



ภาคผนวก

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

## แบบสอบถาม

“แรงจูงใจและการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาเทเบิลเทนนิส กับผู้ที่ไม่ใช่นักกีฬา”

คำชี้แจง

1. แบบสอบถามมีทั้งหมด 3 ตอน
  - ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว
  - ตอนที่ 2 แบบสอบถามแรงจูงใจ
  - ตอนที่ 3 แบบสอบถามการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศ
2. โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่องหน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริง และเติมข้อความให้สมบูรณ์

ตอนที่ 1 : แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว

1. เพศ       ชาย       หญิง
2. อายุ     ต่ำกว่า 20 ปี     20 – 25 ปี     26 – 30 ปี  
               มากกว่า 30 ปี
3. ระดับการศึกษา    3.1  อนุปริญญา    3.2  ปริญญาตรี  
                                  3.3  ปริญญาโท    3.4  อื่นๆ .....
4. จำนวนปีที่เล่น ..... ปี
5. เป็นนักกีฬาระดับ หรือเคยเล่น ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ
  - 5.1  ระดับสถาบัน
  - 5.2  ระดับจังหวัด
  - 5.3  ระดับเขต
  - 5.4  ระดับสโมสร
  - 5.5  ระดับทีมชาติ

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved

## ตอนที่ 2 แบบสอบถามแรงจูงใจ

ข้อความต่อไปนี้เป็นเหตุผลที่คนเข้าร่วมกิจกรรมกีฬา ขอให้ท่านอ่านข้อความเหล่านี้อย่างพิจารณาหาเหตุผลว่าทำไมท่านจึงเล่นกีฬา แล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ เพื่อแสดงว่าเหตุผลนั้นสำคัญต่อท่านเพียงใด

### 2.1. แรงจูงใจด้านร่างกาย

1. ข้าพเจ้าต้องการพัฒนาความสามารถความชำนาญในการเล่นกีฬา
 

มากสุด     มาก     ปานกลาง     น้อย     น้อยสุด
2. ข้าพเจ้าต้องการมีรูปร่างดี
 

มากสุด     มาก     ปานกลาง     น้อย     น้อยสุด
3. ข้าพเจ้าอยากเรียนรู้ทักษะใหม่ๆ
 

มากสุด     มาก     ปานกลาง     น้อย     น้อยสุด
4. ข้าพเจ้าชอบออกกำลังกาย
 

มากสุด     มาก     ปานกลาง     น้อย     น้อยสุด
5. ข้าพเจ้าต้องการมีร่างกายฟิต
 

มากสุด     มาก     ปานกลาง     น้อย     น้อยสุด
6. ข้าพเจ้าต้องการกำจัดพลังงานส่วนเกิน
 

มากสุด     มาก     ปานกลาง     น้อย     น้อยสุด

7. อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

มากสุด     มาก     ปานกลาง     น้อย     น้อยสุด

## 2.2. แรงจูงใจด้านจิตใจและอารมณ์

1. ข้าพเจ้าชอบช่วยเหลือ

มากสุด     มาก     ปานกลาง     น้อย     น้อยสุด

2. ข้าพเจ้าชอบความตื่นเต้นในการเล่นชนิดนี้

มากสุด     มาก     ปานกลาง     น้อย     น้อยสุด

3. ข้าพเจ้าชอบกีฬาชนิดนี้ เพราะข้าพเจ้าทำได้ดี

มากสุด     มาก     ปานกลาง     น้อย     น้อยสุด

4. ข้าพเจ้าต้องการผ่อนคลายความเครียด

มากสุด     มาก     ปานกลาง     น้อย     น้อยสุด

5. ข้าพเจ้าชอบมีอะไรทำสักอย่าง

มากสุด     มาก     ปานกลาง     น้อย     น้อยสุด

6. ข้าพเจ้าชอบสปีดของทีม

มากสุด     มาก     ปานกลาง     น้อย     น้อยสุด

7. ข้าพเจ้าชอบแข่งขัน

- มากสุด    มาก    ปานกลาง    น้อย    น้อยสุด

8. ข้าพเจ้าชอบรู้สึกที่ข้าพเจ้ามีความสำคัญ

- มากสุด    มาก    ปานกลาง    น้อย    น้อยสุด

9. ข้าพเจ้าชอบความท้าทาย

- มากสุด    มาก    ปานกลาง    น้อย    น้อยสุด

10. ข้าพเจ้าชอบสนุกจากการเล่นกีฬาเทเบิลเทนนิส

- มากสุด    มาก    ปานกลาง    น้อย    น้อยสุด

11. อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

- มากสุด    มาก    ปานกลาง    น้อย    น้อยสุด

### 2.3. แรงจูงใจด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม

1. ข้าพเจ้าต้องการมีเพื่อน และได้อยู่กับเพื่อน ๆ

- มากสุด     มาก     ปานกลาง     น้อย     น้อยสุด

2. ข้าพเจ้าชอบทีมงาน (ผู้ฝึกสอนและเพื่อนร่วมทีม)

- มากสุด     มาก     ปานกลาง     น้อย     น้อยสุด

3. พ่อแม่ และเพื่อนสนิทต้องการให้ข้าพเจ้าเล่น

- มากสุด     มาก     ปานกลาง     น้อย     น้อยสุด

4. ข้าพเจ้าชอบได้พบเพื่อนใหม่

- มากสุด     มาก     ปานกลาง     น้อย     น้อยสุด

5. ข้าพเจ้าชอบแสดงออก (ทางกีฬา)

- มากสุด     มาก     ปานกลาง     น้อย     น้อยสุด

6. ข้าพเจ้าชอบได้ออกนอกบ้าน

- มากสุด     มาก     ปานกลาง     น้อย     น้อยสุด

7. ข้าพเจ้าชอบอยู่ในทีม

- มากสุด     มาก     ปานกลาง     น้อย     น้อยสุด

8. ข้าพเจ้าต้องการเป็นที่รู้จัก (มีชื่อเสียง)

- มากสุด  มาก  ปานกลาง  น้อย  น้อยสุด

9. ข้าพเจ้าชอบผู้ฝึกสอน (โค้ช / ครู)

- มากสุด  มาก  ปานกลาง  น้อย  น้อยสุด

10. ข้าพเจ้าต้องการได้รับการยอมรับจากคนอื่น หรือมีฐานะทางสังคมดีขึ้น

- มากสุด  มาก  ปานกลาง  น้อย  น้อยสุด

11. ข้าพเจ้าชอบอุปกรณ์กีฬาชนิดนี้และสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ เกี่ยวกับกีฬาที่ข้าพเจ้าเล่น

- มากสุด  มาก  ปานกลาง  น้อย  น้อยสุด

12. อื่น ๆ (โปรดระบุ).....

- มากสุด  มาก  ปานกลาง  น้อย  น้อยสุด

ตอนที่ 3 แบบสอบถามการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศ

**คำชี้แจง :** ข้อความข้างล่างนี้เป็นข้อความที่มีผู้ใช้บรรยายตนเอง กรุณาอ่านแต่ละข้อความและทำเครื่องหมาย ✓ ลงในวงกลมตามหมายเลขเพียงหมายเลขเดียวในแต่ละข้อความ เพื่อแสดงระดับความเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยของท่าน เกี่ยวกับข้อความแต่ละข้อความที่พูดถึงตัวท่านในปัจจุบัน

ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง      ไม่เห็นด้วย      เฉย ๆ      เห็นด้วย      เห็นด้วยอย่างยิ่ง  
 ①                                      ②                                      ③                                      ④                                      ⑤

①②③④⑤ 1. ข้าพเจ้ามีคนที่ยรัก

①②③④⑤ 2. ข้าพเจ้ามีคนที่ไม่ได้อยู่บ้านเดียวกัน ซึ่งข้าพเจ้าสามารถเล่นปัญหาหรือความรู้สึกของข้าพเจ้าได้

①②③④⑤ 3. ข้าพเจ้าได้รับคำชมในสิ่งที่ข้าพเจ้าทำด้วยตนเอง

①②③④⑤ 4. ข้าพเจ้าสามารถพึ่งครอบครัวของข้าพเจ้าได้ในยามจำเป็น

①②③④⑤ 5. ข้าพเจ้ามีคนที่ข้าพเจ้าอยากเป็นเหมือนเขา (เป็นแบบอย่าง)

①②③④⑤ 6. ข้าพเจ้าเชื่อว่าสิ่งต่าง ๆ จะเปลี่ยนไปในทางที่ดี

①②③④⑤ 7. ข้าพเจ้าทำแต่สิ่งดี ๆ ที่ทำให้คนอื่นชื่นชอบข้าพเจ้า

①②③④⑤ 8. ข้าพเจ้ามีศรัทธาในผู้สูงส่ง

①②③④⑤ 9. ข้าพเจ้าเต็มใจที่ลองทำสิ่งใหม่ ๆ

①②③④⑤ 10. ข้าพเจ้าอยากประสบความสำเร็จในสิ่งที่ทำ

①②③④⑤ 11. ข้าพเจ้ารู้สึกที่ข้าพเจ้าให้ความสำคัญกับผลลัพธ์ที่ออกมา

①②③④⑤ 12. ข้าพเจ้าชอบตัวเอง

①②③④⑤ 13. ข้าพเจ้าสามารถมุ่งความสนใจไปทำงานและอยู่กับงานนั้นได้

①②③④⑤ 14. ข้าพเจ้าเป็นคนมีอารมณ์ขัน

①②③④⑤ 15. ข้าพเจ้าวางแผนก่อนทำสิ่งต่าง ๆ



**คำชี้แจง :** ข้อความข้างล่างนี้เป็นข้อความที่มีผู้ใช้บรรยายตนเอง กรุณาอ่านแต่ละข้อความและทำเครื่องหมาย ✓  
ลงในวงกลมตามหมายเลขเพียงหมายเลขเดียวในแต่ละข้อความ เพื่อแสดงระดับความเห็นด้วยหรือไม่  
เห็นด้วยของท่าน เกี่ยวกับข้อความแต่ละข้อความที่พูดถึงตัวท่านในช่วงเป็นเด็ก

ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง      ไม่เห็นด้วย      เฉย ๆ      เห็นด้วย      เห็นด้วยอย่างยิ่ง  
①                                  ②                                  ③                                  ④                                  ⑤

- ① ② ③ ④ ⑤ 1. ข้าพเจ้าถูกคาดหวังว่าจะเป็นคนคอยช่วยเหลือผู้อื่น
- ① ② ③ ④ ⑤ 2. ข้าพเจ้าสงบสติอารมณ์ได้แม้จะอยู่ในภาวะที่มีปัญหายุ่งมาก
- ① ② ③ ④ ⑤ 3. คนอื่น ๆ มองว่าข้าพเจ้าเป็นคนตื่นตัวและกระฉับกระเฉง
- ① ② ③ ④ ⑤ 4. ข้าพเจ้าเชื่อตนเอง
- ① ② ③ ④ ⑤ 5. พ่อแม่ให้ความใส่ใจข้าพเจ้ามาก
- ① ② ③ ④ ⑤ 6. ครอบครัวมีความคาดหวังในตัวข้าพเจ้าสูง
- ① ② ③ ④ ⑤ 7. เวลาที่ข้าพเจ้าไม่สบายใจหรือมีปัญหา ก็มักจะมีบางคนที่ข้าพเจ้าสามารถปรึกษา  
ได้
- ① ② ③ ④ ⑤ 8. ข้าพเจ้าประสบความสำเร็จในโรงเรียน
- ① ② ③ ④ ⑤ 9. ข้าพเจ้าทำสิ่งต่าง ๆ อย่างกระฉับกระเฉงในการช่วยเหลือผู้อื่น
- ① ② ③ ④ ⑤ 10. ข้าพเจ้ารู้สึกที่ข้าพเจ้าเข้าใจตนเอง
- ① ② ③ ④ ⑤ 11. ข้าพเจ้าเผชิญกับอุปสรรคที่สร้างความเครียดให้และได้เรียนรู้ที่จะแก้ไขปัญหานั้น
- ① ② ③ ④ ⑤ 12. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าทุกสิ่งทุกอย่างจะกลับกลายเป็นดีแม้อยู่ในภาวะยากลำบาก
- ① ② ③ ④ ⑤ 13. ข้าพเจ้ารู้วิธีวางแผนสำหรับอนาคต
- ① ② ③ ④ ⑤ 14. คนอื่น ๆ มักจะดูมีความสุขเมื่อได้พบเห็นข้าพเจ้า
- ① ② ③ ④ ⑤ 15. พ่อแม่ของข้าพเจ้าบอกข้าพเจ้าว่าข้าพเจ้าเป็นคนมีนิสัยดีและวางตัวสบาย ๆ
- ① ② ③ ④ ⑤ 16. ข้าพเจ้ามีความสัมพันธ์ที่อบอุ่นกับผู้ใหญ่
- ① ② ③ ④ ⑤ 17. ข้าพเจ้าไม่ละความพยายามในการปฏิบัติงานจนกว่าข้าพเจ้าจะประสบความสำเร็จ
- ① ② ③ ④ ⑤ 18. ข้าพเจ้าคิดหาวิธีที่มีประสิทธิภาพในการจัดการกับปัญหา



ที่ ทม 0515(16)/ว.012

สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

บัณฑิตศึกษาศาน มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ 239

ถ.ห้วยแก้ว ต.สุเทพ อ.เมือง

จ.เชียงใหม่ 50200

29 พฤศจิกายน 2546

เรื่อง ขอความร่วมมือในการทำการค้นคว้าแบบอิสระ

เรียน .....

ด้วย นายภพเพชร นิลงาม นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา บัณฑิตศึกษาศาน มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ กำลังดำเนินการทำการค้นคว้าแบบอิสระ เรื่อง **แรงงูใจในการเล่นกีฬาของนักกีฬาเทเบิลเทนนิส และการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาเทเบิลเทนนิสกับผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา** ในการนี้ นิสิตมีความประสงค์จะขอความร่วมมือจากนักกีฬาเทเบิลเทนนิสที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย (ทองกวาวเกมส์) จังหวัดเชียงใหม่ ระหว่างวันที่ 10-17 มกราคม 2547 ในการตอบแบบสอบถาม เพื่อเป็นข้อมูลประกอบการทำการค้นคว้าแบบอิสระ

การศึกษาค้นคว้าดังกล่าวเมื่อพิจารณาแล้วจะเป็นประโยชน์ต่อผู้ทำการค้นคว้า ผู้ฝึกสอน ผู้จัดการทีม ตัวแทนนักกีฬาเทเบิลเทนนิส และสมควรให้การสนับสนุน

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

All rights reserved

ขอแสดงความนับถือ

(รศ.ดร.ประภาส โพธิ์ทองสุนันท์)

ประธานสาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

บัณฑิตศึกษาศาน มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

## ประวัติผู้เขียน

ชื่อ – สกุล	นายภพเพชร นิลงาม
วัน เดือน ปี	30 มิถุนายน 2521
ที่อยู่ปัจจุบัน	445 หมู่ 3 ตำบลเชิงค้อย อำเภอค้อยสะแก็ด จังหวัดเชียงใหม่
ประวัติการศึกษา	
2539	มัธยมศึกษาปลายจาก โรงเรียนบุญวาทย์วิทยาลัย จังหวัดลำปาง
2543	ปริญญาตรี ศึกษาศาสตร์บัณฑิต (พลศึกษา) คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
ประวัติการทำงาน	
2545	ผู้ฝึกสอนเทเบิลเทนนิสมหาวิทยาลัยเชียงใหม่
2546	ผู้ช่วยวิจัย สถาบันวิจัยสังคม มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
2547	ผู้ฝึกสอนเทเบิลเทนนิสสโมสรข้าราชการมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved