

อิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดบอล



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา
มิถุนายน 2555

อิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดกบอล



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา

ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

มิถุนายน 2555

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

อิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อความสามารถในการยิงประตูโทษบาสเกตบอล



เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา
มิถุนายน 2555

วิภาวัลย์ เชวาน์สุจริต. (2555). *อิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดเกตบอล*.
ปริญญาานิพนธ์ วท.ม. (วิทยาศาสตร์การกีฬา). กรุงเทพฯ : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัย
ศรีนครินทรวิโรฒ. คณะกรรมการควบคุม: รองศาสตราจารย์ ดร.สุปราณีวี ขวัญบุญจันทร์,
อาจารย์ ดร.อุษากร พันธุ์วานิช.

งานวิจัยนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาอิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อความสามารถในการยิงประตูโทษ
บาสดเกตบอล กลุ่มตัวอย่างเพศชาย 30 คน อายุระหว่าง 19-22 ปี โดยการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง ก่อน
การทดลอง ให้กลุ่มตัวอย่างทดสอบด้วยการยิงประตูโทษบาสดเกตบอลคนละ 10 ลูก นำคะแนนที่ได้มา
เรียงลำดับจากน้อยไปมากสลับกันเพื่อแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม กลุ่มละ 15 คน จากนั้นให้กลุ่ม
ตัวอย่างทำการทดลองในสถานการณ์ดังนี้ คือ กลุ่มที่ 1 ทดสอบความสามารถในการยิงประตูโทษ
บาสดเกตบอล โดยกำหนดว่าเป็นการแข่งขันยิงประตูโทษบาสดเกตบอลในสถานการณ์ที่มีผู้ชมแบบให้
การสนับสนุน คนละ 10 ลูก และกลุ่มที่ 2 ทดสอบความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดเกตบอล โดย
กำหนดว่าเป็นการแข่งขันยิงประตูโทษบาสดเกตบอลในสถานการณ์ที่มีผู้ชมแบบต่อต้าน คนละ 10 ลูก
จากนั้น เปรียบเทียบความแตกต่างทางสถิติ ของค่าเฉลี่ยคะแนนเป็นรายกลุ่ม (t-test) กำหนดความมี
นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p < .05$) ผลการศึกษาพบว่า ภายในกลุ่มที่ 1 ก่อนการทดลองและหลังการ
ทดลอง ไม่พบความแตกต่างกัน ภายในกลุ่มที่ 2 พบว่า หลังการทดลองคะแนนของกลุ่มตัวอย่างลดลง
($p < .05$) และระหว่างกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 ก่อนการทดลองและหลังการทดลองคะแนนของกลุ่ม
ตัวอย่างทั้งสองกลุ่มไม่มีความแตกต่างกัน

INFLUENCE OF THE SPECTATORS IN BASKETBALL FREE THROW
SHOOTING PERFORMANCE

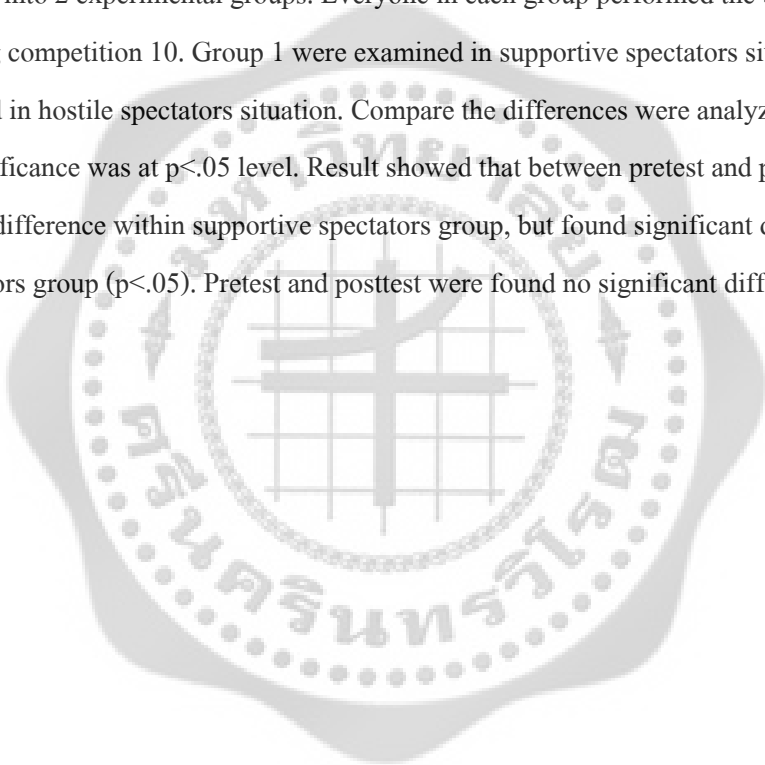


Presented in Partial Fulfillment of the Requirement for the
Master of Science Degree in Sport Science
at Srinakharinwirot University

June 2012

Wipawan Chaosutjarit. (2012). *Influence of the Spectators in Basketball Free Throw Shooting Performance*. Master Thesis, M.Sc. (Sport Science). Bangkok: Graduate School, Srinakharinwirot University. Advisor Committee: Assoc. Prof. Dr.Supranee Kwanboonchan, Dr.Usakorn Panvanich.

The purpose of this experiment was to study influence of the spectators in basketball free throw shooting performance. Thirty males, aged between 19-22 years old were chosen by using purposive sampling technique. Each one performed the basketball free throw shooting 10 times in order to assign into 2 experimental groups. Everyone in each group performed the basketball free throw shooting competition 10. Group 1 were examined in supportive spectators situation and group 2 were examined in hostile spectators situation. Compare the differences were analyzed by a t-test and statistical significance was at $p < .05$ level. Result showed that between pretest and posttest were found no significant difference within supportive spectators group, but found significant difference within hostile spectators group ($p < .05$). Pretest and posttest were found no significant difference between two groups.



ปริญญานิพนธ์

เรื่อง

อิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดเกตบอล

ของ

วิภาวัลย์ เชาว์นัสสุจริต

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้นับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวัฒนกุล)

วันที่..... เดือน มิถุนายน พ.ศ. 2555

คณะกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์

คณะกรรมการสอบปากเปล่า

.....ประธาน

.....ประธาน

(รองศาสตราจารย์ ดร.สุปราณีวี ขวัญบุญจันทร์)

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สืบสาย บุญวีรบุตร)

.....กรรมการ

.....กรรมการ

(อาจารย์ ดร.อุษากร พันธุ์วานิช)

(รองศาสตราจารย์ ดร.สุปราณีวี ขวัญบุญจันทร์)

.....กรรมการ

(อาจารย์ ดร.อุษากร พันธุ์วานิช)

.....กรรมการ

(อาจารย์ ดร.คุณัตว์ พิธพรชัยกุล)

ประกาศคุณูปการ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สามารถสำเร็จลุล่วงด้วยดีได้นั้น เนื่องจากความกรุณาอย่างยิ่งของท่าน ประธานควบคุมปริญญานิพนธ์ รองศาสตราจารย์ ดร.สุปราณีวี ขวัญบุญจันทร์ กรรมการควบคุม ปริญญานิพนธ์ อาจารย์ ดร.อุษากร พันธุ์วานิช ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.เสิบสาย บุญวิโรต และอาจารย์ ดร.คุณัตว์ พิธพรชัยกุล รวมทั้งผู้เชี่ยวชาญทั้ง 5 ท่าน ที่ได้สละเวลาอันมีค่าเพื่อให้คำปรึกษา แนะนำ ตรวจสอบและแก้ไขความถูกต้องต่างๆ อย่างดียิ่ง ตลอดจนคอยเตือนสติและให้กำลังใจในการทำปริญญานิพนธ์ครั้งนี้ให้มีความถูกต้องสมบูรณ์ มีคุณค่าทางวิชาการ และยังทำให้ผู้วิจัยได้รับประสบการณ์อันมีค่านี้ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างยิ่งไว้ ณ โอกาสนี้

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณบูรพาจารย์ ภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ทุกท่านที่ได้ถ่ายทอดวิชาความรู้ด้วยความเมตตากรุณา อบรมสั่งสอนให้ศิษย์ได้มีความรู้เชี่ยวชาญในด้านต่างๆ และคอยช่วยเหลือชี้แนะแนวทางในการศึกษาตั้งแต่ระดับปริญญาตรีจนถึงระดับปริญญาโท รวมถึงการดำเนินชีวิตอย่างมีประโยชน์และมีคุณค่าต่อตนเองและสังคม ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างยิ่งไว้ ณ โอกาสนี้

นอกจากนี้ ขอขอบคุณกลุ่มตัวอย่าง อาสาสมัคร รวมถึงผู้มีส่วนร่วมทุกท่าน ที่สละเวลาและให้ความร่วมมือ สนับสนุน และตั้งใจเป็นอย่างดีในการเข้าร่วมงานวิจัยนี้ โดยไม่หวังสิ่งตอบแทน รวมทั้ง รุ่นพี่ และรุ่นน้อง ภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ทุกท่าน ที่คอยให้ความช่วยเหลือต่างๆ และที่ขาดไม่ได้ ผู้วิจัยขอขอบคุณเพื่อนๆ วิทยาศาสตร์การกีฬา รุ่น 6 ที่คอยช่วยเหลือและเป็นกำลังใจให้กันเสมอมา ทำให้งานวิจัยครั้งนี้ผ่าน ไปด้วยดี

สุดท้ายนี้ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณบิดามารดา ผู้ที่อบรมสั่งสอนให้เป็นคนดี ด้วยความขยันหมั่นเพียรและอดทน เป็นผู้สนับสนุนหลักทั้งกำลังกาย กำลังใจ และกำลังทรัพย์ อย่างไม่เคยย่อท้อ รวมถึงพี่ชายที่คอยให้กำลังใจและเตือนสติอยู่ตลอด ประโยชน์และคุณความดีของปริญญานิพนธ์เล่มนี้ ขอมอบแต่ผู้ให้การสนับสนุนในการวิจัย ตลอดจนผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทุกท่าน ซึ่งคอยอำนวยความสะดวกและสนับสนุนงานวิจัยนี้ในทุกๆ ด้าน จนงานวิจัยนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

วิภาวัลย์ เชาวนัสสุจริต

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
ภูมิหลัง	1
จุดมุ่งหมายของงานวิจัย.....	3
ความสำคัญของงานวิจัย	3
ขอบเขตการวิจัย	4
นิยามศัพท์เฉพาะ	4
ข้อตกลงเบื้องต้น	5
สมมติฐานในการวิจัย	5
กรอบแนวคิด	6
2 เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	7
ตอนที่ 1 ผู้ชมและอิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อการกีฬา	7
ตอนที่ 2 องค์ประกอบสำคัญของนักกีฬาในการแสดงความสามารถทางกีฬาสูงสุด	24
ตอนที่ 3 กีฬาบาสเกตบอล	32
ตอนที่ 4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	34
3 วิธีดำเนินการวิจัย	39
การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง	39
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	39
การเก็บรวบรวมข้อมูล	40
การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล	41
4 การวิเคราะห์และแปลผลข้อมูล	42
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	42

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	45
สังเขปจุดมุ่งหมาย สมมติฐาน และวิธีดำเนินการวิจัย	45
สรุปผลการวิจัย	47
อภิปรายผล	48
ข้อเสนอแนะ	50
ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป	50
บรรณานุกรม	51
ภาคผนวก	54
ภาคผนวก ก	55
ภาคผนวก ข	57
ภาคผนวก ค	62
ภาคผนวก ง	64
ภาคผนวก จ	70
ภาคผนวก ฉ	72
ประวัติย่อผู้วิจัย	74

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 แสดงค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานคะแนนของกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง	43
2 ผลเปรียบเทียบความแตกต่างรายคู่ค่าเฉลี่ยคะแนนภายในกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง	43
3 ผลเปรียบเทียบความแตกต่างค่าเฉลี่ยคะแนนระหว่างกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง	44



บัญชีภาพประกอบ

ภาพประกอบ	หน้า
1 แสดงทฤษฎีแรงขับที่ใช้ทำนายอิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อการแสดงความสามารถ	13
2 แสดงกระบวนการของการเรียนรู้จากการสังเกต	21
3 แสดงปัจจัยด้านพฤติกรรมและสภาพแวดล้อม	22



บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

การแข่งขันกีฬาหรือการแสดงทักษะความสามารถทางกีฬานั้น มักจะมีผู้ชมร่วมอยู่ด้วยเป็นส่วนใหญ่ โดยเฉพาะกีฬาประเภททีมนั้นมักจะแสดงต่อหน้าผู้ชมเสมอ ซึ่งผู้ชมเป็นปัจจัยหนึ่งทางด้านสิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลและส่งผลกระทบต่อความสามารถของนักกีฬา (ฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย, 2553) และยังเป็นปัจจัยหนึ่งที่เอื้อประโยชน์ทางสังคมต่อนักกีฬาด้วย (Cox, 2007) ซึ่งผู้ชมทางกีฬาส່วนใหญ่จะเป็นลักษณะผู้ชมแบบมีส่วนร่วม มีทั้งการใช้เสียง คำพูด ท่าทางรวมถึงการแสดงอารมณ์ในการเชียร์กีฬา และลักษณะผู้ชมแบบมีส่วนร่วมยังสามารถแบ่งได้เป็น 2 แบบ ได้แก่ ผู้ชมแบบให้การสนับสนุน (Supportive Spectators) และผู้ชมแบบต่อต้านหรือเป็นอริ (Hostile Spectators) ซึ่งในการเชียร์กีฬานั้นสามารถเกิดขึ้นได้ทั้งสองแบบแล้วแต่รูปแบบเกมการแข่งขันและประเภทกีฬา (สุปราณี ขวัญบุญจันทร์, 2545) โดยการแสดงออกทางพฤติกรรมของผู้ชมนั้นเป็นเหมือนสิ่งกระตุ้น (Stimulus) อย่างหนึ่งที่ทำให้นักกีฬาเกิดการตอบสนอง (Response) ที่ส่งผลกระทบต่อตัวนักกีฬาทั้งทางร่างกายและจิตใจ และยังเป็นผลไปถึงการแสดงความสามารถของนักกีฬาได้ แต่ก็ขึ้นอยู่กับรูปแบบพฤติกรรมของผู้ชมที่แสดงออก รวมถึงการตอบสนองต่อสิ่งกระตุ้นของนักกีฬาด้วยเช่นกัน (Weinberg; & Gould, 2006; และ สืบสาย บุญวิรุบุตร, 2541) นอกจากนี้ ยังมีปัจจัยอื่นร่วมด้วย เช่น ระดับทักษะของนักกีฬา ก็มีผลกับทิศทางในการตอบสนองต่ออิทธิพลของผู้ชมด้วยเช่นกัน คือ เมื่อนักกีฬาได้รับแรงกระตุ้นจากผู้ชม จะมีอิทธิพลไปในทางบวกในนักกีฬาที่มีระดับทักษะและประสบการณ์สูง และจะมีอิทธิพลไปในทางลบในนักกีฬาที่มีระดับทักษะต่ำหรือนักกีฬามือใหม่ แต่อาจจะมอิทธิพลไปในทางบวกหรือลบก็ได้ในนักกีฬาที่มีระดับทักษะปานกลาง (LeUnes & Nation, 2002; citing Cox, 1990) จะเห็นได้ว่า ผู้ชมเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อนักกีฬาทุกระดับและเป็นเหมือนองค์ประกอบหนึ่งที่ขาดหรือหลีกเลี่ยงไม่ได้ในการแสดงความสามารถทางกีฬา รวมทั้งเป็นปัจจัยที่มีผลกระทบต่อความสามารถของนักกีฬาอยู่ไม่มากนักน้อย

อิทธิพลและผลกระทบของผู้ชมที่มีต่อนักกีฬา ยังสามารถสังเกตเห็นได้อย่างชัดเจนจากการแข่งขันกีฬาแบบอาชีพ ไม่ว่าจะเป็นการแข่งขันกีฬาในประเทศหรือต่างประเทศไทย เช่น กีฬาฟุตบอลอเมริกันฟุตบอล บาสเกตบอล หรือเซปักตะกร้อ เป็นต้น จะเห็นได้ว่าแต่ละทีมหรือสโมสรต่างๆ จะมีกองเชียร์ตามไปให้กำลังใจกับนักกีฬาอยู่เสมอ ไม่ว่าจะเป็นการแข่งขันแบบเหย้าหรือเยือน ซึ่งผู้ชมกับนักกีฬานั้น จะมีความสัมพันธ์กันในลักษณะเหมือนเป็นครอบครัว เป็นเพื่อน ทำให้สังเกตเห็นได้ถึง ความได้เปรียบและเสียเปรียบของการแข่งขันในบ้านหรือนอกบ้าน โดยส่วนใหญ่การแข่งขันในบ้าน

มักจะทำให้เกิดความได้เปรียบจากการสร้างแรงกดดันของผู้ชมต่อทีมฝ่ายตรงข้าม และจะเกิดความเสียเปรียบเมื่อเป็นฝ่ายไปเยือนคู่แข่ง รวมทั้งการได้รับการยอมรับจากผู้ชมและกองเชียร์เมื่อนักกีฬาเล่นได้ดีหรือให้กำลังใจเมื่อได้รับความพ่ายแพ้จากการแข่งขัน ซึ่งทำให้นักกีฬารู้ถึงแรงจูงใจจากภายนอก และเกิดความเชื่อมั่นที่จะเล่นกีฬาต่อไปให้ดี (สุปราณี ขวัญบุญจันทร์. 2545) แต่ในขณะเดียวกัน นักกีฬาอาจจะเกิดความรู้สึกถึงแรงกดดันเมื่อแข่งในบ้านได้ ซึ่งเกิดจากความคาดหวังในชัยชนะจากผู้ชม ทำให้นักกีฬารู้สึกว่าต้องเล่นให้ดีขึ้น อีกทั้งการได้ยินเสียงเชียร์ที่ดังและคอยสนับสนุนของผู้ชมที่สามารถทำให้นักกีฬาเพิ่มการตื่นตัวซึ่งอาจจะถึงระดับที่เป็นผลให้ความสามารถลดลงได้ (Cox. 2007) ซึ่งอิทธิพลและผลกระทบจากแรงกระตุ้นของผู้ชมที่มีต่อการแสดงความสามารถของนักกีฬานั้น สามารถแบ่งได้เป็น 3 ด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจและอารมณ์ และด้านพฤติกรรม (สืบสาย บุญวิรุบุตร. 2541) การที่นักกีฬาได้รับแรงกระตุ้นสูงๆ จากผู้ชม อาจจะทำให้นักกีฬาเกิดความวิตกกังวลและความเครียดได้ ซึ่งอาจจะเกิดได้ทั้งความเครียดที่ดีและไม่ดี (Seaward. 2006; และ สุปราณี ขวัญบุญจันทร์. 2545) ที่สามารถส่งผลต่อการแสดงความสามารถของนักกีฬาที่เกิดได้ทั้งทางร่างกายและจิตใจ หากนักกีฬาได้รับแรงกระตุ้นที่พอเหมาะก็จะเป็นแรงเสริมให้นักกีฬาในการแสดงความสามารถ แต่ถ้าได้รับแรงกระตุ้นที่มากหรือน้อยเกินไปก็จะไม่เป็นผลดีต่อนักกีฬาเช่นกัน แต่ความตื่นตัวของนักกีฬาที่เกิดจากการได้รับแรงกระตุ้นนั้น บางครั้งก็ขึ้นอยู่กับลักษณะบุคลิกภาพและนิสัยใจคอของนักกีฬาด้วยเช่นกัน (พิชิต เมืองนาโพธิ์. 2553) ว่าจะมีการตอบสนองหรือเกิดการตื่นตัวอย่างไร

มีนักวิจัยหลายท่านได้ทำการศึกษาถึงอิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อการแสดงความสามารถทางกีฬาในยุคแรกเริ่ม เช่น ทริฟเลตต์ (Jowett; & Lavalle. 2007 ; citing Triplett. 1898) ที่พบว่า การแสดงความสามารถต่างๆ ต่อหน้าผู้อื่นหรือมีคู่แข่งอยู่ด้วยนั้น นักกีฬาแสดงความสามารถออกมาได้ดีกว่าเมื่ออยู่คนเดียว เช่นเดียวกับ ออลพอร์ต (Jowett; & Lavalle. 2007; citing Allport. 1920) ที่พบว่า การทำงานแบบกลุ่มจะได้คุณภาพของงานมากกว่าทำคนเดียว และเกรียร์ (Greer. 1983) ที่ทำการศึกษานักกีฬาจักรยานอาชีพพบว่า นักกีฬาแสดงความสามารถได้ดีกว่าเมื่อมีคู่แข่งอยู่ด้วย จากงานวิจัยข้างต้นได้นำมาสู่งานวิจัยอีกหลายงาน เช่น เอฟติงและคณะ (Epting; et al. 2011) ที่ศึกษาเกี่ยวกับอิทธิพลของผู้ชมแบบให้กำลังใจ (Cheering) และผู้ชมแบบโห่ไล่หรือเยาะเย้ย (Jeering) ที่มีต่อการแสดงทักษะกีฬาหลายทักษะ ผลพบว่า ผู้ชมมีผลกระทบทั้งทางบวก ทางลบ และไม่มีผลต่อการแสดงความสามารถทางกีฬา ซึ่งขึ้นอยู่กับประเภทของกีฬา ทักษะเฉพาะ และพฤติกรรมของผู้ชมด้วย นอกจากนี้ ยังมีงานวิจัยของ ฮอสเซนซี และคณะ (Hosseini, et al. 2011) ที่ศึกษาผู้ชมหลายลักษณะที่มีผลต่อการแสดงทักษะการเสิร์ฟและการตบวอลเลย์บอล ซึ่งพบว่า นักกีฬาแสดงความสามารถออกมาได้ดีเมื่ออยู่ต่อหน้าผู้ชม โดยเฉพาะผู้ชมแบบมีส่วนร่วม รวมทั้งงานวิจัยของ คาโปลาและคณะ (Daphola, et al. 2010) ที่ได้ศึกษาอิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อความสามารถในการทดสอบสมรรถภาพทางกาย ผลการทดลองพบว่า กลุ่มตัวอย่างทำได้ดีขึ้นในบางทักษะเมื่อได้รับการกระตุ้นแบบให้การสนับสนุนและชื่นชม และความสามารถลดลงเมื่อ

เจอผู้ชมแบบโหด โห่ เยาะเย้ยหรือเหยียดหยาม แต่ก็ไม่ได้เกิดผลกระทบในบางทักษะเช่นกัน และงานวิจัยภายในประเทศของ สมลักษณ์ สมบูรณ์สิงห์ (2525) ที่ศึกษาโดยใช้วิธีการสัมภาษณ์กับนักกีฬาพบว่า นักกีฬาแสดงความสามารถได้ดีเมื่อเจอผู้ชมแบบให้กำลังใจ สนับสนุน ทำให้เกิดกำลังใจ กล้าที่จะเล่น และแสดงความสามารถได้ไม่ดีเมื่อเจอกับผู้ชมแบบตำหนิ ยุแหย่ ทำให้เสียสมาธิและเกิดความประหม่า แต่ในขณะที่เดียวกันเมื่อเจอกับผู้ชมแบบไม่มีส่วนร่วมก็ทำให้เกิดสมาธิ อารมณ์เยือกเย็นได้เช่นกัน จากงานวิจัยข้างต้น ทำให้พบว่า ผู้ชมมีความเกี่ยวข้องและมีอิทธิพลต่อนักกีฬาอย่างมาก และยังพบว่ามีอีกหลายปัจจัยด้วยกันที่มีความเกี่ยวข้องนอกจากผู้ชม ได้แก่ สมรรถภาพทางกายและทักษะของนักกีฬา การรับรู้และการตอบสนองของนักกีฬาแต่ละคน ลักษณะของผู้ชม ประเภทของกีฬา รวมถึงลักษณะของการกระตุ้นและระดับของแรงกระตุ้น เป็นต้น ซึ่งปัจจัยเหล่านี้เป็นสิ่งสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการแสดงความสามารถของนักกีฬา ซึ่งการกระตุ้นจากผู้ชมส่วนใหญ่จะมีลักษณะเป็นการให้แรงกระตุ้นสูง และเป็นแรงกระตุ้นที่เหมาะสมกับงานที่ง่ายไม่มีความซับซ้อน (สืบสาย บุญวิรุบุตร, 2541) ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาแรงกระตุ้นจากผู้ชมที่มีต่อทักษะการยิงประตู โทษบาสเกตบอลซึ่งเป็นทักษะที่ไม่มี ความซับซ้อน ว่าผู้ชมจะมีอิทธิพลต่อการแสดงความสามารถของกลุ่มตัวอย่างหรือไม่อย่างไร เพื่อเป็นแนวทางในการจัดการและพัฒนาสภาพแวดล้อมให้มีความเหมาะสมต่อการฝึกซ้อมและการแข่งขันของนักกีฬาต่อไป

จุดมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาอิทธิพลของผู้ชมแบบให้การสนับสนุน (Supportive Spectators) และผู้ชมแบบต่อต้าน (Hostile Spectators) ที่มีต่อความสามารถในการยิงประตู โทษบาสเกตบอล
2. เพื่อเปรียบเทียบระหว่างอิทธิพลของผู้ชมแบบให้การสนับสนุน (Supportive Spectators) กับผู้ชมแบบต่อต้าน (Hostile Spectators) ที่มีต่อความสามารถในการยิงประตู โทษบาสเกตบอล

ความสำคัญของการวิจัย

เพื่อศึกษาอิทธิพลของผู้ชมแบบให้การสนับสนุน (Supportive Spectators) และผู้ชมแบบต่อต้าน (Hostile Spectators) ที่มีต่อการแสดงความสามารถในทักษะการยิงประตู โทษบาสเกตบอล ซึ่งอธิบายถึงการตอบสนอง (Response) ทางร่างกายต่อสิ่งกระตุ้นหรือสิ่งเร้า (Stimulus) ซึ่งในที่นี้คือผู้ชม (Spectators) ในสถานการณ์ที่แตกต่างกัน ทั้งในแบบให้การสนับสนุนและแบบต่อต้าน และนำผลการวิจัยที่ได้ในครั้งนี้ มาเป็นแนวทางในการจัดการ การปรับปรุง และพัฒนาสภาพแวดล้อมให้มีความเหมาะสมแก่การฝึกซ้อมรวมถึงการเตรียมความพร้อมในการฝึกซ้อมและแข่งขันของนักกีฬา หรือการเรียนการสอนทักษะทางกีฬา ของผู้ฝึกสอนกีฬา และผู้ที่สนใจต่อไป

ขอบเขตการวิจัย

ประชากรในการวิจัย

ประชากรในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนิสิตสาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ อ.องครักษ์ จ.นครนายก ชั้นปีที่ 1 - 4 อายุระหว่าง 19 - 22 ปี จำนวน 180 คน

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตชาย สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ อ.องครักษ์ จ.นครนายก ชั้นปีที่ 1 - 4 อายุระหว่าง 19 - 22 ปี เพศชาย จำนวน 30 คน ซึ่งเป็นบุคคลที่มีทักษะหรือเคยผ่านการเรียนกีฬาสเกตบอล จากนั้นให้กลุ่มตัวอย่างทำการทดสอบคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสเกตบอล คนละ 10 ลูก จากนั้นเรียงคะแนนสลับกันไปมา เพื่อแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ 1 ศึกษาคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสเกตบอลในสถานการณ์ที่มีผู้ชมแบบให้การสนับสนุน (Supportive Spectators) และกลุ่มที่ 2 ศึกษาคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสเกตบอลในสถานการณ์ที่มีผู้ชมแบบต่อต้าน (Hostile Spectators)

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ (Independent Variables) คือ
 - 1.1 กลุ่มผู้ชมแบบให้การสนับสนุน (Supportive Spectators)
 - 1.2 กลุ่มผู้ชมแบบต่อต้าน (Hostile Spectators)
2. ตัวแปรตาม (Dependent Variable) คือ คะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสเกตบอล

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. กลุ่มผู้ชมแบบให้การสนับสนุน (Supportive Spectators) หมายถึง กลุ่มคนหรือฝูงชนที่ชมการแข่งขันหรือการแสดงความสามารถทางกีฬาแบบมีส่วนร่วม โดยใช้การแสดงออกทางกาย วาจา และอารมณ์ไปในทางบวกต่อนักกีฬาที่กำลังแสดงทักษะความสามารถทางกีฬา เช่น การพูดให้กำลังใจ การชื่นชม หรือการแสดงพฤติกรรมเพื่อเป็นการให้กำลังใจและสนับสนุน เป็นต้น
2. กลุ่มผู้ชมแบบต่อต้าน (Hostile Spectators) หมายถึง กลุ่มคนหรือฝูงชนที่ชมการแข่งขันหรือการแสดงความสามารถทางกีฬาแบบมีส่วนร่วม โดยใช้การแสดงออกทางกาย วาจา และอารมณ์ไป

ในทางลบต่อนักกีฬาที่กำลังแสดงทักษะความสามารถทางกีฬา เช่น ต่อกว่า คุณถูก เขาะเขี่ย เขี่ยคหยาม การโห้ร้องเพื่อจับไล่ การแสดงพฤติกรรมเพื่อเป็นการรบกวน เป็นต้น

3. ความสามารถในการยิงประตูโทษบาสเกตบอล (Basketball Free Throw Shooting Performance) หมายถึง ความสามารถในการส่งลูกบาสเกตบอลลงไปในห่วงภายในบริเวณเส้นยิงโทษ ได้ถูกต้องตามกฎกติกาของกีฬาบาสเกตบอล

4. กลุ่มตัวอย่าง หมายถึง นิสิตชาย สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ อ.องครักษ์ จ.นครนายก อายุระหว่าง 19-22 ปี

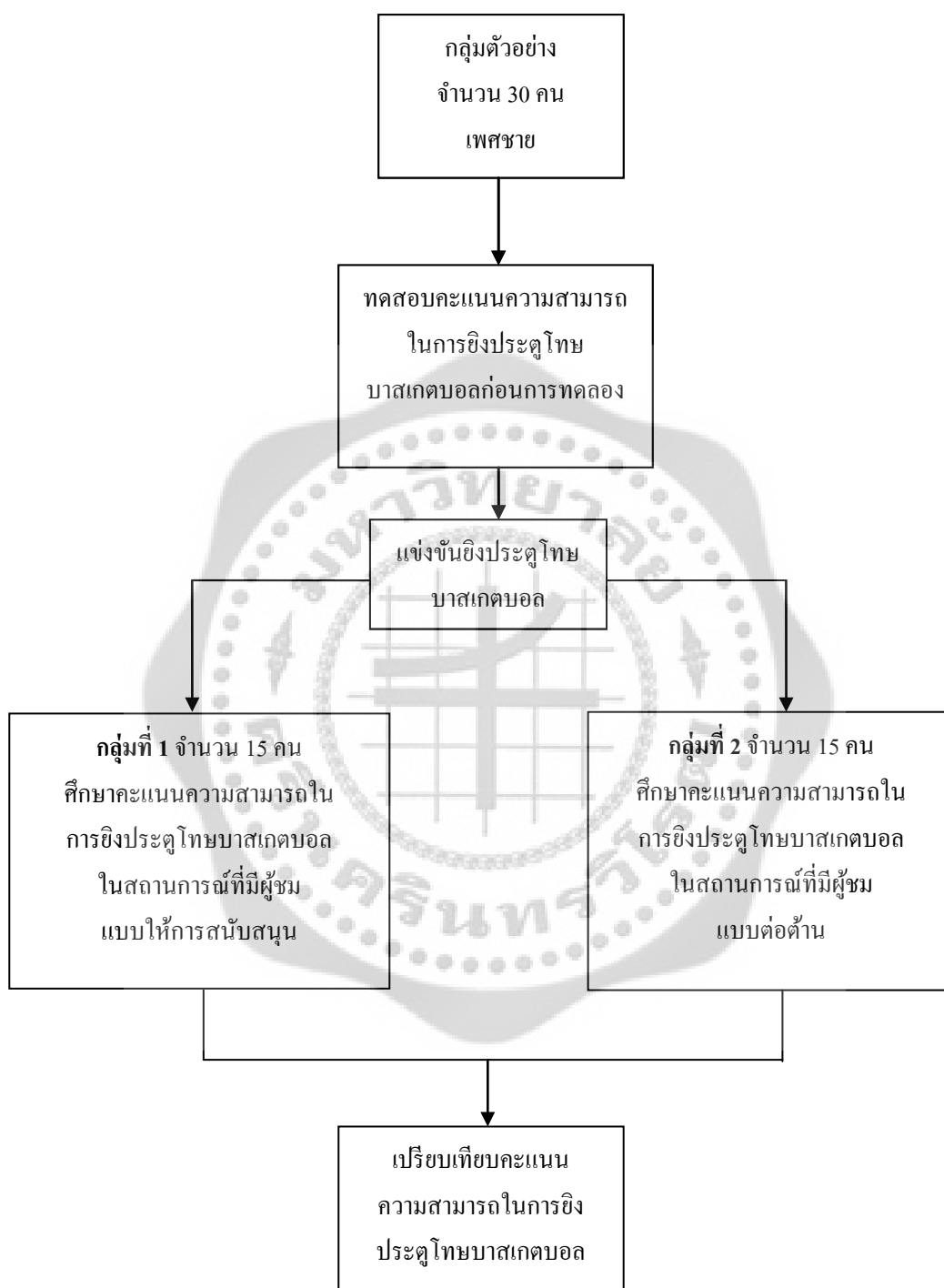
ข้อตกลงเบื้องต้น

ผู้วิจัยจะควบคุมการทำกิจกรรมของกลุ่มตัวอย่างเฉพาะช่วงเวลาที่ทำการทดลองและเก็บรวบรวมข้อมูลเท่านั้น

สมมติฐานการวิจัย

1. กลุ่มผู้ชมแบบให้การสนับสนุนกับกลุ่มผู้ชมแบบต่อต้าน จะมีอิทธิพลต่อความสามารถในการยิงประตูโทษบาสเกตบอลของกลุ่มตัวอย่างแตกต่างกัน
2. กลุ่มผู้ชมแบบให้การสนับสนุนจะมีอิทธิพลต่อความสามารถในการยิงประตูโทษบาสเกตบอลของกลุ่มตัวอย่าง
3. กลุ่มผู้ชมแบบต่อต้านจะมีอิทธิพลต่อความสามารถในการยิงประตูโทษบาสเกตบอลของกลุ่มตัวอย่าง

กรอบแนวคิดในการวิจัย



บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การทำวิจัยเรื่อง “อิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อความสามารถในการยิงประตูโทษบาสเกตบอล” ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ดังต่อไปนี้

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ตอนที่ 1 ผู้ชมและอิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อการกีฬา

1. ลักษณะของผู้ชมที่มีผลกระทบในการกีฬา
2. อิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อความเครียดและความวิตกกังวลในนักกีฬา
3. ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

ตอนที่ 2 องค์ประกอบสำคัญของนักกีฬาในการแสดงความสามารถทางกีฬาสูงสุด

1. แรงกระตุ้นกับความสามารถทางกีฬา
2. แรงจูงใจและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

ตอนที่ 3 กีฬาบาสเกตบอล

1. ประวัติกีฬาบาสเกตบอล
2. ทักษะกีฬาบาสเกตบอล
3. การยิงประตูโทษบาสเกตบอล

ตอนที่ 4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. งานวิจัยในประเทศ
2. งานวิจัยต่างประเทศ

ตอนที่ 1 ผู้ชมและอิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อการกีฬา

ลักษณะของผู้ชมที่มีผลกระทบในการกีฬา (Audience Effects in Sport)

มีการศึกษาเกี่ยวกับอิทธิพลของการมีตัวตนของบุคคลอื่น โดยยกย่องงานวิจัยที่เป็นต้นแบบของ ทริเพลตต์ (Triplett, 1898) การศึกษานี้ได้นำไปสู่งานวิจัยอีกหลายงาน เช่น การศึกษาในการแข่งขันจักรยานอาชีพ (League of Wheelmen) พบว่า นักกีฬาประเภทบุคคลสามารถทำเวลาได้ดีกว่าเมื่อมีคู่แข่งและนำไปสู่การทดลองโดยให้เด็กทำกิจกรรมแบบทำคนเดียวกับจับคู่ พบความแตกต่างอย่างชัดเจนว่า เด็กสามารถปฏิบัติกิจกรรมได้ดีกว่าเมื่อมีเพื่อนหรือคู่ ซึ่งทำได้ดีกว่าทำคนเดียว เหมือนกับเป็นการเพิ่มพลังงานในการปฏิบัติกิจกรรมหรือทักษะเมื่อมีผู้อื่นอยู่ด้วย ยังได้ศึกษาต่อไปเกี่ยวกับปรากฏการณ์ที่

เรียกว่า สิ่งที่เอื้อประโยชน์ทางสังคม (Social Facilitation) จนทำให้การศึกษาค้นคว้าเติบโตขึ้นไปเรื่อยๆ หลาย ๆ งานวิจัยที่สนับสนุนข้อมูลของทริเพลตต์ (Triplet, 1983) เช่น การศึกษาการทำงานของบุคคลที่ทำงานแบบเดี่ยวและแบบกลุ่มของ ออลพอร์ต (Allport, 1920) พบว่าการทำงานแบบกลุ่มได้ผลงานที่มีคุณภาพกว่าทำคนเดียว แต่ในเรื่องปริมาณยังอาจยังไม่คืบหน้า แต่ก็ยังมีผู้วิจัยอีกหลายคนที่มีมุมมองที่ต่างออกไปว่า บางครั้งการที่มีผู้อื่นอยู่ด้วยขณะปฏิบัติทักษะหรือกิจกรรมก็อาจจะไปรบกวนหรือลดความสามารถของบุคคลนั้นได้ (Jowett; & Lavallee, 2007)

จนกระทั่ง ซาจองค์ (Zajonc, 1965) ได้เสนอแนวคิดที่ว่า ความสามารถของบุคคลมีความสัมพันธ์กับระดับความตื่นตัวด้วย ไม่ใช่เพียงแค่การที่มีปัจจัยบุคคลอื่นอยู่ด้วย ตามทฤษฎีแรงขับต่อสิ่งแวดล้อมที่อำนาจนั้น ซาจองค์ (Zajonc) ได้แนะนำว่า การที่จะแสดงความสามารถออกมาได้ดีนั้นมาจากปัจจัยความง่ายของทักษะและการเรียนรู้ที่ดี และการที่ความสามารถลดลงนั้นมาจากปัจจัยที่ทักษะมีความยาก ซับซ้อน หรือทักษะที่ต้องเรียนรู้ใหม่ และยังได้ตีความทฤษฎีทางพฤติกรรมของ ฮัลล์ และ สเปนซ์ (Hull; & Spence) ในมุมมองที่ต่างออกไปว่า การที่มีบุคคลอื่นอยู่ด้วยจะช่วยเพิ่มแรงขับให้เกิดความตื่นตัวของบุคคล และระดับความตื่นตัวที่แข็งแกร่งนี้มีแนวโน้มทำให้เกิดการแสดงพฤติกรรมที่ถาวร หากการตอบสนองแบบถาวรนี้เป็นสิ่งที่ควรปรับและควบคุมให้อยู่ในระดับที่เหมาะสมกับแต่ละสถานการณ์ ดังนั้น สิ่งเอื้อต่อการแสดงทักษะของบุคคลก็จะปรากฏให้เห็นและบุคคลจะแสดงทักษะได้ดีเมื่อมีบุคคลอื่นอยู่ด้วย ถึงแม้ว่าจะเป็น การตอบสนองแบบชั่วคราว ผู้ชมก็มีส่วนเกี่ยวข้องต่อการแสดงความสามารถของบุคคลได้

เป็นที่เข้าใจแล้วว่าผู้ชมมีอิทธิพลต่อการแสดงความสามารถทางกีฬา แต่ก็พบได้ยากในกีฬาประเภทบุคคล นักกีฬาจะต้องเจอคู่ต่อสู้หรืออยู่ต่อหน้าผู้อื่น แม้ว่าการมีอยู่ซึ่งปัจจัยด้านคู่ต่อสู้และเพื่อนร่วมทีมจะมีแค่ในกีฬาประเภททีม (Strauss, 2002) ในที่นี้จะมุ่งความสนใจไปที่ผู้ชมเป็นหลัก เพราะว่าการแสดงทักษะความสามารถทางกีฬามักเกิดต่อหน้าผู้ชมเป็นส่วนใหญ่ ในแง่ของกีฬา จะทำศึกษาในด้านลักษณะ เช่น ขนาดหรือความหนาแน่นของผู้ชม และการแสดงออกทางพฤติกรรมของผู้ชมกีฬา เช่น เป็นมิตรหรือต่อต้าน เป็นต้น โจวเวตต์ และ ลาวาลลี (Jowett; & Lavallee, 2007) ยังสรุปอีกว่า การตอบสนองของนักกีฬาเป็นไปได้ทั้งในทางบวกและทางลบ

ค็อกซ์ (Cox, 2007) อธิบายว่า การมีส่วนร่วมของผู้ชมเป็นสิ่งมีอิทธิพลต่อการแสดงความสามารถของนักกีฬามากที่สุดแล้ว เพราะยังไม่มีปัจจัยทางสังคมจิตวิทยาการกีฬา (Social Psychology of Sport) ตัวใดที่จะมีความสำคัญต่อผลลัพธ์ที่ได้มากไปกว่าผู้ชมและกองเชียร์ ทรานด์ที่ความได้เปรียบในด้านของการแข่งขันแบบเหย้าและเยือนซึ่งเป็นสิ่งที่พบได้ทั่วไปในการแข่งขันระดับอาชีพและการแข่งขันระดับต่าง ๆ โดยเฉพาะที่เป็นกีฬาประเภททีม ทั้งกีฬาฟุตบอล บาสเกตบอล หรือเบสบอล เป็นต้น ดูเหมือนว่า จะไม่มีปัจจัยใดที่มีความสำคัญต่อนักกีฬามากกว่าการได้รับการสนับสนุนจากผู้ชมในบ้านของตน ทำให้ตัดสินใจได้ว่า เหตุใดการมีผู้ชมอยู่ในสนามจึงส่งผลต่อการแสดงความสามารถของ

นักกีฬาได้ ซึ่ง ค็อกซ์ (Cox, 2007) ได้สรุปปัจจัยที่ส่งผลต่อการแสดงความสามารถของนักกีฬา 5 ปัจจัยดังต่อไปนี้

1. สิ่งที่เอื้อประโยชน์ทางสังคม (Social Facilitation)

การศึกษาเกี่ยวกับสิ่งที่เอื้อประโยชน์ต่อการแสดงความสามารถของนักกีฬาหนึ่งหรือหลายปัจจัย ได้พบสิ่งที่น่าสนใจอย่างหนึ่งว่า เมื่อบุคคลทั่วไปมักเคยมีประสบการณ์ที่ต้องการหรืออยากจะแสดงความสามารถต่อหน้าเพื่อน ครอบครัว หรือบุคคลต่างเพศ การศึกษาดังกล่าวก็สอดคล้องกับข้อมูลที่มีอยู่ก่อนหน้าและยังแพร่หลายอยู่ของ โรเบิร์ต ซาจองค์ (Robert Zajonc, 1965) ซึ่งเสนอว่า การที่มีผู้ชมอยู่จะส่งผลช่วยเพิ่มแรงขับ (Drive) ในการแสดงความสามารถของกลุ่มตัวอย่าง เมื่อความตื่นตัวเพิ่มขึ้นจะช่วยดึงการตอบสนองหลักๆ ออกมา ผู้ชมกีฬาสามารถช่วยเพิ่มความสามารถในการแสดงทักษะของบุคคลที่มีทักษะสูง หรือมีความชำนาญ ในขณะที่เดียวกันก็จะไปลดการแสดงความสามารถของบุคคลที่ขาดทักษะหรือขาดความชำนาญ ดังนั้น ผลที่มีการแสดงความสามารถก็จะแตกต่างกันออกไปตามแต่ระดับทักษะของแต่ละบุคคล

2. การมีส่วนร่วมของผู้ชมต่อการแสดงความสามารถ (Effect of An Interactive Audience on Performance)

ส่วนที่น่าสนใจที่สุดน่าจะอยู่ตรงจุดนี้ เพราะเกี่ยวกับการมีส่วนร่วมของผู้ชมนั่นคือการแข่งในบ้านนั่นเอง ความจริงที่ว่า การแข่งขันในบ้านตนเองมักจะดีกว่า นั่นมีให้เห็นอยู่ทั่วไป โดยเฉพาะกีฬาประเภททีม เช่น สกีกอล์ฟน้ำแข็ง บาสเกตบอล เบสบอล หรือการแข่งขันฟุตบอล เป็นต้น ซึ่งฟุตบอลเป็นตัวอย่างที่เห็นได้ชัดเจน

สุปราณี ขวัญบุญจันทร์ (2545) กล่าวว่า ผู้ชมที่เข้ามาชมการแข่งขันในสนามนั้นมีหลายลักษณะ บางลักษณะอาจส่งผลกระทบต่อเกมการแข่งขันหรือบางลักษณะไม่ส่งผลกระทบต่อเกมการแข่งขัน

1. ผู้ชมแบบมีส่วนร่วม (Interactive Spectators) หมายถึง ผู้ชมที่เข้าถึงนักกีฬาทั้งทางร่างกายและจิตใจ มีส่วนร่วมในเกมการแข่งขันและผลการแข่งขันของนักกีฬา นอกจากนั้นยังมีอารมณ์ร่วมไปกับนักกีฬาคด้วย ผู้ชมแบบมีส่วนร่วม (Interactive Spectators) สามารถแบ่งได้เป็น 2 แบบ คือ

1.1 ผู้ชมแบบให้การสนับสนุน (Supportive Spectators)

1.2 ผู้ชมแบบต่อต้านหรือเป็นอริ (Hostile Spectators)

2. ผู้ชมแบบไม่มีส่วนร่วม (Noninteractive Spectators) หมายถึง ผู้ชมที่เป็นผู้ชมกีฬาอย่างเดียวไม่ได้มีส่วนร่วมในการแสดงปฏิกิริยา และอารมณ์ไปกับนักกีฬาคด้วย

ค็อกซ์ (Cox, 2007) กล่าวว่า การแข่งขันกีฬาในบ้านมีความได้เปรียบอย่างไร สิ่งที่ต้องพิจารณาจุดนี้ได้ คือ การมีผู้ชมที่มีทั้งส่วนร่วมและให้การสนับสนุนนักกีฬาขณะแข่งขัน มีหลาย ๆ เหตุการณ์ที่ผู้ชมคอยให้การสนับสนุนและมีอารมณ์ร่วมไปกับนักกีฬา ซึ่งนำไปสู่ความได้เปรียบนั้น แต่ก็มีนักวิจัยบาง

คนกล่าวว่า การได้เปรียบในบ้านนั้นก็ไม่ได้เพิ่มระดับความสามารถของนักกีฬาแต่อย่างใดแม้จะมีผู้ชมคอยสนับสนุนอยู่ แต่แสดงความสามารถได้ต่ำกว่าทีมเยือน เป็นตัวอย่างของการไม่เสียเปรียบเมื่อเป็นทีมเยือน

การแข่งขันในบ้านเป็นข้อได้เปรียบเสมอหรือไม่ หรือจะมีผลแค่บางครั้งบางคราว เหตุผลหนึ่ง在那นั้น คือ ผู้ชมล้วนคาดหวังว่าทีมที่ตนรักจะสามารถชนะในบ้านได้ ซึ่งอาจเป็นแรงกดดันให้ต้องเล่นให้ดีขึ้น เหตุผลต่อมา อาจเป็นเพราะการได้ยินเสียงของผู้ชมที่ดังและคอยสนับสนุนที่สามารถเพิ่มความตื่นตัวของนักกีฬาซึ่งอาจถึงระดับที่เป็นผลให้ความสามารถลดลง การมีผู้ชมคอยให้การสนับสนุนอาจเปรียบได้ว่า เป็นการลดต้นทุนในการแข่งขันหรือมีชัยไปกว่าครึ่งแล้ว ดังนั้น นักกีฬาคควรจะนำแรงผลักดันมาใช้ให้เกิดประโยชน์ในการพัฒนาทักษะการเล่นของตนให้ดียิ่งขึ้นไป

3. ลักษณะของผู้ชม (Audience Characteristic)

ปัจจัยในด้านลักษณะของผู้ชมสามารถจำแนกได้ดังนี้

3.1 ขนาด ความคุ้นเคย และความหนาแน่นของผู้ชม (Crowd Size, Intimacy, and Density)

หลักฐานที่แสดงให้เห็นได้ชัดเจน คือ การแข่งขันกีฬาแบบอาชีพ ขนาดของผู้ชมทำให้เห็นความแตกต่างได้ชัดเจน แต่ปัจจัยที่สำคัญที่จะสร้างความได้เปรียบในบ้านมากกว่าขนาดของผู้ชมคือ ความคุ้นเคยกับผู้ชมและความหนาแน่นของผู้ชม

3.2 ความเป็นอริหรือการต่อต้านของผู้ชม (Crowd Hostility)

เป็นที่เข้าใจได้ง่ายว่า ผู้ชมที่เป็นมิตรและให้การสนับสนุนจะเป็นตัวช่วยทีมเจ้าบ้านได้มาก อย่างไรก็ตาม ก็พบรายงานว่าอิทธิพลของผู้ชมที่เป็นอริที่มีต่อความสามารถของนักกีฬาด้วยเช่นกัน โดย เกรียร์ (Greer, 1983) ได้อธิบายให้เห็นว่า หลังจากทดลองกลุ่มผู้ชมแบบต่อต้านหรือเป็นอริมีผลกระทบไปในทางลบต่อทีมเยือน นอกจากนี้ โจวเวตต์ และ ลาวาลลี (Jowett; & Lavallee) ได้กล่าวถึงงานวิจัยอีกหลายชิ้นที่ศึกษาเกี่ยวกับอิทธิพลต่ออารมณ์ความรู้สึกในการแสดงความสามารถทางกีฬา เช่น งานวิจัยของ แลร์ด (Laid, 1923) พบว่า การแสดงความสามารถทางทักษะลดลงเมื่ออยู่ต่อหน้าผู้ชม ที่ชัดที่สุดคืองานวิจัยของ ทราวีส (Travis, 1925) และ ดาชีลด์ (Dashiell, 1930) ที่ว่าความสามารถเพิ่มขึ้นด้วยการปรับรูปแบบของผู้ชม และสตรอสส์ (Strauss, 2002) ได้อธิบายว่า การที่มีผู้ชมหรือผู้อื่นอยู่ด้วยจะเป็นผลดีต่อการแสดงทักษะที่ง่าย ๆ แต่จะไปขัดขวางทักษะที่ต้องอาศัยความสัมพันธ์ของระบบประสาทและกล้ามเนื้อ (Coordination) จากการศึกษาข้างต้นทั้งหมดนี้ ทำให้เชื่อได้ว่า ผู้ชมเป็นปัจจัยที่ขาดไม่ได้ในการแข่งขันกีฬา เพราะการแสดงความสามารถทางกีฬามักจะแสดงต่อหน้าผู้ชมเสมอ

นอกจากขนาด ความคุ้นเคย ความหนาแน่น และพฤติกรรมของผู้ชมแล้ว ยังมีอีกประเด็นที่น่าสนใจ คือ การที่มีผู้ชมและไม่มีผู้ชมกีฬา โจวเวตต์ และ ลาวาลลี (Jowett; & Lavallee. 2007) กล่าวว่า มีการศึกษาทดลองเกี่ยวกับเหตุการณ์การแข่งขันกีฬาที่มีผู้ชมและไม่มีผู้ชม ของการแข่งขันบาสเกตบอลระดับมหาวิทยาลัย โดย มัวร์ และบริลลิงสกี (Moore; & Brylinsky. 1993) ได้ศึกษาเปรียบเทียบจากการแสดงความสามารถในการแข่งขัน เช่น คะแนนรวม จำนวนของการยิงประตู จำนวนการส่งลูกกินเปล่า ฯลฯ ของการแข่งขันที่มีผู้ชมกับไม่มีผู้ชม พบว่า ทีมที่แข่งขันโดยปราศจากผู้ชมมีพัฒนาการด้านความสามารถข้างต้น ทำให้เข้าใจได้ว่า ผู้ชมหรือคนดูเป็นส่วนหนึ่งที่มีผลต่อการแสดงความสามารถทางการกีฬา

4. คุณภาพของทีม (Team Quality)

จากรายงานข้างต้นทำให้ทราบและเข้าใจว่า ทีมเหย้าจะเกิดความสุขจากการแข่งขันในบ้านหรือความได้เปรียบเรื่องสนามแข่งเสมอ ๆ ปัจจัยที่มีส่วนในการที่ทำให้ได้เปรียบมากที่สุดคือการควบคุมคุณภาพของทีม ก็คือ ความหนาแน่นของผู้ชม และอัตราการแสดงทักษะได้ดีมีค่าสูง ดังนั้นการที่จะชนะในบ้านมักจะเกิดกับทีมที่คุณภาพทีมสูงมากกว่าทีมที่คุณภาพทีมต่ำ

5. การรับรู้ของตัวนักกีฬา (Player's Perception)

เป็นการตอบสนองของนักกีฬาต่อสิ่งแวดล้อม เช่น การได้แข่งที่สนามของตนเอง นักกีฬาเชื่อว่าเป็นสิ่งที่ได้เปรียบคู่เหนือต่อสู้ นอกจากนี้ ความคุ้นเคยต่อสนาม สถานที่ และการได้รับการสนับสนุนจากผู้ชมเป็นปัจจัยพื้นฐานที่จะกำหนดความได้เปรียบในบ้าน และนักกีฬายังเชื่ออีกว่า การเป็นเจ้าบ้านจะสร้างความมั่นใจในตนเอง (Self-Confidence) ได้มากกว่าการเป็นฝ่ายไปเยือน (Cox. 2007)

องค์ประกอบของผู้ชมต่อนักกีฬา

สุปราณี ขวัญบุญจันทร์ (2545) ยังได้อธิบายสรุปว่า องค์ประกอบของผู้ชมที่สำคัญในการที่จะทำให้ผลการแข่งขันเปลี่ยนแปลงไปได้มีดังต่อไปนี้

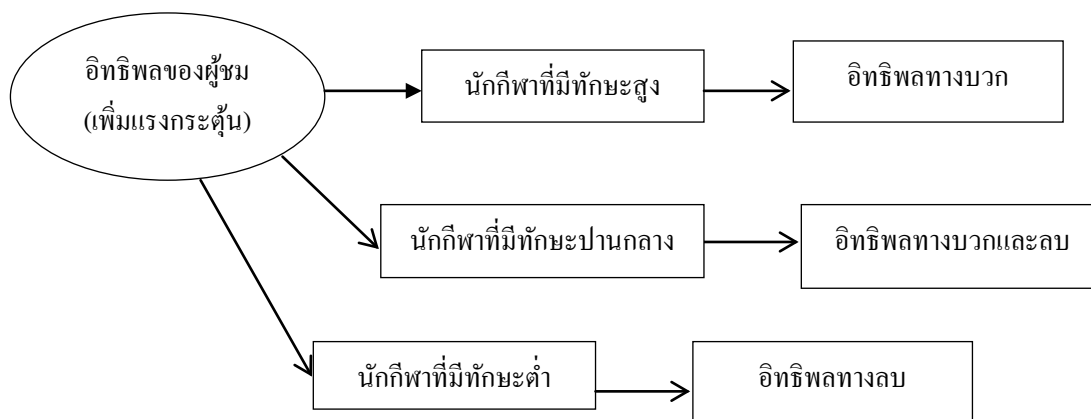
1. ความได้เปรียบเสียเปรียบในการแข่งขันนอกบ้านและในบ้าน การแข่งขันในบ้านย่อมทำให้นักกีฬาเกิดกำลังใจ มีพลังในการต่อสู้ เช่น ในการแข่งขันกีฬาซีเกมส์ครั้งที่ 18 ที่จังหวัดเชียงใหม่ นักกีฬาทีมชาติไทยทุกประเภทกีฬาได้รับความสนใจและกำลังใจอย่างมากจากผู้ชม จึงทำให้ผลการแข่งขันปรากฏออกมาอย่าง ดีมากและประสบความสำเร็จ
2. ขนาดของกลุ่มผู้ชม ความสัมพันธ์ระหว่างนักกีฬาและผู้ชม องค์ประกอบนี้มีความสำคัญมากต่อการแสดงความสามารถของนักกีฬาเช่นเดียวกัน เพราะจำนวนของผู้ชม และความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างผู้ชมกับนักกีฬาย่อมทำให้นักกีฬาเกิดพลัง และกำลังใจในการแข่งขัน

3. ลักษณะและอารมณ์ของผู้ชม ลักษณะของผู้ชมมีส่วนอย่างมากที่จะทำให้เกิดสิ่งที่ดีขึ้น หรือสิ่งที่ไม่ดีในสนาม ถ้าในสนามแข่งขันนักกีฬามีผู้ชมอารมณ์ร้อนจำนวนมากอาจจะมีผลกระทบต่อนักกีฬาแสดงความก้าวร้าวออกมามาก ซึ่งอาจทำให้นักกีฬาทั้งสองทีมแสดงอารมณ์รุนแรงต่อกัน หรือผู้ชมของทั้งสองทีมยกพวกทำร้ายซึ่งกันและกัน

ผลกระทบของผู้ชมต่อระดับของนักกีฬา

นอกจากพฤติกรรมทั้งสองด้านของผู้ชมที่มีต่อการตอบสนองทางด้านร่างกาย จิตใจ และอารมณ์ของนักกีฬาแล้ว ลักษณะเฉพาะอื่น ๆ ก็ส่งผลต่อนักกีฬาได้เช่นกัน อาทิเช่น จำนวนของผู้ชมในสนามย่อมมีอิทธิพลทั้งในด้านทางบวกและลบต่อการแสดงความสามารถของนักกีฬาไม่ว่าจะเป็นนักกีฬามือใหม่ หรือนักกีฬาที่มีประสบการณ์แล้วก็ตาม จำนวนของผู้ชมอาจสร้างความตื่นเต้น และความวิตกกังวลให้แก่ักกีฬา หรืออาจจะช่วยให้นักกีฬาเกิดอารมณ์ฮึกเหิม และต้องการแสดงความสามารถออกมาให้ดีที่สุดสมกับความตั้งใจของผู้ชมที่เข้ามาในสนาม

1. นักกีฬามือใหม่ต่อจำนวนผู้ชม จำนวนของผู้ชมมากจะมีผลลบต่อนักกีฬามือใหม่มาก เพราะนักกีฬามือใหม่ไม่สามารถจะควบคุมความตื่นเต้น และความวิตกกังวลในสนามแข่งขันได้
2. นักกีฬาระดับปานกลางต่อจำนวนของผู้ชม จำนวนของผู้ชมมากอาจมีอิทธิพลทั้งทางบวกและทางลบต่อการแสดงความสามารถของนักกีฬา ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสถานการณ์ของเกมการแข่งขันด้วยว่าเป็นการแข่งขันในระดับใด หรือการแข่งขันนั้นมีความสำคัญอย่างไร
3. นักกีฬามีประสบการณ์สูงต่อจำนวนของผู้ชม จำนวนของผู้ชมมากจะมีอิทธิพลทางบวกต่อการแสดงความสามารถของนักกีฬา เพราะนักกีฬามีประสบการณ์แล้วย่อมสามารถควบคุมความตื่นเต้น และความวิตกกังวลได้นอกจากนั้นจำนวนของผู้ชมมากยังจะเป็นแรงกระตุ้นทำให้นักกีฬาเกิดความรู้สึกฮึกเหิม และอาจจะได้รับชัยชนะ (สุปราณี ขวัญบุญจันทร์. 2545)



ภาพประกอบ 1 แสดงทฤษฎีแรงขับที่ใช้ทำนายอิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อการแสดงความสามารถ

ที่มา: (LeUnes & Nation. 2002; citing Cox. 1990).

อิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อความเครียดและความวิตกกังวลกับนักกีฬา

อิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อนักกีฬานั้นสามารถแบ่งได้เป็น 3 ด้าน คือ ด้านร่างกาย จิตใจและอารมณ์ และด้านพฤติกรรม ซึ่งการตอบสนองของนักกีฬาก็ขึ้นอยู่กับสิ่งที่มีมากระตุ้น หากนักกีฬาได้รับแรงกระตุ้นที่พอเหมาะก็จะเป็นการให้แรงเสริมกับนักกีฬาในการแสดงความสามารถ แต่ถ้าได้รับแรงกระตุ้นที่มากเกินไปหรือน้อยเกินไปก็จะไม่เป็นผลดีกับนักกีฬาเช่นกัน

พฤติกรรมในการชมกีฬาของผู้ชมก็เป็นตัวแปรที่กระตุ้นนักกีฬาที่สำคัญอย่างหนึ่ง เพราะการชมกีฬานั้น ผู้ชมก็ย่อมจะคาดหวังในการแสดงความสามารถของนักกีฬารวมถึงผลแพ้ชนะด้วยเช่นกัน ด้วยความคาดหวังนี้ อาจจะเป็นตัวกระตุ้นหนึ่งที่ส่งผลกับนักกีฬา และอาจจะเป็นได้ทั้งด้านบวกและด้านลบ และพฤติกรรมของผู้ชมจากฝ่ายตรงข้ามก็เป็นอีกตัวแปรหนึ่งที่ขาดไม่ได้ ย่อมมีการแสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ออกมาเพื่อเป็นการรบกวนหรือทำลายสมาธิของนักกีฬา ซึ่งพฤติกรรมของผู้ชมทั้ง 2 แบบนี้ อาจทำให้นักกีฬาเกิดความเครียดและความวิตกกังวลซึ่งสามารถส่งผลกระทบต่อความสามารถของนักกีฬาได้

ความเครียดและความวิตกกังวลกับนักกีฬา

กรมสุขภาพจิต (2540: 1) กล่าวว่า ความเครียด คือเหตุการณ์หรือสภาพใดก็ตามที่ก่อให้เกิดความลำบากใจ ความวิตกกังวลกับความสัมพันธ์กับคนบางคน ความวิตกกังวลกับความไม่แน่นอนของสถานการณ์ หรือเกิดความรู้สึกกลัวอันตรายกับเหตุการณ์ที่จะเกิดขึ้น

ชาญชัย อาจินสมาจาร (ชาญชัย อาจินสมาจาร. 2550; อ้างอิงจาก McGrath. 1970) ให้คำจำกัดความของความเครียดว่าเป็นการเกิดขึ้นเมื่อมีความสมดุลระหว่างความต้องการการรับรู้กับ

สมรรถนะการตอบสนองการรับรู้ของร่างกาย แต่จะต้องคาดการณ์ผลที่ตามมาว่าความล้มเหลวในการตอบสนองต่อความต้องการจะทำให้เกิดผลที่ตรงกันข้ามตามมา

พิชิต เมืองนาโพธิ์ (2542) กล่าวว่า ความเครียด คือ การตอบสนองของร่างกายต่อสิ่งเร้าหรือความจำเป็นในสถานการณ์ที่เกิดขึ้นต่อบุคคลหนึ่ง ความเครียดจะทำให้เกิดความวิตกกังวลและทำให้การแสดงความสามารถในการกีฬาตกลงก็ต่อเมื่อนักกีฬาค่า ดีความหมาย หรือเชื่อว่าเขาไม่สามารถฟันฝ่าอุปสรรคหรือสิ่งเร้านั้นไปได้

สุปราณี ขวัญบุญจันทร์ (2545) กล่าวว่า ความเครียด คือ การตอบสนองของร่างกายต่อสิ่งเร้าหรือความจำเป็นของสถานการณ์ที่เกิดขึ้นกับบุคคล ความเครียดทำให้เกิดความวิตกกังวล และทำให้ความสามารถของนักกีฬาลดลง

พนม เกตุมาน (2553) กล่าวว่า ความเครียด คือ ผลรวมของปฏิกิริยาตามธรรมชาติของมนุษย์ที่เกิดขึ้นเมื่อต้องเผชิญกับปัญหา การเปลี่ยนแปลง หรือสถานการณ์ต่างๆ ซึ่งเป็นสาเหตุของความเครียด ความเครียดที่เหมาะสมจะกระตุ้นให้เกิดการแก้ไข้ปัญหา เกิดการพัฒนาและสร้างสรรค์ แต่ความเครียดที่มากเกินไปจะเป็นผลเสียต่อร่างกายและจิตใจ

เบอร์ตัน และเรดีคค์ (Burton; & Raedeke. 2008) กล่าวว่า ความเครียด คือ ความไม่สมดุลระหว่างอุปสงค์ที่พวกเราให้ความเชื่อมั่น (อุปสงค์ด้านการแข่งขัน) พวกเรารับรู้ถึงความสามารถที่เกิดขึ้นจากอุปสงค์ที่ได้พบ (การควบคุมคน) ที่กระตุ้นความสนใจที่เกิดขึ้นนั้น

ซีเวิร์ด (Seaward. 2006) กล่าวว่า ความเครียด คือ การรับรู้ถึงสถานการณ์การคุกคามที่ส่งผลต่อสมรรถภาพทางจิตใจ สมรรถภาพทางร่างกาย หรือความปลอดภัยทางจิตวิญญาณ

ไวน์เบิร์ก และกูดส์ (Weinberg; & Gould. 2006) กล่าวว่า ความเครียด คือ ความไม่สมดุลอย่างรุนแรงของอุปสงค์ที่มีต่อความสามารถทางกายและทางจิตใจที่มีต่อบุคคลและความสามารถในการตอบสนองของบุคคลนั้นภายใต้เงื่อนไขว่า การไม่สามารถประสบความสำเร็จตามอุปสงค์นั้นจะมีผลสำคัญในภายหลัง

ดังนั้น จึงสรุปได้ว่า ความเครียดเป็นอาการที่ร่างกายและจิตใจมีการตอบสนองต่อสิ่งเร้า มีผลได้ทั้งทางบวกและทางลบ ขึ้นอยู่กับการรับรู้และตอบสนองของตัวนักกีฬา ซึ่งจะส่งผลต่อการแสดงความสามารถของตัวนักกีฬา และนักกีฬาควรมีระดับความเครียดที่เหมาะสมต่อการแสดงความสามารถ

ประเภทของความเครียดและความวิตกกังวล

สุปราณี ขวัญบุญจันทร์ (2545) กล่าวว่า ความวิตกกังวลมีอิทธิพลต่อการแสดงความสามารถของนักกีฬามาก ความวิตกกังวลแบ่งออกได้เป็น 2 แบบ คือ

1. ความเครียดทางบวก (Eustress) ความเครียดแบบนี้ถ้ามีระดับที่ไม่สูงมากไป จะช่วยให้นักกีฬาแสดงความสามารถทางการกีฬาดีขึ้น

2. ความเครียดทางลบ (Distress) ความเครียดแบบนี้ถ้ามีระดับสูงหรือต่ำมากเกินไปทำให้นักกีฬาแสดงความสามารถทางการกีฬาต่ำกว่ามาตรฐานเดิม

ซีเวิร์ด (Seaward, 2006) แบ่งความเครียดออกเป็น 5 แบบ คือ

1. ความเครียดดี (Eustress) คนที่เกิดความเครียดนั้นมีแรงจูงใจเฉพาะบุคคลที่จะนำไปสู่การแสดงความสามารถหรือสุขภาพที่เหมาะสม

2. นิวสเตรส (Neustress) ข้อมูลบางประเภทหรือการกระตุ้นระบบประสาทมีผลกระทบต่อสิ่งสำคัญเล็กน้อยหรือมีมีผลกระทบเลย และเป็นสิ่งที่ไม่ดีไม่แล้ว

3. ความเครียดที่ไม่ดี (Distress) ความเครียดที่ไม่ดีหรือให้ผลทางลบ เป็นการตีความว่าเกิดการคุกคามต่อความรู้สึกอย่างต่อเนื่องทำให้เกิดความกลัวหรือความโกรธ ความเครียดแบบนี้เกิดขึ้นง่ายมาก

4. ความเครียดเฉียบพลัน (Acute Stress) เป็นความเครียดที่เกิดขึ้นอย่างรุนแรง แต่มีระยะเวลาสั้น

5. ความเครียดเรื้อรัง (Chronic Stress) ความเครียดชนิดนี้จะไม่รุนแรงเท่าความเครียดสาเหตุ แต่จะสะสมและจะสะสมเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ

สาเหตุความเครียด

ความเครียดเกิดจากหลายปัจจัยซึ่งส่งผลต่อการแสดงความสามารถในการทำกิจกรรมทางกายหลากหลายรูปแบบแตกต่างกันไปตามแต่การกระตุ้นและการตอบสนองของแต่ละบุคคล ซึ่งมีสาเหตุความเครียดแตกต่างกันไป มีผู้เชี่ยวชาญอธิบายสาเหตุของความเครียดไว้ดังนี้

พิชิต เมืองนาโพธิ์ (2553) กล่าวว่า สาเหตุของความเครียดเกิดจากความตื่นตัว คือ ความรู้สึกอันเกิดจากการทำงานของร่างกายในการเตรียมพร้อมที่จะรับมือหรือเผชิญหน้ากับสถานการณ์ต่างๆ ความตื่นตัวต้องอยู่ในระดับที่พอดีในการที่จะแสดงความสามารถได้สูงที่สุด ถ้ามีระดับการตื่นตัวน้อยไปหรือระดับความตื่นตัวมากเกินไปแล้ว การแสดงความสามารถก็จะลดน้อยถอยลง ระดับความตื่นตัวนี้คล้ายคลึงกับระดับความเครียด คือ ถ้ามีน้อยไปจะทำให้เกิดความเบื่อหน่าย และถ้ามีมากไปก็จะทำให้เกิดความวิตกกังวลได้ ความสัมพันธ์ของระดับความตื่นตัวกับการแสดงความสามารถในการกีฬา ถ้าจะให้มีความตื่นตัวของการแสดงความสามารถที่ดีที่สุด จำเป็นอย่างยิ่งที่นักกีฬาจะต้องมีระดับความตื่นตัวในระดับที่พอดี การที่เราจะจำกัดความของคำว่าพอดีเป็นเรื่องยาก เพราะความพอดีของแต่ละบุคคลมีความแตกต่างกันไป แกรมความพอดีของแต่ละประเภทกีฬาก็ไม่เท่ากัน ในการหาระดับความตื่นตัวที่พอดีสำหรับนักกีฬาที่จะเข้าแข่งขันมีปัจจัยอยู่สองประการที่จะต้องทำความเข้าใจ ปัจจัยประการแรก คือ เรื่องของบุคลิกภาพนิสัยใจคอของนักกีฬาคนนั้น จะต้องถูกนำมาพิจารณาประกอบกับปัจจัยประการที่สอง คือ ลักษณะตามธรรมชาติของกีฬาประเภทที่นักกีฬาเล่นอยู่ นักกีฬาแต่ละคนจะมีคุณสมบัติที่

แตกต่างกัน บางคนตื่นตื้นง่าย บางคนตื่นตื้นยาก นักกีฬาบางคนต้องการสิ่งเร้าหรือระดับความตื่นตัวมากในการแข่งขัน ในขณะที่นักกีฬาบางคนต้องการสิ่งเร้าหรือระดับความตื่นตัวน้อยกว่า ลักษณะตามธรรมชาติของประเภทกีฬาที่เช่นเดียวกัน กีฬาบางชนิดต้องมีระดับความตื่นตัวมากจึงจะเล่นได้ดี ในขณะที่กีฬาบางชนิดต้องมีระดับความตื่นตัวน้อยกว่า สำหรับการพิจารณาระดับการตื่นตัวที่เหมาะสมนั้น จำเป็นต้องพิจารณาปัจจัยทั้งสองอย่างประกอบกันไป

คาร์ล ดาราส์คี้ (2553) กล่าวว่า สาเหตุของความเครียดทางการกีฬาเกิดจากองค์ประกอบต่างๆ ได้แก่ สิ่งแวดล้อม (Environment) การรับรู้ (Perceptions) และการตอบสนอง (Responses) โดยทั่วไปแล้วเมื่อนักกีฬาเกิดความเครียดจะหาสาเหตุและมักโทษสิ่งแวดล้อมซึ่งเกิดขึ้นโดยอัตโนมัติ การรับรู้มีความสำคัญต่อความเครียด ความเครียดไม่ใช่เกิดจากสิ่งแวดล้อมทั้งหมด แต่อยู่ที่นักกีฬารับรู้สิ่งแวดล้อมนั้นอย่างไร องค์ประกอบที่สามของความเครียด คือ การตอบสนองของบุคคลที่มีต่อสิ่งแวดล้อมต่อการกระตุ้น ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางด้านสรีรวิทยา จิตวิทยา และพฤติกรรมที่เกิดขึ้น เมื่อบุคคลเกิดความเครียด

ฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย (2553) กล่าวว่า ความวิตกกังวลเป็นความรู้สึกที่เราเป็นผู้ทำให้เกิดขึ้นเองด้วยการรับรู้ถึงสถานการณ์ต่างๆ การรับรู้ถึงสถานการณ์ต่างๆ นี้สร้างปัญหาให้กับตัวเองเสมอๆ สาเหตุของความวิตกกังวลทางด้านกีฬามีหลายประเภท ดังต่อไปนี้

1. การขาดความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง ความจริงแล้วสถานการณ์การแข่งขันอาจไม่ได้ก่อให้เกิดความวิตกกังวล แต่การคิดว่าตนเองจะแสดงความสามารถต่ำ ได้รับความพ่ายแพ้ต่างหากที่ก่อให้เกิดความวิตกกังวล การคิดในทางที่ไม่ดีเกี่ยวกับความสามารถของตนเองนี้จะบิดเบือนสถานการณ์ที่กำลังเผชิญอยู่

2. การเชื่อในความวิตกกังวล และคิดว่าตนเองจะต้องมีความวิตกกังวลเป็นอีกสาเหตุหนึ่ง นักกีฬาบางคนรู้สึกว่าคุณเองไม่กระตือรือร้น และพร้อมที่จะแข่งขันจนกว่าจะรับรู้ความวิตกกังวลที่เกิดขึ้นทั้งทางร่างกายและจิตใจ

3. ความสามารถที่แสดงออกในการแข่งขันที่ผ่านมามีต่ำกว่ามาตรฐานของตนเอง มีความรู้สึกกังวลว่าเหตุการณ์ทำนองนี้จะเกิดขึ้นอีกในการแข่งขันครั้งต่อไป ถ้านักกีฬาย้อนกลับไปคิดถึงความสำเร็จหรือพ่ายแพ้ที่เกิดขึ้นครั้งที่แล้ว และรู้สึกกังวลเกี่ยวกับเหตุการณ์นั้นอีกก็จะทำให้นักกีฬาผู้นั้นรู้สึกวิตกกังวล มากขึ้น

4. การเชื่อว่าคุณค่าของตนเองขึ้นอยู่กับการแข่งขัน ความคิดนี้จะก่อให้เกิดความวิตกกังวลอย่างสูง ความสำคัญของสถานการณ์การแข่งขันอาจจะบั่นทอนหรือทำลายการยอมรับนับถือจากบุคคลอื่น ดังนั้น ในการแข่งขันที่มีความสำคัญ เช่น การแข่งขันเพื่อประเทศชาติ นักกีฬาจะมีความวิตกกังวลสูงทั้งทางร่างกายและจิตใจ ทำให้การแสดงความสามารถต่ำกว่าที่คาดหวัง

5. ความพร้อมทางร่างกายของนักกีฬา เช่น มีสมรรถภาพทางร่างกายต่ำ ไม่สมบุรณ์อ่อนแอ

มีการบาดเจ็บที่ยังรักษาไม่หาย เป็นการบาดเจ็บเรื้อรัง ซึ่งมีผลต่อการเล่นกีฬา สาเหตุเหล่านี้ทำให้เกิดความวิตกกังวล

6. สภาพสิ่งแวดล้อม เป็นสิ่งหนึ่งที่ทำให้นักกีฬาเกิดความวิตกกังวล เช่น คนดูในสนาม สภาพของสนามดีเกินไป ไม่มีความปลอดภัยในการเล่น หรืออุปกรณ์การแข่งขันไม่คุ้นเคย ดังนั้น ในสภาพแบบนี้นักกีฬาก็จะมีความวิตกกังวลภายในจิตใจ ซึ่งมีผลต่อการแข่งขันได้ ความเครียดเกิดขึ้นเมื่ออุปสรรคระหว่างสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางจิตใจไม่สมดุลกันเกิดการตอบสนองต่อการแสดงความสามารถนั้น ภายใต้งैอนไขความลดน้อยถอยลงที่พบและให้ความสนใจต่อสิ่งนั้น

ขั้นที่ 1 สิ่งแวดล้อม เป็นขั้นแรกของกระบวนการความเครียด การประสบกับสถานการณ์เฉพาะบุคคลอาจจะให้ความสำคัญกับสมรรถภาพทางกายหรือสมรรถภาพทางจิตใจ นักเรียนเรียนวิชาพลศึกษาในกีฬาวอลเลย์บอลทักษะใหม่หน้าชั้นเรียน หรือเมื่อผู้ปกครองกดดันให้นักกีฬาสมัครเล่นชนะการแข่งขัน

ขั้นที่ 2 การรับรู้ เป็นขั้นที่สองของกระบวนการความเครียดเป็นการรับรู้เฉพาะบุคคลที่มีต่อสมรรถภาพทางกายหรือสมรรถภาพทางจิตใจ บุคคลที่รับรู้ในทางที่ไม่ถูกต้อง ตัวอย่างในการสอนชั้นมัธยมที่มีการเรียนวอลเลย์บอลทักษะใหม่ที่มีความแตกต่างกันทั้งหมด มายาอาจจะมีความสุข มีความสนใจหน้าชั้นเรียน ในขณะที่ไอซาฮาอาจจะรู้สึกว่าคุณคุกคาม แสดงว่าไอซาฮารับรู้ถึงความไม่สมดุลในสถานการณ์ของเขาเมื่อมีการนำเสนอหน้าชั้นเรียน ส่วนมายารับรู้ว่าสถานการณ์นั้นไม่มีความไม่สมดุล หรือรับรู้ว่าไม่มีการคุกคามเลย ระดับความวิตกกังวลเฉพาะบุคคลมีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อการรับรู้ของเขา ผู้ที่มีความวิตกกังวลเฉพาะบุคคลสูงมีแนวโน้มในการรับรู้ถึงการคุกคามมากกว่าผู้ที่มีความวิตกกังวลเฉพาะบุคคลต่ำ ความวิตกกังวลเฉพาะบุคคลมีอิทธิพลต่อขั้นที่สองของกระบวนการความเครียด

ขั้นที่ 3 การตอบสนอง เป็นขั้นที่สามของกระบวนการความเครียด เป็นการตอบสนองสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางจิตใจเฉพาะบุคคลที่มีต่อการรับรู้สถานการณ์ ถ้าการรับรู้ของบางคนที่มีต่อความไม่สมดุลเกิดการตอบสนองว่าคุณคุกคามความรู้สึก ทำให้เกิดความวิตกกังวลตามสถานการณ์เพิ่มขึ้น สรุปว่าจากความกังวลที่เพิ่มขึ้น (ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ทางใจ) ทำให้เกิดการกระตุ้นสมรรถภาพทางกายมากขึ้น (ความวิตกกังวลตามสถานการณ์ทางกาย) หรือเกิดขึ้นทั้งสองอย่าง การตอบสนองอื่นๆ ที่ตามมา เช่น เสียสมาธิ และกล้ามเนื้อเกิดความตึงเครียดเพิ่มขึ้น ตามมาด้วยความวิตกกังวลตามสถานการณ์ที่เพิ่มขึ้นด้วย

ขั้นที่ 4 พฤติกรรมภายหลัง ขั้นที่สี่เป็นพฤติกรรมที่แท้จริงของแต่ละบุคคลภายใต้ความเครียด ถ้านักเรียนรู้ว่าการเรียนวิชาวอลเลย์บอลเกิดความไม่สมดุลระหว่างความสามารถทางสมรรถภาพทางกายและสมรรถภาพทางจิตใจ การที่เกิดความรู้สึกวิตกกังวลตามสถานการณ์เพิ่มขึ้น ทำ

ให้ความสามารถลดน้อยถอยลงจริงหรือ หรือความวิตกกังวลตามสถานการณ์ที่เพิ่มขึ้นทำให้เกิดความพยายามเพิ่มขึ้น ดังนั้นควรเปลี่ยนแปลงความสามารถใช้ใหม่ ขึ้นสุดท้ายของกระบวนการความเครียดส่งผลถึงขั้นที่ 1 ถ้านักเรียนถูกคุกคามมากเกินไปและเกิดความรู้สึกแย่เมื่อออกมาหน้าชั้นเรียน เมื่อเด็กนักเรียนคนอื่นๆ หัวเราะ เด็กนักเรียนจะประเมินค่าสังคมในด้านลบ เกิดความรู้สึกแย่เพิ่มขึ้นอีก (ขั้นที่ 1) เกิดกระบวนการความเครียดเป็นวงจรต่อเนื่องกัน (ไวน์เบิร์ก และกูลด์. 2006)

โดยสรุปแล้ว อิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อการแสดงความสามารถของนักกีฬานั้นสามารถเกิดขึ้นได้ทั้งทางบวกและทางลบหรืออาจจะไม่เกิดขึ้นเลย และผู้ชมยังมีผลกระทบกับนักกีฬาในลักษณะของการสร้างแรงกดดัน ความคาดหวังในผลการแข่งขันหรือชัยชนะของนักกีฬา ซึ่งเป็นการสร้างแรงกดดันให้กับนักกีฬา อาจจะทำให้ให้นักกีฬาเกิดความวิตกกังวลและความเครียดได้ แต่ทั้งนี้ ก็ขึ้นอยู่กับความรู้และการตอบสนองของตัวนักกีฬาแต่ละคนต่อสิ่งกระตุ้นว่าจะส่งผลต่อการแสดงความสามารถทางกีฬาไปในทิศทางใด

ทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาอิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อการแสดงความสามารถทางกีฬานั้น มีปัจจัยอยู่หลายอย่างที่มีส่วนเกี่ยวข้องต่อการแสดงออกทางพฤติกรรมของผู้ชมทางกีฬา รวมถึงผลลัพธ์ของการการแสดงความสามารถของนักกีฬา เมื่อได้รับการกระตุ้นจากสิ่งแวดล้อม ซึ่งในที่นี้ก็คือ ผู้ชม มีทฤษฎีที่เกี่ยวข้องและอธิบายถึงความสัมพันธ์ของผู้ชมกับนักกีฬา ดังต่อไปนี้

ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Bandura's Social Learning Theory) และทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม (Bandura's Social cognitive Theory) ของแบนดูรา

ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมของแบนดูรา (Bandura's Social Learning Theory, 1977) เป็นทฤษฎีที่กล่าวถึงการเรียนรู้ทางสังคมที่เรียนรู้จากผู้อื่นผ่านทาง การสังเกต การเลียนแบบและการสร้างแบบจำลอง โดยเรียกว่า เป็นสะพานเชื่อมระหว่างพฤติกรรมของบุคคลและองค์ความรู้ของทฤษฎีการเรียนรู้ เพราะเป็นสิ่งที่ครอบคลุมถึงความสนใจ ความจำ และแรงจูงใจของบุคคล

ผู้คนเรียนรู้ผ่านการสังเกตจากผู้อื่นในด้าน พฤติกรรม ทักษะ และผลของพฤติกรรมเหล่านั้น พฤติกรรมของมนุษย์ส่วนใหญ่จะเรียนรู้ผ่านการสร้างแบบจำลองจากการสังเกตการณ์ ซึ่งการสังเกตจากคนอื่น เป็นหนึ่งในรูปแบบทางความคิดในการสร้างพฤติกรรมใหม่ที่แสดงออกมา และจะเกิดขึ้นในภายหลัง ข้อมูลรหัสทำหน้าที่เป็นคู่มือสำหรับการกระทำ. (Bandura, 1977) ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมจะอธิบายพฤติกรรมของมนุษย์ในแง่ของการมีปฏิสัมพันธ์ซึ่งกันและกันอย่างต่อเนื่อง ระหว่างความรู้ ความเข้าใจ พฤติกรรม และอิทธิพลของสิ่งแวดล้อม (Learning Theories Knowledgebase, 2012)

เงื่อนไขที่จำเป็นต่อการสร้างแบบจำลองที่มีประสิทธิภาพ

1. การใส่ใจ (Attention) มีปัจจัยอยู่หลายปัจจัยที่สามารถเพิ่มหรือลดปริมาณการให้ความสนใจ ประกอบด้วย ความพิเศษเฉพาะ, ปริมาณของอารมณ์ความรู้สึก, ความแพร่หลาย, ความซับซ้อน, คุณค่าของการทำงาน ซึ่งหนึ่งในลักษณะ เช่น สมรรถภาพทางประสาทสัมผัส ระดับการกระตุ้นทางอารมณ์ การกำหนดการรับรู้ แรงเสริมจากเหตุการณ์ในอดีต เป็นต้น สามารถส่งผลกระทบต่อความสนใจได้ ซึ่งกระบวนการนี้เป็นส่วนที่สำคัญในการเลียนแบบ บุคคลจะไม่เกิดการเรียนรู้หากขาดความใส่ใจ และขาดการรับรู้พฤติกรรมที่แม่แบบแสดงออก กระบวนการใส่ใจจะเป็นตัวกำหนดว่าบุคคลจะสังเกตเห็นอะไรจากตัวแบบนั้น องค์ประกอบที่มีผลต่อกระบวนการใส่ใจแบ่งออกได้เป็น 2 องค์ประกอบด้วยกันคือ องค์ประกอบของตัวแบบเอง พบว่าตัวแบบที่มีบุคคลมีความตั้งใจจะสังเกตเห็นต้องเป็นตัวแบบที่มีลักษณะเด่นชัด เป็นตัวแบบที่ทำให้ผู้สังเกตเห็นเกิดความพึงพอใจ มีความดึงดูดใจสูง มีความซ้ำซ้อนของพฤติกรรมน้อย จะมีโอกาสทำให้ผู้สังเกตเห็นได้มาก จิตใจรวมทั้งพฤติกรรมของตัวแบบที่แสดงออกนั้นควรมีคุณค่าในการใช้ประโยชน์อีกด้วย นอกจากนี้ถ้าพฤติกรรม กิจกรรม และลักษณะของตัวแบบมีความสำคัญใกล้เคียงและเกี่ยวข้องกับผู้สังเกตเห็นพฤติกรรมที่ตัวแบบแสดงออกมีประโยชน์ต่อผู้สังเกตและโน้มน้าวจิตใจของผู้สังเกตให้ใส่ใจได้มาก ลักษณะของผู้สังเกต กระบวนการนี้จะขึ้นอยู่กับความสามารถในการสังเกต การรับรู้ ซึ่งรวมถึงการเห็น การได้ยิน การรับรู้รส กลิ่น และสัมผัส จุดของการรับรู้ การรวบรวม และตีความจากพฤติกรรมของตัวแบบ รวมทั้งการมีความตื่นตัวและสนใจในพฤติกรรมขอตัวแบบ ความสามารถทางปัญญา ระดับของการตื่นตัว และความชอบที่เคยได้เรียนรู้มาก่อน เป็นกระบวนการที่สำคัญในการเลียนแบบ บุคคลจะไม่เกิดการเรียนรู้หากขาดความใส่ใจ และขาดการรับรู้พฤติกรรมที่ตัวแบบแสดงออก สิ่งที่มีอิทธิพลต่อกระบวนการนี้คือ ลักษณะของตัวแบบ ตัวแบบที่มีความเด่นชัดจดจำง่าย มีความดึงดูดใจสูง มีความซ้ำซ้อนของพฤติกรรมน้อย จะมีโอกาสทำให้ผู้สังเกตเห็นได้มาก

2. การเก็บจำ (Retention) เป็นกระบวนการที่ผู้สังเกตรวบรวมข้อมูลรูปแบบพฤติกรรมของแม่แบบที่สังเกตเห็นแต่ละครั้ง แล้วนำมาวางรูปแบบของพฤติกรรมที่เด่นชัดในรูปสัญลักษณ์ (Symbolic Coding) แทน กิจกรรมที่เลียนแบบ การเก็บจำในรูปสัญลักษณ์กระทำใน 2 ลักษณะ คือ การประมวลไว้ในลักษณะของมโนภาพ (Imaginal Coding) และในลักษณะของภาษา (Verbal Coding) การเก็บจำในรูปมโนภาพจะง่ายเมื่อมีสิ่งเร้า(แม่แบบ) มาแสดงให้เห็นบ่อยๆ ส่วนการเก็บจำในรูปภาษา พัฒนาหลังจากมีมโนภาพและช่วยให้การเรียนรู้ประสบผลสำเร็จยิ่งขึ้น ดังนั้นการเลียนแบบจึงอาจเกิดขึ้นตามการกระทำของแม่แบบโดยตรงทันที หรืออาจเกิดขึ้นหลังจากการสังเกตแม่แบบมาแล้วระยะหนึ่ง

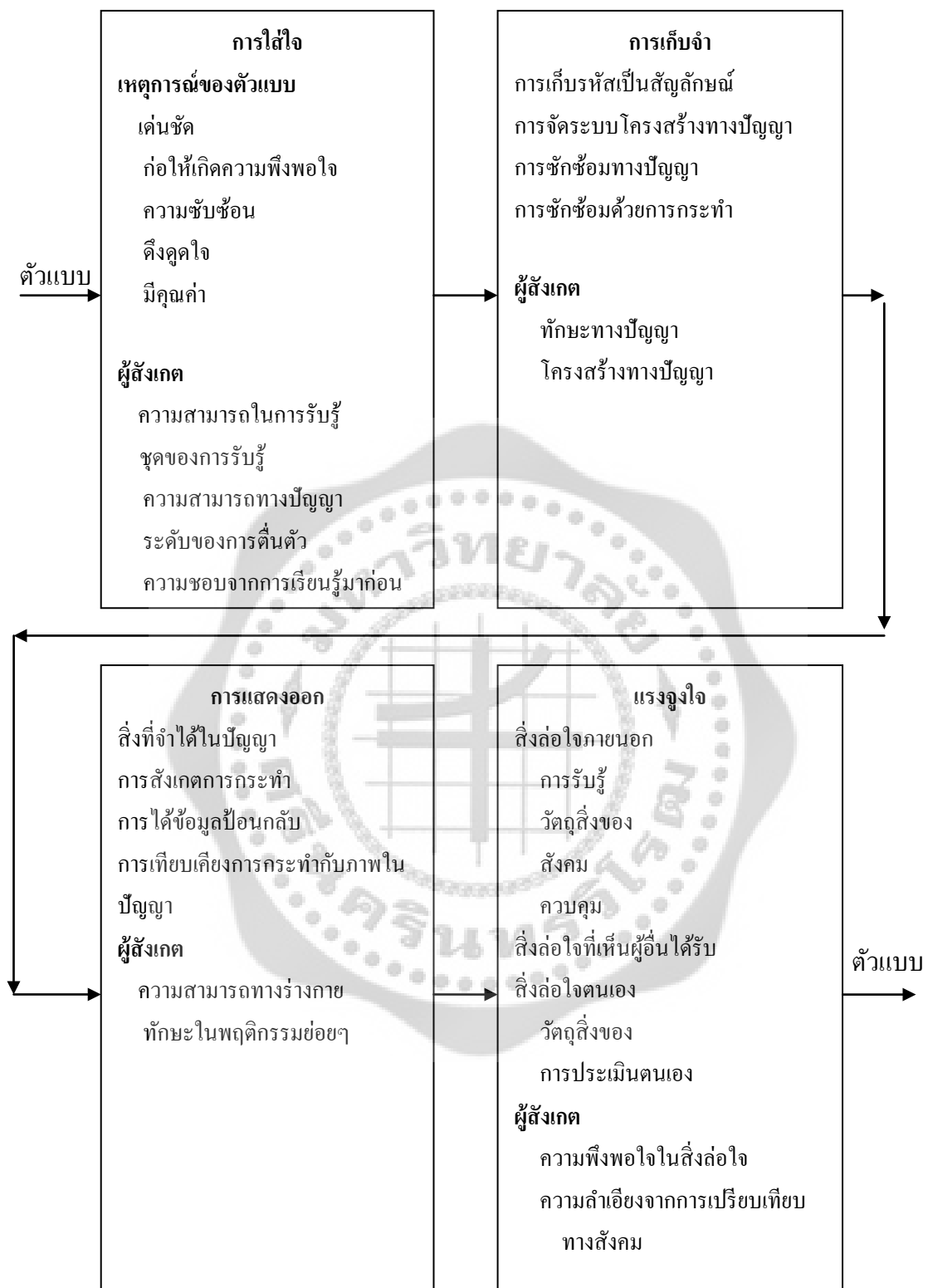
3. การแสดงออก (Reproduction) เป็นกระบวนการที่ผู้สังเกตเปลี่ยนสัญลักษณ์ของการเก็บจำการสังเกตจากตัวแบบในรูปของความจำมาเป็นการกระทำหรือการแสดงออกที่เหมาะสม โดยการใช้กลไกของความคิด ผู้สังเกตจะแสดงพฤติกรรมได้ครบตามที่สังเกตจากตัวแบบหรือไม่นั้นขึ้นอยู่กับ

ระดับความคิด และความซับซ้อนของพฤติกรรม การคัดแปลงสัญลักษณ์ให้มาเป็นการกระทำที่เหมาะสมนั้นทำได้ยากมากในระยะแรก แต่เมื่อทราบตัวข้อบกพร่องระหว่างสัญลักษณ์กับการคัดแปลงให้เป็นพฤติกรรมจะช่วยให้การกระทำตามแม่แบบในคราวต่อไปถูกต้องมากยิ่งขึ้น

4. แรงจูงใจ (Motivation) มีเหตุผลที่ดีที่จะเลียนแบบที่ประกอบด้วย แรงจูงใจที่เกิดจากอดีตที่ผ่านมา (พฤติกรรมของประเพณีดั้งเดิม), สัญญา (แรงจูงใจจากการจินตนาการ) และการทดแทน (การเห็นและนึกถึงรูปแบบของการเสริมแรง) เพราะบุคคลไม่สามารถจะกระทำตามแม่แบบได้ทั้งหมด จึงมีการประเมินคุณค่าของพฤติกรรมจากแม่แบบโดยการสังเกต ซึ่งเป็นการรับเอาสิ่งที่ตนพึงพอใจไว้ และไม่ยอมรับสิ่งที่ตนไม่เห็นด้วย ซึ่งพฤติกรรมเลียนแบบที่สมบูรณ์จะเกิดขึ้นได้ด้วยการจัดวางรูปแบบขององค์ประกอบในการเรียนรู้จากแม่แบบอย่างเหมาะสม โดยกระตุ้นให้ผู้สังเกตใส่ใจกับแม่แบบอย่างจริงจังจนสามารถจดจำและนำมาสร้างสัญลักษณ์แทนกิจกรรมที่เลียนแบบ และนำออกมาใช้ได้เหมาะสมในภายหลัง (วิจิตพาศน์ เจริญขวัญ, 2551; อ้างอิงจาก Bandura, 1977)

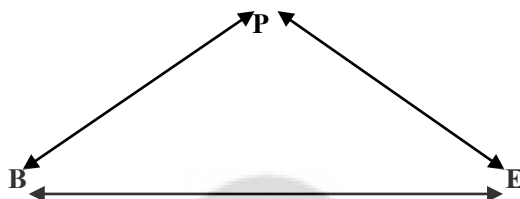
แบนดูรา เชื่อในเรื่องของ "การกำหนดการแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน" นั่นคือ โลกและพฤติกรรมของบุคคลทำให้เกิดพฤติกรรมในผู้อื่น พฤติกรรมนั้นเป็นสภาพตามธรรมชาติอย่างหนึ่งที่สภาพแวดล้อมหนึ่งๆ ทำให้เกิดพฤติกรรมของบุคคลหนึ่ง Bandura ได้ทำการศึกษาความก้าวร้าวของวัยรุ่นซึ่งเป็นสิ่งที่พบได้ง่าย และได้อธิบายเพิ่มเติมว่า พฤติกรรมเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดสภาพแวดล้อมได้ อย่างดีเช่นกัน ต่อมา แบนดูรา ได้พิจารณาว่า บุคลิกภาพเป็นสิ่งที่มีความเกี่ยวข้องกับระหว่งสามองค์ประกอบ ได้แก่ สภาพแวดล้อม พฤติกรรม และหนึ่งในกระบวนการทางด้านจิตใจ (ได้แก่ ด้านความสามารถในการสร้างความบันเทิงทางภาพในจิตใจของคน และในของด้านภาษา) ซึ่งทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม บางครั้งเรียกว่า สะพานเชื่อมระหว่าง พฤติกรรม และทฤษฎีการเรียนรู้องค์ความรู้ เพราะมันครอบคลุมถึงความสนใจ ความจำ และแรงจูงใจ นั่นเอง (Learning Theories Knowledgebase, 2012)

จนช่วงกลางทศวรรษ 1980 แบนดูราได้ขยายแนวคิดของทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory) ให้กว้างขึ้น และพัฒนาโดยใช้ชื่อใหม่ว่า ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม (Social Cognitive Theory) ภายใต้นี้หนังสือ Social Foundations of Thought and Action ที่แบนดูราเป็นผู้เขียนในปี 1986 ซึ่งทฤษฎีนี้มีปัจจัยหลักคือ กระบวนการทางปัญญาความคิด เลียนแบบ ตีกรอบของตนเอง และรู้จักมองตนเอง และทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมยังใช้แนวคิดเกี่ยวกับ Agentic Perspective ที่เชื่อว่ามนุษย์เป็นสิ่งมีชีวิตที่มีการจัดระเบียบตนเอง เป็นผู้แสวงหา รู้จักมองตนเอง รวมทั้งควบคุมตนเองได้ ไม่ใช่แค่สิ่งมีชีวิตที่คอยตอบสนองสิ่งเร้าใจสิ่งแวดล้อม หรือทำอะไรตามใจ ตามอารมณ์ การกระทำของมนุษย์คือผลพวงของพลวัตระหว่างปัจจัยทางสิ่งแวดล้อม พฤติกรรมและตัวบุคคล ซึ่งมีการแลกเปลี่ยนระหว่างกัน มนุษย์เราเป็นผู้สร้างและผลผลิตของสิ่งแวดล้อม (วิจิตพาศน์ เจริญขวัญ, 2551; อ้างอิงจาก Bandura, 1977)



ภาพประกอบ 2 แสดงกระบวนการของการเรียนรู้จากการสังเกต

ตามแนวคิดพื้นฐานของทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมของเบนคูรานี้ เขามีความเชื่อว่า พฤติกรรมของคนเรานั้น ไม่ได้เกิดขึ้นและเปลี่ยนแปลงไปเนื่องจากปัจจัยทางสภาพแวดล้อมแต่เพียงอย่างเดียว หากแต่จะต้องมีปัจจัยส่วนบุคคล (ปัญญา ชีวภาพ และสิ่งภายในอื่นๆ) ร่วมด้วย และการร่วมของปัจจัยส่วนบุคคลนั้นจะต้องร่วมกันในลักษณะที่กำหนดซึ่งกันและกัน (Reciprocal Determinism) กับปัจจัยด้านพฤติกรรมและสภาพแวดล้อม ซึ่งอาจเขียนได้ดังภาพต่อไปนี้



ภาพประกอบ 3 แสดงปัจจัยด้านพฤติกรรมและสภาพแวดล้อม

การกำหนดซึ่งกันและกันของปัจจัยทางพฤติกรรม (B) สภาพแวดล้อม (E) และส่วนบุคคล (P) ซึ่งได้แก่ ปัญญา ชีวภาพ และสิ่งภายในอื่นๆ ที่มีผลต่อการเรียนรู้และการกระทำ

การที่ปัจจัยทั้ง 3 ทำหน้าที่กำหนดซึ่งกันและกันนั้น ก็ได้ไม่ได้หมายความว่าทั้งสามปัจจัยนั้นจะมีอิทธิพลในการกำหนดซึ่งกันและกันอย่างเท่าเทียมกัน บางปัจจัยอาจมีอิทธิพลมากกว่าอีกบางปัจจัย และอิทธิพลของปัจจัยทั้งสามนั้น ไม่ได้เกิดขึ้นพร้อมๆ กัน หากแต่ต้องอาศัยเวลาในการที่ปัจจัยใดปัจจัยหนึ่งจะมีผลต่อการกำหนดปัจจัยอื่นๆ

หากจะพิจารณาปัจจัยที่กำหนดซึ่งกันและกันที่ละคู่ คู่แรกระหว่าง $P \longleftrightarrow B$ ซึ่งจะแสดงให้เห็นถึงการปฏิสัมพันธ์ระหว่างความคิด ความรู้สึก และการกระทำ ความคาดหวัง ความเชื่อ การรับรู้เกี่ยวกับตนเอง เป้าหมาย และความตั้งใจ ซึ่งปัจจัยดังกล่าวกำหนดลักษณะและทิศทางของพฤติกรรม สิ่งที่บุคคลคิด เชื่อ และรู้สึก จะกำหนดว่าบุคคลจะแสดงพฤติกรรมเช่นใด ในขณะที่เดียวกันการกระทำของบุคคลก็เป็นส่วนหนึ่งในการกำหนดลักษณะการคิดและการตอบสนองทางอารมณ์ของเขา ลักษณะของร่างกายและระบบการรับรู้ และระบบของประสาทที่มีผลต่อพฤติกรรม และศักยภาพของบุคคล เช่นเดียวกับระบบการรับรู้และโครงสร้างของสมองก็ปรับเปลี่ยนได้โดยประสบการณ์ทางพฤติกรรมเช่นกัน

การกำหนดซึ่งกันและกันของ $E \longleftrightarrow P$ เป็นการปฏิสัมพันธ์ระหว่างลักษณะของบุคคลและสภาพแวดล้อม ความคาดหวัง ความเชื่อ อารมณ์ และความสามารถทางปัญญาของบุคคลนั้นจะพัฒนาและเปลี่ยนแปลงโดยอิทธิพลทางสังคมที่ให้อาหารและกระตุ้นการตอบสนองทางอารมณ์โดยการผ่านตัวแบบการสอนและการชักจูงทางสังคม ขณะเดียวกันบุคคลจะกระตุ้นปฏิกิริยาตอบสนองที่แตกต่างกันจากสภาพแวดล้อมทางสังคมที่เขาอาศัยอยู่จากลักษณะทางกายภาพของเขา เช่น อายุ ขนาดร่างกาย เชื่อ

ชาติ เพศ และความน่าสนใจของร่างกายที่ค่อนข้างจะแยกออกจากสิ่งที่เขาพูดและกระทำ นอกจากนี้การตอบสนองนั้นยังขึ้นอยู่กับบทบาทและสถานภาพทางสังคมของเขอีกด้วย เช่น เด็กที่ถูกมองว่าเป็นเด็กก้าวร้าวจะกระตุ้นให้เพื่อนมีปฏิกริยาตอบสนองที่แตกต่างไปจากเด็กที่ถูกมองว่าไม่กล้าแสดงออก เป็นต้น ดังนั้น อาจกล่าวได้ว่าสถานภาพทางสังคมของเขาและลักษณะที่ปรากฏนั้น สามารถมีผลต่อสภาพแวดล้อมทางสังคมก่อนที่จะเขาจะพูดหรือกระทำสิ่งใดนั่นเอง

การกำหนดซึ่งกันและกันของ $B \longleftrightarrow E$ เป็นการปฏิสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมและสภาพแวดล้อมในชีวิตประจำวันของคนเรา พฤติกรรมเปลี่ยนเงื่อนไขของสภาพแวดล้อม ในขณะที่เดียวกันเงื่อนไขของสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไปนั้นก็ทำให้พฤติกรรมถูกเปลี่ยนไปด้วย สภาพแวดล้อมจะไม่มีอิทธิพลใดๆ ต่อตัวบุคคล จนกว่าจะมีพฤติกรรมบางอย่างเกิดขึ้น เช่น ครูผู้สอนจะไม่มีอิทธิพลต่อเด็กจนกว่าเด็กจะเข้าเรียน ผู้ปกครองจะไม่ชมเด็กถ้าเด็กยังไม่แสดงพฤติกรรมที่จะให้ชื่นชม เป็นต้น เนื่องจากทั้งพฤติกรรมและสภาพแวดล้อมมีอิทธิพลต่อกันและกัน ดังนั้นบุคคลจึงเป็นทั้งผู้ก่อให้เกิดและเป็นทั้งผลผลิตของสภาพแวดล้อม การมีผลซึ่งกันและกันนี้ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงมุมมองของกระบวนการถ่ายทอดทางสังคม จากเดิมซึ่งมองว่าผู้ปกครองมีอิทธิพลต่อเด็กเช่นใด มาเป็นทั้งผู้ปกครองและเด็กมีอิทธิพลต่อกันและกันเช่นใดแทน

นอกจากจะเสนอปัจจัยทั้ง 3 ที่กำหนดซึ่งกันและกันแล้ว แบนดูรายังได้ขยายแนวความคิดของการเสริมแรงออกไปอีก โดยกล่าวว่าการเสริมแรงมิได้ทำหน้าที่เพียงแต่ทำให้พฤติกรรมเพิ่มขึ้นเท่านั้น หากแต่อาจมีหน้าที่อื่นๆ อีก ซึ่งเขาบอกว่าการเสริมแรงนั้นทำหน้าที่ 3 ประการด้วยกัน คือ

1. ทำหน้าที่เป็นข้อมูลให้บุคคลรู้ว่าควรจะทำพฤติกรรมอะไรในสภาพการณ์ใดในอนาคต เพราะการเสริมแรงด้วยตัวของมันเองจะไม่ทำให้พฤติกรรมของบุคคลเพิ่มขึ้นแม้ว่าบุคคลนั้นจะเคยได้รับการเสริมแรงมาก่อนแล้วก็ตาม ถ้าเขามีความเชื่อจากข้อมูลอื่นๆ ว่าการแสดงพฤติกรรมในลักษณะเดียวกันนั้นจะไม่ได้รับการเสริมแรงในอนาคต

2. ทำหน้าที่เป็นสิ่งจูงใจเนื่องจากประสบการณ์ในอดีตทำให้บุคคลเกิดความคาดหวังว่าการกระทำบางอย่างจะทำให้ได้รับการเสริมแรง การที่บุคคลคาดหวังถึงผลกรรมที่จะเกิดขึ้นในอนาคตนี้จะกลายเป็นแรงจูงใจต่อพฤติกรรมที่จะกระทำในปัจจุบันทำให้บุคคลเพิ่ม โอกาสที่จะแสดงพฤติกรรมดังกล่าวขึ้นในเวลาต่อๆ มา

3. ทำหน้าที่เป็นตัวเสริมแรง นั่นคือเพิ่มความถี่ของพฤติกรรม แต่ว่าการเพิ่มความถี่ของพฤติกรรมได้ดีขึ้น บุคคลจะต้องตระหนักถึงการที่จะได้รับการเสริมแรงนั้นด้วย

การเสริมแรงอาจจะมีประสิทธิภาพในการกำกับพฤติกรรมของบุคคลที่เคยเรียนรู้มาแล้ว แต่ค่อนข้างจะไม่มีประสิทธิภาพในการทำให้บุคคลเกิดการเรียนรู้ และเป็นการยากที่บุคคลจะเกิดการเรียนรู้ในธรรมชาติโดยไม่ได้เห็นผู้อื่นแสดงพฤติกรรมมาก่อน ด้วยเหตุนี้ ดร.แบนดูรายจึงมีความเชื่อว่า

คนเราส่วนใหญ่จำเป็นต้องผ่านการเรียนรู้โดยการสังเกตพฤติกรรมจากผู้อื่นมาแทบทั้งสิ้น (วิจิตพาศน์ เจริญขวัญ. 2551; อ้างอิงจาก Bandura. 1986)

ตอนที่ 2 องค์ประกอบสำคัญของนักกีฬาในการแสดงความสามารถทางกีฬาสูงสุด

การพัฒนาความสามารถให้ได้สูงที่สุด ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบที่สำคัญ 3 ประการที่สัมพันธ์กัน หากขาดตัวหนึ่งตัวใดไป จะทำให้การแสดงความสามารถของนักกีฬาเป็นไปได้อย่างไม่เต็มที่ ซึ่งมีองค์ประกอบดังต่อไปนี้

1. สมรรถภาพทางกายและทักษะ (Physical Fitness and Sport Skills) เป็นองค์ประกอบที่มีความสำคัญและจำเป็นที่สุด ในการพัฒนาความสามารถในการเล่นให้ได้ดีที่สุด ซึ่งประกอบด้วย

1.1 สัดส่วนและรูปร่างที่เหมาะสมกับชนิดกีฬาหรือตำแหน่งการเล่น

1.2 สมรรถภาพทางกาย ที่รวมทั้งสมรรถภาพทางกายทั่วไปและที่เฉพาะสำหรับแต่ละชนิดกีฬาหรือตำแหน่งการเล่น และลักษณะของกล้ามเนื้อหรือรูปร่างเฉพาะกีฬาด้วย

1.3 ทักษะกีฬาเป็นความสามารถและประสบการณ์ที่รวมไว้ทั้งวิธี (Technique) และกลยุทธ์ (Tactic)

2. องค์ประกอบทางจิตใจ (Mental) หมายถึง แรงจูงใจระยะยาว ความเชื่อมั่น ความคิด ความพยายาม อารมณ์ ซึ่งเรียกรวมว่า การมีสมรรถภาพทางจิตที่แข็งแกร่งหรือที่เรียกว่า ใจสู้ (Mental Toughness) ซึ่งประกอบด้วยความรู้สึกรู้ตัว (Self-awareness) และความสามารถในการควบคุมตนเอง หรือเรียกอีกอย่างว่า การมีวินัยทางใจ (Mental Discipline) ทั้งในการฝึกซ้อมและการแข่งขันที่มีความกดดันสูงตลอดชีวิตการเป็นนักกีฬา ความสามารถทางกาย ทั้งสมรรถภาพทางกายและทักษะกีฬา สามารถพัฒนาได้จากการฝึกซ้อมจนเกิดเป็นการเรียนรู้เกิน (Overlearning) จนเป็นอัตโนมัติต่อเนื่อง และมีระบบการฝึกซ้อมเป็นสิ่งจำเป็นที่สุด รวมทั้งการเรียนรู้จากประสบการณ์ การเลียนแบบจากต้นแบบแล้วจัดปรับ พัฒนาจากการปฏิบัติจริงจนกลายเป็นความสามารถของนักกีฬาคนนั้น ความสามารถทางกายเป็นสิ่งจำเป็นที่สุดต่อนักกีฬาระดับเริ่มต้น แต่เมื่อความสามารถได้รับการพัฒนามากขึ้น ความสามารถในการควบคุมจิตใจ ความคิด และอารมณ์ที่เรียกว่า สมรรถภาพหรือทักษะทางจิต ต้องได้รับการฝึกและพัฒนาเพิ่มขึ้นเป็นสัดส่วนกับการฝึกทางกาย

แม้ว่าการพัฒนาความสามารถทางกายจนเต็มศักยภาพของนักกีฬาจะมีความสำคัญและจำเป็นที่สุด แต่การนำความสามารถและศักยภาพนั้นมาแสดงหรือแข่งขันได้อย่างมีประสิทธิภาพนั้นมีความจำเป็นมากกว่า ความสามารถทางจิตเป็นปัจจัยที่สำคัญในการควบคุมความคิด อารมณ์ ความรู้สึกรับรู้ตนเองในด้านต่าง ๆ ทำให้สามารถควบคุมการเล่นหรือแข่งขันทางกายได้อย่างเต็มศักยภาพที่แท้จริงหรือมากกว่า

3. องค์ประกอบทางสิ่งแวดล้อม (Situation / Environmental Factor) ที่มีผลต่อการพัฒนาความสามารถทางกายของนักกีฬา ประกอบด้วย

3.1 องค์ประกอบทางสังคมและสิ่งที่เกี่ยวข้องในการพัฒนาความสามารถในการเล่นกีฬา เช่น การให้ความช่วยเหลือในการฝึกซ้อม เช่น อุปกรณ์ สนาม เครื่องแต่งกาย เงินสนับสนุน และเครื่องอำนวยความสะดวกอื่น ๆ

3.2 องค์ประกอบทางบุคคลที่เกี่ยวข้องกับความสามารถในการเล่นกีฬาของนักกีฬา เช่น บุคคลที่ใกล้ชิดกับนักกีฬา คู่ครอง หากเป็นนักกีฬาเด็กรวมถึงพ่อแม่ด้วย และในองค์กรกีฬา เช่น ผู้จัดการทีม เพื่อร่วมทีม และที่สำคัญที่สุดคือ ผู้ฝึกสอน ที่มีผลโดยตรงทั้งความสามารถในการเล่นกีฬา และทัศนคติที่มีต่อกีฬาด้วย

สิ่งแวดล้อมเป็นองค์ประกอบสุดท้ายที่มีอิทธิพลต่อความสามารถในการเล่นกีฬา เพราะเมื่อร่างกายและจิตใจพร้อม แต่สิ่งแวดล้อมภายนอกอื่น ๆ ไม่เอื้ออำนวย อาจทำให้ผลการเล่นออกมาไม่แน่นอน เช่น นักกีฬายิมนาสติก ฝึกซ้อมและเตรียมความพร้อมมาอย่างดี แต่เมื่อทำการแข่งขัน บาร์เดียว เกิดลื่นกว่าที่เคยใช้ รวมทั้งอากาศร้อน เหงื่อออกมากกว่าปกติ อาจทำให้นักกีฬามือลื่นหลุดได้ง่าย ทำให้แสดงความสามารถออกมาได้ไม่ดี หรือการที่ไม่ได้รับความสนับสนุน ทั้ง สนาม อุปกรณ์ เงินช่วยเหลืออื่น ๆ หรือไม่ได้รับโอกาสในการแสดงความสามารถ ก็อาจทำให้พัฒนาความสามารถเป็นไปได้อีก ที่สำคัญคือ ผู้ฝึกสอน หากไม่วิเคราะห์หาแนวทางแก้ไขได้เหมาะสม การพัฒนาย่อมเป็นไปไม่ได้ซ้ำ สืบสาย บุญวีริบุตร (2541)

แรงกระตุ้นกับความสามารถทางกีฬา (Arousal and Sport Performance)

สืบสาย บุญวีริบุตร (2541) กล่าวว่า แรงกระตุ้น เป็นการเปลี่ยนแปลงภายในร่างกายที่จะก่อให้เกิดการกระทำหรือเกิดพฤติกรรม เมื่อมีสิ่งเร้าทั้งภายในและภายนอกซึ่งเป็นการกระตุ้นที่ทำให้เกิดการตอบสนองทางร่างกายที่เรียกว่าการเปลี่ยนแปลงทางสรีรวิทยา เพื่อเตรียมพร้อมหรือการตื่นตัวที่จะกระทำ แรงกระตุ้นมีค่ากลาง (Neutral) หากไม่รวมกับความคิด หรืออารมณ์แล้วแรงกระตุ้นจะเป็นกลางไม่มีผลใดต่อพฤติกรรม เป็นเพียงการเปลี่ยนแปลงทางสรีระที่แสดงถึงความพร้อมที่จะกระทำและความสามารถ นอกจากนี้ ดัฟฟี (Duffy, 1957) ได้อธิบายเพิ่มเติมว่า แรงกระตุ้นระดับปานกลาง เป็นแรงกระตุ้นที่พอเหมาะ มีผลดีต่อความสามารถในการเล่นกีฬา

องค์ประกอบที่เกี่ยวข้องระหว่างแรงกระตุ้นและความสามารถในการเล่นกีฬา

ระดับความยากของงานมีผลต่อระดับของแรงกระตุ้น ดังนี้

- แรงกระตุ้นสูง เหมาะกับงานเบ็ดเสร็จ (Gross Motor Task) ซึ่งเป็นงานที่ต้องการความอดทน ความแข็งแรง ความเร็ว เช่น การยกน้ำหนัก หรือวิ่ง 100 เมตร

- แรงกระตุ้นสูง ไม่เหมาะกับงานที่มีความซับซ้อน (Fine Motor Task) ซึ่งเป็นงานที่มีการประสานสัมพันธ์ และต้องการความแน่นอน เช่น การเล่นเปียโน ยิมนาสติก หรือสเกตน้ำแข็ง

องค์ประกอบทางจิตใจ (Mental)

คือ การพัฒนาทักษะทางจิตใจของนักกีฬา ซึ่งประกอบด้วย แรงจูงใจระยะยาว ความเชื่อมั่น ความคิด ความพยายาม อารมณ์ เป็นต้น การเตรียมพร้อมทางด้านจิตใจเป็นเหมือนกุญแจสำคัญที่จะนำนักกีฬาไปสู่ความสำเร็จตามเป้าหมายที่หวังไว้ ผู้ฝึกสอนส่วนควรจะเริ่มที่พื้นฐานทางด้านจิตใจควบคู่กับสมรรถภาพทางกายไปด้วยกัน โดยส่วนใหญ่แล้ว จะเริ่มจากการสร้างแรงจูงใจและความเชื่อมั่นในตนเองของนักกีฬาก่อน เพื่อเป็นพื้นฐานในการพัฒนาทักษะทางจิตใจในระดับต่อไปของนักกีฬานั้นเอง (สืบสาย บุญวิรุบุตร. 2541)

แรงจูงใจและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง (Motivation)

ความหมายของแรงจูงใจ

สุปราณี ขวัญบุญจันทร์ (2545) ได้ให้ความหมายของแรงจูงใจใน 2 แนวทาง คือ แรงจูงใจในความหมายของผู้ฝึกสอน และแรงจูงใจในความหมายของนักกีฬา
แรงจูงใจในความหมายของผู้ฝึกสอน คือ การหาวิธีชักจูงให้นักกีฬาปฏิบัติกิจกรรมที่นักกีฬาอาจไม่ประสงค์จะปฏิบัติ

แรงจูงใจในความหมายของนักกีฬา คือ สาเหตุที่นักกีฬานำขึ้นมาอย่างเพื่อกระทำกิจกรรมใดๆ ให้สำเร็จ หรือเมื่อประสบความล้มเหลว

จึงสรุปได้ว่า แรงจูงใจ คือ ความต้องการของคน และถ้าคนแต่ละคนต้องการในสิ่งใด ๆ คนนั้นก็พยายามกำหนดทิศทางของพฤติกรรมให้เป็นไปตามความต้องการนั้น ๆ แรงจูงใจจึงเป็นตัวกำหนดระดับความตั้งใจของคนให้แสดงพฤติกรรมต่าง ๆ ออกมา แรงจูงใจเป็นปัจจัยสำหรับทุกคนในการที่คนแต่ละคนกระทำหรือไม่กระทำกิจกรรมใด ๆ ก็ได้ขึ้นอยู่กับความต้องการของคนนั้น ๆ
สืบสาย บุญวิรุบุตร (2541) ได้ให้ความหมายของแรงจูงใจว่า แรงจูงใจ (Motivation) คือ สิ่งที่กำหนดทิศทางและระดับความตั้งใจที่จะกระทำหรือประพฤติ ในการเลือกและการคงไว้ของพฤติกรรมมนุษย์ และเป็นตัวกำกับพฤติกรรมของมนุษย์ว่าจะให้ถอยหนี หรือจะเผชิญหน้าต่อสถานการณ์ต่าง ๆ และความตั้งใจที่จะบรรลุตามเป้าหมายหรือวัตถุประสงค์ ดังนั้น แรงจูงใจ จึงเป็นตัวกำหนดทิศทางและระดับความตั้งใจ ความพยายามที่จะกระทำ มีความมุ่งมั่นที่จะกระทำหรือปฏิบัติ

ประเภทของแรงจูงใจ

แรงจูงใจโดยทั่วไปแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. แรงจูงใจภายใน (Intrinsic Motivation)

แรงจูงใจภายใน หมายถึง สภาวะของบุคคลที่มีความต้องการและอยากจะแสดงพฤติกรรม บางสิ่งบางอย่าง ด้วยเหตุผลและความชอบของตนเอง บุคคลที่ได้รับแรงจูงใจภายในจะแสดงพฤติกรรม ต่างๆด้วยความพอใจและยินดีในงานของตน เช่น ศิลปินที่ได้คิดทีมชาติ ภูมิใจที่เป็นสมาชิกของ มหาวิทยาลัย เป็นต้น การเกิดแรงจูงใจภายในนั้น มีองค์ประกอบ 3 ประการ คือ ความสนใจ (Interest) ความสนใจช่วยกระตุ้นให้คนเกิดแรงจูงใจทุ่มเทเวลาให้กับสิ่งสนใจนั้น เช่น นักกีฬาสนใจในกีฬา ฟุตบอล และพยายามตั้งใจฝึกซ้อมในทักษะกีฬาฟุตบอลอยู่เสมอความต้องการ (Need) ทุกคนมีความ ต้องการที่จะประสบความสำเร็จ และความต้องการนั้นจะไปกระตุ้นให้คนเกิดแรงจูงใจและพยายาม กระทำพฤติกรรมต่างๆออกมาเพื่อให้ประสบความสำเร็จ เช่น เมื่อนักกีฬาต้องการอยากจะเป็นสมาชิก ในทีมบาสเกตบอลของมหาวิทยาลัย จึงต้องขยันฝึกซ้อมเพื่อให้บรรลุความต้องการนั้น เป็นต้น เจตคติ (Attitude) เจตคติเป็นความรู้สึกภายใน ถ้าเป็นคนมีเจตคติที่ดีต่อสิ่งหนึ่งสิ่งใดก็จะเป็นแรงจูงใจทำให้คน พยายามกระทำสิ่งนั้นให้ประสบความสำเร็จ เช่น นักกีฬามีเจตคติที่ดีต่อกีฬาบาสเกตบอล นักกีฬาก็จะ พยายามฝึกฝนกีฬาบาสเกตบอลต่อไปเพื่อให้ประสบความสำเร็จ แต่หากมีเจตคติที่ไม่ดีต่อกีฬาประเภท นั้นแล้วก็จะเลิกฝึกไปเลยก็ได้

2. แรงจูงใจภายนอก (Extrinsic Motivation)

แรงจูงใจภายนอก หมายถึง สภาวะของคนที่ได้รับแรงกระตุ้นจากภายนอกทำให้มองเห็น จุดหมายปลายทางหรือเป้าหมาย ซึ่งนำไปสู่การแสดงพฤติกรรมของคนๆนั้น โดยทั่วไปพฤติกรรมของ คนมักจะได้รับแรงจูงใจจากภายนอกทั้งสิ้น เช่น ถ้านักกีฬาได้เหรียญทองจะได้ทองคำหนัก 10 บาทเป็น รางวัล เป็นต้น แรงจูงใจภายนอกมีองค์ประกอบ 3 ประการ คือ

2.1 เป้าหมาย (Goal) เป้าหมายเป็นแรงกระตุ้นที่ทำให้ให้นักกีฬาเกิดแรงจูงใจ และพยายาม กระทำพฤติกรรมต่างๆ ให้ถูกต้องเหมาะสม เพื่อจะบรรลุถึงเป้าหมายนั้น

2.2 การรู้เกี่ยวกับความก้าวหน้า (Knowledge of Progress) นักกีฬามีโอกาสทราบ ความก้าวหน้าในอาชีพหรือกิจกรรมใดๆของตนเอง ย่อมทำให้คนๆนั้นเกิดแรงจูงใจและมีกำลังใจที่จะ ต่อสู้ต่อไป เช่น นักมวยชกชนะครั้งนี้แล้วจะมีโอกาสได้ชิงแชมป์โลก เป็นต้น

2.3 สิ่งล่อใจ (Incentives) สิ่งล่อใจ คือ สิ่งที่ผู้ฝึกสอน ผู้จัดการทีม หรือบุคคลที่เกี่ยวข้อง อื่นๆนำมาใช้ล่อใจนักกีฬา เพื่อกระตุ้นให้นักกีฬาเกิดแรงจูงใจ เช่น การมอบเงินสดให้แก่ักกีฬาที่ได้ เหรียญทอง เป็นต้น

ในปัจจุบัน วงการกีฬาทั่วโลกตื่นตัวกับการให้แรงจูงใจภายนอกกับนักกีฬามาก โดยจะเห็นได้ จากการตั้งรางวัลต่างๆเพื่อให้นักกีฬาตั้งใจฝึกซ้อม และนำมาซึ่งชัยชนะในเกมการแข่งขัน จนบางครั้งล้ม

นึกถึงการให้แรงจูงใจภายในแก่นักกีฬา นอกจากนั้นตัวของนักกีฬาเองก็มีความต้องการอยากจะได้รางวัล เพราะรางวัลเป็นแรงจูงใจที่สามารถจับต้องได้และเป็นรูปธรรม ซึ่งผิดกับนักกีฬาสัมัยก่อนมากนักกีฬาสัมัยก่อนเล่นกีฬาและประสบความสำเร็จ เพราะมีแรงจูงใจภายในเป็นสิ่งสำคัญ นักกีฬาทีมชาติฝึกซ้อม และตั้งใจเล่นอย่างเต็มความสามารถในเกมการแข่งขันเพื่อเกียรติยศของประเทศมีความต้องการอยากเล่นอย่างจริงจังโดยไม่ได้มีการตั้งรางวัลเหมือนดังเช่นปัจจุบัน

จึงพอสรุปได้ว่า ผู้ฝึกสอน และผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทั้งหลายควรหันมาสนใจการให้แรงจูงใจภายในแก่นักกีฬาบ้าง เพื่อจะให้นักกีฬาได้เห็นถึงคุณค่าของการเล่นกีฬาประเภทนั้นๆ และเล่นกีฬาเพื่อกีฬา ไม่ใช่เล่นเพื่อล่ารางวัลเหมือนกับปัจจุบัน (สุปราณี ขวัญบุญจันทร์, 2545)

ทฤษฎีแรงจูงใจ (Motivation Theories)

ทฤษฎีแรงจูงใจ คือ หลักการกำหนดทิศทางการแสดงออกถึงพฤติกรรมของนักกีฬา ซึ่งมีผลกระทบต่อความสำเร็จ หรือความล้มเหลวของนักกีฬา ทฤษฎีแรงจูงใจที่เกี่ยวข้องกับการกีฬา มีดังต่อไปนี้

ทฤษฎีแรงจูงใจภายในและการประเมินความรู้ (Intrinsic Motivation and Cognitive Evaluation Theory)

แรงจูงใจภายใน (Intrinsic Motivation) เป็นแรงจูงใจที่เกิดขึ้นจากภายในโดยไม่มีรางวัล หรือสิ่งล่อใจภายนอกมาเป็นแรงกระตุ้นให้กระทำพฤติกรรมนั้นๆ แรงจูงใจภายในเป็นแรงจูงใจในการเล่นกีฬาเพื่อความสุข และสนุกที่จะได้เล่น โดยไม่มีอิทธิพลจากภายนอกเข้ามาเกี่ยวข้อง แรงจูงใจภายในเกิดขึ้นได้อย่างไร เพิ่มขึ้นได้อย่างไรเป็นสิ่งที่ยากจะอธิบาย เพราะแรงจูงใจภายในเกิดขึ้นจากแรงขับภายในที่ต้องการตอบสนองความต้องการพื้นฐานเท่านั้น ดังนั้น เพื่อที่จะหาคำอธิบายในเรื่องนี้จึงเกิดทฤษฎีการประเมินความรู้ (Cognitive Evaluation Theory)

ทฤษฎีการประเมินความรู้ (Cognitive Evaluation Theory) เป็นแรงจูงใจที่เกิดจากการรับรู้ว่าคุณมีความสามารถ (Perceive Competence) และการตัดสินใจด้วยตนเอง (Self-determining) องค์ประกอบที่สำคัญของทฤษฎีการประเมินความรู้ คือ การรับรู้ในการควบคุม (Perceive Controlling) และกระบวนการประเมินข้อมูล (Information Process)

1. การรับรู้ในการควบคุม (Perceive Controlling) หมายถึง นักกีฬาต้องรับรู้ว่าจะอะไรเป็นแหล่งของสาเหตุ (Locus of Causality) ในการจูงใจให้นักกีฬาเล่นกีฬา แหล่งของสาเหตุประกอบด้วยแหล่งแรงจูงใจภายในและแหล่งแรงจูงใจภายนอก ดังนั้นนักกีฬาจึงจำเป็นต้องรับรู้และควบคุมแหล่งของสาเหตุที่เล่นกีฬาให้ได้ในช่วงเวลาแรกของการเล่นกีฬา นักกีฬาหลายคนรับรู้ว่าการเล่นกีฬานั้นด้วยความสนใจอยากเล่น (แรงจูงใจภายใน) โดยไม่ได้หวังสิ่งล่อใจ คือ เงิน รางวัล หรือสิ่งของ (แรงจูงใจภายนอก) แต่เมื่อเล่นกีฬานานๆอาจจะมีแรงจูงใจภายนอกเข้ามามีส่วนในการเล่นกีฬานักกีฬาได้

หากเมื่อใดนักกีฬารับรู้ว่าเล่นกีฬาเพราะมีแรงจูงใจภายนอกมาเป็นสิ่งกระตุ้นสำคัญ แรงจูงใจภายในของนักกีฬาจะลดลงไปด้วย เช่น นักกีฬาว่ายน้ำเริ่มฝึกซ้อมว่ายน้ำเพราะชอบและสนใจในกีฬาว่ายน้ำ ในเวลาต่อมาผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทั้งหลายได้ให้รางวัลพิเศษกับนักกีฬามากมาย จนในที่สุดนักกีฬาไม่สามารถทราบว่าการเล่นกีฬาว่ายน้ำเพราะแหล่งของสาเหตุใด เป็นต้น เพราะฉะนั้นนักกีฬาต้องรับรู้ในการควบคุมให้ได้ว่าทำไมจึงเล่นกีฬาและเล่นกีฬาเพราะอะไร จำไว้เสมอว่าถ้าเมื่อใดที่แรงจูงใจภายนอกเข้ามามีอิทธิพลต่อการเล่นกีฬา เมื่อนั้นแรงจูงใจภายในจะลดลงทันที

2. กระบวนการประเมินข้อมูล (Information Process) หมายถึง กระบวนการที่รับรู้ประเมินข้อมูลว่า แรงจูงใจภายใน หรือแรงจูงใจภายนอกที่มีผลต่อความสามารถในการเล่นกีฬา กระบวนการประเมินข้อมูลเป็นองค์ประกอบสำคัญในการรับรู้ถึงความสามารถ และการตัดสินใจด้วยตนเอง ถ้านักกีฬามีการประเมินข้อมูลที่ดีแล้ว จะสามารถประเมินข้อมูลได้เลยว่าแรงจูงใจภายใน หรือแรงจูงใจภายนอกที่มีอิทธิพลต่อการเล่นกีฬา เช่น นักกีฬาเล่นกีฬาเพราะความสนใจที่จะเล่น ไม่ใช่เพราะเงินรางวัล ก็จะทำให้ให้นักกีฬาเล่นกีฬาเพื่อกีฬา แต่ในทางตรงกันข้ามถ้านักกีฬาเล่นกีฬาเพราะรางวัล นักกีฬาจะเล่นกีฬาเพื่อรางวัลแต่เพียงสิ่งเดียว โดยไม่คำนึงถึงแรงจูงใจภายในอีกเลย

การให้รางวัลแก่นักกีฬาเป็นสิ่งที่ดี แต่ผู้ฝึกสอนและผู้เกี่ยวข้องอื่นๆควรให้รางวัลแก่นักกีฬาเพราะนักกีฬามีความสามารถ และเล่นกีฬาอย่างเต็มความสามารถ ในการแข่งขันไม่ว่าผลออกมาจะชนะหรือแพ้ก็ตามและที่สำคัญไม่ควรตั้งรางวัลไว้ก่อนการแข่งขันเพราะจะทำให้ให้นักกีฬาเกิดความอยากได้รางวัลก่อนการอยากแข่งขันกีฬา ดังนั้นการให้รางวัลแก่นักกีฬาจึงควรให้เมื่อนักกีฬามีความพยายามในการพัฒนาขีดความสามารถของนักกีฬามากกว่าที่จะให้เพราะนักกีฬาได้รับชัยชนะ ด้วยเหตุนี้กระบวนการประเมินข้อมูลจึงมีผลต่อแรงจูงใจภายในมาก เช่น นักมวยขึ้นเวทีที่มีความต้องการจะต่อสู้อย่างเต็มความสามารถเพื่อให้ได้รับชัยชนะ และเมื่อได้รับชัยชนะผู้จัดการของนักมวยให้รางวัลพิเศษแก่นักมวยต่อความสามารถในการชกครั้งนั้น เป็นต้น (สุปราณี ขวัญบุญจันทร์. 2545)

ความสำคัญของแรงจูงใจ

ในการฝึกซ้อมนักกีฬา ผู้ฝึกสอนต้องใช้แรงจูงใจ เพื่อกระตุ้นให้นักกีฬาเกิดความตั้งใจในการฝึกซ้อม สิ่งที่ผู้ฝึกสอนควรปฏิบัติ มีดังต่อไปนี้

1. **ความสนใจ (Interest)** หมายถึง สิ่งที่เป็นแรงจูงใจภายใน (Intrinsic Motivation) ดังนั้นผู้ฝึกสอนควรเร้าความสนใจก่อนการฝึกซ้อม เพื่อให้นักกีฬาเกิดความตื่นตัวและเตรียมความพร้อมในการฝึกซ้อม การเร้าความสนใจทำได้หลายวิธี เช่น การสนทนา การเล่นเกมประสมการณ์ต่าง ๆ ของผู้ฝึกสอน เป็นต้น

2. **จุดมุ่งหมาย (Objective)** หมายถึง สิ่งที่จะกระตุ้นให้นักกีฬาเกิดแรงจูงใจในการฝึกซ้อม เช่น ผู้ฝึกสอนต้องพูดถึงจุดมุ่งหมายของแบบฝึกกว่าแบบฝึกนี้ฝึกซ้อมเพื่ออะไร และทำไมจึงต้องฝึกซ้อมแบบฝึกนี้ เป็นต้น

3. **สิ่งล่อใจ (Incentives)** หมายถึง สิ่งที่ผู้ฝึกสอนใช้เพื่อให้นักกีฬาเกิดแรงกระตุ้น และตื่นตัวในการฝึกซ้อมและการแข่งขัน วิธีการในการให้สิ่งล่อใจ เช่น การให้คำชมเชย การติเตียน การให้รางวัล และการลงโทษ เป็นต้น

4. **การทดสอบ (Test)** หมายถึง ผู้ฝึกสอนควรมีการทดสอบความก้าวหน้าของนักกีฬา หลังจากการฝึกซ้อมทักษะ หรือฝึกปฏิบัติแบบฝึกต่าง ๆ แล้ว และการทดสอบนักกีฬาควรทำอยู่เสมอ เพื่อให้ให้นักกีฬาเกิดการตื่นตัว และตั้งใจในการฝึกซ้อม

5. **ความก้าวหน้าของความรู้ (Knowledge of Progress)** หมายถึง ผู้ฝึกสอนควรให้นักกีฬาได้ทราบผลของการทดสอบว่านักกีฬาปฏิบัติอยู่ในระดับคุณภาพใด และมีข้อผิดพลาดที่จุดใดบ้าง โดยอาจจะอธิบายหรือชี้ให้นักกีฬาแต่ละคนทราบถึงข้อผิดพลาดนั้น ๆ เพื่อให้นักกีฬาเกิดแรงจูงใจที่จะปรับปรุงการฝึกซ้อมให้ดีขึ้น สุปราณี ขวัญบุญจันทร์ (2545)

เทคนิควิธีการจูงใจนักกีฬา

การจูงใจนักกีฬาสามารถทำได้หลายวิธีซึ่งผู้ฝึกสอนแต่ละคนย่อมมีวิธีที่เหมาะสมในการเลือกใช้กับนักกีฬาต่าง ๆ กัน การจูงใจมีจุดมุ่งหมายเพื่อให้นักกีฬามีแรงจูงใจในการพัฒนาทักษะกีฬาให้ดีขึ้นในขณะที่ฝึกซ้อมและให้มีประสิทธิภาพสูงสุดในขณะแข่งขัน วิธีการจูงใจนักกีฬา มีดังต่อไปนี้

1. การยกย่องชมเชย (Praise)

การยกย่องชมเชยนั้นเป็นวิธีการที่ง่ายที่สุด และสามารถช่วยให้นักกีฬาประสบความสำเร็จมามากแล้ว แต่สิ่งสำคัญคือผู้ฝึกสอนควรมีเทคนิคว่าเวลาใดจึงจะเหมาะสมที่สุด เช่น ชมเชยเมื่อนักกีฬาได้พัฒนาทักษะกีฬาก้าวหน้าขึ้น ข้อควรระวังของการยกย่องชมเชย คือ การอิจฉาในหมู่ นักกีฬา การแบ่งเป็นกลุ่ม ดังนั้นผู้ฝึกสอนต้องเลือกเวลาให้เหมาะสมกับการชมเชยนั้น ๆ อย่ายกย่องชมเชยนักกีฬาเพียงไม่กี่คนบ่อยเกินไปและต้องชมเชยอย่างจริงจัง

2. การปลอบขวัญเมื่อล้มเหลว (Diversion from Failure)

ในการแข่งขันกีฬาต้องมีคำว่าแพ้ หรือชนะ ทีมชนะไม่ค่อยปรากฏปฏิกริยาย้อนกลับในทางที่ไม่ดี ส่วนทีมแพ้ส่วนใหญ่ยังคงจดจำภาพเหตุการณ์ต่าง ๆ ได้ และมักจะแสดงปฏิกริยาย้อนกลับไปในทางที่ไม่ดี ดังนั้น ผู้ฝึกสอนที่ดีควรต้องหาวิธีการแก้ไขโดยการเบี่ยงเบนความคิดหรือความรู้สึกต่าง ๆ ให้หมดไปเพราะถ้าปล่อยให้นานเกินไป อาจทำให้นักกีฬาเกิดความท้อถอย เพื่อหนายต่อการฝึกซ้อม ซึ่งเป็นผลร้ายต่อทีมในวันข้างหน้า วิธีปลอบขวัญที่นิยมทำกัน เช่น นำนักกีฬาไปพักผ่อนโดยการเปลี่ยนสถานที่ หรือจัดกิจกรรมที่สนุกสนานให้แก่ักกีฬา ในช่วงขณะเวลาที่นักกีฬา

กำลังสนุกสนานนั้น ผู้ฝึกสอนอาจสอดแทรกสิ่งที่เป็นสาระในเรื่องของการปรับเปลี่ยนระบบการเล่น การสร้างขวัญและกำลังใจให้แก่ นักกีฬาผู้ต่อไป

3. การใช้เสียง (Use of Voice)

ผู้ฝึกสอนจำนวนมากใช้เสียงในการกระตุ้นให้นักกีฬาเกิดความฮึกเหิม หรือตื่นตัวในการแข่งขันเสียงของผู้ฝึกสอนเป็นสิ่งสำคัญต่อนักกีฬามาก การพูดเพื่อชี้แนะแนวทางการเล่น การใช้เสียงหนักเบาอย่างมีจังหวะ และมีเหตุผลอย่างจริงจังทำให้นักกีฬาเกิดกำลังใจที่จะสู้ต่อไป การตะโกนต่า นักกีฬาที่ทำผิดแต่เพียงอย่างเดียวเป็นสิ่งที่ไม่ควรทำอย่างมา หรือการสั่งในขณะที่นักกีฬากำลังเล่นอยู่นั้นก็ไม่มีประโยชน์มากนักเช่นกัน เนื่องจากฟังไม่รู้เรื่องอาจทำให้นักกีฬาเกิดอาการพะวักพะวง และเป็นผลร้ายต่อทีมได้

4. การกำหนดกฎระเบียบ และบทลงโทษ (Treats and Punishment)

การกำหนดกฎระเบียบ และบทลงโทษเป็นสิ่งที่ต้องบัญญัติไว้เป็นพื้นฐาน เพื่อเป็นการสร้างระเบียบวินัยให้แก่ นักกีฬา และเป็นสิ่งที่ผู้ฝึกสอนควรจะช่วยกันสร้างขึ้น ผู้ฝึกสอนที่ดีควรพิจารณาสิ่งต่าง ๆ จากกฎระเบียบ และบทลงโทษที่ตั้งไว้ ไม่ควรให้นักกีฬาคนใดมีอภิสิทธิ์เหนือกฎระเบียบ และบทลงโทษได้เมื่อใดที่นักกีฬาปฏิบัติผิดระเบียบต้องมีการลงโทษให้เหมาะสม หากผู้ฝึกสอนสามารถปฏิบัติได้ตามนี้แล้ว นักกีฬาในทีมจะมีความสามัคคี และไม่แบ่งเป็นกลุ่มย่อย

5. การพูดคุยเป็นรายบุคคลและทีม (Individual and Team Discussion)

การพูดคุย อภิปราย แสดงความคิดเห็น เพื่อแก้ไขปัญหาต่าง ๆ เป็นประโยชน์มากสำหรับการพัฒนานักกีฬาและทีม ในระบบทีมนี้ควรเปิดโอกาสให้นักกีฬาพูดในสิ่งที่ผ่านมา และช่วยกันแก้ปัญหา สร้างให้ทุกคนยอมรับซึ่งกันและกัน โดยผู้ฝึกสอนอาจเป็นคนหยิบยกปัญหาต่าง ๆ ขึ้นมาพูดคุย ถ้านักกีฬาคนใดมีปัญหาผู้ฝึกสอนต้องช่วยแก้ปัญหาเป็นราย ๆ ไป

6. การชี้แนะพิเศษ (Pep talk)

การชี้แนะพิเศษเป็นสิ่งที่ผู้ฝึกสอนควรใช้ให้เป็นประโยชน์ โดยอาจจะใช้คำพูดชี้แนะแนวทางก่อน การฝึกซ้อม การแข่งขัน ระหว่างเวลาออก และหลังการแข่งขัน การชี้แนะพิเศษจะสรุปถึงข้อดีข้อเสียในการเล่น จุดอ่อนจุดแข็งของการเล่น ทั้งทีมและรายบุคคล หรือบางครั้งอาจจะพูดถึงการแก้เกมการเล่น การปรับเปลี่ยนวิธีหรือแผนการเล่น เพื่อนำไปใช้ในการแข่งขันครั้งต่อไป

7. การใช้เงื่อนไขพิเศษ (Use of Gimmicks)

เพื่อส่งเสริมความสำเร็จของนักกีฬา ผู้ฝึกสอนอาจกำหนดเงื่อนไขพิเศษขึ้นมา เพื่อเรียกขวัญและกำลังใจให้นักกีฬามีความต้องการที่จะเล่นกีฬาต่อไป โดยอาจเขียนเงื่อนไขพิเศษไว้บนกระดานเพื่อเตือนใจนักกีฬา หรือใช้สื่อด้านอื่น ๆ เข้ามาเพื่อหาทางปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้น สุปรานี ขวัญบุญจันทร์ (2545)

ตอนที่ 3 กีฬาบาสเกตบอล

บาสเกตบอล (Basketball) เป็นกีฬานิกหนึ่งซึ่งแบ่งผู้เล่นเป็น 2 ทีม แต่ละทีมประกอบด้วยผู้เล่น 5 คน ผู้เล่นสำรองฝ่าย 7 คน พยายามทำคะแนนโดยการโยนลูกเข้าห่วงหรือตะกร้า (Basket) ภายใต้กติกาการเล่นมาตรฐาน ธรรมชาติของกีฬาบาสเกตบอลเป็นกีฬาแบบปะทะ มีรูปแบบเกมการแข่งขันที่เร็ว ผลัดกันรุกและรับสลับกันไปมาระหว่างผู้เล่น 2 ฝ่าย การวางแผนการเล่น รวมทั้งการประสานงานภายในทีม และเป็นกีฬาที่ต้องอาศัยทักษะเฉพาะตัวของผู้เล่นแต่ละตำแหน่งต่างกันไป หนึ่งในทักษะที่สำคัญก็คือ การยิงประตู ซึ่งเป็นเหมือนขั้นตอนสุดท้ายในการจบด้วยการทำคะแนน นอกจากนี้ ยังมีทักษะการยิงประตูโทษอีกหนึ่งทักษะที่มีความสำคัญอยู่ไม่น้อย เพราะการที่ผู้เล่นได้โอกาสในการยิงโทษ อาจจะทำให้เกิดโอกาสในการพลิกผันของคะแนนได้ จากที่เสียเปรียบอาจจะกลับมาได้เปรียบ จากที่ได้เปรียบอยู่แล้วอาจจะได้เปรียบมากขึ้นนั่นเอง

ประวัติกีฬาบาสเกตบอล

ตั้งแต่ที่คิดค้นขึ้นในปี พ.ศ. 2434 (ค.ศ. 1891) โดย เจมส์ เนสมิท (Dr. James Naismith) อาจารย์พลศึกษาของโรงเรียนคนงานคริสเตียน ปัจจุบัน เป็นวิทยาลัยสปริงฟิลด์ (Springfield College) เมืองสปริงฟิลด์ รัฐแมสซาชูเซตส์ สหรัฐอเมริกา (Massachusetts, USA) ขณะนั้นเป็นผู้ฝึกสอนฟุตบอลของโรงเรียน ต้องการให้มีการแข่งขันสำหรับนักเรียนในระหว่างฤดูหนาว และได้กำหนดกติกาพื้นฐาน 5 ข้อ

1. ผู้เล่นใช้มือเล่นลูกบอล
2. ผู้เล่นห้ามถือลูกบอลวิ่ง
3. ผู้เล่นสามารถยืนตำแหน่งใดก็ได้ในสนาม
4. ผู้เล่นห้ามปะทะหรือถูกต้องตัวกัน
5. ห่วงประตูติดตั้งไว้เหนือสนาม

เจมส์ เนสมิท ได้ใช้ไม้รูปรางคล้ายผลท้อจัดทำเป็นห่วงประตู ติดตั้งไว้ที่ระเบียงห้องโถงตามความสูงของระเบียงประมาณ 10 ฟุต ครั้งแรกใช้ลูกฟุตบอลโดยมีคนนั่งบนราวบันไดเพื่อหยิบลูกบอลออกจากประตูเมื่อการยิงประตูเป็นผล ต่อมา เจมส์ เนสมิท ได้กำหนดกติกาหลักขึ้นมาเป็น 13 ข้อเป็นพื้นฐานของการใช้ทักษะมากกว่าแรง ในปี พ.ศ. 2435 ได้ตีพิมพ์ลงในนิตยสาร 'Triagle Magazine' ใช้หัวข้อว่า 'New Game' หลังจากนั้นบาสเกตบอลได้แยกมาจากฟุตบอลเมื่อ พ.ศ. 2437 และมีการปรับเปลี่ยนรูปแบบการเล่นและกติกา พัฒนาเรื่อยมาจนถึงปัจจุบัน ซึ่งมีการแข่งขันในระดับนานาชาติ รวมถึงการแข่งขันอาชีพ เช่น NBA ของสหรัฐอเมริกา เป็นต้น กติกาที่ใช้จะมีการปรับทุก ๆ 4 ปี ก่อนการแข่งขันโอลิมปิก

บาสเกตบอลเป็นกีฬาที่เล่นในร่มเป็นหลัก สนามขนาดไม่ใหญ่มาก รูปแบบการเล่นเป็นกีฬาประเภททีม โดยการพาลูกเคลื่อนที่ไปข้างหน้าด้วยการเลี้ยง (Dribbling) สามารถส่งบอลให้กับเพื่อนร่วมทีมได้ คะแนนจะได้จากการโยนลูกเข้าห่วงหรือยิงประตูจากด้านบน (Shooting) ถ้าผู้เล่นอยู่ในบริเวณหรือภายในเส้น 3 คะแนน ก็จะได้ลูกละ 2 คะแนน แต่ถ้าผู้ยิงอยู่นอกเขตก็จะได้ลูกละ 3 คะแนน การยิงลูกโทษได้ลูกละ 1 คะแนน ทีมที่มีคะแนนมากกว่าในตอนจบเกมจะเป็นฝ่ายชนะ เกมบาสเกตบอลมีการพัฒนาเทคนิคการเล่นต่าง ๆ เช่น การยิงประตู การส่ง และการเลี้ยงลูก รวมไปถึงตำแหน่งผู้เล่น (ซึ่งตามกฎหมายแล้วไม่จำเป็นต้องมี) และตำแหน่งการยืนในเกมรุกและเกมรับ ผู้เล่นที่ตัวสูงถือเป็นข้อได้เปรียบ ถึงแม้ว่าในการเล่นแข่งขันจะควบคุมโดยกฎกติกา การเล่นรูปแบบอื่น ๆ สำหรับเล่นผ่อนคลายก็มีการคิดขึ้น บาสเกตบอลยังเป็นกีฬาที่คนนิยมดูอีกด้วย

ธรรมชาติของกีฬามบาสเกตบอล เป็นกีฬาประเภททีมที่มีการปะทะกันของผู้เล่น และเป็นกีฬาที่ต้องอาศัยทักษะและสมรรถภาพหลายอย่าง ทั้งแข็งแรง ความเร็ว ความคล่องตัว รวมถึงการประสานงานกันของผู้เล่นภายในทีม นอกจากนี้ ยังมีรูปแบบเกมการแข่งขันที่รวดเร็ว สลับกันไปมาทั้งรุกและรับตลอดเวลา เพราะมีการจำกัดเวลาในการทำเกมรุกและเกมรับ ทำให้เป็นกีฬาที่มีความตื่นเต้นเร้าใจ และมีความสนุกสนานในการรับชม ผู้เล่นสามารถแสดงทักษะเฉพาะตัวของแต่ละคนไปตามตำแหน่งผู้เล่นหรือความถนัดได้อย่างดี ทำให้กีฬามบาสเกตบอลเป็นกีฬาที่ได้รับความนิยมไปทั่วโลกอีกชนิดหนึ่ง

ทักษะกีฬามบาสเกตบอล

1. การเลี้ยงบอล (Dribbling)

การเลี้ยงลูก คือ การพาลูกเคลื่อนที่ไปข้างหน้าหรือถอยหลังโดยที่ลูกบอลกระทบพื้นเป็นจังหวะ โดยใช้มือใดมือนึงบังคับลูก ทักษะการเลี้ยงบอลประกอบด้วย

2. การส่งบอล (Passing)

เป็นทักษะการส่งบอลเคลื่อนที่ไปยังเป้าหมายด้วยการขว้าง การโยน หรือทุ้ม ด้วยมือทั้งสองข้างหรือข้างเดียว ทักษะการส่งบอลประกอบด้วย

3. การยิงประตู (Shooting)

การยิงประตูหรือการยิงประตูเพื่อทำคะแนนนั้น วิธีการจะแตกต่างกันไปขึ้นกับผู้เล่นและสถานการณ์ โดยผู้เล่นเอาลูกไปพักบนปลายนิ้วมือข้างที่ถนัด ให้อยู่สูงกว่าศีรษะเล็กน้อย ส่วนมืออีกข้างประคองด้านข้างลูก จากนั้นก็ยืดแขนข้างที่พักลูกให้เหยียดตรงให้ลูกลอยออกจากปลายนิ้วในขณะที่บิดข้อมือลง ปกติมืออีกข้างประคองลูกเพื่อควบคุมทิศการยิงเท่านั้น ไม่มีส่วนในการให้แรงส่ง วิธีการยิงประตูสามารถทำได้ 2 แบบ คือ การยิงไปที่ห่วงตรง ๆ และการยิงกระแทกแป้น

การยิงประตูโทษบาสดเกตบอล (Free Throw)

เป็นโอกาสที่ผู้เล่นทำประตูครั้งละ 1 คะแนน โดยไม่มีการขัดขวางของผู้เล่นอื่นบริเวณเส้นยิงโทษ มีแค่ผู้เล่นกับห่วงเท่านั้น ซึ่งจำนวนในการยิงประตูโทษจะขึ้นอยู่กับลักษณะการทำผิดกติกา การยิงประตูโทษเป็นทักษะที่ต้องอาศัยการฝึกฝนเฉพาะบุคคล เพราะคนที่ยิงประตูได้แม่นยำ ไม่ได้หมายความว่า จะยิงประตูโทษได้ดีตามไปด้วยเสมอไป ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับ การฝึกฝนของแต่ละบุคคลนั่นเอง

ตำแหน่งผู้เล่นขณะยิงลูกโทษ

1. ผู้เล่นต้องยืนอยู่หลังเส้นโทษภายในครึ่งวงกลม
2. ผู้เล่นยืนตามแนวช่องยืนได้ไม่เกิน 5 คน (ฝ่ายป้องกัน 3 คน ฝ่ายรุก 2 คน) สลับกันโดยฝ่ายป้องกันอยู่ใกล้กับแป้นทั้งฝั่งซ้ายและขวา
3. ผู้เล่นที่เหลืออยู่นอกเส้น 3 คะแนน
4. ผู้ยิงจะต้องปล่อยบอลภายใน 5 วินาทีนับตั้งแต่กรรมการส่งลูกให้
5. ผู้เล่นต้องไม่สัมผัสเส้นโทษหรือลำแนว จนกว่าบอลจะสัมผัสแป้นและห่วง
6. ไม่มีการหลอกถือในการยิงลูกโทษ
7. หากผู้เล่นที่ยิงลูกโทษกระทำผิดระเบียบดังกล่าว ลูกที่ลงไม่ต้องนับคะแนน แต่ถ้าเป็นการผิดระเบียบจากผู้เล่นอื่นให้ยกเลิกและยิงใหม่ (วิวัฒน์ จิตपालกุล, 2548)

ตอนที่ 4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยในประเทศ

สมลักษณ์ สมบูรณ์สิงห์ (2525) ได้ทำการสำรวจความคิดเห็นของนักกีฬาที่มีต่อการเชียร์กีฬา ผู้วิจัยได้ส่งแบบสอบถามไปยังนักกีฬาชายกับนักกีฬาสตรี ที่เล่นกีฬาทั้งประเภททีมและประเภทบุคคล จำนวน 360 คน และได้รับแบบสอบถามกลับคืนมา 357 ชุด คิดเป็นร้อยละ 99.17 และทำการทดสอบความแตกต่างด้วยค่า "ที" แล้วจึงนำเสนอในรูปแบบตารางและความเรียง ผลการวิจัยพบว่า 1) วิธีการเชียร์กีฬาที่นักกีฬาชอบมากที่สุด ได้แก่ แบบมีผู้นำในการเชียร์แบบปรบมือ แบบมีการแปรอักษร แบบการพูดชมเชยและปลุกใจ แบบทำตลก และการแต่งกายแปลกๆ และแบบการใช้เครื่องดนตรีประกอบ (กลอง ฉิ่ง แตร) 2) วิธีการเชียร์กีฬาแบบมีผู้นำในการเชียร์ แบบมีผู้นำในการร้องเพลง แบบปรบมือ แบบมีการแปรอักษร และแบบการพูดชมเชยและปลุกใจ มีผลต่อการเล่นของนักกีฬามาก คือ ทำให้มีกำลังใจ และกล้าเล่นกีฬา ทำให้มีความตั้งใจและมุ่งมั่นในการเล่นกีฬา ทำให้ร่วมสามัคคีกันและมีน้ำใจเป็นนักกีฬาในการเล่น ทำให้มีอารมณ์เยือกเย็นในการเล่นกีฬาและทำให้มีสมาธิในการเล่นกีฬา 3) วิธีการเชียร์แบบการสอ การตำหนิและขู่เหย และแบบการโห่ร้อง กระทั่งพื้นและเป่าปาก มีผลต่อการเล่นของ

นักกีฬามาก คือ ทำให้มีการทะเลาะวิวาทกันในการเล่นกีฬา ทำให้การเล่นรุนแรงขึ้น ทำให้มีโมโหในการเล่นกีฬา ทำให้มีความประหม่า เล่นไม่ดีและผิดพลาด ทำให้มีความรำคาญ หงุดหงิด และเบื่อหน่ายในการเล่น 4) วิธีการเชียร์กีฬาแบบไม่มีการเชียร์หรือดูเฉยๆ มีผลต่อการเล่นของนักกีฬามาก คือ ทำให้มีสมาธิในการเล่นกีฬา ทำให้มีอาการเยือกเย็นในการเล่นกีฬา ทำให้ร่วมสามัคคีกันและมีน้ำใจเป็นนักกีฬาในการเล่น 5) การเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระหว่างความคิดเห็นของนักกีฬาชายและนักกีฬาหญิง และนักกีฬาประเภททีมกับประเภทบุคคล เกี่ยวกับวิธีการเชียร์กีฬาที่นักกีฬาชอบและวิธีการเชียร์กีฬาที่มีผลต่อการเล่นของนักกีฬา พบว่า ไม่แตกต่างกันที่ระดับความมีนัยสำคัญ .05

งานวิจัยต่างประเทศ

นาวาโร และคณะ (Navarro et al. 2012 ; Online) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับผลของแรงกดดันสูง (ผู้ชม) ที่มีต่อจุดยิงลูกโทษ หรือเวลาที่น้อยที่สุดในการตอบสนองของนักฟุตบอลที่มีต่อผู้รักษาประตูในการจำลองการยิงลูกโทษ การทดสอบแรกเป็นแบบให้แรงกดดันต่ำ คือ ให้ผู้รักษาประตูเลื่อนไปทางใดทางหนึ่งและให้ผู้ทดสอบยิงไปที่ด้านตรงข้ามกับผู้รักษาประตู (มีเฉพาะผู้ทดสอบ) และการทดสอบที่สองเป็นการทดสอบในสถานการณ์ที่มีแรงกดดันสูง คือ มีผู้ชมร่วมอยู่ด้วย ผลการทดลองพบว่า กลุ่มแรกพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญ คือกลุ่มตัวอย่างใช้เวลาเพิ่มขึ้นในสถานะที่มีแรงกดดันสูง สิ่งไม่คาดคิดที่เกิดขึ้น คือ กลุ่มที่สองกลับใช้เวลาในการตอบสนองต่อที่มีผู้รักษาประตูน้อยลง ทั้งที่อยู่ในสถานะที่มีแรงกดดันสูง ซึ่งความแตกต่างของผลที่ได้นั้น สามารถอธิบายได้จากทฤษฎีการมุ่งความสนใจ (Attentional Control Theory) ว่าความกดดันสูงนั้นจะไปลดประสิทธิภาพในการเพ่งความสนใจต่อสิ่งนั้นๆ ลง จึงทำให้การแสดงความสามารถนั้นลดลง และการถูกยับยั้งนี้ยังทำให้ประสิทธิภาพในการขับเคลื่อนพฤติกรรมนั้นๆ ก็ลดลงไปด้วย

เอพติง และคณะ (Epting, et al. 2011: Online). ทำการศึกษาเกี่ยวกับอิทธิพลของผู้ชมหรือกองเชียร์ที่มีลักษณะต่างกัน คือ แบบให้กำลังใจ (Cheering) กับ แบบโห่ไล่หรือเยาะเย้ย (Jeering) ว่าจะมีผลต่อการแสดงทักษะกีฬาของนักกีฬา อย่างไร โดยให้กลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักกีฬาระดับมหาวิทยาลัย แสดงทักษะที่คล้ายคลึงกัน เช่น การขว้างลูก ยิงลูกโทษ และการพัตต์กอล์ฟ ต่อหน้าผู้ชมตามเงื่อนไข 3 ลักษณะ คือ แบบให้กำลังใจ แบบเยาะเย้ยหรือโห่ไล่ และแบบอยู่เฉยๆ ผลการทดลองพบว่า ผู้ชมไม่มีผลกระทบต่อนักกีฬาบาสเกตบอลในการยิงลูกโทษ แต่ลักษณะผู้ชมแบบเยาะเย้ยหรือโห่ไล่มีผลกระทบต่อความสามารถในการขว้างลูกเบสบอลของนักกีฬา และลักษณะผู้ชมทั้งแบบเยาะเย้ยหรือโห่ไล่และแบบให้กำลังใจ ทำให้การแสดงความสามารถของนักกอล์ฟแย่งลง สรุปได้ว่า ผู้ชมหรือกองเชียร์สามารถมีผลกระทบต่อการเล่นกีฬาได้ แต่ขึ้นอยู่กับชนิดกีฬา ทักษะเฉพาะ และพฤติกรรมของผู้ชม

ฮอสเซินี และคณะ (Hosseini; et al. 2011: Online) ได้ทำการศึกษาลักษณะผู้ชมหลายแบบที่มีผลต่อการแสดงทักษะการเสิร์ฟและตบวอลเลย์บอล กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาระดับอาชีพ ที่มี

ประสบการณ์อย่างน้อย 3 ปี โดยให้แสดงทักษะต่อหน้าผู้ชมซึ่งคือนักศึกษามหาวิทยาลัย จำนวน 30 คน ชาย 15 คน และหญิง 15 คน จำลองสถานการณ์ทั้งหมด 7 แบบ คือ 1) แบบ ไม่มีผู้ชม 2) ผู้ชมเพศชาย ที่กระตือรือร้น 3) ผู้ชมเพศหญิงที่กระตือรือร้น 4) ผู้ชมเพศชายและหญิงที่กระตือรือร้น 5) ผู้ชมเพศชาย ที่เฉื่อยชา 6) ผู้ชมเพศหญิงที่เฉื่อยชา 7) ผู้ชมเพศชายและหญิงที่เฉื่อยชา ผลการทดลองพบว่า นักกีฬา แสดงทักษะการตอบโต้ที่ดีที่สุดเมื่ออยู่ต่อหน้า 1) ผู้ชมแบบกระตือรือร้นทั้งเพศชายและหญิง ตามมาด้วย 2) แบบเพศหญิงที่กระตือรือร้น 3) ผู้ชมเพศหญิงที่เฉื่อยชา 4) ผู้ชมเพศชายและหญิงที่เฉื่อยชา 5) ผู้ชมเพศชายที่กระตือรือร้น 6) ผู้ชมเพศชายที่เฉื่อยชา และสุดท้าย คือ แบบ ไม่มีผู้ชม สรุปได้ว่า การแสดงทักษะความสามารถของนักกีฬาต่อหน้าผู้ชมจะทำให้แสดงออกมาได้ดี โดยเฉพาะผู้ชมแบบมีส่วนร่วมที่ดูกระตือรือร้นซึ่งจะเป็นแรงเสริมอย่างดีต่อนักกีฬาในเพิ่มความสามารถในการแสดงทักษะที่ง่าย ไม่ซับซ้อน

คาโปลาและคณะ (Dhapola; et al. 2010: Online) ได้ศึกษาเกี่ยวผลของผู้ชมสองแบบ คือ แบบที่ไม่เป็นมิตรและแบบที่ให้การสนับสนุน ที่มีต่อการแสดงทักษะทางกลไก กลุ่มตัวอย่างคือนักเรียนจำนวน 50 คน ลุ่มเพื่อแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม 25 คน ชาย 15 คน หญิง 10 คน ทำการทดสอบโดยให้ปฏิบัติทักษะลูก-นั้งแบบงอเข้า ดึงข้อ (ชาย) ดึงข้อค้ำไว้ (หญิง) การทดสอบการทรงตัว การทดสอบความเร็ว และการเลี้ยงบอล ให้เด็กนักเรียนจำนวน 200 คน นั้งเป็นผู้ชมในรอบแรกให้แสดงเป็นผู้ชมแบบไม่เป็นมิตรด้วยการส่งเสียงรบกวนกลุ่มตัวอย่าง เช่น เป่านกหวีด โห่ เหยียดหยาม ตะโกนหรือแสดงคำพูดแบบไม่พอใจ และให้กลุ่มตัวอย่างแสดงเป็นผู้ชมแบบให้การสนับสนุนเพื่อเพิ่มแรงพยายามด้วยการ ปรบมือ โห่ร้องยินดี ชื่นชมในการแสดงความสามารถ วิเคราะห์ทางสถิติแบบที (*t-test*) กำหนดความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ผลการทดสอบพบว่า การทดสอบดึงข้อและแบบค้ำไว้ การทรงตัวและทดสอบความเร็ว พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญ แต่ไม่พบความแตกต่างกันในการทดสอบลูก-นั้งและการทดสอบเลี้ยงบอล ระหว่างการแสดงทักษะต่อหน้าผู้ชมทั้งสองแบบ

ฮาทิจอร์จิอาดิส และคณะ (Hatzigeorgiadis; et al. 2008: Online) ทำการศึกษาเกี่ยวกับผลของการแรงจูงใจด้วยการพูดกับตนเองที่มีต่อความเชื่อมั่นและการแสดงความสามารถในนักกีฬาเทนนิสเยาวชน จุดมุ่งหมายของการศึกษานี้เพื่อทดสอบผลของการสร้างแรงจูงใจด้วยการพูดกับตนเองที่มีต่อความเชื่อมั่นและความสามารถ กลุ่มตัวอย่างคือนักกีฬาเทนนิสเยาวชน 46 คน การทดลองแบ่งออกเป็น 5 ช่วง ช่วงแรกให้กลุ่มตัวอย่างแสดงทักษะตีโฟร์แฮนด์ หลังจากนั้นแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม และให้กลุ่มตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่มทำการฝึกแบบเดิมต่อไปอีก 3 ช่วงการฝึก โดยกลุ่มทดลองฝึกควบคู่กับการพูดกับตนเอง ในช่วงสุดท้ายให้กลุ่มตัวอย่างปฏิบัติทักษะตีโฟร์แฮนด์ โดยให้กลุ่มทดลองสร้างแรงจูงใจด้วยการพูดกับตนเอง ทดสอบด้วยสถิติ ANOVAs Mixed model กำหนดความมีนัยสำคัญทางสถิติของความเชื่อมั่นเฉพาะอย่างทีระดับ .05 และของการแสดงความสามารถทีระดับ .01 จากการเปรียบเทียบแสดงให้เห็นว่ากลุ่มทดลองมีความเชื่อมั่นและ

ความสามารถเพิ่มขึ้น ($p < .01$) และในกลุ่มควบคุมไม่พบการเปลี่ยนแปลง นอกจากนี้การวิเคราะห์ความสัมพันธ์แสดงให้เห็นว่าการที่ความเชื่อมั่นเฉพาะอย่างเพิ่มขึ้นจะส่งผลในทางบวกทำให้ความสามารถเพิ่มขึ้น ($p < .05$) ผลการทดลองอธิบายว่าการเพิ่มขึ้นของความเชื่อมั่นเฉพาะอย่างส่งผลให้กลไกของการปฏิบัติทักษะทำงานได้ดี ซึ่งอธิบายว่าการพูดกับตนเองมีผลทำให้การแสดงความสามารถง่ายขึ้น

วอลซ์ และกิล (Walsh; & Gill. 2007) ได้ทำการศึกษาผลของผู้ชมที่มีต่อความสามารถในการออกกำลังกายแบบกายภาพบำบัด กลุ่มตัวอย่างเป็นอาสาสมัคร เพศหญิง 36 คน เพศชาย 4 คน ด้วยทดสอบยืนทรงตัวขาเดียวแบบไม่มีผู้ชมและมีผู้ชม 3 คน อยู่ขณะทดสอบ วิเคราะห์สถิติแบบรายคู่ (Paired T-test) ผลการทดสอบพบว่า ไม่พบความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญของกลุ่มตัวอย่างเพศหญิงเมื่อปฏิบัติทักษะต่อหน้าผู้ชมทั้ง 3 คน

ลอร์ และคณะ (Law; et al. 2003: Online) ทำการศึกษาเกี่ยวกับผู้ชมที่มีลักษณะเป็นมิตรและเป็นกันเองที่มีผลต่อองค์ความรู้ทางทักษะสองประการ โดยลักษณะผู้ชมแบ่งเป็น 3 แบบ คือ แบบสังเกต ไม่มีส่วนร่วม แบบให้การสนับสนุน และแบบต่อต้าน ให้กลุ่มตัวอย่างเรียนรู้ทักษะกีฬาเทเบิลเทนนิส และจะทำการวัดความสามารถในภายหลัง ผลการทดลองพบว่า ผู้ชมแบบที่ให้การสนับสนุนจะเพิ่มการเรียนรู้ทักษะของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งยืนยันสมมติฐานว่า ผู้ชมที่ให้การสนับสนุนจะก่อให้เกิดความสนใจในระดับสูงต่อการเรียนรู้ทักษะของกลุ่มตัวอย่างได้ดีกว่า ผู้ชมแบบต่อต้านและแบบไม่มีส่วนร่วม

มัวร์ และบริลิ่งสกี (Moore; & Brylinsky. 1993: Online). ทำการศึกษาผู้ชมกีฬาที่มีผลต่อการแสดงความสามารถของนักกีฬาบาสเกตบอลระดับวิทยาลัย ที่มาของการศึกษานี้มาจากเหตุการณ์ที่มีโรคหัดระบาด ทำให้การแข่งขันบาสเกตบอลลีกไม่มีผู้ชมมาชมการแข่งขันซึ่งเป็นเหตุการณ์ตามธรรมชาติที่เกิดขึ้นได้บ่อยครั้งนัก ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาโดยสังเกตความแตกต่างจากค่าเฉลี่ยและผลการแสดงความสามารถพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีพัฒนาการในหลายทักษะเมื่อ ไม่มีผู้ชม

บัวชอร์ด และเธเรส (Bouchard; & Therese. 1990) ได้ศึกษาอิทธิพลของความเชื่อมั่นเฉพาะอย่างที่มีต่อความสามารถของทักษะทางกาย กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาวิทยาลัยแคนดา จำนวน 64 คน โดยการสร้างความเชื่อมั่นเฉพาะอย่างด้วยการให้ข้อมูลย้อนกลับทางบวก พบว่า กลุ่มตัวอย่างสามารถปฏิบัติทักษะได้อย่างสมบูรณ์ และมีกลยุทธ์ในการแก้ไขได้อย่างมีประสิทธิภาพ

เกรียร์ (Greer. 1983: Online) ได้ศึกษาที่มาของปัจจัยความได้เปรียบในการแข่งขันในบ้าน (HA) เป็นการศึกษาแบบกึ่งทดลอง โดยเลือกสังเกตเฉพาะผู้ชมที่เป็นแฟนประจำ ทำการวัดการแสดงความสามารถภายหลังจาก แข่งขันต่อหน้าผู้ชมแบบให้ไล่เปรียบเทียบกับความสามารถในการแข่งขันที่มีผู้ชมแบบปกติ วิเคราะห์ความแปรปรวนด้วยคะแนน จำนวนการฟาล์ว เทิร์นโอเวอร์ และองค์ประกอบต่างๆ ของการแสดงความสามารถพบว่า หลังการทดลอง ช่วงแรกการแสดงความสามารถเพิ่มขึ้นเมื่อบรรยากาศเป็นไปอย่างสนุกสนานของทีมเจ้าบ้าน ต่อมาแทบจะไม่เห็นความเปลี่ยนแปลงของทีม

เจ้าบ้าน แต่พบการลดลงอย่างชัดเจนของทีมเยือน โดยสรุปแล้ว เสียงของผู้ชมสามารถไปยับยั้งหรือ
ขัดขวางคุณภาพการแสดงความสามารถของทีมเยือน ซึ่งอาจเป็นไปได้ว่า ผู้ชมสามารถส่งผลถึงกรรมการ
ในการตัดสินอีกด้วย ทั้งสองสิ่งนี้ สอดคล้องกับสมมติฐานว่าผู้ชมกีฬาที่มีอิทธิพลต่อความได้เปรียบใน
การแข่งขันในบ้าน



บทที่ 3

วิธีการดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยมีขั้นตอนดำเนินการดังต่อไปนี้

1. การกำหนดกลุ่มประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในการวิจัย

ประชากรในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนิสิตภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ อ.องครักษ์ จ.นครนายก ชั้นปีที่ 1 - 4 อายุระหว่าง 19 - 22 ปี จำนวน 180 คน

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตชาย ภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ อ.องครักษ์ จ.นครนายก ชั้นปีที่ 1 - 4 อายุระหว่าง 19 - 22 ปี เพศชาย จำนวน 30 คน โดยวิธีการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) ซึ่งเป็นบุคคลที่มีทักษะหรือเคยผ่านการเรียนกีฬาบาสเกตบอล ก่อนการทดลองให้กลุ่มตัวอย่างทำการทดสอบคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสเกตบอล คนละ 10 ลูก แล้วเรียงคะแนนจากน้อยไปมากสลับกันเพื่อแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม คือ

กลุ่มที่ 1 ศึกษาคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสเกตบอลในสถานการณ์ที่มีผู้ชมแบบให้การสนับสนุน (Supportive Spectators)

กลุ่มที่ 2 ศึกษาคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสเกตบอลในสถานการณ์ที่มีผู้ชมแบบต่อต้าน (Hostile Spectators)

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. การทดสอบคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสเกตบอล
 - 1.1 การทดสอบคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสเกตบอลก่อนการทดลอง
 - 1.2 การทดสอบคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสเกตบอลในการทดลอง

2. รูปแบบคำพูดและท่าทางที่ใช้การทดลองในสถานการณ์แข่งขันยิงประตูโทษบาสดบอล
ดังนี้

2.1 กลุ่มที่ 1 ทดสอบความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดบอลในสถานการณ์ที่มี
ผู้ชมแบบให้การสนับสนุน (Supportive Spectators)

2.2 กลุ่มที่ 2 ทดสอบคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดบอลในสถานการณ์
ที่มีผู้ชมแบบต่อต้าน (Hostile Spectators) (ภาคผนวก ง)

3. ใบบันทึกคะแนนในการยิงประตูโทษบาสดบอล

4. ลูกบาสดบอล

ลูกบาสดบอลชายมีเส้นรอบวงประมาณ 30 นิ้ว (76 เซนติเมตร) และหนักประมาณ 1
ปอนด์ 5 ออนซ์ (600 กรัม)

5. อุปกรณ์ที่ใช้ในการเชียร์กีฬา ได้แก่ กลอง ฉิ่ง ฉาบ นกหวีด และแตรลม

6. สนามบาสดบอล

สนามบาสดบอลมาตรฐานในเกมสากลมีขนาด 28 x 15 เมตร (ประมาณ 92 x 49 ฟุต)

การหาคุณภาพของเครื่องมือในการวิจัย

หาคุณภาพเครื่องมือเชิงประจักษ์ โดยผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน (ภาคผนวก ก)

การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

2. กำหนดกลุ่มประชากรและกลุ่มตัวอย่าง ติดต่อขอความอนุเคราะห์ในด้านอุปกรณ์และ
สถานที่ ในการเก็บข้อมูล

3. สร้างเครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง ได้แก่ (1) การทดสอบคะแนน (2) รูปแบบคำพูดและ
ท่าทางของผู้ชมทั้ง 2 รูปแบบ คือ ผู้ชมแบบให้การสนับสนุนและผู้ชมแบบต่อต้าน ที่ใช้ทดลองใน
สถานการณ์การแข่งขันยิงประตูโทษบาสดบอล จากนั้น หาคุณภาพของเครื่องมือในการวิจัยเชิง
ประจักษ์โดยผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน (ภาคผนวก ก) ตรวจสอบความถูกต้องและความเหมาะสม

4. ขออนุมัติด้านจริยธรรมในการทำวิจัย

5. ติดต่อขอความร่วมมือจากกลุ่มตัวอย่างและให้ลงนามในหนังสือแสดงความยินยอมในการ
เข้าร่วมงานวิจัย (ภาคผนวก ค)

7. ดำเนินการก่อนการทดลอง โดยให้กลุ่มตัวอย่างทำการทดสอบคะแนนความสามารถใน
การยิงประตูโทษบาสดบอลคนละ 10 ลูก ก่อนการทดลองเพื่อแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม
กลุ่มละ 15 คน

8. ทำการทดลอง โดยให้กลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 ทำการทดสอบคะแนนความสามารถ โดยกำหนดว่าเป็นสถานการณ์การแข่งขันยิงประตูโทษบาสดบอล คนละ 10 ลูก ให้กลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มสลับกันทำการทดลองเพื่อไม่ให้กลุ่มตัวอย่างทราบล่วงหน้าว่าจะเจอกับสถานการณ์แบบใด

8.1 กลุ่มที่ 1 ทำการทดสอบคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดบอลในสถานการณ์ที่มีผู้ชมแบบให้การสนับสนุน (Supportive Spectators)

8.2 กลุ่มที่ 2 ทำการทดสอบคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดบอลในสถานการณ์ที่มีผู้ชมแบบต่อต้าน (Hostile Spectators)

9. นำข้อมูลที่ได้ไปวิเคราะห์ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ

10. แปรผลและสรุปผลการทดลอง

การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำผลการทดลองที่ได้มาดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ทดสอบคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดบอลก่อนการทดลอง เพื่อแบ่งกลุ่มตัวอย่าง จากนั้น หาค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่ม

2. เปรียบเทียบหาความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดบอลภายในกลุ่มที่ 1 ในสถานการณ์ที่มีผู้ชมแบบให้การสนับสนุน (Supportive Spectators) และภายในกลุ่มที่ 2 ในสถานการณ์ที่มีกลุ่มผู้ชมแบบต่อต้าน (Hostile Spectators) ที่ก่อนการทดลองและหลังการทดลองโดยการใช้สถิติแบบที (Paired t-test)

3. เปรียบเทียบหาความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดบอลระหว่างกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 ก่อนการทดลองและหลังการทดลองโดยการใช้สถิติแบบที (Independent t-test)

4. กำหนดความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

บทที่ 4

การวิเคราะห์และแปรผลข้อมูล

การวิจัยเรื่อง อิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อความสามารถในการยิงประตู โทษบาสเกตบอล กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นิสิตชาย สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา ชั้นปีที่ 1-4 จำนวน 30 คน ซึ่งได้มาจากการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง คือ เป็นบุคคลที่มีทักษะหรือเคยผ่านการเรียนกีฬาบาสเกตบอล และทำการทดสอบคะแนนก่อนการทดลองเพื่อแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มที่ 1 ทดลองในสถานการณ์ที่มีผู้ชมแบบให้การสนับสนุน (Supportive Spectators) และกลุ่มที่ 2 ทดลองในสถานการณ์ที่มีผู้ชมแบบต่อต้าน (Hostile Spectators) ทดลองโดยกำหนดว่าเป็นสถานการณ์การแข่งขันยิงประตู โทษบาสเกตบอล

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบทดสอบคะแนนก่อนการทดลองและหลังการทดลอง และรูปแบบคำพูดและท่าทางของผู้ชมที่ใช้ในการทดลอง ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยผ่านผู้เชี่ยวชาญ 5 ท่าน จากนั้น นำคะแนนที่ได้ก่อนการทดลองและหลังการทดลองของกลุ่มตัวอย่างมาวิเคราะห์ข้อมูลดังนี้

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลแบ่งออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ตาราง 1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานคะแนนของกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง

ตอนที่ 2 ตาราง 2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนภายในกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง

ตอนที่ 3 ตาราง 3 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนระหว่างกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง

ตอนที่ 1 แสดงค่าเฉลี่ยคะแนนและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2

ตาราง 1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานคะแนนของกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 ที่ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง

ที่	กลุ่ม	N	\bar{X}	S.D.
ก่อนทดลอง	กลุ่มที่ 1	15	5.53	1.84
	กลุ่มที่ 2	15	5.60	1.88
หลังทดลอง	กลุ่มที่ 1	15	5.73	1.58
	กลุ่มที่ 2	15	4.47	1.84

กลุ่มที่ 1 ทดลองในสถานการณ์ที่มีกลุ่มผู้ชมแบบให้การสนับสนุน
กลุ่มที่ 2 ทดลองในสถานการณ์ที่มีกลุ่มผู้ชมแบบต่อต้าน

จากตาราง 1 ก่อนการทดลองพบว่า ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานคะแนนของกลุ่มที่ 1 เท่ากับ 5.53 ± 1.84 คะแนน และกลุ่มที่ 2 เท่ากับ 5.60 ± 1.88 คะแนน ตามลำดับ

หลังการทดลองพบว่า ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานคะแนนของกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 เท่ากับ 5.73 ± 1.58 คะแนน และ 4.47 ± 1.84 คะแนน ตามลำดับ

ตอนที่ 2 แสดงผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนภายในกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2

ตาราง 2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนภายในกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 ที่ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง

กลุ่ม	N	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง	t	p-value
กลุ่มที่ 1	15	5.53	5.73	.899	.384
กลุ่มที่ 2	15	5.60	4.47	4.432	.001*

**มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

กลุ่มที่ 1 ทดลองในสถานการณ์ที่มีกลุ่มผู้ชมแบบให้การสนับสนุน
 กลุ่มที่ 2 ทดลองในสถานการณ์ที่มีกลุ่มผู้ชมแบบต่อต้าน

จากตาราง 2 ค่าเฉลี่ยคะแนนภายในกลุ่มที่ 1 ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง มีความแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งพบว่า โดยรวมแล้วคะแนนของกลุ่มที่ 1 ไม่เพิ่มขึ้น เมื่อได้รับการกระตุ้นจากกลุ่มผู้ชมแบบให้การสนับสนุน

ค่าเฉลี่ยคะแนนภายในกลุ่มที่ 2 ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ซึ่งพบว่า คะแนนของกลุ่มที่ 2 ลดลง เมื่อได้รับการกระตุ้นจากกลุ่มผู้ชมแบบต่อต้าน

ตอนที่ 3 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนระหว่างกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2

ตาราง 3 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนระหว่างกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 ที่ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง

ที่	กลุ่มที่ 1 (N = 15)	กลุ่มที่ 2 (N = 15)	T	p-value
ก่อนการทดลอง	5.53	5.60	.098	.923
หลังการทดลอง	5.73	4.47	2.019	.053

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กลุ่มที่ 1 ทดลองในสถานการณ์ที่มีกลุ่มผู้ชมแบบให้การสนับสนุน
 กลุ่มที่ 2 ทดลองในสถานการณ์ที่มีกลุ่มผู้ชมแบบต่อต้าน

จากตาราง 3 ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ค่าเฉลี่ยคะแนนระหว่างกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 มีความแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งพบว่า คะแนนของกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มไม่พบความแตกต่างกัน เมื่อกลุ่มตัวอย่างได้รับการกระตุ้นจากกลุ่มผู้ชมทั้งแบบให้การสนับสนุนและกลุ่มผู้ชมแบบต่อต้าน

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผลและข้อเสนอแนะ

สังเขปจุดมุ่งหมาย สมมติฐาน และวิธีการวิจัย

จุดมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาอิทธิพลของผู้ชมแบบให้การสนับสนุน (Supportive Spectators) และผู้ชมแบบต่อต้าน (Hostile Spectators) ที่มีต่อการแสดงความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดกบอล
2. เพื่อเปรียบเทียบอิทธิพลของผู้ชมแบบให้การสนับสนุน (Supportive Spectators) กับผู้ชมแบบต่อต้าน (Hostile Spectators) ที่มีต่อการแสดงความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดกบอล

ความสำคัญของการวิจัย

เพื่อศึกษาอิทธิพลของผู้ชมแบบให้การสนับสนุน (Supportive Spectators) และผู้ชมแบบต่อต้าน (Hostile Spectators) ที่มีต่อการแสดงความสามารถในทักษะการยิงประตูโทษบาสดกบอล ซึ่งอธิบายถึงการตอบสนอง (Response) ทางร่างกายต่อสิ่งกระตุ้นหรือสิ่งเร้า (Stimulus) ซึ่งในที่นี้คือผู้ชม (Spectators) ในสถานการณ์ที่แตกต่างกัน ทั้งในแบบให้การสนับสนุนและแบบต่อต้าน และนำผลการวิจัยที่ได้ในครั้งนี้ มาเป็นแนวทางในการจัดการ การปรับปรุง และพัฒนาสภาพแวดล้อมให้มีความเหมาะสมแก่การฝึกซ้อมรวมถึงการเตรียมความพร้อมในการฝึกซ้อมและแข่งขันของนักกีฬา หรือการเรียนการสอนทักษะทางกีฬา ของผู้ฝึกสอนกีฬา และผู้ที่สนใจต่อไป

สมมติฐานการวิจัย

1. กลุ่มผู้ชมแบบให้การสนับสนุนกับกลุ่มผู้ชมแบบต่อต้าน จะมีอิทธิพลต่อความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดกบอลของกลุ่มตัวอย่างแตกต่างกัน
2. กลุ่มผู้ชมแบบให้การสนับสนุนจะมีอิทธิพลต่อความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดกบอลของกลุ่มตัวอย่าง
3. กลุ่มผู้ชมแบบต่อต้านจะมีอิทธิพลต่อความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดกบอลของกลุ่มตัวอย่าง

ขอบเขตการวิจัย

ประชากรในการวิจัย

ประชากรในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนิสิตชายสาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ อ.องครักษ์ จ.นครนายก ชั้นปีที่ 1 - 4 อายุระหว่าง 19 - 22 ปี จำนวน 180 คน

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตชาย สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ อ.องครักษ์ จ.นครนายก ชั้นปีที่ 1 - 4 อายุระหว่าง 19 - 22 ปี จำนวน 30 คน โดยวิธีการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) ก่อนการทดลอง ให้กลุ่มตัวอย่างทำการทดสอบคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดบอล คนละ 10 ลูก จากนั้นเรียงคะแนนจากน้อยไปมากสลับกันเพื่อแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม คือ

กลุ่มที่ 1 ทำการทดสอบคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดบอลในสถานการณ์ที่มีผู้ชมแบบให้การสนับสนุน

กลุ่มที่ 2 ทำการทดสอบคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดบอลในสถานการณ์ที่มีผู้ชมแบบต่อต้าน

ตัวแปรที่ศึกษา

1. ตัวแปรอิสระ (Independent Variables) คือ
 - 1.1 กลุ่มผู้ชมแบบให้การสนับสนุน (Supportive Spectators)
 - 1.2 กลุ่มผู้ชมแบบต่อต้าน (Hostile Spectators)
2. ตัวแปรตาม (Dependent Variable) คือ คะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดบอล

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. การทดสอบคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดบอล
 - 1.1 การทดสอบคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดบอลก่อนการทดลอง
 - 1.2 การทดสอบคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดบอลในการทดลอง
2. รูปแบบคำพูดและท่าทางที่ใช้การทดลองในสถานการณ์แข่งขันยิงประตูโทษบาสดบอล

ดังนี้

2.1 กลุ่มที่ 1 ทดสอบความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดกบอลในสถานการณ์ที่มีผู้ชมแบบให้การสนับสนุน (Supportive Spectators)

2.2 กลุ่มที่ 2 ทดสอบคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดกบอลในสถานการณ์ที่มีผู้ชมแบบต่อต้าน (Hostile Spectators)

การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำผลการทดลองที่ได้มาดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ มีรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. ทดสอบคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดกบอลก่อนการทดลอง เพื่อแบ่งกลุ่มตัวอย่าง จากนั้น หาค่าเฉลี่ย (Mean) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ของกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่ม

2. เปรียบเทียบหาความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดกบอลภายในกลุ่มที่ 1 ในสถานการณ์ที่มีผู้ชมแบบให้การสนับสนุน (Supportive Spectators) และภายในกลุ่มที่ 2 ในสถานการณ์ที่มีกลุ่มผู้ชมแบบต่อต้าน (Hostile Spectators) ที่ก่อนการทดลองและหลังการทดลองโดยการใช้สถิติแบบที่ (Paired t-test)

3. เปรียบเทียบหาความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดกบอลระหว่างกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 ก่อนการทดลองและหลังการทดลองโดยการใช้สถิติแบบที่ (Independent t-test)

4. กำหนดความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สรุปผลการวิจัย

ตอนที่ 1 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานคะแนนของกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง

1. ก่อนการทดลอง ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน คะแนนของกลุ่มที่ 1 เท่ากับ 5.53 ± 1.84 คะแนน และกลุ่มที่ 2 เท่ากับ 5.60 ± 1.88 คะแนน ตามลำดับ

2. หลังการทดลอง ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน คะแนนของกลุ่มที่ 1 เท่ากับ 5.73 ± 1.58 คะแนน และกลุ่มที่ 2 เท่ากับ 4.47 ± 1.84 คะแนน ตามลำดับ

ตอนที่ 2 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนภายในกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง

1. คะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดบอลของกลุ่มที่ 1 ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง พบความแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. คะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดบอลของกลุ่มที่ 2 ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง พบความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

ตอนที่ 3 ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนระหว่างกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 ก่อนการทดลองและหลังการทดลอง

1. คะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดบอล ก่อนการทดลอง ระหว่างกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 พบความแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. คะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดบอล หลังการทดลอง ระหว่างกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 พบความแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผล

จากการวิจัยครั้งนี้พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ทดสอบความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดบอลของในสถานการณ์ที่มีผู้ชมแบบให้การสนับสนุนนั้น มีความแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < .05$) เมื่อเปรียบเทียบระหว่างก่อนการทดสอบและหลังการทดสอบ นั้นแสดงว่าโดยรวมแล้วความสามารถของกลุ่มตัวอย่างไม่ได้เพิ่มขึ้น ซึ่งมีความสอดคล้องกับ ค็อกซ์ (LeUnes; & Nation, 2002; citing Cox, 1990) ที่กล่าวว่า (1) อิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อนักกีฬาที่มีระดับทักษะต่ำอาจจะมีผลไปในทางลบ (2) อิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อทักษะระดับปานกลางอาจจะมีผลหรือไม่มีผลต่อการแสดงความสามารถก็ได้ (3) อิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อระดับทักษะสูงอาจจะมีผลไปในทางบวก เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยนี้มีระดับทักษะที่หลากหลาย โดยรวมแล้วจึงทำให้ไม่เกิดความแตกต่างระหว่างก่อนการทดสอบและหลังการทดสอบ และยังคงสอดคล้องกับงานวิจัยของ เอฟติงและคณะ (Epting; et al. 2011) ที่ทำการทดลองในทักษะกีฬาที่มีลักษณะคล้ายคลึงกัน คือ เป็นทักษะที่ไม่ซับซ้อน พบพบว่า ผู้ชมแบบให้การสนับสนุนไม่มีผลต่อการยิงประตูโทษบาสดบอลและทักษะการพัตต์กอล์ฟของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นไปในแนวทางเดียวกันกับงานวิจัยของดาโพล่าและคณะ (Dhapola; et al. 2010) ที่ทำการทดสอบเกี่ยวกับผู้ชมทั้งสองแบบที่มีต่อการแสดงความสามารถ (การทดสอบสมรรถภาพทางกาย) ซึ่งผลที่ได้ นั้นพบว่าการทดสอบในบางทักษะนั้นไม่พบความแตกต่างกันขณะที่แสดงต่อหน้าผู้ชมทั้งสองแบบ รวมถึงผลงานวิจัยของ วอลซ์และกิล (Walsh; & Gill, 2007) ที่ศึกษาผลของผู้ชมที่มีต่อการออกกำลังกายในกลุ่มผู้ที่ทำกายภาพบำบัด ซึ่งไม่พบความแตกต่างเช่นกัน นั้นแสดงว่า ระดับทักษะทางกายมีผลต่อรับรู้และการตอบสนองต่อสิ่งกระตุ้นหรือสิ่งเร้านั้นๆ ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ผู้วิจัยตั้งไว้ว่า ผู้ชมแบบให้การสนับสนุนจะมีอิทธิพลต่อการแสดงความสามารถของกลุ่มตัวอย่าง

ขณะเดียวกัน คะแนนของกลุ่มตัวอย่างที่ทดสอบความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดกบอล ในสถานการณ์ที่มีผู้ชมแบบต่อต้าน เมื่อเปรียบเทียบระหว่างก่อนการทดสอบและหลังการทดสอบพบ ความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ ($p < .05$) นั้นแสดงว่าความสามารถของกลุ่มตัวอย่างลดลง ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ นาวาโร (Navarro, 2012) ที่ศึกษาการยิงประตูฟุตบอลในสถานการณ์ที่มีแรงกดดันสูง พบว่า เวลาในการเข้าไปทำประตูของกลุ่มตัวอย่างเพิ่มขึ้นและทำให้การแสดงความสามารถลดลง และมีความสอดคล้องกับงานวิจัยของ เอพติงและคณะ (Epting; et al. 2011) ที่พบว่า ลักษณะผู้ชมแบบต่อต้าน หรือเยาะเย้ย ไม่เป็นมิตรนั้นทำให้การแสดงความสามารถในทักษะการขว้างลูกเบสบอลของกลุ่มตัวอย่างลดลง ซึ่งเป็นไปในแนวทางเดียวกันกับงานวิจัยของ ลอว์และคณะ (Law; et al. 2003) ที่พบว่าผู้ชมแบบต่อต้านและแบบไม่มีส่วนร่วมนั้นไม่สนับสนุนต่อการเรียนรู้ทักษะของกลุ่มตัวอย่าง และยังสอดคล้องกับสมลักษณ์ สมบูรณ์สิงห์ (2525) ที่ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมของผู้ชมที่มีต่อความสามารถของนักกีฬาโดยใช้วิธีการสัมภาษณ์นักกีฬา ซึ่งผลพบว่า ผู้ชมที่มีพฤติกรรมแบบ ต่ำหนิ ยุแหย่ หรือโอหัง และแสดงท่าทางแบบการกระตือรือร้นหรือเป่าปากนั้น ทำให้เกิดการเสียสมาธิ เกิดความประหม่า เล่นได้ไม่ดีหรือเกิดความผิดพลาด ซึ่งผลการวิจัยที่ได้นั้นเป็นไปตามสมมติฐานที่ผู้วิจัยตั้งไว้ว่า ผู้ชมแบบต่อต้านจะมีอิทธิพลต่อการแสดงความสามารถของกลุ่มตัวอย่าง

จากการเปรียบเทียบคะแนนของกลุ่มตัวอย่างทั้งสองกลุ่มหลังการทดสอบ ผลการวิจัยพบว่า มีความแตกต่างอย่างไม่มีนัยสำคัญ ($p < .05$) กล่าวคือ หลังจากกลุ่มตัวอย่างได้รับการกระตุ้นจากกลุ่มผู้ชมทั้งแบบให้การสนับสนุนและผู้ชมแบบต่อต้าน คะแนนที่ได้หลังการทดสอบมีความแตกต่างกัน ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานงานวิจัยที่ว่า ผู้ชมแบบให้การสนับสนุนและผู้ชมแบบต่อต้านมีอิทธิพลต่อความสามารถของกลุ่มตัวอย่างแตกต่างกัน ซึ่งผลการวิจัยครั้งนี้ สอดคล้องกับ คีออร์ช (LeUnes; & Nation, 2002; อ้างอิงจาก Cox, 1990) ที่กล่าวว่า ผู้ชมจะมีอิทธิพลบุคคลที่มีระดับทักษะปานกลางอาจจะเกิดอิทธิพลต่อความสามารถไปในทางใดทางหนึ่งหรือไม่เกิดผลก็ได้ ทั้งนี้กลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยครั้งนี้มีระดับทักษะหลากหลาย การรับรู้และตอบสนองต่อสิ่งกระตุ้นอาจมีความแตกต่างกันไปตามระดับทักษะของกลุ่มตัวอย่าง จึงทำให้ผลที่ได้ไม่พบความแตกต่างกัน และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ เอพติงและคณะ (Epting; et al. 2011) ที่พบว่าในบางทักษะนั้น ผู้ชมทั้งสองแบบไม่มีผลต่อการแสดงความสามารถของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งเป็นไปในแนวทางเดียวกันกับผลงานวิจัยของ คาโปลาและคณะ (Daphola; et al. 2010) ที่ศึกษาอิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อความสามารถในการทดสอบสมรรถภาพทางกาย พบว่า เมื่อเปรียบเทียบระหว่างผู้ชมทั้งสองแบบไม่มีความแตกต่างกันในการทดสอบลูก-นั่ง และการทดสอบดึงข้อ และยังสอดคล้องกับงานวิจัยของ วอลซ์และกิล (Walsh; & Gill, 2007) ที่ศึกษาผลของผู้ชมที่มีต่อการทำกายภาพบำบัด พบว่า ผู้ชมแบบให้การสนับสนุน ผู้ชมแบบต่อต้าน และผู้ชมแบบไม่มีส่วนร่วม ผู้ชมทั้ง 3 แบบมีผลต่อความสามารถในการทำกายภาพบำบัดของกลุ่มตัวอย่างไม่แตกต่างกัน จากผลการวิจัยครั้งนี้ทำให้เห็นว่า การแสดงออกทางพฤติกรรม สิ่งแวดล้อม และปัจจัยของบุคคลมี

ความสัมพันธ์กันอยู่ (วิจิตพาลี เจริญขวัญ, 2551; อ้างอิงจาก Bandura, 1977) จากการแสดงออกทางพฤติกรรมของผู้ชมที่มีอิทธิพลต่อการตอบสนองของนักกีฬาในการแสดงความสามารถทางกีฬา ซึ่งการรับรู้และการตอบสนองต่อสิ่งกระตุ้นหรือสิ่งเร้า ในที่นี้คือผู้ชม ของกลุ่มตัวอย่างหรือนักกีฬานั้นจะขึ้นอยู่กับลักษณะของสิ่งกระตุ้นหรือสิ่งเร้า ระดับทักษะของกลุ่มตัวอย่าง รวมถึงประเภทของทักษะ และระดับความยากของทักษะหรือกิจกรรม และอาจจะมีปัจจัยอื่นๆร่วมด้วย เช่น บุคลิกภาพส่วนบุคคล (พิชิต เมืองนาโพธิ์, 2553) ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับการแสดงความสามารถทางการกีฬา ซึ่งหากจะให้เกิดประสิทธิภาพในการฝึกซ้อมและการแข่งขันที่ดีที่สุด นอกจากความพร้อมด้านทักษะและสมรรถภาพทางกายแล้ว นักกีฬาควรได้รับการกระตุ้นที่เหมาะสม การตอบสนองที่พอดี นักกีฬาถึงจะแสดงความสามารถออกมาได้อย่างมีประสิทธิภาพนั่นเอง (สืบสาย บุญวิโรบล, 2541) รวมทั้งการเรียนรู้ทักษะทางกีฬาที่ดีจะเกิดขึ้นได้ก็ต่อเมื่อปัจจัยทางสภาพแวดล้อมนั้นมีความเหมาะสมนั่นเอง

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งนี้

1. ในการวิจัยครั้งนี้ ควรมีการทดลองเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุมด้วย เพื่อให้เห็นความแตกต่างหรือความเปลี่ยนแปลงในการทดลองได้ดียิ่งขึ้น
2. ในการวิจัยครั้งนี้ควรมีการกำหนดหรือแบ่งแยกระดับทักษะของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ระดับทักษะต่ำ ระดับทักษะปานกลาง และระดับทักษะสูง เพื่อให้เห็นผลการวิจัยได้อย่างชัดเจน

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ในการวิจัยครั้งต่อไปควรมีการทดลองในกิจกรรมหรือทักษะกีฬาอื่นๆ หรือทักษะที่มีความซับซ้อนและระดับของทักษะที่หลากหลายขึ้น รวมถึงระดับความสำคัญของกิจกรรมนั้นๆ เช่น ศึกษาในการแข่งขันระดับกีฬามหาวิทยาลัย กีฬาแห่งชาติ การแข่งขันชิงแชมป์ หรือระดับนานาชาติ เป็นต้น
2. ในการวิจัยครั้งต่อไปควรมีการศึกษาแบบเชิงคุณภาพหรือทำควบคู่กันไป เช่น การสังเกตโดยผู้วิจัย หรือการสัมภาษณ์โดยตรงจากกลุ่มตัวอย่าง เพื่อให้ผลงานวิจัยมีความชัดเจนและมีความหลากหลายมากขึ้น



บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2546). *ความเครียดของคนไทย*. กรุงเทพฯ: ปิยอนด์พับลิชชิง.
- ชาญชัย อัจฉินสมาจาร. (2550). *จิตวิทยาการโค้ชกีฬา*. กรุงเทพฯ: ปัญญาชน.
- คำรัส ดาราศักดิ์. (2553). *ความเครียดในการเล่นกีฬาของคู่กันกับนักกีฬา*. สารวิทยาศาสตร์การกีฬา. 11 (121): 6 – 8.
- ฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬา การกีฬาแห่งประเทศไทย (2553). *ความวิตกกังวลในการกีฬา*. สารวิทยาศาสตร์การกีฬา. 10 (120) : 12-14.
- พนม เกตุมาน. (2553). *ความเครียดในนักกีฬา*. สารวิทยาศาสตร์การกีฬา. 10 (117): 8 – 11.
- พิชิต เมืองนาโพธิ์. (2553). *การจัดการกับความเครียด*. สารวิทยาศาสตร์การกีฬา. 11 (126): 2 – 5.
- (2542). *การจัดการความเครียด. เอกสารประกอบการบรรยายการอบรมเชิงปฏิบัติการวิทยาศาสตร์การกีฬาเรื่องการพัฒนาวิทยาศาสตร์การกีฬาเพื่อเตรียมพร้อมเข้าสู่ศตวรรษที่ 21. ระหว่างวันที่ 2 – 6 สิงหาคม 2542. กรุงเทพฯ: กรมพลศึกษา กระทรวงศึกษาธิการ.*
- วิจิตพานี เจริญขวัญ. (2551). *ระบบและทฤษฎีทางจิตวิทยา*. ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: ภาควิชาจิตวิทยา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง. สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- วิวัฒน์ จิตตपालกุล. (2548). *บาทเกตบอล*. กรุงเทพฯ : โอเดียนสโตร์.
- สมลักษณ์ สมบูรณ์สิงห์. (2525). *ความคิดเห็นของนักกีฬาที่มีต่อการเชียร์กีฬา*. วิทยานิพนธ์ วท.ม. (วิทยาศาสตร์การกีฬา). กรุงเทพฯ: บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุปราณี ขวัญบุญจันทร์. (2544). *จิตวิทยาการกีฬา*. กรุงเทพฯ: ไทยวัฒนาการพิมพ์.
- สืบสาย บุญวีรบุตร. (2541). *จิตวิทยาการกีฬา*. ชลบุรี: ชลบุรีการพิมพ์.
- Bouchard; Bouffard; (1990). *Influence of Self-Efficacy on Performance in a Cognitive Task*. Retrieved August 20, 2011, From http://www.eric.ed.gov/ERICWebPortal/search/detailmini.jsp?_nfpb=true&_ERICExtSearch_SearchValue_0=EJ417394&ERICExtSearch_SearchType_0=no&accno=EJ417394
- Burton, Damon; & Raedeke, Thomas D. (2008). *Sport Psychology for Coaches*. United States: Human Kinetics.
- Cox, Richard H. (2007). *Sport Psychology : Concept and Applications*. 6th ed. New York: McGraw-Hill Companies.
- Dhapola, Mahesh Singh. (2010). *Effect of Two Types of Spectators on the Performance of Motor Tasks*. Retrieved August 20, 2011, From http://bjsm.bmj.com/content/44/Suppl_1/i57.1.abstract

- Epting, Kimberly L. et al; (2011). *Cheers VS Jeers: Effects of Audience Feedback on Individual Athletic Performance*. Retrieved August 20, 2011, From http://findarticles.com/p/articles/mi_6894/is_2_13/ai_n57525309/
- Greer, Donald L.; (1983). *Spectator Booing and Home Advantage : A Study of Social Influence in Basketball Arena*. Retrieved August 20, 2011, From <http://www.jstor.org/pss/3033796>.
- Hatzigeorgiadis, Antonis; et al. (2008). Investigating the Functions of Self – Talk : The Effects of Motivational Self – Talk on Self – Efficacy and Performance in Young Tennis Players. *The Sport Psychologist*. 22: 458 – 471.
- Hosseini, Seyed Sajad; et al. (2011). *The Effect of Active and Inactive Male and Female Spectator on Performing Service and Spick Skills in Volleyball*. Middle – East Journal of Scientific Research. 7(3): 303 – 306. From [http://idosi.org/mejsr/mejsr7\(3\)11/9.pdf](http://idosi.org/mejsr/mejsr7(3)11/9.pdf)
- Jowett, Sophia, and Lavalle, David. (2007). *Social Psychology in Sport*. Illinois : Human Kinetics Publishers.
- Law, Jon; et al. (2003). *Motor Performance as a Function of Audience Affability and Metaknowledge*. *Journal of Sport & Exercise Psychology*. 25: 484 – 500.
- Learning Theories Knowledgebase. (2012). *Social Learning Theory (Bandura) at Learning-Theories.com*. Retrieved June 7th, 2012, from <http://www.learning-theories.com/social-learning-theory-bandura.html>
- LeUnes, Arnold; & Nation R, Jack. (2002). *Sport Psychology: An Introduction*. 3rd ed. Illinois : Wadsworth Group.
- Moore, James C. & Brylinsky, Jody A.; (2011). *Spectator Effect on Team Performance in College Basketball*. Retrieved August 20, 2011, From http://findarticles.com/p/articles/mi_hb6401/is_n2_v16/ai_n28626045/.
- Navarro, Martina.; et al. (2012). The Effects of High Pressure on the Point of No Return in Simulated Penalty Kicks. *Journal of Sport & Exercise Psychology*. 34: 83 - 101. Illinois: Human Kinetics Publishers, Inc. From <http://journals.humankinetics.com/jsep-pdf-articles?DocumentScreen=Detail&ccs=6413&cl=24806>
- Seaward, Brian Luke. (2006). *Managing Stress Principles and Strategies for Health and Well - Being*. Ontario: Jones & Bartlett Learning Publishers Canada.

Walsh, Jeremy; & Gill, Geraldine; (2007). *Effect of Spectators on the Performance of a Physiotherapy Exercise*. Retrieved August 20, 2011, From <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0031940607001332>

Weinberg, Robert S. & Gould, Daniel; (2006). *Foundations of Sport & Exercis Psychology*. Fourth Edition. Illinois: Human Kinetics.





ภาคผนวก ก

รายนามผู้เชี่ยวชาญ



รายนามผู้เชี่ยวชาญในการตรวจการทดสอบคะแนน
รูปแบบคำพูดและท่าทางของผู้ชมที่ใช้ในการทดลอง

1. อาจารย์ ดร.วิมลมาศ ประชากุล
อาจารย์คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน
2. อาจารย์ ดร.สุพัชรินทร์ ปานอุทัย
อาจารย์คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา
มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน
3. ดร.ชูศักดิ์ พัฒนมนตรี
ฝ่ายวิทยาศาสตร์การกีฬา
การกีฬาแห่งประเทศไทย
4. อาจารย์ ดร.พิชญาวีร์ ภาณุรัชต์ฐนนท์
อาจารย์คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
5. อาจารย์ จิรนนท์ เจริญชัยภินันท์
อาจารย์คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ภาคผนวก ข

หนังสือเชิญผู้เชี่ยวชาญ





ที่ ศธ 0519.12/1๐๔๐

บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๒๘ กุมภาพันธ์ 2555

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน อาจารย์วิมลมาศ ประชากุล

เนื่องด้วย นางสาววิภาวัลย์ เชาวนัสสุจริต นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬามหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “อิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อความสามารถ ในการยิงประตูโทษบาสเกตบอล” โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.สุปราณีวี ขวัญบุญจันทร์ อาจารย์ ดร.อุษากร พันธุ์วานิช เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัย ขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบรูปแบบคำพูดและทำทางที่ใช้ในการทดสอบคะแนนความสามารถ ในการยิงประตูโทษบาสเกตบอลในสถานการณ์การแข่งขันจริง

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาววิภาวัลย์ เชาวนัสสุจริต และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวัฒนกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0-2649-5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อนิสิต โทรศัพท์ 086-265-6716



ที่ ศธ 0519.12/1039

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๒๘ กุมภาพันธ์ 2555

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน อาจารย์สุพัสรินทร์ ปานอุทัย

เนื่องด้วย นางสาววิภาวัลย์ เชาวนสุจจริต นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปฏิญญานิพนธ์ เรื่อง “อิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อความสามารถ ในการยิงประตูโทษบาสเกตบอล” โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.สุปราณีวี ขวัญบุญจันทร์ อาจารย์ ดร.อุษากร พันธุ์วานิช เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปฏิญญานิพนธ์ ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัย ขอเรียนเชิญท่านเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบรูปแบบคำพูดและท่าทางที่ใช้ในการทดสอบคะแนนความสามารถ ในการยิงประตูโทษบาสเกตบอลในสถานการณ์การแข่งขันจริง

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์เป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาววิภาวัลย์ เชาวนสุจจริต และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวัฒนกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0-2649-5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 086-265-6716



ที่ ศธ 0519.12/1042

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๒๕ กุมภาพันธ์ 2555

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้ว่าการศึกษาแห่งประเทศไทย

เนื่องด้วย นางสาววิภาวัลย์ เชาวนัสสุจรีต นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญาานิพนธ์ เรื่อง “อิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อความสามารถ ในการยิงประตูโทษบาสเกตบอล” โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.สุปราณีวี ขวัญบุญจันทร์ อาจารย์ ดร.อุษากร พันธุ์วานิช เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญาานิพนธ์ ในกรณีนี้ บัณฑิตวิทยาลัย ขอเรียนเชิญ อาจารย์ชูศักดิ์ พัฒนมนตรี เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจรูปแบบคำพูดและทำทางที่ใช้ในการทดสอบ คะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสเกตบอลในสถานการณ์การแข่งขันจริง

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้บุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาววิภาวัลย์ เชาวนัสสุจรีต และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวัฒนกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0-2649-5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 086-265-6716



บันทึกข้อความ

ส่วนราชการ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โทร. 5664

ที่ คร 0519.12/1๐41

วันที่ ๒๘ กุมภาพันธ์ 2555

เรื่อง ขอเชิญเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณบดีคณะพลศึกษา

เนื่องด้วย นางสาววิภาวัลย์ เขาวนัสสุจริต นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “อิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อความสามารถ ในการยิงประตูโทษบาสเกตบอล” โดยมี รองศาสตราจารย์ ดร.สุปราณีวี ขวัญบุญจันทร์ อาจารย์ ดร.อุษากร พันธุ์วานิช เป็นคณะกรรมการควบคุมการทำปริญญานิพนธ์ ในกรณีนี้ บัณฑิตวิทยาลัย ขอเรียนเชิญ อาจารย์พิชญาวีร์ ภาณุรัชต์สุนนท์ และ อาจารย์จิรนนท์ เจริญชัยภินันท์ เป็นผู้เชี่ยวชาญ ตรวจรูปแบบคำพูดและทำทางที่ใช้ในการทดสอบคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสเกตบอล ในสถานการณ์การแข่งขันจริง

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้บุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญให้ นางสาววิภาวัลย์ เขาวนัสสุจริต และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมชาย สันติวัฒน์กุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0-2649-5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 086-265-6716

ภาคผนวก ค

หนังสือแสดงความยินยอมของกลุ่มตัวอย่าง



หนังสือแสดงความยินยอม ของกลุ่มตัวอย่างในการเข้าร่วมงานวิจัย

ข้าพเจ้า นางสาววิภาวัลย์ เชาวนัสสุจริต นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้มีความสนใจวิจัยเรื่อง “อิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดกบอล” เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต

งานวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ ศึกษาอิทธิพลของผู้ชมที่มีต่อความสามารถทางทักษะกีฬา ซึ่งผู้วิจัยได้เลือกทักษะการยิงประตูโทษบาสดกบอลในการทดลอง เพื่อนำผลที่ได้ไปเป็นแนวทางในการจัดการฝึกซ้อมและแข่งขันของนักกีฬา รวมถึงนำไปใช้ในการจัดการเรียนการสอนทางด้านพลศึกษาต่อไป โดยผู้เข้าร่วมทุกท่านจะต้องทำการทดสอบความสามารถในการยิงประตูโทษก่อนการทดลอง เพื่อแบ่งกลุ่มตัวอย่าง จากนั้น ผู้เข้าร่วมจะต้องทำการทดลองโดยการแข่งขันยิงประตูโทษบาสดกบอล ใน (1) สถานการณ์ที่มีผู้ชมแบบให้การสนับสนุน หรือ (2) สถานการณ์ที่มีผู้ชมแบบต่อต้าน

เมื่อท่านแสดงความยินดีที่จะเข้าร่วมงานวิจัยนี้ ท่านสามารถถอนตัวจากงานวิจัยได้ตลอดเวลา งานวิจัยนี้ไม่มีค่าตอบแทน หากท่านยินดีที่จะเข้าร่วมงานวิจัยครั้งนี้ กรุณาลงลายมือชื่อด้านล่างเพื่อเป็นการยืนยันในการเข้าร่วมงานวิจัย

จากการวิจัยสามารถติดต่อกับ นางสาววิภาวัลย์ เชาวนัสสุจริต ที่อยู่ 3/29 หมู่ 6 ต.องครักษ์ อ.องครักษ์ จ.นครนายก 26120 โทรศัพท์ 086-265-6716

ลงชื่อ.....

()

...../...../.....

ภาคผนวก ง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย



การทดสอบคะแนนของกลุ่มตัวอย่าง

1. การทดสอบคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดกบอลก่อนการทดลอง

จากกลุ่มประชากรซึ่งเป็นนิสิตชายภาควิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา คณะพลศึกษา 4 ชั้นปี จำนวน 180 คน ซึ่งผู้วิจัยทำการเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) มาเป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน และทำการทดสอบคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดกบอล คนละ 10 ลูก เพื่อนำคะแนนที่ได้มาแบ่งเป็นกลุ่มตัวอย่างด้วยการเรียงคะแนนจากน้อยไปมากสลับกันไปมาระหว่างกลุ่มที่ 1 และกลุ่มที่ 2 เพื่อแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม ซึ่งการทดสอบคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดกบอล มีขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. เวลาในการอบอุ่นร่างกาย 5 นาที
2. ทดสอบคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดกบอล คนละ 10 ลูก
3. ขณะยิงประตูทุกครั้ง กลุ่มตัวอย่างต้องยืนอยู่หลังเส้นโทษภายในครึ่งวงกลม ก่อนที่ลูกบาสดกบอลจะออกจากมือ ตามระเบียบการยิงประตูโทษของกีฬาบาสดกบอล
4. ถ้ายิงลงนับเป็น 1 คะแนน ถ้าไม่ลงนับเป็น 0 คะแนน
5. หากมีการทำผิดระเบียบให้นับเป็น 0 คะแนนทันที
6. กำหนดเวลาในการยิงประตู 5 วินาที นับตั้งแต่ได้รับลูกบอลภายในบริเวณที่กำหนด

หมายเหตุ ขณะทำการทดสอบที่ก่อนการทดลอง จะไม่มีผู้ชมหรือบุคคลอื่นอยู่ด้วย นอกจากกลุ่มตัวอย่าง ผู้วิจัยและผู้ช่วยในการวิจัย เท่านั้น

2. การทดสอบคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดบอลระหว่างการทดลองของกลุ่มตัวอย่าง

1. ในการทดสอบคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดบอลของกลุ่มตัวอย่าง ให้ใช้วิธีการเดียวกันกับ การทดสอบก่อนการทดลอง
2. ให้กลุ่มตัวอย่างทำการแข่งขันยิงประตูโทษบาสดบอล คนละ 10 ลูก
3. ในการทดลอง จะใช้อาสาสมัครจำนวน 30 คน แสดงบทบาทเป็นผู้ชมที่กำลังเชียร์การแข่งขันยิงประตูโทษบาสดบอลอยู่ ซึ่งอาสาสมัครผู้ชมจะแสดงตามบทบาทที่กำหนดไว้ขณะที่กลุ่มตัวอย่างกำลังทำการทดสอบคะแนนตามกลุ่มของกลุ่มตัวอย่างว่าจะได้รับการกระตุ้นแบบใด
4. ในการทดลอง จะทำการทดสอบคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาสดบอล โดยกลุ่มตัวอย่างทั้งสอง จะทำการทดสอบคะแนนสลับกันไปเพื่อไม่ให้กลุ่มตัวอย่างทราบล่วงหน้าว่าจะเจอกับสถานการณ์ที่มีผู้ชมแบบใด
5. นำคะแนนของกลุ่มตัวอย่างแต่ละกลุ่มที่ได้มาเปรียบเทียบคะแนนเป็นรายกลุ่ม



รูปแบบคำพูดและท่าทางของผู้ชมที่ใช้ในการทดลอง

1. รูปแบบคำพูดและท่าทางของอาสาสมัครผู้ชมที่ใช้ขณะแข่งขัน ในการยิงประตูโทษ

บาทเกดบอลของกลุ่มตัวอย่างในสถานการณ์ที่มีผู้ชมแบบให้การสนับสนุน (Supportive Spectators)

การทดลองเพื่อทดสอบคะแนนความสามารถในการยิงประตูโทษบาทเกดบอลในสถานการณ์ที่มีผู้ชมแบบให้การสนับสนุนหรือกระตุ้นทางบวก (Supportive Spectators) มีรายละเอียด ดังนี้

1. ให้กลุ่มตัวอย่างที่ 1 จำนวน 15 คน ยิงประตูโทษบาทเกดบอล คนละ 10 ลูก โดยกำหนดว่าเป็นสถานการณ์การแข่งขันยิงประตูโทษ

2. ให้อาสาสมัครจำนวน 30 คน ทั้งชายและหญิง รับผิดชอบเป็นผู้ชมแบบให้การสนับสนุน โดยให้อยู่บริเวณข้างสนาม คอยส่งเสียง แสดงท่าทางเพื่อกระตุ้นกลุ่มตัวอย่าง เช่น การส่งเสียง กรีด การเป่าปาก ประบมือ หรือการตีกลองและอุปกรณ์ที่ใช้ในการเชียร์ ด้วยคำพูด หรือการร้องเพลงเชียร์ เป็นต้น

3. รูปแบบคำพูดที่ใช้ระหว่างการทดสอบก่อนยิงประตูโทษแต่ละลูก อาสาสมัครจะต้องพูดคำเหล่านี้ เช่น “ทำได้อยู่แล้ว” “ลงแน่นอน” “มันใจ” เป็นต้น ซึ่งมีลักษณะในทางให้กำลังใจและให้การสนับสนุน

4. หลังจากยิงประตูโทษ ถ้ากลุ่มตัวอย่างยิงลง ให้อาสาสมัครพูดชมเชยว่า “ดีมาก” “เจ๋งสุดๆ” “เก่งจริง ๆ” “สุดยอด” เป็นต้น

5. หลังจากยิงประตูโทษ ถ้ากลุ่มตัวอย่างยิงไม่ลง ให้อาสาสมัครพูดชมเชยว่า “ไม่เป็นไร” “เอาใหม่นะ” “สู้ สู้ นะ” เป็นต้น

6. กำหนดจำนวนคำที่พูดในการยิงประตูโทษ 3 คำ ต่อการยิงประตูโทษ 1 ลูก โดยใช้คำพูดสลับกันไป

7. การใช้ภาษากาย เช่น การประบมือ การโบกมือ ให้กำลังใจ และแสดงสีหน้าพอใจหรือชื่นชม เป็นต้น

คำพูด			ท่าทาง
ก่อนยิง	ยิงลง	ไม่ลง	
ทำได้อยู่แล้ว ลงแน่นอน มั่นใจ	ดีมาก สุดยอด เก่งมาก ยอดเยี่ยม เจ๋งสุดๆ	ไม่เป็นไร เอาใหม่นะ สู้ สู้ นะ	<ul style="list-style-type: none"> • ประบมือ • ตีกลองหรืออุปกรณ์ที่ทำให้เกิดเสียง • ส่งเสียงร้อง กรีด หรือส่งเสียงในลักษณะให้กำลังใจ • ร้องเพลงเชียร์ • แสดงสีหน้าพอใจหรือ ชื่นชม

2. รูปแบบคำพูดและท่าทางของอาสาสมัครผู้ชมที่ใช้ขณะทำการแข่งขันใน การยิงประตูกอล์ฟ

บาทเกตบอลของกลุ่มตัวอย่างในสถานการณ์ที่มีผู้ชมแบบต่อต้าน (Hostile Spectators)

การทดลองเพื่อทดสอบคะแนนความสามารถในการยิงประตูกอล์ฟพร้อมกับกระตุ้นด้วยผู้ชมแบบต่อต้านหรือให้การกระตุ้นทางลบ (Hostile Spectators) มีรายละเอียด ดังนี้

1. ให้กลุ่มตัวอย่างที่ 2 จำนวน 15 คน ยิงประตูกอล์ฟโดยกำหนดว่าเป็นสถานการณ์การแข่งขันยิงประตูกอล์ฟ
2. ให้อาสาสมัครจำนวน 30 คน ทั้งชายและหญิง รับบทบาทเป็นผู้ชมแบบให้การสนับสนุน โดยให้อยู่บริเวณข้างสนาม คอยส่งเสียงและแสดงท่าทางเพื่อกระตุ้นกลุ่มตัวอย่าง เช่น การส่งเสียงกรีด การเป่าปาก การตีกลองและอุปกรณ์ที่ใช้ในการเชียร์ และด้วยคำพูด หรือการร้องเพลงเชียร์ เป็นต้น
3. รูปแบบคำพูดที่ใช้ระหว่างการทดสอบก่อนยิงประตูกอล์ฟแต่ละลูก อาสาสมัครจะต้องพูดคำเหล่านี้ เช่น “ยิงไม่ลงหรอก” “ทำไม่ได้หรอก” “ลงยากนะ” เป็นต้น ซึ่งมีลักษณะต่อต้าน ระบายอารมณ์หรือบั่นทอนกำลังใจ
4. หลังจากยิงประตูกอล์ฟ ถ้ากลุ่มตัวอย่างยิงลง ให้อาสาสมัครพูดว่า “ฟลุคเน่ๆ” “ไม่น่าลงเลย” เป็นต้น
5. หลังจากยิงประตูกอล์ฟ ถ้ากลุ่มตัวอย่างยิงไม่ลง ให้อาสาสมัครพูดว่า “ห่วย” “ไม่ได้เรื่อง” “อ่อน” เป็นต้น
6. กำหนดจำนวนคำที่พูดในการยิงลูกกอล์ฟ 3 คำ ต่อการยิงลูกกอล์ฟ 1 ลูก โดยใช้คำพูดสลับกันไป

7. ใช้ภาษาการรบกวนกลุ่มตัวอย่าง เช่น การเคาะ การตี การโบกมือไล่ และแสดงสีหน้าไม่พอใจ เป็นต้น

คำพูด			ท่าทาง
ก่อนยิง	ยิงลง	ยิงไม่ลง	
ไม่ลงหรือ ทำไม่ได้ หรือ ลงยากนะ	ฟลุ๊คแน่ๆ ฟลุ๊คมั้ง ไม่น่าลงเลย	ห่วย ไม่ได้เรื่อง ไม่เก่งจริง เลิกละ อ่อน	<ul style="list-style-type: none"> • โห้ไล่ กรีดร้อง หรือส่งเสียงในลักษณะรบกวน • ตีกลองหรืออุปกรณ์ที่ทำให้เกิดเสียง • โบกมือไล่ • แสดงท่าทางเยาะเย้ยหรือเหยียดหยาม • แสดงสีหน้าไม่พอใจ





ภาคผนวก จ

ตารางแสดงคะแนนของกลุ่มตัวอย่าง

ตารางแสดงคะแนนของกลุ่มตัวอย่าง

ที่	กลุ่มที่ 1 ผู้ชมแบบให้การสนับสนุน		ที่	กลุ่มที่ 2 ผู้ชมแบบต่อต้าน	
	ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง		ก่อนการทดลอง	หลังการทดลอง
1	3	3	1	3	3
2	3	4	2	3	2
3	4	5	3	4	3
4	4	4	4	4	2
5	4	5	5	4	4
6	5	7	6	5	3
7	5	4	7	5	4
8	5	5	8	5	3
9	6	6	9	6	5
10	6	7	10	6	6
11	6	6	11	7	5
12	7	7	12	7	7
13	8	7	13	8	6
14	8	8	14	8	8
15	9	8	15	9	6

ภาคผนวก ฉ

ภาพประกอบการทดลอง



ภาพประกอบการทดลอง



รูปภาพ อาสาสมัคร 30 คน แสดงบทบาทเป็นผู้ชมแบบให้การสนับสนุนและแบบต่อต้านในการทดลอง



รูปภาพ กลุ่มตัวอย่างทำการทดลองโดยการแข่งขันยิงประตูโทษในสถานการณ์ที่มี (กลุ่มที่ 1) ผู้ชมแบบให้การสนับสนุน และ (กลุ่มที่ 2) ผู้ชมแบบต่อต้าน



ประวัตย่อผู้วิจัย

