



ภาคผนวก

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved

## แบบสอบถาม

“แรงจูงใจและการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาบาสเกตบอล กับผู้ที่มิใช่ นักกีฬา”

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 <input type="radio"/> อนุปริญญา	3.2 <input type="radio"/> ปริญญาตรี
3.3 <input type="radio"/> ปริญญาโท	3.4 <input type="radio"/> อื่นๆ .....
4. จำนวนปีที่เล่น ..... ปี
5. เป็นนักกีฬาระดับ หรือเคยเล่น ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ
 

5.1 <input type="radio"/> ระดับสถาบัน
5.2 <input type="radio"/> ระดับจังหวัด
5.3 <input type="radio"/> ระดับเขต
5.4 <input type="radio"/> ระดับสโมสร
5.5 <input type="radio"/> ระดับทีมชาติ

## ตอนที่ 2 แบบสอบถามแรงจูงใจ

ข้อความต่อไปนี้คือเหตุผลที่คนเข้าร่วมกิจกรรมกีฬา ขอให้ท่านอ่านข้อความเหล่านี้อย่าง  
พิจารณาหาเหตุผลว่าทำไมท่านจึงเล่นกีฬาแล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ เพื่อแสดงว่าเหตุผลนั้นสำคัญต่อ  
ท่านเพียงใด

### 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. แรงงูงใจด้านจิตใจและอารมณ์

1. ข้าพเจ้าชอบชัยชนะ
 

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. ข้าพเจ้าชอบสปีริตของทีม
 

มากสุด     มาก     ปานกลาง     น้อย     น้อยสุด
7. ข้าพเจ้าชอบแข่งขัน
 

มากสุด     มาก     ปานกลาง     น้อย     น้อยสุด
8. ข้าพเจ้าชอบรู้สึกว่าคุณพ่ามีความสำคัญ
 

มากสุด     มาก     ปานกลาง     น้อย     น้อยสุด

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University

All rights reserved

9. ข้าพเจ้าชอบความท้าทาย

- มากสุด     มาก     ปานกลาง     น้อย     น้อยสุด

10. ข้าพเจ้าชอบสนุกจากการเล่นกีฬาบาสเกตบอล

- 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

3.1 คำชี้แจง : ข้อความข้างล่างนี้เป็นข้อความที่มีผู้ใช้บรรยายตนเอง กรุณาอ่านแต่ละข้อความ และทำเครื่องหมาย ✓ ลงในวงกลมตามหมายเลขเพียงหมายเลขเดียวในแต่ละข้อความ เพื่อแสดงระดับความเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยของท่าน เกี่ยวกับข้อความแต่ละข้อความที่พูดถึงตัวท่านในปัจจุบัน

1. ข้าพเจ้ามีคนที่รัก

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

2. ข้าพเจ้ามีคนที่ไม่ได้อยู่บ้านเดียวกัน ซึ่งข้าพเจ้าสามารถเล่นปัญหาหรือความรู้สึกรักของข้าพเจ้าได้

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

3. ข้าพเจ้าได้รับคำชมในสิ่งที่ข้าพเจ้าทำด้วยตนเอง

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

4. ข้าพเจ้าสามารถพึ่งครอบครัวของข้าพเจ้าได้ในยามจำเป็น

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

5. ข้าพเจ้ามีคนที่ข้าพเจ้าอยากเป็นเหมือนเขา (เป็นแบบอย่าง)

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

6. ข้าพเจ้าเชื่อว่าสิ่งต่าง ๆ จะเปลี่ยนไปในทางที่ดี

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

7. ข้าพเจ้าทำแต่สิ่งดี ๆ ที่ทำให้คนอื่นชื่นชอบข้าพเจ้า

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

เลขหมู่..... ๓๑๖-๓๒๓  
๓๑๖๒๕

สำนักหอสมุด มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

8. ข้าพเจ้ามีศรัทธาในผู้สูงส่ง

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

9. ข้าพเจ้าเต็มใจที่ลองทำสิ่งใหม่ ๆ

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

10. ข้าพเจ้าอยากประสบความสำเร็จในสิ่งที่ทำ

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

11. ข้าพเจ้ารู้สึกว่าคุณเจ้าให้ความสำคัญกับผลลัพธ์ที่ออกมา

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

12. ข้าพเจ้าชอบตัวเอง

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

13. ข้าพเจ้าสามารถมุ่งความสนใจไปทำงานและอยู่กับงานนั้นได้

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

14. ข้าพเจ้าเป็นคนมีอารมณ์ขัน

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

15. ข้าพเจ้าวางแผนก่อนทำสิ่งต่าง ๆ

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง



3.2 คำชี้แจง : ข้อความข้างล่างนี้เป็นข้อความที่มีผู้ใช้บรรยายตนเอง กรุณาอ่านแต่ละข้อความและทำเครื่องหมาย ✓ ลงในวงกลมตามหมายเลขเพียงหมายเลขเดียวในแต่ละข้อความ เพื่อแสดงระดับความเห็นด้วยหรือไม่เห็นด้วยของท่าน เกี่ยวกับข้อความแต่ละข้อความที่พูดถึงตัวท่านในช่วงเป็นเด็ก

1. ข้าพเจ้าถูกคาดหวังว่าจะเป็นคนคอยช่วยเหลือผู้อื่น

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

2. ข้าพเจ้าสงบสติอารมณ์ได้แม้จะอยู่ในภาวะที่มีปัญหายุ่งมาก

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

3. คนอื่น ๆ มองว่าข้าพเจ้าเป็นคนตื่นตัวและกระฉับกระเฉง

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

4. ข้าพเจ้าเชื่อตนเอง

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

5. พ่อแม่ให้ความสนใจข้าพเจ้ามาก

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

6. ครอบครัวมีความคาดหวังในตัวข้าพเจ้าสูง

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

7. เวลาที่ข้าพเจ้าไม่สบายใจหรือมีปัญหา ก็มักจะมีบางคนที่ข้าพเจ้าสามารถปรึกษาได้

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

8. ข้าพเจ้าประสบความสำเร็จในโรงเรียน

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

9. ข้าพเจ้าทำสิ่งต่าง ๆ อย่างกระฉับกระเฉงในการช่วยเหลือผู้อื่น

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

10. ข้าพเจ้ารู้สึกที่ข้าพเจ้าเข้าใจตนเอง

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

11. ข้าพเจ้าเผชิญกับอุปสรรคที่สร้างความเครียดให้และได้เรียนรู้ที่จะแก้ไขปัญหานั้น

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

12. ข้าพเจ้ารู้สึกที่ทุกสิ่งทุกอย่างจะกลับกลายเป็นดีเมื่ออยู่ในภาวะยากลำบาก

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

13. ข้าพเจ้ารู้วิธีวางแผนสำหรับอนาคต

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

14. คนอื่น ๆ มักจะดูมีความสุขเมื่อได้พบเห็นข้าพเจ้า

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

15. พ่อแม่ของข้าพเจ้าบอกข้าพเจ้าว่าข้าพเจ้าเป็นคนมีนิสัยดีและวางตัวสบาย ๆ

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

16. ข้าพเจ้ามีความสัมพันธ์ที่อบอุ่นกับผู้ใหญ่

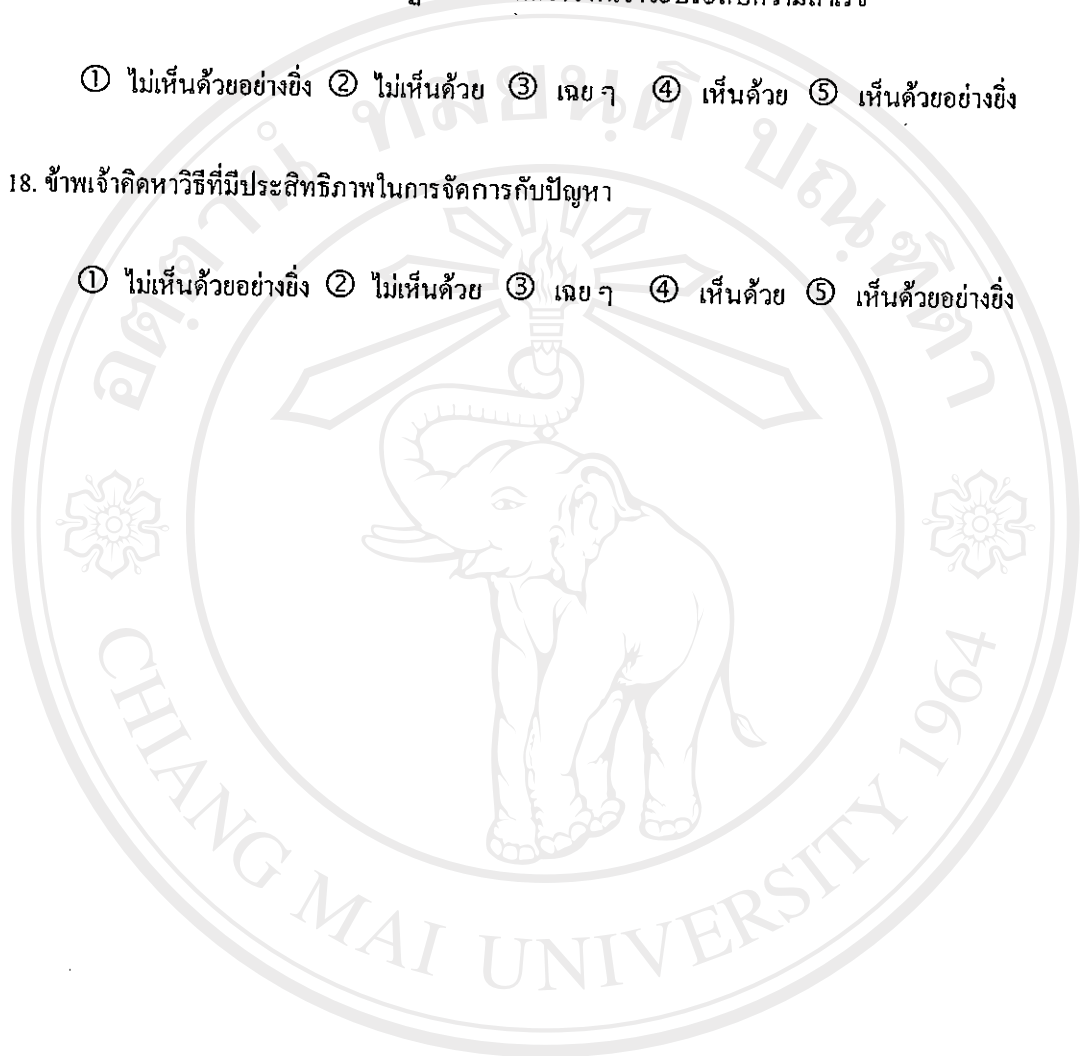
- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

17. ข้าพเจ้าไม่ละความพยายามในการปฏิบัติงานจนกว่าข้าพเจ้าจะประสบความสำเร็จ

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง

18. ข้าพเจ้าคิดหาวิธีที่มีประสิทธิภาพในการจัดการกับปัญหา

- ① ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ② ไม่เห็นด้วย ③ เฉย ๆ ④ เห็นด้วย ⑤ เห็นด้วยอย่างยิ่ง



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่  
Copyright© by Chiang Mai University  
All rights reserved



ที่ ทม 0515(16)/ว.012

สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ 239

ถ.ห้วยแก้ว ต.สุเทพ อ.เมือง

จ.เชียงใหม่ 50200

29 พฤศจิกายน 2546

เรื่อง ขอความร่วมมือในการทำการค้นคว้าแบบอิสระ

เรียน ผู้ควบคุมทีมกีฬาบาสเกตบอล สถาบันราชภัฏ.....

ด้วย นายสมชาย สมบูรณ์ นิสิตปริญญาโทบัณฑิต สาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา บัณฑิตศึกษาศาสนา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ กำลังดำเนินการทำการค้นคว้าแบบอิสระ เรื่อง แรงจูงใจและ การปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาบาสเกตบอลกับผู้ที่มิใช่ นักกีฬา ในการนี้ นิสิตมีความประสงค์จะขอความร่วมมือจากนักกีฬาบาสเกตบอลที่เข้าร่วมการแข่งขันกีฬาราชภัฏแห่งประเทศไทย จังหวัดเชียงใหม่ ระหว่างวันที่ 21 - 27 ธันวาคม 2546 ในการตอบแบบสอบถาม เพื่อเป็นข้อมูลประกอบการทำการค้นคว้าแบบอิสระ

การศึกษาค้นคว้าดังกล่าวเมื่อพิจารณาแล้วจะเป็นประโยชน์ต่อผู้ทำการค้นคว้า ผู้ฝึกสอน ผู้จัดการทีม ตัวแทนนักกีฬาบาสเกตบอล และสมควรให้การสนับสนุน

ขอแสดงความนับถือ

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

(รศ.ดร.ประกาศ โพธิ์ทองสุนันท์)

ประธานสาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright © by Chiang Mai University  
All rights reserved

## ประวัติผู้เขียน

ชื่อ - สกุล	นายสมชาย สมบูรณ์
วัน เดือน ปี	24 พฤษภาคม 2510
ที่อยู่ปัจจุบัน	190 หมู่ 1 ตำบล เวียง อำเภอเทิง จังหวัดเชียงราย
ประวัติการศึกษา	
2529	มัธยมศึกษาปลายจากโรงเรียนดอยสะเก็ดวิทยาคม จังหวัดเชียงใหม่
2531	อนุปริญญา เอกพลศึกษา วิทยาลัยพลศึกษาเชียงใหม่
2533	ปริญญาตรี ศึกษาศาสตร์บัณฑิต (พลศึกษา) คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
ประวัติการทำงาน	
2533 - 3537	พนักงานฝ่ายสินเชื่อ บริษัทสหพานิช จำกัด
2537 - 2540	รับราชการครู โรงเรียนบ้านหลวง อำเภอบ้านหลวง จังหวัดน่าน
2540 - ปัจจุบัน	รับราชการครู โรงเรียนเทิงวิทยาคม อำเภอเทิง จังหวัดเชียงราย

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

Copyright© by Chiang Mai University

All rights reserved