

บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ปัจจุบันการออกกำลังกายเป็นสิ่งที่สำคัญสำหรับประชาชน ทั้งภาครัฐและเอกชนได้เข้ามามีส่วนร่วมในการสนับสนุนให้ประชาชนได้มีการออกกำลังกายมากขึ้น มีองค์กรที่รัฐจัดให้มีการดูแลในเรื่องของกีฬาขึ้นมาเพื่อให้การสนับสนุนและส่งเสริมให้คนได้ออกกำลังกาย มีสนามกีฬามากมายสำหรับกีฬาในแต่ละชนิด ซึ่งถูกจัดไว้ตามความเหมาะสม แม้กระทั่งที่ว่างในปัจจุบันจะเห็นได้ว่าประชาชนก็สามารถประยุกต์ให้เป็นสนามสำหรับเล่นกีฬาได้ จากชนิดกีฬาที่มีให้เลือกเล่นมากมายตามความถนัด และความสนใจ กีฬาวอลเลย์บอลก็นับว่าเป็นกีฬาที่ได้รับความนิยมและสนใจเช่นเดียวกัน ในปัจจุบันนอกจากวอลเลย์บอลในร่มที่ได้รับความนิยมแล้วก็มีกีฬาวอลเลย์บอลชายหาดเพิ่มขึ้นมาเพื่อเป็นทางเลือกอีกทางเลือกหนึ่งสำหรับประชาชนที่มีความสนใจในกีฬาวอลเลย์บอลให้สามารถได้เลือกเล่นตามความชอบ และความสนใจ ประชาชนบางคนอาจเล่นกีฬาวอลเลย์บอลเพื่อการออกกำลังกาย พบปะสังสรรค์ แต่บางคนอาจเล่นเพื่อการแข่งขันและพัฒนาตนเองไปสู่อีกระดับหนึ่งของการเป็นนักกีฬาซึ่งทุกคนสามารถทำได้ จากที่กล่าวมาจะเห็นว่ามีการจัดการเรียนการสอนและการแข่งขันขึ้นในหลายๆรายการที่บ่งบอกว่ากีฬาวอลเลย์บอลก็ได้รับความนิยมไม่แพ้กีฬาชนิดอื่นๆ ไม่ว่าจะเป็นระดับเยาวชนและระดับประชาชนทั่วไปตลอดจนมีการส่งเสริมและสนับสนุนจากภาครัฐและเอกชนเพื่อให้กีฬาวอลเลย์บอลได้รับความนิยมและก้าวสู่ความเป็นสากลมากยิ่งขึ้น ในกีฬาวอลเลย์บอลของประเทศไทยเราได้มีการจัดให้นักกีฬาลงแข่งในการแข่งขันรายการต่างๆตั้งแต่ระดับเยาวชนไปจนถึงระดับประชาชนทั่วไป ได้มุ่งให้ความสนใจตั้งแต่รุ่นเยาวชน รายการที่ได้ทำการจัดรายการแข่งขันที่พอเป็นที่รู้จักและได้รับการสนับสนุนจากเอกชน เช่น รายการแข่งขันวอลเลย์บอลแป๊ปซี่คัพ วอลเลย์บอลพาวเวอร์คัพ ไปจนถึงรายการใหญ่ๆ เช่น การแข่งขันวอลเลย์บอลชิงแชมป์ถ้วยพระราชทาน และในการแข่งขันซีเกมส์ เป็นต้น

กีฬาวอลเลย์บอลจึงเป็นกีฬาที่ได้รับความนิยมไม่แพ้กีฬาชนิดอื่น ซึ่งถูกปลูกฝังและมีการให้ทักษะการเรียนรู้ที่ถูกต้องตั้งแต่เริ่มอยู่ในโรงเรียนหรือภายในสถาบัน โดยในแต่ละสถาบันได้มีการจัดการเรียนการสอนวิชาวอลเลย์บอลขึ้นในวิชาพลศึกษา นอกจากนี้ยังได้ทำการฝึกให้เกิดการเรียนรู้การแข่งขัน เพื่อสังสรรค์และให้เกิดการพัฒนาการด้านต่างๆ เริ่มต้นโดยการจัดกีฬาภายในสถาบันหรือกีฬาระหว่างสถาบันขึ้น และพัฒนาขึ้นไปสู่ระดับที่ใหญ่ขึ้นตามที่ได้กล่าวไปแล้วนั้น สิ่งที่จะทำให้การเล่นกีฬาหรือนักกีฬาประสบความสำเร็จได้ตามที่ตนเองได้ตั้งใจไว้ นั้นประกอบด้วยสามส่วนใหญ่ๆด้วยกันคือ ด้านร่างกาย ด้านเทคนิคเฉพาะของประเภทกีฬา และด้าน

จิตวิทยา (Butler ,1996) นอกจากทั้งสามด้านนี้แล้วความสม่ำเสมอในการเล่นกีฬานั้นๆก็เป็นส่วนหนึ่ง ซึ่งประชาชนแต่ละคนมีเหตุผลที่เข้าร่วมในการเล่นกีฬาหรือเข้าร่วมในการเป็นนักกีฬา เพื่อการแข่งขัน แตกต่างกันไปซึ่งเหตุผลต่างๆก็ถือว่าเป็น แรงจูงใจ ที่ทำให้คนมาเล่นกีฬา ในแต่ละบุคคลต่างก็มีความคิดความรู้สึกหรือแรงจูงใจที่อาจมีความเหมือนหรือแตกต่างกันออกไป และนอกเหนือจากนี้แต่ละคนมีการปรับตัวเช่นไรกันบ้างในการเล่นกีฬาวอลเลย์บอลนี้

จึงเป็นที่มาของการศึกษารั้วนี้ที่สนใจศึกษาถึงแรงจูงใจ ในการเล่นกีฬา และการปรับตัวระหว่างนักกีฬาและผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา เพื่อเป็นประโยชน์ในการส่งเสริมให้เกิดพฤติกรรมในการออกกำลังกายหรือเล่นกีฬา และสามารถให้การสนับสนุนได้ถูกต้องและถูกทางสำหรับผู้ที่ต้องการเล่นกีฬาวอลเลย์บอล ต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาแรงจูงใจของนักกีฬาวอลเลย์บอลกับผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา
2. เพื่อศึกษาการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาวอลเลย์บอล กับผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา
3. เพื่อเปรียบเทียบแรงจูงใจและการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาวอลเลย์บอลกับผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา
4. เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจในการเล่นกีฬาและพฤติกรรมปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศ

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการศึกษา

1. เพื่อทราบถึงแรงจูงใจและการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาวอลเลย์บอล และผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา
2. เพื่อทราบถึงความแตกต่างของแรงจูงใจและการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศระหว่างนักกีฬาวอลเลย์บอลกับผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา
3. เพื่อทราบถึงความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจในการเล่นกีฬาและพฤติกรรมปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศ
4. เพื่อเป็นข้อมูลในการศึกษา สนับสนุน และพัฒนากีฬาวอลเลย์บอลต่อไป

ขอบเขตการศึกษา

1. การวิจัยนี้มุ่งศึกษาเฉพาะ แรงจูงใจและการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬา วอลเลย์บอลกับผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา
2. กลุ่มประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้เป็นนักกีฬาวอลเลย์บอลตัวแทนของสถาบัน เทคโนโลยีราชมงคลวิทยาเขตภาคพายัพ จังหวัดเชียงใหม่ นักกีฬาวอลเลย์บอลตัวแทน ทีมมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ และผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬาวอลเลย์บอลในจังหวัดเชียงใหม่

ขอบเขตประชากร

กลุ่มประชากรที่ใช้ในการวิจัยนี้แบ่งเป็น 2 กลุ่ม คือ

กลุ่มที่ 1 นักกีฬาวอลเลย์บอลตัวแทนสถาบันเทคโนโลยีราชมงคลวิทยาเขตภาคพายัพ และนักกีฬาวอลเลย์บอลตัวแทนทีมมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จำนวน 48 คน

กลุ่มที่ 2 ผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬาวอลเลย์บอล จำนวน 48 คน

ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษาคือ

2.1 ตัวแปรอิสระ (Independent Variables)

- เพศ(Sex)
- อายุ(Age)
- ระดับการศึกษา

2.2 ตัวแปรตาม(Dependent Variables)

- แรงจูงใจด้านร่างกาย
- แรงจูงใจด้านจิตใจ/อารมณ์
- แรงจูงใจด้านสังคม/สิ่งแวดล้อม
- การปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศ

นิยามศัพท์เฉพาะ

แรงจูงใจ หมายถึง สภาวะทางจิตใจที่กำหนดทิศทางการเกิด หรือยับยั้งการเกิด พฤติกรรมการออกกำลังกายอย่างมีเป้าหมาย หรือทิศทางเพื่อตอบสนองความต้องการของบุคคล แบ่งได้เป็น 3 ประเภท คือ แรงจูงใจด้านร่างกาย แรงจูงใจทางด้านจิตใจ และแรงจูงใจด้านสังคม และสิ่งแวดล้อม(สุปราณี ,2541)

แรงจูงใจด้านร่างกาย หมายถึง แรงจูงใจที่เกิดจากความต้องการ ความรู้สึกเกี่ยวกับสภาพร่างกายของบุคคลที่ทำให้เกิดการออกกำลังกาย เช่น สุขภาพแข็งแรง ต้องการมีร่างกายที่ได้สัดส่วน มีบุคลิกภาพที่ดี นำหนักตัวที่เหมาะสม เป็นต้น

แรงจูงใจด้านจิตใจ หมายถึง แรงจูงใจที่เกิดขึ้น และส่งผลโดยตรงต่อความรู้สึกนึกคิดภายในจิตใจที่จะกระตุ้นให้เกิดการออกกำลังกาย เช่น การคลายเครียด มีสุขภาพจิตที่ดี มีความสนุกสนาน ความภูมิใจในตนเอง มีอารมณ์ที่ดี เป็นต้น

แรงจูงใจด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม หมายถึง แรงจูงใจที่เกิดจากอิทธิพลของบุคคลอื่นๆ รวมไปถึงสภาพสิ่งแวดล้อมที่เกี่ยวข้องกับการออกกำลังกาย หรือ กระตุ้นให้มีการออกกำลังกาย เช่น พ่อแม่ พี่น้อง คู่ครอง เพื่อน สถานที่ออกกำลังกาย สภาพดินฟ้าอากาศ ความต้องการการยอมรับในสังคมรวมถึงรางวัลสิ่งล่อใจต่างๆ เป็นต้น

นักกีฬาวอลเลย์บอล หมายถึง ผู้ที่ออกกำลังกายโดยการเล่นกีฬาวอลเลย์บอลเป็นประจำสม่ำเสมออย่างน้อย 3 ครั้ง/สัปดาห์ แต่ครั้งมีช่วงการออกกำลังกายอย่างน้อย 1 ชั่วโมงขึ้นไป มีประสบการณ์ด้านการแข่งขันเพื่อชิงรางวัลในรายการต่างๆ ในการฝึกซ้อมเป็นไปเพื่อการแข่งขันหรือทำการฝึกซ้อมเพื่อเป็นตัวแทนสถาบันเข้าร่วมการแข่งขันในรายการต่างๆ ซึ่งในการค้นคว้านี้หมายถึงนักกีฬาวอลเลย์บอลของสถาบันเทคโนโลยีราชมงคลวิทยาเขตภาคพายัพ และมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ผู้ที่มิใช่กีฬา หมายถึง ผู้ที่อยู่ในจังหวัดเชียงใหม่และเป็นผู้ที่ออกกำลังกายโดยการเล่นกีฬาวอลเลย์บอลหรือเคยออกกำลังกายด้วยการเล่นกีฬาวอลเลย์บอล ไม่เคยมีประสบการณ์จากการเข้าร่วมการแข่งขันเพื่อชิงรางวัลใดๆ เล่นวอลเลย์บอลเพื่อออกกำลังกายเท่านั้นมิได้เป็นไปเพื่อเป็นตัวแทนของสถาบัน การเข้าร่วมการแข่งขันหรือเพื่อชิงรางวัลใดๆ

การปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศ หมายถึง บุคคลที่สามารถจัดการกับงานที่ทำได้ดี มีความสามารถในการเผชิญหน้า และเอาชนะปัญหาได้ดี มีความเข้มแข็งและยืนหยัดต่อสู้กับมรสุมชีวิตจนสามารถประสบความสำเร็จได้ อุทิศตนเพื่อช่วยเหลือสังคม และมีสัมพันธภาพที่ดีกับบุคคลอื่นด้วย (Grotberg , 1995) วัดโดยใช้คะแนนที่ได้จากการตอบแบบสอบถามเพื่อการปรับตัวสู่ความเป็นเลิศ