

บทที่ 5

สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ

การศึกษาแรงจูงใจและการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของผู้ที่เข้ามาเรียนเทควันโดในโรงเรียนสอนเทควันโด ใน อำเภอเมือง เชียงใหม่ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแรงจูงใจการเรียนเทควันโด ด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสิ่งแวดล้อมและการปรับตัวเพื่อเข้าสู่ความเป็นเลิศในด้านลักษณะนิสัย เนื่องจากสิ่งแวดล้อม (ช่วงปัจจุบัน) และด้านลักษณะนิสัย เฉพาะตัว (ช่วงที่เป็นเด็ก)

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้การศึกษานี้ได้แก่ ผู้ที่เข้ามาเรียนเทควันโด ใน โรงเรียนสอนเทควันโด ใน อำเภอเมือง เชียงใหม่ จำนวน 130 คน โดยทำการสุ่มตัวอย่างแบบบังเอิญ (Accident Sampling)

สรุปผลการศึกษา

การศึกษาแรงจูงใจและการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของผู้ที่เข้ามาเรียนเทควันโดในโรงเรียนสอนเทควันโด ใน อำเภอเมือง เชียงใหม่ พบว่า

1. แรงจูงใจด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสิ่งแวดล้อม อยู่ในระดับมาก
2. การปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศอยู่ในระดับสูง

อภิปรายผลการศึกษา

1. แรงจูงใจของผู้ที่เข้ามาเรียนเทควันโด

ผลการศึกษาแรงจูงใจของผู้ที่เข้ามาเรียนเทควันโดในโรงเรียนสอนเทควันโด ในอำเภอเมือง เชียงใหม่ มีแรงจูงใจโดยรวมอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้อาจเป็นเพราะพ่อแม่ ผู้ปกครองต้องการส่งเสริมให้เยาวชนใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์โดยการเล่นกีฬา ประกอบกับฐานะทางเศรษฐกิจของผู้ปกครองค่อนข้างดี สังเกตเห็นได้จากการที่พ่อแม่ ผู้ปกครองเดินทางมารับส่งบุตรหลานด้วยตนเองและค่าเรียนเทควันโดค่อนข้างสูง ประมาณ 500-1,000 บาทต่อเดือน สอดคล้องกับ สืบสายบุญวีระบุตร ที่กล่าวว่าสถานภาพทางสังคมและเศรษฐกิจอยู่ในสภาพครอบครัวที่มีเศรษฐกิจที่ดีพอควรจึงมีโอกาสที่จะเข้าร่วมกิจกรรมมากกว่าคนที่มีฐานะทางการเงินต่ำ นอกจากนี้ผู้ที่เข้ามาเรียนเทควันโดให้ความสนใจกีฬานี้มากขึ้น อาจเป็นเพราะจากสื่อต่างๆ เช่น โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ ที่มีการเสนอข่าวกีฬาเทควันโด ดังตัวอย่างเช่น น้องวิว เยาวภา บุรพลชัย นักกีฬาสาวไทยที่ได้เหรียญทองแดง ในการแข่งขันกีฬาโอลิมปิก เอเธนส์เกมส์ ปี ค.ศ. 2004 เป็นต้น จากการที่กีฬาเทควันโดเป็นศิลปะป้องกันตัวและเสริมสร้างความแข็งแรงและความสนุกสนาน ความท้าทาย ซึ่งเห็นได้จาก

การที่กีฬาเทควันโดมีการแบ่งกลุ่มเพื่อทำการฝึกท่าทางของกีฬาเทควันโด เช่น ท่ารำ (Poomse) ท่าเตะต่างๆ ที่มีความยาก ซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะในกีฬาเทควันโด สอดคล้องกับงานวิจัยนี้ที่พบว่าคะแนนเฉลี่ยแรงงูใจโดยรวม 3 อันดับสูงสุด คือ ชอบสนุกจากการเล่นกีฬาและสอดคล้องกับงานวิจัยของ สืบสาย บุญวิระบุตร (2541) ที่กล่าวว่าแรงงูใจที่ทำให้คนยังคงเล่นกีฬาและ/หรือออกกำลังกายคือ แรงงูใจในตนเองของผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบ A ที่ชอบความท้าทาย การเสี่ยง เป็นต้น ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับผลการศึกษาของ นิกร ใจไหว (2547) ที่ทำการศึกษารื่องแรงงูใจและการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาโบว์ลิ่งและผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา พบว่าแรงงูใจของนักกีฬาและผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬาอยู่ในระดับสูง

และเมื่อพิจารณาทางด้านพบว่า แรงงูใจ 3 ด้านคือ ด้านร่างกาย ด้านจิตใจและอารมณ์ ด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม อยู่ในระดับมาก ทั้งนี้เมื่อพิจารณาเป็นรายข้อย่อยพบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนแรงงูใจทางด้านร่างกายของผู้ที่มาเรียนเทควันโดอยู่ในระดับมาก เช่น ต้องการพัฒนาความชำนาญหรือความสามารถในการเล่นกีฬา อยากเรียนรู้ทักษะใหม่ๆ ชอบออกกำลังกาย ต้องการมีร่างกายที่ฟิต ต้องการมีรูปร่างดี เป็นต้น แสดงให้เห็นว่าผู้ที่มาเรียนเทควันโด รู้ถึงประโยชน์ของการออกกำลังกาย

และเป็นที่น่าสนใจว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนแรงงูใจรายย่อยทางด้านร่างกายของผู้ที่เข้ามาเรียนเทควันโดมากที่สุด คือ ต้องการพัฒนาความชำนาญหรือความสามารถในการเล่นกีฬา ทั้งนี้อาจเป็นเพราะคนที่มีโอกาสทราบว่า จะได้รับความก้าวหน้าอย่างไรจากการกระทำนั้น ย่อมเป็นแรงงูใจให้เกิดพฤติกรรมนั้นได้ เช่น เมื่อเป็นนักกีฬาแล้ว ได้สิทธิเข้าศึกษาต่อในมหาวิทยาลัยหรือทำงานในหน่วยงานที่สนับสนุนการกีฬา (Deci อ้างใน ชมชื่น สมประเสริฐ, 2542) ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับการศึกษาของภพเพชร นิลงาม(2547) เรื่องแรงงูใจและการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาเทเบิลเทนนิสและผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา พบว่าแรงงูใจด้านร่างกายของผู้เล่นกีฬาเทเบิลเทนนิสอยู่ในระดับมาก

ค่าเฉลี่ยคะแนนแรงงูใจทางจิตใจของผู้ที่มาเรียนเทควันโดอยู่ในระดับมาก แต่เมื่อพิจารณาในรายข้อย่อยทั้งหมดพบว่ามีทั้งที่อยู่ในระดับมากและระดับปานกลาง โดยพบว่ารายข้อย่อยที่อยู่ในระดับมาก ได้แก่ ชอบสนุกจากการเล่นกีฬา ต้องการผ่อนคลายความเครียด ชอบความตื่นเต้นในการเล่นกีฬา ชอบความท้าทาย ชอบมีอะไรทำสักอย่าง ซึ่งเป็นแรงงูใจที่เกิดขึ้นภายในตัวเองและมีลำดับคะแนนสูงสุด อยู่ในอันดับ 1 ถึง 5 ส่วนรายข้อย่อยที่อยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ ชอบแข่งขัน ชอบได้รางวัล ชอบเดินทางไปแข่งขันกีฬา เป็นต้น ซึ่งเป็นแรงงูใจจากภายนอกและมีลำดับคะแนนรองจาก 5 อันดับแรก สอดคล้องกับผลการศึกษานี้ที่พบว่า ผู้ที่เข้ามาเรียนเทควันโด ร้อยละ 57.69 เรียนอยู่ในระดับมัธยมศึกษาตอนต้น (ในตารางที่ 3 หน้า 45) ประกอบกับผู้วิจัยเคย

เป็นผู้ฝึกสอนและปัจจุบันยังอยู่ในแวดวงกีฬาเทควันโดประมาณ 10 ปี พบว่าผู้ที่มาเรียนส่วนใหญ่ไม่ได้เป็นนักกีฬา ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับ Weinburg & Gould (1995) ที่กล่าวว่าแรงจูงใจภายใน (Intrinsic Motives) เป็นแรงจูงใจที่เกิดขึ้นภายในตัวเองโดยไม่มีรางวัลหรือผลจากสาเหตุภายนอกเข้ามาเกี่ยวข้อง ในการกีฬาถือเป็นแรงจูงใจการเล่นกีฬาเพื่อความสนุกสนาน สนุกที่จะได้เล่น โดยไม่มีอิทธิพลภายนอกเข้ามาเกี่ยวข้องและจากเหตุผลต่างๆ ข้างต้นจึงทำให้แรงจูงใจด้านจิตใจโดยรวมของผู้ที่มาเรียนเทควันโดอยู่ในระดับมาก สอดคล้องกับผลการศึกษาของ นิกร ใจไหว (2547) เรื่องแรงจูงใจและและการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาโบว์ลิ่ง พบว่าแรงจูงใจด้านจิตใจอยู่ในระดับมาก

สำหรับค่าเฉลี่ยแรงจูงใจด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมโดยรวมอยู่ในระดับมาก ทั้งนี้อาจเป็นเพราะเป็นแรงจูงใจที่เกิดจากความต้องการของผู้ที่มาเรียนเทควันโด เห็นได้จากค่าเฉลี่ยคะแนนแรงจูงใจรายย่อยที่อยู่ในระดับมาก เช่น ชอบได้พบเพื่อนใหม่ๆ ชอบทีมงาน เป็นต้น แต่เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยคะแนนในรายข้อย่อยทั้งหมด พบว่า มีทั้งในระดับมากและปานกลาง ซึ่งพบว่ารายข้อย่อยที่อยู่ในระดับมาก ได้แก่ ชอบได้พบเพื่อนใหม่ๆ ชอบทีมงาน ต้องการมีเพื่อนและได้อยู่กับเพื่อนๆ เป็นต้น ซึ่งจะเห็นได้ว่าเป็นแรงจูงใจที่เกิดจากตัวของผู้ที่มาเรียนเทควันโดโดยตรง สอดคล้องกับ Hilgard (1979) ที่กล่าวว่า แรงจูงใจทางสังคม (The Social Motives) เป็นแรงจูงใจอันเกิดจากความต้องการทางสังคม เป็นแรงจูงใจเพื่อเข้าสังคมในการเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับผู้อื่น เช่น ความรัก การยอมรับนับถือ ฯลฯ ส่วนค่าเฉลี่ยคะแนนแรงจูงใจด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม ที่อยู่ในระดับปานกลาง ได้แก่ พ่อแม่ต้องการให้เล่น ต้องการได้รับการยอมรับจากคนอื่น ชอบออกนอกบ้าน เพื่อนสนิทต้องการให้เล่น เป็นต้น และพบว่าค่าเฉลี่ยคะแนนแรงจูงใจด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมรายย่อยที่อยู่ในระดับปานกลางเหล่านี้ ลำดับคะแนนเรียง รองจากจากข้อที่เป็นแรงจูงใจที่เกิดจากผู้เรียนโดยตรงจึงทำให้คะแนนเฉลี่ยแรงจูงใจด้านสังคมและสิ่งแวดล้อมอยู่ในระดับมาก สอดคล้องผลการศึกษาของ กุลชาติ จำจด (2547) ที่พบว่า แรงจูงใจด้านร่างกาย จิตใจและอารมณ์ สังคมและสิ่งแวดล้อมของผู้เล่นกีฬาแบดมินตันอยู่ในระดับมาก

2. การปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของผู้ที่มาเรียนเทควันโด

การปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของผู้ที่มาเรียนเทควันโดทั้งวัยเด็กและปัจจุบันอยู่ในระดับสูงแสดงว่าผู้ที่มาเรียนเทควันโดมีการปรับตัวสู่ความเป็นเลิศอยู่ในระดับสูงด้วย ทั้งนี้อาจเป็นเพราะเมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยของคะแนนการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของผู้ที่มาเรียนเทควันโดในวัยเด็กในรายข้อย่อยพบว่าอยู่ในระดับสูงสุดทุกข้อ และพบว่าลำดับคะแนนรายข้อย่อยที่อยู่ในระดับสูง ได้แก่ พ่อแม่ให้ความใส่ใจจุนมาก เวลาที่ฉันทสบายใจหรือมีปัญหาที่มักจะมีบางคนที่สามารถปรึกษาได้ ไม่ละความพยายามในการปฏิบัติงานจนกว่าจะประสบความสำเร็จ ประสบ

ความสำเร็จในโรงเรียน ทำสิ่งต่างๆ อย่างกระฉับกระเฉงในการช่วยเหลือผู้อื่น สอดคล้องกับ Hiew (2001 อ้างใน กุลชาติ จำจด, 2547) กล่าวว่า บุคลิกภาพการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศนั้น เกิดขึ้นตั้งแต่บุคคลนั้นอยู่ในวัยเยาว์ โดยมีพันธุกรรมเข้ามาเกี่ยวข้องด้วย เนื่องจากพบว่าบุคคลที่มีบุคลิกภาพการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศจะมีระดับสติปัญญาสูงกว่าค่าเฉลี่ย มีการพัฒนาในวัยเด็กที่เหมาะสม นั่นคือ มีคนช่วยดูแลและช่วยเหลือ ทำให้มีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นได้ดี มีความยืดหยุ่นสูง มองโลกในแง่ดี อุทิศตนเพื่อช่วยเหลือสังคมและมีโอกาสที่เข้มแข็ง ทำให้สามารถเอาชนะอุปสรรคต่างๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับผลการศึกษาของ ชัชกร พุกกะมาน เรื่องแรงจูงใจและการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาเรือพายและผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา ที่พบว่า การปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาเรือพายและผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา พบว่ามีคะแนนอยู่ในระดับสูง

สำหรับการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของผู้ที่มาเรียนเทควันโดในปัจจุบันก็พบว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนอยู่ในระดับสูงและเมื่อพิจารณาในรายย่อยก็อยู่ในระดับสูงทั้งหมดและพบว่าลำดับคะแนนรายข้อย่อยที่อยู่ในระดับสูง ได้แก่ อยากรประสบความสำเร็จในสิ่งที่ทำ เป็นคนมีอารมณ์ขัน เชื่อว่าสิ่งต่างๆ จะเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี สามารถมุ่งความสนใจไปทำงานและอยู่กับงานนั้นได้ วางแผนก่อนทำสิ่งต่างๆ เต็มใจที่จะลองทำสิ่งใหม่ๆ เป็นต้น สอดคล้องกับ Jacelon (1997 อ้างในภพเพชร นิลงาม, 2547) ที่สรุปว่าคนที่มีบุคลิกภาพการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศเช่น มีชีวิตที่กระฉับกระเฉง มีความเชื่อมั่นในตัวเอง มีความคิดเชิงบวก เป็นต้น และ สอดคล้องกับ Rutter (1985. อ้างในกุลชาติ จำจด, 2547) ที่ได้บรรยายถึงบุคลิกภาพการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศว่า เป็นคุณลักษณะของบุคคลที่ต้องการประสบความสำเร็จในเป้าหมายชีวิตอย่างมีการวางแผนเป็นขั้นเป็นตอนซึ่งประกอบด้วย 3 ขั้นตอนได้แก่ 1. ความรู้สึกที่ตัวเองเป็นคนมีคุณค่า (Self-Esteem) และมีความเชื่อมั่นในตัวเอง (Self-Confidences) 2. มีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนในการติดต่อประสานงานและการปรับตัวให้เข้ากับเหตุการณ์ต่างๆ ได้ 3. มีการสะสมความรู้เกี่ยวกับการแก้ปัญหาต่างๆ ทางสังคมที่ตนได้เผชิญหรือประสบพบเห็นมาอย่างมีประสิทธิภาพ นั่นคือเป็นผู้ที่มีประสบการณ์ชีวิตและมีทักษะทางสังคมสูงนั่นเอง

ผลการศึกษานี้สอดคล้องกับผลการศึกษาของกุลชาติ จำจด (2547) เรื่องแรงจูงใจและการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาแบดมินตันและผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา ที่พบว่า การปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศของนักกีฬาแบดมินตันและผู้ที่ไม่ใช่ นักกีฬา พบว่ามีคะแนนอยู่ในระดับสูง

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งนี้

1. จากผลการศึกษาเรื่องนี้พบว่าคะแนนเฉลี่ยของแรงจูงใจโดยรวมของผู้ที่เรียนเทควันโดให้คะแนนสูงสุดอยู่ในระดับมาก 3 อันดับแรกได้แก่ ชอบสนุกจากการเล่นกีฬา ชอบได้พบเพื่อนใหม่ๆ ต้องการพัฒนาความชำนาญหรือความสามารถในการเล่นกีฬา เพราะฉะนั้นในการชักชวนหรือจูงใจให้คนสนใจเรียนเทควันโดจึงควรใช้เหตุผลเหล่านี้เป็นแรงจูงใจ นอกจากนี้พ่อแม่ผู้ปกครอง ผู้ฝึก สอนเทควันโดและผู้ร่วมทีมมีส่วนสำคัญในการเป็น แรงจูงใจให้เยาวชนสนใจเรียนเทควันโด

2. สำหรับโรงเรียนสอนเทควันโดควรให้ความสำคัญกับทีมงาน ผู้ฝึกสอน (โค้ช,ครู) ตลอดจน อุปกรณ์กีฬาและสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ เพราะจากการศึกษานี้พบว่า คะแนนของแรงจูงใจในหัวข้อต่างๆ กังกล่าวข้างต้นอยู่ในระดับมากทั้งหมด

3. จากการศึกษาการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศในช่วงปัจจุบันของผู้ที่มาเรียนเทควันโดพบว่าคะแนนเฉลี่ยของรายช้อย่อยอยู่ในระดับสูงทุกข้อ จึงอาจสรุปได้ว่าการเรียนเทควันโดน่าจะมีส่วนที่ทำให้ผู้ที่มาเรียนเทควันโดปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศได้ดี ซึ่งความสัมพันธ์ประการหนึ่งของการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศก็คือช่วยให้บุคคลนั้นสามารถปรับตัวและเอาชนะอุปสรรคหรือมรสุมที่ผ่านเข้ามาในชีวิตได้ดี ดังนั้นจึงควรส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนหรือบุคคลทั่วไปหันมาสนใจเรียนเทควันโด

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรทำการวิจัยเรื่องแรงจูงใจในการเล่นกีฬาเทควันโดของนักกีฬาเทควันโดระดับต่างๆ
2. ควรทำการวิจัยเรื่องการปรับตัวเพื่อสู่ความเป็นเลิศในการเล่นกีฬาเทควันโดของนักกีฬาเทควันโดระดับต่างๆ
3. ควรทำการวิจัยในกีฬาประเภทศิลปะการต่อสู้อื่นๆ เช่น มวยไทย ยูโด คาราเต้ วูซู เป็นต้น