาพนั้นไว้ให้คงอยู่กับตนตลอดกาลนับว่าเป็นความสำเร็จสมหวังในชีวิต

จากที่ผู้วิจัยได้กล่าวมาทั้งหมดนี้ เป็นทฤษฎีแรงจูงใจที่มีผลต่อพฤติกรรม หรือการกระทำของบุคคลทั้งสิ้น ในแต่ละทฤษฎีก็จะมีพื้นฐานความเชื่อ และแนวความคิดที่แตกต่างกันออกไป ซึ่งการนำมาใช้เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดจึงต้องศึกษาในหลาย ๆ ทฤษฎี และวิเคราะห์แนวความคิดของแต่ละทฤษฎีให้เข้าใจ ทั้งนี้เพื่อการนำไปใช้นั้นมีความถูกต้องเหมาะสมมากที่สุด

ประเภทของแรงจูงใจ

แรงจูงใจไม่เพียงแต่กระตุ้นให้บุคคลมีพฤติกรรมที่ต่างกันเท่านั้น แรงจูงใจยังเป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดความต้องการ หรือมีความโน้มเอียงที่จะทำให้บุคคลมีพฤติกรรมมุ่งจุดหมายอีกด้วย ด้วยเหตุนี้จึงมีผู้สนใจเกี่ยวกับแรงจูงใจเป็นอย่างมาก และได้พยายามจำแนกประเภทของแรงจูงใจไปตามกฎเกณฑ์ต่าง ๆ ดังนี้

สุปราณี ขวัญบุญจันทร์ (2541: 23-24) ได้แบ่งประเภทแรงจูงใจไว้ดังนี้ แรงจูงใจโดยทั่วไปแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. แรงจูงใจภายใน (Intrinsic Motivation) หมายถึง สภาวะของบุคคลที่ต้องการและอยากจะแสดงพฤติกรรมบางอย่าง ด้วยเหตุผล และความชอบของตัวเอง บุคคลที่ได้รับแรงจูงใจภายในจะแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ด้วยความพอใจ และความยินดีในงานของตนเอง เช่น ดีใจที่ได้เป็นนักกีฬาทีมชาติ ภูมิใจที่เป็นสมาชิกทีมของมหาวิทยาลัย เป็นต้น

2. แรงจูงใจภายนอก (Extrinsic Motivation) หมายถึง สภาวะของบุคคลที่ได้รับแรงกระตุ้นจากภายนอกทำให้เห็นจุดหมายปลายทาง หรือเป้าหมาย ซึ่งนำไปสู่การแสดงพฤติกรรมของคน ๆ นั้นได้โดยทั่วไปพฤติกรรมของคนมักจะได้รับแรงจูงใจจากภายนอกทั้งสิ้น เช่น ถ้านักกีฬาได้รางวัลเหรียญทองก็จะได้ทองคำหนัก 10 บาทเป็นรางวัล เป็นต้น

ไทลเลอร์ และลูธาน (สมบัติ กาญจนกิจ; และสมหญิง จันทร์ไทย. 2542: 11; อ้างอิงจาก Taylor; & Luthan. 1959) ได้เขียนไว้ว่า มีนักจิตวิทยาบางกลุ่มได้จำแนกประเภทของแรงจูงใจออกตามหลักการแสดงออกของพฤติกรรมได้เป็น 2 ประเภท คือ

1. แรงจูงใจภายใน (Intrinsic Motivation) หมายถึง แรงจูงใจที่เกิดจากการกระตุ้นอย่างใดอย่างหนึ่งที่เกิดขึ้นภายในตัวเอง โดยไม่มีผลจากสาเหตุภายนอกเข้ามาเกี่ยวข้องในการกีฬา โดยเป็นแรงจูงใจในการเล่นเพื่อตอบสนองความต้องการของตัวเอง แรงจูงใจภายในมีความสำคัญและมีค่ามากสำหรับนักกีฬาแต่ละคนที่จะทำให้ประสบความสำเร็จในการฝึกซ้อม หรือเล่นกีฬา

2. แรงจูงใจภายนอก (Extrinsic Motivation) หมายถึง แรงจูงใจที่เกิดจากแรงผลักดันจากภายนอก หรือสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ที่อยู่รอบตัวนักกีฬา เช่น เงินทอง รางวัล ชื่อเสียง การยกย่อง เป็นต้น แรงจูงใจชนิดนี้เกิดจากแรงผลักดันของสังคมเป็นตัวกระตุ้น ทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรม เพื่อสนองความต้องการของสังคม

เดซี และไรท์อัน (จุฑาทิพย์ ชำนาญพล. 2549: 12-14; อ้างอิงจาก Deci; & Ryan. 1985) อย่างไรก็ตามการศึกษาค้นคว้าจากสถาบันทั่วโลกกล่าวว่า แรงจูงใจที่เกิดขึ้นจากธรรมชาตินั้นสามารถทำให้นักกีฬาประสบความสำเร็จได้ แรงจูงใจสามารถแบ่งได้ 3 ประเภท คือ

1. แรงจูงใจภายใน (Intrinsic Motivation) เป็นสิ่งที่เกิดขึ้นในกิจกรรมจากความพอใจและความต้องการที่จะได้รับการปฏิบัติกิจกรรม เมื่อตัวนักกีฬาทั้งหญิง และชายกระทำ หรือปฏิบัติกิจกรรมโดยเกิดจากความเต็มใจ หรือเกิดจากแรงจูงใจภายในของตัวนักกีฬาเองก็จะทำให้ผลที่เกิดขึ้นประสบความสำเร็จได้ดี ไม่ว่าจะเป็นตัวนักกีฬา หรือว่าใครก็ตามที่ได้รับการฝึกฝน และเรียนรู้เกี่ยวกับการปฏิบัติ บุคคลเหล่านั้นก็จะค้นพบว่า การจะทำให้สำเร็จได้นั้นขึ้นอยู่กับแรงจูงใจของตัวนักกีฬาเอง และทำให้เกิดความมุ่งมั่นพยายามที่จะเรียนรู้ และฝึกฝนเพื่อนำตนเองไปสู่ความสำเร็จที่วางไว้ กีฬานั้นถือเป็นศาสตร์ดั้งเดิมที่นักกีฬาสามารถนำไปสู่ความสำเร็จ และความมุ่งมั่นในตนเอง ทั้งที่ความมุ่งมั่นในตนเองต้องอาศัยประสบการณ์ และความสามารถเฉพาะบุคคลเป็นแรงจูงใจที่จะทำให้นักกีฬาสามารถประสบความสำเร็จได้

อย่างไรก็ตามการศึกษาค้นคว้าจากสถาบันทั่วโลกกล่าวว่า แรงจูงใจที่เกิดขึ้นจากธรรมชาติ นั้นสามารถทำให้นักกีฬาประสบความสำเร็จได้ แรงจูงใจเหล่านั้นสามารถแบ่งออกได้ 3 ประเภท คือ แรงจูงใจเกี่ยวกับความรู้ แรงจูงใจเกี่ยวกับผลสัมฤทธิ์ และแรงจูงใจกับสถานการณ์

1.1 แรงจูงใจเกี่ยวกับความรู้ (Intrinsic Motivation to Know) จากการศึกษาแรงจูงใจประเภทนี้ บุคคลที่มีแรงจูงใจในเรื่องความรู้ได้เกิดขึ้นเมื่อนักกีฬามีส่วนร่วมในกิจกรรม เพราะเป็นความต้องการ และความพอใจของพวกเขาเหล่านั้นที่ได้มาจากการเรียนรู้ และการศึกษาลักษณะใหม่ ๆ ของพวกเขาในการกีฬา ดังนั้นสิ่งเหล่านี้สามารถอธิบายการทำงานให้เป็นที่ต้องการได้โดยอาศัยประสบการณ์การเรียนรู้ และการฝึกฝน หรือแม้แต่การทำความเข้าใจในสิ่งใหม่ ๆ นั้นอยู่เสมอ เพื่อจะทำให้เกิดแรงจูงใจในการค้นคว้าชัยชนะ จึงจำเป็นอย่างยิ่งที่นักกีฬาต้องรู้จักเรียนรู้เทคนิคใหม่ ๆ อยู่เสมอ และใช้ประสบการณ์ที่มีมานำมาเรียนรู้

1.2 แรงจูงใจที่นำไปสู่ความสำเร็จ (Intrinsic Motivation Toward Accomplishments) การศึกษาตามทางจิตวิทยาศาสตร์ โดยอาศัยต้นแบบ หรืออาศัยแรงจูงใจจากผู้นำเพื่อให้ได้มาซึ่งประสิทธิภาพ และความเหมาะสมของแต่ละบุคคล นักเรียนบางกลุ่มได้อ้างอิงข้อมูลของตัวนักกีฬาว่า ต้องอาศัยความสามารถเฉพาะตัว และสิ่งรอบข้างเป็นแกนหลักในการที่จะนำไปสู่ความสำเร็จ การมีความพยายามบวกกับแรงจูงใจ และประสบการณ์ที่ได้รับการฝึกฝนจนทำให้นักกีฬาพึงพอใจ และยินดีกับประสบการณ์เมื่อนักกีฬาพยายามไปสู่ความสำเร็จผู้นำทีมต้องอาศัยการเรียนรู้ และเทคนิครวมกับความสามารถ และประสบการณ์นี้เป็นแรงผลักดันนำทีมไปสู่ความสำเร็จ

1.3 แรงจูงใจที่เกี่ยวกับการได้รับประสบการณ์ (Intrinsic Motivation to Experience Stimulation) แรงจูงใจด้านประสบการณ์นี้ เป็นลักษณะเด่นของนักกีฬาที่สามารถใช้ความสามารถเฉพาะตัวนักกีฬาเอง ซึ่งจะแสดงสภาวะการเป็นผู้นำกลุ่ม และมีความโดดเด่นในเกมส์

การแข่งขัน(ความพอใจที่รู้สึกได้ ประสบการณ์ ความสนุกในเกมส์การแข่งขัน) แรงจูงใจที่เกิดขึ้นภายในก็จะเป็นตัวกระตุ้นให้นักกีฬาตื่นตัว และบวกกับสถานการณ์ที่ได้ฝึกฝนมาก็จะทำให้นักกีฬานั้นสามารถที่จะนำเอาสิ่งเหล่านี้มาเป็นตัวหลักในการเล่นกีฬา และส่งผลให้มีแรงผลักดันให้ไปสู่ผลสำเร็จได้ในที่สุด

2. แรงจูงใจภายนอก (Extrinsic Motivation) แรงจูงใจของนักกีฬามักจะพบมีความขัดแย้งกับแรงจูงใจภายนอก (EM) ในทางปฏิบัติ และจุดมุ่งหมายที่ค่อนข้างจะแตกต่างกัน เพราะแรงจูงใจจากภายนอกจะเป็นตัวบ่งชี้ให้นักกีฬาเกิดความมั่นใจ และฝึกฝนตนเองอย่างต่อเนื่อง ก็สามารถไปสู่จุดสำเร็จได้ แรงจูงใจภายนอกแบ่งได้เป็น 3 ประการ คือ กฎเกณฑ์ การรับอิทธิพลจากสิ่งแวดล้อม การพัฒนาบุคลิกภาพ

2.1 แรงจูงใจภายนอกเกี่ยวกับกฎเกณฑ์ (Extrinsic Motivation-External Regulation) บทบาทที่แสดงให้เห็นเกี่ยวกับหลักของแรงจูงใจภายนอกที่แสดงให้เห็นได้ชัดมีดังนี้ คือ การปฏิบัติตัว การควบคุมตัวเอง อิทธิพลของแหล่งข่าว ผลตอบแทน การบังคับควบคุมอารมณ์ นักกีฬาที่ทำการแข่งขัน และการถูกกระตุ้นให้มีแรงกดดันจากโค้ช และให้เกิดแรงกระตุ้นจากการเล่นจะทำให้เกมส์แข่งขันนั้นประสบความสำเร็จ หรืออาจตรงกันข้ามทำให้ไม่ประสบความสำเร็จก็ได้ ผลกระทบนี้จึงเป็นปัจจัยภายนอกที่ตัวนักกีฬา

2.2 แรงจูงใจภายนอกเกี่ยวกับการรับอิทธิพลจากสิ่งแวดล้อม (Extrinsic Motivation Introjection) การรับอิทธิพล และลักษณะต่าง ๆ จากสิ่งแวดล้อมเข้าสู่ตนเองอยู่ภายใต้แรงจูงใจนั้นมีมานานแล้วฉะนั้นนักกีฬาจำต้องรู้จักควบคุมตนเองในการเล่น ต้องมีสมาธิสามารถแยกแยะได้ว่าตนเองกำลังปฏิบัติหน้าที่โดยอยู่ ต้องควบคุมสถานการณ์ต่าง ๆ ได้ดีต้องทำการฝึกฝนเพื่อให้เป็นนิสัยสามารถรับสภาวะกดดัน และการตื่นตัวของตัวเองได้ เพื่อลดสภาวะการขัดแย้งภายในจิตใจของตนเอง

2.3 แรงจูงใจภายนอกด้านการแสดงบุคลิกภาพ (Extrinsic Motivation - Identification) เป็นวิธีสุดท้ายของแรงจูงใจภายนอกในการเล่นกีฬาเป็นความสามารถเฉพาะตัวของนักกีฬาที่ต้องอาศัยระยะเวลา และการประพฤติปฏิบัติ

สุชา จันทน์เอม (2527: 101-102) ได้แบ่งแรงจูงใจตามที่มาของแรงจูงใจ เป็น 3 ประเภท ดังนี้

1. แรงจูงใจทางสรีรวิทยา (Physiological Motivation) แรงจูงใจด้านนี้เกิดขึ้นเพื่อสนองความต้องการทางร่างกายทั้งหมด เพื่อให้บุคคลมีชีวิตอยู่ได้ เป็นความต้องการที่จำเป็นตามธรรมชาติของมนุษย์ ได้แก่ ต้องการน้ำ อาหาร ต้องการพักผ่อน และปราศจากโรค เราสามารถวัดระดับความต้องการทางสรีระได้ จากการสังเกตพฤติกรรมกระทำของคนเราคือ จากความเมื่อยน้อยของการกระทำ การเลือกทำ การโต้ตอบสิ่งที่มีมาขัดขวาง

2. แรงจูงใจทางจิตวิทยา (Psychological Motivation) มีความสำคัญน้อยกว่า แรงจูงใจทางด้านสรีรวิทยา เพราะจำเป็นในการดำรงชีวิตน้อยกว่า แต่จะช่วยคนเราทางด้านจิตใจ จะทำให้สุขภาพจิตดีและสดชื่น แรงจูงใจประเภทนี้ ได้แก่ ความอยากรู้อยากเห็น และการตอบสนอง ต่อสิ่งแวดล้อม ความต้องการความรัก และความเอาใจใส่ใกล้ชิดจากผู้อื่น

3. แรงจูงใจทางสังคมหรือแรงจูงใจที่เกิดจากการเรียนรู้ (Social Motivation) แรงจูงใจชนิดนี้มีจุดเริ่มต้นส่วนใหญ่มาจากการประสบการณ์ทางสังคมในอดีตของบุคคล และ จุดมุ่งหมายของแรงจูงใจชนิดนี้มีความสัมพันธ์กับการแสดงปฏิกิริยาของบุคคลอื่น ๆ ที่มีต่อตัวเรา แรงจูงใจทางสังคมที่มีความสำคัญต่อการดำเนินชีวิตของคนเรา ได้แก่

3.1 แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement Motivation) เป็นความปรารถนาของ บุคคลที่จะทำกิจกรรมต่าง ๆ ให้ดี และประสบความสำเร็จ ซึ่งได้รับการส่งเสริมมาตั้งแต่วัยเด็กจาก ผลของการศึกษาวิจัยพบว่า เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูอย่างอิสระ เป็นตัวของตัวเองฝึกหัดการ ช่วยเหลือตัวเองตามวัย จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีความต้องการความสำเร็จในชีวิตสูง การฝึกหัดให้ บุคคลมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง จึงต้องเริ่มต้นจากครอบครัว

3.2 แรงจูงใจใฝ่สัมพันธ (Affinitive Motivation) เป็นแรงจูงใจที่ทำให้บุคคลปฏิบัติ ตนให้เป็นที่ยอมรับของบุคคลอื่น ต้องการความเอาใจใส่ ต้องการความรักจากบุคคลอื่น

3.3 แรงจูงใจต่อความนับถือตนเอง (Self-Esteem Motivation) เป็นแรงจูงใจที่ บุคคลปรารถนาเป็นที่ยอมรับของสังคม มีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักของคนโดยทั่วไป ต้องการได้รับการยก ย่องจากสังคม ซึ่งจะนำมาสู่ความนับถือตนเอง

ถวิล เกื้อกุลวงศ์ (2528: 94-114) ได้แบ่งแรงจูงใจตามลักษณะความต้องการต่าง ๆ ดังนี้

1. แรงจูงใจด้านความมั่นคง มักอยู่รูปของจิตสำนึกโดยจะเห็นจากการที่มนุษย์ มีความต้องการความปลอดภัย ส่วนความมั่นคงในรูปของจิตใต้สำนึกนั้น เป็นสิ่งที่ได้พัฒนามาตั้งแต่ เกิดโดยการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลที่อยู่ใกล้ชิด ที่จะทำให้เป็นคนที่มีจิตใจมั่นคงหรืออ่อนแอ

2. แรงจูงใจด้านสังคม เนื่องจากมนุษย์เป็นสัตว์สังคม จึงต้องมีการติดต่อสัมพันธ์ ซึ่งกัน และกันมีการอยู่ร่วมกันเพื่อจะได้เป็นส่วนหนึ่งของสังคม และได้รับการยกย่อง การที่บุคคล ติดต่อสัมพันธ์กันนั้นมิใช่เพื่อมีมิตรภาพเพียงอย่างเดียว หากแต่ต้องการให้ผู้อื่นยอมรับศรัทธา และเชื่อถือได้

3. แรงจูงใจด้านชื่อเสียงมีมากขึ้นในสังคมไทย โดยเฉพาะสังคมในระดับชนชั้นกลาง ความต้องการด้านชื่อเสียงเป็นการกำหนดขีดจำกัดของบุคคลอย่างหนึ่ง บุคคลบางคนจะมีความ พึงพอใจกับชื่อเสียงในระดับเพื่อนหรือระดับชุมชน แต่บางคนอาจจะแสวงหาชื่อเสียงในระดับชาติ หรือระดับโลก

4. แรงจูงใจด้านอำนาจถือเป็นศักยภาพแห่งอิทธิพลของบุคคล โดยการแบ่งออกได้ เป็น 2 ประเภท คือ อำนาจตามตำแหน่งและอำนาจส่วนตัว เช่น การที่บุคคลสามารถทำให้ผู้อื่น ปฏิบัติตามเพราะตำแหน่ง ส่วนบุคคลซึ่งมีอิทธิพลโดยบุคลิกภาพ และพฤติกรรมแสดงว่าเป็นผู้มี

อำนาจส่วนตัวแต่บุคคลบางประเภทเป็นเจ้าของอำนาจทั้ง 2 ประเภท คือ ทั้งอำนาจตามตำแหน่งและอำนาจส่วนตัว

5. แรงจูงใจด้านความสามารถ หมายถึง การควบคุมองค์ประกอบสิ่งแวดล้อมทั้งกายภาพ และสังคม ความรู้สึกด้านความสามารถนี้เกี่ยวข้องอย่างใกล้ชิดกับมโนทัศน์ ด้านความคาดหวังบุคคลจะมีความสามารถหรือไม่นั้นขึ้นอยู่กับความสำเร็จ และความล้มเหลวในอดีตถ้าความสำเร็จเหนือความล้มเหลวแล้วจะทำให้มองโลกในทางลบ บุคคลที่มีความรู้สึกด้านความสามารถต่ำจะไม่มีแรงจูงใจที่จะแสวงหาการทำท่ายใหม่ ๆ หรือทำการเสี่ยง บุคคลพวกนี้จะปล่อยให้สิ่งแวดล้อมบังคับควบคุมมากกว่าที่จะพยายามบังคับควบคุมสิ่งแวดล้อม

6. แรงจูงใจด้านความสำเร็จ เป็นแรงจูงใจที่เด่นชัดของมนุษย์ที่สามารถแยกออกจากความต้องการด้านอื่น ๆ ลักษณะอย่างหนึ่งของบุคคลที่มีแรงจูงใจด้านความสำเร็จมีความก้าวหน้าในการทำงาน เพราะว่าจะเป็นผู้สร้างสรรค์ให้งานสำเร็จ

7. แรงจูงใจด้านเงิน เป็นแรงจูงใจที่สลับซับซ้อนของมนุษย์ และสัมพันธ์กับความต้องการทุกประเภททุกระดับ คุณสมบัติที่เด่นชัด และสำคัญที่สุดของเงินคือ เป็นตัวแทนในการแลกเปลี่ยน สิ่งที่เงินสามารถซื้อได้นั้นไม่ใช่ตัวเงินโดยตรงแต่เป็นคุณค่าของเงิน ตัวเงินนั้นไม่ได้มีความสำคัญ แต่เป็นตัวแทนของความต้องการใด ๆ ที่บุคคลต้องการให้เป็นตัวแทน

กมลรัตน์ หล้าสูงษ์ (2530: 236) ได้แบ่งประเภทแรงจูงใจที่อยู่เบื้องหลังของการแสดงออกของพฤติกรรม ออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. แรงจูงใจภายใน (Intrinsic Motivation) เป็นภาวะที่บุคคลเห็นคุณค่าของกิจกรรมที่ดี ทำด้วยความเต็มใจ โดยถือว่าการบรรลุในกิจกรรมนั้น ๆ เป็นรางวัลอยู่แล้ว

2. แรงจูงใจภายนอก (Extrinsic Motivation) เป็นภาวะที่บุคคลแสดงพฤติกรรมออกมาเพราะมีสิ่งใดสิ่งหนึ่งมาเร้า ไม่ได้ทำเพื่อความสำเร็จในสิ่งนั้นเลย เช่น การกระทำเพื่อต้องการรางวัล ตำแหน่ง เกรด เป็นต้น

พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา (2542: 140-142) จำแนกแรงจูงใจออกได้เป็น 3 ประเภท คือ

1. แรงจูงใจเพื่อความอยู่รอด (Survival Motives) เป็นแรงจูงใจที่ช่วยให้คนเราสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้ แรงจูงใจชนิดนี้มักจะสัมพันธ์กับสิ่งเบื้องต้นที่คนเราต้องการในชีวิต เช่น อาหาร น้ำอากาศ การขับถ่าย ฯลฯ เป็นต้น

2. แรงจูงใจทางสังคม (Social Motives) เป็นแรงจูงใจที่เกิดขึ้นจากการเรียนรู้ในสังคม อาจได้รับอิทธิพลโดยตรงจากสิ่งเร้าที่บุคคล หรือจากวัตถุที่มองเห็นได้ จับต้องได้หรือมาจากภาวะสังคมที่มองไม่เห็นก็ได้ เช่น การมีอิทธิพลเหนือผู้อื่น การเป็นผู้นำ การสร้างมิตร เป็นต้น

3. แรงจูงใจที่เกี่ยวกับตนเอง (Self Motives) แรงจูงใจชนิดนี้ค่อนข้างจะซับซ้อนพอสมควร และเป็นสิ่งผลักดันให้คนเราพยายามปรับตัวไปในทางที่ดีขึ้น เช่น แรงจูงใจที่เกี่ยวกับความสำเร็จในหน้าที่การงาน หรือความสำเร็จในชีวิต เป็นต้น

แรงจูงใจเกี่ยวกับตนเองและสังคมอาจจำแนกได้ ดังนี้

1. แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement Motive)
2. แรงจูงใจใฝ่สัมพันธ (Affiliation Motive)
3. แรงจูงใจใฝ่อำนาจ (Power Motive)
4. แรงจูงใจใฝ่ก้าวร้าว (Aggression Motive)

1. แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ (Achievement Motive) เป็นแรงจูงใจที่ทำให้บุคคลมีความต้องการที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ ทั้งในหน้าที่การงาน และเรื่องราวส่วนตัวให้สำเร็จลุล่วง จากผลการวิจัยพบว่า พ่อแม่ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงย่อมมีอิทธิพลที่จะทำให้เด็กเป็นผู้มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงตามด้วย ทั้งนี้เพราะพ่อแม่จะเอาใจใส่เกี่ยวกับการกระทำของเด็กมาตั้งแต่เล็ก ๆ โดยการแสดงความรักใคร่ตามมาตรฐานในการกระทำในสิ่งต่าง ๆ ตลอดจนคอยกระตุ้นและนាំให้กำลังใจแก่เด็กในการทำกิจกรรมอยู่ตลอดเวลา

ลักษณะของผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์

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 และได้รับความนิยมนจากบุคคลในกลุ่มพัฒนาของแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์จะเริ่มตั้งแต่วัยเด็ก โดยเฉพาะในครอบครัวที่มีความรักความเข้าใจความอบอุ่นพ่อแม่ที่ไม่มีลักษณะการก้าวร้าว ข่มขู่ หรือครอบครัวที่ไม่มีการแก่งแย่งชิงดีชิงเด่นในพี่น้อง สิ่งเหล่านี้จะช่วยพัฒนาบุคลิกภาพของเด็กเมื่อเติบโตขึ้นมาจะทำให้เป็นคนที่ทำอะไรเพื่อให้ผู้อื่นพอใจเสมอ

ลักษณะของผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่สัมพันธสูง

1. ชอบผูกมิตรใหม่
2. ชอบคบเพื่อนอย่างสนิทสนม
3. ชอบคบเพื่อนมาก ๆ
4. ชอบพูดถึงมิตรภาพ ความใกล้ชิดสนิทสนมที่มีต่อกัน

5. ชอบแสดงออกถึงอารมณ์ที่ละเอียดอ่อน เช่น เสียใจ เมื่อมีการพลัดพรากหรือหวนซึ่งเมื่ออยู่ใกล้กัน

6. แสดงออกถึงการให้ความสนใจ และยกย่องผู้อื่น

7. จะเน้นถึงการได้รับความชื่นชมจากบุคคลอื่น

8. ชอบทำตนเป็นเพื่อนซื่อสัตย์

3. แรงจูงใจใฝ่อำนาจ (Power Motive) เป็นแรงจูงใจอย่างหนึ่งที่ทำให้มนุษย์ต้องการที่จะมีอิทธิพลเหนือผู้อื่น สามารถบงการผู้อื่นได้ พยายามกระทำทุกวิถีทางเพื่อให้ผู้น้อยได้อำนาจ ตื่นพัฒนาการของความต้องการที่จะมีอำนาจเหนือผู้อื่นอาจมาจากความรู้สึกที่ต่ำต้อยไม่ทัดเทียมผู้อื่น มีความรู้สึกว่าตนเอง “ขาด” ทั้งในด้านความเป็นอยู่ และฐานะทางสังคม เป็นความรู้สึกที่เรียกว่า “ปมด้อย” ซึ่งความรู้สึกชนิดนี้ยังมีมากเท่าไร ก็จะต้องพยายามสร้าง “ปมเด่น” โดยการแสดงความยิ่งใหญ่ด้วยการก้าวร้าวออกมาเพื่อลบ “ปมด้อย” นั้น

ลักษณะของผู้ที่มีแรงจูงใจใฝ่อำนาจสูง

1. ชอบวางตนเป็นหัวหน้ากลุ่ม หรือแสดงอำนาจเหนือผู้อื่น
2. ชอบบงการ ชี้นำ บังคับ ควบคุมให้ผู้อื่นคิด หรือกระทำตาม
3. ชอบวางแผนการกระทำของกลุ่ม และโน้มน้าวให้ผู้อื่นกระทำตาม
4. ชอบพูดถึงความสัมพันธ์กับผู้อื่น แต่จะพูดในความหมายที่แฝงไว้ในลักษณะที่เหนือผู้อื่น
5. ชอบสัมพันธ์กับคนที่มาอ่อนน้อม ถ่อมตน หรือมาประจบสอพลอ
6. บางครั้งชอบการตัดสินใจกระทำการเสี่ยงภัยอย่างบ้าบิ่น
7. หลีกเลี่ยงการแสดงความรักอ่อนแอออกมาให้ปรากฏ
8. ชอบโต้เถียงกับผู้อื่นที่มีความคิดเห็นขัดแย้งกับตน

4. แรงจูงใจใฝ่ก้าวร้าว (Aggression Motive) เป็นแรงจูงใจชนิดหนึ่งที่มีมนุษย์แสดงออกโดยวาจาหรือท่าทาง เพื่อขจัดความคับข้องใจหรือความโกรธที่เกิดขึ้น ซึ่งพฤติกรรมก้าวร้าวนี้ บางครั้งผู้แสดงออกจะพบว่า เมื่อแสดงพฤติกรรมดังกล่าวออกไปแล้วจะช่วยผ่อนคลายอารมณ์ของตนเองในขณะนั้นลงไป พัฒนาการของความก้าวร้าวจะเริ่มเกิดตั้งแต่ในช่วงวัยเด็กโดยการเลียนแบบจากพ่อแม่หรือคนใกล้ชิดที่อบรมเลี้ยงดู การที่บุคคลมีความก้าวร้าว หรือมีบุคลิกภาพแบบ “ถือตนเองเป็นใหญ่” (Authoritarian) นั้น เนื่องมาจากการอบรมเลี้ยงดู ที่เข้มงวดกดขี่มากเกินไปทำอะไรผิดนิดหน่อยก็จะถูกดุด่าเชียนตี ทำให้เด็กเกิดความรู้สึกโกรธแค้น ขุ่นเคือง แต่เด็กก็ไม่กล้าแสดงอาการตอบโต้โดยตรงแต่จะไปแสดงความก้าวร้าวออกมากับคนรอบข้าง โดยเฉพาะกับบุคคลที่ด้อยกว่า พฤติกรรมก้าวร้าวนี้เมื่อเกิดขึ้นแล้ว ก็ยากที่จะหยุดได้ แต่เราสามารถแก้ไขพฤติกรรมก้าวร้าวให้ลดลงได้โดยผู้ใหญ่ จะต้องพยายามควบคุมอารมณ์ของตนเองไม่แสดงความก้าวร้าวเอาแต่ใจตนเอง ไม่ใช่คำพูดในเชิงขู่บังคับ แต่พยายามจะสร้างสัมพันธ์กับเด็ก เพื่อให้เด็กเกิดความรู้สึกอบอุ่น และไว้วางใจเชื่อใจว่าเรา คือ ผู้ให้ความช่วยเหลือให้คำแนะนำมิใช่ผู้ควบคุมเมื่อนั้นพฤติกรรม

ก้าวร้าวของเด็กจะลดลงจากประเภทของแรงจูงใจที่กล่าวมานั้น แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เป็นแรงจูงใจที่สำคัญที่ทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ออกมาเพื่อให้ประสบความสำเร็จทั้งในเรื่องส่วนตัว และหน้าที่การงาน

ดังนั้นกล่าวโดยสรุปประเภทของแรงจูงใจแบ่งเป็นลักษณะที่สำคัญ 2 ประการคือ แรงจูงใจที่มาจากภายในร่างกาย เป็นพื้นฐานของบุคคลคนนั้น และแรงจูงใจจากภายนอกหรือแรงจูงใจที่มีพื้นฐานจากสังคม โดยแรงจูงใจทางร่างกายก็มี 2 ด้านคือ แรงจูงใจที่มาจากความต้องการทางด้านสรีรวิทยา และแรงจูงใจที่มาจากจิตใจ เมื่อศึกษาประเภทของแรงจูงใจให้เข้าใจอย่างถูกต้องก็จะสามารถใช้ความรู้นี้ไปสร้างแรงจูงใจให้สอดคล้องกับความต้องการของแต่ละประเภทได้

องค์ประกอบที่มีผลเกี่ยวข้องกับแรงจูงใจ

อารี พันธมณี (2534: 192-196) ได้กล่าวว่า แรงจูงใจจัดได้ว่ามีผลต่อการเรียนรู้พฤติกรรมต่าง ๆ ของบุคคลเป็นอันมาก เพราะการที่บุคคลเกิดแรงจูงใจในการที่จะแสดงพฤติกรรม ย่อมจะทำให้พฤติกรรมหรือการเรียนรู้ในสิ่งนั้น ๆ มีประสิทธิภาพ และเรียนรู้ได้เร็วกว่าบุคคลที่ไม่มีแรงจูงใจ ลักษณะของแรงจูงใจของบุคคลจึงขึ้นอยู่กับองค์ประกอบ ดังต่อไปนี้

1. ธรรมชาติของแต่ละบุคคล ทุกคนมีธรรมชาติของตนเองที่แตกต่างกับคนอื่น หรือมีลักษณะที่เป็นเอกลักษณ์ของตนเองประกอบด้วย

1.1 แรงขับ แรงขับของแต่ละบุคคลจัดว่าเป็นพื้นฐานเบื้องต้นของการเกิดพฤติกรรมแรงขับเป็นสภาวะที่ไม่สมดุลในร่างกายของมนุษย์ เช่น สภาวะความต้องการอาหารและน้ำ สภาวะความตึงเครียด ความรู้สึกเจ็บเป็นต้น แรงขับเกิดขึ้นได้จากลักษณะ 2 ประการ คือแรงขับภายในร่างกาย เช่น ความหิว ความกระหาย ความง่วงนอน เป็นต้น และแรงขับที่เกิดจากภายนอกร่างกายเช่น การได้รับความเจ็บปวดจากสิ่งเร้าภายนอก สภาวะความกดดันจนทำให้เกิดความตึงเครียด

1.2 ความวิตกกังวล ความวิตกกังวลมีผลต่อการเรียนรู้ หรือการแสดงพฤติกรรม ความวิตกกังวลจะมีความแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ขึ้นอยู่กับประสบการณ์ และการเรียนรู้ของแต่ละบุคคล เมื่อบุคคลมีอายุมากขึ้น มีประสบการณ์เพิ่มขึ้นย่อมจะเกิดความวิตกกังวลเพิ่มมากขึ้น เด็กเล็ก ๆ จะไม่มีความกังวลใจแต่จะมีความกลัว เมื่ออายุมากขึ้นความกลัวจะลดลงกลายเป็นความวิตกกังวลเพิ่มขึ้นมาแทนที่

2. สถานการณ์ต่าง ๆ ในสิ่งแวดล้อม ย่อมส่งผลทำให้บุคคลเกิดแรงจูงใจแตกต่างกัน เป็นต้นว่าส่งผลให้บุคคลเกิดความสับสนวุ่นวายหรืออื่น ๆ และวัฒนธรรมแต่ละสังคมย่อมจะส่งผลให้การพัฒนาของผู้เรียนแตกต่างกันด้วย ลักษณะสถานการณ์ต่าง ๆ ที่มีผลต่อแรงจูงใจ ได้แก่

2.1 การแข่งขัน หมายถึง พฤติกรรมของบุคคลที่มีความปรารถนาที่จะเอาชนะผู้อื่น ๆ ต้องการให้ตนเองมีสภาพการณ์ดีขึ้น ลักษณะการแข่งขันมี 2 ลักษณะคือ การแข่งขันกับตนเองเป็นการแข่งขันที่ทำให้ตนเองดีขึ้นด้วยความเต็มใจ และเป็นความต้องการของตนไม่มีใครมา

บังคับ การแข่งขันกับบุคคลอื่น เป็นความรู้สึกที่ต้องการเอาชนะบุคคลอื่น อยู่เหนือกว่าคนอื่น มักจะพยายามทำทุกวิถีทางเพื่อให้ตนชนะผู้อื่นเสมอ

2.2 ความร่วมมือ หมายถึง แรงจูงใจที่มีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับแรงผลักดัน ในสังคมมีพฤติกรรมแบบประนีประนอม ให้ความร่วมมือช่วยเหลือ เป็นน้ำหนึ่งใจเดียวกันเพื่อให้ งานหรือพฤติกรรมที่มุ่งปรารถนาสำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ฉะนั้น ความร่วมมือของบุคคลจึงจัดว่าเป็น แรงจูงใจที่สำคัญ ที่ทำให้บุคคลเกิดพฤติกรรมต่าง ๆ ขึ้น

2.3 การตั้งจุดมุ่งหมาย หมายถึง การที่บุคคลนั้นได้ตั้งจุดมุ่งหมายในชีวิตไว้ มีผล ทำให้บุคคลมีความพยายามที่จะกระทำการต่าง ๆ เพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมายที่ตนตั้งไว้ ในบางครั้งแม้ จะมีการตั้งจุดมุ่งหมายไว้ บุคคลก็ไม่สามารถกระทำเพื่อให้บรรลุจุดมุ่งหมายที่ตนตั้งไว้ได้ด้วยเหตุนี้ การตั้งจุดมุ่งหมายในชีวิตจึงเป็นแรงจูงใจในการแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ลักษณะของการตั้ง จุดมุ่งหมายมี 2 ลักษณะ คือ

2.3.1 การตั้งจุดมุ่งหมายรวม เป็นจุดมุ่งหมายที่มักจะมีจุดมุ่งหมายย่อย ๆ มาเกี่ยวข้อง เช่น การตั้งจุดมุ่งหมายชีวิตว่า จะเป็นนักวาดรูปที่มีชื่อเสียงของโลกแต่ในขณะนี้อายุ ยังน้อยจึงมีเป้าหมายย่อย ๆ หลายจุดมุ่งหมายรวมกันคือ จะวาดรูปให้ชนะการแข่งขันจะวาดรูปให้ ได้รับคำชมจากครู จะวาดรูปให้เพื่อน ๆ ยอมรับ

2.3.2 การตั้งจุดมุ่งหมายระยะไกล เพื่อจุดมุ่งหมายหนึ่งโดยเฉพาะ การตั้ง จุดมุ่งหมายระยะไกลจะเกิดขึ้นกับคนที่มีวุฒิภาวะทางด้านสมองพอสมควร จะไม่เกิดในเด็กเล็ก

2.4 การตั้งความทะเยอทะยาน เป็นการตั้งความหวังไว้สูง และมีความพยายาม มุมนะอย่างมากที่จะทำให้สำเร็จ การตั้งความหวังหรือเกิดความทะเยอทะยานจึงเป็นแรงจูงใจที่ ผลักดันให้เกิดพฤติกรรมขึ้น ถ้าบุคคลตั้งความทะเยอทะยานไว้สูงเกินความสามารถของตนเองจะทำให้ บุคคลเกิดความล้มเหลวได้ง่าย ทำให้ไม่มีแรงจูงใจในการทำงานนั้น ๆ หรือเกิดความท้อถอย หรือถ้าตั้งความหวังไว้ต่ำกว่าความสามารถ ก็ไม่มีแรงจูงใจพอที่จะกระทำเพราะว่าตนประสบ ความสำเร็จในงานนั้น ๆ ง่ายเกินไป ความยากง่ายของงานจะมีผลต่อแรงจูงใจ

จากที่กล่าวมาสรุปได้ คือ แรงจูงใจของแต่ละบุคคลนั้นจะมีองค์ประกอบต่าง ๆ เข้ามา เกี่ยวข้องไม่ว่าจะเป็น ธรรมชาติของแต่ละบุคคลหรือสถานการณ์ต่าง ๆ ในสิ่งแวดล้อม การที่จะ ได้รับความสำเร็จจึงจำเป็นต้องศึกษาองค์ประกอบต่าง ๆ ให้เข้าใจ จึงจะสามารถนำไปใช้ได้ อย่าง ถูกต้อง

แรงจูงใจกับการกีฬาและการออกกำลังกาย (Motivation in Sports & Exercise)

คำถามหลักในการศึกษาถึงแรงจูงใจกับการเล่นกีฬา คือ

1. ทำไม หรือ แรงจูงใจ อะไรที่ทำให้คนเริ่มเล่นกีฬา หรือการออกกำลังกาย
2. ทำไม หรือ แรงจูงใจ อะไรที่ทำให้คนยังคงเล่นกีฬาอยู่ หรือการออกกำลังกาย
3. ทำไม หรือ แรงจูงใจ อะไรที่ทำให้คนหยุดหรือเลิกเล่นกีฬา หรือออกกำลังกาย

จากการศึกษาโดยกว้าง ๆ เพื่อให้ทราบคำตอบหรือสาเหตุของคำถาม ดังนี้

1. แรงจูงใจที่ทำให้คนเริ่มเล่นกีฬา และหรือการออกกำลังกาย

(Motives to Initiate Participating Sport and or Exercise) คือ

1.1 เหตุผลเกี่ยวข้องกับความสวยงาม (Physical Appearance) และสมรรถภาพทางกายต้องการมีร่างกายเป็นกล้ามเนื้อ ได้สัดส่วนเป็นที่สนใจจากเพศตรงข้าม และต้องการมีสมรรถภาพทางกายดี ร่างกายแข็งแรง

1.2 เหตุผลทางการแพทย์ (Medical Reasons) แพทย์สั่งให้ออกกำลังกาย และความเจ็บป่วยเรื้อรัง

1.2.1 มีอาการที่จะนำไปสู่โรคต่าง ๆ เช่น ปริมาณคอเลสเตอรอลสูง ความดันเลือดสูง

1.2.2 มีอาการบาดเจ็บเรื้อรัง เช่น เจ็บหลัง ปวดหัวไหล่เรื้อรัง

1.2.3 เพื่อการฟื้นฟูสมรรถภาพหลังการบาดเจ็บ หรือเจ็บป่วย หรือหลังจากที่อวัยวะหยุดเคลื่อนไหวนาน ๆ

1.2.4 เพื่อคลายเครียด และลดความวิตกกังวลจากการทำงานประจำ

1.3 เป็นเหตุผลทางสังคม (Affiliation)

1.3.1 ต้องการพบเพื่อนใหม่ รู้จักคนใหม่ โดยใช้กิจกรรมกีฬาเป็นสื่อในการเข้าสังคม

1.3.2 ต้องการใช้เวลาร่วมกับเพื่อน และคนใกล้ชิดโดยใช้กิจกรรมการออกกำลังกายเป็นสื่อ

1.3.3 ต้องการให้ตนเองเป็นที่ยอมรับ หรือเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มกีฬาได้ถูกนำมาเป็นสื่อประสานระหว่างสมาชิกกลุ่ม เช่น การเล่นกอล์ฟระหว่างผู้บริหาร

1.3.4 เพื่อยกระดับสถานะทางสังคม (Social Status) เพื่อสร้างชื่อเสียงทางการกีฬา เช่นการเป็นทีมชาติ เพื่อให้ได้เงิน และการยอมรับจากสังคมรอบข้าง

1.3.5 ได้รับการสนับสนุนส่งเสริมจากคนใกล้ชิด พ่อแม่ พี่น้อง คู่ครอง

1.4 การมีทัศนคติที่ดีต่อกีฬา (Attitude toward Sports)

1.4.1 การเห็นประโยชน์ ความสำคัญ และความจำเป็นของการเล่นกีฬา หรือออกกำลังกาย

1.4.2 มีการศึกษา และการมีประสบการณ์เดิมที่ดีต่อการออกกำลังกาย

1.4.3 ชอบ และสนุกกับการออกกำลังกายกิจกรรมนั้นท้าทายความสามารถ

2. แรงจูงใจที่ทำให้คนยังคงเล่นกีฬา และ หรือการออกกำลังกาย (Motives to Continue Participating Sport and or Exercise) คือ

2.1 เหตุผลทางจิตวิทยา (Psychological Reasons)

2.1.1 มีแรงจูงใจในตนเอง (Self-Motivation) ลักษณะของบุคลิกภาพแบบ

(Type A) ที่ชอบสังคม ชอบการมีเพื่อน ชอบความท้าทาย การเสี่ยง ชอบการแข่งขัน มักร่วมกิจกรรมการออกกำลังกาย

2.1.2 ทำให้เกิดความรู้สึกที่ดี (It Feels Good) มีความสนุกสนาน ท้าทายความสามารถ คลายเครียด ลดความวิตกกังวล มีการรับรู้ตัวว่าตนมีความสามารถ (Self-Efficacy) ประสบผลสำเร็จ (Perceive Competence) เป็นที่ยอมรับจากคนทั่วไป ทำให้มีความเชื่อมั่น มีความภาคภูมิใจในตัวเอง (Self-Esteem) จากการเล่นกีฬา

2.2 เหตุผลทางสรีรวิทยา (Physiological Body Composition Reasons)

2.2.1 เกิดการเปลี่ยนแปลงทางร่างกาย เช่น ร่างกายได้สัดส่วนกล้ามเนื้อแข็งแรง ร่างกายกระฉับกระเฉง ทำงานได้นานขึ้นเหนื่อยน้อยลง และหายเหนื่อยเร็วขึ้น อารมณ์แจ่มใส สุขภาพจิตดี

2.2.2 สถานภาพสุขภาพดีขึ้น (Health Status) เช่น มีการเจ็บป่วยน้อยลง ปริมาณไขมันในเส้นเลือด และความดันเลือดลดลง ลดความเครียด

2.2.3 พัฒนาสมรรถภาพแบบแอโรบิก (Aerobic Fitness) ระบบหายใจ และไหลเวียนโลหิตดีขึ้น

2.3 เหตุผลทางสิ่งแวดล้อม และสังคม (Situational Reasons)

2.3.1 สถานะทางสังคม และเศรษฐกิจ อยู่ในสภาวะครอบครัวที่มีเศรษฐกิจที่ดีพอควรจึงมีโอกาที่จะเข้าร่วมกิจกรรมมากกว่าคนที่ฐานะทางการเงินต่ำ

2.3.2 อาชีพ และการทำงาน เอื้อให้เล่นกีฬา หรือการออกกำลังกาย

2.3.3 มีเวลา และมีความสะดวกสบายในการเล่นกีฬา หรือออกกำลังกาย

2.3.4 การได้พบเพื่อนใหม่ สังคมใหม่ที่ต่างไปจากชีวิตประจำวัน

2.3.5 เป็นกิจกรรมใหม่ ได้เรียนรู้สิ่งใหม่ต่างไปจากที่เคยจำเจ

2.3.6 อยู่ในครอบครัวที่รักการเล่นกีฬา หรือเป็นสังคมที่สนับสนุนให้เล่นกีฬา

3. แรงจูงใจที่ทำให้คนเลิกเล่นกีฬา และหรือออกกำลังกาย (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 ศาสนา และวัฒนธรรมความเชื่อ และวัฒนธรรมบางท้องถิ่นไม่เอื้อให้ออกกำลังกาย รวมทั้งอายุ เพศ ล้วนมีผลต่อการออกกำลังกาย และเล่นกีฬา หลายคนมีความเชื่อที่ผิดว่าการออกกำลังกาย หรือการเล่นกีฬาเป็นกิจกรรมของคนหนุ่มสาว หรือของเพศชายเท่านั้น

3.1.3 มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการออกกำลังกาย เพราะมีประสบการณ์เดิมไม่ดี ไม่ประสบผลสำเร็จตามจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ หรือได้รับบาดเจ็บจากการออกกำลังกาย หรือเล่นกีฬา

3.2 เหตุผลจากสถานการณ์ และสิ่งแวดล้อมโดยรอบ (Environmental Factors)

3.2.1 เวลา และการจัดการไม่ดี ทำให้ไม่มีเวลาหรือไม่จัดสรรเวลาให้กับการออกกำลังกาย

3.2.2 ไม่ได้รับการสนับสนุนจากบุคคลใกล้ชิด เช่น โค้ช ครู พ่อแม่ พี่น้อง และเพื่อน

3.2.3 บรรยากาศในชั้นเรียน ลักษณะการจัดกิจกรรมนั้น ๆ ไม่สนุก ไม่เป็นไปตามจุดมุ่งหมายที่ต้องการ

3.2.4 ราคาค่าบริการในการออกกำลังกาย หรือเล่นกีฬา มีราคาแพง

3.3 เหตุผลเกี่ยวกับการจัดกิจกรรม (Activity Variables)

3.3.1 ความเข้มข้นของกิจกรรม หรือความหนักหน่วงในการฝึกซ้อมไม่เป็นที่พอใจ เช่น เบาเกินไปหรือหนักเกินไป หรือไม่สอดคล้องกับจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้หรือทำให้เสียการเรียน การทำงาน หรือสังคมส่วนอื่น ๆ

3.3.2 ได้รับบาดเจ็บจากกิจกรรมนั้น ๆ

3.3.3 กิจกรรมน่าเบื่อ ไม่หลากหลาย ไม่มีตัวให้เลือกตามที่ต้องการ

3.3.4 สนใจกิจกรรมอื่น จึงเลิกเล่นกีฬา หรือออกกำลังกายนั้น ๆ โดยเฉพาะเด็กหรือเยาวชนที่มักเปลี่ยนความสนใจตลอดเวลา

3.3.5 ไม่ประสบความสำเร็จตามที่ตั้งใจไว้ในการเข้าร่วมกิจกรรม

สืบสาย บุญวีรบุตร (2541: 53–55) สรุปว่าแรงจูงใจที่ทำให้คนเล่นกีฬานั้นก็เพราะว่ามีทัศนคติที่ดีต่อการเล่นกีฬาเห็นความสำคัญ และประโยชน์ของการออกกำลังกายเล่นกีฬาทั้งทางด้านร่างกายคือเรื่องการรักษาสุขภาพร่างกายให้แข็งแรงรวมทั้งความเจ็บป่วยต่าง ๆ อีกทั้งการเล่นกีฬาเพื่อความสวยงามสมส่วนของสรีระร่างกายก็เป็นเหตุผลอย่างหนึ่งที่ทำให้เกิดแรงจูงใจในการเล่นกีฬา เหตุผลทางสังคมก็เป็นแรงจูงใจหนึ่งที่ทำให้คนจะเล่นกีฬาเพราะกีฬาถือเป็นกิจกรรมหนึ่งที่คนส่วนใหญ่ชอบจึงเป็นที่ นิยมกันดังนั้นถ้าเล่นกีฬาก็จะได้พบปะกับเพื่อน และบุคคลอื่น ๆ เพื่อจะได้เป็นที่ยอมรับในสังคม ส่วนแรงจูงใจที่ทำให้คนเลิกเล่นกีฬานั้น มีหลายประการคือ สุขภาพไม่เอื้ออำนวย ทัศนคติไม่ดีต่อกีฬาหรือวัฒนธรรมความเชื่อที่ผิด ๆ เกี่ยวกับกีฬา การไม่มีเวลาเล่นกีฬา และไม่ได้รับการสนับสนุนจากบุคคลใกล้ชิด กีฬาบางชนิดราคาแพง ได้รับบาดเจ็บ เหล่านี้คือเหตุผลส่วนหนึ่งที่ต้องเลิกเล่นกีฬา

แรงจูงใจกับการเลือกฝึกกีฬา

พีระพงศ์ บุญศิริ (2536: 65) ได้กล่าวไว้ว่า แรงจูงใจมีบทบาทสำคัญต่อการเตรียมทีม และการฝึกกีฬาอย่างสูง นักจิตวิทยาได้ให้ทัศนะต่อแรงจูงใจต่างกัน แต่สรุปได้ว่า แรงจูงใจเป็นกระบวนการที่อยู่ในตัวของนักกีฬาแต่ละคน และพร้อมที่จะได้รับการกระตุ้นจากภายนอกให้มีกำลัง

แรงขึ้น นักจิตวิทยาได้พยายามใช้หลักเกณฑ์ต่าง ๆ เพื่อจำแนกประเภทของแรงจูงใจ และวิธีที่ยอมรับกันเป็นส่วนใหญ่คือ การแบ่งพื้นฐานของแรงจูงใจ 3 ทาง คือ

1. แรงจูงใจทางด้านร่างกาย (Physiological Motive) เป็นแรงจูงใจที่มีมาแต่กำเนิด เกิดจากความต้องการด้านร่างกาย และความจำเป็นในการดำรงชีวิต
2. แรงจูงใจทั่วไปที่ไม่ใช่การเรียนรู้ (Unlearned General Motive) เป็นแรงจูงใจที่เกิดจากความต้องการในการเคลื่อนไหว หรือประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ความอยากรู้อยากเห็นหรือต้องการมีประสบการณ์แปลก ๆ ใหม่ ๆ
3. แรงจูงใจด้านสังคม (Social Motive) เป็นแรงจูงใจที่เกิดจากการเรียนรู้ ได้แก่ การสัมผัสกับสิ่งแวดล้อมโดยได้รับอิทธิพลมากซึ่งได้แก่ บุคคล สถาบัน วัฒนธรรม ค่านิยม ความนึกคิด ความเชื่อ ขนบธรรมเนียมประเพณี แรงจูงใจลักษณะนี้ ได้แก่ ความต้องการที่จะได้รับความสำเร็จ ต้องการให้สังคมยอมรับ ต้องการตำแหน่งฐานทางสังคม ชื่อเสียง เกียรติยศ อำนาจ ความสุขสบาย สนุกสนานในการร่วม และพักผ่อนกับหมู่คณะ

แรงจูงใจในการเลือกฝึกกีฬาที่มีทั้งแรงจูงใจภายในร่างกาย และภายนอกในร่างกายซึ่งมีผลให้บุคคลเลือกที่จะฝึกกีฬาถ้าบุคคลได้รับแรงจูงใจทั้ง 2 ด้านพร้อมกันก็จะเป็นเรื่องที่ดีเพราะจะส่งผลได้รับการกระตุ้นที่จะเล่นกีฬา และมีความพยายามฝึกฝนตัวเองเพื่อจะประสบความสำเร็จให้เป็นที่น่าพอใจอย่างยิ่ง

แรงจูงใจกับการเล่นกีฬา

แรงจูงใจนับว่ามีบทบาทสำคัญมากต่อการเล่น การเตรียมทีม และการฝึกซ้อมกีฬา นักจิตวิทยาการกีฬาก็ให้ทัศนะต่อแรงจูงใจแตกต่างกัน สรุปแล้วพอจะกล่าวได้ว่า แรงจูงใจเป็นกระบวนการที่มีอยู่ในตัวนักกีฬาเองแต่ละคนซึ่งพร้อมที่จะได้รับการกระตุ้นจากภายนอกให้มีกำลังแรงขึ้น เพื่อให้อยากกระทำในสิ่งนั้น ๆ มากขึ้น หมายความว่านักกีฬาทุกคนต่างก็มีแรงจูงใจภายในตัวเองอยู่แล้ว หน้าที่ของผู้ฝึกสอนกีฬามีเพียงแต่ค้นหาวิธีการที่จะกระตุ้นจากภายนอกเพื่อให้เกิดกำลังแรงขึ้น การสร้างแรงจูงใจนี้มีความเกี่ยวพันกับความต้องการมากที่สุด ความต้องการดังกล่าวนี้เป็นความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์ทุกคน ดังนั้นในการฝึกซ้อมกีฬาแต่ละครั้ง หากว่าผู้ฝึกสอนได้เล็งเห็นถึงความสำคัญเหล่านี้ แล้วนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์จะเป็นพื้นฐานในการฝึกซ้อมกีฬาที่ดีและยังสามารถที่จะสร้างแรงจูงใจในระดับสูงขึ้นไปได้อีกด้วย ในการคัดเลือกตัวนักกีฬาเพื่อให้ได้ตัวนักกีฬาตามลักษณะ และคุณสมบัติของการเป็นนักกีฬาที่แท้จริงนั้น มีนักวิจัยบางท่านได้กล่าวไว้ว่า แรงจูงใจในการเล่นกีฬา คือ สิ่งที่กระตุ้นให้เราต้องการมีส่วนร่วมในการกีฬา การที่คนเราอยากหรือไม่อยากเล่นกีฬานั้น ไม่ได้ทำให้สมรรถภาพทางการกีฬาดีขึ้น แต่ถ้าอยากเล่น พอใจที่ได้เล่นจะทำให้มีความพยายาม มีการพัฒนาให้ดีขึ้น เมื่อพบอุปสรรคก็ไม่หยุดเล่นกีฬาไปง่าย ๆ

เทเวศร์ พิริยะพณท์ (2529: 147) ได้กล่าวไว้ว่า แรงจูงใจเป็นสิ่งที่ต้องคำนึงถึงเพราะ นักกีฬาที่มีความปรารถนาที่จะเล่นกีฬาให้ได้ดีขึ้นนั้นจะมีแรงจูงใจสูง ซึ่งจะมีผลทำให้นักกีฬาคนนั้น ทำการฝึกซ้อมอย่างตั้งใจ มีวินัยในตนเอง ขยันขันแข็งในการฝึกซ้อม

พิชิต เมืองนาโพธิ์ (2534: 44) ได้กล่าวถึง ลักษณะนิสัยของนักกีฬาที่จะประสบความสำเร็จไว้นักกีฬาต้องมีความกังวลใจน้อย สมาธิดี เชื่อมมั่นในตนเอง มองผลงานของตนเป็นเรื่องใหญ่ที่สุด มีแรงจูงใจมาก ดังนั้น พลังของแรงจูงใจจึงเป็นสิ่งที่ผู้ฝึกสอนควรคำนึงถึงเป็นอย่างมาก และเป็นหน้าที่ของผู้ฝึกสอนที่จะต้องหาวิธีการกระตุ้น หรือสร้างแรงจูงใจให้เกิดขึ้นกับนักกีฬาของตนเอง

วรศักดิ์ เพียรชอบ (2534: 47) สรุปแนวคิดเกี่ยวกับการเตรียมตัวด้านจิตวิทยาก่อนการแข่งขัน โดยนำเสนอปัจจัยในการเตรียมตัวนักกีฬาด้านจิตวิทยาเพื่อเข้าทำการแข่งขันให้ได้ประสบความสำเร็จไวดังนี้

1. ควรให้แรงเสริม และผลย้อนกลับที่เหมาะสมแก่นักกีฬา และนักกีฬาสามารถทำได้ ซึ่งการใช้แรงเสริมที่สามารถทำได้โดยง่ายคือ คำชมเชย และคำกล่าวที่เป็นลักษณะสร้างสรรค์ของผู้ฝึกสอนเป็นต้น ส่วนผลย้อนกลับทำได้โดยที่ผู้ฝึกบอกผลที่นักกีฬาสามารถทำได้
2. ครูผู้ฝึกสอนจะต้องรู้จักการใช้แรงจูงใจด้วยการสร้างสภาพการฝึกซ้อมให้เป็นที่ น่าสนใจ มีความสนุกสนาน มีความท้าทาย และสภาพการฝึกซ้อมก็ต้องคล้ายคลึงกับการแข่งขันจริง เพื่อให้ให้นักกีฬาสามารถยับยั้งฝึกซ้อมให้ได้มากที่สุด และดีที่สุด
3. ควรจะเพิ่มลดความตื่นเต้น และความฮึกเหิมในการแข่งขันให้เหมาะสม และถูกต้องเช่น การนั่งสมาธิ การสะกดจิต
4. ควรจัดสภาพการฝึกซ้อมให้คล้ายคลึงกับสภาพการแข่งขันจริงให้มากที่สุด
5. ผู้ฝึกสอนต้องมีความเข้าใจถึงความแตกต่างของนักกีฬาแต่ละคนเป็นสำคัญ
6. ผู้ฝึกสอนควรหาทางช่วยเหลือให้นักกีฬาให้มีความเชื่อมั่นในตนเอง และมีมโนทัศน์ที่ถูกต้อง โดยการจัดสภาพการณ์ให้นักกีฬามีประสบการณ์ในความสำเร็จ หรือ ประสบการณ์ที่ดีในการฝึกซ้อม และการให้แรงเสริม
7. การใช้ความเชื่อมั่นบางอย่างให้เป็นประโยชน์ต่อการฝึกซ้อม เช่น ความเชื่อว่าจะได้ สูดออกซิเจนก่อนการฝึกซ้อม จะทำให้มีความรู้สึกว่ามีกำลังวังชาขึ้น
8. ควรเปลี่ยนบรรยากาศ และสิ่งแวดล้อมทำให้เป็นประโยชน์ต่อการฝึกซ้อม
9. ผู้ฝึกสอนควรมีรูปแบบของการเป็นผู้นำที่เป็นประโยชน์ต่อการฝึกซ้อม เช่น ผู้นำแบบประชาธิปไตย และผู้นำแบบอัตตาริปไตย
10. โปรแกรมการฝึกซ้อม และวิธีการฝึกซ้อมควรจะเป็นสิ่งที่มีความหมายต่อนักกีฬา โดยนักกีฬาเห็นว่าโปรแกรมการฝึกซ้อม และวิธีการฝึกซ้อมมีความเป็นไปได้ และสามารถปฏิบัติได้
11. แรงจูงใจที่เกิดจากการเห็นคุณค่าของการเล่นกีฬาเป็นสิ่งที่ดี และเป็นที่ยิ่ง ปรารถนา เช่น ความรู้สึกภาคภูมิใจในการเล่นกีฬา และเป็นนักกีฬา หรือการเห็นคุณค่า และ ประโยชน์ของกีฬา

12. ผู้ฝึกสอนควรจะมีเข้าใจในความสัมพันธ์กันระหว่างผู้ฝึกสอน และผู้ดูแลความสามารถที่นักกีฬาสามารถทำได้ โดยการมีผู้ฝึกซ้อมจะทำให้ให้นักกีฬาได้ใช้ความพยายามมากกว่าการฝึกซ้อมคนเดียว

13. การควบคุมระดับความกังวลใจ และการลดความเครียดในตัวนักกีฬา

14. สุขภาพจิตของนักกีฬา โดยเฉพาะอย่างยิ่งการปฐมพยาบาลทางจิต และอารมณ์ของนักกีฬาหลังการแข่งขัน

สุปราณี ขวัญบุญจันทร์ (2539: 26 – 27) กล่าวถึง สาเหตุของคนที่ไม่เริ่มเล่นกีฬา ยังเล่นกีฬาอยู่เสมอ และเลิกเล่นกีฬาไปแล้ว ดังต่อไปนี้

1. สาเหตุที่ทำให้คนเริ่มเล่นกีฬา

1.1 สาเหตุทางความสวยงาม อยากให้ร่างกายสวยงาม มีสมรรถภาพทางกายเป็นที่สนใจของเพศตรงข้าม

1.2 สาเหตุทางการแพทย์ หรือการเจ็บป่วย เช่น มีอาการของโรคความดันโลหิตสูง ปริมาณคลอเรสเตอรอลสูง มีการบาดเจ็บเรื้อรังที่ต้องฟื้นฟูหลังการบาดเจ็บ เพื่อคลายเครียด และเพื่อลดความวิตกกังวล เป็นต้น

1.3 สาเหตุทางสังคม ต้องการมีเพื่อนใหม่ โดยใช้กิจกรรมกีฬาเป็นสื่อ ต้องการให้คนในกลุ่มยอมรับเพราะทุกคนในกลุ่มเล่นกีฬา ต้องการยกระดับสถานภาพทางสังคมเพื่อให้ได้มาซึ่งชื่อเสียงเงินทอง เกียรติยศ และการยอมรับคุณค่าของการออกกำลังกาย

2. สาเหตุที่ทำให้คนยังเล่นกีฬา

2.1 สาเหตุทางจิตวิทยา เกิดแรงจูงใจด้วยตนเอง เป็นคนที่ชอบสนุกสนานร่าเริง กล้าแสดงออก ชอบการเป็นผู้นำ หรือชอบกิจกรรมที่มีการแข่งขันกับคนอื่น เห็นว่าตนเองมีความสามารถเป็นที่ยอมรับของสังคม และมีความภูมิใจในตนเองเมื่อประสบความสำเร็จจากการเล่นกีฬา

2.2 สาเหตุทางสรีรวิทยา เมื่อเล่นกีฬาในระยะเวลาหนึ่งแล้วร่างกายเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดีขึ้น ร่างกายได้สัดส่วน กระฉับกระเฉง อารมณ์แจ่มใส เหนื่อยน้อยลง สุขภาพโดยทั่ว ๆ ไปดีขึ้น

2.3 สาเหตุทางสิ่งแวดล้อม และสังคม สถานภาพทางสังคม และเศรษฐกิจ เอื้ออำนวยความสะดวกในการเล่นกีฬา มีอาชีพไม่ขัดขวางต่อการเล่นกีฬา หรืออยู่ในครอบครัวที่รักการเล่นกีฬา และสังคมในส่วนนั้นสนับสนุนให้เล่นกีฬา

3. สาเหตุที่ทำให้คนเลิกเล่นกีฬา

3.1 สาเหตุทางปัญหาส่วนตัว มีพฤติกรรมสุขภาพส่วนตัวไม่เหมาะสม เช่น สูบบุหรี่มาก อ้วน หรือมีโรคที่เป็นอันตรายต่อการออกกำลังกาย อายุ เพศ ศาสนา และวัฒนธรรมที่สำคัญมาก มีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการออกกำลังกาย ซึ่งอาจมีสาเหตุจากการได้รับประสบการณ์ที่ไม่ดีตั้งแต่เริ่มต้นออกกำลังกาย

3.2 สาเหตุทางการจัดกิจกรรม ความเข้มของกิจกรรมไม่เป็นที่พอใจ เช่น เบาหรือหนักเกินไป ได้รับบาดเจ็บจากกิจกรรมนั้น ๆ สนใจกิจกรรมประเภทอื่นมากกว่า ซ้อมหนักจนเกินไปทำให้เสียการงาน การเรียน และไม่ประสบความสำเร็จตามที่ตั้งจุดหมายไว้

จากที่ได้กล่าวมาสรุปได้ คือ คนที่เริ่มเล่นกีฬาและคงยังเล่นกีฬาอยู่ ตลอดจนจะเลิกเล่นกีฬาแล้วนั้น จำเป็นต้องมีแรงจูงใจเป็นสาเหตุทำให้แสดงพฤติกรรมออกมา แรงผลักดันที่ออกมาจะมากหรือน้อยขึ้นอยู่กับสมรรถภาพของแต่ละบุคคล

แรงจูงใจกับการฝึกซ้อมกีฬาและความสำเร็จในการแข่งขัน

การสร้างแรงจูงใจ หรือการสร้างความพึงพอใจให้เกิดขึ้นกับนักกีฬาขณะที่ทำการฝึกซ้อมนั้นย่อมเป็นเหตุผลที่สำคัญประการหนึ่งที่จะช่วยให้นักกีฬาประสบความสำเร็จในการแข่งขัน ด้วยเหตุเช่นนี้เอง ผู้ฝึกสอนกีฬาหรือโค้ชทั้งหลายจึงเปิดโอกาสให้นักกีฬาที่ตนเองฝึกซ้อมนั้น ได้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมต่าง ๆ เช่น ได้มีส่วนร่วมในการทดลองความสามารถของตนเอง ได้มีส่วนร่วมในการสนุกสนานทั้งภายใน และภายนอกค่ายฝึกซ้อม ตลอดจนมีโอกาสได้เข้าร่วมในการวางแผนการฝึกซ้อม และแข่งขันบ้างเป็นครั้งคราว เป็นต้น

ชาวยุซัย โพรคัล (2532: 50) กล่าวว่า แรงจูงใจนับว่ามีบทบาทสำคัญมากต่อการเตรียมทีมฝึกซ้อมกีฬา นักจิตวิทยาให้ทัศนะต่อแรงจูงใจแตกต่างกัน สรุปแล้วพอจะกล่าวได้ว่า แรงจูงใจเป็นกระบวนการที่อยู่ในตัวนักกีฬาของแต่ละคนซึ่งพร้อมที่จะได้รับการกระตุ้นจากภายนอกให้มีความกระตือรือร้น เพื่อยากกระทำในสิ่งนั้น ๆ มากขึ้น หมายความว่านักกีฬาทุกคนต่างก็มีแรงจูงใจภายในตนเองอยู่แล้ว หน้าที่ของผู้ฝึกสอนกีฬามีเพียงแต่ค้นหาวิธีการที่จะกระตุ้นจากภายนอกเพื่อให้เกิดกำลังแรงขึ้นอีกเท่านั้น การสร้างแรงจูงใจนี้มีความเกี่ยวข้องกับความต้องการ (Need) มากที่สุด ความต้องการดังกล่าวนี้เป็นความต้องการขั้นพื้นฐานของมนุษย์ทุกคน ดังนั้นในการฝึกซ้อมกีฬาแต่ละครั้ง หากผู้ฝึกสอนได้เล็งเห็นความสำคัญเหล่านี้ แล้วนำไปใช้ให้เกิดประโยชน์จะเป็นพื้นฐานในการฝึกซ้อมกีฬาที่ดี และยังสามารถที่จะสร้างแรงจูงใจในระดับสูงขึ้นไปได้อีกด้วย

พิชิต เมืองนาโพธิ์ (2534: 76 - 77) ได้กล่าวถึงวิธีการสร้างแรงจูงใจเพื่อให้เกิดความสำเร็จในการแข่งขันกีฬาไว้ว่า

1. ให้นักกีฬาได้รับประสบการณ์แห่งการประสบความสำเร็จอย่างทั่วถึงกันในการกีฬการจัดสภาพแวดล้อมในการกีฬาควรจัดให้นักกีฬาได้รับความสำเร็จ ซึ่งทำให้เพิ่มแรงจูงใจในการเล่นกีฬามากยิ่งขึ้น
2. ให้นักกีฬามีโอกาสรับผิดชอบในการตั้งกฎเกณฑ์ในการตัดสินใจ ทำให้นักกีฬามีโอกาสควบคุมความประพฤติของตนเอง และเกิดความรู้สึกว่าได้ประสบความสำเร็จ
3. ให้คำชมเชยทั้งคำพูด และท่าทาง และควรใช้บ่อย ๆ ให้นักกีฬาได้รับรู้ถึงการมีส่วนร่วมช่วยเหลือทีม เน้นบทบาทความสำคัญของแต่ละคนที่มีต่อความสำเร็จของทีม และทำให้นักกีฬามีความรู้สึกว่าตนเองมีค่า

4. การตั้งจุดมุ่งหมายต้องเป็นจุดมุ่งหมายที่เป็นจริง และสามารถทำได้ด้วยความพยายาม มีการประเมิน มีการปรับปรุงว่านักกีฬาได้บรรลุจุดมุ่งหมายเพียงใด

5. มีการเปลี่ยนแปลงรูปแบบการฝึก ทำให้ไม่เกิดความเบื่อหน่าย ทำให้การฝึกซ้อมเกิดความสนุกสนาน ทำให้นักกีฬาได้ค้นพบสิ่งใหม่ ๆ

6. การทำให้เกิดความสนุกสนาน เกิดความสมดุลระหว่างความสามารถของนักกีฬากับความยากง่ายของการฝึก ทำลายความสามารถ อยากลองเล่นอยากฝึกซ้อม และอยากแข่งขัน

พระพงศ์ บุญศิริ (2536: 66 - 67) กล่าวว่า การสร้างความพึงพอใจให้เกิดขึ้นกับนักกีฬาในขณะที่ทำการฝึกซ้อมนั้นย่อมเป็นเหตุผลสำคัญที่ช่วยให้นักกีฬาประสบความสำเร็จในการแข่งขัน ดังนั้นโค้ชจึงพยายามเปิดโอกาสให้นักกีฬาที่ตนดูแลควบคุมอยู่นั้นได้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมต่าง ๆ เช่น มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมทดสอบหรือทดสอบความสามารถของตน หรือมีส่วนร่วมในการวางแผนฝึกซ้อม และแข่งขันเป็นครั้งคราว สิ่งเหล่านี้จะเป็นการสร้างแรงจูงใจให้เกิดขึ้น ทำให้เกิดความพึงพอใจจนไปสู่ความสำเร็จ ซึ่งเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดแรงจูงใจในด้านต่าง ๆ ดังต่อไปนี้

1. มีความรู้สึกเกิดความภาคภูมิใจ (Personal Pride) จัดเป็นแรงจูงใจที่ซ่อนเร้นอยู่ในนักกีฬาทุกคน เมื่อนักกีฬาเกิดความรู้สึกเช่นนี้จะเกิดมานะในการฝึกซ้อมอย่างมีทิวี่ เพื่อให้ตนเองมีขีดความสามารถสูงสุดเท่าที่จะทำได้เพื่อความสำเร็จในการแข่งขันที่จะมาถึง

2. เกิดความรู้สึกเพื่อฝัน (Self Image) เป็นความคิดต้องการให้เป็น โดยปรารถนาจะให้เกิดขึ้นกับตนหรือทีม การที่นักกีฬาสรางจินตนาการความสำเร็จในความฝันเช่นนี้ก็จะทำให้เกิดความรู้สึกเคร่งครัดกับตนเองในการฝึกซ้อม เพราะต้องการเห็นตน และเพื่อนร่วมทีมประสบผลสำเร็จตามที่คิดคำนึงไว้ทำให้รู้สึกว้าถาตนมีมานะขยันฝึกซ้อม แล้วย่อมพัฒนาการเล่นดีขึ้น และจะสามารถช่วยเหลือเพื่อนร่วมทีมได้มากขึ้น ความรู้สึกนี้จะเป็นแรงจูงใจแบบซ่อนเร้นที่มีในนักกีฬาเกือบทุกคน

3. ความรู้สึกว้าถาตนเองถูกลบหลู่หรือผูกพยาบาท (The Sense of Humiliation and Revenge) การที่นักกีฬาคนใดคนหนึ่งเกิดความพ่ายแพ้ หรือประสบความล้มเหลวจากการแข่งขัน เขาก็จะรู้สึกได้สูญเสียชื่อเสียงเกียรติยศที่มีอยู่ไปแล้ว ความรู้สึกนี้จะเป็นแรงกระตุ้นให้อยากแก้ตัวหรือแก้แค้นหากมีโอกาสอีกครั้ง ความรู้สึกนี้จะกระตุ้นให้เกิดความรู้สึกผูกพยาบาทเตือนใจให้มูมานะฝึกซ้อมหนักอยู่ตลอดเวลา เพื่อรอเวลา และโอกาสในการเรียกชื่อเสียง และเกียรติยศที่สูญเสียไปกลับคืนมาให้ได้

4. ความต้องการยกระดับของตนเอง (Level of Aspiration) เป็นความรู้สึกที่ต้องการยกระดับมาตรฐานของตนเองให้สูงขึ้นในทุก ๆ ด้าน เช่น ระดับการเล่นของตน ระดับทางฐานะ เศรษฐกิจสังคม หน้าทีการทำงาน และอื่น ๆ ซึ่งมีแรงจูงใจเป็นสิ่งที่ซ่อนเร้นในตัว และเป็นแรงขับทำให้เกิดความพยายามในการฝึกซ้อม และการแข่งขัน

5. ความเชื่อมั่นในตนเอง และการได้ค้นพบสิ่งใหม่ด้วยตนเอง (Confidence and Self Discovery) จัดเป็นแรงจูงใจที่ซ่อนเร้นในตัวนักกีฬาแต่ละคน ซึ่งเกิดจากการพยายามฝึกซ้อมอย่างหนักเพื่อให้มีสมรรถภาพทางกาย และใจพร้อมสูง ทำให้เกิดความเชื่อมั่นในตนเองสูงขึ้น และจะค้นพบสิ่งใหม่ในขณะที่ฝึกซ้อมอย่างไม่คาดฝัน เช่น ทักษะพิเศษ ซึ่งจะเป็นตัวทำให้เกิดความภาคภูมิใจ และความเชื่อมั่นในตนเองมากขึ้น แรงจูงใจชนิดนี้จะเป็นแรงขับให้นักกีฬาประสบความสำเร็จในการแข่งขัน

6. ความปรารถนาที่อยากจะชนะ (The Desire to Win) นักกีฬาที่มีความสามารถสูงจะมีพลังซ่อนเร้นอย่างหนึ่งกระตุ้นเตือนจิตสำนึกอยู่ตลอดเวลา คือ ปรารถนาชัยชนะ ทำให้ต้องฝึกหนักเพื่อการเอาชนะ ซึ่งหมายถึงเครื่องบ่งชี้ให้สังคมเห็นว่า เขามีความสามารถอย่างแท้จริง และจะมีผลด้านอื่น ๆ ตามมา เช่น รางวัล ตำแหน่ง การงาน สภาพความเป็นอยู่ เป็นต้น ซึ่งจะเป็นตัวจูงใจให้เกิดความมานะพยายามเพื่อชัยชนะอยู่เสมอ

จากที่ได้กล่าวมาสรุปได้ว่า แรงจูงใจนั้นเป็นกระบวนการที่อยู่ในตัวนักกีฬาแต่ละคน และพร้อมที่จะได้รับแรงกระตุ้นจากภายนอกเพื่อให้เกิดแรงขับที่ทำให้นักกีฬาอยากฝึกซ้อมกีฬา การที่นักกีฬาจะได้รับประสบการณ์ที่ดีนั้นจำเป็นต้องตั้งเป้าหมายที่เป็นจริง และสามารถทำได้ จะทำให้เกิดความสนุกสนาน และมีการปรับเปลี่ยนรูปแบบเพื่อให้ นักกีฬาได้บรรลุถึงเป้าหมาย

ประวัติกีฬายิมนาสติก

ยิมนาสติก (Gymnastics) เป็นกีฬาสากลประเภทหนึ่งที่เกิดขึ้นในกีฬาโอลิมปิก ยิมนาสติกมาจากภาษากรีกว่า Gymnos แปลว่า Nude ตามความหมายแปลว่า Necklet Art แปลเป็นไทยว่า "ศิลปะแห่งการเปลือยเปล่า" ซึ่งหมายถึงวิธีการทำให้ร่างกายสวยงามมีทรวดทรงดีด้วยวิธีเปลือยกายเล่นกีฬา และมีการประกวดทรวดทรง พร้อมกับมีการแข่งขันกีฬากลางแจ้งต่อหน้าประชาชน ผู้ที่มีร่างกายสง่างาม มีความสามารถทางการกีฬาก็จะได้ชื่อว่าเป็นผู้ชนะเลิศ ได้รับการต้อนรับจากประชาชน โดยช่างแกะสลักรูปหินอ่อนตั้งไว้บริเวณริ้วสนามกีฬา

การทำให้ร่างกายงามสง่านี้ ชาวกรีกเป็นผู้ริเริ่ม และนิยมกันมากในสมัยโบราณ นักกีฬาจะบริหารกายด้วยวิธีต่าง ๆ ทั้งมือเปล่า และใช้เครื่องมือประกอบ สถานที่ซึ่งใช้ฝึกหัดโดยเฉพาะนี้เรียกว่า โรงฝึกพลศึกษา กิจกรรมใดที่นำมาบริหารร่างกายทำให้ร่างกายแข็งแรงสมบูรณ์ และสง่างาม ก็เรียกกิจกรรมนั้นว่าการเล่นยิมนาสติก เช่น การวิ่ง การเล่น ฝึกโยน ยกน้ำหนัก ใต้เชือก กายบริหาร และศิลปะการต่อสู้หลายประเภท ตลอดจนการกีฬาอื่น ๆ แต่ระยะต่อมาความหมายของคำว่ายิมนาสติกได้เปลี่ยนไป เนื่องจากกิจกรรมต่าง ๆ ได้เจริญก้าวหน้าขึ้นจนมีความสมบูรณ์ในตัวของมันเอง จึงถูกตั้งชื่อใหม่ และแยกตัวออกจากคำเดิมอย่างเด็ดขาด คงเหลือไว้เฉพาะบางประเภท เช่น การฝึกหัดท่าผาดโผนบนเบาะ และบนเครื่องมือซึ่งติดตั้งอยู่กับที่ภายในห้องยิม ๔ (Apparatus) ส่วนใหญ่เป็นกิจกรรมขั้นสูงที่ส่งเสริมความแคล่วคล่องว่องไว และทดสอบความสามารถของตนเอง เช่น บริหารกาย (Calisthenics) ยืดหยุ่น (Tumbling) การทรงตัว (Balance) ม้าหุ และม้าหมุน

(Side-horse, Long horse) ราวทรงตัว (Balance beam) ไม้เชือก (Rope activities) ต่อดัว (Pyramid) ราวเดี่ยว (High bar) ราวคู่ (Parallelbars) และห่วงเป็นต้น

กีฬาประเภทนี้เริ่มต้นเมื่อใดนั้นไม่มีหลักฐานระบุแน่ชัด แต่มาปรากฏก่อนคริสต์ศักราช 2,600 ปี ซึ่งเป็นระยะเวลาที่ชาวจีนได้มีการฝึกฝนท่ากายบริหาร และคิดประดิษฐ์ท่าบริหารกายขึ้นเพื่อใช้ประโยชน์ในการบำบัดทางแพทย์แบบจีนจากหลักฐานทางประวัติศาสตร์ระบุว่า ชาวจีนได้มีการคิดท่ากายบริหารขึ้นมาเพื่อบริหารร่างกายให้เกิดความแข็งแรง และถือว่าเป็นการป้องกัน และรักษาโรคได้ด้วยเรียกว่า ยิมนาสติกเพื่อการบริหารร่างกาย และการฟื้นฟู นอกจากนั้นชาวจีนยังมีการเล่นกายกรรมในลักษณะของการต่อดัว ไม้เชือก และการตีลังกาต่าง ๆ ซึ่งมีลักษณะเหมือนยิมนาสติกอย่างหนึ่งในปัจจุบัน

อย่างไรก็ตาม เราเชื่อกันว่าการเริ่มต้นของกีฬายิมนาสติกอย่างแท้จริงนั้นคือ สมัยเริ่มต้นของประวัติศาสตร์แห่งชาวกรีก และโรมันโดยเฉพาะกรีกโบราณเป็นประเทศแรกที่น่าสนใจ และมีบทบาทอันสำคัญต่อกีฬายิมนาสติก แม้กระทั่งคำว่ายิมนาสติกก็เป็นภาษากรีก ระบบของท่าบริหารร่างกายท่าต่าง ๆ ที่ใช้กันในสมัยโรมันก็คิด และประดิษฐ์ขึ้นโดยนักศึกษาศูนย์โบราณของกรีก และพลเมืองทั่วทั้งประเทศได้ยึดถือเป็นแบบฉบับ หรือระบบของท่าบริหารกายมาตรฐาน โดยฝึกสอนให้แก่เยาวชนตามสถาบันทุกแห่ง ยิมนาสติกในประเทศกรีกเริ่มต้น และพัฒนาไปพร้อม ๆ กับวิทยาการด้านศิลปะ และดนตรี ชาวสปาร์ต้ามี่ความศรัทธาเรื่องยิมนาสติกมากที่สุดโดยรัฐได้ตั้งข้อกำหนดให้มีการฝึกหัดยิมนาสติกแก่เยาวชนของชาติทุกคนตลอดจนเด็กหญิง กิจกรรมประกอบด้วย ยืดหยุ่น เต้นรำ วิ่ง กระโดด ไม้เชือก และการเคลื่อนไหวทรงตัว

เมื่อจักรวรรดิโรมันมีอิทธิพลเหนือดินแดนกรีก โรมันก็ได้ลอกแบบกิจกรรมทางพลศึกษาทั้งหมดไปจากกรีก แต่ดัดแปลงนำไปใช้เพื่อฝึกทหารของตน แต่ทันทีที่จักรวรรดิกรีก และโรมันเสื่อมลง ทั้งด้านวัฒนธรรม และกีฬายิมนาสติกก็เสื่อมโทรมลงไปด้วย ตลอดจนกิจกรรมทางการออกกำลังกายประเภทต่าง ๆ รวมทั้งการประกวดก็ถูกทิ้งไปจนหมด นับเป็นระยะที่การพลศึกษาได้เข้าสู่ยุคมืดมน (Dark age) ตลอดจนถึงยุคกลาง (Middle age) ระหว่างศตวรรษที่ 14-16 ครั้นเข้าสู่ยุคฟื้นฟู (Renaissance) กิจกรรมทางพลศึกษาก็ค่อย ๆ ดินตัว และได้ขยายออกไปสู่ประเทศต่าง ๆ ในทวีปยุโรป

ในปี พ.ศ. 2266-2333 Johann Basedow (จอร์น บาร์สโดว์) แห่งเยอรมันนี้ นักการศึกษาที่สำคัญได้บรรจุการออกกำลังกายแบบยิมนาสติกเข้าไปในหลักสูตรของโรงเรียน เมื่อปี พ.ศ. 2319

ในปี พ.ศ. 2302-2382 นักการศึกษาอีกผู้หนึ่งคือ นาย (โจฮาร์น กัส มุส) Johann Guts Muths ซึ่งเป็นที่รู้จักกันในนาม "คุณปู่แห่งกีฬายิมนาสติก" ได้บรรจุวิชายิมนาสติกเข้าไปในหลักสูตรของโรงเรียนปรัสเซีย และท่านผู้นี้ยังได้เขียนตำราที่มีคุณค่าต่อการศึกษาไว้หลายเล่ม รวมทั้งตำรายิมนาสติกสำหรับเยาวชนด้วย นับว่าเป็นตำรายิมนาสติกเล่มแรกของโลก

ปี พ.ศ. 2321-2395 นักการพลศึกษาอีกท่านหนึ่ง คือ (เฟรดตริก จาส) Friedrich Jahn

เป็นผู้ก่อตั้งศูนย์ฝึกเทิร์นเวอร์เรียน (Turnverein) อันมีแนวโน้มไปในทางการแสดงออกถึงความรักชาติ โครงการนี้ได้รับความเห็นชอบจากรัฐบาล ดังนั้นจึงเจริญรุ่งเรืองขึ้นอย่างรวดเร็ว ศูนย์ฝึกดังกล่าวประกอบด้วยบริเวณลานฝึกอันกว้างใหญ่ ผู้เข้ารับการฝึกอบรมจะเข้าร่วมได้ทั้งครอบครัว และได้คิดประดิษฐ์เครื่องอุปกรณ์การฝึกหลายอย่าง ในจำนวนนี้มีเครื่องอุปกรณ์ยิมนาสติกอยู่ด้วย คือ ราวเดี่ยว ราวคู่ ไซค์ฮอส ลองฮอสชนิดสั้น (Buck) ต่อมาสงครามปลดแอกได้เสร็จสิ้นลง มีการเปลี่ยนแปลงผู้บริหารประเทศ และนโยบายการบริหารประเทศได้เปลี่ยนแปลงไป พฤติกรรมของนาย (เฟรดดริก จาส) Friedrich Jahn ถูกเข้าใจผิด จึงถูกจับเข้าคุกในข้อหาหมิ่นแค้นคิดจะล้มล้างรัฐบาล ดังนั้น สมาคมเทิร์นเวอร์เรียนซึ่งยังมีคนนิยมอยู่ก็ต้องดำเนินไปอย่างซ่อมนเร้น และกระจัดกระจายออกไปสู่ประเทศอื่น ๆ ในยุโรป และไปสหรัฐอเมริกาในเวลาต่อมา

ปี พ.ศ. 2353-2401 นักศึกษาที่มีความสำคัญต่อวงการพลศึกษาอีกท่านหนึ่งคือ (อโดล์ สไปร์ท) Adole Spiess ชาวสวิส เป็นผู้เสนอให้บรรจุยิมนาสติกเข้าไว้ในหลักสูตรของโรงเรียนในประเทศสวิตเซอร์แลนด์ นักการศึกษาทางด้านพลศึกษาอีกท่านหนึ่งคือ (เพียบ ลิง) Pehr Ling ชาวสวีเดนผู้มีความเชื่อว่ายิมนาสติกมีคุณค่าทางการบำบัด และแก้ไขความบกพร่องของร่างกายได้ เขาได้คิดค้นท่าบริหารร่างกายประเภทบุคคลขึ้น และยังเป็นผู้คิดประดิษฐ์อุปกรณ์การออกกำลังกายอันเป็นที่รู้จักกันในนามอุปกรณ์แบบสวีดิช (Swedish Apparatus) รวมทั้งราวติดผนัง และหีบกระโดดด้วย นักการศึกษาที่มีความสำคัญต่อวงการพลศึกษาอีกท่านหนึ่งคือ (ฟราน เนสเกอร์ล) Franz Nachteggall ได้ริเริ่มการตั้งโรงเรียนฝึกหัดครูยิมนาสติกเป็นแห่งแรก ณ เมืองโคเปนเฮเกน

วิวัฒนาการของวงการยิมนาสติกในสหรัฐอเมริกา เริ่มขึ้นพร้อม ๆ กับการพลศึกษาของชาวยุโรปในระยะแรก ชาวยุโรปซึ่งเคยได้สังกัดอยู่ในสมาคมเทิร์นเวอร์เรียนเป็นผู้มีบทบาทสำคัญที่สุดคือ นำเอาสมาคมดังกล่าวเข้าไปตั้งในสหรัฐอเมริกา โดยได้อพยพเข้าไปตั้งถิ่นฐานในดินแดนนี้ใหม่ครั้นต่อมาสมาคมมีสโมสรเพิ่มขึ้นก็มีความต้องการครูผู้สอนเพิ่มขึ้น

ดังนั้นในปี พ.ศ. 2408 จึงได้มีการจัดตั้งวิทยาลัยยิมนาสติกขึ้นเป็นแห่งแรกที่เมืองอินเดียนาโพลิส รัฐอินเดียนา ชื่อ Normal College of American Gymnastics ในระยะเวลาสองสามปีต่อมา สถาบันการศึกษาแห่งนี้ก็สามารถผลิตครูยิมนาสติกผู้มีความสามารถ และมีกิจกรรมอื่น ๆ อย่างมากมาย ชาวอเมริกันคนแรกที่มีความสำคัญต่อวงการยิมนาสติกคือ (ดัสเลย์ ซาร์เกน) Dr. Dudlay Sargent ขณะที่เขายังเป็นนักเรียนอยู่นั้น ได้เป็นครูสอนยิมนาสติกที่วิทยาลัยโบวโดย (Bow Doin College) ภายในระยะเวลาเพียง 2 ปี เขาได้บรรจุกิจกรรมประเภทนี้เข้าไว้ในหลักสูตรของระดับวิทยาลัยอย่างเป็นทางการ ต่อมาได้ไปอยู่ ณ มหาวิทยาลัยเยล และย้ายจากมหาวิทยาลัยเยลไปอยู่มหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ด ในตำแหน่งผู้อำนวยการ Hamain Way (เฮเมนเวย์) ยิมเนเซียม ซึ่ง (ซาร์เกน) Dr. Sargent ได้คิดอุปกรณ์ยิมนาสติกขึ้นหลายอย่าง รวมทั้งรอกน้ำหนัก (Pulley Weights) และเครื่องมือบริหารขา และนิ้วมือ และยังเป็นผู้พัฒนาระบบทดสอบความสามารถของมนุษย์ เพื่อทดสอบประสิทธิภาพทางร่างกายของเด็กนักเรียนด้วย

สมาคม Y.M.C.A. ในสหรัฐอเมริกา ก็นับว่าเป็นสถาบันที่มีความสำคัญต่อวงการ ยิมนาสติกเช่นกัน กล่าวคือ ทางสถาบันได้จัดกิจกรรมเข้าไว้ร่วมกับโปรแกรมทางพลศึกษาประเภทอื่น ๆ ด้วย สมาคมทุกแห่งได้ติดตั้งเครื่องอุปกรณ์ยิมนาสติกไว้ในโรงยิมเนเซียม เพื่อบริการแก่สมาชิก และมีครูผู้สอนด้านนี้โดยตรงโรงเรียนฝึกหัดครูยิมนาสติกของ Y.M.C.A. แห่งแรกคือที่ สปริงฟิลด์ มลรัฐแมสซาชูเซตส์ บุคลากรผู้ริเริ่มให้การพลศึกษาเคลื่อนไหวไปได้อย่างขนานใหญ่ ควบคู่ไปกับแนวทางการศึกษาก็คือ (ลูเซอร์ กุลิก) Dr. Luther Gulick

ครั้นต่อมาในระยะสงครามโลกครั้งที่ 2 เกิดมีกิจกรรมทางการกีฬาใหม่ ๆ เกิดขึ้นหลายชนิด ดังนั้น กิจกรรมทางยิมนาสติกจึงได้รับความสนใจ และมีการปรับปรุงเพื่อให้ทันสมัย ทำให้ยิมนาสติกได้กลายเป็นกีฬาที่มีกฎกติกาอย่างสมบูรณ์ และมีการแข่งขันระหว่างมหาวิทยาลัย โรงเรียน และสโมสรโดยทั่วไป

ปี พ.ศ. 2439 การแข่งขันกีฬาโอลิมปิก ครั้งที่ 1 ณ กรุงเอเธนส์ ประเทศกรีซ ยิมนาสติกได้มีการแข่งขันในโอลิมปิกครั้งนี้ด้วย และมีกิจกรรมแข่งขัน เช่นวิ่งเร็ว กระโดดสูง กระโดดไกล กระโดดค้ำถ่อ ฟันแหลน พุ่งน้ำหนัก วายน้ำ ราวคู่ ราวเดี่ยว คานทรงตัว และ Floor exercise

ปี พ.ศ. 2446 ได้มีการจัดตั้งสหพันธ์ยิมนาสติกสากลขึ้น (Federation International De Gymnastic) มีชื่อย่อว่า F.I.G. โดยมีสำนักงานใหญ่อยู่ที่ประเทศสวิตเซอร์แลนด์ และได้จัดให้มีการแข่งขันยิมนาสติกชิงแชมป์โลกขึ้น โดยกำหนดจัดการแข่งขัน 2 ปีต่อครั้ง

ต่อมาในปี พ.ศ. 2460 หลังจากการแข่งขันยิมนาสติกชิงแชมป์โลกครั้งที่ 7 ก็ได้เปลี่ยนการแข่งขันให้เป็น 4 ปีต่อครั้ง เหมือนกับกีฬาโอลิมปิก โดยจะจัดก่อนโอลิมปิก 1 ปี ในระยะแรกของการแข่งขันยิมนาสติก จะเป็นการแข่งขันเฉพาะประเภท ชาย ต่อมาปี พ.ศ. 2471 จึงจัดให้มีการแข่งขันประเภทหญิงด้วย (ตรงกับโอลิมปิกครั้งที่ 9 พ.ศ. 2471)

ในช่วงระยะที่กล่าวมาแล้ว กิจกรรมของยิมนาสติกที่ใช้ในการแข่งขันส่วนหนึ่งก็คล้ายกับยิมนาสติกปัจจุบัน อีกส่วนหนึ่งก็เป็นกรีฑาในปัจจุบัน บางครั้งก็มีวายน้ำด้วย ทางสหพันธ์ยิมนาสติกสากลจึงคิดว่าควรจะแยกการแข่งขันยิมนาสติกออกจากกรีฑา

ในปี พ.ศ. 2477 เริ่มบรรจุม้ากระโดด (Vaulting Horse) และบาร์ต่างระดับ (Uneven Bars) เข้าไว้ในการแข่งขันกีฬายิมนาสติกด้วย

ยิมนาสติกสากลในปี พ.ศ. 2495 ได้กำหนดให้ประเภทชายมี 6 อุปกรณ์ และหญิงมี 4 อุปกรณ์

อุปกรณ์ในประเภทชาย ได้แก่

1. ฟลอร์เอ็กเซอร์ไซส์ (Floor Exercise)
2. ม้าหุ หรือม้าหมุน (Pommel Horse)
3. ห่วง (Rings)
4. ม้ากระโดด (Long Horse)

5. บาร์คู่ (Parallel Bars)

6. บาร์เดี่ยว (Horizontal Bar)

อุปกรณ์ในประเภทหญิง

1. ม้ากระโดด (Vaulting Horse)

2. บาร์ต่างระดับ (Uneven Bars)

3. คานทรงตัว (Balance Bars)

4. ฟลอร์เอ็กเซอร์ไซส์ (Floor Exercise)

ปัจจุบันกีฬายิมนาสติกในสหรัฐอเมริกามีผู้นิยมโดยกว้างขวาง นอกจากจัดตั้งกันในรูปสมาคม และสโมสรสำหรับประชาชนแล้ว ในสถาบันการศึกษาต่าง ๆ ก็มีการฝึกฝน และจัดการแข่งขันทุกปีทั้งประเภทหญิง และประเภทชาย ตั้งแต่ระดับชั้นมัธยมต้น มัธยมปลาย จนถึงระดับวิทยาลัย และมหาวิทยาลัย การแข่งขันยิมนาสติกระดับชาติต่าง ๆ ในสหรัฐอเมริกาค่อย ๆ มีหลักเกณฑ์ และมีมาตรฐานตามหลักสากลนิยมขึ้นทุกขณะ ทั้งนี้เพราะผลอันสืบเนื่องมาจากการมีกติกายิมนาสติกสากลเป็นที่หวังได้ว่าหากมีนิเทศการสอน และครูผู้ฝึกสอนที่พอเพียงแล้ว ยิมนาสติกของสหรัฐอเมริกา ก็จะกลายเป็นกีฬาที่มีการเคลื่อนไหวในวงการธุรกิจอย่างกว้างขวางได้ในอนาคต

ยิมนาสติกลีลาประกอบดนตรี

กีฬายิมนาสติกลีลาประกอบดนตรีได้เริ่มขึ้นในศตวรรษที่ 19 (พ.ศ. 2443) โดยเริ่มจากการใช้ยิมนาสติกเพื่อการศึกษา ผู้ที่คิดค้นแท้จริงเป็นนักการศึกษาชาวสวิสเซอร์แลนด์ชื่อ จาร์ส ดาวโคว (Jacques Dalcroze) ซึ่งเป็นผู้สร้างวิทยาลัยครูเกี่ยวกับกิจกรรมเข้าจังหวะ 2 แห่งคือ วิทยาลัยในสวิสเซอร์แลนด์ และวิทยาลัยในสหพันธ์สาธารณรัฐเยอรมัน วิทยาลัยทั้งสองแห่งเป็นแหล่งฝึกฝนยิมนาสติกประกอบจังหวะขึ้นเป็นครั้งแรก

ในปี พ.ศ. 2424-2513 มีการคิดค้นเพิ่มเติมในเยอรมันโดย โรล์ดอป โบดา (Rodolph Boda) ซึ่งศึกษามาจาก Dalcroze Eurythmic College

ในปี พ.ศ. 2433-2517 ไฮแลค มาร์ดาว (Heinrich Modau) ซึ่งเป็นลูกศิษย์ของ โรล์ดอป โบดา (Rodolph Boda) ได้จัดตั้งโรงเรียนของตนเองเป็นโรงเรียนที่เปิดสอนเต้นรำ และยิมนาสติกที่อาศัยดนตรีประกอบ Modau ได้พัฒนาทักษะยิมนาสติกประกอบจังหวะโดยใช้เครื่องดนตรี และเขาได้ริเริ่มการฝึกประกอบลูกบอล ห่วงฮูลูฮูป และโยนไม้ เขาได้คิดท่าทางต่าง ๆ ซึ่งเป็นของใหม่ และมีลักษณะตื่นเต้นผสมกับความสวยงามขึ้นมา

ยิมนาสติกประเภทนี้จัดอยู่ในประเภทยิมนาสติกสากล มีการแข่งขันเฉพาะผู้หญิงเท่านั้น โดยจะแข่งขันบนพื้นที่ขนาด 12 x 12 เมตร ใช้เวลาในการแข่งขันคนละ 1-1.30 นาที อุปกรณ์ที่ใช้แข่งขันมี 5 ชนิด โดยสหพันธ์ยิมนาสติกสากลได้กำหนดไว้ตั้งแต่การแข่งขันครั้งแรกในกีฬาโอลิมปิกครั้งที่ 23 พ.ศ. 2527 ณ นครลอสแอนเจลิส ประเทศสหรัฐอเมริกา ดังนี้

1. บอล ทำด้วยยางหรือพลาสติก มีเส้นผ่าศูนย์กลาง 18-20 เซนติเมตรน้ำหนัก 400 กรัม
2. รีบบิ้น ทำจากผ้าแพร ความกว้าง 4-6 เซนติเมตร ยาว 5-6 เมตร น้ำหนัก 35 กรัม (1 เมตร) ใช้รีบบิ้น 2 ชั้นติดกัน โดยไม่ทำจากพลาสติก ไม้ไผ่ หรือเทอร์เบอร์ไล ยาว 50-60 เซนติเมตร เส้นผ่าศูนย์กลาง (อย่างมา) 1 เซนติเมตรตรงที่จับอาจพันด้วยกระดาษกันลื่น ส่วนข้อต่อระหว่างรีบบิ้น และไม้จะทำด้วยวัสดุที่สามารถเคลื่อนไหวได้อย่างอิสระ อาจทำด้วยเชือก เส้นลวด ไนลอน ด้าย และขอเบ็ด ซึ่งมีตะขอเกี่ยวกับโซ่อีกส่วนหนึ่ง ความยาว 7 เซนติเมตร
3. ห่วง ทำด้วยไม้ หรือพลาสติก ขอบอาจจะกลมหรือแบนก็ได้ เส้นผ่าศูนย์กลาง 80-90 เซนติเมตร น้ำหนัก 300 กรัม
4. คลับ หรือ คทา ทำจากไม้หรือพลาสติก น้ำหนัก (อันละ) 150 กรัม ความยาว 40-50 เซนติเมตร
5. เชือก ทำจากป่านหรือพลาสติก วัดตามสัดส่วนของร่างกายผู้เล่น คือ ใช้เท้าทั้งสองเหยียบตรงกลางของเชือก โดยจับปลายเชือกทั้งสองให้อยู่ตรงรักแร้

ยิมนาสติกกายกรรม หรือยิมนาสติกผาดโผน

ยิมนาสติกกายกรรมถือกำเนิดมาพร้อม ๆ กับยิมนาสติกลีลาประกอบดนตรียิมนาสติกชนิดนี้มิได้ขึ้นกับสหพันธ์ยิมนาสติกสากล ลักษณะของการเล่นหรือการแข่งขันมีทั้งประเภทเดี่ยว ประเภทคู่ และประเภททีม เป็นลักษณะของการต่อตัว ผสมกับการแสดงทำยิวดูเด่น หรือการตีลังกาทั้งบนฟลอร์ และกลางอากาศขณะต่อตัวในการแสดงประเภทคู่ และทีมจะมีเสียงดนตรีประกอบ โดยผู้เล่นจะต้องแสดงให้เข้ากับเสียงดนตรีตามจังหวะอย่างต่อเนื่อง และกลมกลืน กำหนดเวลาในการแสดง 2-3 นาทีในประเภทเดี่ยวผู้แสดงจะต้องแสดงทำยิวดูเด่นติดต่อกันเป็นชุด ชุดละ 4-5 นาที จำนวน 3-6 ชุด (ท่าสมัคร 3 ชุด ท่าบังคับ 3 ชุด) และจะต้องแสดงให้เสร็จสิ้นภายในระยะเวลาที่กำหนดให้เช่นเดียวกันการจัดการแข่งขันนั้นจะจัดแยกออกต่างหากซึ่งในการแข่งขันกีฬาโอลิมปิกยังไม่ได้บรรจุเข้าแข่งขัน แต่ยิมนาสติกชนิดนี้เป็นที่นิยม และได้รับความสนใจจากผู้ชมเป็นอันมาก

ยิมนาสติกสมัยปัจจุบันนี้นับว่าก้าวหน้าไปมาก ท่าของการออกกำลังกายต่าง ๆ แต่ละประเภทของอุปกรณ์ นิยมแสดงเป็นชุด ชุดละหลาย ๆ ท่าติดต่อกัน กติกาที่ใช้ในการแข่งขันสากลหรือมาตรฐานโลกเรียกว่า International Federation of Gymnastic ประเทศที่มีผลงานทางยิมนาสติกอันเป็นที่รู้จักทั่วโลก นอกจากประเทศในยุโรป และสหรัฐอเมริกาแล้ว ยังมีประเทศในทวีปเอเชียคือ จีน เกาหลี และญี่ปุ่น การดำเนินงานของกีฬายิมนาสติกของแต่ละประเทศนั้นดำเนินไปในรูปของสมาคมแห่งชาติ สำหรับประเทศในแหลมทอง ก็มีบางประเทศที่มีการดำเนินงานในรูปดังกล่าว เช่น พม่า มาเลเซีย สิงคโปร์ เป็นต้น โดยการแข่งขันกีฬาแหลมทอง ครั้งที่ 5 เดือนธันวาคม พ.ศ. 2512 ซึ่งประเทศพม่าเป็นเจ้าภาพ ยิมนาสติกก็เป็นกีฬาอีกประเภทหนึ่งที่ได้มีการแข่งขันเป็นครั้งแรก

ยิมนาสติกประกอบเพลงเริ่มเข้าสู่กีฬาโอลิมปิกในประเภทกลุ่มจนถึง ปี พ.ศ. 2499 และในการแข่งขันยิมนาสติกโลกแต่ละครั้งจะมีการเล่นบนราวทรงตัว ราวคู้ และม้ากระโดดเท่านั้น ผู้เข้า

แข่งขันต้องแสดงทุกอุปกรณ์ ในปี พ.ศ. 2499 การแข่งขันกีฬาโอลิมปิกได้มีการจัดการแข่งขัน ยิมนาสติกประกอบเพลงออกไป โดยมีข้อยุติว่ายิมนาสติกประกอบเพลงน่าจะเป็นกีฬาที่ทุกคนเล่นได้เองอย่างอิสระ อย่างไรก็ตามในประเทศโซเวียต รัสเซีย และกลุ่มประเทศสังคมนิยม ก็ยังเล่น และจัดการแข่งขันจนกระทั่งมีการประกาศจากสมาพันธ์ยิมนาสติกโลก (International Federation of Gymnastics) ในปี พ.ศ. 2505 แต่แล้วในปี พ.ศ. 2506 ก็ได้มีการแข่งขันยิมนาสติกแนวใหม่ ประกอบเพลงระดับโลกขึ้น และได้จัดการแข่งขันทุก ๆ ปี ในปี พ.ศ. 2521 ได้มีการแข่งขันชิงแชมป์ระดับยุโรปขึ้นเป็นครั้งแรก และได้นำการแข่งขันเข้าสู่กีฬาโอลิมปิกเป็นครั้งแรกในปี พ.ศ. 2527 ซึ่งจัดขึ้นในนครลอสแอนเจลิส ประเทศสหรัฐอเมริกา

ยิมนาสติกกายกรรม หรือยิมนาสติกผาดโผนเป็นยิมนาสติกประเภทยืดหยุ่น และต่อตัว ซึ่งจะมีการต่อตัวแบบต่าง ๆ ลักษณะคล้ายกับกายกรรม กีฬาประเภทนี้ยังไม่แพร่หลาย และไม่มี การแข่งขันในกีฬาใหญ่ ๆ ซึ่งการแข่งขันนั้นจะจัดแยกต่างหาก ในกีฬาโอลิมปิกยังไม่ได้บรรจุเข้า ในการแข่งขันแต่ก็เป็นที่นิยม และได้รับความสนใจจากผู้ชมอย่างมาก และยิมนาสติกประเภทนี้ ก็ได้รับความนิยมพร้อม ๆ กับยิมนาสติกลีลาประกอบดนตรี

ประวัติกีฬายิมนาสติกในประเทศไทย

ไม่มีหลักฐานปรากฏแน่ชัดว่าได้เริ่มมาแต่สมัยใด หากจะถือว่า ยิมนาสติก คือ กีฬาหรือ กิริยาตามความหมายเดิมนั้นก็นับได้ว่า ไทยมีมานานควบคู่กับประวัติศาสตร์ชาติไทยก็ว่าได้ เพราะ มีหลักฐานว่า คนไทยมีการเล่นกีฬาประจำชาติ เช่น มวยไทย กระบี่กระบอง เพื่อรักษาสมรรถภาพ ของร่างกายให้อยู่ในระดับสูงเสมอ เพื่อพร้อมที่จะทำศึกสงครามป้องกันประเทศเป็นสำคัญ

สำหรับยิมนาสติกในความหมายปัจจุบัน คือ ออกกำลังกายโดยใช้อุปกรณ์ประกอบนั้น เข้าใจว่ามีในสมัยพระบาทสมเด็จพระจุลจอมเกล้าเจ้าอยู่หัว เพราะมีผู้ที่สำเร็จการศึกษาจาก ต่างประเทศได้นำความรู้ และประสบการณ์มาเผยแพร่ เช่น บรรจวิชัยยิมนาสติกและยืดหยุ่นเข้าไป ในหลักสูตรโรงเรียนนายร้อยพระจุลจอมเกล้า เมื่อ พ.ศ. 2430 และใน พ.ศ. 2441 ได้มีการจัด แผนการศึกษาขึ้นเป็นครั้งแรกได้บรรจุวิชาพลศึกษา เป็นวิชาบังคับในชั้นประถมศึกษา และ มัธยมศึกษา และได้มีการสอนวิชายิมนาสติก และยืดหยุ่นด้วยตั้งแต่นั้นเป็นต้นมา การออกกำลังกายแบบยิมนาสติก และยืดหยุ่นนี้ ก็ได้มีบทบาท และเป็นส่วนสำคัญในการจัดหลักสูตรวิชาพล ศึกษาในโรงเรียนสืบมาจนกระทั่งทุกวันนี้

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยในต่างประเทศ

อมอเรส และฮอร์น (Amorase ; & Horn. 1995: 20) ได้ทำการทดสอบแรงจูงใจภายในระยะยาวของนักกีฬาวิทยาลัยปีแรก โดยศึกษาประเด็นความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมของโค้ชและสถานภาพทางการศึกษา โดยมีจุดประสงค์เพื่อวิเคราะห์พฤติกรรมของโค้ช และสถานภาพการศึกษาว่าสามารถทำนายความเปลี่ยนแปลงแรงจูงใจภายในของนักกีฬาวิทยาลัยปีแรกได้ หรือไม่แบบสอบถามได้ดำเนินการทั้งก่อน และหลังฤดูกาลแข่งขันกับนักกีฬา จำนวน 76 คน การวิจัยพบว่าลักษณะการใช้แบบเผด็จการ พร้อมทั้งมีพฤติกรรมตอบสนองรุนแรงมีผลสนับสนุนอย่างมากที่ทำให้แรงจูงใจภายในลดลง และสถานภาพทางการศึกษาไม่มีผลต่อแรงจูงใจภายใน

ฮอลล์ และเออร์เลส (Hall; & Earles. 1995: 57) ได้ศึกษาเรื่องดัชนีแรงจูงใจที่ชี้ให้เห็นระดับความสนใจ และความสำเร็จของการเรียนการสอนพลศึกษาในโรงเรียน ซึ่งการศึกษาในครั้งนี้เป็นการขยายผลการค้นคว้าวิจัยเกี่ยวกับดัชนีแรงจูงใจที่ชี้ให้เห็นถึงระดับความสนใจ และความสำเร็จในกีฬากการวิจัยครั้งนี้มีปัจจัยหลักที่ว่านักกีฬาสามารถมีสิทธิ์เลือกที่จะเข้าร่วมเล่นกีฬาหรือไม่ก็ได้ ดังนั้นจึงเป็นการเหมาะสมที่จะสามารถเข้าใจถึงแรงจูงใจของเด็กต่อกิจกรรมพลศึกษาที่อาจลดน้อยลงได้ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียน 253 คน มีอายุระหว่าง 11-15 ปี ซึ่งลงทะเบียนเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น และมัธยมศึกษาตอนปลาย แบบสอบถามได้ถามถึงตัวกำหนดความสำเร็จในเป้าหมาย สภาพบรรยากาศของห้องเรียนพลศึกษา ความสนใจภายใน และความเชื่อเกี่ยวกับความสำเร็จ ผลการวิเคราะห์พบว่าช่วงชั้นนำ และสอนเนื้อหาต่าง ๆ ที่มีเป้าหมายอยู่ที่การฝึกฝนนั้นเป็นวิธีที่ได้รับความนิยม และสนุกสนานที่สุด ทั้งยังกล่าวเสริมความเชื่อว่า ความพยายามจะนำไปสู่ความสำเร็จด้วย จากการศึกษายังพบ ช่วงที่นักกีฬาเบื่อหน่ายที่สุด และมีความเชื่อว่าความสามารถและความพยายามจะนำไปสู่ความสำเร็จนอกจากนี้ยังได้ข้อมูลเพิ่มว่าสภาพห้องเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย สามารถทำกิจกรรมได้มากกว่าสภาพห้องเรียนของเด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

คารูสซานู และโรเบิร์ตซ (Karussanu ; & Roberts. 1995 : 57) ได้ศึกษาแรงจูงใจในกิจกรรมพลศึกษา โดยเฉพาะในแง่บทบาทของบรรยากาศเสริมแรงจูงใจ แรงจูงใจภายใน และประสิทธิภาพของตนเอง การศึกษานี้ได้วิเคราะห์หาความสัมพันธ์ระหว่างบรรยากาศเสริมแรงจูงใจ แรงจูงใจภายใน และประสิทธิภาพของตนเองในกิจกรรมพลศึกษา และเพื่อค้นหามหาบทของการกำหนดเป้าหมายชัดเจน และบรรยากาศเสริมแรงจูงใจที่มีต่อระดับแรงจูงใจภายใน และประสิทธิภาพของตน กลุ่มตัวอย่างเป็น นักศึกษาจำนวน 247 คน ที่ลงทะเบียน และเข้าร่วมเรียนเทนนิสระดับพื้นฐาน แบบสอบถามถามเกี่ยวกับเป้าหมายของการเล่นกีฬา บรรยากาศที่ช่วยเสริมความต้องการเรียน ดัชนีชี้ถึงแรงจูงใจภายใน ประสิทธิภาพ และความสามารถของตนเองที่มีครูชี้แนะจะให้นักเรียนสนุกสนาน มีความพยายามพัฒนาความสามารถเมื่อมีการเรียนการสอน

โพรแฮนด์ แบคแฮนด์ และวอลเลย์ ในช่วงที่ให้นักเรียนแสดงหากมีความตั้งใจจะให้ได้ผลดี แต่ในทางชี้แนะ และสาธิตการตั้งเป้าหมายทางอารมณ์ แสดงว่ามีแรงจูงใจภายในขณะที่บรรยากาศเสริมแรงจูงใจที่รับรู้โดยจะแสดงประสิทธิภาพได้ จะเห็นว่าการแยกแยะช่วงชี้แนะ และช่วงแสดงออกจากกันจะมีผลต่อแรงจูงใจของนักเรียนในการทำกิจกรรมพลศึกษา

ฮิลเดอร์แบรนต์ (Hilderbrand. 1996: 56) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบของแรงจูงใจ และการมีส่วนร่วมในการออกกำลังกายของนักศึกษาระดับวิทยาลัย ผลการศึกษาพบว่า องค์ประกอบของแรงจูงใจ และการเข้าร่วมกิจกรรมมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ไวท์ และแซลลี (White ; & Sally.1996: 4-18) ได้ศึกษาความเกี่ยวข้องของเพศที่มีผลกระทบต่อทางการกีฬา และแรงจูงใจที่ส่งผลถึงเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงาน และตนเองในการเล่นกีฬา ซึ่งใช้แบบสอบถามเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงาน และตนเองในการเล่นกีฬาในการทดสอบ และอธิบายถึงความแตกต่างของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงาน และตนเองในการเล่นกีฬา (TEOSQ) ผลการศึกษาพบว่าเยาวชนที่มีความสามารถสูงในการแข่งขัน คือ กลุ่มวิทยาลัยมีเจตคติที่เกี่ยวข้องกับตัวเองกลุ่มอื่น ๆ และพบว่าเพศชายมีเจตคติเกี่ยวกับตนเองสูงกว่าเพศหญิง และเพศมีผลต่อระดับความสามารถในการแข่งขัน ซึ่งปรากฏจากคะแนนเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานมีความมั่นคงต่อเจตคติซึ่งมีความสัมพันธ์ระหว่างการแสดงออกถึงเจตคติสู่ความสำเร็จ และเป็นแรงจูงใจในการเล่นกีฬา

งานวิจัยในประเทศ

พิชัย ผิวคราม (2533: 76) ได้ศึกษาแรงจูงใจที่มีอิทธิพลต่อการเป็นนักกีฬาทิมาติกกลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาทิมาติกไทย ที่ได้รับการคัดเลือกไปแข่งขันกีฬาทิมาติกส์ ครั้งที่ 15 ณ ประเทศมาเลเซีย จำนวน 27 ชนิดกีฬา มีนักกีฬาจำนวน 400 คน เป็นนักกีฬาหญิง 148 คน นักกีฬาชาย 252 คน เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถามวัดแรงจูงใจ ผลการศึกษาพบว่า แรงจูงใจที่มีอิทธิพลต่อการเป็นนักกีฬาทิมาติกส์ ครั้งที่ 15 มีแรงจูงใจอยู่ในระดับมากคือ ด้านความรัก ความถนัด ความสนใจสุขภาพอนามัย ความมีเกียรติยศชื่อเสียง ความคิดเห็นส่วนตัว และบุคคลที่เกี่ยวข้องตามลำดับ มีแรงจูงใจอยู่ในระดับน้อยคือ รายได้ และผลประโยชน์ เกียรติ และโอกาสที่จะได้รับความก้าวหน้าในอนาคต แรงจูงใจระหว่างนักกีฬาหญิง และชายไม่แตกต่างกัน

วัชร คำเพ็ง (2536: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเกี่ยวกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักมวยไทยกลุ่มตัวอย่างเป็นนักมวยไทยอาชีพ จำนวน 60 คน แบ่งออกเป็น 4 กลุ่ม ๆ ละ 15 คน ได้แก่ กลุ่มที่ 1 นักมวยที่มีสัมฤทธิ์ผลในการชกมวยสูงในอดีต กลุ่มที่ 2 นักมวยที่มีสัมฤทธิ์ผลในการชกมวยต่ำในอดีตกลุ่มที่ 3 นักมวยที่มีสัมฤทธิ์ผลในการชกมวยสูงในปัจจุบัน และกลุ่มที่ 4 กลุ่มนักมวยที่มีสัมฤทธิ์ผลในการชกมวยต่ำในปัจจุบัน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักมวยไทยอาชีพ มีค่าความเที่ยงตรง .74 นำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และวิเคราะห์ความแปรปรวนสองทาง ผลการศึกษาพบว่า

1. แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักมวยไทยอาชีพ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 133.05
2. นักมวยไทยที่มีสัมฤทธิ์ผลในการชกมวยสูง มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงกว่านักมวยที่มีสัมฤทธิ์ผลในการชกต่ำ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01
3. นักมวยไทยในอดีต และในปัจจุบัน มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
4. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างสัมฤทธิ์ผลในการชกมวยกับสถานภาพของนักมวยไทยต่อแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ดนัย ยาหอม (2538: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาการวิจัยเรื่อง แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายกน้ำหนักของนักกีฬายกน้ำหนัก การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายกน้ำหนักของนักกีฬายกน้ำหนัก กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬายกน้ำหนักหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬายกน้ำหนักที่จัดการแข่งขันขึ้นโดยสมาคมกีฬายกน้ำหนักสมัครเล่นแห่งประเทศไทย และรายการแข่งขันระดับนานาชาติที่ประเทศส่งเข้าร่วมการแข่งขัน ประจำปี พ.ศ.2537 เป็นนักกีฬาระดับเยาวชน 70 คน ระดับประชาชน 82 คน และระดับทีมชาติ 9 คน รวมทั้งสิ้น 161 คน ซึ่งได้มาโดยการเจาะจงเลือก เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น และนำข้อมูลที่ได้อาวิเคราะห์โดยแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ผลการวิจัยพบว่า

1. นักกีฬายกน้ำหนักหญิงระดับเยาวชนมีแรงจูงใจเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก 4 ด้านตามลำดับ คือด้านสุขภาพอนามัย ด้านความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเอง ด้านโอกาสที่จะได้รับความก้าวหน้าในอนาคต และด้านบุคคลที่เกี่ยวข้อง ส่วนแรงจูงใจเฉลี่ยอยู่ในระดับน้อย มี 3 ด้าน ตามลำดับ คือ ด้านรายได้ และผลประโยชน์ ด้านความรัก ความถนัด และความสนใจ และด้านเกียรติยศชื่อเสียง
2. นักกีฬายกน้ำหนักหญิงระดับประชาชนมีแรงจูงใจเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก 4 ด้านตามลำดับคือ ด้านสุขภาพอนามัย ด้านความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเอง ด้านบุคคลที่เกี่ยวข้อง และด้านโอกาสที่จะได้รับความก้าวหน้าในอนาคต ส่วนแรงจูงใจเฉลี่ยอยู่ในระดับน้อย มี 3 ด้าน ตามลำดับ คือด้านเกียรติยศชื่อเสียง ด้านรายได้ และผลประโยชน์ และด้านความรัก ความถนัด และความสนใจ
3. นักกีฬายกน้ำหนักหญิงทีมชาติมีแรงจูงใจเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก 6 ด้านตามลำดับ คือด้านสุขภาพอนามัย ด้านความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเอง ด้านเกียรติยศชื่อเสียง ด้านโอกาสที่จะได้รับความก้าวหน้าในอนาคต ด้านรายได้ และผลประโยชน์ ด้านบุคคลที่เกี่ยวข้อง และมีแรงจูงใจเฉลี่ยอยู่ในระดับน้อย มี 3 ด้าน ตามลำดับ คือ ด้านความรัก ความถนัด และความสนใจ

สุรีย์ พันธุ์รักษ์ (2541: บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายกน้ำหนักของนักกีฬา การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายกน้ำหนักของนักกีฬาประชาชนเป็นนักกีฬายกน้ำหนักที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬายกน้ำหนักที่จัดการแข่งขันขึ้นโดยสถาบันราชภัฏหมู่บ้านจอมบึง จังหวัดราชบุรี โดยความร่วมมือของสมาคมกีฬายกน้ำหนักสมัครเล่นแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์ประจำปี พ.ศ.

2541 ซึ่งเป็นนักกีฬาระดับอายุไม่เกิน 18 ปี 165 คน ระดับอายุทั่วไป 238 คน รวมทั้งสิ้น 403 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น และนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยวิธีการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ ผลการวิจัยพบว่า

1. นักกีฬาจักรยานเสือภูเขา ทั้งหมดมีแรงจูงใจเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก 6 ด้านตามลำดับ คือ ด้านความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเอง ด้านสุขภาพอนามัย ด้านความรัก ความถนัด และความสนใจด้านรายได้ และผลประโยชน์ ด้านบุคคลที่เกี่ยวข้อง และด้านเกียรติยศชื่อเสียง

2. นักกีฬาจักรยานเสือภูเขาระดับอายุไม่เกิน 18 ปี มีแรงจูงใจเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก 6 ด้านตามลำดับ คือ ด้านความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเอง ด้านความรัก และความถนัด และความสนใจด้านสุขภาพอนามัย ด้านบุคคลที่เกี่ยวข้อง ด้านรายได้ และผลประโยชน์ และด้านเกียรติยศชื่อเสียง

3. นักกีฬาจักรยานเสือภูเขาระดับอายุทั่วไปมีแรงจูงใจเฉลี่ยอยู่ในระดับมาก 6 ด้านตามลำดับ คือ ด้านความรัก ความถนัด และความสนใจ ด้านความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเอง ด้านสุขภาพอนามัย ด้านรายได้ และผลประโยชน์ ด้านบุคคลที่เกี่ยวข้อง และด้านเกียรติยศชื่อเสียง

ประเชิญ รอดบ้านเกาะ (2543: บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง แรงจูงใจในการเล่นเซปักตะกร้อของนักกีฬาหญิง ความมุ่งหมายในการศึกษาครั้งนี้คั่นเพื่อศึกษาแรงจูงใจในการเล่นเซปักตะกร้อของนักกีฬาหญิง กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาเป็นนักกีฬาเซปักตะกร้อหญิงที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาเซปักตะกร้อที่จัดขึ้นโดย สมาคมเซปักตะกร้อแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์จำนวน 110 คน การกีฬาแห่งประเทศไทยจำนวน 50 คน กรมพลศึกษา จำนวน 60 คน และรายการอื่น ๆ ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล จำนวน 30 คน รวมทั้งหมด 250 คน ซึ่งได้มาโดยการสุ่มตัวอย่างแบบง่าย ด้วยวิธีตอบแบบสอบถาม ผลการวิจัยพบว่า นักกีฬาเซปักตะกร้อหญิงมีแรงจูงใจในการเล่นกีฬาเซปักตะกร้อ ดังนี้ ด้านสุขภาพ และอนามัยตามความคิดเห็นของนักกีฬาเซปักตะกร้อหญิง โดยรวมมีค่าร้อยละ 24.8 อยู่ในระดับมากที่สุด และมีค่าร้อยละ 41.2 อยู่ในระดับมาก ด้านความรัก ความถนัด และความสนใจ ตามความคิดเห็นของนักกีฬาของนักกีฬาเซปักตะกร้อหญิงโดยรวมมีค่าร้อยละ 30.4 อยู่ในระดับมากที่สุด และมีค่าร้อยละ 32.8 อยู่ในระดับมาก ด้านเกียรติยศชื่อเสียง ตามความคิดเห็นของนักกีฬาเซปักตะกร้อหญิง โดยรวมมีค่าร้อยละ 31.6 อยู่ในระดับมากที่สุด และมีค่าร้อยละ 36.4 อยู่ในระดับมาก ด้านโอกาสที่จะได้รับความก้าวหน้าในอนาคต ตามความคิดเห็นของนักกีฬาเซปักตะกร้อหญิง โดยรวมมีค่าร้อยละ 32.8 อยู่ในระดับมากที่สุด และมีค่าร้อยละ 48.2 อยู่ในระดับมาก

กฤษฎา จุลชาติ (2543: บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่องแรงจูงใจในการเล่นกอล์ฟ การวิจัยในครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาแรงจูงใจในการเล่นกีฬากอล์ฟ ประชากร และกลุ่มตัวอย่างที่ใช้เป็นเยาวชนชาย เยาวชนหญิง ประชาชนชาย และประชาชนหญิงที่เล่นกอล์ฟ ณ สนามฝึกซ้อมในกรุงเทพมหานครจำนวน 10 สนาม กลุ่มตัวอย่าง 100 คน รวมจำนวน 400 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น และนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์โดยวิธีแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ ผลการวิจัยพบว่า

1. เยาวชนชายที่เล่นกีฬากอล์ฟ มีแรงจูงใจในการเล่นกอล์ฟ ระดับปานกลาง 3 ด้านตามลำดับ คือ รายได้ และผลประโยชน์ ด้านเกียรติยศชื่อเสียง และด้านความรักความถนัด และความสนใจ มีแรงจูงใจในระดับมากที่สุด คือ ด้านสุขภาพอนามัย มีแรงจูงใจในระดับมาก คือ ด้านความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเอง และบุคคลที่เกี่ยวข้อง

2. เยาวชนหญิงที่เล่นกอล์ฟ มีแรงจูงใจในการเล่นกอล์ฟ ระดับปานกลาง 4 ด้านตามลำดับ คือ ด้านความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเอง และบุคคลที่เกี่ยวข้อง ด้านรายได้ และผลประโยชน์ ด้านความรักความถนัด และความสนใจ และด้านเกียรติยศชื่อเสียง และมีแรงจูงใจระดับมาก คือ ด้านสุขภาพอนามัย

3. ประชาชนชายที่เล่นกอล์ฟ มีแรงจูงใจในการเล่นกอล์ฟระดับปานกลาง 5 ด้านตามลำดับคือ ด้านสุขภาพอนามัย ด้านความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเอง และบุคคลที่เกี่ยวข้อง ด้านความรักความถนัด และความสนใจ ด้านเกียรติยศชื่อเสียง และด้านรายได้ และผลประโยชน์

4. ประชาชนหญิงที่เล่นกอล์ฟ มีแรงจูงใจในการเล่นกอล์ฟระดับปานกลาง 3 ด้านตามลำดับคือ ด้านความคิดเห็นเกี่ยวกับตนเอง และบุคคลที่เกี่ยวข้อง ด้านความรักความถนัด และความสนใจ และด้านรายได้ และผลประโยชน์ มีแรงจูงใจระดับมาก คือ ด้านสุขภาพ และอนามัยมีแรงจูงใจระดับน้อยที่สุดคือ ด้านเกียรติยศชื่อเสียง

ไตรลักษณ์ คำนิล (2546: บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง แรงจูงใจของนักกีฬามวยสากลสมัครเล่นที่เข้าร่วมในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยครั้งที่ 30 การวิจัยครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาแรงจูงใจในการเล่นกีฬามวยสากลสมัครเล่น และเพื่อเปรียบเทียบแรงจูงใจในการเล่นกีฬามวยสากลสมัครเล่น ทั้ง 6 ด้าน ระหว่างนักกีฬามวยสากลสมัครเล่นมหาวิทยาลัยของรัฐบาลกับของเอกชน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬามวยสากลสมัครเล่นที่เข้าร่วมในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัย แห่งประเทศไทย ครั้งที่ 30 จำนวน 150 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น และนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์ โดยวิธีการแจกแจงความถี่ หาค่าร้อยละ และเปรียบเทียบแรงจูงใจทั้ง 6 ด้าน โดยใช้สถิติ ไค-สแควร์ (Chi-Square) และกำหนดความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผลการวิจัยพบว่า

1. แรงจูงใจของนักกีฬามวยสากลสมัครเล่นที่เข้าร่วมในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 30 ของนักกีฬามวยสากลสมัครเล่นมหาวิทยาลัยของรัฐบาลด้านสุขภาพอนามัยมีแรงจูงใจอยู่ในระดับมากที่สุด ด้านรายได้ และผลประโยชน์ ด้านความรัก ความถนัด และความสนใจด้านบุคคลที่เกี่ยวข้อง ด้านเกียรติยศชื่อเสียง และด้านความก้าวหน้าในอนาคตมีแรงจูงใจอยู่ในระดับมาก

2. แรงจูงใจของนักกีฬามวยสากลสมัครเล่นที่เข้าร่วมในการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 30 ของนักกีฬามวยสากลสมัครเล่นมหาวิทยาลัยของเอกชนด้านสุขภาพอนามัยด้านรายได้ และผลประโยชน์ ด้านความรัก ความถนัด และความสนใจ ด้านเกียรติยศ

ชื่อเสียง และด้านความก้าวหน้าในอนาคต มีแรงจูงใจอยู่ในระดับมาก ด้านบุคคลที่เกี่ยวข้อง มีแรงจูงใจอยู่ในระดับปานกลาง

3. เปรียบเทียบแรงจูงใจในการเล่นกีฬามวยสากลสมัครเล่น ทั้ง 6 ด้าน ระหว่าง นักกีฬามวยสากลสมัครเล่นมหาวิทยาลัยของรัฐบาลกับของเอกชน

3.1 แรงจูงใจในการเล่นกีฬามวยสากลสมัครเล่น ด้านสุขภาพอนามัย ระหว่าง นักกีฬามวยสากลสมัครเล่นมหาวิทยาลัยของรัฐบาลกับของเอกชน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.2 แรงจูงใจในการเล่นกีฬามวยสากลสมัครเล่น ด้านรายได้ และผลประโยชน์ ระหว่างนักกีฬามวยสากลสมัครเล่นมหาวิทยาลัยของรัฐบาลกับของเอกชน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.3 แรงจูงใจในการเล่นกีฬามวยสากลสมัครเล่น ด้านความรัก ความถนัด และความสนใจระหว่างนักกีฬามวยสากลสมัครเล่นมหาวิทยาลัยของรัฐบาลกับของเอกชน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.4 แรงจูงใจในการเล่นกีฬามวยสากลสมัครเล่น ด้านบุคคลที่เกี่ยวข้อง ระหว่าง นักกีฬามวยสากลสมัครเล่นมหาวิทยาลัยของรัฐบาลกับของเอกชน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.5 แรงจูงใจในการเล่นกีฬามวยสากลสมัครเล่น ด้านเกียรติยศชื่อเสียง ระหว่าง นักกีฬามวยสากลสมัครเล่นมหาวิทยาลัยของรัฐบาลกับของเอกชน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3.6 แรงจูงใจในการเล่นกีฬามวยสากลสมัครเล่น ด้านความก้าวหน้าในอนาคต ระหว่างนักกีฬามวยสากลสมัครเล่นมหาวิทยาลัยของรัฐบาลกับของเอกชน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากทฤษฎี และหลักการรวมทั้งการวิจัยที่ได้เสนอนี้จะเห็นว่า แรงจูงใจมีส่วนสำคัญในการสร้างความสำเร็จ และพัฒนาบุคคล สามารถช่วยให้บุคคลเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมไปในทางที่เป็นพฤติกรรมพึงประสงค์ สามารถปรับปรุงตนเอง เข้าใจตนเอง ยอมรับ และตระหนักในความสามารถของตนเอง ดังนั้นผู้วิจัยจึงเห็นว่า การศึกษาเกี่ยวกับแรงจูงใจของมนุษย์จะประโยชน์ช่วยให้เข้าใจในการกระทำ และพฤติกรรมของมนุษย์เราได้มากขึ้น สามารถนำไปใช้ในทางที่สร้างสรรค์ที่ดึงดูดใจตัวเอง ครอบครัว สังคม และประเทศชาติได้ต่อไป

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ตั้งความมุ่งหมายไว้ ดังนี้

1. การกำหนดกลุ่มประชากร และเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ
4. การเก็บรวบรวมข้อมูล
5. การจัดกระทำ และการวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดกลุ่มประชากรและเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่ นักกีฬายิมนาสติกที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ได้แก่ ยิมนาสติกศิลป์ ยิมนาสติกลีลา และแอโรบิกยิมนาสติก มีนักกีฬารวมทั้งสิ้น 167 คน แบ่งเป็นนักกีฬาชายจำนวน 62 คน และนักกีฬายิมนาสติกหญิงจำนวน 105 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 3 ประเภทกีฬา ได้แก่ ยิมนาสติกศิลป์ ยิมนาสติกลีลา และแอโรบิกยิมนาสติก และมีนักกีฬารวมทั้งสิ้น 167 คน แบ่งเป็นนักกีฬาชายจำนวน 62 คน และนักกีฬายิมนาสติกหญิงจำนวน 105 คน โดยการประมาณขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตารางเครจซี่ และมอร์แกน (เทเวศร์ พิริยะพจน์, 2545: 128; อ้างอิงจาก Krejcie; & Morgan.) ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างนักกีฬาทั้งหมด 113 คน ซึ่งผู้วิจัยกำหนดเป็น 120 คน โดยใช้การสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับแรงงูใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยศึกษาจากงานวิจัย ผู้เชี่ยวชาญ งานเอกสารตำราต่าง ๆ โดยแบบสอบถามแบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัวของนักกีฬายิมนาสติกศิลป์ ยิมนาสติกลีลา และแอโรบิกยิมนาสติก ในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติครั้งที่ 39

ตอนที่ 2 แบบสอบถามแรงงูใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39

ตอนที่ 3 แบบสอบถามข้อเสนอแนะอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

การวิจัยในครั้งนี้ ใช้แบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเป็นเครื่องมือสำหรับเก็บรวบรวมข้อมูล โดยมีขั้นตอนในการสร้างดังนี้

1. ศึกษาค้นคว้าตำรา เอกสารและผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อรวบรวมข้อมูล และรายละเอียดต่าง ๆ เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างเครื่องมือ
2. ศึกษาหาข้อมูลเบื้องต้นจากการพูดคุยกับนักกีฬาที่เล่นยิมนาสติกศิลป์ นักกีฬายิมนาสติกลีลา นักกีฬาแอโรบิกยิมนาสติก และผู้ฝึกสอน
3. นำข้อมูลจากการศึกษามาวិเคราะห์ตามทฤษฎีแรงจูงใจ จากนั้นนำมาสร้างแบบสอบถาม
4. นำแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นให้ประธาน และกรรมการผู้ควบคุมปริญาณิพนธ์พิจารณาตรวจสอบ และปรับปรุงแก้ไข
5. นำแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ให้ผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่านตรวจสอบหาความเที่ยงตรงตามโครงสร้าง และเนื้อหา
6. นำแบบสอบถามที่ผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบ และแก้ไขปรับปรุงแล้ว ให้ประธาน และกรรมการผู้ควบคุมปริญาณิพนธ์พิจารณา
7. นำแบบสอบถามที่ได้รับการปรับปรุงตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญเป็นที่เรียบร้อยแล้ว ไปทดลองใช้กับนักกีฬายิมนาสติกศิลป์ชาย หญิง จังหวัดสมุทรสาคร จำนวน 30 คน ซึ่งไม่ใช่ นักกีฬาที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามเท่ากับ .97
8. นำแบบสอบถามที่ได้ปรับปรุงแก้ไขเป็นที่เรียบร้อยแล้ว ไปใช้เก็บรวบรวมข้อมูลกับนักกีฬากลุ่มตัวอย่าง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามลำดับขั้นตอน ดังนี้

1. ติดต่อขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อขอความร่วมมือ จากผู้ฝึกสอนหรือผู้จัดการทีม ของนักกีฬายิมนาสติกศิลป์ ยิมนาสติกลีลา และแอโรบิกยิมนาสติกที่เป็นกลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้ เพื่อขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล
2. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง
3. นำแบบสอบถามที่ได้รับคืนมาตรวจสอบความสมบูรณ์ถูกต้อง และดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

1. นำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามตอนที่ 1 ซึ่งเป็นข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม มาแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละแล้วนำไปเสนอข้อมูลในรูปของตารางประกอบความเรียง

2. นำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามตอนที่ 2 ซึ่งเป็นข้อมูลจากการตอบแบบสอบถามที่วัด แรงจูงใจภายใน และภายนอกในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติก โดยการหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน แล้วนำเสนอข้อมูลในตารางประกอบความเรียง (ชูศรี วงศ์รัตนะ. 2550: 69) ดังนี้

มากที่สุด มีค่าระหว่าง 4.50-5.00

มาก มีค่าระหว่าง 3.50-4.49

ปานกลาง มีค่าระหว่าง 2.50-3.49

น้อย มีค่าระหว่าง 1.50-2.49

น้อยที่สุด มีค่าระหว่าง 1.00-1.49

3. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 โดยการทดสอบค่าที (t-test) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1

4. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 โดยการทดสอบค่าที (t-test) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2

5. นำข้อมูลที่ได้รับจากแบบสอบถามตอนที่ 3 ซึ่งเป็นข้อมูลที่ได้จากการตอบคำถามปลายเปิดของผู้ตอบแบบสอบถามมาเรียบเรียงข้อมูล แล้วนำเสนอข้อมูลในรูปของความเรียง

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ และอักษรย่อที่ใช้ในการแปลความหมาย และการวิเคราะห์ข้อมูล เพื่อนำเสนอผลการวิจัย ดังนี้

n	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
f	แทน	จำนวนความถี่
%	แทน	ร้อยละ
T	แทน	ค่าสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์การแจกแจงแบบที (T-Distribution)
$\bar{X}$	แทน	คะแนนเฉลี่ย (Mean)
S.D.	แทน	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
P	แทน	ความน่าจะเป็น (Probability)
*	แทน	นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

การวิเคราะห์ข้อมูล

เมื่อได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นที่เรียบร้อยแล้ว ผู้วิจัยได้นำข้อมูลมาตรวจสอบความสมบูรณ์ ได้จำนวนเท่าไรจากนั้นมาวิเคราะห์หาค่าสถิติตามลักษณะที่ต้องการศึกษาดังนี้

- นำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามตอนที่ 1 ซึ่งเป็นข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม มาแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอข้อมูลในรูปของตารางประกอบความเรียง
- นำข้อมูลที่ได้รับจากแบบสอบถามตอนที่ 2 ซึ่งเป็นข้อมูลที่ได้จากการตอบคำถาม ที่วัดแรงจูงใจภายใน และภายนอก ในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติก โดยการหาค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) แล้วนำเสนอข้อมูลในรูปของตารางประกอบความเรียง
- เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกระหว่างนักกีฬาชาย และนักกีฬาหญิง ในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 โดยการทดสอบค่าที (T-Test) เพื่อทดสอบสมมุติฐานข้อที่ 1
- เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกตามประสบการณ์ ในการเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬาในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 โดยการทดสอบค่าที (T-Test) เพื่อทดสอบสมมุติฐานข้อที่ 2
- นำข้อมูลที่ได้รับจากแบบสอบถามตอนที่ 3 ซึ่งเป็นข้อมูลที่ได้จากการตอบคำถามปลายเปิดของผู้ตอบแบบสอบถามมาเรียบเรียงข้อมูล แล้วนำเสนอข้อมูลในรูปของความเรียง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม วิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ

ตาราง 1 ข้อมูลสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม (n = 120)

เพศ ประสบการณ์	ชาย		หญิง		รวม	
	n	%	n	%	n	%
น้อยกว่า 4 ปี	17	14.16	26	21.66	43	35.83
ตั้งแต่ 4 ปี ขึ้นไป	30	25.00	47	39.16	77	64.16
รวม	47	39.16	73	60.83	120	100.0

จากตาราง 1 แสดงว่า กลุ่มตัวอย่างมีทั้งหมดมีจำนวน 120 คน แบ่งเป็นเพศชายจำนวน 47 คน คิดเป็นร้อยละ 39.16 และเป็นเพศหญิงจำนวน 73 คน คิดเป็นร้อยละ 60.83 มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติกน้อยกว่า 4 ปี จำนวน 43 คน คิดเป็นร้อยละ 35.83 และมีประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติกตั้งแต่ 4 ปีขึ้นไป จำนวน 77 คน คิดเป็นร้อยละ 64.16

ตอนที่ 2 นำแบบสอบถามตอนที่ 2 แรงจูงใจในการเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 แต่ละด้านมาหาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทำการเปรียบเทียบ ตามตัวแปรเพศ และประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติก

ตาราง 2 คะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แรงจูงใจในการเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ทางด้านแรงจูงใจภายใน (n=120)

รายการ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. ข้าพเจ้าต้องการเรียนรู้ทักษะกีฬายิมนาสติกอย่างถูกวิธี	4.57	0.66	มากที่สุด
2. ข้าพเจ้าต้องการประสบความสำเร็จในกีฬายิมนาสติก	4.52	0.74	มากที่สุด
3. ข้าพเจ้าต้องการใช้พลังงานในการเล่นกีฬายิมนาสติก	4.34	0.84	มาก
4. ข้าพเจ้าต้องการบุคลิกภาพ และรูปร่างที่ดี	4.52	0.77	มากที่สุด
5. ข้าพเจ้าชอบความตื่นเต้นในกีฬายิมนาสติก	3.10	0.99	ปานกลาง
6. ข้าพเจ้าต้องการเรียนรู้ทักษะใหม่ ๆ ของกีฬายิมนาสติก	4.43	0.81	มาก
7. ข้าพเจ้ามีความชอบในกีฬายิมนาสติก	4.38	0.85	มาก
8. ข้าพเจ้าได้ผ่อนคลายในการเล่นกีฬายิมนาสติก	4.06	1.01	มาก
9. ข้าพเจ้าต้องการทำกิจกรรมการเคลื่อนไหวของร่างกายจากกีฬายิมนาสติก	4.40	0.77	มาก
10. ข้าพเจ้ามีความกดดันในกีฬายิมนาสติกมากกว่ากีฬาชนิดอื่น	4.36	0.85	มาก
11. กีฬายิมนาสติกเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตข้าพเจ้า	4.18	0.95	มาก
12. กีฬายิมนาสติกทำให้ข้าพเจ้ารู้สึกว่าเป็นบุคคลสำคัญ	4.28	0.88	มาก
13. ข้าพเจ้าต้องการมีสมรรถภาพทางกายที่สมบูรณ์แข็งแรง	4.59	0.64	มากที่สุด
14. ข้าพเจ้าชอบความท้าทายในกีฬายิมนาสติก	4.21	0.93	มาก
15. ข้าพเจ้ามีความสุข เพลิดเพลินในการเล่นกีฬายิมนาสติก	4.42	0.78	มาก
รวม	4.29	0.83	มาก

จากตาราง 2 แสดงว่า คะแนนค่าเฉลี่ยแรงจูงใจในการเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ทางด้านแรงจูงใจภายในมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.29 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 0.83 โดยรวมอยู่ในระดับมาก

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่ทำให้นักกีฬามีแรงจูงใจในการเล่นกีฬายิมนาสติกมากที่สุดคือ ข้าพเจ้าต้องการมีสมรรถภาพทางกายที่สมบูรณ์แข็งแรง ข้าพเจ้าต้องการบุคลิกภาพ และรูปร่างที่ดี และข้าพเจ้าต้องการเรียนรู้ทักษะกีฬายิมนาสติกอย่างถูกวิธี ซึ่งมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.59, 4.57 และ 4.52 (S.D. = 0.64, 0.66, 0.77) ตามลำดับ

ตาราง 3 คะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แรงจูงใจในการเล่นกีฬายิมนาสติก
ของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ทางด้านแรงจูงใจภายนอก (n=120)

รายการ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. ข้าพเจ้าชอบกลุ่มสมาชิกในกีฬายิมนาสติก	4.51	0.67	มากที่สุด
2. ข้าพเจ้าเล่นกีฬายิมนาสติกเพราะได้มีโอกาสไปสถานที่ต่าง ๆ	4.35	0.91	มาก
3. ข้าพเจ้าชอบวิธีการฝึกในกีฬายิมนาสติก	3.20	0.86	ปานกลาง
4. ข้าพเจ้าเล่นกีฬายิมนาสติกตามคำแนะนำของคนใกล้ชิด	3.95	0.11	มาก
5. ข้าพเจ้าได้พบปะผู้คนในสังคมอื่น ๆ มากขึ้น	4.50	0.74	มากที่สุด
6. ข้าพเจ้าต้องการรายได้ และสิ่งตอบแทนจากกีฬายิมนาสติก	3.92	0.07	มาก
7. ข้าพเจ้าชอบความสามัคคีของทีมยิมนาสติกที่ข้าพเจ้าสังกัดอยู่	4.45	0.75	มาก
8. ข้าพเจ้าชอบที่จะได้ออกนอกบ้าน	4.20	0.06	มาก
9. ข้าพเจ้าชอบชมการแข่งขันกีฬายิมนาสติก	4.40	0.80	มาก
10. ข้าพเจ้าต้องการมีส่วนร่วมในทีมที่ข้าพเจ้าสังกัดอยู่	4.44	0.73	มาก
11. ข้าพเจ้าต้องการพัฒนาทักษะกีฬายิมนาสติกให้ดียิ่งขึ้น เพื่อไปสู่ระดับนานาชาติ	4.47	0.77	มาก
12. ข้าพเจ้าต้องการมีเกียรติประวัติส่วนตัวที่ดีเด่น	4.44	0.83	มาก
13. ข้าพเจ้าประทับใจกับผู้ฝึกสอนกีฬายิมนาสติก	4.22	0.86	มาก
14. ข้าพเจ้าต้องการเป็นที่ยอมรับในสังคม	4.38	0.81	มาก
15. ข้าพเจ้ารู้สึกมีความปลอดภัยในการใช้อุปกรณ์กีฬาในขณะที่ ฝึกซ้อมกีฬายิมนาสติก	3.47	1.31	ปานกลาง
รวม	4.19	0.68	มาก

จากตาราง 3 แสดงว่า คะแนนเฉลี่ย แรงจูงใจในการเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ทางด้านแรงจูงใจภายนอก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.19 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 0.68 โดยรวมอยู่ในระดับมาก

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่ทำให้นักกีฬามีแรงจูงใจในการเล่นกีฬายิมนาสติกมากที่สุด คือ ข้าพเจ้าชอบกลุ่มสมาชิกในกีฬายิมนาสติก และข้าพเจ้าได้พบปะผู้คนในสังคมอื่น ๆ มากขึ้น ซึ่งมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.51, 4.50 (S.D. = 0.67, 0.74) ตามลำดับ

ตาราง 4 คะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แรงจูงใจในการเล่นกีฬายิมนาสติกของ
นักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 (n=120)

รายการ	$\bar{x}$	S.D.	ระดับ
แรงจูงใจภายใน	4.29	0.83	มาก
แรงจูงใจภายนอก	4.19	0.68	มาก
รวม	4.24	0.75	มาก

จากตาราง 4 แสดงว่า คะแนนเฉลี่ย แรงจูงใจในการเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.24 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานเท่ากับ 0.75 โดยรวมอยู่ในระดับมาก



ตาราง 5 คะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แรงจูงใจในการเล่นกีฬายิมนาสติกของ นักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ทางด้านแรงจูงใจภายใน จำแนกตามเพศ (n=120)

รายการ	เพศชาย (n = 45)			เพศหญิง (n = 75)		
	$\bar{x}$	S.D.	ระดับ	$\bar{x}$	S.D.	ระดับ
1. ข้าพเจ้าต้องการเรียนรู้ทักษะกีฬายิมนาสติกอย่างถูกวิธี	4.55	0.72	มากที่สุด	4.52	0.72	มากที่สุด
2. ข้าพเจ้าต้องการประสบความสำเร็จในกีฬายิมนาสติก	4.60	0.78	มากที่สุด	4.50	0.74	มากที่สุด
3. ข้าพเจ้าต้องการใช้พลังงานในการเล่นกีฬายิมนาสติก	4.35	0.95	มาก	4.38	0.83	มาก
4. ข้าพเจ้าต้องการบุคลิกภาพ และรูปร่างที่ดี	4.51	0.84	มากที่สุด	4.44	0.84	มาก
5. ข้าพเจ้าชอบความตื่นเต้นในกีฬายิมนาสติก	4.17	1.07	มาก	3.89	1.07	มาก
6. ข้าพเจ้าต้องการเรียนรู้ทักษะใหม่ ๆ ของกีฬายิมนาสติก	4.44	0.81	มาก	4.40	0.75	มาก
7. ข้าพเจ้ามีความชอบในกีฬายิมนาสติก	4.40	0.88	มาก	4.32	0.85	มาก
8. ข้าพเจ้าได้ผ่อนคลายในการเล่นกีฬายิมนาสติก	4.13	1.01	มาก	3.94	1.02	มาก
9. ข้าพเจ้าต้องการทำกิจกรรมการเคลื่อนไหวของร่างกายจากกีฬายิมนาสติก	4.13	1.01	มาก	4.33	0.81	มาก
10. ข้าพเจ้ามีความถนัดในกีฬายิมนาสติกมากกว่ากีฬาชนิดอื่น	4.33	0.90	มาก	4.32	0.85	มาก
11. กีฬายิมนาสติกเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตข้าพเจ้า	4.02	0.98	มาก	4.06	0.99	มาก
12. กีฬายิมนาสติกทำให้ข้าพเจ้ารู้สึกว่าเป็นบุคคลสำคัญ	4.22	0.95	มาก	4.22	0.93	มาก
13. ข้าพเจ้าต้องการมีสมรรถภาพทางกายที่สมบูรณ์แข็งแรง	4.64	0.67	มากที่สุด	4.60	0.65	มากที่สุด
14. ข้าพเจ้าชอบความท้าทายในกีฬายิมนาสติก	4.31	0.99	มาก	4.18	1.00	มาก
15. ข้าพเจ้ามีความสุข เพลิดเพลินในการเล่นกีฬายิมนาสติก	4.48	0.78	มาก	4.37	0.80	มาก
รวม	4.35	0.88	มาก	4.29	0.85	มาก

จากตาราง 5 แสดงว่า คะแนนเฉลี่ย แรงจูงใจในการเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ทางด้านแรงจูงใจภายใน เพศชาย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.35 (S.D. = 0.88) และเพศหญิง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.29 (S.D. = 0.85) โดยรวมอยู่ในระดับมาก

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่นักกีฬาชายมีแรงจูงใจในการเล่นกีฬายิมนาสติกมากที่สุดคือ ข้าพเจ้าต้องการมีสมรรถภาพทางกายที่สมบูรณ์แข็งแรง ข้าพเจ้าต้องการประสบความสำเร็จ

สำเร็จในกีฬายิมนาสติก ข้าพเจ้าต้องการเรียนรู้ทักษะกีฬายิมนาสติกอย่างถูกวิธี และข้าพเจ้าต้องการบุคลิกภาพ และรูปร่างที่ดี มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.64, 4.60, 4.55, 4.51 (S.D. = 0.67, 0.78, 0.72, 0.84) และข้อที่นักกีฬาหญิงมีแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกมากที่สุดคือ ข้าพเจ้าต้องการมีสมรรถภาพทางกายที่สมบูรณ์แข็งแรง ข้าพเจ้าต้องการเรียนรู้ทักษะกีฬายิมนาสติกอย่างถูกวิธี และข้าพเจ้าต้องการประสบความสำเร็จในกีฬายิมนาสติก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.60, 4.52, 4.50 (S.D. = 0.65, 0.72, 0.74) ตามลำดับ และจากการพิจารณาโดยรวมทั้งหมด พบว่า นักกีฬาที่มีแรงจูงใจอยู่ในระดับมากนั้นก็แสดงว่า ข้อคำถามที่เกี่ยวข้องด้านแรงจูงใจภายในทั้งหมดมีอิทธิพลต่อการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายาย และหญิง



ตาราง 6 คะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ทางด้านแรงจูงใจภายนอก จำแนกตามเพศ (n=120)

รายการ	เพศชาย (n = 45)			เพศหญิง (n = 75)		
	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ
1. ข้าพเจ้าชอบกลุ่มสมาชิกในกีฬายิมนาสติก	4.46	0.69	มาก	4.54	0.66	มากที่สุด
2. ข้าพเจ้าเล่นกีฬายิมนาสติกเพราะได้มีโอกาสไปสถานที่ต่าง ๆ	4.37	1.00	มาก	4.34	0.86	มาก
3. ข้าพเจ้าชอบวิธีการฝึกในกีฬายิมนาสติก	4.33	0.82	มาก	4.12	0.88	มาก
4. ข้าพเจ้าเล่นกีฬายิมนาสติกตามคำแนะนำของคนใกล้ชิด	3.95	1.18	มาก	3.96	1.07	มาก
5. ข้าพเจ้าได้พบปะผู้คนในสังคมอื่น ๆ มากขึ้น	4.48	0.78	มาก	4.50	0.72	มากที่สุด
6. ข้าพเจ้าต้องการรายได้ และสิ่งตอบแทนจากกีฬายิมนาสติก	4.06	1.11	มาก	3.84	1.05	มาก
7. ข้าพเจ้าชอบความสามัคคีของทีมยิมนาสติกที่ข้าพเจ้าสังกัดอยู่	4.44	0.78	มาก	4.46	0.74	มาก
8. ข้าพเจ้าชอบที่จะได้ออกนอกบ้าน	4.20	1.01	มาก	4.21	1.09	มาก
9. ข้าพเจ้าชอบชมการแข่งขันกีฬายิมนาสติก	4.40	0.71	มาก	4.40	0.85	มาก
10. ข้าพเจ้าต้องการมีส่วนร่วมในทีมที่ข้าพเจ้าสังกัดอยู่	4.44	0.72	มาก	4.44	0.73	มาก
11. ข้าพเจ้าต้องการพัฒนาทักษะกีฬายิมนาสติกให้ดียิ่งขึ้นเพื่อไปสู่ระดับนานาชาติ	4.51	0.75	มากที่สุด	4.45	0.79	มาก
12. ข้าพเจ้าต้องการมีเกียรติประวัติส่วนตัวที่ดีเด่น	4.44	0.95	มาก	4.44	0.77	มาก
13. ข้าพเจ้าประทับใจกับผู้ฝึกสอนกีฬายิมนาสติก	4.15	0.79	มาก	4.26	0.82	มาก
14. ข้าพเจ้าต้องการเป็นที่ยอมรับในสังคม	4.40	0.88	มาก	4.37	0.85	มาก
15. ข้าพเจ้ารู้สึกมีความปลอดภัยในการใช้อุปกรณ์กีฬาในขณะที่ฝึกซ้อมกีฬายิมนาสติก	3.17	1.35	ปานกลาง	3.65	1.26	มาก
รวม	4.25	0.90	มาก	4.26	0.87	มาก

จากตาราง 6 แสดงว่า คะแนนเฉลี่ย แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ทางด้านแรงจูงใจภายนอก เพศชาย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.25 (S.D. = 0.90) โดยรวมอยู่ในระดับมาก และเพศหญิง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.26 (S.D. = 0.87) โดยรวมอยู่ในระดับมาก

เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ข้อที่นักกีฬาชายมีแรงจูงใจในการเล่นกีฬายิมนาสติกระดับมากที่สุดคือ ข้อที่ต้องการพัฒนาทักษะกีฬายิมนาสติกให้ดียิ่งขึ้นเพื่อไปสู่ระดับนานาชาติ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.51 (S.D. = 0.75) และข้อที่นักกีฬาหญิงมีแรงจูงใจในการเล่นกีฬายิมนาสติกมากที่สุดคือ ข้อที่ชอบกลุ่มสมาชิกในกีฬายิมนาสติก และข้อที่ได้พบปะผู้คนในสังคมอื่น ๆ มากขึ้น มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.54, 4.50 (S.D. = 0.66, 0.72) ตามลำดับ

ตาราง 7 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ระหว่างเพศชาย และเพศหญิง n=(120)

รายการ	เพศชาย (n = 45)		เพศหญิง (n = 75)		t	p
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
แรงจูงใจภายใน	4.35	0.88	4.29	0.85	0.95	0.70
แรงจูงใจภายนอก	4.25	0.90	4.26	0.87	0.60	0.70
รวม	4.30	0.89	4.27	0.82	0.77	0.70

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 7 แสดงว่า นักกีฬายิมนาสติกเพศชาย และเพศหญิง มีแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติก ไม่แตกต่างกัน

ตาราง 8 คะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของ นักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ทางด้านแรงจูงใจภายใน จำแนกตาม ประสบการณ์ในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติก (n=120)

รายการ	น้อยกว่า 4 ปี (n = 45)			ตั้งแต่ 4 ปีขึ้นไป (n= 75)		
	$\bar{x}$	S.D.	ระดับ	$\bar{x}$	S.D.	ระดับ
1. ข้าพเจ้าต้องการเรียนรู้ทักษะกีฬายิมนาสติก อย่างถูกต้องวิธี	4.46	0.73	มาก	4.63	0.62	มากที่สุด
2. ข้าพเจ้าต้องการประสบความสำเร็จในกีฬายิมนาสติก	4.53	0.76	มากที่สุด	4.51	0.73	มากที่สุด
3. ข้าพเจ้าต้องการใช้พลังงานในการเล่นกีฬายิมนาสติก	4.25	0.90	มาก	4.38	0.81	มาก
4. ข้าพเจ้าต้องการบุคลิกภาพ และรูปร่างที่ดี	4.53	0.79	มากที่สุด	4.51	0.77	มากที่สุด
5. ข้าพเจ้าชอบความตื่นเต้นในกีฬายิมนาสติก	4.04	1.02	มาก	4.12	0.99	มาก
6. ข้าพเจ้าต้องการเรียนรู้ทักษะใหม่ ๆ ของกีฬา ยิมนาสติก	4.44	0.73	มาก	4.42	0.86	มาก
7. ข้าพเจ้ามีความชอบในกีฬายิมนาสติก	4.39	0.84	มาก	4.37	0.85	มาก
8. ข้าพเจ้าได้ผ่อนคลายในการเล่นกีฬายิมนาสติก	4.16	1.04	มาก	4.01	1.00	มาก
9.ข้าพเจ้าต้องการทำกิจกรรมการเคลื่อนไหวของร่างกาย จากกีฬายิมนาสติก	4.34	0.81	มาก	4.42	0.75	มาก
10. ข้าพเจ้ามีความถนัดในกีฬายิมนาสติกมากกว่ากีฬา ชนิดอื่น	4.25	0.90	มาก	4.42	0.83	มาก
11. กีฬายิมนาสติกเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตข้าพเจ้า	3.97	1.03	มาก	4.29	0.88	มาก
12. กีฬายิมนาสติกทำให้ข้าพเจ้ารู้สึกว่าเป็นบุคคลสำคัญ	4.11	0.90	มาก	4.37	0.85	มาก
13. ข้าพเจ้าต้องการมีสมรรถภาพทางกายที่สมบูรณ์ แข็งแรง	4.58	0.66	มากที่สุด	4.59	0.63	มากที่สุด
14. ข้าพเจ้าชอบความท้าทายในกีฬายิมนาสติก	4.13	0.96	มาก	4.25	0.92	มาก
15. ข้าพเจ้ามีความสุข เพลิดเพลินในการเล่นกีฬา ยิมนาสติก	4.53	0.76	มากที่สุด	4.36	0.79	มาก
รวม	4.31	0.85	มาก	4.37	0.81	มาก

จากตาราง 8 แสดงว่า คะแนนเฉลี่ย แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬา ยิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ทางด้านแรงจูงใจภายใน นักกีฬามีประสบการณ์ใน การเล่นกีฬายิมนาสติกน้อยกว่า 4 ปี มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.31 (S.D. = 0.85) โดยรวมอยู่ในระดับมาก

และนักกีฬาที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติกตั้งแต่ 4 ปีขึ้นไป มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.37 (S.D. = 0.81) โดยรวมอยู่ในระดับมาก

เมื่อพิจารณาในรายข้อพบว่า ข้อที่นักกีฬามีประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติกน้อยกว่า 4 ปี มีแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกมากที่สุดคือ ข้าพเจ้าต้องการมีสมรรถภาพทางกายที่สมบูรณ์แข็งแรง ข้าพเจ้าต้องการบุคลิกภาพ และรูปร่างที่ดี ข้าพเจ้าต้องการประสบความสำเร็จในกีฬายิมนาสติก และข้าพเจ้ามีความสุข เพลิดเพลินในการเล่นกีฬายิมนาสติก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.58, 4.53, 4.53 (S.D. = 0.66, 0.79, 0.76, 0.76) ตามลำดับ และข้อที่นักกีฬามีประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติกตั้งแต่ 4 ปีขึ้นไป มีแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬามากที่สุดคือ ข้าพเจ้าต้องการเรียนรู้ทักษะกีฬายิมนาสติกอย่างถูกต้อง ข้าพเจ้าต้องการมีสมรรถภาพทางกายที่สมบูรณ์แข็งแรง ข้าพเจ้าต้องการบุคลิกภาพ และรูปร่างที่ดี และข้าพเจ้าต้องการประสบความสำเร็จในกีฬายิมนาสติก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.63, 4.59, 4.51, 4.51 (S.D. = 0.62, 0.63, 0.77, 0.73) ตามลำดับ และจากการพิจารณาโดยรวมทั้งหมด พบว่า นักกีฬามีแรงจูงใจภายในอยู่ในระดับมากแสดงว่า แรงจูงใจภายในเกือบทั้งหมดมีอิทธิพลมากต่อการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติกที่แตกต่างกัน

ตาราง 9 คะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของ นักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ทางด้านแรงจูงใจภายนอก จำแนกตาม ประสบการณ์ในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติก (n=120)

รายการ	น้อยกว่า 4 ปี			ตั้งแต่ 4 ปีขึ้นไป		
	(n = 45)			(n= 75)		
	$\bar{x}$	S.D.	ระดับ	$\bar{x}$	S.D.	ระดับ
1. ข้าพเจ้าชอบกลุ่มสมาชิกในกีฬายิมนาสติก	4.44	0.70	มาก	4.55	0.65	มากที่สุด
2. ข้าพเจ้าเล่นกีฬายิมนาสติกเพราะได้มีโอกาสไปสถานที่ต่าง ๆ	4.39	0.95	มาก	4.33	0.89	มาก
3. ข้าพเจ้าชอบวิธีการฝึกในกีฬายิมนาสติก	4.23	0.89	มาก	4.18	0.85	มาก
4. ข้าพเจ้าเล่นกีฬายิมนาสติกตามคำแนะนำของคนใกล้ชิด	4.00	1.13	มาก	3.93	1.10	มาก
5. ข้าพเจ้าได้พบปะผู้คนในสังคมอื่น ๆ มากขึ้น	4.41	0.73	มาก	4.54	0.75	มากที่สุด
6. ข้าพเจ้าต้องการรายได้ และสิ่งตอบแทนจากกีฬายิมนาสติก	3.62	1.13	มาก	4.09	1.01	มาก
7. ข้าพเจ้าชอบความสามัคคีของทีมยิมนาสติกที่ข้าพเจ้าสังกัดอยู่	4.34	0.81	มาก	4.51	0.71	มากที่สุด
8. ข้าพเจ้าชอบที่จะได้ออกนอกบ้าน	4.04	1.13	มาก	4.29	1.01	มาก
9. ข้าพเจ้าชอบชมการแข่งขันกีฬายิมนาสติก	4.37	0.81	มาก	4.41	0.80	มาก
10. ข้าพเจ้าต้องการมีส่วนร่วมในทีมที่ข้าพเจ้าสังกัดอยู่	4.37	0.72	มาก	4.48	0.73	มาก
11. ข้าพเจ้าต้องการพัฒนาทักษะกีฬายิมนาสติกให้ดียิ่งขึ้นเพื่อไปสู่ระดับนานาชาติ	4.39	0.84	มาก	4.51	0.73	มากที่สุด
12. ข้าพเจ้าต้องการมีเกียรติประวัติส่วนตัวที่ดีเด่น	4.23	0.97	มาก	4.55	0.73	มากที่สุด
13. ข้าพเจ้าประทับใจกับผู้ฝึกสอนกีฬายิมนาสติก	4.23	0.86	มาก	4.22	0.78	มาก
14. ข้าพเจ้าต้องการเป็นที่ยอมรับในสังคม	4.30	0.80	มาก	4.42	0.89	มาก
15. ข้าพเจ้ารู้สึกมีความปลอดภัยในการใช้อุปกรณ์กีฬาในขณะที่ฝึกซ้อมกีฬายิมนาสติก	3.81	1.21	มาก	3.28	1.33	ปานกลาง
รวม	4.21	0.91	มาก	4.28	0.86	มาก

จากตาราง 9 แสดงว่า คะแนนเฉลี่ย แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ทางด้านแรงจูงใจภายนอก นักกีฬามีประสบการณ์

ในการเล่นกีฬายิมนาสติกน้อยกว่า 4 ปี มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.21 (S.D. = 0.91) โดยรวมอยู่ในระดับมาก และนักกีฬามีประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติกตั้งแต่ 4 ปีขึ้นไป มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.28 (S.D. = 0.86) โดยรวมอยู่ในระดับมาก

เมื่อพิจารณาในรายข้อพบว่า ข้อที่นักกีฬามีประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติกน้อยกว่า 4 ปี มีแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกมากที่สุดคือ ข้าพเจ้าชอบกลุ่มสมาชิกในกีฬายิมนาสติก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.44 (S.D. = 0.70) และข้อที่นักกีฬามีประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติกตั้งแต่ 4 ปีขึ้นไป มีแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬามากที่สุดคือ ข้าพเจ้าต้องการมีเกียรติประวัติส่วนตัวที่ดีเด่น ข้าพเจ้าชอบกลุ่มสมาชิกในกีฬายิมนาสติก ข้าพเจ้าได้พบปะผู้คนในสังคมอื่น ๆ มากขึ้น ข้าพเจ้าต้องการพัฒนาทักษะกีฬายิมนาสติกให้ดียิ่งขึ้นเพื่อไปสู่ระดับนานาชาติ และข้าพเจ้าชอบความสามัคคีของทีมยิมนาสติกที่ข้าพเจ้าสังกัดอยู่ มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.55, 4.55, 4.54, 4.51, 4.51 (S.D. = 0.73, 0.65, 0.75, 0.73, 0.71) ตามลำดับ และจากการพิจารณาโดยรวมทั้งหมด พบว่า นักกีฬายิมนาสติกมีแรงจูงใจภายนอกอยู่ในระดับมากแสดงว่า แรงจูงใจภายในเกือบทั้งหมดมีอิทธิพลมากต่อการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติกที่แตกต่างกัน

ตาราง 10 เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 จำแนกตามประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติก (n=120)

รายการ	น้อยกว่า 4 ปี		ตั้งแต่ 4 ปี ขึ้นไป		t	P
	(n=45)		(n=75)			
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
แรงจูงใจภายใน	4.31	0.85	4.37	0.81	0.32*	0.17
แรงจูงใจภายนอก	4.21	0.91	4.28	0.86	1.84*	0.64
รวม	4.26	0.88	4.32	0.83	1.08*	0.40

*นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 10 แสดงว่า นักกีฬายิมนาสติกที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติกน้อยกว่า 4 ปี และนักกีฬายิมนาสติกที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติกตั้งแต่ 4 ปี ขึ้นไป มีแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติก ไม่แตกต่างกัน

ตอนที่ 3 นำแบบสอบถามตอนที่ 3 ข้อเสนอแนะอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 โดยการสรุป และนำเสนอในรูปของความเรียง

ผู้ตอบแบบสอบถามซึ่งเป็นนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ได้ให้ข้อเสนอแนะที่เกี่ยวกับแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติก สรุปได้ดังนี้

กีฬายิมนาสติกเป็นกีฬาที่มีรูปแบบการแข่งขันทั้งประเภททีม และประเภทเดี่ยวเป็นกีฬาที่ทำให้น่าสนใจ เป็นพื้นฐานของทุกชนิดกีฬามีทั้งความสวยงามปนความแข็งแรงในตัว มีสุขภาพแข็งแรง ร่างกายดี มีไหวพริบปฏิภาณคล่องแคล่วว่องไว ชุดสวมใส่แข่งขันมีความงดงามอยากมีโอกาสสวมใส่ มีรุ่นพี่นักกีฬาทีมชาติที่เป็นตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จจึงมีความใฝ่ฝันที่อยากจะเป็นนักกีฬาทีมชาติเหมือนรุ่นพี่ และมีโอกาสได้เป็นตัวแทนนักกีฬายิมนาสติกตามสังกัดต่าง ๆ ที่ตนเองสังกัดอยู่ไปแข่งขันในจังหวัดต่าง ๆ รวมทั้งตัวแทนประเทศไทยไปแข่งขันในระดับเอเชีย และระดับโลก



บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

ความมุ่งหมายของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ตั้งความมุ่งหมายไว้ดังนี้

1. เพื่อศึกษาแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39
2. เพื่อเปรียบเทียบแรงจูงใจในการเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกจำแนกตามเพศ และตามประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39

สมมุติฐานในการวิจัย

1. ระดับแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ของนักกีฬาชาย และนักกีฬาหญิง ไม่แตกต่างกัน
2. ระดับแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกตามประสบการณ์ในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ไม่แตกต่างกัน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ เป็นนักกีฬายิมนาสติกศิลป์ นักกีฬายิมนาสติกลีลา และนักกีฬาแอโรบิกยิมนาสติก ในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 และมีนักกีฬารวมทั้งสิ้น 167 คน แบ่งเป็นนักกีฬาชายจำนวน 62 คน และนักกีฬายิมนาสติกหญิงจำนวน 105 คน โดยการประมาณขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตารางเครจซี่ และมอร์แกน (เทเวศร์ พิริยะพูนท์. 2545: 128; อ้างอิงจาก Krejcie; & Morgan. n.d.) ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง นักกีฬาทั้งหมด 113 คน ซึ่งผู้วิจัยกำหนดเป็นคน 120 โดยใช้การสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยศึกษาจากงานวิจัย ผู้เชี่ยวชาญ งานเอกสารตำราต่าง ๆ โดยแบบสอบถามแบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัวของนักกีฬายิมนาสติกศิลป์ ยิมนาสติกลีลา และแอโรบิกยิมนาสติก ในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติครั้งที่ 39

ตอนที่ 2 แบบสอบถามแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39

ตอนที่ 3 แบบสอบถามข้อเสนอแนะอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39

การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

1. นำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามตอนที่ 1 ซึ่งเป็นข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม มาแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละแล้วนำไปเสนอข้อมูลในรูปของตารางประกอบความเรียง

2. นำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามตอนที่ 2 ซึ่งเป็นข้อมูลจากการตอบแบบสอบถามที่วัดแรงจูงใจภายใน และภายนอกในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติก โดยการหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แล้วนำเสนอข้อมูลในตารางประกอบความเรียง (ชูศรี วงศ์รัตน์. 2550: 69) ดังนี้

มากที่สุด มีค่าระหว่าง 4.50-5.00

มาก มีค่าระหว่าง 3.50-4.49

ปานกลาง มีค่าระหว่าง 2.50-3.49

น้อย มีค่าระหว่าง 1.50-2.49

น้อยที่สุด มีค่าระหว่าง 1.00-1.49

3. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 โดยการทดสอบค่าที (t-test) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 1

4. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยของแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 โดยการทดสอบค่าที (t-test) เพื่อทดสอบสมมติฐานข้อที่ 2

5. นำข้อมูลที่ได้รับจากแบบสอบถามตอนที่ 3 ซึ่งเป็นข้อมูลที่ได้จากการตอบคำถามปลายเปิดของผู้ตอบแบบสอบถามมาเรียบเรียงข้อมูล แล้วนำเสนอข้อมูลในรูปของความเรียง

สรุปผลการวิจัย

1. ข้อมูลสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม เป็นนักกีฬายิมนาสติกศิลป์ ยิมนาสติกลีลา และแอโรบิกยิมนาสติก ในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ทั้งสิ้น 120 คนแบ่งเป็นเพศชาย จำนวน 47 คน คิดเป็นร้อยละ 39.16 และเป็นเพศหญิงจำนวน 73 คน คิดเป็นร้อยละ 60.83 มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติกน้อยกว่า 4 ปี จำนวน 43 คน คิดเป็นร้อยละ 25.75 และมีประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติกตั้งแต่ 4 ปีขึ้นไป จำนวน 77 คน คิดเป็นร้อยละ 74.25

2. คะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39

2.1 แรงจูงใจภายใน (Intrinsic Motivation) มีแรงจูงใจอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.29 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 0.83

2.2 แรงจูงใจภายนอก (Extrinsic Motivation) มีแรงจูงใจอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.19 และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เท่ากับ 0.68

3. คะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 แยกตามตัวแปร มีดังนี้

3.1 ตัวแปรด้านเพศ มีคะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 แยกเป็นรายด้านคือ ด้านแรงจูงใจภายใน (Intrinsic Motivation) เพศชายมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.35 (S.D. = 0.88) และเพศหญิง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.29 (S.D. = 0.85) และด้านแรงจูงใจภายนอก (Extrinsic Motivation) เพศชาย มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.25 (S.D. = 0.90) และเพศหญิงมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.26 (S.D. = 0.87)

3.2 ตัวแปรด้านประสบการณ์ในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 แยกเป็นรายด้าน คือ แรงจูงใจภายใน (Intrinsic Motivation) นักกีฬาที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติกน้อยกว่า 4 ปี 4.31 (S.D. = 0.85) และนักกีฬาที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติกตั้งแต่ 4 ปีขึ้นไป มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.37 (S.D. = 0.81) และด้านแรงจูงใจภายนอก (Extrinsic Motivation) มีนักกีฬาที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติกน้อยกว่า 4 ปี มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.21 (S.D. = 0.91) และนักกีฬาที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติกตั้งแต่ 4 ปีขึ้นไป มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.28 (S.D. = 0.86)

4. เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 มีดังนี้

4.1 แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ระหว่างเพศชาย และเพศหญิง มีแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกไม่แตกต่างกัน

4.2 แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ระหว่างนักกีฬายิมนาสติกที่มีประสบการณ์ในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกน้อยกว่า 4 ปี และนักกีฬายิมนาสติกที่มีประสบการณ์ในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกตั้งแต่ 4 ปีขึ้นไป มีแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติก ไม่แตกต่างกัน

5. สำหรับข้อมูลในตอนี่ 3 ซึ่งเป็นข้อมูลที่ได้จากการตอบคำถามปลายเปิดจากแบบสอบถามข้อเสนอแนะอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ซึ่งผู้ตอบแบบสอบถามได้ให้ข้อเสนอแนะว่า กีฬายิมนาสติกเป็นกีฬาที่มีรูปแบบการแข่งขันทั้งประเภททีม และประเภทเดี่ยวเป็นกีฬาที่ทำให้น่าสนใจ เป็นพื้นฐานของทุกชนิดกีฬามีทั้งความสวยงามปนความแข็งแรงในตัว มีสุขภาพแข็งแรง ร่าเริงสดใส มีไหวพริบปฏิภาณคล่องแคล่วว่องไว ชดสวามใส่แข่งขันมีความมุ่งมั่นอดทนมีโอกาสสวมใส่ มีรุ่นพี่นักกีฬาทีมชาติที่เป็นตัวอย่างที่ประสบความสำเร็จจึงมีความใฝ่ฝันที่อยากจะเป็นนักกีฬา

ทีมชาติเหมือนรุ่นพี่ และมีโอกาสได้เป็นตัวแทนนักกีฬายิมนาสติกตามสังกัดต่าง ๆ ที่ตนเองสังกัด อยู่ไปแข่งขันในจังหวัดต่าง ๆ รวมทั้งตัวแทนประเทศไทยไปแข่งขันในระดับเอเชีย และระดับโลก

อภิปรายผล

จากการศึกษาครั้งนี้ ทำให้ทราบถึงแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 สามารถอภิปรายผลได้ดังนี้

1. แรงจูงใจภายใน (Intrinsic Motivation)

ผลการวิจัยครั้งนี้ พบว่า ลักษณะของแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ในด้านแรงจูงใจภายในจะเห็นได้ว่า นักกีฬามีแรงจูงใจภายในสำหรับการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า นักกีฬายิมนาสติกต้องการเรียนรู้ทักษะใหม่ ๆ และทักษะเก่า ๆ ในกีฬายิมนาสติกอย่างถูกต้อง ต้องการมีสมรรถภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง นักกีฬามีความสนุก เพลิดเพลินในการเล่นกีฬายิมนาสติกต้องการทำกิจกรรมการเคลื่อนไหวของร่างกายจากกีฬายิมนาสติก สิ่งที่สำคัญที่สุดคือนักกีฬาต้องการประสบความสำเร็จในกีฬายิมนาสติก และมีบุคลิกภาพรูปร่างดี ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิจัยของ โรเบิร์ต และคณะ (Robert; et al. 1995: 265) ที่พบว่า นักกีฬาเยาวชนชาย และเยาวชนหญิงมีความสนุกสนานในการเล่นกีฬามากนั้น เกิดจากการมีแรงจูงใจภายในสูง นั้นแสดงว่าแรงจูงใจภายในเป็นตัวกำหนดทิศทางของพฤติกรรมการแสดงออกในการเข้าร่วมกิจกรรมกีฬาของนักกีฬา จะเห็นได้ว่าความสนุกสนาน การมีส่วนร่วมด้วยเพื่อน ความท้าทายของกีฬาเป็นปัจจัยด้านแรงจูงใจภายในที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของนักกีฬาในการเลือกเล่นกีฬา นอกจากนี้ยังมีแนวความคิดที่สนับสนุน ผลการวิจัยดังที่กล่าวมาของ ไรอัน และคณะ (Ryan; et al. 1997: 337) ที่กล่าวว่า ความรักความต้องการ และความท้าทายของการเล่นกีฬามีผลโดยตรงต่อการคงไว้ซึ่งแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬานั้นก็เท่ากับว่ากิจกรรมกีฬาที่ท้าทายความสามารถของนักกีฬาก็มีผลโดยตรงกับแรงจูงใจภายในของนักกีฬาเช่นกัน และจากการที่กีฬายิมนาสติกเป็นกีฬาที่ท้าทายความสามารถของนักกีฬา มีความสนุกสนาน ความสวยงามท้าทายความสำเร็จ นักกีฬาต้องมีความมุ่งมั่นในการฝึกซ้อม และแข่งขันซึ่งเป็นแรงจูงใจของนักกีฬาที่เก่ง หรือนักกีฬาที่มีความสามารถสูง (Weiss; & Chaumeton. 1992: 79) นั้นแสดงว่าแรงจูงใจภายในมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการแสดงออกในการเล่นกีฬาของนักกีฬา ความสนุกสนาน การมีส่วนร่วมด้วยเพื่อน ความท้าทายของกีฬาเป็นปัจจัยด้านแรงจูงใจภายในของนักกีฬานี้ก็จะทำให้พฤติกรรมที่แสดงออกมาประสบความสำเร็จได้ดี และก็เป็นสาเหตุที่ส่งผลต่อพฤติกรรมของนักกีฬาในการเลือกเล่นกีฬาด้วยเช่นกัน

2. แรงจูงใจภายนอก (Extrinsic Motivation)

ผลจากการวิจัยครั้งนี้ พบว่า ลักษณะของแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของ นักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ในด้านแรงจูงใจภายนอก จะเห็นได้ว่า นักกีฬามีแรงจูงใจภายนอกสำหรับการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกอยู่ในระดับมาก เมื่อพิจารณาเป็น รายข้อพบว่า นักกีฬายิมนาสติกชอบสังคมยิมนาสติกต้องการเป็นที่ยอมรับในสังคมได้พบปะผู้คนใน สังคมมากขึ้นได้มีโอกาสไปสถานที่ต่าง ๆ และอยากมีเกียรติประวัติส่วนตัวที่ดีเด่น ซึ่งสอดคล้องกับ ไทเลอร์ และลูธาน (สมบัติ กาญจนกิจ; และสมหญิง จันทน์ไทย. 2542: 11; อ้างอิงจาก Taylor; & Luthan. 1959) ที่ว่า แรงจูงใจที่เกิดจากแรงผลักดันภายนอก หรือสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ที่อยู่รอบ ตัวนักกีฬา เช่น เงินทอง รางวัล ชื่อเสียง การยกย่อง เป็นต้น แรงจูงใจชนิดนี้เกิดจากแรงผลักดัน ของสังคมเป็นตัวกระตุ้น ทำให้บุคคลแสดงพฤติกรรมเพื่อสนองตอบความต้องการของสังคม นักกีฬาก็เป็นบุคคลที่มีความรู้สึก มีความต้องการพื้นฐานเช่นเดียวกับบุคคลอื่นทั่วไป ดังที่ มาสโลว์ (สรวงศ์ โค้วตระกูล. 2544: 160-161; อ้างอิงจาก Maslow, Abraham. 1970: unpagged) ได้เสนอ ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการ (Hierarchy of Needs Theory) โดยอธิบายว่า มนุษย์จะมีความ ต้องการจากระดับพื้นฐานไปสู่ระดับที่สูงขึ้น โดยเริ่มจากความต้องการทางด้านสรีระ (Physiological Needs) ความต้องการความมั่นคงปลอดภัยหรือสวัสดิการ (Safety needs) ความต้องการความรัก และส่วนหนึ่งของหมู่ (Love and Belonging Needs) ความต้องการที่จะรู้สึกว่ามีค่า (Esteem Needs) ความต้องการที่จะรู้จักตนเองอย่างแท้จริง และพัฒนาตนเองเต็มที่ตามศักยภาพของตน (Needs for Self Actualization) จากความต้องการที่ มาสโลว์ กล่าวมานั้น จะเห็นได้ว่าความ ต้องการในขั้นที่หนึ่ง สอง และสามนั้นเกิดจากปัจจัยภายนอกจิตใจ แต่ความต้องการขั้นที่สี่ และห้า ของมาสโลว์นั้นเกิดขึ้นจากภายในจิตใจ ซึ่งก็สอดคล้องกับการที่นักกีฬามีแรงจูงใจภายนอกต้องการ รับรางวัลหรือชัยชนะจากการแข่งขัน การได้รับการยอมรับจากผู้อื่นในสังคม และการปรารถนาที่จะ ได้รับสิ่งตอบแทนหลังจากแสดงพฤติกรรมนั้นออกมาอย่างเต็มความสามารถ ที่กล่าวมานั้นเกิดจาก แรงจูงใจภายนอกที่เป็นแรงผลักดันให้เกิดพฤติกรรมตามความต้องการของนักกีฬา และการที่ นักกีฬาเลือกเล่นกีฬาก็มีปัจจัยหรือสาเหตุที่ส่งผลต่อพฤติกรรมด้วยเช่นกัน

3. เพศ

ผลจากการวิจัยครั้งนี้ พบว่า ลักษณะของแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของ นักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ระหว่างเพศชาย และเพศหญิง พบว่า นักกีฬามีแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติก ไม่แตกต่างกัน จากการพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทางด้านแรงจูงใจภายในนักกีฬาชายเชื่อว่ากีฬายิมนาสติกมีสมรรถภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรงมี บุคลิกภาพ รูปร่างที่ดี ต้องการประสบความสำเร็จ และต้องการเรียนรู้ทักษะกีฬายิมนาสติกอย่างถูก วิธี ส่วนนักกีฬาหญิงก็เชื่อว่ากีฬายิมนาสติกมีสมรรถภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรงมีบุคลิกภาพ รูปร่างที่ดี และต้องการเรียนรู้ทักษะกีฬายิมนาสติกอย่างถูกวิธี สำหรับทางด้านแรงจูงใจภายนอก

พบว่า นักกีฬาโยมมาสติกชายชอบกลุ่มสมาชิกกีฬาโยมมาสติก ได้พบปะผู้คนในสังคมอื่น ๆ มากขึ้น ต้องการพัฒนาทักษะกีฬาโยมมาสติกให้ดียิ่งขึ้นเพื่อไปสู่ระดับนานาชาติ ส่วนนักกีฬาโยมมาสติกหญิง ต้องการเป็นที่ยอมรับทางสังคม ต้องการมีเกียรติประวัติที่ดีเด่น ต้องการพัฒนาทักษะกีฬาโยมมาสติกให้ดียิ่งขึ้นเพื่อไปสู่ระดับนานาชาติ และได้พบปะผู้คนในสังคมอื่น ๆ มากขึ้น จากข้อมูลข้างต้นจะเห็นได้ว่า นักกีฬาชายมีแรงจูงใจภายในที่ไม่แตกต่างจากนักกีฬาหญิงคือ ต้องการเป็นที่ยอมรับ และมีส่วนร่วมในสังคม ชอบที่จะมีโอกาสได้ไปในสถานที่ต่าง ๆ และพบปะผู้คนในสังคมอื่น ๆ มากขึ้น ซึ่ง ชาญชัย โพธิ์คลัง (2532: 51-53) ได้กล่าวถึงนักกีฬาที่จะประสบความสำเร็จในการฝึกซ้อม และแข่งขันนั้น ย่อมมีเหตุผลซึ่งเกิดจากการสร้างแรงจูงใจที่แตกต่างกัน ความพอใจที่ทำให้ประสบความสำเร็จที่ซ่อนเร้นอยู่ภายใต้จิตสำนึกคือ ความรู้สึกเกิดความภาคภูมิใจ ความต้องการที่จะยกระดับตนเองให้ผู้อื่นยอมรับ ความเชื่อมั่นในตนเอง และการได้ค้นพบสิ่งใหม่ด้วยตนเอง และความปรารถนาที่จะเอาชนะ จากการที่กล่าวมาข้างต้นนั้นสอดคล้องกับงานวิจัยของ จรินยา สาสี (2552: 65) ที่พบว่า แรงจูงใจในการเล่นกีฬาว่ายน้ำของนักกีฬาว่ายน้ำในจังหวัดเชียงใหม่ พ.ศ. 2551 ระหว่างเพศชาย และเพศหญิง มีแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาว่ายน้ำ ไม่แตกต่างกัน และสอดคล้องกับงานวิจัยของ ชาญยุทธ รัตนมงคล (2552: 71) ที่พบว่าแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาสเกตบอลของนักกีฬาสเกตบอลที่มีเพศต่างกัน ในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 37 มีแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาสเกตบอล โดยรวมไม่แตกต่างกัน

4. ประสพการณ์ในการเล่นกีฬาโยมมาสติก

ผลการวิจัยครั้งนี้ พบว่าลักษณะของแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาโยมมาสติกของนักกีฬาโยมมาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ระหว่างนักกีฬาที่มีประสพการณ์ในการเล่นกีฬาโยมมาสติกน้อยกว่า 4 ปี และนักกีฬาที่มีประสพการณ์ในการเล่นกีฬาโยมมาสติกตั้งแต่ 4 ปีขึ้นไป มีแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาโยมมาสติก ไม่แตกต่างกัน จากการพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทางด้านแรงจูงใจภายในนักกีฬาที่มีประสพการณ์ในการเล่นกีฬาโยมมาสติกน้อยกว่า 4 ปี และตั้งแต่ 4 ปีขึ้นไป มีแรงจูงใจที่ไม่แตกต่างกันคือ ต้องการเรียนรู้ทักษะโยมมาสติกอย่างถูกวิธี อยากมีรูปร่างที่ดีมีสมรรถภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง และต้องการประสบความสำเร็จในกีฬาโยมมาสติก ส่วนทางด้านแรงจูงใจภายนอก พบว่า ต้องการมีส่วนร่วมในทีม ได้พบปะกับผู้คนในสังคมอื่น ๆ มากขึ้น ต้องการพัฒนาทักษะกีฬาโยมมาสติกให้ดียิ่งขึ้นเพื่อไปสู่ระดับนานาชาติ และต้องการเป็นที่ยอมรับในสังคม สำหรับแรงจูงใจของนักกีฬาโยมมาสติกที่มีประสพการณ์ในการเล่นกีฬาโยมมาสติกตั้งแต่ 4 ปีขึ้นไป มีความต้องการเรียนรู้ทักษะกีฬาโยมมาสติกอย่างถูกวิธี ต้องการประสบความสำเร็จในกีฬาโยมมาสติก อยากมีบุคลิกภาพที่ดี และมีสมรรถภาพร่างกายที่สมบูรณ์แข็งแรง จากข้อมูลข้างต้นจะเห็นได้ว่า นักกีฬาโยมมาสติกที่มีประสพการณ์ในการเล่นกีฬาโยมมาสติกต่างก็มีแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาโยมมาสติกโดยรวมไม่แตกต่างกัน แต่เมื่อพิจารณาในแต่ละด้านคือ แรงจูงใจภายใน และแรงจูงใจภายนอก พบว่า แรงจูงใจภายในมีอิทธิพลที่ส่งผลต่อการเลือกเล่นกีฬาโยมมาสติกสูงกว่า

แรงจูงใจภายนอก สำหรับนักกีฬายิมนาสติกที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติกน้อยกว่า 4 ปีจากการเปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยจะเห็นได้ว่า นักกีฬายิมนาสติกที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติก น้อยกว่า 4 ปี มีค่าเฉลี่ยของแรงจูงใจภายใน และภายนอกอยู่ในระดับมาก ส่วนนักกีฬายิมนาสติกที่มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติกตั้งแต่ 4 ปีขึ้นไป มีค่าเฉลี่ยของแรงจูงใจภายใน และภายนอกอยู่ในระดับมาก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ กิตติศักดิ์ มีเจริญ (2550: 68) ที่อภิปรายไว้ว่า แรงจูงใจในการเล่นฟุตบอลของนักกีฬารุ่นอายุไม่เกิน 18 ปี ที่มีระยะเวลาในการเล่นฟุตบอล น้อยกว่า 3 ปี มีแรงจูงใจในการเลือกเล่นฟุตบอลโดยรวมอยู่ในระดับมาก แต่นักกีฬาฟุตบอลที่มี ระยะเวลาในการเล่นฟุตบอลตั้งแต่ 3 ปีขึ้นไป มีแรงจูงใจในการเลือกเล่นฟุตบอลโดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัย

แรงจูงใจมีความสำคัญ และเป็นส่วนหนึ่งของการเริ่มต้นในการเลือกกิจกรรมกีฬา ผู้ฝึกสอนต้องมีความเข้าใจถึงความต้องการ และความปรารถนาของนักกีฬาในการเลือกเล่นกีฬา แต่แรงจูงใจทั้งภายใน และภายนอกก็เป็นเพียงจุดเริ่มต้นเท่านั้น ยังมีองค์ประกอบในส่วนอื่นอีกที่ผู้ฝึกสอนต้องส่งเสริมสนับสนุนนักกีฬานักกีฬาให้มีศักยภาพในการเล่นกีฬา แม้แต่หน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับกีฬายิมนาสติกก็ควรให้การสนับสนุน ส่งเสริมนักกีฬายิมนาสติกอย่างต่อเนื่อง มีการจัดการแข่งขันส่งเสริมเยาวชนตลอดทั้งปี ส่งเสริมพัฒนาการของผู้ฝึกสอนให้มีศักยภาพในระดับประเทศ และระดับสากล ตามลำดับ สำหรับแรงจูงใจนั้นเป็นจุดเริ่มต้นของพัฒนากีฬาแต่ละประเภท ความรู้ทางด้านจิตวิทยาการกีฬาก็เป็นปัจจัยที่สำคัญ ต่อการพัฒนางานการกีฬาของชาติ

ข้อเสนอแนะสำหรับการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรทำการวิจัยเกี่ยวกับแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬายิมนาสติกชิงแชมป์แห่งประเทศไทย
2. ควรทำการวิจัยเกี่ยวกับแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาเยาวชนแห่งชาติ



บรรณานุกรม

- กมลรัตน์ หล้าสูงษ์. (2530). จิตวิทยาการศึกษาฉบับปรับปรุงใหม่. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์. ถ่ายเอกสาร.
- กิตติศักดิ์ มีเจริญ. (2550). แรงจูงใจในการเล่นฟุตบอลของนักกีฬาฟุตบอลรุ่นอายุไม่เกิน 18 ปี ภาคกรุงเทพมหานครที่เข้าร่วมการแข่งขันคิกบ็อกซิ่งมวยไทยแลนด์แชมเปียนชิพ ครั้งที่ 7. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- กิติ ตยัคคานนท์. (2533). นักบริหารทันสมัย. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: บัดเตอร์ฟลาย.
- คุณัตว์ พิษพรชัยกุล. (2545, มกราคม-ธันวาคม). การพัฒนา และวิเคราะห์องค์ประกอบของ แบบสอบถามแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของนักกีฬาระดับอุดมศึกษา. วารสาร คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. 8(1-2): 100-112.
- จรินยา สาลี. (2552). แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาว่ายน้ำของนักกีฬาว่ายน้ำในจังหวัดเชียงใหม่ พ.ศ. 2551. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- จิตรัชดา รัตนาวีวัฒน์. (2550). แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬามวยปล้ำของนักกีฬามวยปล้ำในประเทศไทย. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- จุฑาทิพย์ ชำนาญพล. (2549). ผลของเจตคติที่เกี่ยวข้องกับงานและตนเองที่มีผลต่อแรงจูงใจในการเล่นกีฬา. ปรินซ์นิพนธ์ วท.ม. (วิทยาศาสตร์การกีฬา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ชวพงษ์ เมธีธรรมวัฒน์. (2551). แรงจูงใจในการเล่นกีฬาซอฟต์บอลของนักกีฬาที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 35 (พ.ศ. 2549). จังหวัดสุพรรณบุรี. วิทยานิพนธ์ ศษ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง. ถ่ายเอกสาร.
- ชาญชัย โพธิ์คลัง. (2532). หลักพื้นฐานทางวิทยาศาสตร์ในการฝึกกีฬา. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- ชาญยุทธ รัตนมงคล. (2552). แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาเบสบอลของนักกีฬาเบสบอลในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 37. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.

- ชูศรี วงศ์รัตนะ. (2537). เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย. นนทบุรี: ไทเนรมิตกิจ อินเตอร์โพรเกรสซิฟ.
- ณกร มีคำ. (2549). แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาว่ายน้ำของนักกีฬาว่ายน้ำรุ่นอายุไม่เกิน 16 ปี สังกัดสโมสรในกรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ. 2549. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา).
กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- เดชา คำสุวรรณ. (2547). การศึกษาแรงจูงใจที่สัมพันธ์กับความเป็นเลิศของบุคลากรในโรงเรียน
บูรณศึกษา กรุงเทพมหานคร. สารนิพนธ์ กศ.ม. (การบริหารการศึกษา). กรุงเทพฯ:
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ธงชัย เจริญทรัพย์มณี. (2547). เอกสารคำสอนวิชา พล412 หลักวิทยาศาสตร์ในการฝึกกีฬา.
ภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ถวิล เกื้อกุลวงศ์. (2528). การจูงใจเพื่อผลงาน. นครปฐม: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยศิลปกร
วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์.
- เทเวศร์ พิริยะพจน์ท์. (2529). หลักการฝึกกีฬาว่ายน้ำ. กรุงเทพฯ: สยามบรรณาการพิมพ์.
(2545). การวิจัยทางพลศึกษา. ภาควิชาพลศึกษา. คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ประยุทธ์ แก้วสุข. (2548). แรงจูงใจในการเลือกฝึกกีฬาตะกร้อของนักเรียนหญิงช่วงชั้นที่ 3
เขตพื้นที่การศึกษาเพชรบูรณ์ ปีการศึกษา 2547. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา).
กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ประวีณ สุทธิสง่า. (2552). แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬาซอลท์บอลของนักกีฬารุ่นอายุไม่เกิน 18 ปี
ในเขตการศึกษา 12 พ.ศ. 2552. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ:
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พงษ์พันธ์ พงษ์โสภา. (2542). จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพฯ: พัฒนาศึกษา.
- พวงเพชร วัชรอยู่. (2545). จิตวิทยาทั่วไป. ภาควิชาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- เพ็ญพรรณ มูลมงคล. (2548). แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายกน้ำหนักของนักกีฬาโรงเรียนกีฬา
ปีการศึกษา 2547. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- พิชิต เมืองนาโพธิ์. (2534). เอกสารประกอบการสอน พล 437 จิตวิทยาการกีฬา. กรุงเทพฯ:
ภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

- ภานุพันธ์ คุ่มวงศ์ดี. (2547). แรงจูงใจในการเล่นฟุตบอลของนักฟุตบอลรุ่นอายุไม่เกิน 12 ปี. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช. (2540). เอกสารประกอบชุดวิชาองค์การ และการจัดการ งานบุคคลหน่วยที่ 1-8 พิมพ์ครั้งที่ 3 นนทบุรี: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช.
- ราตรี กลิ่นประทุม. (2545). แรงจูงใจในการเลือกเรียน สาขาการตลาดของนักศึกษาในระดับ ประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นสูงของโรงเรียนพาณิชยการเพชรบุรีบริหารธุรกิจ. สารนิพนธ์ กศ.ม. (ธุรกิจศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- ละเมียด กรยุทธพิพัฒน์. (2520). ซอฟท์บอล กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- วรศักดิ์ เพียรชอบ. (2534, มกราคม-ธันวาคม). บทบาทของจิตวิทยาการกีฬาที่มีต่อการสอน วิชาพลศึกษา. วารสารจิตวิทยาการกีฬา. 2534(28): 11-12.
- วิลาสินี บุญเรือง. (2547). ระดับทักษะซอฟท์บอลของนักกีฬาระดับอุดมศึกษาในกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2547. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- สมบัติ กาญจนกิจ; และสมหญิง จันทน์ไทย. (2542). จิตวิทยา แนวคิด ทฤษฎีสู่การปฏิบัติ. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สืบสาย บุญวีรบุตร. (2541). จิตวิทยาการกีฬา. ชลบุรี: ชลบุรีการพิมพ์.
- สุชา จันท์เอม. (2527). จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- สุปราณี ขวัญบุญจันทร์. (2541). จิตวิทยาการกีฬา. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาพานิช.
- สุรางค์ ไคว์ตระกูล. (2544). จิตวิทยาการศึกษา. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์ มหาวิทยาลัย.
- สุวัฒน์ วัฒนวงศ์. (2544). จิตวิทยาเพื่อการฝึกอบรมผู้ใหญ่. กรุงเทพฯ: ธีระป้อมมรรณกรรม.
- โสภา ชูพิกุลชัย. (2529). ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับจิตวิทยา. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- อร่าม ตั้งใจ. (2539). จิตวิทยาการกีฬา (แรงจูงใจ). การฝึกสมรรถภาพทางกาย. กรุงเทพฯ: ไทยมิตรการพิมพ์.
- อารี พันธุ์มี. (2534). จิตวิทยาการเรียนการสอน. กรุงเทพฯ: บริษัทต้นอ้อจำกัด.
- อุษณีย์ จิตะเปาโล; และนุตประวีณ์ เลิศกาญจน์วดี. (2546). จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพฯ: จิตวิวัฒน์.

- อังคณา บุญเสมอ. (2550). แรงจูงใจในการเลือกเล่นฟุตบอลของนักกีฬาหญิง ในการแข่งขัน กีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 34. ปรินซ์นิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. ถ่ายเอกสาร.
- Amorase, Tony; & Horn, Thelma 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;
- Karussanu, Maria; & Robert, Glyn 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;
- Mitchell, Stephen Andrew. (1992). Perceptions of Learning Environment and Intrinsic Motivation in Physical Education: Predictive Relationship with Achievement Goals and Perceived Ability (Motivation). *Dissertation Abstracts. Ph.D. Syracuse University*: 38-42.
- Robert, G.C; et al. (1995). *Participation Motivation in Italian Youth Sport*. The Sport Psychology. 9(3). 265-281
- Ryan, R.M; et al. (1997). Intrinsic Motivation and Exercise Adherence. *Journal of Sport Psychologist*. 28:335-354.
- Tjeerdsma, bonnie L. (1992). Motivation Orientation in Sport. In T.S Horn (Ed.) Among Achievement Motivation Variables in Physical Education. *Dissertation Abstracts*. 54(8): 108.
- Weiss, M.R; & Chaumeton, N. (1992). *Motivation in Sport*. In T.S Horn (Ed.) *Advance in Sport Psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers, Inc.





ภาคผนวก ก
แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย

เรื่อง แรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติก ในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39

คำชี้แจง

1. แบบสอบถามนี้ จัดทำขึ้นโดยมีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาเกี่ยวกับแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39 ตามการประเมินของตนเอง ของนักกีฬายิมนาสติกศิลป์ นักกีฬายิมนาสติกลีลา และนักกีฬาแอโรบิกยิมนาสติก
2. แบบสอบถามนี้แบ่งออกเป็น 2 ตอน คือ
 - ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัวของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39
 - ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39
 - ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับความคิดเห็นอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับความแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติครั้งที่ 39
3. ผู้วิจัยจะเก็บรักษาคำตอบของท่านไว้เป็นความลับ และการนำเสนอผลการศึกษาวิเคราะห์จะเป็นไปในภาพรวม ซึ่งจะไม่มีผลกระทบใด ๆ ต่อนักกีฬายิมนาสติก ที่ได้ตอบแบบสอบถามนี้
4. โปรดตอบแบบสอบถามทุกข้อตามความเป็นจริงให้มากที่สุด เพื่อประโยชน์โดยรวมของการพัฒนากีฬายิมนาสติก ในด้านการเตรียมทีม และการเพิ่มคุณภาพของนักกีฬายิมนาสติก

ผู้วิจัยขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

ราชวัตร แก้วปัญญา

นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาพลศึกษา

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

**แบบสอบถามแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติก
ในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39**

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัวของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง () หน้าข้อความที่ท่านเห็นว่าตรงกับความจริงของท่าน

1. เพศ

() ชาย

() หญิง

2. ประสบการณ์ในการเล่นกีฬายิมนาสติก

() น้อยกว่า 4 ปี

() ตั้งแต่ 4 ปี ขึ้นไป

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความต่อไปนี้ และทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องว่างใดช่องว่างหนึ่งให้ตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุด โดยในแต่ละข้อคำถามนี้มีตัวเลือกให้ตอบทั้งหมด 5 ตัวเลือก ซึ่งแต่ละตัวเลือกมีความหมาย ดังต่อไปนี้

มากที่สุด	หมายถึง	เป็นเหตุที่จูงใจในการเล่นกีฬายิมนาสติกมากที่สุด
มาก	หมายถึง	เป็นเหตุที่จูงใจในการเล่นกีฬายิมนาสติกมาก
ปานกลาง	หมายถึง	เป็นเหตุที่จูงใจในการเล่นกีฬายิมนาสติกปานกลาง
น้อย	หมายถึง	เป็นเหตุที่จูงใจในการเล่นกีฬายิมนาสติกน้อย
น้อยที่สุด	หมายถึง	เป็นเหตุที่จูงใจในการเล่นกีฬายิมนาสติกน้อยที่สุด

**ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของ
นักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39**

แรงจูงใจที่ทำให้ท่านเลือกเล่นกีฬายิมนาสติก	ระดับของแรงจูงใจ				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1.ข้าพเจ้าต้องการเรียนรู้ทักษะกีฬายิมนาสติกอย่างถูกวิธี					
2.ข้าพเจ้าชอบกลุ่มสมาชิกในกีฬายิมนาสติก					
3.ข้าพเจ้าต้องการประสบความสำเร็จในกีฬายิมนาสติก					
4.ข้าพเจ้าต้องการใช้พลังงานในการเล่นกีฬายิมนาสติก					
5.ข้าพเจ้าเล่นกีฬายิมนาสติกเพราะได้มีโอกาสไปสถานที่ต่าง ๆ					
6.ข้าพเจ้าต้องการบุคลิกภาพ และรูปร่างที่ดี					
7.ข้าพเจ้าชอบความตื่นเต้นในกีฬายิมนาสติก					
8.ข้าพเจ้าชอบวิธีการฝึกในกีฬายิมนาสติก					
9.ข้าพเจ้าเล่นกีฬายิมนาสติกตามคำแนะนำของคนใกล้ชิด					
10.ข้าพเจ้าต้องการเรียนรู้ทักษะใหม่ ๆ ของกีฬายิมนาสติก					
11.ข้าพเจ้าได้พบปะผู้คนในสังคมมากอื่น ๆ มากขึ้น					
12.ข้าพเจ้ามีความชอบในกีฬายิมนาสติก					
13.ข้าพเจ้าได้ผ่อนคลายในการเล่นกีฬายิมนาสติก					
14.ข้าพเจ้าต้องการรายได้ และสิ่งตอบแทนจากกีฬายิมนาสติก					
15.ข้าพเจ้าต้องการทำกิจกรรมการเคลื่อนไหวของร่างกายจากกีฬายิมนาสติก					
16.ข้าพเจ้ามีความถนัดในกีฬายิมนาสติกมากกว่ากีฬาชนิดอื่น					
17.กีฬายิมนาสติกเป็นส่วนหนึ่งของชีวิตข้าพเจ้า					
18.ข้าพเจ้าชอบความสามัคคีของทีมยิมนาสติกที่ข้าพเจ้าสังกัดอยู่					
19.ข้าพเจ้าชอบที่จะได้ออกนอกบ้าน					
20.ข้าพเจ้าชอบชมการแข่งขันกีฬายิมนาสติก					
21.กีฬายิมนาสติกทำให้ข้าพเจ้ารู้สึกว่าเป็นบุคคลสำคัญ					
22.ข้าพเจ้าต้องการมีส่วนร่วมในทีมที่ข้าพเจ้าสังกัดอยู่					
23.ข้าพเจ้าต้องการพัฒนาทักษะกีฬายิมนาสติกให้ดียิ่งขึ้นเพื่อไปสู่ระดับนานาชาติ					

24.ข้าพเจ้าต้องการมีสมรรถภาพทางกายที่สมบูรณ์แข็งแรง					
25.ข้าพเจ้าต้องการมีเกียรติประวัติส่วนตัวที่ดีเด่น					
26.ข้าพเจ้าชอบความท้าทายในกีฬายิมนาสติก					
27.ข้าพเจ้าประทับใจกับผู้ฝึกสอนกีฬายิมนาสติก					
28.ข้าพเจ้าต้องการเป็นที่ยอมรับในสังคม					
29.ข้าพเจ้ามีความสุข เพลิดเพลินในการเล่นกีฬายิมนาสติก					
30.ข้าพเจ้ารู้สึกมีความปลอดภัยในการใช้อุปกรณ์กีฬาในขณะที่ฝึกซ้อมกีฬายิมนาสติก					

**ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับความคิดเห็นอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจในการ
เลือกเล่นกีฬายิมนาสติกของนักกีฬายิมนาสติกในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติ ครั้งที่ 39**

คำชี้แจง ขอให้ท่านเขียนข้อความอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับแรงจูงใจที่เป็นสาเหตุให้ท่านเลือกเล่นกีฬา
ยิมนาสติก

.....

.....

.....

.....

ภาคผนวก ข

การแปลความหมายของแบบสอบถามแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติก



การแปลความหมายของแบบสอบถามแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติก

แบบสอบถามแรงจูงใจในการเลือกเล่นกีฬายิมนาสติกตอนที่ 2 ประกอบด้วย ข้อคำถามทั้งหมด 30 ข้อ โดยผู้ตอบข้อคำถามตอบแบบสอบถามในแต่ละข้อระดับของแรงจูงใจ ซึ่งผู้วิจัยแบ่งออก 5 ระดับแรงจูงใจ โดยแต่ละข้อคำถามแบ่งออกเป็น 2 ด้าน ดังนี้

1. แรงจูงใจภายใน (Intrinsic Motivation) มีจำนวนข้อคำถามทั้งหมด 15 ข้อ ดังนี้

ข้อที่ 1, 3, 4, 6, 7, 10, 12, 13, 15, 16, 17, 21, 24, 26 และ 29

2. แรงจูงใจภายนอก (Extrinsic Motivation) มีจำนวนข้อคำถามทั้งหมด 15 ข้อ ดังนี้

ข้อที่ 2, 5, 8, 9, 11, 14, 18, 19, 20, 22, 23, 25, 27, 28 และ 30





ภาคผนวก ค
รายนามผู้เชี่ยวชาญ

รายนามผู้เชี่ยวชาญ

1. รองศาสตราจารย์ไพบุลย์ ศรีสวัสดิ์
หัวหน้าภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ สุกัญญา พานิชเจริญนาม
รองคณบดีฝ่ายบริหาร คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ที่ปรึกษาสมาคมกีฬายิมนาสติกแห่งประเทศไทย
ผู้ตัดสินกีฬาเอโรบิกยิมนาสติก สหพันธ์ยิมนาสติกนานาชาติ
3. อาจารย์ อนุชิตร์ แท้สูงเนิน
อาจารย์ประจำวิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์
สถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตสุพรรณบุรี
ผู้ตัดสินกีฬายิมนาสติกศิลป์ชาย สหพันธ์ยิมนาสติกนานาชาติ
4. อาจารย์ กุสุมา ประเสริฐศรี
ผู้ฝึกสอนนักกีฬายิมนาสติกลีลาทีมชาติไทย
คณะกรรมการบริหารสมาคมยิมนาสติกแห่งประเทศไทย
ผู้ตัดสินกีฬายิมนาสติกลีลา สหพันธ์ยิมนาสติกนานาชาติ
5. รองศาสตราจารย์ เทเวศร์ พิริยะพูนท์
อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ



ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ ชื่อสกุล	จำอากาศโท ราชวัตร แก้วปัญญา
วันเดือนปีเกิด	วันที่ 22 เมษายน พ.ศ. 2529
สถานที่เกิด	จังหวัด เชียงใหม่
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	10 ถนน นันทาราม ซอย 1 ตำบล หายยา อำเภอ เมือง จังหวัด เชียงใหม่ 50100
ตำแหน่งหน้าที่การงานปัจจุบัน	นักกีฬายิมนาสติกศิลป์ชายทีมชาติไทย
สถานที่ทำงานปัจจุบัน	แผนก ผู้ช่วยผู้ฝึกสอนกีฬา กองการกีฬา กองทัพอากาศ(ดอนเมือง) สนามกีฬาหุบเตมีย์
ประวัติการศึกษา	
พ.ศ. 2535	ประถมศึกษา จาก โรงเรียนอนุบาลเชียงใหม่
พ.ศ. 2541	มัธยมศึกษาตอนต้น จาก โรงเรียนวัฒโนทัยพายัพ จังหวัดเชียงใหม่
พ.ศ. 2547	มัธยมศึกษาตอนปลาย จาก โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง
พ.ศ. 2550	จาก โรงเรียนวัฒโนทัยพายัพ จังหวัดเชียงใหม่ อนุปริญญา จาก สถาบันการพลศึกษาวิทยาเขตเชียงใหม่
พ.ศ. 2552	คณะศึกษาศาสตร์ เอกพลศึกษา ปริญญาตรี จาก สถาบันการพลศึกษาวิทยาเขตสุโขทัย
พ.ศ. 2552	คณะศึกษาศาสตร์ เอกพลศึกษา ปริญญาตรี จาก สถาบันการพลศึกษาวิทยาเขตสมุทรสาคร
พ.ศ. 2554	คณะนิเทศศาสตร์ เอกสื่อสารการกีฬา ปริญญาโท สาขาวิชาพลศึกษา จาก มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ การศึกษามหาบัณฑิต (กศ.ม.) คณะศึกษาศาสตร์