

ปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร

ปริญญานิพนธ์
ของ
สุนันท์ ภูโคกหวาย

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา
พฤษภาคม 2548

ปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร

ปริญญานิพนธ์
ของ
สุนันท์ ภูโคกหวาย

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา
พฤษภาคม 2548
ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ปัญหาของผู้ประกอบการกำลังภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร

บทคัดย่อ
ของ
สุนันท์ ภูโคกหวาย

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา
พฤษภาคม 2548

สุนันท์ ภูโคกหวาย. (2548). ปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร. ปริญญาโท กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม : อาจารย์ธงชาติ พู่เจริญ, ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธงชัย เจริญทรัพย์มณี.

การวิจัยครั้งนี้เพื่อศึกษาปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร จำนวน 280 คน ได้มาจากการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีค่าความเชื่อมั่น .91 วิเคราะห์ข้อมูลโดยการแจกแจงความถี่แล้วหาค่าร้อยละ

ผลการวิจัยพบว่า

ด้านความรู้ทางวิชาการของผู้นำการออกกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 43.25 ยกเว้นปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านภาษาอังกฤษที่มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 42.50

ด้านความสามารถทางทักษะของผู้นำการออกกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 43.82 ยกเว้นปัญหาด้านความสามารถในการสอนแอโรบิกได้อย่างมั่นใจ และความสามารถในการดัดแปลงการสอนแอโรบิกให้น่าสนใจ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 31.43 และ 32.86 ตามลำดับ

ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรมของผู้นำการออกกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 45.36 ยกเว้นปัญหาด้านการแต่งกายมีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 46.43

PROBLEMS OF EXERCISE INSTRUCTORS IN PRIVATE
FITNESS CENTERS IN BANGKOK

AN ABSTRACT
BY
SUNAN POOKOKWAI

Presented in partial fulfillment of the requirements
for the Master of Education degree in Physical Education
at Srinakharinwirot University
May 2005

Sunan Pookokwai. (2005). *Problems Of Exercise Instructors In Private Fitness Centers in Bangkok*. Master thesis, M.Ed. (Physical Education). Bangkok :Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee : Mr. Thongchat Phucharoen, Asst. Prof. Thongchai Charoensupmanee.

The objective of this thesis was to study levels of problems of exercise instructors in Private Fitness Centers in Bangkok. The 280 instructors were selected by using multistage, random sampling. The reliability of the questionnaire constructed by the researcher was 0.91. The data was analyzed by frequency and percentage.

The results revealed that :

Exercise instructor knowledge : 43.25 % of all instructors have not much problems with overall instructor knowledge. However, 42.50 % of all instructors are having moderate problem with English knowledge.

Ability with exercise instructor's skills : 43.82 % of all instructors have not much problems with exercise instructor's skills, with teaching aerobics confidently and 31.43 % of all instructors are having moderate problem. Furthermore, 32.86 % of all instructors are having moderate problems with teaching aerobics interestingly.

Servicing, moral and ethics of exercise instructors : 45.36 % of all instructors are having very little problem with servicing, quality and ethics. The least problem recorded with 46.43 % was with keeping themselves nice and tidy at all times.

ปริญญานิพนธ์
เรื่อง

ปัญหาของผู้ประกอบการกำลังภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร

ของ
นางสุนันท์ ภูโคกหวาย

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา
ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เพ็ญศิริ จีระเดชากุล)
วันที่.....เดือน พฤษภาคม.....พ.ศ. 2548

คณะกรรมการสอบปริญญานิพนธ์

.....ประธาน
(อาจารย์ธงชาติ พู่เจริญ)

.....กรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธงชัย เจริญทรัพย์มณี)

.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(อาจารย์พิศวง มหาจันทร์)

.....กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์สมรรถชัย น้อยศิริ)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยคามอนุเคราะห์อย่างยิ่งจาก อาจารย์ธงชาติ พู่เจริญ ประธานกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ธงชัย เจริญทรัพย์มณี กรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ อาจารย์พิศวง มหาพันธ์ และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์สมรรถชัย น้อยศิริ กรรมการที่แต่งตั้งเพิ่มเติม ที่ให้คำปรึกษา ข้อเสนอแนะและข้อแก้ไขต่างๆ จนทำให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้แล้วเสร็จสมบูรณ์ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ไพบุลย์ ศรีชัยสวัสดิ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์สมรรถชัย น้อยศิริ อาจารย์พิศวง มหาพันธ์ ที่รับเป็นผู้เชี่ยวชาญ และให้คำแนะนำในการทำวิจัย และคณาจารย์ในภาควิชาพลศึกษาทุกท่านที่ให้ความช่วยเหลืออย่างดียิ่ง

ขอขอบคุณคุณสุนีย์ ภูโคกหวาย ผู้จัดการศูนย์สุขภาพที่เกี่ยวข้อง และผู้นำการออกกำลังกายทุกท่านที่ให้ความช่วยเหลือในการเก็บและรวบรวมข้อมูล

ท้ายสุดนี้ผู้วิจัยขอขอบใจเด็กหญิงคริสติน่า เด็กหญิงลิซ่า ภูโคกหวาย ที่คอยให้ความรักและกำลังใจ ขอขอบคุณคุณมาร์โค แอนดริเกตโต (Mr. Marco Andrighetto) ที่ให้ทั้งความช่วยเหลือ ความรัก ความห่วงใย กำลังใจ และทุนทรัพย์ต่อผู้วิจัยในการศึกษาและการทำปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

สุนันท์ ภูโคกหวาย

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
ภูมิหลัง	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย	3
ความสำคัญของการวิจัย	3
ขอบเขตของการวิจัย	3
กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย	3
ตัวแปรที่ศึกษา	3
นิยามศัพท์เฉพาะ	4
กรอบแนวคิดในการวิจัย	4
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	5
ความหมายของการออกกำลังกาย	5
ความสำคัญของการออกกำลังกาย	5
สถานบริการออกกำลังกาย	7
ผู้นำการออกกำลังกาย	11
ความหมายของบทบาท	11
บทบาทของผู้นำการออกกำลังกายที่ดี	12
ลักษณะความเป็นผู้นำ	15
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	18
งานวิจัยในต่างประเทศ	18
งานวิจัยในประเทศ	20
3 วิธีดำเนินการวิจัย	28
การกำหนดประชากรและเลือกกลุ่มตัวอย่าง	28
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	29
ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ	29
การเก็บรวบรวมข้อมูล	29
การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล	30

สารบัญ(ต่อ)

บทที่	หน้า
4	ผลการวิเคราะห์ข้อมูล..... 31
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	31
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	31
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	32
5	บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ 76
บทย่อ.....	76
ความมุ่งหมายของการวิจัย.....	76
ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้การวิจัย.....	76
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	76
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	76
สรุปผลการวิจัย.....	77
อภิปรายผล	81
ข้อเสนอแนะ	83
ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป.....	83
บรรณานุกรม.....	84
ภาคผนวก	88
ประวัติย่อผู้วิจัย	101

บัญชีตาราง

ตาราง		หน้า
1	สถานภาพของกลุ่มตัวอย่าง (N = 280).....	33
2	ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความรู้ทางวิชาการจำแนกตามเพศชาย (N = 160).....	34
3	ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางทักษะ เพศชาย (N = 160).....	36
4	ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรม เพศชาย (N = 160).....	38
5	ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความรู้ทางวิชาการ เพศหญิง (N = 120).....	40
6	ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางทักษะ เพศหญิง (N = 120).....	42
7	ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรม เพศหญิง (N = 120).....	44
8	ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความรู้ทางวิชาการ เพศชายที่มีประสบการณ์ 1 – 4 ปี (N = 104).....	46
9	ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางทักษะ เพศชายที่มีประสบการณ์ 1 – 4 ปี (N = 104).....	48
10	ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรม เพศชาย ที่มีประสบการณ์ 1 – 4 ปี (N = 104).....	50
11	ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความรู้ทางวิชาการ เพศหญิงที่มีประสบการณ์ 1 – 4 ปี (N = 94).....	52
12	ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางทักษะ เพศหญิงที่มีประสบการณ์ 1 – 4 ปี (N = 94).....	54

บัญชีตาราง (ต่อ)

ตาราง		หน้า
13	ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรม เพศหญิง ที่มีประสบการณ์ 1 – 4 ปี (N = 94).....	56
14	ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความรู้ทางวิชาการ เพศชายที่มีประสบการณ์ 4 ปี ขึ้นไป (N = 56).....	58
15	ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางทักษะ เพศชายที่มีประสบการณ์ 4 ปี ขึ้นไป (N = 56).....	60
16	ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรม เพศชาย ที่มีประสบการณ์ 4 ปี ขึ้นไป (N = 56).....	62
17	ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความรู้ทางวิชาการ เพศหญิงที่มีประสบการณ์ 4 ปี ขึ้นไป (N = 26).....	64
18	ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางทักษะ เพศหญิงที่มีประสบการณ์ 4 ปี ขึ้นไป (N = 26).....	66
19	ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรม เพศหญิง ที่มีประสบการณ์ 4 ปี ขึ้นไป (N = 26).....	68
20	ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความรู้ทางวิชาการ (N = 280).....	70
21	ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางทักษะ (N = 280).....	72
22	ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรม (N = 280).....	74

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ปัจจุบันความเจริญทางด้านเทคโนโลยีและสิ่งอำนวยความสะดวกที่ทันสมัย การรับรู้ข่าวสารเป็นไปอย่างรวดเร็ว แต่ในเรื่องของเวลานั้นกลับกลายเป็นสิ่งที่มีน้อยลง ยิ่งมีการพัฒนาทางสังคมมากขึ้นเท่าไร มนุษย์ก็ต้องมีการหาหนทางที่จะต้องรับมือมากขึ้นเท่านั้น การใช้เวลาทุกนาทีให้เป็นประโยชน์และคุ้มค่าที่สุดจึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง ในการทุ่มเทกำลังสติปัญญาให้กับการทำงาน เพื่อการได้รับค่าตอบแทนที่เพียงพอต่อการยังชีพของครอบครัว ทำให้การออกกำลังกายเปรียบเสมือนสิ่งฟุ่มเฟือยแทนที่จะเป็นสิ่งจำเป็น จึงทำให้วิถีความเป็นอยู่ของมนุษย์ในปัจจุบันนี้ กำลังเสี่ยงต่อโรคของการขาดการออกกำลังกาย การออกกำลังกายจึงมีความสำคัญมากต่อประชาชนและต่อประเทศชาติ เพราะประเทศที่เจริญต้องประกอบด้วยประชาชนที่แข็งแรง มีสุขภาพอนามัยที่ดี การที่ประชาชนทอดทิ้งหรือละเลยต่อการออกกำลังกายจึงส่งผลให้ประชาชนในประเทศมีสุขภาพไม่ดีนัก ประเทศใด ๆ จะมั่งคั่งสมบูรณ์หรืออ่อนแอไม่เจริญก้าวหน้าก็ขึ้นอยู่กับปริมาณและคุณภาพของทรัพยากรมนุษย์เป็นสำคัญ

โดยธรรมชาติของมนุษย์ นอกเหนือจากมีความต้องการจากปัจจัย 4 ซึ่งได้แก่ อาหาร เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย และยารักษาโรคแล้ว มนุษย์ยังมีความต้องการในการเคลื่อนไหวหรือการออกกำลังกายเพื่อที่จะพัฒนาสุขภาพด้านร่างกายและจิตใจของตนให้ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ได้กล่าวไว้ว่า การออกกำลังกายเป็นประจำอย่างสม่ำเสมอมีความสำคัญและมีประโยชน์ต่อร่างกาย ในแง่ของทฤษฎีแล้วการออกกำลังกายเป็นประจำจะทำให้ร่างกายมีความแข็งแรงของกล้ามเนื้อมากขึ้น ความทนทานที่เกี่ยวกับระบบกล้ามเนื้อและการไหลเวียนโลหิตดีขึ้น ความอ่อนตัวดีขึ้น และความสัมพันธ์ระหว่างระบบประสาทกับระบบกล้ามเนื้อมีประสิทธิภาพดีขึ้น นอกจากนั้นการออกกำลังกายยังช่วยปรับปรุงทำให้บุคลิกภาพของผู้ออกกำลังกายดีขึ้นด้วย และยังสามารถช่วยลดความเครียด ความวิตกกังวล อาการเจ็บปวดเล็กๆ น้อย ๆ ของกล้ามเนื้อและทำให้น้ำหนักอยู่ในเกณฑ์ที่เหมาะสม ร่างกายมนุษย์จำเป็นต้องมีการเคลื่อนไหวเพื่อความเจริญเติบโตและป้องกัน การเสื่อมสภาพก่อนวัยอันควร การออกกำลังกายจึงมีความสำคัญต่อคุณภาพชีวิต อย่างไรก็ตามสิ่งที่ร่างกายของมนุษย์ทุก ๆ คนหลีกเลี่ยงไม่ได้คือการเสื่อมโทรมของอวัยวะต่างๆ ภายในร่างกาย เช่น เมื่อมีอายุเพิ่มมากขึ้น ผิวหนังจะเริ่มเหี่ยวย่น ใหญ่เริ่มตกร่างกายจะขาดความกระปรี้กระเปร่า ข้อต่อและกระดูกทำงานไม่คล่องตัว และเหนื่อยง่าย เป็นต้น ถึงแม้สิ่งต่างๆ ที่กล่าวมานี้เป็นสิ่งที่ไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ และจะเกิดขึ้นกับมนุษย์ทุกคน แต่ก็สามารถที่จะชะลอให้ช้าลงได้ และสิ่งหนึ่งที่จะช่วยไม่ให้ร่างกายเสื่อมโทรมเร็วเกินไปก็คือ การออกกำลังกาย วาสนา คุณาภิสิทธิ์ (2539 : 25) ได้กล่าวว่า สุขภาพดีเป็นยอดปรารถนาของคนทุกคน และมีความจำเป็นต่อการดำรงชีวิต เพราะ

สุขภาพดีเป็นบ่อเกิดของคุณภาพต่าง ๆ อันยังประโยชน์ต่อตนเอง สังคม ประเทศชาติ และโลก ตามความเป็นจริงแล้ว การจะมีสุขภาพดีหรือไม่เพียงใดนั้นขึ้นอยู่กับพฤติกรรมของคนแต่ละคน และเป็นเรื่องเฉพาะคน เพราะใครทำอะไรได้และไม่อาจทำแทนกันได้ต้องลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง อย่างเหมาะสม สม่ำเสมอและต่อเนื่อง การออกกำลังกายจึงเป็นความจำเป็นของชีวิตมนุษย์เสมือนอาหารที่ต้องรับประทานทุกวัน เด็กๆ ออกกำลังกายเพื่อความเจริญเติบโต ผู้ใหญ่ออกกำลังกายเพื่อความแข็งแรงและคงคุณภาพชีวิตเอาไว้

สภาพความเป็นอยู่ของประชาชนในเขตกรุงเทพมหานครที่มีการใช้ชีวิตอย่างเร่งรีบ และทำงานหนักเพื่อหารายได้เพิ่มมากขึ้น การหาเวลาว่างในการออกกำลังกายจึงมีน้อยลง ประกอบกับสวนสาธารณะหรือสนามกีฬาต่างๆ มีจำนวนจำกัด ทั้งยังไม่มีความพร้อมด้านเครื่องมือและอุปกรณ์ที่ทันสมัยตลอดจนความไม่สะดวกในการเดินทางไปยังสถานที่นั้นๆ เนื่องจากปัญหาจราจรติดขัด จึงทำให้ธุรกิจบริการศูนย์สุขภาพได้รับความสนใจเป็นอย่างมาก ดังจะสังเกตได้จากขณะนี้มีศูนย์สุขภาพเกิดขึ้นเป็นจำนวนมากและมีการขยายตัวอย่างรวดเร็ว จนในปัจจุบันมีศูนย์สุขภาพเปิดให้บริการถึงประมาณกว่า 100 แห่ง และมีผู้สมัครเป็นสมาชิกหรือมาใช้บริการประมาณ 50,000 คน เนื่องจากการออกกำลังกายในศูนย์สุขภาพ เป็นวิธีการออกกำลังกายที่สอดคล้องและเหมาะสมกับพฤติกรรมของผู้บริโภคและสภาวะแวดล้อมในปัจจุบัน

เมื่อจำนวนศูนย์สุขภาพเปิดบริการมากขึ้น ความต้องการด้านต่างๆ ในการจัดการศูนย์สุขภาพ เช่น ความต้องการด้านสิ่งอำนวยความสะดวก วัสดุอุปกรณ์ต่างๆ ที่ใช้ในศูนย์สุขภาพ ความต้องการด้านวิชาการ ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพ และที่สำคัญ คือ ความต้องการบุคลากร ยิ่งมีมากขึ้นด้วย โดยเฉพาะผู้นำการออกกำลังกายซึ่งจะต้องมีความรู้ ความสามารถ เกี่ยวกับการออกกำลังกายเป็นอย่างมาก และยังมีคุณสมบัติอื่นๆ อีกมากมาย ดังที่ คลาร์ก แฮทช์ (Clark Hatch. 1969 : 142) ได้กำหนดรายละเอียดของคุณสมบัติและหน้าที่ความรับผิดชอบของผู้นำการออกกำลังกาย ไว้ดังนี้ มีทักษะในการทดสอบและประเมินผลสมรรถภาพทางกาย รูปการใช้ทักษะทางวิทยาศาสตร์เกี่ยวกับสรีรวิทยาการออกกำลังกาย สามารถเขียนและบรรยายเกี่ยวกับการฝึกสมรรถภาพทั้งทางด้านแอโรบิก และความแข็งแรง มีความเป็นผู้นำในด้านการออกกำลังกาย สามารถสอนและนำปฏิบัติเองได้ในหลายกิจกรรมกีฬา เช่น การวิ่ง ว่ายน้ำ เป็นต้น มีความสามารถทางธุรกิจ และเดโซ สวานานนท์ (2528 ; 191 - 194) กล่าวว่า คุณลักษณะของผู้นำ จะต้องมีความรู้หรือฝึกให้มีคุณลักษณะ ดังนี้ ความริเริ่ม ความใกล้ชิดกับสมาชิกในหมู่คณะ ความเป็นตัวแทนของหมู่คณะ การสมานไมตรีและสร้างสามัคคีธรรม การแบ่งสรรงานการบังคับบัญชา การตัดสินใจ การติดต่อสื่อสาร การเคารพในความคิดเห็นของผู้อื่น การยอมรับผลงาน ความเสียสละ การรู้จักผู้ร่วมงาน ความสามารถ

ดังจะเห็นได้ว่าธุรกิจด้านศูนย์สุขภาพมีการเจริญเติบโตเร็วมาก ดังนั้นความต้องการผู้นำการออกกำลังกายจึงสูงตามไปด้วย และการที่จะเป็นผู้นำการออกกำลังกายที่ดีตามความต้องการของธุรกิจศูนย์สุขภาพ ผู้นำการออกกำลังกายจำเป็นอย่างยิ่งที่จะต้องเป็นคนทันสมัย ทันเหตุการณ์ หาความรู้เพิ่มเติมอยู่ตลอดเวลา โดยเฉพาะความรู้ด้านภาษาอังกฤษเพื่อใช้ใน

การสื่อสารกับผู้มาใช้บริการที่เป็นชาวต่างชาติและสามารถศึกษาดำรงที่เป็นภาษาอังกฤษ เพื่อเพิ่มเติมความรู้ให้กว้างขวางยิ่งขึ้น ด้านทักษะการสอนการออกกำลังกายแบบใหม่ๆ รวมทั้งอุปกรณ์การออกกำลังกายแบบใหม่ๆที่ใช้ในศูนย์สุขภาพ

ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะทำการศึกษาปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายในศูนย์สุขภาพของเอกชน ในเขตกรุงเทพมหานคร เพื่อเป็นแนวทางเสนอแนะให้องค์กรของรัฐ คือ ศูนย์วิทยาศาสตร์การกีฬา งานกีฬาเพื่อสุขภาพและฝ่ายกิจกรรมกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย ได้จัดอบรมผู้นำในการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ ให้ได้ผลดีมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้นและสอดคล้องกับความต้องการของประชาชนและธุรกิจด้านศูนย์สุขภาพ รวมทั้งยังเป็นประโยชน์ต่อการวางแผนการส่งเสริมกีฬาเพื่อสุขภาพและเป็นข้อมูลสำหรับผู้สนใจทั่วไป

ความมุ่งหมายของการวิจัย

เพื่อศึกษาปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร

ความสำคัญของการวิจัย

ทำให้ทราบปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร เพื่อเป็นแนวทางในการปรับปรุงการเป็นผู้นำการออกกำลังกาย และพัฒนาการจัดบริการของศูนย์สุขภาพและการให้บริการของผู้นำการออกกำลังกาย ตลอดจนเป็นประโยชน์ต่อการศึกษาและวิจัยต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร จำนวน 970 คน จำแนกเป็นชาย 627 คน หญิง 343 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร โดยใช้การประมาณขนาดของกลุ่มตัวอย่างจากตารางสำเร็จรูปของเครจซี่ และ มอร์แกน (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2543 : 303) ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 280 คน เป็นชาย 160 คน เป็นหญิง 120 คน ได้มาจากการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multistage Random Sampling)

ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรต้น ได้แก่

1. เพศจำแนกเป็น

1.1 ชาย

1.2 หญิง

2. ประสบการณ์ จำแนกเป็น

2.1 1 – 4 ปี

2.2 4 ปีขึ้นไป

ตัวแปรตาม คือ ปัญหาของผู้นำการออกกำลังกาย

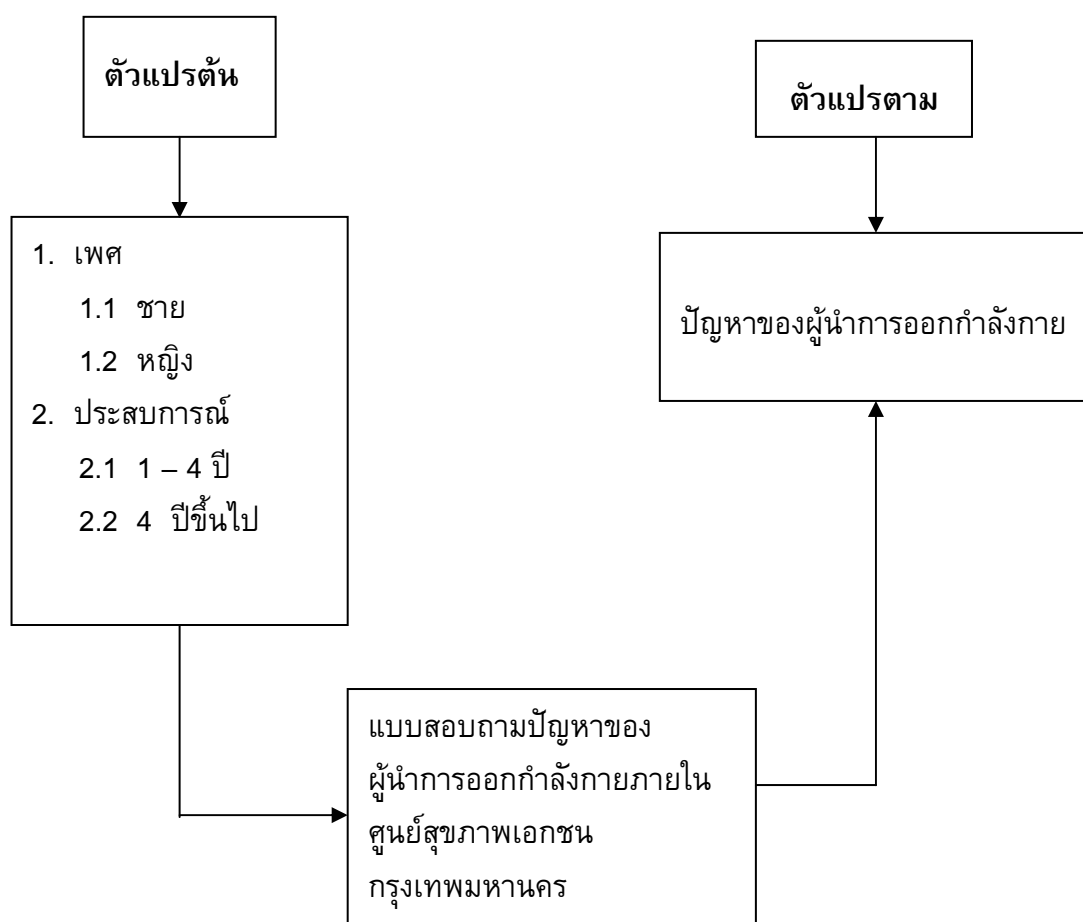
นิยามศัพท์เฉพาะ

ปัญหา หมายถึง ข้อสงสัยที่ผู้นำการออกกำลังกายไม่รู้ ไม่เข้าใจ ทำให้อยากรู้ อยากเห็น อยากได้คำตอบ ทำให้เกิดการค้นคว้า หาคำตอบ และอุปสรรคต่างๆ ที่เกิดจากการทำงาน

ผู้นำการออกกำลังกาย หมายถึง ผู้ที่ให้ความรู้ แนะนำ ช่วยเหลือโดยตรง ให้กับสมาชิก ให้มีวิธีการออกกำลังกายได้อย่างถูกต้องและปลอดภัยตามหลักของวิทยาศาสตร์ การเคลื่อนไหวและสรีรวิทยา

ศูนย์สุขภาพ หมายถึง สถานที่ๆ ใช้ในการเล่นกีฬาหรือออกกำลังกายชนิดต่างๆ แก่ผู้ที่ลงทะเบียนเป็นสมาชิกของศูนย์สุขภาพเอกชนในเขตกรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ. 2547

กรอบแนวคิดในการวิจัย



บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการศึกษา ดังจะกล่าวต่อไปนี้

1. ความหมายและความสำคัญของการออกกำลังกาย
2. สถานบริการออกกำลังกาย
3. ผู้นำการออกกำลังกาย
4. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 4.1 งานวิจัยในต่างประเทศ
 - 4.2 งานวิจัยในประเทศ

ความหมายและความสำคัญของการออกกำลังกาย

ความหมายของการออกกำลังกาย

สุวิมล ตั้งสัจพจน์ (2526 : 1-2) กล่าวถึงการออกกำลังกายว่า คนบางคนคิดว่า การออกกำลังกาย คือ การทำให้ส่วนที่เขารับประทานเกินความต้องการของร่างกายลดลง หรือทำให้ผอมลง แต่ความจริงการออกกำลังกายด้วยการเคลื่อนไหว เป็นสิ่งสำคัญในการพัฒนาร่างกาย ช่วยรักษาเนื้อเยื่อ และระบบการทำงานของร่างกายให้อยู่สภาพแข็งแรง เด็กที่ไม่มีโอกาสออกกำลังกายในวัยเด็ก ยากที่จะทำให้ร่างกายแข็งแรง เมื่อเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ได้ มีประชาชนจำนวนไม่น้อยที่ละทิ้งจากการออกกำลังกาย ไม่ว่าจะเป็นการบริหารหรือกิจกรรมทางกีฬา สนใจแต่การศึกษา อาชีพ หรือการหาเลี้ยงครอบครัว ลักษณะเช่นนี้จะทำให้กล้ามเนื้อไม่กระฉับกระเฉง และเสื่อมสภาพเร็วกว่าปกติ การออกกำลังกาย สามารถจำแนกตามความแรงของกล้ามเนื้อที่เคลื่อนไหว แรงต้านในการเคลื่อนไหว และเวลาฝึกต้องมีความต่อเนื่อง การรวมที่แตกต่างกันทางด้านความเร็วแรงต้านจะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อแหล่งของพลังงานที่แตกต่างกัน ความเมื่อยล้า (Fatigue) หรือ ความเหนื่อย (Exhaustion) จะเกิดขึ้นเมื่อค่าสูงสุดของความเร็วในการเคลื่อนไหว แรงต้านทานและเวลาในการปฏิบัติ มีความสัมพันธ์เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

ความสำคัญของการออกกำลังกาย

คุณค่าและความสำคัญของการออกกำลังกาย แพทยสภาแห่งประเทศไทย (2518 : 104) ได้สรุปไว้ดังนี้

1. การออกกำลังกายช่วยให้อวัยวะต่างๆ เช่น ปอด หัวใจ ไต กระดูก และกล้ามเนื้อแข็งแรงขึ้นและยังช่วยลดการเป็นโรคความดันโลหิตสูง โรคแผลกระเพาะอาหาร และไขมันในเส้นเลือดสูง เป็นต้น

2. ผู้ที่ทำงานเบาโดยไม่ค่อยได้ออกกำลังกาย อาจเป็นโรคเหนื่อยง่าย และทำให้เวียนศีรษะ การออกกำลังกายบ่อย ๆ จะช่วยป้องกันอาการเหล่านี้ได้
3. พระภิกษุ นักเรียน แม่บ้าน ช่างเย็บเสื้อผ้า นักธุรกิจ หรือผู้มีอาชีพงานเบาๆ ควรหาเวลาออกกำลังกายทุกวัน อาการเหนื่อยง่าย เบื่ออาหาร เวียนศีรษะ และนอนไม่หลับอาจหายไปได้
4. บุรุษไปรษณีย์เป็นโรคหัวใจน้อยกว่าพนักงานรับโทรศัพท์ กระเป๋ารถเมล์เป็นโรคหัวใจน้อยกว่าคนขับรถเมล์ เพราะผลจากการเดินที่มากกว่านั่นเอง
5. การออกกำลังกายเป็นประจำทุกวัน ทำให้การเป็นโรคติดเชื้อ เช่น หวัดเจ็บคอลดน้อยลง
6. ผู้ที่ทำงานเบาๆ อาจเจ็บป่วยบ่อยๆ
7. การเดิน การวิ่ง การทำกายบริหาร การทำโยคะ การรำมวยจีน ล้วนเป็นการบริหารกายที่ทำให้สุขภาพดีขึ้น
8. การออกกำลังกายทุกวันทำให้แก่ช้า อายุยืน
9. การออกกำลังกายทำให้จิตใจแจ่มใส

อวย เกตุสิงห์ (2520 : 1) กล่าวว่า การออกกำลังกายอย่างถูกต้องเป็นสิ่งจำเป็นสำหรับทุกคนตั้งแต่แรกเกิดจนถึงวัยชรา แม้ในคนป่วยยังต้องออกกำลังกายเพื่อช่วยให้หายป่วยเร็วขึ้น เด็กที่คลอดใหม่ต้องร้อง สะบัดแขนขาเป็นการออกกำลังกายทำให้ร่างกายแข็งแรง วัยหนุ่มสาว การออกกำลังกายช่วยทำให้การทำงานของระบบต่างๆ ในร่างกายทำงานได้ดีขึ้น ในวัยชราการออกกำลังกายจะช่วยป้องกันและรักษาอาการของโรคที่เกิดในวัยชราได้ เช่น อาการปวดเมื่อย ท้องผูกเป็นประจำ วิงเวียนศีรษะ หน้ามืด เพราะการไหลเวียนของเลือดไม่เพียงพอ แต่ผลที่ได้รับย่อมแตกต่างกันไปตามความหนักและปริมาณของการกระทำและวัยของผู้ปฏิบัติ โดยทั่วไปการออกกำลังกายที่หนักและมีปริมาณมากพอสมควรมีผลส่งเสริมสุขภาพ คือ ทำให้แข็งแรงขึ้น หรือฟื้นฟูสภาพส่วนที่เสื่อมไปกลับดีขึ้นใหม่ ส่วนการออกกำลังกายที่เบาและมีปริมาณน้อยให้ผลรักษาสุขภาพหรือป้องกันการเสื่อมเท่านั้น

สุวิมล ตั้งสัจพจน์ (2526 : 5-8) กล่าวว่า การออกกำลังกายสม่ำเสมอทุกวันจะช่วยรักษาให้ร่างกายอยู่ในสภาวะถึงจุดสูงสุด การวิ่งเหยาะๆ หรือการเล่นกีฬาสัปดาห์ละครั้งนั้นไม่เพียงพอ การเริ่มออกกำลังกายไม่ควรใช้เวลานานเกินไป ควรเริ่มจากง่ายแล้วค่อยๆ เพิ่มความหนักของงานทีหลัง

การออกกำลังกายจะช่วยปรับปรุงโครงสร้าง และการทำงานของร่างกายที่เกี่ยวกับขบวนการเปลี่ยนแปลงการเผาผลาญอาหาร ประสาท โครงสร้าง กล้ามเนื้อ ระบบหายใจ และระบบการหมุนเวียนของโลหิตให้ดีขึ้น ในระยะแรกจะปรับปรุงผลจากสูญเสียการเคลื่อนไหวที่ไม่ดีเสียก่อนแล้วจึงปรับปรุงการประสานงานระหว่างการทำงานของโลหิต กับระบบทางหายใจและตอนท้ายสุดจะปรับปรุงโครงสร้างของกล้ามเนื้อ ประสาท หลอดเลือด และกระดูก ผลของการออกกำลังกายจะช่วยเพิ่มปริมาณออกซิเจนที่ได้รับ และเพิ่มความสามารถในการทำงาน การออกกำลังกาย

ด้วยการฝึกซ้อมสม่ำเสมอ จะช่วยปลดเพิ่มความสามารถในการจับออกซิเจน และความสามารถของระบบไหลเวียนในการสูบและนำออกซิเจนในเลือดไปให้กล้ามเนื้อทำงาน

โปรแกรมการออกกำลังกาย มีคุณค่าในการช่วยประชาชนพัฒนา และรักษาสมรรถภาพของกล้ามเนื้อให้อยู่ระดับที่ดี การออกกำลังกายทำให้

1. มีผลต่อการปรับตัวทางสรีรวิทยา กล่าวคือ ทำให้สมรรถวิสัยของระบบหมุนเวียนโลหิตกับระบบหายใจ ความแข็งแรง ความทนทานของกล้ามเนื้อ และความอ่อนตัวดีขึ้น
2. เพื่อเพิ่มความสามารถในการทำงานของร่างกาย โดยการพัฒนาคุณภาพของความแข็งแรง ความทนทานของกล้ามเนื้อ ศักยภาพของระบบไหลเวียนกับหายใจ และปฏิกิริยาตอบสนอง
3. เพิ่มความทนทานสำหรับงานเฉพาะอย่าง (ไม่ว่าจะเป็นงานประจำหรืองานจร)
4. เพิ่มศักยภาพในการทำงาน และระบบหมุนเวียนของโลหิตกับหายใจ ทำงานได้ดีขึ้น
5. สามารถที่จะลดน้ำหนักตัว รักษาน้ำหนักให้คงไว้หรือเพิ่มน้ำหนักก็ได้
6. เพิ่มความอ่อนตัวของกล้ามเนื้อ เอ็น และความแข็งแรงของเอ็นยึด
7. เพิ่มประสิทธิภาพในการดำรงชีวิตประจำวัน
8. ปรับปรุงคุณภาพของชีวิต
9. เพิ่มความเจริญพัฒนาการของเด็กและวัยรุ่น
10. ใช้ในการบำบัดและฟื้นฟูร่างกาย หลังจากการเจ็บป่วย
11. ลดความตึงเครียด และเพิ่มความสามารถในการพักผ่อนให้ร่างกาย

สถานบริการออกกำลังกาย

ปรีชา กลิ่นรัตน์. (2536 : 204) ได้กล่าวว่า การออกกำลังกายแบบแอโรบิก (Aerobic) ได้นำมาผูกโยงกับการเต้นรำ (Dance) ได้อย่างผสมกลมกลืนจะทำให้การออกกำลังกายแบบแอโรบิกดีขึ้น เกิดประโยชน์ต่อสุขภาพและมีคุณค่าด้านนันทนาการเชิงศิลป์ (Recreation Art) ด้วยเหตุผลดังกล่าวการออกกำลังกายแบบแอโรบิกดีขึ้น จึงเป็นกิจกรรมตัวชูโรงอยู่ในสถานบริการออกกำลังกาย (Fitness Club) ซึ่งปัจจุบันได้เป็นเรื่องของการจัดการทางธุรกิจอย่างเต็มตัวในสถานบริการออกกำลังกาย

ธีรวัฒน์ แสงรักษา (2541 : 9-13) ได้กล่าวถึง “การบริหารร่างกาย” (Body Conditioning) นับว่าเป็นวิธีที่ดีวิธีหนึ่งของการออกกำลังกาย นอกเหนือจากการออกกำลังกายด้วยการเล่นกีฬาต่างๆ เช่น กอล์ฟ เทนนิส วอลเลย์บอล ในปัจจุบันการบริหารร่างกายจึงเป็นที่สนใจและนิยมมากขึ้นในประเทศต่าง ๆ รวมทั้งประเทศไทยด้วย จึงทำให้สถานบริการออกกำลังกายทวีความสำคัญมากขึ้นทุกวันในกลุ่มผู้ที่สนใจในการออกกำลังกาย ทั้งนี้เนื่องจากเป็นวิธีการออกกำลังกายที่สอดคล้องและเหมาะสมกับสภาวะแวดล้อม ความเป็นอยู่ปัจจุบัน ซึ่งได้แก่

1. เป็นสถานที่ออกกำลังกายที่ใช้พื้นที่น้อยกว่าการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬาประเภทอื่น ๆ ทำให้สามารถเปิดบริการในแหล่งชุมชน ย่านธุรกิจการค้า หรือทำเลซึ่งที่ดินมีราคาสูง เพื่อสะดวกต่อการเดินทางมาใช้บริการ

2. การบริหารร่างกายในสถานบริการออกกำลังกายเป็นการออกกำลังกายที่ใช้เวลาน้อย แต่สามารถออกกำลังกายได้มาก จึงเหมาะสมกับภาวะรีบเร่งของสังคม ซึ่งผู้บริโภคส่วนใหญ่เหลือเวลาหลังจากภาระกิจประจำวันไม่มากนัก

3. วิธีการบริหารร่างกาย ที่ทำให้ร่างกายทุกส่วนได้ออกกำลังกายอย่างทั่วถึง เพื่อแก้ไขข้อบกพร่องของร่างกายในส่วนที่ผิดปกติได้ จึงเป็นการออกกำลังกายที่ทำให้ร่างกายได้สัดส่วน ทรวดทรงสวยงาม จึงเป็นที่นิยมมากทั้งเพศชายและเพศหญิง ซึ่งปัจจุบันการประกอบอาชีพนั่งโต๊ะ หรือการขยับเขยื้อนร่างกายน้อยลงมักทำให้เกิดการพอกพูนของไขมันในร่างกายบางส่วนมาก เช่น หน้าท้อง ต้นขา สะโพก เป็นต้น

4. การบริหารร่างกาย สามารถนำมาประยุกต์ร่วมกับดนตรี หรือท่าเต้น ซึ่งเป็นที่นิยมในปัจจุบันได้ดี ยิ่งทำให้เกิดความสนุกสนานและดึงดูดความสนใจได้มากกว่าการเล่นกีฬาหรือการออกกำลังกายประเภทอื่น ๆ บางประเภท

5. การบริหารร่างกายเป็นการออกกำลังกายภายในอาคาร ซึ่งส่วนใหญ่ปรับอากาศ จึงสามารถทำเมื่อไรก็ได้เท่าที่ต้องการ ในขณะที่การออกกำลังกายหรือการเล่นกีฬากลางแจ้งนั้น ไม่สามารถทำได้ทุกวัน เช่น ฝนตก หรือแดดร้อนเกินไป โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้หญิงในปัจจุบัน ไม่นิยมการออกกำลังกายกลางแจ้งบ่อยนัก เพราะทำให้ผิวเสีย

สถานบริการออกกำลังกายแห่งแรกในประเทศไทยคือ “สถานบริการออกกำลังกายโจแอนดรู” (Joanne Drew) เปิดเมื่อปี พ.ศ.2511 โดยเป็นสาขาหนึ่งของสถานบริการออกกำลังกายที่มีชื่อเสียงเป็นที่รู้จักทั่วโลก เฉพาะในเอเชีย มีสาขาอยู่ถึง 17 แห่ง ในประเทศต่าง ๆ ได้แก่ ฮองกง ศรีลังกา มาเลเซีย สิงคโปร์ อินโดนีเซีย และประเทศไทย นอกจากนี้สถานบริการออกกำลังกายในกลุ่มนี้ทั้งหมดยังเป็นสมาชิกของสมาคมสมรรถภาพนานาชาติที่สามารถแลกเปลี่ยนเข้าใช้บริการในสถานบริการออกกำลังกายโจแอนดรูได้ และในขณะเดียวกันลูกค้าหรือสมาชิกเมื่อเดินทางไปต่างประเทศก็จะสามารถเข้ารับบริการในสถานบริการออกกำลังกายอื่นๆ ที่เป็นสมาชิกของสมาคมสมรรถภาพนานาชาติ ก็ได้เช่นกัน สถานบริการออกกำลังกายโจแอนดรูนี้ เปิดดำเนินการครั้งแรกที่ชั้น 2 ตึกนายเลิศ ถนนสุขุมวิท (ต่อมาจนถึงเดือนพฤศจิกายน 2526 จึงได้ย้ายมาเปิดอาคารใหม่ที่ซอยพร้อมศรี 1 สุขุมวิท 39) หลังจากที่สถานบริการออกกำลังกายโจแอนดรู เปิดดำเนินการมาได้กว่า 8 ปี ในเดือนสิงหาคม 2519 สถานบริการออกกำลังกายแห่งที่ 2 ก็ได้เปิดดำเนินการขึ้นนั่นคือ “สถานบริการออกกำลังกายเวิลด์คลับ” (World Club) โดยมีนายสุเมธ สุเมตติกุล เป็นผู้อำนวยการ จัดตั้งขึ้นในรูปของบริษัท เวิลด์ ฟิกเกอร์ เซ็นเตอร์ แอนด์ เฮลท์คลับ (World Figure Center and Health Club) ซึ่งนับเป็นสาขาหนึ่งในจำนวน 1,100 แห่งทั่วโลกของสมาคมสมรรถภาพนานาชาติเช่นเดียวกับสถานบริการออกกำลังกายโจแอนดรู สถานบริการ

ออกกำลังกายเวิลด์คลับ เปิดดำเนินกิจการขึ้นที่บริเวณศูนย์การค้าบางกอกบาซาร์ ถนนราชดำริ นับเป็นสถานบริการออกกำลังกายที่เป็นที่รู้จักและได้รับความนิยมสูงสุดของผู้บริโภคตลอดมาจนต้องมีการขยายกิจการเพิ่มขึ้น เพิ่มห้องบริการอีกถึง 10 คูหาในปี พ.ศ. 2525 เพื่อให้เพียงพอกับความต้องการของสมาชิกที่เพิ่มจำนวนขึ้นอย่างรวดเร็ว เมื่อบริการของสถานบริการออกกำลังกายได้เป็นที่นิยมขยายกว้างขวางขึ้น ผู้ประกอบการรายใหม่ๆ ก็ได้เข้ามาในตลาดเพิ่มขึ้นเป็นธรรมดา ในปี พ.ศ. 2524 ซึ่งเป็นช่วงที่สถานบริการออกกำลังกายเวิลด์คลับ ได้รับความนิยมจากผู้บริโภคเป็นจำนวนมาก จนสถานที่ในการให้บริการค่อนข้างคับแคบเกินไป สถานบริการออกกำลังกายแห่งใหม่จึงได้เปิดขึ้นอีกในกรุงเทพมหานครเป็นแห่งที่ 3 คือ “สถานบริการออกกำลังกาย สยามเฮลท์คลับ” (Siam Health club) โดยเลือกทำเลที่ตั้งในซอยจุฬาลงกรณ์ 12 บริเวณใกล้สนามกีฬาแห่งชาติ หลังจากสถานบริการออกกำลังกายทั้งสามนี้ได้เข้ามาสร้างสรรค์ความต้องการและทำให้ผู้บริโภคเห็นความสำคัญของการรักษาสุขภาพ พลานามัยของร่างกายด้วยการบริหารร่างกายแล้ว สถานบริการออกกำลังกายจึงเป็นที่นิยมเพิ่มมากขึ้น และตลาดขยายกว้างขวางขึ้นเป็นลำดับ จึงเป็นโอกาสให้สถานบริการออกกำลังกายคู่แข่งใหม่ๆ เกิดขึ้นตามมาเรื่อย ๆ ได้แก่ สถานบริการออกกำลังกาย สปอร์ตเอ็กซ์ (Sport - X) ซึ่งเปิดบริการ เมื่อปี พ.ศ. 2526 โดยมุ่งออกไปจับทำเลขาเมือง ย่านบางกระบือ เป็นที่ตั้งจนถึงปัจจุบัน สถานบริการออกกำลังกายสปอร์ตเอ็กซ์ ก็นับว่าเป็นสถานบริการออกกำลังกายที่ประสบความสำเร็จแห่งหนึ่งในตลาดสถานบริการออกกำลังกาย และในปี พ.ศ. 2528 ได้ขยายสถานที่ให้บริการให้ใหญ่ขึ้นเป็นสองเท่า

นับตั้งแต่กิจการสถานบริการออกกำลังกายได้เริ่มขึ้นในประเทศไทยเป็นต้นมา ช่วงปี พ.ศ. 2527 เป็นปีที่มีสถานบริการออกกำลังกายเกิดขึ้นใหม่มากที่สุด กล่าวคือ เป็นช่วงที่ตลาดสถานบริการออกกำลังกายได้รับความนิยมและเติบโตขึ้นมาก ทั้งนี้เหตุผลหนึ่งเนื่องมาจากตลาดภาพยนตร์สหรัฐอเมริกา คือ เจน ฟอนด้า ได้นำเอาการบริหารร่างกายมาประกอบกับดนตรีและการออกกำลังกายแบบแอโรบิก ซึ่งเรียกการบริหารร่างกายดังกล่าวนี้ว่า “แอโรบิก ดานซ์” (Aerobic Dance) ซึ่งเป็นการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพและทรวดทรง ที่ได้รับการกล่าวขวัญและเป็นที่นิยมกันมาก ขณะเดียวกัน เจน ฟอนด้า ก็ได้มีการเปิดสโมสรสุขภาพ ผลิตภัณฑ์สือและวีดีโอเทป เกี่ยวกับการบริหารร่างกายดังกล่าวออกขาย ซึ่งมียอดจำหน่ายสูงสุดในอเมริกา และได้แพร่ขยายเข้ามาเป็นที่ตื่นตัวของผู้บริโภคชาวไทยด้วยเช่นกัน ในสถานบริการออกกำลังกายต่างๆ ได้นำเอาการบริหารแบบแอโรบิกแดนซ์นี้เข้าไปฝึกสอนเป็นบริการหลักที่สำคัญตัวหนึ่ง ผู้บริโภคจำนวนมากจึงหันเข้าหาสถานบริการออกกำลังกายเพื่อออกกำลังกายโดยการเต้นแอโรบิกแดนซ์นี้กันมากขึ้น

ส่วนสถานบริการออกกำลังกายอีกประเภทหนึ่ง คือ สถานบริการออกกำลังกายที่เปิดขึ้นภายในโรงแรมชั้นหนึ่งต่างๆ ซึ่งอาจแยกลักษณะการดำเนินงานเป็น 2 ลักษณะ คือ

1. เป็นของโรงแรม เจ้าของโรงแรมทำเอง เช่น โรงแรมเชอราตัน แกรนด์สุขุมวิท
2. เป็นสถานบริการออกกำลังกายนานาชาติ ซึ่งมีชื่อเสียงอยู่แล้ว เข้ามาร่วมกับทาง

โรงแรมเพื่อเปิดบริการขึ้นในบริเวณของโรงแรม เช่น คลาก แฮทช์ ฟิตเนส เซ็นเตอร์ (Clark Hatch Fitness Center) เปิดบริการในโรงแรมต่างๆ และเมดิฟิต คลับ (The Mededifit Club) ซึ่งเปิดบริการในโรงแรม บางกอกเพนินซูลา เป็นต้น

โรงแรมที่มีการเปิดบริการสถานบริการออกกำลังกาย หรือศูนย์สุขภาพขึ้นภายในโรงแรม เป็นแห่งแรก คือ โรงแรมแอมบาสเตอร์ กล่าวคือ เปิดขึ้นในปี พ.ศ. 2525 ส่วนโรงแรมอื่นๆ ส่วนใหญ่ เพิ่งเริ่มเปิดบริการกันมากในช่วงปี พ.ศ. 2527 หรือต้นปี พ.ศ. 2528 โรงแรมชั้นหนึ่งที่มีบริการของสถานบริการออกกำลังกายในโรงแรม ในเขตกรุงเทพมหานคร ได้แก่ โรงแรมดุสิตธานี โรงแรมบางกอกเพนินซูลา โรงแรมนิวยอร์กฟีเรียล โรงแรมฮิลตัน โรงแรมแอมบาสเตอร์ โรงแรมเชอราตัน เป็นต้น

โดยทั้งนี้ สถานบริการออกกำลังกายในโรงแรมนั้น ยังมีลักษณะการรับสมัครสมาชิก ที่ต่างกันเป็น 2 ลักษณะ คือ

1. รับเฉพาะแขกของโรงแรมที่มาพัก เช่น โรงแรมดุสิตธานี
2. รับทั้งแขกของโรงแรมที่มาพัก และสมาชิกที่เป็นบุคคลภายนอกด้วย ได้แก่ โรงแรมแอมบาสเตอร์ โรงแรมไฮแอทเซ็นทรัลพลาซ่า โรงแรมเชอราตัน เป็นต้น

นอกจากนี้สถานบริการออกกำลังกายทั้งหมดที่ได้กล่าวมาแล้วนี้ยังจะมีสถานบริการออกกำลังกายเปิดขึ้นใหม่อีกหลายแห่ง ทั้งในรูปของสถานบริการออกกำลังกายภายในโรงแรมและสถานบริการออกกำลังกายภายนอกโรงแรมเพิ่มขึ้นอีกมากมายในปัจจุบัน

ดังนั้นธุรกิจสถานบริการออกกำลังกาย จัดว่าเป็นธุรกิจขายบริการชนิดหนึ่ง ในด้านบริการสุขภาพ และยังเป็นธุรกิจที่ติดอันดับ 1 ใน 50 อันดับ ของธุรกิจขนาดย่อมยอดนิยม ที่น่าสนใจลงทุนจากการวิจัยของฝ่ายวิจัยคณะพาณิชยศาสตร์และการบัญชี จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยในปี 2527 อีกด้วย จึงนับว่าตลาดของสถานบริการออกกำลังกายเป็นที่น่าสนใจและคาดว่าจะขยายกว้างขวางยิ่งขึ้น ทั้งในแง่ของผู้ประกอบการและผู้บริโภค

ขอบข่ายของกิจกรรมในสถานบริการออกกำลังกาย

หัวใจของการจัดการทางธุรกิจนั้น ตัวผลิตภัณฑ์ สินค้า หรือตัวกิจกรรมจะต้องมีความหลากหลายหรือครบวงจรในตัวของมันเอง ดังนั้น ขอบข่ายของกิจกรรมในสถานบริการออกกำลังกาย จึงจำเป็นต้องเกี่ยวข้องกับศูนย์กีฬาที่นอกเหนือไปจากการออกกำลังกายแบบแอโรบิกด้านซ์ ขอบข่ายของกิจกรรมที่สมบูรณ์แบบของสถานบริการออกกำลังกาย ควรประกอบไปด้วยกิจกรรมต่อไปนี้

1. การเต้นแอโรบิกด้านซ์
2. ห้องบริหารร่างกายด้วยอุปกรณ์ อาทิเช่น จักรยานวัดงาน กระเชียบก ชูดบริหารร่างกายด้วยน้ำหนักต้าน (Resistance Weight Exercise) และชุดวิ่งบนสายพาน เป็นต้น

3. ห้องทดสอบสมรรถภาพและสุขภาพ อาทิเช่น เครื่องวัดชีพจรและความดันโลหิต เครื่องวัดร่างกาย เครื่องทดสอบไขมัน เครื่องมือและทดสอบพลังกล้ามเนื้อ และความแข็งแรง เป็นต้น

4. ห้องอบไอน้ำและห้องนวดตัว ห้องนวดแผนโบราณหรือแผนไทย (Thai Traditional Massage) ห้องกายภาพบำบัด

5. ห้องกีฬาในร่ม อาทิ เทเบิลเทนนิส แบดมินตัน บาสเกตบอล กอล์ฟ สนุกเกอร์ สควอช และเกมส์ต่างๆ

6. ห้องคลินิกสุขภาพและการออกกำลังกาย เพื่อให้คำปรึกษาและคำแนะนำด้านสุขภาพ และการออกกำลังกาย โดยมีนักวิชาการและผู้ชำนาญการออกกำลังกาย ปัจจุบัน คือ นักพลศึกษา นักวิทยาศาสตร์การกีฬา นักกายภาพบำบัดและนักการแพทย์ โดยมีการตรวจสอบร่างกายเช่นเดียวกับคลินิกทางการแพทย์ เพื่อบันทึกข้อมูลและประมวลผลด้วยระบบคอมพิวเตอร์ เป็นรายบุคคลกิจกรรมนี้จึงเป็นเสมือนคลินิกส่งเสริมสุขภาพ ซึ่งเน้นการป้องกันมากกว่าการรักษาพยาบาล ถ้าเป็นกรณีต้องบำบัดรักษาก็จะใช้วิธีการทางด้านการออกกำลังกาย

ดังจะเห็นได้ว่าที่กล่าวมาแล้วข้างต้นนั้น นักพลศึกษามีความสำคัญเป็นอย่างมาก ในศูนย์สุขภาพ ซึ่งในปัจจุบันนี้ในศูนย์สุขภาพหรือสถานบริการออกกำลังกายจะเรียกนักพลศึกษาที่ปฏิบัติหน้าที่ดังกล่าวนี้ว่า “ผู้นำการออกกำลังกาย” (Fitness Instructor) ซึ่งผู้นำการออกกำลังกายในที่นี้ก็คือได้ว่ามีบทบาทหน้าที่เปรียบเสมือนบุคคลสำคัญคนหนึ่งที่เคยให้คำปรึกษาและคำแนะนำผู้ที่มาออกกำลังกายอย่างถูกต้อง ปลอดภัย ดังนั้นผู้นำการออกกำลังกายที่ดีจะต้องมีจิตใต้สำนึกที่ดีด้วย

ผู้นำการออกกำลังกาย

ความหมายของบทบาท

แนวความคิดเกี่ยวกับบทบาท ได้มีผู้ให้ความหมายและความคิดเห็นเกี่ยวกับคำว่า บทบาท (Role) ไว้ดังนี้

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2530 : 520) ได้ให้ความหมายว่า การทำตามบทบาท การให้ก็ตามบท โดยปริยายหมายความว่า การทำตามหน้าที่ที่กำหนดไว้ เช่น บทบาทพ่อแม่ ครู

จีรพันธ์ กาญจนจิตรา (2522 : 20) ได้กล่าวว่า บทบาทอาจแยกพิจารณาได้สองทาง คือ ถ้าพิจารณาทางด้านโครงสร้างของสังคม (Social Structure) บทบาท หมายถึง ตำแหน่งทางสังคมที่มีชื่อเรียกต่างๆ ซึ่งแสดงลักษณะของบทบาทออกมาโดยคุณสมบัติและกิจกรรมของบุคคลที่ครองตำแหน่งนั้น และอีกทางหนึ่งคือพิจารณาด้านการแสดงบทบาทหรือการปะทะสังสรรค์ทางสังคม บทบาทจะหมายถึง ผลสืบเนื่องที่มีแบบแผนของการกระทำเกิดขึ้นจากการเรียนรู้ของบุคคลที่อยู่ในสถานการณ์แห่งการปะทะสังสรรค์

กูต. (Good. 1973 : 502) ได้ให้ความหมายของบทบาทไว้เป็นสองนัย นัยหนึ่ง หมายถึง พฤติกรรมของแต่ละคนที่แสดงออกอยู่เป็นประจำภายในขอบเขตของกลุ่ม และอีกนัยหนึ่งหมายถึง รูปแบบพฤติกรรมของบุคคลแต่ละคนที่แสดงออกตามหน้าที่ที่มีอยู่ในสังคม

สรุป บทบาท หมายถึง การแสดงพฤติกรรมของแต่ละบุคคลตามภาระหน้าที่และความรับผิดชอบที่เกี่ยวข้องกับงานโดยตรงและงานพิเศษ

บทบาทของผู้นำการออกกำลังกายที่ดี

คลาก แฮทช์ (Clark Hatch. 1969 : 142) ได้กำหนดรายละเอียดของคุณสมบัติและหน้าที่ความรับผิดชอบของผู้นำการออกกำลังกาย ไว้ดังนี้

1. มีทักษะในการทดสอบและประเมินผลสมรรถภาพทางกาย
2. รูปการใช้ทักษะทางวิทยาศาสตร์เกี่ยวกับสรีรวิทยาการออกกำลังกาย
3. สามารถเขียนและบรรยายเกี่ยวกับ การฝึกสมรรถภาพทั้งทางด้านแอโรบิก และความแข็งแรง
4. มีความเป็นผู้นำในด้านการออกกำลังกาย สามารถสอนและนำปฏิบัติเองได้ในหลาย

กิจกรรมกีฬา เช่น การวิ่ง ว่ายน้ำ เป็นต้น

5. มีความสามารถทางธุรกิจ

ข้อกำหนดเกี่ยวกับบุคลิกภาพส่วนตัว

1. ต้องมีรูปร่างท่าทาง ที่แข็งแรง ลำสัน มีสัดส่วนดี เรียบร้อย
2. ไม่ดื่มสุรา หรือเกี่ยวข้องกับยาเสพติดชนิดต่าง ๆ
3. มีสติปัญญาฉับไว มีหลักการ ชัดตรงต่อหน้าที่ มองโลกในแง่ดี
4. มีความสนใจและมีประสบการณ์เกี่ยวกับกีฬานิตต่าง ๆ
5. มีบุคลิกภาพ กล้าแสดงออก เป็นมิตร ยิ้มง่าย
6. มีประสบการณ์หรือผ่านการฝึกเรื่องการมีมนุษยสัมพันธ์มาบ้าง

ซึ่งเป็นการยากที่จะสามารถหาผู้นำการออกกำลังกายที่สมบูรณ์แบบพร้อมทุกอย่างทั้งทางวิชาชีพและบุคลิกลักษณะ แต่อย่างไรก็ตามถ้ามีคุณสมบัติสักสองในสามส่วนที่สำคัญต่อวิชาชีพ ก็ถือว่าเพียงพอที่จะปรับปรุงให้ดีขึ้นได้ ทั้งนี้เพราะในการทำงานนั้นคุณกำลังทำงานอยู่กับมนุษย์ ซึ่งมีหลักการเกี่ยวกับมนุษย์อยู่ 6 ข้อที่เกี่ยวข้องกับธุรกิจนี้คือ

1. การตัดสินใจทุกอย่างเกิดขึ้นโดยมนุษย์
2. ในระยะยาว ต้นทุนที่สำคัญที่สุดและเป็นต้นทุนที่ต่อเนื่องในการผลิตของธุรกิจคือมนุษย์
3. ทรัพย์สินที่มีค่าที่สุดในธุรกิจนี้คือมนุษย์
4. ด้วยการวัดที่ทำจากสถานที่จริง ผู้นำการออกกำลังกายใช้เวลาถึง 95% ของทุกวัน

กับมนุษย์

5. การวางแผนทั้งหมดขึ้นอยู่กับความสามารถและความต้องการของมนุษย์
6. ดังนั้นจึงจำไว้ว่า จะมีเวลาเสมอสำหรับมนุษย์ทุกคน ไม่ว่าจะจนหรือรวย

ปาร์คเฮาส์ (Parkhouse. 1976 : 22-27) กล่าวว่าในการเลือกเป็นสมาชิกของสถานบริการออกกำลังกายนั้น เหมือนกับการลงทุน ดังนั้น ก่อนการตัดสินใจเป็นสมาชิกต้องมีการสำรวจและเปรียบเทียบโปรแกรม สถานที่ ราคา และตั้งคำถาม ๆ ตัวเองก่อนว่า “อะไรคือสิ่งที่คุณต้องการ” ซึ่งคำตอบที่ได้จะเป็นแนวทางในการเลือกโปรแกรมและสถานที่ในการออกกำลังกาย แต่สิ่งที่สำคัญในการเลือกเป็นสมาชิกสถานบริการออกกำลังกายนั้น คือ คุณสมบัติของผู้นำการออกกำลังกาย โดยดูได้จาก

1. ประวัติการศึกษา (Educational Background)

ควรมีความรู้จัดโปรแกรมได้อย่างมีประสิทธิภาพและปลอดภัย โดยผ่านการฝึกจากวิทยาลัยหรือมหาวิทยาลัย แต่สถานบริการออกกำลังกายบางแห่งก็เลือกจากความสามารถทางกีฬา หรือความสามารถในการขายสมาชิก

2. ประกาศนียบัตร (Certification)

โดยปกติแล้วไม่มีข้อบังคับว่าผู้นำการออกกำลังกายต้องได้รับอนุญาตหรือประกาศนียบัตรอย่างไรก็ตามแต่มีองค์กรหลายองค์กรที่จัดอบรมหรือสอบ เพื่อรับประกาศนียบัตรทางด้านนี้ ซึ่งองค์กรที่เป็นที่รู้จักกันทั่วไป คือ วิทยาลัยเวชศาสตร์การกีฬาแห่งอเมริกา (America College of Sport Medicine : ACSM) เป็นองค์กรที่จัดอบรมเกี่ยวกับพลศึกษา สรีรวิทยา และเวชศาสตร์ ซึ่งจะมีการพัฒนาเนื้อหาวิชาให้ตรงกับความต้องการการออกกำลังกายที่เพิ่มขึ้น และที่สำคัญผู้นำการออกกำลังกายทุกคนควรมีประกาศนียบัตรทางการช่วยหายใจ (Cardio Pulmonary Resuscitation : CPR)

3. ประสบการณ์ของผู้นำการออกกำลังกาย (Experience and Expertise) ผู้นำการออกกำลังกายควรมีประสบการณ์ในการทำงานพอสมควร เพราะผู้ใช้บริการแต่ละคนจะมีความต้องการที่แตกต่างกัน

คริส ทีแนน (Kris Tynan. 1998 : 18) ได้กล่าวถึง บทบาทของผู้นำการออกกำลังกายว่ามีหลายบทบาทด้วยกันที่ต้องปฏิบัติ ในบางเวลาก็ต้องเป็นทั้งประชาสัมพันธ์ ช่างซ่อมบำรุง อุปกรณ์การเป็นพนักงานขาย หรือแม้แต่คนทำความสะอาด เป็นต้น ซึ่งบทบาทและหน้าที่บางอย่างจำเป็นต้องมีทักษะและความรู้จำเพาะ เช่น ที่ปรึกษา นักโภชนาการ นักกายภาพบำบัด หรือนักจิตวิทยา ดังนั้นผู้นำการออกกำลังกายที่ดีจึงควรมีบทบาทดังนี้

1. เป็นนักพลศึกษา คือมีภูมิหลังที่ดีในด้านสรีรวิทยาการออกกำลังกาย กายวิภาคศาสตร์ วิทยาศาสตร์การเคลื่อนไหว เป็นต้น และมีประกาศนียบัตรและความรู้เฉพาะทางในวิชาชีพนี้ ซึ่งจำเป็นต้องพิจารณาในเรื่องอื่น

2. การให้คำปรึกษาและการแนะแนว คือ ความสามารถในการวิเคราะห์บุคลิกภาพของแต่ละบุคคล รู้วิธีการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับคนต่าง ๆ รู้จักการเสนอความช่วยเหลือทั้งในรูปแบบการจูงใจและการแนะแนว เป็นผู้ฟังที่ดี

3. การโฆษณา การประชาสัมพันธ์ และการส่งเสริมกิจกรรมต่าง ๆ สามารถดึงดูดใจคน รู้จักการติดต่อกับสื่อมวลชนต่าง ๆ เรียนรู้เกี่ยวกับการตลาดและรู้จักการเลือกใช้สื่อให้ตรงกับความต้องการ และผู้รู้จักการส่งเสริมให้เกิดการตลาดที่กว้างขวางและมีกำลังซื้อสูง

4. การบริหาร คือรู้จักการจัดเก็บเอกสาร การจัดการในสำนักงานและการจัดการบุคคล ความรู้เบื้องต้นทางด้านคอมพิวเตอร์

5. การจัดการการเงิน รู้จักทำบัญชีเบื้องต้น

6. งานช่าง คือ ต้องรู้จักการตรวจสอบและแจ้งให้ทราบว่าเครื่องมือหรืออุปกรณ์ไหนเสีย ต้องรู้จักการซ่อมแซมบำรุงรักษาเครื่องมือและอุปกรณ์ต่าง ๆ ได้

7. การเป็นตัวอย่างที่ดี คือ ผู้ฝึกสอนการออกกำลังกายต้องมีมาตรฐานการดำรงชีวิตที่จะเป็นแบบอย่างที่ดีต่อการมีสุขภาพที่ดี เป็นแรงบันดาลใจในคนอื่น ๆ

คริส ได้ยกตัวอย่างข้อบกพร่องของผู้ประกอบการออกกำลังกายในสถานบริการออกกำลังกายให้สังเกต เช่น

บ่อยครั้งที่มีความประมาท ไม่ระมัดระวังอันตรายที่อาจจะเกิดจากสิ่งอำนวยความสะดวกในสถานบริการออกกำลังกาย

ผู้นำการออกกำลังกายมักจะยื่นเอามือไขว้หลังแบบทหาร แล้วยืนดูเหมือนทหารหรือผู้คุมกำลังคุมนักโทษเสียมากกว่าคอยดูแลสมาชิกในการออกกำลังกาย หรือยืนห่างจากสมาชิกมากเกินไประหว่างสมาชิกกับผู้นำควรจะต้องมีสังคมและการปรึกษาหารือซึ่งกันและกันในเรื่องที่สมาชิกมีปัญหา ให้ความเป็นกันเองกับสมาชิกให้มากที่สุด

ในส่วนการเพิ่มคุณภาพของผู้นำและสถานบริการออกกำลังกาย เมื่อไม่มีสมาชิกมาใช้บริการ ผู้นำก็ควรจะทำ การตรวจเช็ค และทำความสะอาดอุปกรณ์ภายในสถานบริการออกกำลังกาย ให้มีความปลอดภัยและความสะอาดสูงสุด สิ่งต่าง ๆ ข้างต้นเหล่านี้ต้องอาศัยความรู้ในสถานบริการออกกำลังกาย เพื่อให้สถานบริการออกกำลังกายนั้นๆ ได้มาตรฐานที่สูงขึ้น ตัวอย่างมาตรฐานคุณภาพการบริการของผู้นำการออกกำลังกาย

1. ชุดทำงานดูให้เป็นระเบียบเรียบร้อย
2. ผมหวีแต่งทรงให้ดูเรียบร้อย โกนหนวดเคราให้แลดูสะอาดตา
3. ป้ายชื่อพนักงานต้องติดตลอดเวลา
4. ยิ้มแสดงอาการยินดีในการแนะนำสมาชิก
5. พยายามรู้จักชื่อและจำชื่อสมาชิกให้ได้
6. ช่วยปรับอุปกรณ์ให้สมาชิก
7. ทักทายและขอบคุณเมื่อสมาชิกมาใช้บริการ
8. แนะนำแนวทางในการออกกำลังกายที่ถูกต้อง ปลอดภัย
9. ติดตามผลการออกกำลังกายของสมาชิกว่าเป็นอย่างไรบ้างเมื่อมาออกกำลังกาย ว่ามีการเปลี่ยนแปลงอย่างไรบ้าง

10. ดูแลความสะดวกสบายภายในสถานบริการออกกำลังกายทั้งหมด เช่น เก้าอี้ ผ้าเช็ดหน้า ฯลฯ
11. ทำโปรแกรมและสอนเทคนิคการออกกำลังกายให้สมาชิกอย่างมีประสิทธิภาพ
12. สามารถตอบข้อซักถามได้ทั้งทางโทรศัพท์ และในขณะนั้น อย่างถูกต้อง
13. เป็นกันเองกับสมาชิก เช่น สนทนากับสมาชิกถึงเรื่องต่าง ๆ ที่สมาชิกสนใจเป็นผู้ฟังที่ดีใช้ชื่อสมาชิกในการสนทนา สนใจในสิ่งที่สมาชิกพูดถึง ฯลฯ
14. มีการจัดกิจกรรมทั้งภายในและภายนอกสถานบริการออกกำลังกาย
15. มีการให้รางวัลหรือของขวัญในวันพิเศษหรือกิจกรรมพิเศษ เช่น ในวันเกิด วันปีใหม่ เทศกาลต่างๆ หรือมีการจัดการแข่งขันขึ้นภายในสถานบริการออกกำลังกาย ฯลฯ

ลักษณะความเป็นผู้นำ

ความเป็นผู้นำ เป็นคุณสมบัติของผู้นำ มีนักการศึกษาหลายท่านได้กล่าวถึง ความเป็นผู้นำไว้ดังนี้

เฮมฟิล (Hemphil. 1969 : 18) นักจิตวิทยาสังคม กล่าวว่า ความเป็นผู้นำเป็นพฤติกรรมของบุคคลแต่ละบุคคลผู้ซึ่งเกี่ยวข้องกับการแนะนำกิจกรรมของหมู่คณะ ผู้นำที่มีความสามารถจะต้องประเมินผลงานให้แต่ละคนตัดสินใจที่จะทำงานของหมู่คณะได้ด้วยความปรารถนาของตนเอง และให้งานนั้นบรรลุจุดหมายอย่างมีประสิทธิภาพ

ออร์ตเวย์ ทีด (Ordway Tead. 1976 : 103) กล่าวถึงคุณลักษณะที่จำเป็นในการเป็นผู้นำไว้ 10 ประการ ดังนี้

1. มีพลังทางร่างกายและประสาทสมบูรณ์
2. มีญาณสำนึกที่จะหยั่งรู้ยังเห็นจุดหมายขอบข่าย และแนวทางของงาน
3. มีความกระตือรือร้น เป็นคนขยัน
4. มีมิตรจิต มิตรใจ มีน้ำใจไมตรีน่ารักใคร่ชื่นชม
5. มีความเที่ยงธรรม บริสุทธิ์ยุติธรรม
6. มีความรอบรู้ในทางเทคนิควิธีและวิธีการต่างๆ มีความรู้ดี มีประสบการณ์
7. มีความเด็ดขาดหรือเด็ดเดี่ยวในการบริหารงาน การตัดสินใจเด็ดขาด ตกลงใจได้

รวดเร็ว ใช้วิจารณ์ตัดสินปัญหาด้วยความชำนาญ

8. มีไหวพริบ เฉลียวฉลาด
9. มีความสามารถในการถ่ายทอด
10. มีความศรัทธาต่องานและผู้ร่วมงาน

พัชนี วรกวิน (2524 : 38) กล่าวว่า ความเป็นผู้นำ เป็นลักษณะความสามารถอย่างหนึ่งของบุคคลที่ทำให้สมาชิกปฏิบัติตามแนวทางที่ตนวางไว้เพื่อให้งานสำเร็จตามจุดหมายด้วยความเต็มใจ

เดโช สวานานนท์ (2528 ; 191 - 194) กล่าวว่า คุณลักษณะของผู้นำ จะต้องต้องมีหรือฝึกให้มีคุณลักษณะ ดังนี้

1. ความริเริ่ม
2. ความใกล้ชิดกับสมาชิกในหมู่คณะ
3. ความเป็นตัวแทนของหมู่คณะ
4. การสมานไมตรีและสร้างสามัคคีธรรม
5. การแบ่งสรรงาน
6. การบังคับบัญชา
7. การตัดสินใจ
8. การติดต่อสื่อสาร
9. การเคารพในความคิดเห็นของผู้อื่น
10. การยอมรับ
11. ผลงาน
12. ความเสียสละ
13. การรู้จักผู้ร่วมงาน
14. ความสามารถ

ความต้องการสัมฤทธิ์ผล (Aims for Achievement)

แมคเคลแลนด์ (McClland. 1969 : 152) ได้ให้คำจำกัดความของความต้องการสัมฤทธิ์ผลไว้ว่า หมายถึง ความปรารถนาที่จะทำอะไรให้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี หรือทำให้ดีกว่าบุคคลอื่นๆ ที่เกี่ยวข้อง ความพยายามที่จะเอาชนะอุปสรรคต่างๆ ความรู้สึกสบายใจ เมื่อประสบความสำเร็จ และมีความวิตกกังวลเมื่อประสบความล้มเหลว และจากการศึกษาของแมคเคลแลนด์พบว่าผู้ต้องการสัมฤทธิ์ผลสูงจะมีลักษณะดังนี้

1. กล้าเสี่ยง หมายถึง การใช้ความสามารถทำสิ่งต่างๆ ที่ยากพอสมควร ด้วยการตัดสินใจที่แน่นอน เพราะเชื่อมั่นในความสามารถของตนว่าจะทำได้สำเร็จ
2. กระตือรือร้น หมายถึง ความขยันขันแข็งในงานที่ต้องใช้ความสามารถมานะพากเพียรต่อสิ่งที่ท้าทาย ย้ำความสามารถของตน
3. ความรับผิดชอบในตนเอง ชอบที่จะมีเสรีภาพในการคิดและกำลังต่าง ๆ ไม่ต้องการคนอื่นมาคอยชี้แนะ
4. มีความต้องการที่จะทราบว่า การตัดสินใจของตนเป็นอย่างไร และพยายามทำให้ดีขึ้นกว่าเดิม เมื่อทราบแน่ชัดว่าการกระทำของตนเกิดผลอย่างไร
5. ความสามารถในการคาดการณ์ล่วงหน้า และมีแผนการระยะยาว
6. ความสามารถในการจัดระบบงาน

มโนทัศน์แห่งตน (Self Concept)

โยธิน ศันสนยุทธ์ (2524 : 120) กล่าวว่า มโนทัศน์แห่งตน หมายถึง ความรู้สึกตอบสนองต่อตนเอง ในด้านต่าง ๆ ดังนี้

1. ด้านค่านิยมทางการศึกษา คือ ความรู้สึกต่อตนเองในด้านสติปัญญา นิสัย การเรียน แรงจูงใจ ทักษะในการอ่าน การแข่งขันเกี่ยวกับความสามารถการเลือกอาชีพ
2. ด้านความสัมพันธ์ระหว่างบุคคล คือ ความรู้สึกต่อตนเองในด้านที่เกี่ยวข้องกับบุคคลอื่น ความสามารถในการคบเพื่อน
3. ด้านการปรับตัวทางอารมณ์ คือ ความรู้สึกต่อตัวเองทางด้านความกดดันทางอารมณ์ ความวิตกกังวลใจ ความสุข ความเครียด ความเหนื่อยหน่าย

การเรียนรู้ของบุคคล เกิดจากประสบการณ์ที่บุคคลได้ตอบสนองความต้องการของเขา เพื่อให้ร่างกายอยู่ในสภาพสมดุล การที่บุคคลพยายามที่จะตอบสนอง ความต้องการนี้เองทำให้ต้องปะทะกับสิ่งแวดล้อม ตามวิธีการที่คิดว่าเหมาะสม เพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ต้องการ ขณะเดียวกัน บุคคลก็ต้องประเมินผลการกระทำของตนเอง เพื่อให้พฤติกรรมของตนเป็นไปตามปทัสฐานของสังคม เพราะการประเมินผลตนเอง แล้วนำผลไปเปรียบเทียบกับอื่น ๆ นี้เองทำให้เกิดมโนทัศน์แห่งตนขึ้น

ความรู้สึกรับผิดชอบ

ฟลิปโป (Flippo. 1960 : 245) สรุปความหมายของความรู้สึกรับผิดชอบไว้ว่า เป็นความผูกพันในการที่จะปฏิบัติหน้าที่ให้สำเร็จลุล่วงไปได้ และความสำนึกนี้เกี่ยวข้องกับปัจจัย 3 ประการ คือ พันธะผูกพัน หน้าที่การงาน และวัตถุประสงค์

สมพงศ์ ติรพันธ์ (2517 : 15-20) ได้กล่าวถึงความรู้สึกรับผิดชอบไว้ว่า เป็นความมีระเบียบวินัย เคารพในกฎเกณฑ์ มีความละเอียดรอบคอบ พึ่งตนเอง สามารถบังคับตนเองได้และจัดกลุ่มพฤติกรรมที่แสดงถึงความรู้สึกรับผิดชอบ ไว้ 7 กลุ่ม คือ

1. ปฏิบัติงานที่ได้รับมอบหมายด้วยความเต็มใจ
2. กล้าเผชิญความจริง
3. รักษาสิทธิและหน้าที่ของตน
4. ปฏิบัติตามระเบียบโดยเคร่งครัด
5. คอยติดตามผลงานเพื่อปรับปรุงให้ดีขึ้น
6. มีความซื่อสัตย์ไว้วางใจได้
7. รักษาทรัพย์สินสมบัติส่วนรวม เหมือนของตนเอง

ความเชื่อมั่นในตนเอง (Self - confidence)

เสริมศักดิ์ วิชาลาภรณ์ (2528 : 27) ได้กล่าวถึง ความเชื่อมั่นในตนเองไว้ว่า เป็นความรู้ สามัญและเป็นประโยชน์ที่ทำให้เกิดความเข้มแข็งกับแผนการดำเนินชีวิต ความเชื่อมั่นในตนเองจะเป็นพลังในการต่อสู้กับปัญหาต่างๆ ได้ด้วยความมั่นใจ และได้สรุปพฤติกรรมของผู้ที่มีความเชื่อมั่นในตนเองไว้ดังนี้

1. มั่นใจในการกระทำของตน และมั่นใจว่าจะประสบความสำเร็จในสิ่งที่กระทำลงไป
2. ไม่หลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่เป็นปัญหา และมีความสามารถในการแก้ปัญหาเฉพาะหน้า
ได้ดี
3. กล้าแสดงความคิดเห็น กล้าตัดสินใจ และกล้าเผชิญความจริง
4. มีความรับผิดชอบสูง
5. มีความคิดริเริ่มสร้างสรรค์
6. ไม่เชื่อผู้อื่นโดยไร้เหตุผล
7. ปรับตัวเข้ากับสถานการณ์ใหม่ได้ง่าย

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยในต่างประเทศ

เฮลด์ และมัวร์ (Heald and Moor. 1968 : 142) ได้ทำการศึกษาวิจัยถึงคุณสมบัติของ บุคคลที่จะมีอาชีพครูว่า ต้องมีลักษณะทางกายและใจต่างจากอาชีพอื่นๆ คือ

1. จะต้องมีความวิจรรณญาณ
2. จะต้องมีความมนุษยสัมพันธ์อันดี
3. จะต้องมีความเมตตาและป้องกันคนอื่น
4. จะต้องมีความละเอียดปราณีต
5. จะต้องมองโลกในแง่ดี
6. มีอารมณ์คงที่
7. หลีกเลี่ยงการวิจารณ์ผู้อื่น
8. เต็มใจที่จะทำงานมากกว่าผู้อื่น

โอกิลวี และทัทโก (Ogilvie and Tutko. 1970 : 70-80) ได้ทำการศึกษาลักษณะ

บุคลิกภาพของผู้ฝึกสอน โดยตั้งสมมุติฐานที่น่าสนใจ ในการวิจัยหลายอย่าง และได้เสนอแนะว่า ผู้ฝึกสอนที่มีความก้าวหน้าในการสอนกีฬาระดับมหาวิทยาลัยจะพยายามเลือกผู้เล่นที่มีความก้าวหน้า ด้วยและผู้ฝึกสอนที่มีลักษณะหัวโบราณจะไม่ยอมเปลี่ยนแปลงอะไร และมีแนวโน้มที่จะเลือกหาตัว นักกีฬาที่มีลักษณะหัวโบราณด้วย สรุปว่า ผู้ฝึกสอนจะทำงานได้ดีที่สุดกับผู้เล่นที่มีบุคลิกภาพหลาย ประการคล้ายคลึงกันกับตนเอง สถานการณ์กับการสอนที่มีลักษณะแบบอย่างเดียวกันอาจจะหรือไม่

อาจจะสนับสนุนการศึกษาวิจัยได้ โดยผู้วิจัยได้ตั้งข้อสังเกตไว้ว่าผู้สอนจำนวนไม่น้อยที่สามารถทำงานอย่างประสบผลสำเร็จ กับนักกีฬา ซึ่งมีคุณลักษณะที่แตกต่างไปจากบุคลิกภาพของตนเอง ผู้ฝึกสอนที่ได้ชื่อว่าเป็นผู้ฝึกสอนที่ก้าวร้าว มักจะทำงานได้ดีกับนักกีฬาที่ต้องการอยากจะได้เล่น แต่สำหรับผู้ฝึกสอนอีกผู้หนึ่งอาจจะมีอิทธิพลหล่อหลอมนักกีฬาที่มีบุคลิกภาพอีกแบบหนึ่งให้ทำงานร่วมกับเขาได้ลักษณะการเปลี่ยนแปลงทั้งหลาย จะเป็นไปตามระยะเวลา และไม่ตายตัวเสมอไป ในแง่ความสัมพันธ์ระหว่างผู้ฝึกสอนกับนักกีฬา นักกีฬาคณะหนึ่งมีโอกาสพบกับผู้ฝึกสอนหลายๆ คนหลายๆ แบบ และผู้ฝึกสอนคณะหนึ่งก็มีโอกาสได้พบกับนักกีฬาหลายๆ รูปแบบ ผู้ฝึกสอนอีกหลายคนจึงมองไม่เห็นความจำเป็นที่จะต้องปรับตัวให้เข้ากับบุคลิกภาพของนักกีฬาที่เป็นคนเก่ง หรือ “ดารา นักกีฬาที่มีชื่อเสียง” เพราะถ้าผู้ฝึกสอนไม่สามารถจะพูดคุยติดต่อกับนักกีฬาคณะหนึ่งได้ ผู้ฝึกสอนก็ยังมีนักกีฬาคณะอื่นจะพูดคุยได้

บุชเชอร์ (Bucher. 1972 : 560) ได้ทำการวิจัยเรื่อง ลักษณะของครูที่ดีและคุณสมบัติที่เป็นประโยชน์ต่อวิชาชีพ โดยใช้แบบสอบถามถามกลุ่มบุคคลที่จะเป็นครูพลศึกษาในอนาคตว่ามีทัศนคติต่อการพลศึกษาอย่างไรบ้าง สรุปลักษณะไว้ดังนี้

1. ครูอาจประสบความสำเร็จตามวัตถุประสงค์ของการสอนได้ ถ้าหากครูสามารถร่วมกิจกรรมได้ เป็นสมาชิกชุมชนต่างๆ รู้จักคน มีความเห็นใจ มีมนุษยสัมพันธ์

2. เป็นนักวิชาการชอบศึกษาหาความรู้จากวิชาต่างๆ ศึกษาหาความรู้ก่อนสอน

ริชชี (Richey. 1985 : 52-54) ได้ศึกษาเรื่องคุณลักษณะของครูที่ดี โดยใช้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นครูในโรงเรียนประถมศึกษาในเมืองนิวยอร์ก จำนวน 500 คน พบว่า ครูที่ดีควรมีลักษณะปรับตัวได้ดี ลักษณะท่าทางดึงดูดใจ มีความสนใจกว้างขวาง ชอบถาม แม่นยำ แน่ใจ รู้แน่แท้ตลอด เมตตา กรุณา ไม่เห็นแก่ตัว รู้จักร่วมมือ คงเส้นคงวา กระตือรือร้น พูดคล่อง กล้า มั่นคง และเป็นตัวของตัวเอง ตัดสินใจดี มองเห็นการณ์ไกล สุขภาพเรียบร้อย สุขภาพดี ซื่อสัตย์ ขยัน อดทน ลักษณะเป็นผู้นำ มีความคิดริเริ่ม เชื่อมมั่นในตนเอง มีเสน่ห์ ร่าเริง มองโลกในแง่ดี มีอารมณ์ขัน เข้าสังคมได้ดี เสียสละ สะอาดเรียบร้อย มีความชำนาญ รักความก้าวหน้า ไม่ผลัดวันประกันพรุ่ง รสนิยมดี ฉลาด คมตัวเองได้ ประหยัด

โอกูระ และยามากูชิ (Ogura and Yamaguchi. 1988 : 89-92) ได้ทำการศึกษาถึงสาเหตุของการออกจากการเป็นสมาชิกของศูนย์สุขภาพ : กรณีศึกษาจากการจัดการ พบว่าจำนวนของศูนย์สุขภาพในญี่ปุ่นมีจำนวนเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วในเวลา 5 ปีที่ผ่านมา เนื่องจากความตื่นตัวทางด้านสุขภาพ อย่างไรก็ตามจำนวนการออกจากการเป็นสมาชิกกลายเป็นปัญหาสำคัญสำหรับศูนย์สุขภาพ วัตถุประสงค์ของการศึกษาค้นคว้านี้ เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างความถี่ของการเข้าเป็นสมาชิกของศูนย์สุขภาพในเดือนพฤษภาคม 2530 แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 3 กลุ่มตามความถี่ของการใช้บริการในช่วง 2 เดือนแรก กลุ่มที่ 1 ผู้ใช้ระดับน้อย (0-1 ครั้ง) กลุ่มที่ 2 ผู้ใช้ระดับกลาง (2-5 ครั้ง) และกลุ่มที่ 3 ผู้ใช้ระดับมาก (6-31 ครั้ง) ค่าเฉลี่ยของระดับของการออกจากการเป็นสมาชิกที่ศึกษามา พบว่าระดับของการออกจากการเป็นสมาชิกของกลุ่มผู้ใช้ระดับน้อยสูงที่สุดใน

3 กลุ่ม ความถี่ของผู้ใช้ระดับมากแสดงให้เห็นระดับความคงที่อย่างต่อเนื่องจะเห็นได้ว่า ความถี่ของการมาใช้บริการระหว่าง 2 เดือนแรก เป็นสิ่งในการตัดสินใจออกจากการเป็นสมาชิกของศูนย์สุขภาพ

ยามากูชิ และโอกาดะ (Yamaguchi and Okada. 1988 : 102-105) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับการเข้าร่วมเป็นสมาชิกกับศูนย์สุขภาพ : ตามการรับรู้ของผู้ใช้บริการ พบว่า ไม่ว่าการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกีฬา และการออกกำลังกายจะเพิ่มมากขึ้น แต่ความตั้งใจที่จะเข้าร่วมกับโปรแกรมกีฬายังมีน้อย วัตถุประสงค์ของการศึกษาครั้งนี้ก็เพื่อตรวจสอบปัจจัยในการเข้าร่วมเป็นสมาชิกของศูนย์สุขภาพตามการรับรู้ของผู้ใช้บริการ ปัจจัยต่าง ๆ มีดังนี้

1. ความพึงพอใจในอุปกรณ์ สถานที่ และสิ่งอำนวยความสะดวก
2. ความพึงพอใจที่มีต่อเจ้าหน้าที่
3. ความพึงพอใจในกิจกรรมการออกกำลังกาย

ข้อมูลได้มาจากสมาชิก 168 คน ของศูนย์สุขภาพเอกชน 5 สาขา โตเกียวประเทศญี่ปุ่น การวิเคราะห์ข้อมูลใช้การหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระกับตัวแปรตาม ทดสอบสมมติฐานเพื่ออธิบายปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าเป็นสมาชิกของศูนย์สุขภาพคือ ความพึงพอใจในกิจกรรมการออกกำลังกาย ประมาณ 23% การเข้าเป็นสมาชิกของศูนย์สุขภาพได้พิจารณาจากการจัดการที่ดี

ไบรอัน (Brian. 1990 : 106) ได้วิจัยเพื่อหาสาเหตุที่มีอิทธิพลต่อการไม่ต่อสมาชิกของสถานบริการออกกำลังกายในระหว่างปี 1986-1988 จำนวน 400 คน ซึ่งใช้การสอบถามทางโทรศัพท์ โดยมี 4 หัวข้อ คือ

1. องค์ประกอบส่วนบุคคล เช่น การสูบบุหรี่ พฤติกรรมการออกกำลังกาย
2. องค์ประกอบทางโปรแกรม เช่น ผู้ฝึกสอนการออกกำลังกาย อุปกรณ์ เครื่องมือ
3. องค์ประกอบอื่น ๆ เช่น การบาดเจ็บ การทำงาน
4. ประเมินตามสถานการณ์ เช่น ราคาสมาชิก เวลา การมีเพื่อนซึ่งไม่มีความแตกต่างทางสมมติฐานตามมาตรฐานประมาณค่าของ ลิเคิร์ท ทั้ง 13 กลุ่ม เช่นอายุ เพศ ฯลฯ เมื่อวิเคราะห์ความแปรปรวนที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ 0.5 พบว่ามีความแตกต่างกันมากกว่า 2 กลุ่ม ผลการวิเคราะห์พบว่า เป็นคนผิวขาว 93.1% แต่งงานแล้ว 66.7% มีอายุระหว่าง 20-40 ปี 60.2% ทำงานในสำนักงาน 64% ไม่สูบบุหรี่ 81.6% และเป็นหญิง 48.2% ที่มาออกกำลังกายกับเพื่อนมากกว่าผู้ชาย 24.8% ซึ่งเหตุผลสำคัญที่ทำให้ไม่ต่อสมาชิกในสถานบริการออกกำลังกายคือ องค์ประกอบส่วนบุคคล โปรแกรม และสถานการณ์ต่าง ๆ

งานวิจัยในประเทศ

ผาณิต บิลมาต (2522 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาคุณลักษณะของครูพลศึกษาที่พึงปรารถนาสำหรับโรงเรียนมัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร จากความคิดเห็นของอาจารย์ใหญ่หรือผู้อำนวยการ และหัวหน้าสายพลศึกษา ผลการศึกษาพบว่า คุณลักษณะของครูพลศึกษาที่พึงปรารถนาสำหรับโรงเรียนมัธยมศึกษาในกรุงเทพมหานคร ควรประกอบด้วยคุณลักษณะที่สำคัญ ดังนี้

1. ด้านการสอน ครูพลศึกษาควรเป็นผู้ที่มีความรู้ ความเข้าใจ ความมุ่งหมายหลักสูตร พลศึกษา และรู้จักมุ่งหมายของการจัดการศึกษาของชาติ
 2. ด้านสุขภาพทางกายและสุขภาพทางจิต ครูพลศึกษาควรเป็นผู้ที่มีความคล่องแคล่ว ว่องไว และมีสมรรถภาพทางกายดี
 3. ด้านวิธีการ ครูพลศึกษาควรเป็นผู้ที่มีความรู้เรื่องอันตรายที่จะเกิดจากการเรียน กิจกรรมพลศึกษา และเอาใจในเรื่องป้องกันโรคติดต่อ
 4. ด้านบุคลิกภาพ ครูพลศึกษาเป็นผู้ที่มีการควบคุมอารมณ์และอดทนไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค ทั้งปวง
 5. ด้านคุณธรรมความประพฤติและการมีน้ำใจนักกีฬา ครูพลศึกษาควรเป็นผู้ที่มีความรับผิดชอบในหน้าที่การงาน และซื่อสัตย์สุจริต
 6. ด้านมนุษยสัมพันธ์ ครูพลศึกษาควรเป็นผู้ที่ปรับตัวเข้ากับบุคคลอื่นๆ ได้ดี และให้ความร่วมมือในกิจกรรมพลศึกษาของนักเรียน
 7. ด้านการอบรมการปกครองและการเป็นผู้นำ ครูพลศึกษาควรเป็นตัวอย่างที่ดีและรักษาความลับของนักเรียน
 8. ด้านการเป็นพลเมืองดีในสังคมประชาธิปไตย ครูพลศึกษาควรยึดมั่นในสถาบันชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ และรู้จักรักษาความลับของทางราชการ
 9. ด้านความเชื่อมั่นในตนเอง และการเป็นตัวของตัวเอง ครูพลศึกษาควรเป็นผู้มีความภูมิใจในอาชีพ มีสัจจะ และซื่อตรงต่อตนเอง
 10. ด้านการกีฬาและความสามารถทางกีฬา ครูพลศึกษาควรเป็นผู้ที่สามารถสอนและเข้าร่วมกิจกรรมพลศึกษาได้หลายอย่าง และมีลักษณะท่าทางของนักกีฬา
- โกสินทร์ นำใจทหาร (2526 : 146-150) ได้ศึกษาคุณลักษณะของอาจารย์ที่พึงประสงค์ในวิทยาลัยพลศึกษา ผลการศึกษาพบว่า

1. ลักษณะที่พึงประสงค์ด้านการสอน อาจารย์พลศึกษาต้องเป็นผู้ที่มีความสามารถในการเลือกกิจกรรมเพื่อการฝึกทักษะที่สอน เข้าสอนสม่ำเสมอ และตรงเวลา มีความยุติธรรม ในการวัดและประเมินผลผู้เรียน มีการกำหนดวัตถุประสงค์ของการเรียนในแต่ละวิธีได้ชัดเจน
2. ลักษณะที่พึงประสงค์ด้านการสอน อาจารย์พลศึกษาต้องเป็นผู้ที่มีความสามารถในทักษะวิชาชีพเฉพาะอย่าง ฝึกและปรับปรุงความสามารถทางทักษะอยู่เสมอแสวงหาความรู้เพิ่มเติม อยู่เป็นนิจ มีความรู้ในเนื้อหาวิชากว้างขวาง แม่นยำ ถูกต้อง ทันสมัย
3. ลักษณะที่พึงประสงค์ด้านสุขภาพทางกายและจิตใจ อาจารย์พลศึกษาควรเป็นผู้มีความสนใจในการออกกำลังกาย หรือเล่นกีฬาเป็นประจำ ต้องเป็นผู้มีอารมณ์ เยือกเย็นเป็นคนมีเหตุผล มีความภาคภูมิใจในวิชาชีพของตน งดเว้นจากสิ่งเสพติดให้โทษทุกชนิด

4. ลักษณะที่พึงประสงค์ด้านมนุษยสัมพันธ์ อาจารย์พลศึกษาควรเป็นผู้ที่มีความสนใจให้ความร่วมมือช่วยเหลืองานส่วนรวม วางตนให้เหมาะสมกับกาลเทศะ บุคคลและสังคมให้ความเคารพต่อผู้บังคับบัญชา เปิดโอกาสให้ผู้เรียนแสดงความคิดเห็น มีอัธยาศัยไมตรีกับคนทั่วไป และยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้เรียน

5. ลักษณะที่พึงประสงค์ด้านบุคลิกภาพทั่วไป อาจารย์พลศึกษาควรเป็นผู้มีบุคลิกภาพที่ดี มีความเชื่อมั่นในตนเอง มีความรับผิดชอบในหน้าที่การงานสูง กระตือรือร้นในการประกอบกิจกรรมต่างๆ ร่าเริง ยิ้มแย้มแจ่มใส มีความตรงไปตรงมา และจิตใจสูง พุดจาจะฉฉาน และใช้ภาษาได้ถูกต้อง

6. ลักษณะที่พึงประสงค์ด้านการมีคุณธรรมและน้ำใจนักกีฬา อาจารย์พลศึกษา มีคุณธรรมสูง มีระเบียบวินัย และปฏิบัติอย่างเคร่งครัด รู้จักใช้วิจารณญาณในการไตร่ตรอง อย่างมีเหตุผล มีความสำนึกต่อการรู้แพ้ รู้ชนะ รู้ภัย เห็นแก่ประโยชน์ส่วนรวม

7. ลักษณะที่พึงประสงค์ด้านการเป็นพลเมืองในสังคมประชาธิปไตย อาจารย์พลศึกษาควรยึดมั่นในสถาบันชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ รู้จักเคารพและปฏิบัติตามหน้าที่และสิทธิของตนเอง ทั้งผู้อื่น ยอมรับและให้ความร่วมมือตามมติส่วนรวมและสนับสนุนกิจกรรมต่างๆ ที่อนุรักษวัฒนธรรมไทย

มนตรี ไชยพันธุ์ (2527 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่อง บทบาทของครูพลศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ ตามการรับรู้ของตนเอง โดยส่งแบบสอบถามไปยังครูพลศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษาในส่วนภูมิภาค จำนวน 288 คน โดยศึกษาครอบคลุมบทบาทของครูพลศึกษาเกี่ยวกับการเรียนการสอน นักเรียน โรงเรียน ชุมชนและบทบาทที่เกี่ยวกับวิชาชีพ ผลการวิจัยพบว่า

บทบาทที่ครูพลศึกษาปฏิบัติในระดับสูงสุด เรียงตามบทบาทที่ศึกษา คือ

1. ปลุกฝังความมีน้ำใจนักกีฬาขณะสอน
2. ควบคุมดูแลความปลอดภัยของนักเรียน
3. ฝึกสอนกีฬาและนำนักเรียนไปแข่งขันกีฬากายนอกโรงเรียน
4. เป็นกรรมการในการแข่งขันกีฬาชุมชน
5. สร้างภาพพจน์ที่ดีเกี่ยวกับความเป็นครูพลศึกษา

ปรีชา เผือกขวัญดี (2531 : บทคัดย่อ) ได้ศึกษาคุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนฟุตบอลทีมชาติ ตามทัศนะของนักฟุตบอลที่ฝึกสอน ผู้จัดการทีม และผู้สื่อข่าวการกีฬา ซึ่งประกอบไปด้วยคุณลักษณะของการปฏิบัติงาน 6 ด้าน คือ ด้านส่วนตัว ด้านเนื้อหาวิชา ด้านการวางแผนและเตรียมการฝึกซ้อม ด้านวิธีการสอน ในการฝึกซ้อม และด้านการประเมินผล ผลการศึกษาพบว่า

1. นักฟุตบอล ผู้ฝึกสอน ผู้จัดการทีมและผู้สื่อข่าวการกีฬามีทัศนะว่าคุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้ฝึกสอนฟุตบอลทีมชาติแต่ละด้านปฏิบัติอยู่ระดับกลาง ส่วนคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนฟุตบอลทีมชาติในแต่ละด้านอยู่ในระดับสูง

2. นักฟุตบอล ผู้ฝึกสอน ผู้จัดการทีม และผู้สื่อข่าวกีฬา มีทัศนคติที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนฟุตบอลทีมชาติ ในแต่ละด้านและทุกด้านแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 โดยคะแนนเฉลี่ยคุณลักษณะที่พึงประสงค์สูงกว่าคุณลักษณะที่เป็นจริง

3. นักฟุตบอล ผู้ฝึกสอน ผู้จัดการทีม และผู้สื่อข่าวกีฬา มีทัศนคติต่อคุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้ฝึกสอนฟุตบอลทีมชาติ ในแต่ละด้านไม่แตกต่างกัน

4. นักฟุตบอล ผู้ฝึกสอน ผู้จัดการทีม และผู้สื่อข่าวกีฬา มีทัศนคติต่อลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนฟุตบอลทีมชาติ ในแต่ละด้านไม่แตกต่างกัน

สมบุรณ์ แวนวิชัย (2540 : บทคัดย่อ) ได้ทำการวิจัยเรื่องบทบาทที่พึงประสงค์และที่เป็นจริงของครูพลศึกษา ในโรงเรียนประถมศึกษา เขตการศึกษา 7 ตามการรับรู้ของผู้บริหารผู้ร่วมงาน และครูพลศึกษา การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบบทบาทที่พึงประสงค์และที่เป็นจริงของครูพลศึกษา ในโรงเรียนประถมศึกษา เขตการศึกษา 7 ตามการรับรู้ของผู้บริหารผู้ร่วมงาน และครูพลศึกษา กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ ผู้บริหาร ผู้ร่วมงานและครูพลศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ เขตการศึกษา 7 ผู้วิจัยได้ส่งแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น จำนวน 1,062 ชุด ไปให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถาม หลังจากนั้นได้นำข้อมูลที่ได้ รับกลับคืนมา จำนวน 1,020 ชุด คิดเป็นร้อยละ 96.23 มาวิเคราะห์ ค่าความถี่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ทดสอบค่า“ที” และวิเคราะห์ความแปรปรวนแบบทางเดียว เพื่อเปรียบเทียบบทบาทของครูพลศึกษา ตามการรับรู้ของผู้บริหาร ผู้ร่วมงานและครูพลศึกษา ผลการวิจัยพบว่า

1. บทบาทที่พึงประสงค์กับบทบาทที่เป็นจริงของครูพลศึกษา มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01

2. การรับรู้บทบาทของครูพลศึกษาทั้งบทบาทที่พึงประสงค์และบทบาทที่เป็นจริงของผู้บริหาร ผู้ร่วมงานและครูพลศึกษา แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.01

ธีรวัฒน์ แสงรักษา (2541 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่องคุณลักษณะที่เป็นจริงและคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกายในเขตกรุงเทพมหานคร ซึ่งกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าเป็น ผู้บริหารสถานบริหารกายและสมาชิกสถานบริหารกาย ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 500 คน ประกอบด้วย ผู้บริหารสถานบริหารกาย จำนวน 50 คน สมาชิกสถานบริหารกาย จำนวน 450 คน ผลการศึกษาพบว่า

1. ผู้บริหารในสถานบริหารกาย เป็นชาย คิดเป็นร้อยละ 70 มีอายุระหว่าง 40-45 ปี คิดเป็นร้อยละ 46 มีวุฒิการศึกษาระดับปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 86 มีระยะเวลาเริ่มปฏิบัติงานในสถานบริหารกายจนกระทั่งถึงปัจจุบัน มากกว่า 9 ปี คิดเป็นร้อยละ 56

2. คุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกายในด้านความรู้ตามทัศนะของผู้บริหาร มีคุณลักษณะที่เป็นจริงอยู่ในระดับมาก ในด้านมีความรู้ ความเข้าใจในหลักการปฐมพยาบาลและ

ความปลอดภัย คิดเป็นร้อยละ 50 ในด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกายใน
ด้านความรู้ ตามทัศนะของผู้บริหาร พบว่ามีคุณลักษณะที่พึงประสงค์อยู่ในระดับมากที่สุดในทุกด้าน

3. คุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกายในด้านความสามารถและทักษะตาม
ทัศนะของผู้บริหาร มีคุณลักษณะที่เป็นจริงอยู่ระดับน้อย ในด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำ
การออกกำลังกายในด้านความสามารถและทักษะ ตามทัศนะของผู้บริหาร พบว่ามีคุณลักษณะ
ที่พึงประสงค์อยู่ในระดับมากที่สุดในทุกด้าน

4. คุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกายในด้านบุคลิกภาพและมนุษยสัมพันธ์
ตามทัศนะของผู้บริหาร มีคุณลักษณะที่เป็นจริงอยู่ระดับมากที่สุดสามารถปรับตัวเข้ากับสภาพ
แวดล้อมได้เป็นอย่างดี ร้อยละ 44 ในด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย
ในด้านบุคลิกภาพและมนุษยสัมพันธ์ ตามทัศนะของผู้บริหาร พบว่ามีคุณลักษณะที่พึงประสงค์
ในระดับมากที่สุดในทุกด้าน

5. สมาชิกสถานบริหารกาย เป็นหญิง ร้อยละ 66.88 มีอายุระหว่าง 36-40 ปี คิดเป็น
ร้อยละ 30 มีวุฒิการศึกษาต่ำกว่าระดับปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 53.24 และระยะเวลาที่ใช้บริการ
จนกระทั่งถึงปัจจุบัน 2-6 เดือน คิดเป็นร้อยละ 30.80

6. คุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกายในด้านความรู้ของสมาชิกสถาน
บริหารกาย มีคุณลักษณะที่เป็นจริงอยู่ระดับน้อย มีความเข้าใจขอบข่ายการจัดโปรแกรม
การออกกำลังกายให้เหมาะสมกับผู้ให้บริการ คิดเป็นร้อยละ 32.50 ในด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์
ของผู้นำการออกกำลังกายในด้านความรู้ ตามทัศนะของสมาชิกการบริหารกาย พบว่ามีคุณลักษณะ
ที่พึงประสงค์อยู่ในระดับมากที่สุดในด้าน มีความเข้าใจหลักการของการออกกำลังกายและการใช้
บริการที่ดี ร้อยละ 66

7. คุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกายในด้านความสามารถและทักษะตาม
ทัศนะของสมาชิกสถานบริหารกาย มีคุณลักษณะที่เป็นจริงอยู่ในระดับมากที่สุด ที่สามารถใช้
อุปกรณ์ต่างๆ ได้อย่างเหมาะสมและถูกต้อง ร้อยละ 44.44 ในด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของ
ผู้นำการออกกำลังกายในด้านความสามารถและทักษะ ตามทัศนะของผู้บริหาร พบว่ามีคุณลักษณะ
ที่พึงประสงค์อยู่ในระดับมาก

8. คุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกายในด้านบุคลิกภาพและมนุษยสัมพันธ์
ตามทัศนะของสมาชิกสถานบริหารกาย มีคุณลักษณะที่เป็นจริงอยู่ในระดับมากที่สุดสามารถปรับตัว
เข้ากับสภาพแวดล้อมได้เป็นอย่างดี ร้อยละ 66 ในด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการออก
กำลังกายในด้านบุคลิกภาพและมนุษยสัมพันธ์ ตามทัศนะของสมาชิกสถานบริหารกาย พบว่ามี
คุณลักษณะที่พึงประสงค์ในระดับมากในการวางตัวให้เหมาะสมกับกาลเทศะของสังคมและ
บุคคล ร้อยละ 52.8

บัญชา โนนพลกรัง (2542 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาบทบาทที่เป็นจริงและที่พึง
ประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในกรุงเทพมหานคร ครั้งนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อทราบบทบาท

ที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้ประกอบการกำลังกาย ในสถานบริการออกกำลังกาย ในเขต กรุงเทพมหานคร โดยกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าเป็นผู้จัดการ จำนวน 30 คน ผู้ร่วมงาน จำนวน 100 คน ผู้นำการออกกำลังกาย 100 คน สมาชิกชายและสมาชิกหญิง อย่างละ 150 คน รวมทั้งสิ้น 530 คน ซึ่งได้มาโดยวิธีการสุ่มตัวอย่างอย่างง่าย เครื่องมือที่ใช้เป็นแบบสอบถาม แบ่งเป็น 3 ด้าน ดังต่อไปนี้

1. ด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้
2. ด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม
3. ด้านการบริการ

ผลการศึกษาพบว่า

1. ผู้จัดการในสถานบริการออกกำลังกาย เป็นชายร้อยละ 80.00 มีอายุ 26 – 30 ปี คิดเป็นร้อยละ 43.33 มีระยะเวลาที่ปฏิบัติงานตามสภาพในสถานบริการออกกำลังกายจนถึงปัจจุบันมีระยะเวลา 1 – 3 ปี คิดเป็นร้อยละ 56.67 มีวุฒิทางการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 63.33

2. ความคิดเห็นของผู้จัดการเกี่ยวกับบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้ประกอบการกำลังกาย ในแต่ละด้าน พบว่า

ด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ บทบาทที่เป็นจริงของผู้ประกอบการกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 40.00 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 73.33

ด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม บทบาทที่เป็นจริงของผู้ประกอบการกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 56.67 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 69.33

ด้านการบริการ ตามทัศนะของผู้จัดการ บทบาทที่เป็นจริงของผู้ประกอบการกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 46.33 และบทบาทที่พึงประสงค์ ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 72.67

3. ผู้ร่วมงานในสถานบริการออกกำลังกายเป็นหญิงร้อยละ 63.00 มีอายุ 25 ปี และต่ำกว่า คิดเป็นร้อยละ 51.00 มีระยะเวลาที่ปฏิบัติงานตามสภาพในสถานบริการออกกำลังกายจนถึงปัจจุบัน เวลา 1 – 3 ปี คิดเป็นร้อยละ 57.00 มีวุฒิทางการศึกษาต่ำกว่าปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 57.00

4. ความคิดเห็นของผู้ร่วมงานเกี่ยวกับบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้ประกอบการกำลังกาย ในแต่ละด้าน พบว่า

ด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ บทบาทที่เป็นจริงของผู้ประกอบการกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 53.10 และบทบาทที่พึงประสงค์ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 75.80

ด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 51.50 และบทบาทที่พึงประสงค์ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 79.00

ด้านการบริการ บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 52.20 และบทบาทที่พึงประสงค์ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 79.40

5. ผู้นำการออกกำลังกายในสถานบริการออกกำลังกายเป็นชาย ร้อยละ 69.00 มีอายุ 25 ปีและต่ำกว่า คิดเป็นร้อยละ 57.00 มีระยะเวลาที่ปฏิบัติงานตามสถานภาพในสถานบริการออกกำลังกายจนถึงปัจจุบัน เวลา 1 – 3 ปี คิดเป็นร้อยละ 54.00 มีวุฒิทางการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 89.00

6. ความคิดเห็นของผู้นำการออกกำลังกายเกี่ยวกับบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในแต่ละด้าน พบว่า

ด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 52.90 และบทบาทที่พึงประสงค์ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 82.70

ด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 57.00 และบทบาทที่พึงประสงค์ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 78.80

ด้านการบริการ บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 60.20 และบทบาทที่พึงประสงค์ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 80.10

7. สมาชิกชายในสถานบริการออกกำลังกายมีอายุ 26 – 30 ปี คิดเป็นร้อยละ 38.00 มีระยะเวลาที่เป็นสมาชิกในสถานบริการออกกำลังกายจนถึงปัจจุบัน มีระยะเวลาภายใน 1 ปี คิดเป็นร้อยละ 46.00 มีวุฒิทางการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 47.33

8. ความคิดเห็นของสมาชิกชายเกี่ยวกับบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของการออกกำลังกาย ในแต่ละด้าน พบว่า

ด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 55.20 และบทบาทที่พึงประสงค์ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 70.87

ด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 52.87 และบทบาทที่พึงประสงค์ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 74.67

ด้านการบริการ บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 51.47 และบทบาทที่พึงประสงค์ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 74.33

9. สมาชิกหญิงในสถานบริการออกกำลังกายมีอายุ 26 – 30 ปี คิดเป็นร้อยละ 36.00 มีระยะเวลาที่เป็นสมาชิกในสถานบริการออกกำลังกายจนถึงปัจจุบัน มีระยะเวลาภายใน 1 ปี คิดเป็นร้อยละ 49.33 มีวุฒิทางการศึกษาระดับปริญญาตรีหรือเทียบเท่า คิดเป็นร้อยละ 53.33

10. ความคิดเห็นของสมาชิกหญิงเกี่ยวกับบทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในแต่ละด้าน พบว่า

ด้านความรู้ทางวิชาการตลอดจนการเผยแพร่ความรู้ บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 46.00 และบทบาทที่พึงประสงค์ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 73.80

ด้านความสามารถทางทักษะของแต่ละกิจกรรม บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 49.00 และบทบาทที่พึงประสงค์ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 46.80

ด้านการบริการ บทบาทที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกาย ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 47.67 และบทบาทที่พึงประสงค์ส่วนใหญ่มีความคิดเห็นอยู่ในระดับมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 72.87

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร จำนวน 970 คน จำแนกเป็นชาย 627 คน หญิง 343 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร โดยใช้การประมาณขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยใช้ตารางเครจซี่ และมอร์แกน (Krejcie and Morgan) (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2543 : 303) ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 280 คน ได้มาจากการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multistage Random Sampling)

1. เลือกแบบเจาะจง โดยเลือกผู้นำการออกกำลังกายของศูนย์สุขภาพเอกชน ที่มีผู้นำการออกกำลังกายอย่างน้อย 5 คน
2. แบ่งกลุ่มตัวอย่างจากข้อ 1 โดยแยกกลุ่มตัวอย่างเป็นเพศชาย จำนวน 627 คน และเพศหญิง จำนวน 343 คน
3. สุ่มกลุ่มตัวอย่างอย่างง่ายจากข้อ 2 โดยแยกเป็นเพศชาย จำนวน 160 คน เป็นหญิง 120 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นแบบสอบถามปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองมี 3 ตอนดังนี้

ตอนที่ 1 สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถามมีลักษณะเป็นแบบตรวจคำตอบ (Checklist)

ตอนที่ 2 ปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มี 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

ตอนที่ 3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ มีลักษณะเป็นแบบสอบถามปลายเปิด (Open - Ended)

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

1. ศึกษาตำรา เอกสารและปริญญานิพนธ์ศูนย์สุขภาพ
2. ศึกษาวิธีการสร้างแบบสอบถามจากตำรา เอกสาร และงานวิจัยต่างๆ
3. สร้างข้อคำถามเกี่ยวกับปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน

กรุงเทพมหานคร

4. นำไปปรึกษาประธานและกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ เพื่อขอคำแนะนำในการสร้างแบบสอบถาม

5. นำแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเสนอต่อผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 3 ท่าน

6. นำแบบสอบถามที่แก้ไขแล้วไปทดลองใช้ (Try - Out) กับประชากรที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน เพื่อหาค่าความเชื่อมั่น โดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (α - Coefficient) ของครอนบาค ได้ค่าความเชื่อมั่น เท่ากับ .91

7. แก้ไขแบบสอบถามและเสนอต่อประธานและกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ พิจารณาความสมบูรณ์อีกครั้ง

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ มายังผู้เชี่ยวชาญ เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการตรวจสอบแบบสอบถาม

2. ขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถึงศูนย์สุขภาพของเอกชน ในเขตกรุงเทพมหานคร เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการแจกแบบสอบถามและเก็บรวบรวมข้อมูล

3. เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเอง โดยนำแบบสอบถามไปแจกให้แก่สมาชิกศูนย์สุขภาพ แล้วเก็บแบบสอบถามคืนด้วยตนเอง

การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

1. นำแบบสอบถามตอนที่ 1 สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถามมาแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ และนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง
2. นำแบบสอบถามตอนที่ 2 ปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายในศูนย์สุขภาพ เอกชน กรุงเทพมหานคร มาแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ และนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง
3. นำแบบสอบถามตอนที่ 3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะมาสรุปและนำเสนอในรูปแบบความเรียง

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลครั้งนี้ ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ต่างๆ แทนความหมายดังต่อไปนี้

N แทน จำนวนกลุ่มตัวอย่าง

f แทน จำนวนความถี่

% แทน ร้อยละ

การวิเคราะห์ข้อมูล

จากการแจกแบบสอบถามไปยังผู้นำการออกกำลังกาย จำนวน 280 คน และหลังจากได้รับแบบสอบถามกลับคืนมา ได้ตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม พบว่า ได้รับแบบสอบถามกลับคืนมาและมีความสมบูรณ์ จำนวน 280 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 100.00 จากนั้นผู้วิจัยได้รวบรวมแบบสอบถามทั้งหมด ไปวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

1. นำแบบสอบถามตอนที่ 1 สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถามมาแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ และนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง
2. นำแบบสอบถามตอนที่ 2 ปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร มาแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ และนำเสนอในรูปแบบตารางประกอบความเรียง
3. นำแบบสอบถามตอนที่ 3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะมาสรุปและนำเสนอในรูปแบบความเรียง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยแจกแจงความถี่ และค่าร้อยละ
แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

ตาราง 1 สถานภาพของกลุ่มตัวอย่าง (N = 280)

รายการ	ชาย		หญิง		รวม	
	f	%	f	%	f	%
ประสบการณ์ในการทำงาน						
1.1 1 – 4 ปี	104	65.00	94	78.33	198	70.71
1.2 4 ปีขึ้นไป	56	35.00	26	22.67	82	29.29
รวม	160	100.00	120	100.00	280	100.00
จบการศึกษาระดับปริญญา						
2.1 พหุศึกษา	61	38.12	36	30.00	97	34.64
2.2 วิทยาศาสตร์การกีฬา	99	61.88	84	70.00	183	65.36
2.3 อื่นๆ	0	0.00	0	0.00	0	0.00
รวม	160	57.14	120	42.86	280	100.00

จากตาราง 1 แสดงว่า

กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ประกอบการออกกำลังกาย เพศชาย ที่มีประสบการณ์ในการเป็นผู้ประกอบการออกกำลังกาย 1 - 4 ปี จำนวน 104 คน คิดเป็นร้อยละ 65.00 ที่มีประสบการณ์ในการเป็นผู้ประกอบการออกกำลังกาย 5 ปีขึ้นไป จำนวน 56 คน คิดเป็นร้อยละ 35.00 เพศหญิง ที่มีประสบการณ์ในการเป็นผู้ประกอบการออกกำลังกาย 1 - 4 ปี จำนวน 94 คน คิดเป็นร้อยละ 78.33 ที่มีประสบการณ์ในการเป็นผู้ประกอบการออกกำลังกาย 4 ปีขึ้นไป จำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 22.67 และโดยรวม ที่มีประสบการณ์ 1 - 4 ปี จำนวน 198 คน คิดเป็นร้อยละ 70.71 ประสบการณ์ 4 ปีขึ้นไป จำนวน 82 คน คิดเป็นร้อยละ 29.29

กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ประกอบการออกกำลังกาย เพศชาย ที่จบสาขาวิชาพลศึกษา จำนวน 61 คน คิดเป็นร้อยละ 38.12 สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา จำนวน 99 คน คิดเป็นร้อยละ 61.88 เพศหญิง ที่จบสาขาพลศึกษา จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 30.00 สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา จำนวน 84 คน คิดเป็นร้อยละ 70.00 และโดยรวม ที่จบสาขาพลศึกษา จำนวน 97 คน คิดเป็นร้อยละ 34.64 สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา จำนวน 183 คน คิดเป็นร้อยละ 65.36

ตอนที่ 2 วิเคราะห์ปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน
กรุงเทพมหานคร โดยการแจกแจงความถี่และค่าร้อยละ

ตาราง 2 ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน
กรุงเทพมหานคร ด้านความรู้ทางวิชาการจำแนกตามเพศชาย (N = 160)

รายการ		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	ปัญหาด้านความรู้ในเรื่องของการออกกำลังกาย	f 1	10	43	76	30
		% 0.62	6.25	26.88	47.50	18.75
2	ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	f 1	11	43	73	32
		% 0.62	6.88	26.88	45.63	20.00
3	ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการเป็นผู้ดำเนินการเดินแอโรบิก	f 6	24	50	55	25
		% 3.75	15.00	31.25	34.38	15.63
4	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้เพียงพอที่จะนำมาประกอบอาชีพผู้นำการออกกำลังกาย	f 2	9	40	81	28
		% 1.25	5.62	25.00	50.63	17.50
5	ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์การออกกำลังกายได้อย่างถูกต้องและปลอดภัย	f 2	10	29	75	44
		% 1.25	6.25	18.12	46.88	27.50
6	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ความเข้าใจในหลักการปฐมพยาบาลเบื้องต้น	f 1	4	39	96	20
		% 0.62	2.50	24.38	60.00	12.50
7	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านโภชนาการ	f 0	9	57	78	16
		% 0.00	5.62	35.63	48.75	10.00
8	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านภาษาอังกฤษ	f 7	32	76	38	7
		% 4.38	20.00	47.50	23.74	4.38
9	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านการจัดกิจกรรมเสริมทั้งภายในและภายนอกสถานที่ของศูนย์สุขภาพ	f 3	8	62	74	13
		% 1.87	5.00	38.75	46.25	8.13
10	ปัญหาเกี่ยวกับการได้รับข่าวสารด้านวิชาการเพื่อเพิ่มเติมความรู้ในวิชาชีพให้ทันสมัยอยู่เสมอ	f 4	12	60	70	14
		% 2.50	7.50	37.50	43.75	8.75
รวม		f 27	129	499	716	229
		% 1.69	8.06	31.19	44.75	14.31

จากตาราง 2 แสดงว่า ปัญหาของผู้ประกอบการกำลังกายเพศชาย ภายในศูนย์สุขภาพ
เอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความรู้ทางวิชาการผู้ประกอบการกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ใน
ระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 43.31 ยกเว้นปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านภาษาอังกฤษ มีปัญหาอยู่ใน
ระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 47.50

ตาราง 3 ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน
กรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางทักษะ เพศชาย (N = 160)

รายการ		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	ปัญหาด้านความสามารถในการสอน	f 8	33	47	44	28
	แอโรบิกได้อย่างมั่นใจ	% 5.00	20.63	29.38	27.50	17.50
2	ปัญหาด้านความสามารถในการดัดแปลง	f 7	33	52	46	22
	การสอนแอโรบิกให้น่าสนใจ	% 4.38	20.63	32.50	28.75	13.75
3	ปัญหาด้านการจัดโปรแกรมการออก	f 2	10	28	82	38
	กำลังกายให้กับสมาชิกรายบุคคล	% 1.25	6.25	17.50	51.25	23.75
4	ปัญหาด้านความสามารถในการสาธิตการ	f 1	11	22	84	42
	ออกกำลังกายได้อย่างถูกต้อง	% 0.63	6.68	13.75	52.50	26.25
5	ปัญหาด้านการสาธิตการใช้อุปกรณ์ใน	f 1	7	20	82	50
	ห้องออกกำลังกายได้อย่างถูกต้อง	% 0.63	4.38	12.50	51.25	31.25
6	ปัญหาการได้รับการยอมรับใน	f 1	6	32	86	35
	ความสามารถของการเป็นผู้นำการออก	% 0.63	3.75	20.00	53.75	21.88
	กำลังกายจากสมาชิก					
7	ปัญหาด้านการสอนกีฬาที่ให้บริการใน	f 9	18	46	61	26
	ศูนย์สุขภาพ เช่น เทนนิส สควอช	% 5.62	11.25	28.75	38.13	16.25
8	ปัญหาด้านความสามารถในการแก้ไข	f 0	10	36	83	31
	ปัญหาเฉพาะหน้าได้เป็นอย่างดี	% 0.00	6.25	22.50	51.88	19.38
9	ปัญหาด้านความสามารถทำงานร่วมกับ	f 5	6	24	71	54
	ผู้อื่นได้ดี	% 3.13	3.75	15.00	44.38	33.75
10	ปัญหาด้านความสามารถในการโน้มน้าว	f 2	10	27	78	43
	ชักชวน และชี้แนะให้สมาชิกเห็นคุณค่า	% 1.25	6.25	16.88	48.75	26.88
	ของการออกกำลังกาย					
รวม		f 36	144	334	717	369
		% 2.25	9.00	20.88	44.81	23.06

จากตาราง 3 แสดงว่า ปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายเพศชาย ภายในศูนย์สุขภาพ เอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางทักษะของผู้นำการออกกำลังกาย โดยรวม มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 44.81 ยกเว้นปัญหาด้านความสามารถในการสอน แอโรบิกได้อย่างมั่นใจ ปัญหาด้านความสามารถในการดัดแปลงการสอนแอโรบิกให้น่าสนใจ มีปัญหาระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 29.38 และ 32.50 ตามลำดับ

ตาราง 4 ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน
กรุงเทพมหานคร ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรม เพศชาย (N = 160)

รายการ		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	ปัญหาด้านการต้อนรับสมาชิกด้วยความสุภาพ และอ่อนน้อม	f 2	4	26	69	59
		% 1.25	2.50	16.25	43.13	36.88
2	ปัญหาด้านการดูแลอุปกรณ์ของการออกกำลังกายให้สะอาดและเรียบร้อยอยู่เสมอ	f 1	3	37	70	49
		% 0.63	1.88	23.13	43.75	30.63
3	ปัญหาด้านการเอาใจใส่และดูแลสมาชิกได้เป็นอย่างดี	f 2	5	26	82	45
		% 1.25	3.13	16.25	51.25	28.13
4	ปัญหาการบริการด้านความรู้และข่าวสารเกี่ยวกับการออกกำลังกายให้กับสมาชิก	f 2	7	25	99	27
		% 1.25	4.38	15.63	61.88	16.88
5	ปัญหาด้านความเข้าใจความต้องการของสมาชิกเพื่อการบริการที่เหมาะสม	f 0	6	39	89	26
		% 0.00	3.75	24.38	55.63	16.25
6	ปัญหาด้านความตรงต่อเวลาต่อหน้าที่การงาน	f 1	2	32	78	47
		% 0.63	1.25	20.00	48.75	29.38
7	ปัญหาด้านการแต่งกายสะอาดเรียบร้อย ถูกต้องตามกาลเทศะ	f 0	6	26	59	69
		% 0.00	3.75	16.25	36.88	43.13
8	ปัญหาด้านการรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น	f 1	2	32	78	47
		% 0.63	1.25	20.00	48.75	29.38
9	ปัญหาด้านการเสียสละ ให้ความร่วมมือและช่วยเหลือต่อส่วนรวม	f 0	4	24	83	49
		% 0.00	2.50	15.00	51.88	30.63
10	ปัญหาด้านการวางตนให้เหมาะสมกับสังคมและบุคคล	f 0	4	28	71	57
		% 0.00	2.50	17.50	44.38	35.63
รวม		f 9	43	295	778	475
		% 0.56	2.69	18.44	48.63	29.69

จากตาราง 4 แสดงว่า ปัญหาของผู้ประกอบการกำลังกายเพศชาย ภายในศูนย์สุขภาพ
เอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรมของผู้ประกอบการกำลังกาย
โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 48.63 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทุกข้อมี
ปัญหาในระดับน้อยเช่นกัน

ตาราง 5 ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน
กรุงเทพมหานคร ด้านความรู้ทางวิชาการ เพศหญิง (N = 120)

รายการ		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	ปัญหาด้านความรู้ในเรื่องของการออกกำลังกาย	f 0 % 0.00	4 3.33	31 25.83	60 50.00	25 20.83
2	ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	f 0 % 0.00	5 4.17	36 30.00	53 44.17	26 21.67
3	ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการเป็นผู้นำการเต้นแอโรบิก	f 2 % 1.67	20 16.67	32 26.67	39 32.50	27 22.50
4	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้เพียงพอที่จะนำมาประกอบอาชีพผู้นำการออกกำลังกาย	f 1 % 0.83	6 5.00	28 23.33	63 52.50	22 18.33
5	ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์การออกกำลังกายได้อย่างถูกต้องและปลอดภัย	f 0 % 0.00	8 6.67	21 17.50	56 46.67	35 29.17
6	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ความเข้าใจในหลักการปฐมพยาบาลเบื้องต้น	f 0 % 0.00	7 5.83	32 26.67	61 50.83	20 16.67
7	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านโภชนาการ	f 2 % 1.67	9 7.50	39 32.50	58 48.33	12 10.00
8	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านภาษาอังกฤษ	f 14 % 11.67	40 33.33	43 35.83	17 14.17	6 5.00
9	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านการจัดกิจกรรมเสริมทั้งภายในและภายนอกสถานที่ของศูนย์สุขภาพ	f 0 % 0.00	15 12.50	46 38.33	49 40.83	10 8.33
10	ปัญหาเกี่ยวกับการได้รับข่าวสารด้านวิชาการเพื่อเพิ่มเติมความรู้ในวิชาชีพให้ทันสมัยอยู่เสมอ	f 6 % 5.00	19 15.83	43 35.83	39 32.50	13 10.83
รวม		f 25 % 2.08	133 11.08	351 29.25	495 41.25	196 16.33

จากตาราง 5 แสดงว่า ปัญหาของผู้ประกอบการกำลังกายเพศหญิง ภายในศูนย์สุขภาพ
เอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความรู้ทางวิชาการของผู้ประกอบการกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่
ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 41.25 ยกเว้นปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านภาษาอังกฤษ และปัญหา
เกี่ยวกับการได้รับข่าวสารด้านวิชาการเพื่อเพิ่มเติมความรู้ในวิชาชีพให้ทันสมัยอยู่เสมอ คิดเป็นร้อย
ละ 35.83 และ 35.83 ตามลำดับ

ตาราง 6 ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน
กรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางทักษะ เพศหญิง (N = 120)

รายการ		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	ปัญหาด้านความสามารถในการสอน	f 3	18	41	36	22
	แอโรบิกได้อย่างมั่นใจ	% 2.50	15.00	34.17	30.00	18.33
2	ปัญหาด้านความสามารถในการดัดแปลง	f 7	19	40	36	18
	การสอนแอโรบิกให้น่าสนใจ	% 5.83	15.83	33.33	30.00	15.00
3	ปัญหาด้านการจัดโปรแกรมการออก	f 5	6	20	54	35
	กำลังกายให้กับสมาชิกรายบุคคล	% 4.17	5.00	16.67	45.00	29.17
4	ปัญหาด้านความสามารถในการสาธิตการ	f 0	5	15	59	41
	ออกกำลังกายได้อย่างถูกต้อง	% 0.00	4.17	12.50	49.17	34.17
5	ปัญหาด้านการสาธิตการใช้อุปกรณ์ใน	f 0	4	17	49	50
	ห้องออกกำลังกายได้อย่างถูกต้อง	% 0.00	3.33	14.17	40.83	41.67
6	ปัญหาการได้รับการยอมรับใน	f 2	9	24	57	28
	ความสามารถของการเป็นผู้นำ	% 1.67	7.50	20.00	47.50	23.33
	การออกกำลังกายจากสมาชิก					
7	ปัญหาด้านการสอนกีฬาที่ให้บริการใน	f 7	16	19	58	20
	ศูนย์สุขภาพ เช่น เทนนิส สควอช	% 5.83	13.33	15.83	48.33	16.67
8	ปัญหาด้านความสามารถในการแก้ไข	f 3	9	23	59	26
	ปัญหาเฉพาะหน้าได้เป็นอย่างดี	% 2.50	7.50	19.17	49.17	21.67
9	ปัญหาด้านความสามารถทำงานร่วมกับ	f 6	4	9	51	50
	ผู้อื่นได้ดี	% 5.00	3.33	7.50	42.50	41.67
10	ปัญหาด้านความสามารถในการโน้มน้าว	f 5	5	9	51	50
	ชักชวน และชี้แนะให้สมาชิกเห็นคุณค่า	% 4.17	4.17	7.50	42.50	41.67
	ของการออกกำลังกาย					
รวม		f 38	95	217	510	340
		% 3.17	7.92	18.08	42.50	28.33

จากตาราง 6 แสดงว่า ปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายเพศหญิง ภายในศูนย์สุขภาพ
เอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางทักษะของผู้นำการออกกำลังกายโดยรวม
มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 42.50 ยกเว้นปัญหาด้านความสามารถในการสอน
แอโรบิกได้อย่างมั่นใจ ปัญหาด้านความสามารถในการดัดแปลงการสอนแอโรบิกให้น่าสนใจ
มีปัญหาระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 34.17 และ 33.33 ตามลำดับ

ตาราง 7 ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน
กรุงเทพมหานคร ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรม เพศหญิง (N = 120)

รายการ		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	ปัญหาด้านการต้อนรับสมาชิกด้วยความสุภาพ และอ่อนน้อม	f 2	4	12	48	54
		% 1.67	3.33	10.00	40.00	45.00
2	ปัญหาด้านการดูแลอุปกรณ์ของการออกกำลังกายให้สะอาดและเรียบร้อยอยู่เสมอ	f 2	6	10	50	52
		% 1.67	5.00	8.33	41.67	43.33
3	ปัญหาด้านการเอาใจใส่และดูแลสมาชิกได้เป็นอย่างดี	f 3	6	10	52	49
		% 2.50	5.00	8.33	43.33	40.83
4	ปัญหาการบริการด้านความรู้และข่าวสารเกี่ยวกับการออกกำลังกายให้กับสมาชิก	f 3	10	19	66	22
		% 2.50	8.33	15.83	55.00	18.33
5	ปัญหาด้านความเข้าใจความต้องการของสมาชิกเพื่อการบริการที่เหมาะสม	f 2	11	17	66	24
		% 1.67	9.17	14.17	55.00	20.00
6	ปัญหาด้านความตรงต่อเวลาต่อหน้าที่การงาน	f 0	5	21	37	57
		% 0.00	4.17	17.50	30.83	47.50
7	ปัญหาด้านการแต่งกายสะอาดเรียบร้อย ถูกต้องตามกาลเทศะ	f 1	2	16	40	61
		% 0.83	1.67	13.33	33.33	50.83
8	ปัญหาด้านการรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น	f 0	5	18	46	51
		% 0.00	4.17	15.00	38.33	42.50
9	ปัญหาด้านการเสียสละ ให้ความร่วมมือและช่วยเหลือต่อส่วนรวม	f 1	6	16	42	55
		% 0.83	5.00	13.33	35.00	45.83
10	ปัญหาด้านการวางตนให้เหมาะสมกับสังคมและบุคคล	f 2	2	19	45	52
		% 1.67	1.67	15.83	37.50	43.33
รวม		f 16	57	158	492	477
		% 1.33	4.75	13.17	41.00	39.75

จากตาราง 7 แสดงว่า ปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายเพศหญิง ภายในศูนย์สุขภาพ เอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรมของผู้นำการออกกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 41.00 ยกเว้น ปัญหาด้านการต้อนรับสมาชิก ด้วยความสุภาพ และอ่อนน้อม ปัญหาด้านการดูแลอุปกรณ์ของการออกกำลังกายให้สะอาดและ เรียบร้อยอยู่เสมอ ปัญหาด้านความตรงต่อเวลาต่อหน้าที่การงาน ปัญหาด้านการแต่งกายสะอาด เรียบร้อย ถูกต้องตามกาลเทศะ ปัญหาด้านการรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ปัญหาด้านการ เสียสละ ให้ความร่วมมือและช่วยเหลือต่อส่วนรวม ปัญหาด้านการวางตนให้เหมาะสมกับสังคมและ บุคคล คิดเป็นร้อยละ 45.00 43.33 47.50 50.83 42.50 45.83 และ 43.33 ตามลำดับ

ตาราง 8 ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน
กรุงเทพมหานคร ด้านความรู้ทางวิชาการ เพศชายที่มีประสบการณ์ 1 – 4 ปี (N = 104)

รายการ		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	ปัญหาด้านความรู้ในเรื่องของการออกกำลังกาย	f 1 % 0.96	6 5.77	28 26.92	50 48.08	19 18.27
2	ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	f 1 % 0.96	7 6.73	27 25.96	48 46.15	21 20.19
3	ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการเป็นผู้นำการเดินแอโรบิก	f 3 % 2.88	13 12.50	31 29.81	40 38.46	17 16.35
4	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้เพียงพอที่จะนำมาประกอบอาชีพผู้นำการออกกำลังกาย	f 2 % 1.92	6 5.77	24 23.08	54 51.92	18 17.31
5	ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์การออกกำลังกายได้อย่างถูกต้องและปลอดภัย	f 2 % 1.92	7 6.73	20 19.23	51 49.04	24 23.08
6	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ความเข้าใจในหลักการปฐมพยาบาลเบื้องต้น	f 0 % 0.00	2 1.92	26 25.00	66 63.46	10 9.62
7	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านโภชนาการ	f 0 % 0.00	5 4.81	40 38.46	51 49.04	8 7.69
8	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านภาษาอังกฤษ	f 2 % 1.92	22 21.15	47 45.19	29 27.88	4 3.85
9	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านการจัดกิจกรรมเสริมทั้งภายในและภายนอกสถานที่ของศูนย์สุขภาพ	f 2 % 1.92	6 5.77	40 38.46	47 45.19	9 8.65
10	ปัญหาเกี่ยวกับการได้รับข่าวสารด้านวิชาการเพื่อเพิ่มเติมความรู้ในวิชาชีพให้ทันสมัยอยู่เสมอ	f 3 % 2.88	6 5.77	38 36.54	48 46.15	9 8.65
รวม		f 16 % 1.54	80 7.69	321 30.87	484 46.54	139 13.37

จากตาราง 8 แสดงว่า ปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายของเพศชาย ที่มีประสบการณ์ 1 – 4 ปีภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความรู้ทางวิชาการผู้นำการออกกำลังกาย โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 46.54 ยกเว้นที่มีปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านภาษาอังกฤษ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 45.19

ตาราง 9 ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน
กรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางทักษะ เพศชายที่มีประสบการณ์ 1 – 4 ปี
(N = 104)

	รายการ		ระดับปัญหา				
			มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	ปัญหาด้านความสามารถในการสอน	f	6	20	29	28	21
	แอโรบิกได้อย่างมั่นใจ	%	5.77	19.23	27.88	26.92	20.19
2	ปัญหาด้านความสามารถในการดัดแปลง	f	5	21	32	28	18
	การสอนแอโรบิกให้น่าสนใจ	%	4.81	20.19	30.77	26.92	17.31
3	ปัญหาด้านการจัดโปรแกรมการออก	f	1	8	18	55	22
	กำลังกายให้กับสมาชิกรายบุคคล	%	0.96	7.69	17.30	52.88	21.15
4	ปัญหาด้านความสามารถในการสาธิตการ	f	1	8	13	52	30
	ออกกำลังกายได้อย่างถูกต้อง	%	0.96	5.77	13.46	50.96	28.85
5	ปัญหาด้านการสาธิตการใช้อุปกรณ์ใน	f	1	6	14	53	30
	ห้องออกกำลังกายได้อย่างถูกต้อง	%	0.96	5.77	13.46	50.96	28.85
6	ปัญหาการได้รับการยอมรับใน	f	1	4	22	57	20
	ความสามารถของการเป็นผู้นำการออก	%	0.96	3.85	21.15	54.81	19.23
	กำลังกายจากสมาชิก						
7	ปัญหาด้านการสอนกีฬาที่ให้บริการใน	f	5	12	25	46	16
	ศูนย์สุขภาพ เช่น เทนนิส สควอช	%	4.81	11.54	24.04	44.23	15.38
8	ปัญหาด้านความสามารถในการแก้ไข	f	0	5	23	61	15
	ปัญหาเฉพาะหน้าได้เป็นอย่างดี	%	0.00	4.81	22.12	58.65	14.42
9	ปัญหาด้านความสามารถทำงานร่วมกับ	f	4	3	15	52	30
	ผู้อื่นได้ดี	%	3.85	2.88	14.42	50.00	28.85
10	ปัญหาด้านความสามารถในการโน้มน้าว	f	2	8	12	60	22
	ชักชวน และชี้แนะให้สมาชิกเห็นคุณค่า	%	1.92	7.69	11.54	57.69	21.15
	ของการออกกำลังกาย						
รวม		f	26	95	203	492	224
		%	2.50	9.13	19.52	47.31	21.54

จากตาราง 9 แสดงว่า ปัญหาของผู้ประกอบการที่กำลังกายเพศชาย ที่มีประสบการณ์ 1 – 4 ปี ภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางทักษะ โดยรวม มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 47.31 ยกเว้น ปัญหาด้านความสามารถในการสอน แอโรบิกได้อย่างมั่นใจ ปัญหาด้านความสามารถในการดัดแปลงการสอนแอโรบิกให้น่าสนใจ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 27.88 และ 30.77 ตามลำดับ

ตาราง 10 ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน
กรุงเทพมหานคร ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรม เพศชาย ที่มีประสบการณ์
1 – 4 ปี (N = 104)

รายการ		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1 ปัญหาด้านการต้อนรับสมาชิก	f	2	1	17	49	35
ด้วยความสุภาพ และอ่อนน้อม	%	1.92	1.96	16.35	47.12	33.65
2 ปัญหาด้านการดูแลอุปกรณ์ของ	f	1	1	24	49	29
การออกกำลังกายให้สะอาดและ	%	0.96	0.96	23.08	47.12	27.88
เรียบร้อยอยู่เสมอ						
3 ปัญหาด้านการเอาใจใส่และดูแล	f	1	3	18	55	27
สมาชิกได้เป็นอย่างดี	%	0.96	2.88	17.31	52.88	25.96
4 ปัญหาการบริการด้านความรู้	f	1	5	16	65	17
และข่าวสารเกี่ยวกับการออก	%	0.96	4.81	15.38	62.50	16.35
กำลังกายให้กับสมาชิก						
5 ปัญหาด้านความเข้าใจความ	f	0	4	24	62	14
ต้องการของสมาชิกเพื่อการ	%	0.00	3.85	23.08	59.62	13.46
บริการที่เหมาะสม						
6 ปัญหาด้านความตรงต่อเวลา	f	1	5	13	51	34
ต่อหน้าที่การงาน	%	0.96	4.81	12.50	49.04	32.69
7 ปัญหาด้านการแต่งกายสะอาด	f	0	4	15	45	40
เรียบร้อย ถูกต้องตามกาลเทศะ	%	0.00	3.85	14.42	43.27	38.46
8 ปัญหาด้านการรับฟังความ	f	1	1	21	53	28
คิดเห็นของผู้อื่น	%	0.96	0.96	20.19	50.96	26.96
9 ปัญหาด้านการเสียสละ ให้	f	0	4	13	60	27
ความร่วมมือและช่วยเหลือต่อ	%	0.00	3.85	12.50	57.69	25.96
ส่วนรวม						
10 ปัญหาด้านการวางตนให้	f	0	3	18	49	34
เหมาะสมกับสังคมและบุคคล	%	0.00	2.88	17.30	47.12	32.69
รวม	f	7	31	179	538	285
	%	0.67	2.98	17.21	51.73	27.40

จากตาราง 10 แสดงว่า ปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายของเพศชาย
ที่มีประสบการณ์ 1 – 4 ปี ภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านการบริการ
คุณธรรม และจริยธรรม โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 51.73

ตาราง 11 ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน
กรุงเทพมหานคร ด้านความรู้ทางวิชาการ เพศหญิงที่มีประสบการณ์ 1 – 4 ปี (N = 94)

รายการ		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	ปัญหาด้านความรู้ในเรื่องของการออกกำลังกาย	f 0 % 0.00	2 2.13	28 29.79	45 47.87	19 20.21
2	ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	f 0 % 0.00	3 3.19	32 34.04	39 41.49	20 31.28
3	ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการเป็นผู้นำการเต้นแอโรบิก	f 2 % 2.13	19 20.21	27 28.72	27 28.72	19 20.21
4	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้เพียงพอที่จะนำมาประกอบอาชีพผู้นำการออกกำลังกาย	f 1 % 1.06	6 6.38	23 24.47	50 53.19	14 14.89
5	ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์การออกกำลังกายได้อย่างถูกต้องและปลอดภัย	f 0 % 0.00	8 8.51	18 19.15	47 50.00	21 22.34
6	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ความเข้าใจในหลักการปฐมพยาบาลเบื้องต้น	f 0 % 0.00	7 7.45	29 30.85	46 48.94	12 12.77
7	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านโภชนาการ	f 2 % 2.13	9 9.57	34 36.17	44 46.81	5 5.32
8	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านภาษาอังกฤษ	f 12 % 12.77	36 38.30	29 30.85	14 14.89	3 3.19
9	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านการจัดกิจกรรมเสริมทั้งภายในและภายนอกสถานที่ของศูนย์สุขภาพ	f 0 % 0.00	15 15.96	34 36.17	38 40.43	7 7.45
10	ปัญหาเกี่ยวกับการได้รับข่าวสารด้านวิชาการเพื่อเพิ่มเติมความรู้ในวิชาชีพให้ทันสมัยอยู่เสมอ	f 5 % 5.32	18 19.15	33 35.11	30 31.91	8 8.51
รวม		f 22 % 2.34	123 13.09	287 30.53	380 40.43	128 13.62

จากตาราง 11 แสดงว่า ปัญหาของผู้ประกอบการกำลังกายเพศหญิงที่มีประสบการณ์ 1 – 4 ปี ภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความรู้ทางวิชาการผู้นำการออกกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 40.43 ยกเว้น ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านภาษาอังกฤษ มีปัญหาอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 38.30 ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการเป็นผู้นำการเต้นแอโรบิก ปัญหาเกี่ยวกับการได้รับข่าวสารด้านวิชาการเพื่อเพิ่มเติมความรู้ในวิชาชีพให้ทันสมัยอยู่เสมอ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 28.72 และ 35.11 ตามลำดับ

ตาราง 12 ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน
กรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางทักษะ เพศหญิงที่มีประสบการณ์ 1 – 4 ปี
(N = 94)

รายการ			ระดับปัญหา				
			มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	ปัญหาด้านความสามารถในการสอน	f	3	17	34	23	17
	แอโรบิกได้อย่างมั่นใจ	%	3.19	18.09	36.17	24.47	18.09
2	ปัญหาด้านความสามารถในการดัดแปลง	f	7	19	31	25	12
	การสอนแอโรบิกให้น่าสนใจ	%	7.45	20.21	32.98	26.60	12.77
3	ปัญหาด้านการจัดโปรแกรมการออก	f	5	5	18	40	26
	กำลังกายให้กับสมาชิกรายบุคคล	%	5.32	5.32	19.15	42.55	27.66
4	ปัญหาด้านความสามารถในการสาธิตการ	f	0	5	13	49	27
	ออกกำลังกายได้อย่างถูกต้อง	%	0.00	5.32	13.83	52.13	28.72
5	ปัญหาด้านการสาธิตการใช้อุปกรณ์ใน	f	0	4	13	45	32
	ห้องออกกำลังกายได้อย่างถูกต้อง	%	0.00	4.26	13.83	47.87	34.04
6	ปัญหาการได้รับการยอมรับใน	f	2	8	20	45	32
	ความสามารถของการเป็นผู้นำการออก	%	2.13	8.51	21.28	47.87	20.21
	กำลังกายจากสมาชิก						
7	ปัญหาด้านการสอนกีฬาที่ให้บริการใน	f	5	12	33	31	13
	ศูนย์สุขภาพ เช่น เทนนิส สควอช	%	5.32	12.77	35.11	32.98	13.83
8	ปัญหาด้านความสามารถในการแก้ไข	f	3	9	21	44	17
	ปัญหาเฉพาะหน้าได้เป็นอย่างดี	%	3.19	9.57	22.34	46.81	18.09
9	ปัญหาด้านความสามารถทำงานร่วมกับ	f	5	4	9	44	32
	ผู้อื่นได้ดี	%	5.32	4.26	9.57	46.81	34.04
10	ปัญหาด้านความสามารถในการโน้มน้าว	f	5	4	14	49	22
	ชักชวน และชี้แนะให้สมาชิกเห็นคุณค่า	%	5.32	4.26	14.89	52.13	26.40
	ของการออกกำลังกาย						
รวม		f	35	87	206	395	217
		%	3.72	9.26	21.91	42.02	23.09

จากตาราง 12 แสดงว่า ปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายของเพศหญิงที่มีประสบการณ์ 1 – 4 ปี ภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางทักษะของผู้นำการออกกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 42.02 ยกเว้นปัญหาด้านความสามารถในการสอนแอโรบิกได้อย่างมั่นใจ ปัญหาด้านความสามารถในการดัดแปลงการสอนแอโรบิกให้น่าสนใจ ปัญหาด้านการสอนกีฬาที่ให้บริการในศูนย์สุขภาพ เช่น เทนนิส สควอช มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 36.17 32.98 และ 36.11 ตามลำดับ

ตาราง 13 ความถี่และร้อยละของปัญหาของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรม เพศหญิง ที่มีประสบการณ์ 1 – 4 ปี (N = 94)

รายการ		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1 ปัญหาด้านการต้อนรับสมาชิกด้วยความสุภาพ และอ่อนน้อม	f	2	4	11	39	38
	%	2.13	4.26	11.70	41.49	40.43
2 ปัญหาด้านการดูแลอุปกรณ์ของการออกกำลังกายให้สะอาดและเรียบร้อยอยู่เสมอ	f	2	6	9	42	35
	%	2.13	6.38	9.57	44.68	37.23
3 ปัญหาด้านการเอาใจใส่และดูแลสมาชิกได้เป็นอย่างดี	f	2	6	9	43	34
	%	2.13	6.38	9.57	45.74	36.17
4 ปัญหาการบริการด้านความรู้และข่าวสารเกี่ยวกับการออกกำลังกายให้กับสมาชิก	f	3	9	17	49	16
	%	3.19	9.57	18.09	52.13	17.02
5 ปัญหาด้านความเข้าใจความต้องการของสมาชิกเพื่อการบริการที่เหมาะสม	f	2	11	15	50	16
	%	2.13	11.70	15.96	53.19	17.02
6 ปัญหาด้านความตรงต่อเวลาต่อหน้าที่การงาน	f	0	5	18	28	43
	%	0.00	5.32	19.15	29.79	45.74
7 ปัญหาด้านการแต่งกายสะอาดเรียบร้อย ถูกต้องตามกาลเทศะ	f	1	2	14	36	41
	%	1.06	2.13	14.89	38.30	43.62
8 ปัญหาด้านการรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น	f	0	4	16	42	32
	%	0.00	4.26	17.02	44.68	34.04
9 ปัญหาด้านการเสียสละ ให้ความร่วมมือและช่วยเหลือต่อส่วนรวม	f	1	6	13	35	39
	%	1.06	6.38	13.83	37.23	41.49
10 ปัญหาด้านการวางตนให้เหมาะสมกับสังคมและบุคคล	f	2	2	17	39	34
	%	2.13	2.13	18.09	41.49	36.17
รวม	f	15	55	139	403	328
	%	1.60	5.85	14.79	42.87	34.89

จากตาราง 13 แสดงว่า ปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายเพศหญิง ที่มีประสบการณ์ 1 – 4 ปี ภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรม ของผู้นำการออกกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 42.87 ยกเว้น ปัญหาด้านความตรงต่อเวลาต่อหน้าที่การงาน ปัญหาด้านการแต่งกายสะอาด เรียบร้อย ถูกต้อง ตามกาลเทศะ ปัญหาด้านการเสียสละ ให้ความร่วมมือและช่วยเหลือต่อส่วนรวม มีปัญหาอยู่ใน ระดับน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 45.74 43.62 และ 41.49 ตามลำดับ

ตาราง 14 ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน
กรุงเทพมหานคร ด้านความรู้ทางวิชาการ เพศชายที่มีประสบการณ์ 4 ปี ขึ้นไป (N = 56)

รายการ		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	ปัญหาด้านความรู้ในเรื่องของการออกกำลังกาย	f 0 % 0.00	4 7.14	15 26.79	26 46.43	11 19.64
2	ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	f 0 % 0.00	4 7.14	16 28.57	25 44.64	11 19.64
3	ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการเป็นผู้นำการเต้นแอโรบิก	f 3 % 5.36	11 19.64	19 33.93	15 26.79	8 14.29
4	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้เพียงพอที่จะนำมาประกอบอาชีพผู้นำการออกกำลังกาย	f 0 % 0.00	3 5.36	16 28.57	27 48.21	10 17.86
5	ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์การออกกำลังกายได้อย่างถูกต้องและปลอดภัย	f 0 % 0.00	3 5.36	9 16.07	24 42.86	20 35.71
6	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ความเข้าใจในหลักการปฐมพยาบาลเบื้องต้น	f 1 % 1.79	2 3.57	13 23.21	30 53.57	10 17.86
7	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านโภชนาการ	f 0 % 0.00	4 7.14	17 30.36	27 48.21	8 14.29
8	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านภาษาอังกฤษ	f 5 % 8.93	10 17.86	29 51.79	9 16.07	3 5.36
9	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านการจัดกิจกรรมเสริมทั้งภายในและภายนอกสถานที่ของศูนย์สุขภาพ	f 1 % 1.79	2 3.57	22 39.29	27 48.21	4 7.14
10	ปัญหาเกี่ยวกับการได้รับข่าวสารด้านวิชาการเพื่อเพิ่มเติมความรู้ในวิชาชีพให้ทันสมัยอยู่เสมอ	f 1 % 1.79	6 10.71	22 39.29	22 39.29	5 8.93
รวม		f 11 % 1.96	49 8.75	178 31.79	232 41.43	90 16.07

จากตาราง 14 แสดงว่า ปัญหาของผู้ประกอบการที่กำลังกาย เพศชายที่มีประสบการณ์ 4 ปี ขึ้นไป ภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความรู้ทางวิชาการผู้ประกอบการที่กำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 41.43 ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการเป็นผู้นำการเต้นแอโรบิก ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านภาษาอังกฤษ ปัญหาเกี่ยวกับการได้รับข่าวสารด้านวิชาการเพื่อเพิ่มเติมความรู้ในวิชาชีพให้ทันสมัยอยู่เสมอ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 33.93 51.79 และ 39.29 ตามลำดับ

ตาราง 15 ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน
กรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางทักษะ เพศชายที่มีประสบการณ์ 4 ปี ขึ้นไป
(N = 56)

รายการ		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	ปัญหาด้านความสามารถในการสอน	f 2	13	18	16	7
	แอโรบิกได้อย่างมั่นใจ	% 3.57	23.21	32.14	28.57	12.50
2	ปัญหาด้านความสามารถในการดัดแปลง	f 2	12	20	18	4
	การสอนแอโรบิกให้น่าสนใจ	% 3.57	21.43	35.71	32.14	7.14
3	ปัญหาด้านการจัดโปรแกรมการออก	f 1	2	10	27	16
	กำลังกายให้กับสมาชิกรายบุคคล	% 1.79	3.57	17.86	48.21	28.57
4	ปัญหาด้านความสามารถในการสาธิตการ	f 0	3	9	32	12
	ออกกำลังกายได้อย่างถูกต้อง	% 0.00	5.36	16.07	57.14	21.43
5	ปัญหาด้านการสาธิตการใช้อุปกรณ์ใน	f 0	1	6	29	20
	ห้องออกกำลังกายได้อย่างถูกต้อง	% 0.00	1.79	10.71	51.79	35.71
6	ปัญหาการได้รับการยอมรับใน	f 0	2	10	29	15
	ความสามารถของการเป็นผู้นำการออก	% 0.00	3.57	17.86	51.79	26.79
	กำลังกายจากสมาชิก					
7	ปัญหาด้านการสอนกีฬาที่ให้บริการใน	f 4	6	21	15	10
	ศูนย์สุขภาพ เช่น เทนนิส สควอช	% 7.14	10.71	37.50	26.79	17.86
8	ปัญหาด้านความสามารถในการแก้ไข	f 0	5	13	22	16
	ปัญหาเฉพาะหน้าได้เป็นอย่างดี	% 0.00	8.93	23.21	39.29	28.57
9	ปัญหาด้านความสามารถทำงานร่วมกับ	f 1	3	9	19	24
	ผู้อื่นได้ดี	% 1.79	5.36	16.07	33.93	42.86
10	ปัญหาด้านความสามารถในการโน้มน้าว	f 0	2	15	18	21
	ชักชวน และชี้แนะให้สมาชิกเห็นคุณค่า	% 0.00	3.57	26.79	32.14	37.50
	ของการออกกำลังกาย					
รวม		f 10	49	131	225	145
		% 1.79	8.75	23.39	40.18	25.89

จากตาราง 15 แสดงว่า ปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายเพศชาย ที่มีประสบการณ์ 4 ปีขึ้นไปภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางทักษะของผู้นำการออกกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 40.18 ยกเว้นปัญหาด้านความสามารถในการสอนแอโรบิกได้อย่างมั่นใจ ปัญหาด้านความสามารถในการดัดแปลงการสอนแอโรบิกให้น่าสนใจ ปัญหาด้านการสอนกีฬาที่ให้บริการในศูนย์สุขภาพ เช่น เทนนิส สควอช มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 32.14 35.71 และ 37.50 ตามลำดับ

ตาราง 16 ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน
กรุงเทพมหานคร ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรม เพศชาย ที่มีประสบการณ์
4 ปี ขึ้นไป (N = 56)

รายการ		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1 ปัญหาด้านการต้อนรับสมาชิก	f	0	36	9	20	24
ด้วยความสุภาพ และอ่อนน้อม	%	0.00	5.36	16.07	35.71	42.86
2 ปัญหาด้านการดูแลอุปกรณ์ของ	f	0	2	13	21	20
การออกกำลังกายให้สะอาดและ	%	0.00	3.57	23.21	37.50	35.71
เรียบร้อยอยู่เสมอ						
3 ปัญหาด้านการเอาใจใส่และดูแล	f	1	2	8	27	18
สมาชิกได้เป็นอย่างดี	%	1.79	3.57	14.29	48.21	32.14
4 ปัญหาการบริการด้านความรู้	f	1	2	10	33	10
และข่าวสารเกี่ยวกับการออก	%	1.79	3.57	26.79	58.92	19.64
กำลังกายให้กับสมาชิก						
5 ปัญหาด้านความเข้าใจความ	f	1	2	15	27	11
ต้องการของสมาชิกเพื่อการ	%	1.79	3.57	26.79	48.21	19.64
บริการที่เหมาะสม						
6 ปัญหาด้านความตรงต่อเวลา	f	0	0	10	17	29
ต่อหน้าที่การงาน	%	0.00	0.00	17.86	30.36	51.79
7 ปัญหาด้านการแต่งกายสะอาด	f	0	2	11	14	29
เรียบร้อย ถูกต้องตามกาลเทศะ	%	0.00	3.57	19.64	25.00	51.79
8 ปัญหาด้านการรับฟังความ	f	0	1	11	25	19
คิดเห็นของผู้อื่น	%	0.00	1.79	19.64	25.00	33.93
9 ปัญหาด้านการเสียสละ ให้	f	0	0	11	23	22
ความร่วมมือและช่วยเหลือต่อ	%	0.00	0.00	19.64	41.07	39.29
ส่วนรวม						
10 ปัญหาด้านการวางตนให้	f	0	1	10	22	23
เหมาะสมกับสังคมและบุคคล	%	0.00	1.79	17.86	39.29	41.07
รวม	f	3	15	108	229	205
	%	0.54	2.68	19.29	40.89	36.61

จากตาราง 16 แสดงว่า ปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายเพศชายที่มีประสบการณ์ 4 ปีขึ้นไป ภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านการบริการ คุณธรรม และ จริยธรรม โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 40.89 ยกเว้นปัญหาด้านการต้อนรับ สมาชิกด้วยความสุภาพ และอ่อนน้อม ปัญหาด้านความตรงต่อเวลาต่อหน้าที่การงาน ปัญหา ด้านการแต่งกายสะอาด เรียบร้อย ถูกต้องตามกาลเทศะ ปัญหาด้านการรับฟังความคิดเห็น ของผู้อื่น ปัญหาด้านการวางตนให้เหมาะสมกับสังคมและบุคคล มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 42.86 51.79 51.79 33.39 และ 41.07 ตามลำดับ

ตาราง 17 ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความรู้ทางวิชาการ เพศหญิงที่มีประสบการณ์ 4 ปี ขึ้นไป (N = 26)

รายการ		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	ปัญหาด้านความรู้ในเรื่องของการออกกำลังกาย	f 0 % 0.00	2 7.69	3 11.54	15 57.69	6 23.08
2	ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	f 0 % 0.00	2 7.69	4 15.38	14 53.85	6 23.08
3	ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการเป็นผู้ให้การเดินแอโรบิก	f 0 % 0.00	1 3.85	5 19.23	12 46.15	8 30.77
4	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้เพียงพอที่จะนำมาประกอบอาชีพผู้นำการออกกำลังกาย	f 0 % 0.00	0 0.00	5 19.23	13 50.00	8 30.77
5	ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์การออกกำลังกายได้อย่างถูกต้องและปลอดภัย	f 0 % 0.00	0 0.00	3 11.54	9 34.62	14 53.85
6	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ความเข้าใจในหลักการปฐมพยาบาลเบื้องต้น	f 0 % 0.00	0 0.00	3 11.54	15 57.69	8 30.77
7	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านโภชนาการ	f 0 % 0.00	0 0.00	5 19.23	14 53.85	7 26.92
8	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านภาษาอังกฤษ	f 2 % 7.69	4 7.69	14 53.85	3 11.54	3 11.54
9	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านการจัดกิจกรรมเสริมทั้งภายในและภายนอกสถานที่ของศูนย์สุขภาพ	f 0 % 0.00	0 0.00	12 46.15	11 42.31	3 11.54
10	ปัญหาเกี่ยวกับการได้รับข่าวสารด้านวิชาการเพื่อเพิ่มเติมความรู้ในวิชาชีพให้ทันสมัยอยู่เสมอ	f 1 % 3.85	1 3.85	10 38.46	9 34.62	5 19.23
รวม		f 3 % 1.15	10 3.85	64 24.62	115 44.23	68 26.15

จากตาราง 17 แสดงว่า ปัญหาของผู้ประกอบการออกกำลังกายพิเศษหญิง ที่มีประสบการณ์ 4 ปี ขึ้นไป ภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความรู้ทางวิชาการผู้นำการออกกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 44.23 ยกเว้น ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านภาษาอังกฤษ ปัญหาเกี่ยวกับการได้รับข่าวสารด้านวิชาการเพื่อเพิ่มเติมความรู้ในวิชาชีพให้ทันสมัยอยู่เสมอ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 53.83 และ 38.46 ตามลำดับ ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์การออกกำลังกายได้อย่างถูกต้องและปลอดภัย มีปัญหาน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 53.85

ตาราง 18 ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน
กรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางทักษะ เพศหญิงที่มีประสบการณ์ 4 ปี ขึ้นไป
(N = 26)

รายการ			ระดับปัญหา				
			มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	ปัญหาด้านความสามารถในการสอนแอโรบิกได้อย่างมั่นใจ	f	0	1	7	15	3
		%	0.00	3.85	26.92	57.69	11.54
2	ปัญหาด้านความสามารถในการดัดแปลงการสอนแอโรบิกให้น่าสนใจ	f	0	0	9	11	6
		%	0.00	0.00	34.62	42.31	23.08
3	ปัญหาด้านการจัดโปรแกรมการออกกำลังกายให้กับสมาชิกรายบุคคล	f	0	1	2	14	9
		%	0.00	3.85	7.69	53.85	34.62
4	ปัญหาด้านความสามารถในการสาธิตการออกกำลังกายได้อย่างถูกต้อง	f	0	0	2	10	14
		%	0.00	0.00	7.69	38.46	53.85
5	ปัญหาด้านการสาธิตการใช้อุปกรณ์ในห้องออกกำลังกายได้อย่างถูกต้อง	f	0	0	4	4	18
		%	0.00	0.00	15.38	15.38	69.23
6	ปัญหาการได้รับการยอมรับในความสามารถของการเป็นผู้นำการออกกำลังกายจากสมาชิก	f	0	1	4	12	9
		%	0.00	3.85	15.38	46.15	34.62
7	ปัญหาด้านการสอนกีฬาที่ให้บริการในศูนย์สุขภาพ เช่น เทนนิส สควอช	f	2	2	12	7	3
		%	7.69	7.69	46.15	26.92	11.54
8	ปัญหาด้านความสามารถในการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าได้เป็นอย่างดี	f	0	0	2	15	9
		%	0.00	0.00	7.69	57.69	34.62
9	ปัญหาด้านความสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดี	f	1	0	0	7	18
		%	3.85	0.00	0.00	26.92	69.23
10	ปัญหาด้านความสามารถในการโน้มน้าวชักชวน และชี้แนะให้สมาชิกเห็นคุณค่าของการออกกำลังกาย	f	0	1	3	6	16
		%	0.00	3.85	11.54	23.08	61.54
รวม		f	3	6	45	101	105
		%	1.15	2.31	17.31	38.85	40.38

จากตาราง 18 แสดงว่า ปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายเพศหญิง ที่มีประสบการณ์ 4 ปี ขึ้นไป ภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางทักษะของผู้นำการออกกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 40.38 ยกเว้น ปัญหาด้านการสอนกีฬาที่ให้บริการในศูนย์สุขภาพ เช่น เทนนิส สควอช ปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 46.15 ปัญหาด้านความสามารถในการสาธิตการออกกำลังกายได้อย่างถูกต้อง ปัญหาด้านการสาธิตการใช้อุปกรณ์ในห้องออกกำลังกายได้อย่างถูกต้อง ปัญหาด้านความสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดี ปัญหาด้านความสามารถในการโน้มน้าว ชักชวน และชี้แนะให้สมาชิกเห็นคุณค่าของการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 53.85 69.23 69.23 และ 61.54 ตามลำดับ

ตาราง 19 ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน
กรุงเทพมหานคร ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรม เพศหญิง ที่มีประสบการณ์
4 ปี ขึ้นไป (N = 26)

รายการ		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1 ปัญหาด้านการต้อนรับสมาชิก	f	0	0	1	9	16
ด้วยความสุภาพ และอ่อนน้อม	%	0.00	0.00	3.85	34.62	61.54
2 ปัญหาด้านการดูแลอุปกรณ์ของ	f	0	0	1	8	17
การออกกำลังกายให้สะอาดและ	%	0.00	0.00	3.85	30.77	65.38
เรียบร้อยอยู่เสมอ						
3 ปัญหาด้านการเอาใจใส่และดูแล	f	1	0	1	9	15
สมาชิกได้เป็นอย่างดี	%	3.85	0.00	3.85	34.62	57.69
4 ปัญหาการบริการด้านความรู้	f	0	1	2	17	6
และข่าวสารเกี่ยวกับการออก	%	0.00	3.85	7.69	65.38	23.08
กำลังกายให้กับสมาชิก						
5 ปัญหาด้านความเข้าใจความ	f	0	0	2	16	8
ต้องการของสมาชิกเพื่อการ	%	0.00	0.00	7.69	61.54	30.77
บริการที่เหมาะสม						
6 ปัญหาด้านความตรงต่อเวลา	f	0	0	3	9	14
ต่อหน้าที่การงาน	%	0.00	0.00	11.54	34.62	53.85
7 ปัญหาด้านการแต่งกายสะอาด	f	0	0	2	4	20
เรียบร้อย ถูกต้องตามกาลเทศะ	%	0.00	0.00	7.69	15.38	76.92
8 ปัญหาด้านการรับฟังความ	f	0	1	2	4	19
คิดเห็นของผู้อื่น	%	0.00	3.85	7.69	15.38	73.08
9 ปัญหาด้านการเสียสละ ให้	f	0	0	3	7	16
ความร่วมมือและช่วยเหลือต่อ	%	0.00	0.00	11.54	26.92	61.54
ส่วนรวม						
10 ปัญหาด้านการวางตนให้	f	0	0	2	6	18
เหมาะสมกับสังคมและบุคคล	%	0.00	0.00	7.69	23.08	69.23
รวม	f	1	2	19	89	149
	%	0.38	0.77	7.31	34.23	57.31

จากตาราง 19 แสดงว่า ปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายของเพศหญิง ที่มี ประสิทธิภาพ 4 ปีขึ้นไป ภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรมของผู้นำการออกกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 57.31 ยกเว้น ปัญหาด้านการต้อนรับสมาชิกด้วย ความสุภาพ และอ่อนน้อม ปัญหาด้านการดูแลอุปกรณ์ของการออกกำลังกายให้สะอาดและเรียบร้อยอยู่เสมอ ปัญหา ด้านการเอาใจใส่และดูแลสมาชิกได้เป็นอย่างดี ปัญหาด้านความตรงต่อเวลาต่อหน้าที่การงาน ปัญหาด้านการแต่งกายสะอาด เรียบร้อย ถูกต้องตามกาลเทศะ ปัญหาด้านการรับฟังความ คิดเห็นของผู้อื่น ปัญหาด้านการเสียสละ ให้ความร่วมมือและช่วยเหลือต่อส่วนรวม ปัญหา ด้านการวางตนให้เหมาะสมกับสังคมและบุคคล มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 61.54 65.38 57.69 53.85 76.92 73.08 61.54 และ 69.23 ตามลำดับ

ตาราง 20 ความถี่และร้อยละของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน
กรุงเทพมหานคร ด้านความรู้ทางวิชาการ (N = 280)

รายการ		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	ปัญหาด้านความรู้ในเรื่องของการออกกำลังกาย	f 1 % 0.36	14 5.00	74 26.43	136 48.57	55 19.64
2	ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการทดสอบสมรรถภาพทางกาย	f 1 % 0.36	16 5.71	79 28.21	126 45.00	58 20.71
3	ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการเป็นผู้นำการเดินแอโรบิก	f 8 % 2.86	44 15.71	82 29.29	94 33.57	52 18.57
4	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้เพียงพอที่จะนำมาประกอบอาชีพผู้นำการออกกำลังกาย	f 3 % 1.07	15 5.36	68 24.29	144 51.43	50 17.86
5	ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์การออกกำลังกายได้อย่างถูกต้องและปลอดภัย	f 2 % 0.71	18 6.43	50 17.86	131 46.79	79 28.21
6	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ความเข้าใจในหลักการปฐมพยาบาลเบื้องต้น	f 1 % 0.36	11 3.93	71 25.36	157 56.07	40 14.29
7	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านโภชนาการ	f 2 % 0.71	18 6.43	96 34.29	136 48.57	28 10.00
8	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านภาษาอังกฤษ	f 21 % 7.50	72 25.71	119 42.50	55 19.64	13 4.64
9	ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านการจัดกิจกรรมเสริมทั้งภายในและภายนอกสถานที่ของศูนย์สุขภาพ	f 3 % 1.07	23 8.21	108 38.57	123 43.93	23 8.21
10	ปัญหาเกี่ยวกับการได้รับข่าวสารด้านวิชาการเพื่อเพิ่มเติมความรู้ในวิชาชีพให้ทันสมัยอยู่เสมอ	f 10 % 3.57	31 11.07	103 36.79	109 38.93	27 9.64
รวม		f 52 % 1.86	262 9.36	850 30.36	1211 43.25	425 15.18

จากตาราง 20 แสดงว่า ปัญหาของผู้เฝ้าการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความรู้ทางวิชาการผู้เฝ้าการออกกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 42.25 ยกเว้น ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านภาษาอังกฤษ คิดเป็นร้อยละ 42.50

ตาราง 21 ความถี่และร้อยละของปัญหาของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางทักษะ (N = 280)

รายการ		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	ปัญหาด้านความสามารถในการสอน	f 11	51	88	80	50
	แอโรบิกได้อย่างมั่นใจ	% 3.93	18.21	31.43	28.57	17.86
2	ปัญหาด้านความสามารถในการดัดแปลง	f 14	52	92	82	40
	การสอนแอโรบิกให้น่าสนใจ	% 5.00	18.57	32.86	29.29	14.29
3	ปัญหาด้านการจัดโปรแกรมการออก	f 7	16	48	136	73
	กำลังกายให้กับสมาชิกรายบุคคล	% 2.50	5.71	17.14	48.57	26.07
4	ปัญหาด้านความสามารถในการสาธิตการ	f 1	16	37	143	83
	ออกกำลังกายได้อย่างถูกต้อง	% 0.36	5.71	13.21	51.07	29.64
5	ปัญหาด้านการสาธิตการใช้อุปกรณ์ใน	f 1	11	37	131	100
	ห้องออกกำลังกายได้อย่างถูกต้อง	% 0.36	3.93	13.21	46.79	35.71
6	ปัญหาการได้รับการยอมรับใน	f 3	15	56	143	63
	ความสามารถของการเป็นผู้นำการออก	% 1.07	5.36	20.00	51.07	22.50
	กำลังกายจากสมาชิก					
7	ปัญหาด้านการสอนกีฬาที่ให้บริการใน	f 16	34	65	119	46
	ศูนย์สุขภาพ เช่น เทนนิส สควอช	% 5.71	12.14	23.21	42.50	16.43
8	ปัญหาด้านความสามารถในการแก้ไข	f 3	19	59	142	57
	ปัญหาเฉพาะหน้าได้เป็นอย่างดี	% 1.07	6.79	21.07	50.71	20.36
9	ปัญหาด้านความสามารถทำงานร่วมกับ	f 11	10	33	122	104
	ผู้อื่นได้ดี	% 3.93	3.57	11.79	43.57	37.14
10	ปัญหาด้านความสามารถในการโน้มน้าว	f 7	15	36	129	93
	ชักชวน และชี้แนะให้สมาชิกเห็นคุณค่า	% 2.50	5.36	12.86	46.07	33.21
	ของการออกกำลังกาย					
รวม		f 74	239	551	1227	709
		% 2.64	8.54	19.68	43.82	25.32

จากตาราง 21 แสดงว่า ปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางทักษะของผู้นำการออกกำลังกาย โดยรวมพิจารณา อยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 43.82 ยกเว้น ปัญหาด้านความสามารถในการสอนแอโรบิกได้อย่างมั่นใจ ปัญหาด้านความสามารถในการดัดแปลงการสอนแอโรบิกให้น่าสนใจ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 31.43 และ 32.86 ตามลำดับ

ตาราง 22 ความถี่ และร้อยละ ของปัญหาผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน
กรุงเทพมหานคร ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรม (N = 280)

รายการ		ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1	ปัญหาด้านการต้อนรับสมาชิก	f 4	8	38	117	113
	ด้วยความสุภาพ และอ่อนน้อม	% 1.43	2.86	13.57	41.79	40.36
2	ปัญหาด้านการดูแลอุปกรณ์ของ	f 3	9	47	120	101
	การออกกำลังกายให้สะอาดและ	% 1.07	3.21	16.79	42.86	36.07
	เรียบร้อยอยู่เสมอ					
3	ปัญหาด้านการเอาใจใส่และดูแล	f 5	11	36	134	94
	สมาชิกได้เป็นอย่างดี	% 1.79	3.93	12.86	47.86	33.57
4	ปัญหาการบริการด้านความรู้	f 5	17	44	165	49
	และข่าวสารเกี่ยวกับการออก	% 1.79	6.07	15.71	58.93	17.50
	กำลังกายให้กับสมาชิก					
5	ปัญหาด้านความเข้าใจความ	f 2	17	56	155	50
	ต้องการของสมาชิกเพื่อการ	% 0.71	6.07	20.00	55.36	17.86
	บริการที่เหมาะสม					
6	ปัญหาด้านความตรงต่อเวลา	f 1	7	53	115	104
	ต่อหน้าที่การงาน	% 0.36	2.50	18.93	41.07	37.14
7	ปัญหาด้านการแต่งกายสะอาด	f 1	8	42	99	130
	เรียบร้อย ถูกต้องตามกาลเทศะ	% 0.36	2.86	15.00	35.36	46.43
8	ปัญหาด้านการรับฟังความ	f 1	7	50	124	98
	คิดเห็นของผู้อื่น	% 0.36	2.50	17.86	44.29	35.00
9	ปัญหาด้านการเสียสละ ให้	f 1	10	40	125	104
	ความร่วมมือและช่วยเหลือต่อ	% 0.36	3.57	14.29	44.64	37.14
	ส่วนรวม					
10	ปัญหาด้านการวางตนให้	f 2	6	47	116	109
	เหมาะสมกับสังคมและบุคคล	% 0.71	2.14	16.79	41.43	38.93
รวม		f 25	100	453	1270	952
		% 0.89	3.57	16.18	45.36	34.00

จากตาราง 22 แสดงว่า ปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรมของผู้นำการออกกำลังกาย โดยรวมมี ปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 45.26 ปัญหาด้านการแต่งกายสะอาด เรียบร้อย ถูกต้อง ตามกาลเทศะ มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด คือ คิดเป็นร้อยละ 46.43

ตอนที่ 3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ

ความรู้ทางวิชาการของผู้ประกอบการกำลังกาย

1. ควรมีการอบรมแนวทางใหม่ๆ อยู่เสมอ
2. ควรให้บริษัท มีการฝึก เพื่อให้มีความรู้ใหม่ตลอดเวลา และทบทวนความรู้เก่า

ทุกๆ 3 เดือน

3. ควรมีความรู้ทางวิชาการที่ถูกต้อง เพื่อที่จะได้แนะนำลูกค้าได้ถูกต้อง
4. ควรมีการจัดอบรมหรือสัมมนาทางวิชาการบ่อยๆ
5. ควรจะมีอาจารย์ตามมหาวิทยาลัยต่างๆ มาจัดอบรมให้ทางบริษัท
6. ให้มีอินเทอร์เน็ตให้ความรู้ที่ใหม่ๆ แก่บุคลากรที่เป็นผู้ประกอบการกำลังกาย
7. ควรได้รับการอบรมแอโรบิก ทุกๆ 6 เดือน

ด้านความสามารถทางทักษะของผู้ประกอบการกำลังกาย

1. ทักษะในการเป็นผู้นำในการออกกำลังกาย จะดีได้ต้องขยันฝึกซ้อมอยู่บ่อยๆ จะเกิดความชำนาญ และความมั่นใจจะเพิ่มขึ้นเอง

2. ปัญหาความสามารถในการใช้ภาษาอังกฤษ
3. มาตรฐานน้อยมาก
4. ควรมีการทดสอบอยู่เสมอ
5. ควรมีความคิดสร้างสรรค์ในการออกแบบท่าของแอโรบิก
6. ควรมีทักษะใหม่ๆ มาใช้

ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรมของผู้ประกอบการกำลังกาย

1. ปัญหาความร่วมมือ และการเสียสละเวลาส่วนตัว
2. เมื่อเป็นธุรกิจมากขึ้น ความเห็นแก่ตัวก็มากตาม
3. การบริการที่ดีน้อยลง
4. ควรมีใจรักในงานบริการ
5. ให้มีทัศนคติที่ดีต่องานบริการ
6. ต้องมีความซื่อสัตย์สุจริตในการเป็นผู้นำ
7. สร้างความสนุกสนานให้สมาชิก
8. มีการพัฒนาบุคลิกภาพ สุขภาพร่างกายให้ดูดีมีลักษณะผู้นำอยู่เสมอ

บทที่ 5

บทย่อ สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

บทย่อ

ความมุ่งหมายของการวิจัย

เพื่อศึกษาปัญหาของผู้ประกอบการกำลังภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร

ประชากรและกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นผู้ประกอบการกำลังภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร จำนวน 970 คน จำแนกเป็นชาย 627 คน หญิง 343 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยเป็นผู้ประกอบการกำลังภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร โดยใช้การประมาณขนาดของกลุ่มตัวอย่างจากตารางสำเร็จรูปของเครจซี่ และ มอร์แกน (พวงรัตน์ ทวีรัตน์. 2543 : 303) ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 280 คน เป็นชาย 160 คน เป็นหญิง 120 คน ได้มาจากการสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล เป็นแบบสอบถามปัญหาของผู้ประกอบการกำลังภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองมี 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถามมีลักษณะเป็นแบบตรวจคำตอบ (Checklist)

ตอนที่ 2 ปัญหาของผู้ประกอบการกำลังภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า มี 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

ตอนที่ 3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ มีลักษณะเป็นแบบสอบถามปลายเปิด

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. นำแบบสอบถามตอนที่ 1 สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถามมาแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ และนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

2. นำแบบสอบถามตอนที่ 2 ปัญหาของผู้ประกอบการกำลังภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร มาแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ และนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

3. นำแบบสอบถามตอนที่ 3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะมาสรุปและนำเสนอเป็นรายชื่อ

สรุปผลการวิจัย

1. สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ประกอบการออกกำลังกาย เพศชาย ที่มีประสบการณ์ในการเป็นผู้ประกอบการออกกำลังกาย 1 - 4 ปี จำนวน 104 คน คิดเป็นร้อยละ 65.00 ที่มีประสบการณ์ในการเป็นผู้ประกอบการออกกำลังกาย 5 ปีขึ้นไป จำนวน 56 คน คิดเป็นร้อยละ 35.00 เพศหญิง ที่มีประสบการณ์ในการเป็นผู้ประกอบการออกกำลังกาย 1 - 4 ปี จำนวน 94 คน คิดเป็นร้อยละ 78.33 ที่มีประสบการณ์ในการเป็นผู้ประกอบการออกกำลังกาย 4 ปีขึ้นไป จำนวน 26 คน คิดเป็นร้อยละ 22.67 และโดยรวม ที่มีประสบการณ์ 1 - 4 ปี จำนวน 198 คน คิดเป็นร้อยละ 70.71 ประสบการณ์ 4 ปีขึ้นไป จำนวน 82 คน คิดเป็นร้อยละ 29.29

กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ประกอบการออกกำลังกาย เพศชาย ที่จบสาขาวิชาพลศึกษา จำนวน 61 คน คิดเป็นร้อยละ 38.12 สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา จำนวน 99 คน คิดเป็นร้อยละ 61.88 เพศหญิง ที่จบสาขาพลศึกษา จำนวน 36 คน คิดเป็นร้อยละ 30.00 สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา จำนวน 84 คน คิดเป็นร้อยละ 70.00 และโดยรวม ที่จบสาขาพลศึกษา จำนวน 97 คน คิดเป็นร้อยละ 34.64 สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา จำนวน 183 คน คิดเป็นร้อยละ 65.36

2. ปัญหาของผู้ประกอบการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร สรุปตามตัวแปรที่ศึกษาได้ดังนี้

2.1 เพศชาย

ด้านความรู้ทางวิชาการของผู้ประกอบการออกกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 44.75 ยกเว้นปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านภาษาอังกฤษ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 47.50

ด้านความสามารถทางทักษะของผู้ประกอบการออกกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 44.81 ยกเว้นปัญหาด้านความสามารถในการสอนแอโรบิกได้อย่างมั่นใจ ปัญหาด้านความสามารถในการดัดแปลงการสอนแอโรบิกให้น่าสนใจ มีปัญหาระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 29.38 และ 32.50 ตามลำดับ

ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรมของผู้ประกอบการออกกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 48.63 เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อพบว่า ทุกข้อ มีปัญหาในระดับน้อยเช่นกัน

2.2 เพศหญิง

ด้านความรู้ทางวิชาการของผู้ประกอบการออกกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 41.25 ยกเว้นปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านภาษาอังกฤษ และปัญหาเกี่ยวกับการได้รับข่าวสารด้านวิชาการเพื่อเพิ่มเติมความรู้ในวิชาชีพให้ทันสมัยอยู่เสมอ คิดเป็นร้อยละ 35.83 และ 35.83 ตามลำดับ

ด้านความสามารถทางทักษะของผู้ประกอบการกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 42.50 ยกเว้นปัญหาด้านความสามารถในการสอนแอโรบิกได้อย่างมั่นใจ ปัญหาด้านความสามารถในการดัดแปลงการสอนแอโรบิกให้น่าสนใจ มีปัญหาระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 34.17 และ 33.33 ตามลำดับ

ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรมของผู้ประกอบการกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 41.00 ยกเว้น ปัญหาด้านการต้อนรับสมาชิกด้วยความสุภาพ และอ่อนน้อม ปัญหาด้านการดูแลอุปกรณ์ของการออกกำลังกายให้สะอาดและเรียบร้อยอยู่เสมอ ปัญหาด้านความตรงต่อเวลาต่อหน้าที่การงาน ปัญหาด้านการแต่งกายสะอาด เรียบร้อย ถูกต้อง ตามกาลเทศะ ปัญหาด้านการรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ปัญหาด้านการเสียสละ ให้ความร่วมมือ และช่วยเหลือต่อส่วนรวม ปัญหาด้านการวางตนให้เหมาะสมกับสังคมและบุคคล คิดเป็นร้อยละ 45.00 43.33 47.50 50.83 42.50 45.83 และ 43.33 ตามลำดับ

2.3 มีประสบการณ์ 1 – 4 ปี

เพศชาย ด้านความรู้ทางวิชาการผู้ประกอบการกำลังกาย โดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 46.54 ยกเว้นที่มีปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านภาษาอังกฤษ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 45.19

ด้านความสามารถทางทักษะ โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 47.31 ยกเว้น ปัญหาด้านความสามารถในการสอนแอโรบิกได้อย่างมั่นใจ ปัญหาด้านความสามารถในการดัดแปลงการสอนแอโรบิกให้น่าสนใจ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 27.88 และ 30.77 ตามลำดับ

ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรม โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 51.73

เพศหญิง ด้านความรู้ทางวิชาการผู้ประกอบการกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 40.43 ยกเว้น ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ ด้านภาษาอังกฤษ มีปัญหาอยู่ในระดับมาก คิดเป็นร้อยละ 38.30 ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการเป็นผู้ประกอบการแอโรบิก ปัญหาเกี่ยวกับการได้รับข่าวสารด้านวิชาการเพื่อเพิ่มเติมความรู้ในวิชาชีพให้ทันสมัยอยู่เสมอ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 28.72 และ 35.11 ตามลำดับ

ด้านความสามารถทางทักษะของผู้ประกอบการกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 42.02 ยกเว้น ปัญหาด้านความสามารถในการสอนแอโรบิกได้อย่างมั่นใจ ปัญหาด้านความสามารถในการดัดแปลงการสอนแอโรบิกให้น่าสนใจ ปัญหาด้านการสอนกีฬา ให้บริการในศูนย์สุขภาพ เช่น เทนนิส สควอช มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 36.17 32.98 และ 36.11 ตามลำดับ

ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรมของผู้ประกอบการกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 42.87 ยกเว้น ปัญหาด้านความตรงต่อเวลาต่อหน้าที่

การงาน ปัญหาด้านการแต่งกายสะอาด เรียบร้อย ถูกต้องตามกาลเทศะ ปัญหาด้านการเสียสละ ให้ความร่วมมือและช่วยเหลือต่อส่วนรวม มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 45.74 43.62 และ 41.49 ตามลำดับ

ด้านความรู้ทางวิชาการผู้นำการออกกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 44.23 ยกเว้น ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านภาษาอังกฤษ ปัญหาเกี่ยวกับการได้รับข่าวสารด้านวิชาการเพื่อเพิ่มเติมความรู้ในวิชาชีพให้ทันสมัยอยู่เสมอ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 53.83 และ 38.46 ตามลำดับ ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์การออกกำลังกายได้อย่างถูกต้องและปลอดภัย มีปัญหาน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 53.85

2.4 มีประสบการณ์ 4 ปี ขึ้นไป

เพศชาย ด้านความรู้ทางวิชาการผู้นำการออกกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 41.43 ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการเป็นผู้ให้การเต้นแอโรบิก ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านภาษาอังกฤษ ปัญหาเกี่ยวกับการได้รับข่าวสารด้านวิชาการเพื่อเพิ่มเติมความรู้ในวิชาชีพให้ทันสมัยอยู่เสมอ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 33.93 51.79 และ 39.29 ตามลำดับ

ด้านความสามารถทางทักษะของผู้นำการออกกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 40.18 ยกเว้น ปัญหาด้านความสามารถในการสอนแอโรบิกได้อย่างมั่นใจ ปัญหาด้านความสามารถในการดัดแปลงการสอนแอโรบิกให้น่าสนใจ ปัญหาด้านการสอนกีฬาที่ให้บริการในศูนย์สุขภาพ เช่น เทนนิส สควอช มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 32.14 35.71 และ 37.50 ตามลำดับ

ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรมของผู้นำการออกกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 40.89 ยกเว้น ปัญหาด้านการต้อนรับสมาชิกด้วยความสุภาพ และอ่อนน้อม ปัญหาด้านความตรงต่อเวลาต่อหน้าที่การงาน ปัญหาด้านการแต่งกายสะอาด เรียบร้อย ถูกต้องตามกาลเทศะ ปัญหาด้านการรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ปัญหาด้านการวางตนให้เหมาะสมกับสังคมและบุคคล มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 42.86 51.79 51.79 33.39 และ 41.07 ตามลำดับ

เพศหญิง ด้านความสามารถทางทักษะของผู้นำการออกกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 40.38 ยกเว้น ปัญหาด้านการสอนกีฬาที่ให้บริการในศูนย์สุขภาพ เช่น เทนนิส สควอช ปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 46.15 ปัญหาด้านความสามารถในการสาธิตการออกกำลังกายได้อย่างถูกต้อง ปัญหาด้านการสาธิตการใช้อุปกรณ์ในห้องออกกำลังกายได้อย่างถูกต้อง ปัญหาด้านความสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดี ปัญหาด้านความสามารถในการโน้มน้าว ชักชวน และชี้แนะให้สมาชิกเห็นคุณค่าของการออกกำลังกาย มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 53.85 69.23 69.23 และ 61.54 ตามลำดับ

ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรมของผู้นำการออกกำลังกาย โดยรวม มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 57.31 ยกเว้น ปัญหาด้านการต้อนรับสมาชิกด้วยความสุภาพ และอ่อนน้อม ปัญหาด้านการดูแลอุปกรณ์ของการออกกำลังกายให้สะอาดและเรียบร้อย อยู่เสมอ ปัญหาด้านการเอาใจใส่และดูแลสมาชิกได้เป็นอย่างดี ปัญหาด้านความตรงต่อเวลาต่อหน้าที่การงาน ปัญหาด้านการแต่งกายสะอาด เรียบร้อย ถูกต้องตามกาลเทศะ ปัญหาด้านการรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ปัญหาด้านการเสียสละ ให้ความร่วมมือและช่วยเหลือต่อส่วนรวม ปัญหาด้านการวางตนให้เหมาะสมกับสังคมและบุคคล มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด คิดเป็นร้อยละ 61.54 65.38 57.69 53.85 76.92 73.08 61.54 และ 69.23 ตามลำดับ

2.5 สรุปปัญหาของผู้นำการออกกำลังกาย โดยไม่แยกตัวแปร

ด้านความรู้ทางวิชาการของผู้นำการออกกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 43.25 ยกเว้น ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านภาษาอังกฤษ คิดเป็นร้อยละ 42.50

ด้านความสามารถทางทักษะของผู้นำการออกกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 43.82 ยกเว้น ปัญหาด้านความสามารถในการสอนแอโรบิกได้อย่างมั่นใจ ปัญหาด้านความสามารถในการดัดแปลงการสอนแอโรบิกให้น่าสนใจ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง คิดเป็นร้อยละ 31.43 และ 32.86 ตามลำดับ

ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรมของผู้นำการออกกำลังกาย โดยรวม มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย คิดเป็นร้อยละ 45.36 ปัญหาด้านการแต่งกายสะอาด เรียบร้อย ถูกต้องตามกาลเทศะ มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด คือ คิดเป็นร้อยละ 46.43

ตอนที่ 3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ

ความรู้ทางวิชาการของผู้นำการออกกำลังกาย

1. ควรมีการอบรมแนวทางใหม่ๆ อยู่เสมอ จำนวน 14 คน
2. ควรให้บริษัท มีการฝึก เพื่อให้มีความรู้ใหม่ตลอดเวลา และทบทวนความรู้เก่า ทุกๆ 3 เดือน จำนวน 9 คน
3. ควรมีความรู้ทางวิชาการที่ถูกต้อง เพื่อที่จะได้แนะนำลูกค้าได้ถูกต้อง จำนวน 5 คน
4. ควรมีการจัดอบรมหรือสัมมนาทางวิชาการบ่อยๆ จำนวน 4 คน
5. ควรจะมีอาจารย์ตามมหาวิทยาลัยต่างๆ มาจัดอบรมให้ทางบริษัท จำนวน 3 คน
6. ให้มีอินเทอร์เน็ตให้ความรู้ที่ใหม่ๆ แก่บุคลากรที่เป็นผู้นำการออกกำลังกาย จำนวน 2 คน
7. ควรได้รับการอบรมแอโรบิก ทุกๆ 6 เดือน จำนวน 2 คน

ด้านความสามารถทางทักษะของผู้ประกอบการกำลังกาย

1. ทักษะในการเป็นผู้นำในการออกกำลังกาย จะได้ไม่ต้องขยันฝึกซ้อมอยู่บ่อยจะเกิดความชำนาญ และความมั่นใจจะเพิ่มขึ้นเอง จำนวน 6 คน
2. ปัญหาความสามารถในการใช้ภาษาอังกฤษ จำนวน 5 คน
3. มาตรฐานน้อยมาก จำนวน 3 คน
4. ควรมีการทดสอบอยู่เสมอ จำนวน 2 คน
5. ควรมีความคิดสร้างสรรค์ในการออกแบบท่าของแอโรบิก จำนวน 2 คน
6. ควรมีทักษะใหม่ๆ มาใช้ จำนวน 2 คน

ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรมของผู้ประกอบการกำลังกาย

1. ปัญหาความร่วมมือ และการเสียสละเวลาส่วนตัว จำนวน 5 คน
2. เมื่อเป็นธุรกิจมากขึ้น ความเห็นแก่ตัวก็มากตาม จำนวน 4 คน
3. การบริการที่ดีน้อยลง จำนวน 4 คน
4. ควรมีใจรักในงานบริการ จำนวน 3 คน
5. ให้มีทัศนคติที่ดีต่องานบริการ จำนวน 2 คน
6. ต้องมีความซื่อสัตย์สุจริตในการเป็นผู้นำ จำนวน 2 คน
7. สร้างความสนุกสนานให้สมาชิก จำนวน 2 คน
8. มีการพัฒนาบุคลิกภาพ สุขภาพร่างกายให้ดูดีมีลักษณะผู้นำอยู่เสมอ จำนวน 2 คน

อภิปรายผล

ความรู้ทางวิชาการ

ด้านความรู้ทางวิชาการผู้ประกอบการกำลังกาย โดยรวมมีปัญหาอยู่ในระดับน้อย ยกเว้น ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านภาษาอังกฤษ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง เหตุผลที่มีปัญหาอยู่ทางด้านวิชาการน้อย เพราะผู้ประกอบการกำลังกาย ส่วนใหญ่จบการศึกษาด้านพลศึกษาและวิทยาศาสตร์การกีฬา เนื้อหาในการเรียนส่วนมากจะเพียงพอต่อการเป็นผู้ประกอบการกำลังกาย ส่วนด้านภาษาอังกฤษอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งมีปัญหามากกว่าเรื่องอื่นๆ ที่เป็นเช่นนี้อาจเกิดมาจากภาษาอังกฤษไม่ใช่ภาษาท้องถิ่น และอาจได้รับการศึกษาและฝึกฝนด้านภาษาอังกฤษมาน้อยเกินไป จึงทำให้มีปัญหาในการสื่อสารกับสมาชิกที่เป็นชาวต่างชาติ ซึ่งสอดคล้องกับธีรวัฒน์ แสงรักษา (2541 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่องคุณลักษณะที่เป็นจริงและคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้ประกอบการกำลังกายในเขตกรุงเทพมหานคร ว่าคุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้ประกอบการกำลังกายในด้านความรู้ตามทัศนะของผู้บริหาร มีคุณลักษณะที่เป็นจริงอยู่ในระดับมาก ในด้านมีความรู้ ความเข้าใจในหลักการปฐมพยาบาลและความปลอดภัย คิดเป็นร้อยละ 50

ในด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกายในด้านความรู้ ตามทัศนะของผู้บริหาร พบว่ามีคุณลักษณะที่พึงประสงค์อยู่ในระดับมากที่สุดในทุกด้าน คุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกายในด้านความรู้ของสมาชิกสถานบริหารกาย มีคุณลักษณะที่เป็นจริงอยู่ระดับน้อย มีความเข้าใจขอบข่ายการจัดโปรแกรมการออกกำลังกายให้เหมาะสมกับผู้ให้บริการ คิดเป็นร้อยละ 32.50 ในด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกายในด้านความรู้ ตามทัศนะของสมาชิกการบริหารกาย พบว่ามีคุณลักษณะที่พึงประสงค์อยู่ในระดับมากที่สุดในด้าน มีความเข้าใจในหลักการของการออกกำลังกายและการให้บริการที่ดี ร้อยละ 66

ด้านความสามารถทางทักษะ

ด้านความสามารถทางทักษะของผู้นำการออกกำลังกาย โดยรวมพิจารณาอยู่ในระดับน้อย ยกเว้น ปัญหาด้านความสามารถในการสอนแอโรบิกได้อย่างมั่นใจ ปัญหาด้านความสามารถในการดัดแปลงการสอนแอโรบิกให้น่าสนใจ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง สาเหตุที่ความสามารถทางทักษะของผู้นำการออกกำลังกายอยู่ในระดับน้อยก็เพราะว่า ผู้นำการออกกำลังกายส่วนใหญ่จบการศึกษาด้านวิชาพลศึกษา และวิทยาศาสตร์การกีฬา ซึ่งได้จะได้รับการฝึกฝนทางด้านทักษะมาอย่างเพียงพอ ส่วนปัญหาด้านความสามารถในการสอนแอโรบิกได้อย่างมั่นใจ ปัญหาด้านความสามารถในการดัดแปลงการสอนแอโรบิกให้น่าสนใจ มีปัญหาอยู่ในระดับปานกลาง เพราะการสอนแอโรบิกรูปแบบต่างๆ มีการเปลี่ยนแปลงให้ทันสมัยอยู่ตลอดเวลา ใช้ทักษะในการสอนสูง ต้องมีการอบรมและฝึกซ้อมอย่างสม่ำเสมอ สาเหตุที่ผู้นำการออกกำลังกายที่มีปัญหาด้านนี้อยู่ในระดับปานกลาง อาจมีสาเหตุมาจากการฝึกซ้อม การอบรมทางทักษะ ประสบการณ์ในการเป็นผู้นำการออกกำลังกาย ไม่เพียงพอ ซึ่งสอดคล้องกับธีรวัฒน์ แสงรักษา (2541 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่องคุณลักษณะที่เป็นจริงและคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกายในเขตกรุงเทพมหานคร ว่าคุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกายในด้านความสามารถและทักษะตามทัศนะของผู้บริหาร มีคุณลักษณะที่เป็นจริงอยู่ระดับน้อย ในด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกายในด้านความสามารถและทักษะ ตามทัศนะของผู้บริหาร พบว่ามีคุณลักษณะที่พึงประสงค์อยู่ในระดับมากที่สุดในทุกด้าน คุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกายในด้านความสามารถและทักษะตามทัศนะของสมาชิกสถานบริหารกาย มีคุณลักษณะที่เป็นจริงอยู่ในระดับมากที่สุด ที่สามารถใช้อุปกรณ์ต่างๆ ได้อย่างเหมาะสมและถูกต้อง ร้อยละ 44.44 ในด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกายในด้านความสามารถและทักษะ ตามทัศนะของผู้บริหาร พบว่ามีคุณลักษณะที่พึงประสงค์อยู่ในระดับมาก

ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรม

ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรมของผู้นำการออกกำลังกาย โดยรวม มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย ปัญหาด้านการแต่งกายสะอาด เรียบร้อย ถูกต้องตามกาลเทศะ มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด สาเหตุที่มีปัญหาอยู่ในระดับน้อย อาจเนื่องมาจากผู้นำการออกกำลังกายจะปฏิบัติตามกฎ ระเบียบของศูนย์สุขภาพนั้นๆ อย่างเคร่งครัด ส่วนปัญหาด้านการแต่งกายสะอาด

เรียบร้อย ถูกต้องตามกาลเทศะ มีปัญหาอยู่ในระดับน้อยที่สุด เพราะในแต่ละศูนย์สุขภาพจะกำหนดเครื่องแต่งกายในการเป็นผู้นำการออกกำลังกายไว้ให้ ซึ่งสอดคล้องกับธีรวัฒน์ แสงรักษา (2541 : บทคัดย่อ) ได้ทำการศึกษาเรื่องคุณลักษณะที่เป็นจริงและคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกายในเขตกรุงเทพมหานคร ว่าคุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกายในด้านบุคลิกภาพและมนุษยสัมพันธ์ ตามทัศนะของผู้บริหาร มีคุณลักษณะที่เป็นจริงอยู่ระดับมากที่สุด สามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมได้เป็นอย่างดี ร้อยละ 44 ในด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย ในด้านบุคลิกภาพและมนุษยสัมพันธ์ ตามทัศนะของผู้บริหาร พบว่ามีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ ในระดับมากที่สุดในทุกด้าน คุณลักษณะที่เป็นจริงของผู้นำการออกกำลังกายในด้านบุคลิกภาพและมนุษยสัมพันธ์ ตามทัศนะของสมาชิกสถานบริหารกาย มีคุณลักษณะที่เป็นจริงอยู่ในระดับมากที่สุดสามารถปรับตัวเข้ากับสภาพแวดล้อมได้เป็นอย่างดี ร้อยละ 66 ในด้านคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกายในด้านบุคลิกภาพและมนุษยสัมพันธ์ ตามทัศนะของสมาชิกสถานบริหารกาย พบว่า มีคุณลักษณะที่พึงประสงค์ในระดับมากในด้านการวางตัวให้เหมาะสมกับกาลเทศะของสังคมและบุคคล ร้อยละ 52.8

ข้อเสนอแนะ

1. ฝึกอบรมความรู้เพิ่มเติมเกี่ยวกับภาษาอังกฤษ หรือเสนอแนะให้ผู้ที่มีเวลาไปฝึกอบรมหาความรู้เพิ่มเติม
2. ควรมีการจัดอบรมหรือสัมมนาด้านความรู้ต่างๆ อย่างน้อยปีละ 1 ครั้ง เพื่อปรับปรุงและพัฒนาวิชาชีพผู้นำการออกกำลังกายให้ทันสมัยอยู่เสมอ
3. ควรเก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับสมาชิกที่มีออกกำลังกายทุกคน
4. ควรนำข้อมูลที่ได้ไปใช้ในการจัดการแก้ไขปัญหาของผู้นำการออกกำลังกาย
5. ผู้นำการออกกำลังกาย ควรให้ความสนใจ ดูแลเอาใจใส่อย่างใกล้ชิด และเป็นกันเองกับสมาชิกที่มาออกกำลังกาย และแก้ไขปัญหาต่างๆ

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ศึกษาปัญหาของผู้มาใช้บริการสถานออกกำลังกายของเอกชนในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล
2. ศึกษาความต้องการใช้สถานออกกำลังกายของเอกชน ของประชาชนในเขตกรุงเทพมหานคร
3. ศึกษาคุณสมบัติของผู้นำการออกกำลังกายตามความต้องการของศูนย์สุขภาพเอกชน

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- การกีฬาแห่งประเทศไทย. (2528). การออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ. กรุงเทพฯ : ห้างหุ้นส่วน
จำกัด 10 เอ็น.ที.
- โกสินทร์ น้ำใจहार. (2526). ลักษณะของอาจารย์ที่พึงประสงค์ในวิทยาลัยพลศึกษา
วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย. อุดรธานี.
- เดโช สวานานนท์. (2528). จิตวิทยาสังคม. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- ธีรวัฒน์ แสงรักษา. (2541). คุณลักษณะที่เป็นจริงและคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของผู้นำการ
ออกกำลังกายในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ :
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อุดรธานี.
- บัญชา โนนพลกรัง. (2542). บทบาทที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้นำการออกกำลังกาย
ในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อุดรธานี.
- ปรีชา กลิ่นรัตน์. (2536). การบริหารพลศึกษาและการจัดการธุรกิจกีฬา. ขอนแก่น : ขอนแก่น
การพิมพ์.
- ปรีชา เฝือกขวัญดี. (2531). คุณลักษณะที่เป็นจริงและที่พึงประสงค์ของผู้ฝึกสอนฟุตบอล
ทีมชาติ ตามทัศนะของนักฟุตบอล ผู้ฝึกสอน ผู้จัดการทีม และผู้สื่อข่าว.
วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ. อุดรธานี.
- ผาณิต บิลมาศ. (2522). คุณลักษณะของครูพลศึกษาที่พึงปรารถนา สำหรับโรงเรียนมัธยมศึกษา
ในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ ค.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. อุดรธานี.
- พัชนี วรกวิน. (2524). จิตวิทยาสังคม. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ : วัชรการพิมพ์.
- แพทยสภาแห่งประเทศไทย. (2518). “การบริหารกาย” สุขภาพ 5 (8) : 104 ; พฤษภาคม.
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์ (2543). วิธีการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์. พิมพ์ครั้งที่ 8
กรุงเทพฯ : สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- มนตรี ไชยพันธ์. (2527). บทบาทของครูพลศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงาน
คณะกรรมการการประถมศึกษาแห่งชาติ. วิทยานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ :
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ. อุดรธานี.
- โยธิน ศันสนยุทธ์. (2524). “การเรียนนันทกรีฑา” มุขสารจิตวิทยาการเรียนรู้. กรุงเทพฯ :
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- ราชบัณฑิตยสถาน. (2530). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525*. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ : บริษัทอักษรเจริญทัศน์.
- วาสนา คุณาอภิสิทธิ์. (2538, มกราคม.). “คุณสมบัติของครูพลศึกษา,” *สารสภาอาจารย์*. 3(2) : 7.
- _____. (2539). *การสอนพลศึกษา*. กรุงเทพฯ : บริษัท วิทย์พัฒน์ จำกัด.
- สมบุญ แวนวิชัย. (2540). *บทบาทที่พึงประสงค์และที่เป็นจริงของครูพลศึกษาในโรงเรียนประถมศึกษา เขตการศึกษา 7 ตามการรับรู้ของผู้บริหาร ผู้ร่วมงานและครูพลศึกษา*. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา.
- สมพงศ์ ดิรพันธ์. (2517). *ความสัมพันธ์ระหว่างวิธีการอบรมเลี้ยงดูความเชื่อมั่นในตนเองและความรู้สึกรับผิดชอบ*. ปรินญานิพนธ์ กศ.ม. (พลศึกษา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. อัดสำเนา.
- สุวิมล ตั้งสัจพจน์. (2526). *หลักการออกกำลังกาย*. กรุงเทพฯ : ภาควิชาพลศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- เสริมศักดิ์ วิศาลาภรณ์. (2528). *พฤติกรรมผู้นำทางการศึกษา*. พิมพ์ครั้งที่ 2. พิษณุโลก : แผนกเอกสารการพิมพ์มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ พิษณุโลก.
- อวย เกตุสิงห์. (2520). “การออกกำลังกาย การหายใจและปอด” *สุขภาพ* 5(12) : 1 ; กันยายน.
- Brian, Scott Coleman. (1990). *An Investigation of the Physical and Psychological Reasons Given for Membership Non-renewal in a Selected community Wellness Center Physical*. *Dissertation Abstracts International*. 106.
- Bucher, Charles A. (1972). *Foundations of physical Education*. 6th ed. Saint Louis : The C.V. Mosby Company.
- Clark Hatch. (1969). *Instructor Manual*. Copy.
- Flippo, Edwin B. (1960). *Management : A Behavioral Approach*. Boston : Allyn and Bacon.
- Good, C.V. (1973). *Dictionary of Education*. 3rd ed. New York : McGraw-Hill book co.
- Heald, James E. and Samiel A. Moor. (1968). *The Teacher and Administration Relationship in School System*. New York : The Mcmilan Company, Inc.
- Hemphil, John K. (1969). *Situational Factors in Leadership*. Ohio : Ohio State University Press.
- Kris Tynan. (1998, March – April.). *Service on the Gym Floor*. Asiafit.
- McCelland, David C. and Others. (1969). *The Achievement Motive*. New York : Appleton Century Crofts.

- Ogilvie, Bruce C. and Thomas A. Tutko. (1970). Self Perception as Compared with Measured Personality of Selected Male Physical Educator. *G.S.Kenvon (ed) Contemporary Psychology of Sport : Second Intonation Congress of Sports Psychology*. Chicago Athletic Institute. p 70 -80.
- Ogura, O' and Y' Yanaguchi. (1988). A Longitudinal Study of Dropout from a Fitness Club : A Case Study a Management Perspective. *Abstracts New Horizons of Human Movement*. 129.
- Ordway, Tead. (1976). *The Art of Leadership*. New York : McGraw Hill Book Company, Inc.
- Parkhouse, B.L. (1976, May.). Professional Preparation in Athletic and Administration and Sport Management. *Journal of Physical Education and Recreation*. 49(5).
- Richey, Robert W. (1985). *Planning for Teaching*. New york : McGraw-Hill Book Company Inc.
- Yamaguchi, Y. and K. Okada. (1988). A Study of Adherence to a Fitness Club : A User's Perspective. *Abstracts New Horizons of Human Movement*. 128.

ภาคผนวก

แบบสอบถาม เรื่อง ปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร

คำชี้แจง

แบบสอบถามเพื่อการวิจัยฉบับนี้มีความมุ่งหมายเพื่อทราบปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร แบบสอบถามทั้งหมดแบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ

ตอนที่ 1 สถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถามมีลักษณะเป็นแบบตรวจคำตอบ

(Check List)

ตอนที่ 2 ปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร

แบ่งเป็น 3 ด้าน คือ ด้านความรู้ทางวิชาการของผู้นำการออกกำลังกาย

ด้านความสามารถทางทักษะของผู้นำการออกกำลังกาย ด้านการบริการ คุณธรรมและจริยธรรมของผู้นำการออกกำลังกาย แบบสอบถามมีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) มี 5 ระดับ คือ มากที่สุด มาก ปานกลาง น้อย น้อยที่สุด

ตอนที่ 3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ มีลักษณะเป็นแบบสอบถามปลายเปิด

(Open - Ended)

ข้อมูลจากแบบสอบถามนี้ผู้วิจัยจะเก็บไว้เป็นความลับและจะนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลในภาพรวม ขอความกรุณาให้ผู้ตอบแบบสอบถามโปรดตอบแบบสอบถามตามความเป็นจริงให้มากที่สุด และโปรดตอบให้ครบทุกข้อ

ผู้วิจัยใคร่ขอขอบคุณมา ณ โอกาสนี้

นางสุนันท์ ภูโคกหวาย
นิสิตระดับบัณฑิตศึกษา สาขาวิชาพลศึกษา

ตอนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับสถานภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับสถานภาพของท่าน เมื่ออ่านข้อความแล้วโปรดกาเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ☐ หน้าข้อความที่ตรงกับสถานภาพของท่าน

1. เพศ

☐ ชาย

☐ หญิง

2. ประสบการณ์

☐ 1 – 4 ปี

☐ 4 ปีขึ้นไป

3. จบการศึกษาระดับปริญญา

☐ พลศึกษา

☐ วิทยาศาสตร์การกีฬา

☐ อื่นๆ (โปรดระบุ).....

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับปัญหาของผู้นำการออกกำลังกายภายในศูนย์สุขภาพเอกชน กรุงเทพมหานคร เมื่ออ่านข้อความในแบบสอบถามแล้วทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องใดช่องหนึ่งเพียงช่องเดียวที่ตรงกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่าน

ตัวอย่างการแบบสอบถามตอนที่ 2

ข้อ	รายการ	ระดับปัญหา				
		มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
0	ปัญหาการต้อนรับสมาชิกด้วยความสุภาพ				✓	

0 ปัญหาการต้อนรับสมาชิก

จากตัวอย่าง แสดงว่าผู้นำการออกกำลังกายมีปัญหาในการต้อนรับสมาชิกน้อย

1. ด้านความรู้ทางวิชาการของผู้นำการออกกำลังกาย

รายการ	ระดับปัญหา				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1 ปัญหาด้านความรู้ในเรื่องของการออกกำลังกาย					
2 ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการทดสอบสมรรถภาพทางกาย					
3 ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการเป็นผู้นำการเต้นแอโรบิก					
4 ปัญหาเกี่ยวกับความรู้เพียงพอที่จะนำมาประกอบอาชีพผู้นำการออกกำลังกาย					
5 ปัญหาด้านความรู้เกี่ยวกับการใช้อุปกรณ์การออกกำลังกายได้อย่างถูกต้องและปลอดภัย					
6 ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ความเข้าใจในหลักการปฐมพยาบาลเบื้องต้น					
7 ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านโภชนาการ					
8 ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านภาษาอังกฤษ					
9 ปัญหาเกี่ยวกับความรู้ด้านการจัดกิจกรรมเสริมทั้งภายในและภายนอกสถานที่ของศูนย์สุขภาพ					
10 ปัญหาเกี่ยวกับการได้รับข่าวสารด้านวิชาการเพื่อเพิ่มเติมความรู้ในวิชาชีพให้ทันสมัยอยู่เสมอ					

2. ด้านความสามารถทางทักษะของผู้นำการออกกำลังกาย

รายการ	ระดับปัญหา				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1 ปัญหาด้านความสามารถในการสอนแอโรบิกได้อย่างมั่นใจ					
2 ปัญหาด้านความสามารถในการดัดแปลงการสอนแอโรบิกให้น่าสนใจ					
3 ปัญหาด้านการจัดโปรแกรมการออกกำลังกายให้กับสมาชิกรายบุคคล					
4 ปัญหาด้านความสามารถในการสาธิตการออกกำลังกายได้อย่างถูกต้อง					
5 ปัญหาด้านการสาธิตการใช้อุปกรณ์ในห้องออกกำลังกายได้อย่างถูกต้อง					
6 ปัญหาการได้รับการยอมรับในความสามารถของการเป็นผู้นำการออกกำลังกายจากสมาชิก					
7 ปัญหาด้านการสอนกีฬาที่ให้บริการในศูนย์สุขภาพ เช่น เทนนิส สควอช					
8 ปัญหาด้านความสามารถในการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าได้เป็นอย่างดี					
9 ปัญหาด้านความสามารถทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ดี					
10 ปัญหาด้านความสามารถในการโน้มน้าว ชักชวน และชี้แนะให้สมาชิกเห็นคุณค่าของการออกกำลังกาย					

3. ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรมของผู้นำการออกกำลังกาย

รายการ	ระดับปัญหา				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1 ปัญหาด้านการต้อนรับสมาชิกด้วยความสุภาพ และอ่อนน้อม					
2 ปัญหาด้านการดูแลอุปกรณ์ของการออกกำลังกายให้สะอาดและเรียบร้อยอยู่เสมอ					
3 ปัญหาด้านการเอาใจใส่และดูแลสมาชิกได้เป็นอย่างดี					
4 ปัญหาการบริการด้านความรู้และข่าวสารเกี่ยวกับการออกกำลังกายให้กับสมาชิก					
5 ปัญหาด้านความเข้าใจความต้องการของสมาชิกเพื่อการบริการที่เหมาะสม					
6 ปัญหาด้านความตรงต่อเวลาต่อหน้าที่การงาน					
7 ปัญหาด้านการแต่งกายสะอาดเรียบร้อย ถูกต้องตามกาลเทศะ					
8 ปัญหาด้านการรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น					
9 ปัญหาด้านการเสียสละ ให้ความร่วมมือและช่วยเหลือต่อส่วนรวม					
10 ปัญหาด้านการวางตนให้เหมาะสมกับสังคมและบุคคล					

ตอนที่ 3 ความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ

1. ด้านความรู้ทางวิชาการของผู้ประกอบการกำลังกาย

.....

.....

.....

.....

2. ด้านความสามารถทางทักษะของผู้ประกอบการกำลังกาย

.....

.....

.....

.....

3. ด้านการบริการ คุณธรรม และจริยธรรมของผู้ประกอบการกำลังกาย

.....

.....

.....

.....

4. อื่นๆ

.....

.....

.....

.....

ชื่อศูนย์สุขภาพ	ครูฝึกเพศชาย	ครูฝึกเพศหญิง
ฟิตเนสเฟส (Fitness First) สาขา		
บางนา	20	5
ปิ่นเกล้า	17	6
แลนด์มาร์ก	17	14
พระราม 3	16	4
สุขุมวิท ซอย 39	12	6
งามวงศ์วาน	22	8
ฟิวเจอร์ปาร์ค	23	6
แฟชันแลนด์	21	6
แคลิฟอร์เนีย ฟิตเนส เซนเตอร์ สาขา	20	17
ปิ่นเกล้า	20	20
สีลม	18	17
สุขุมวิท ซอย 23	5	12
ฟิลลิปเวเน สาขา	6	13
สุขุมวิท	8	7
ลาดพร้าว	7	8
เดอะแคปปิตอลคลับ (The Capitol Club)	8	5
คลาร์ค แฮทช์ (Clark Hatch Fitness Center) สาขา	4	4
ธนียะพลาซ่า	5	3
ชาญอิสสระทาวเวอร์ 2	5	7
โรงแรมเซนจูรีปาร์ค	4	5
โรงแรมวินเซอร์สวิตส์	6	5
เสรีเซนเตอร์	5	5
นิชคาธานี	6	5
เฟอร์เฟคเพลสส์รามคำแหง	5	4
เฟอร์เฟคเพลสส์ รัตนาธิเบศร์	4	3
เฟอร์เฟคเพลสส์ มณีรินทร์	7	4
โรงแรมออเรียนเทล	4	4
แกรนด์ไฮเทลกรุงเทพ	4	3
แกรนด์เพรสซิเดนท์	3	4
แรนดิซอนไฮเทล	4	4

ชื่อศูนย์สุขภาพ	ครูฝึกเพศชาย	ครูฝึกเพศหญิง
เพรสซิเดนพาร์คโฮเทล กรุงเทพฯ	4	3
โรงแรมแกรโธแอทเอราวัณ	5	5
โพซิชั่นโฮเทล	4	4
นายเลิศพาร์คโฮเทล	4	5
มณเทียรโฮเทล	7	4
ไบหยกสกายโฮเทล	4	4
เพนเนลชูล่าโฮเทล	4	5
มณเทียรริเวอร์ไซด์โฮเทล	7	5
เวสต์นั้ แกรนด์สุขุมวิทโฮเทล	4	3
แพนแปซิฟิกโฮเทล	8	3
แซงกรีร่าโฮเทล	6	4
เบลแอร์ปารีสเฮลโฮเทล	5	3
แกรนด์ม่อนประตูนํ้าโฮเทล	9	4
พลาซ่าเอทเทนนี โรแยลเมอริเดียนโฮเทล	10	4
อิมพีเรียลควีนปาร์ค	10	5
โซฟีเทล สีลม โฮเทล	7	4
โนโวเทลสยามสแควร์ โฮเทล	9	3
โนโวเทล โลตัส โฮเทล	14	3
ตะวันนารามาตา โฮเทล	14	2
Marriott Resort Spa Hotel	10	4
Amari Boulevard Hotel	9	4
Saim City Hotel	4	1
Miracle Grand Convention Hotel	9	2
Thanpuying Suites Hotel	7	3
Amari Watergater Hotel	6	3
Mercure Fortune Hotel	5	1
Indra Regent Hotel	4	1
Amari Airport Hotel	4	2
Twin Towers Hotel	5	3
Emporium Suites Hotel	4	2
Park Avenue 22 Hotel	5	1

ชื่อศูนย์สุขภาพ	ครูฝึกเพศชาย	ครูฝึกเพศหญิง
Royal Orchid Sheraton Hotel	7	4
Arnoma Hotel	5	2
Dusit Thani Hotel	7	3
Emerald Hotel	6	1
Amari Atrium Hotel	6	2
Bangyan Tree Hotel	9	2
JW Marriott Hotel	12	2
Holiday Inn Hotel Resort Hotel	9	2
Four Wings Hotel	5	2
Metropolitant Hotel	4	2
Royal Princess Srinakarin Hotel	5	2
Swiss Park Hotel	4	2
Davis Bangkok Hotel	6	2
Grand Chaina Princess Hotel	7	2
Pathumwan Princess Hotel Bangkok	8	2
Arnoma Hotel	9	2
Conrad Hotel	6	2
Majestic Grand Hotel	4	2
Sukhothai Hotel	6	2

รายชื่อผู้เชี่ยวชาญ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ไพบุลย์ ศรีชัยสวัสดิ์

อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์สมรรถชัย น้อยศิริ

ข้าราชการบำนาญ

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

อาจารย์พิศวง มหาจันทร์

อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา คณะพลศึกษา

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประวัติย่อผู้วิจัย

ประวัติย่อผู้วิจัย

ชื่อ – นามสกุล	นางสุนันท์ ภูโคกหวาย
วัน เดือน ปีเกิด	3 มิถุนายน 2503
สถานที่เกิด	อำเภอนครชัยศรี จังหวัดนครปฐม
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	บูรพาภรณ์ 283/1 หมู่ 4 ตำบลบึง อำเภอศรีราชา จังหวัดชลบุรี 20230

ประวัติการศึกษา

พ.ศ. 2517	ประถมศึกษาชั้นที่ 7 จากโรงเรียนวัดศรีสำราญ อำเภอกระทุ่มแบน จังหวัดสมุทรสาคร
พ.ศ. 2520	มัธยมศึกษาตอนต้น จากโรงเรียนวัดม่วง เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2523	มัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนวัดหนองแขม เขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร
พ.ศ. 2525	ประกาศนียบัตรวิชาชีพการศึกษาระดับสูง (วิชาเอกพลศึกษา) จากวิทยาลัยพลศึกษากรุงเทพ
พ.ศ. 2527	การศึกษาระดับบัณฑิต (พลศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
พ.ศ. 2548	การศึกษามหาบัณฑิต (พลศึกษา) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ