

มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
Chiang Mai University

ภาคผนวก

แบบสอบถาม

คำชี้แจง

แบบสอบถามนี้สร้างขึ้นเพื่อใช้แบบสอบถามเกี่ยวกับความมั่นใจของนักกีฬาเทนนิสประเภทเดี่ยวในการแข่งขันกีฬาแห่งชาติครั้งที่ 33

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามเกี่ยวกับความมั่นใจของกีฬา

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเทคนิคของ โค้ชที่ช่วยพัฒนาความมั่นใจของนักกีฬา

เพื่อให้การศึกษาในครั้งนี้มีผลใกล้เคียงกับความจริงมากที่สุด โปรดกรอกแบบสอบถามแต่ละข้อให้ตรงกับความเป็นจริง หรือตรงกับความรู้สึกมากที่สุด โปรดระลึกว่าท่านมีความมั่นใจอย่างไรในการแข่งขันกีฬาครั้งนี้ ข้อมูลที่รวบรวมได้ในครั้งนี้จะเก็บเป็นความลับ และไม่มีผลใด ๆ กับผู้ตอบแบบสอบถาม

ส่วนที่ 1 แบบทดสอบความคิดเห็นต่อสถานการณ์ในการฝึกซ้อม และก่อนการแข่งขัน

คำชี้แจง โปรดอ่านแต่ละข้อความและตัดสินใจทำเครื่องหมาย / ลงในช่องว่างที่ตรงกับความเป็นจริงมากที่สุด

ประสบการณ์ทางการกีฬาทั้งในขณะที่ฝึกซ้อมและก่อนการแข่งขัน	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
1.เมื่อฉันเล่นลูกโฟร์แฮนด์ไม่ดีฉันมักจะเสียความมั่นใจ					
2.เมื่อฉันเล่นลูกแบ็คแฮนด์ไม่ดีฉันมักจะเสียความมั่นใจ					
3.เมื่อฉันเล่นลูกวอลเลย์ไม่ดีฉันมักจะเสียความมั่นใจ					
4.เมื่อฉันเล่นลูกหยอดไม่ดีฉันมักจะเสียความมั่นใจ					
5.เมื่อฉันเล่นลูกสไลบไม่ดีฉันมักจะเสียความมั่นใจ					
6.เมื่อฉันเล่นลูกตบไม่ดีฉันมักจะเสียความมั่นใจ					
7.เมื่อฉันทำการเสิร์ฟไม่ดีฉันมักจะเสียความมั่นใจ					
8.แม้ว่าฉันไม่เห็นด้วยกับคำตัดสินก็ไม่ได้สั่นคลอนความมั่นใจของฉัน					

ประสบการณ์ทางการกีฬาทั้งในขณะที่ฝึกซ้อมและก่อนการแข่งขัน	ระดับความคิดเห็น				
	มากที่สุด	มาก	ปานกลาง	น้อย	น้อยที่สุด
9.แม้ว่าฉันจะเสียเกมเลิร์ฟก็ไม่ได้สั่นคลอนความมั่นใจของฉัน					
10.แม้ว่าฉันจะพลาดแต้มสำคัญก็ไม่ได้สั่นคลอนความมั่นใจของฉัน					
11.แม้ว่าฝ่ายตรงข้ามได้แต้มจากการเลิร์ฟเอสก็ไม่ได้สั่นคลอนความมั่นใจของฉัน					
12.แม้ว่าฝ่ายตรงข้ามได้แต้มจากการตีวินเนอร์ก็ไม่ได้สั่นคลอนความมั่นใจของฉัน					
13.แม้ว่าฝ่ายตรงข้ามได้แต้มจากการเล่นลูกคอบก็ไม่ได้สั่นคลอนความมั่นใจของฉัน					
14.แม้ว่าฝ่ายตรงข้ามได้แต้มจากการเล่นพาสซึ่งช็อตก็ไม่ได้สั่นคลอนความมั่นใจของฉัน					
15.ฉันมักมุ่งมั่นที่ในการฝึกซ้อมมากกว่าคนอื่นๆ					
16.ฉันรู้สึกกลัวจนวินาทีสุดท้ายก่อนทำการแข่งขันเสมอ					
17.ฉันเล่นพลาดทำให้ฉันขาดความมั่นใจที่จะเล่นต่อไป					
18.ฉันต้องการที่จะมีแรงจูงใจมากกว่านี้					
19.การบาดเจ็บเล็กน้อยและการซ้อมที่ไม่ตั้งใจจะสั่นคลอนความมั่นใจของฉัน					
20.ฉันมั่นใจว่าจะประสบความสำเร็จตามเป้าหมายที่ตั้งไว้					
21.ฉันวิตกกังวลมากขณะที่ทำการเล่น					
22.ในขณะที่กำลังเล่น ความมั่นใจของฉันมักไม่คงที่					

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามเทคนิคของ โต้ชที่ช่วยพัฒนาความมั่นใจของนักกีฬา
 คำชี้แจง โปรดอ่านแต่ละข้อความและตัดสินใจทำเครื่องหมาย / ลงในช่องว่างที่ตรงกับ
 ความเป็นจริงมากที่สุด

รายการ	เป็น ประจำ	บ่อย ครั้ง	บาง ครั้ง	ไม่เคย เลย
1. ทำการชมเชยทันทีเมื่อสามารถแสดงทักษะการฝึกได้ดี หรือ ด้วยความพยายาม				
2. ให้ข้อมูลย้อนกลับทันทีหลังการแสดงทักษะที่ฝึกฝน				
3. มีการปรับปรุงทักษะของนักกีฬาที่ชำนาญอยู่แล้วให้ดียิ่งขึ้น				
4. ให้นักกีฬาทบทวนจุดเด่น จุดด้อย				
5. สร้างให้นักกีฬารู้สึกว่ามีความสามารถในการทำกิจกรรมให้ สำเร็จ				
6. ไม่มีคำพูดในเชิงห้ามว่าไม่ให้ทำอะไร				
7. มีการประเมินความสามารถของฉัน สนับสนุนฉันที่ความ สามารถมากกว่าความพยายาม				
8. ให้นักกีฬาประเมินความสามารถของตนเองโดยเฉพาะเมื่อ แสดงความสามารถได้สำเร็จ				
9. ให้นักกีฬาเห็นภาพตนเองประสบความสำเร็จในการแสดง ความสามารถ				
10. ให้นักกีฬาฟังสมาธิว่าเหนือกว่าคู่ต่อสู้				
11. ฝึกให้นักกีฬาคิดที่จะต้องทำให้สำเร็จมากกว่าผลการแข่งขันที่ ออกมา				
12. เน้นถึงความพร้อมในการเตรียมตัวของนักกีฬา ทำให้เกิด ความตื่นตัว				

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล	นายณัฐวุฒิ กลิ่นนาค
วัน เดือน ปีเกิด	9 พฤศจิกายน 2521
ที่อยู่ปัจจุบัน	184 ถนนอินทวงษ ตำบลในเมือง อำเภอเมืองลำพูน จังหวัดลำพูน 51000
วุฒิการศึกษา	
2533	สำเร็จการศึกษาชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนปิ่นสร้อยแยลวิทยาลัย อ.เมืองเชียงใหม่ จ.เชียงใหม่
2536	สำเร็จการศึกษามัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนปิ่นสร้อยแยลวิทยาลัย อ.เมืองเชียงใหม่ จ.เชียงใหม่
2539	สำเร็จการศึกษามัธยมศึกษาตอนปลายปีที่ 6 โรงเรียนจักรคำคณาทร อ.เมืองเชียงใหม่ จ.ลำพูน
2544	สำเร็จการศึกษาระดับปริญญาตรี จากคณะศึกษาศาสตร์ วิชาเอกพลศึกษา มหาวิทยาลัยเชียงใหม่