

Sports Psychology

(Original Article)

จิตวิทยาการกีฬา

(นิพนธ์ต้นฉบับ)

ผลการศึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมต่อแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักกีฬาเทนนิสเยาวชนไทย

พรรณปพร ศรีเจริญ ธนิดา จุลวนิชย์พงษ์, วรากร ทรัพย์วิระปกรณ์,

คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา และคณะศึกษาศาสตร์

มหาวิทยาลัยบูรพา

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการศึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมต่อแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักกีฬาเทนนิสเยาวชนไทย กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาเทนนิสเยาวชนไทย ที่ทำการฝึกซ้อมกับปริมิต อคาเดมี่ และมีความสมัครใจเข้าร่วมการทดลองจำนวน 20 คน โดยได้ทำแบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านกีฬาเทนนิส ที่ผู้วิจัยดัดแปลงจากแบบสอบถามการวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของ สมบัติ กาญจนกิจ และนพรัตน์ เขี่ยมอดุงค์ (2539) ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.86 จากนั้นเลือกผู้ที่มีคะแนนแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านกีฬาเทนนิสต่ำที่สุดจำนวน 16 คน แบ่งกลุ่มด้วยวิธี Match-pair เป็น กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน กลุ่มทดลองได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบอัตถิภาวะนิยมจำนวน 12 ครั้ง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ แบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านกีฬาเทนนิส และโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ การทดสอบค่าที (t-test for dependent sample และ t-test for independent sample)

ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังการทดลองนักกีฬากลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มควบคุมพบว่า ภายหลังการทดลอง นักกีฬากลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05

(Journal of Sports Science and Technology 2013;13(1): 137 – 144)

คำสำคัญ: แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์/ การให้คำปรึกษากลุ่ม/ ทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม/ นักกีฬาเทนนิสเยาวชน**บทนำ**

กีฬาเทนนิสเป็นกีฬานานาชาติที่ได้รับความนิยม เพราะเรียนรู้ได้ไม่ยากนัก และสามารถฝึกฝนได้ตั้งแต่วัยเด็ก ซึ่งในประเทศไทยกีฬานานาชาตินี้ได้รับความนิยมจากประชาชนทั่วไป โดยเฉพาะในกลุ่มของเยาวชนไทย (ต่อพงศ์ คลังกรณ์, 2548) และส่วนใหญ่มักจะเป็นการเล่นเพื่อมุ่งสู่ความเป็นเลิศในระดับเยาวชน อันเห็นได้จากการจัดการแข่งขันเทนนิสประเภทเยาวชนที่มีจำนวนมาก สถิติของจำนวนรายการแข่งขันเฉพาะที่ลอนเทนนิสสมาคมแห่งประเทศไทยในพระบรมราชูปถัมภ์ให้การรับรองในปี พ.ศ. 2555 ที่ผ่านมามีถึง 115 รายการ จากปรากฏการณ์ดังกล่าวสะท้อนให้เห็นว่า การเล่นกีฬาเทนนิสของเยาวชนไทยได้รับการสนับสนุนที่ดีจากผู้ที่เกี่ยวข้อง และวัยเด็กก็เป็นช่วงเวลาที่เหมาะสมในการวางรากฐานทางร่างกายและสติปัญญาเพื่อให้เกิดทักษะที่ดี เห็นได้จากบรรดานักเทนนิสมือ 1 ของโลก อาทิ เช่น ราฟาเอล นาดาล (Rafael Nadal) โรเจอร์ เฟเดอเรอร์ (Roger Federer) มาเรีย ชาราโปวา (Maria sharapova) วินัส วิลเลียม

(Venus Williams) และเซเรน่า วิลเลียม (Venus Williams) ทุกคนต่างได้รับการฝึกฝนตั้งแต่วัยเด็ก และก็เริ่มประสบความสำเร็จตั้งแต่ระดับเยาวชน และจากนั้นก็เริ่มเข้าสู่การแข่งขันเพื่ออาชีพ เช่นเดียวกับนักเทนนิสไทย อย่างเช่น ภราดร ศรีชาพันธุ์ ดนัย อุดมโชค แทมมารีน ธนสุกาญจน์ รวมไปถึง นื่องนิก หรือณพวรรณ เลิศชีวกานต์ ทุกคนก็ต่างได้รับการฝึกฝน และเริ่มแข่งขันเทนนิสมาตั้งแต่เด็ก ดังนั้นผู้ปกครองจึงพยายามที่จะส่งเสริมให้ลูกของตนได้เริ่มเล่นเทนนิสตั้งแต่วัยเด็ก และการจัดการแข่งขันเทนนิสในประเทศไทยที่มีตลอดทั้งปีก็ถือเป็นโอกาสที่ดีสำหรับนักเทนนิสเยาวชนไทยให้ได้พัฒนาฝีมือไปสู่ความเป็นเลิศ

ในศาสตร์ของจิตวิทยาการกีฬา การที่คนมีความมุ่งมั่นทุ่มเทในการฝึกซ้อมและแข่งขันเพื่อ เรียกว่า “แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์” โดยนักกีฬาแต่ละคนในระดับที่ต่างกัน โดยแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์เป็นแรงจูงใจภายในตัวบุคคลที่มีความสำคัญในการกระตุ้นให้นักกีฬามุ่งมั่น ทุ่มเท ในการฝึกซ้อมและการแข่งขันอย่างเต็มที่ เพื่อไปให้ถึงความสำเร็จในการแข่งขันที่ตนเองได้ตั้งเอาไว้ และยังรวมไปถึงการเล่นเพื่อพัฒนาความสามารถไม่ว่าจะมีจุดหมายเพื่อความสนุกสนาน หรือเพื่อสุขภาพก็ตาม (สืบสาย บุญวีรบุตร, 2541) โดยในวัยเด็ก แรงจูงใจในการเล่นกีฬามักเกิดจากแรงสนับสนุนจากพ่อแม่ คนในครอบครัว และโรงเรียนเป็นหลัก แต่เมื่อเริ่มเข้าสู่ช่วงวัยรุ่น เป็นวัยที่เด็กต้องการแสดงความคิดเห็นและตัดสินใจเลือกทำอะไรด้วยตัวเอง (ประณต คำจิณ, 2549) ดังนั้นในการเล่นกีฬาของเยาวชนจึงต้องอาศัยแรงจูงใจที่เกิดขึ้นจากภายใน และแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ก็เป็นสิ่งที่กระตุ้นให้เด็กพัฒนาความสามารถในการเล่นต่อไป

การพัฒนาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ควรกระทำโดยการช่วยให้บุคคลได้รู้จักตนเองมากขึ้น เพราะเมื่อบุคคลเข้าใจตนเองมากขึ้น และได้ตระหนักถึงความต้องการหรือเป้าหมายที่แท้จริงของตนเองแล้ว ก็จะพยายามอย่างเต็มที่เพื่อให้บรรลุจุดหมาย ซึ่งการให้คำปรึกษากลุ่ม ก็เป็นอีกวิธีการหนึ่งที่จะช่วยให้บุคคลเข้าใจตนเองมากขึ้น (Mahler, 1969) ผู้วิจัยจึงคิดว่ากระบวนการกลุ่มมีความเหมาะสมกับนักกีฬาเทนนิสเยาวชนไทย และการปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม (Existential Counselling) ก็มีความน่าสนใจเพราะเป็นทฤษฎีที่เน้นให้สมาชิกกลุ่มได้รับการกระตุ้นให้สำรวจตนเอง ตั้งเป้าหมาย หาความหมายและสร้างคุณค่าให้กับชีวิต ซึ่งเมื่อใช้กับนักกีฬาจึงมีความสอดคล้องและส่งเสริมกับทฤษฎีการกำหนดเป้าหมาย (Goal Setting Theory) ที่กล่าวว่า การที่บุคคลทำอะไรอย่างมีเป้าหมาย จะทำให้มีแรงจูงใจในการกระทำพฤติกรรมอย่างเข้มข้นขึ้น เพื่อมุ่งไปสู่การบรรลุเป้าหมายซึ่งก็คือแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ ดังนั้น ผู้วิจัยจึงต้องศึกษาว่าการปรึกษากลุ่มตามทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม ส่งผลต่อแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักเทนนิสเยาวชนไทยอย่างไร

วิธีการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง ที่มีจุดประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมต่อแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักกีฬาเทนนิสเยาวชนไทย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย เป็นนักกีฬาเทนนิสเยาวชนไทย ที่ทำการฝึกซ้อมอยู่ที่ ปิรามิดคาเดมีย์ เอฟบีที สปอร์ตพาร์ค ลาดกระบัง กรุงเทพฯ ที่อายุระหว่าง 13-18 ปี ที่สมัครใจเข้าร่วมการทดลอง โดยมีระดับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำที่สุดในกลุ่ม จำนวน 16 คน จากนั้นแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 8 คน ด้วยวิธีจับคู่ (Match pair) โดยใช้คะแนนจากการทำแบบวัดแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านกีฬาเทนนิสก่อนการทดลอง

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ได้แก่

1. แบบวัดแรงงูใจใฝ่สัณฤทธิด้านกีฬาทนนิส ผู้วิจัยได้ดัดแปลงจากแบบสอบถามการวัดแรงงูใจใฝ่สัณฤทธิด้านกีฬาทนนิส ของ สมบัติ กาญจนกิจ และนพรัตน์ เอี่ยมผดุง (สมบัติ กาญจนกิจ และสมหญิง จันทรุไทย, 2542) ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.86

2. โปรแกรมการให้คำปรึกษากรลุ่มทฤษฎีอัติถิภาวะนิยม จำนวน 12 ครั้ง ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นและผ่านการตรวจสอบความเหมาะสมของเนื้อหาจากผู้เชี่ยวชาญ

ขั้นตอนดำเนินการทดลอง แบ่งเป็น 2 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นตอนเตรียมการ ทำหนังสือผ่านคณบดีคณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยบูรพา ถึงผู้อำนวยการปริมิต อคาเดมี เอฟบีทีสปอร์ตพาร์ค ลาดกระบัง กรุงเทพฯ เพื่อขออนุญาตและขอความร่วมมือในการศึกษาวิจัย หลังจากได้รับอนุญาตแล้ว ผู้วิจัยเข้าพบผู้อำนวยการปริมิต อคาเดมี เอฟบีทีสปอร์ตพาร์ค ลาดกระบัง กรุงเทพฯ เพื่อชี้แจงวัตถุประสงค์และขั้นตอนการวิจัย

2. ขั้นตอนการทดลอง แบ่งเป็น 3 ระยะ คือ

ระยะก่อนการทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการคัดเลือกกรลุ่มตัวอย่างตามเกณฑ์ที่กำหนดและความสมัครใจ โดยให้นักกีฬาทนนิสเยาวชนไทยจำนวน 20 คน ตอบแบบสอบถามวัดแรงงูใจใฝ่สัณฤทธิ จากนั้นทำการประเมินให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด แล้วคัดเลือกเฉพาะนักกีฬาทนนิสเยาวชนไทยที่มีระดับแรงงูใจใฝ่สัณฤทธิด้านกีฬาทนนิสต่ำที่สุด จำนวน 16 คน ทำการสุ่มแบ่งกรลุ่มตัวอย่างด้วยวิธีจับคู่ (Match pair) เพื่อจัดเข้ากรลุ่ม 2 กรลุ่ม คือ กรลุ่มทดลอง และกรลุ่มควบคุม กรลุ่มละ 8 คน เก็บข้อมูลคะแนนที่ได้ไว้เป็นคะแนนก่อนการทดลอง

ระยะทดลอง ดำเนินการให้คำปรึกษากรลุ่มทฤษฎีอัติถิภาวะนิยมกับกรลุ่มทดลองตามโปรแกรม พร้อมกับการฝึกซ้อมตามวิธีปกติ ส่วนกรลุ่มควบคุม ทำการฝึกตามวิธีปกติเท่านั้น การทดลองครั้งนี้เป็นการทดลองรายกรลุ่ม โดยใช้เวลา 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 ครั้ง ครั้งละ 60-90 นาที รวมทั้งสิ้น 12 ครั้ง ณ ห้องประชุม ปริมิต อคาเดมี เอฟบีที สปอร์ตพาร์ค ลาดกระบัง กรุงเทพฯ

ระยะหลังการทดลอง เมื่อสิ้นสุดการดำเนินการให้คำปรึกษาตามโปรแกรมแก่กรลุ่มทดลองเป็นจำนวน 12 ครั้ง ผู้วิจัยดำเนินการทดสอบวัดระดับแรงงูใจใฝ่สัณฤทธิในกรลุ่มทดลอง และกรลุ่มควบคุม แล้วเก็บคะแนนที่ได้ไว้เป็นคะแนนระยะหลังการทดลอง นำคะแนนก่อนการทดลองและหลังการทดลองที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติ

การวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติสำหรับทดสอบสมมติฐาน ดังนี้

1. เปรียบเทียบแรงงูใจใฝ่สัณฤทธิของนักกีฬาทนนิสเยาวชนไทยก่อนและหลังการทดลอง ในกรลุ่มทดลองและกรลุ่มควบคุม โดยการใช้การทดสอบค่าที แบบสองกรลุ่มสัมพันธ์กัน (t-test for dependent samples) (ชูศรี วงศ์รัตนะ, 2541: 191)

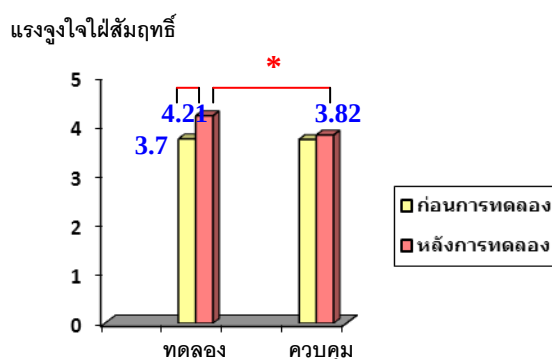
2. เปรียบเทียบความแตกต่างของแรงงูใจใฝ่สัณฤทธิของนักกีฬาทนนิสเยาวชนไทยหลังการทดลองระหว่างกรลุ่มทดลองและกรลุ่มควบคุม โดยการใช้การทดสอบค่าที แบบสองกรลุ่มเป็นอิสระต่อกัน (t-test for independent samples) (ชูศรี วงศ์รัตนะ, 2541: 189)

ผลการวิจัย

1. การเปรียบเทียบแรงงูใจใฝ่สัณฤทธิ์ของนักกีฬาเทนนิสเยาวชนไทยก่อนและหลังการทดลอง พบว่า นักกีฬาเทนนิสเยาวชนไทยกลุ่มทดลอง มีแรงงูใจใฝ่สัณฤทธิ์ภายหลังทดลอง ($\bar{X} = 4.21$, $SD = 0.672$) สูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง ($\bar{X} = 3.74$, $SD = 0.799$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และพบว่า นักกีฬาเทนนิสเยาวชนไทยกลุ่มควบคุม มีแรงงูใจใฝ่สัณฤทธิ์ก่อนการทดลอง ($\bar{X} = 3.73$, $SD = 0.574$) และหลังการทดลอง ($\bar{X} = 3.82$, $SD = 0.483$) ไม่แตกต่างกัน (แสดงในแผนภูมิที่ 1)

2. การเปรียบเทียบแรงงูใจใฝ่สัณฤทธิ์ของนักกีฬาเทนนิสเยาวชนไทยระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม พบว่า แรงงูใจใฝ่สัณฤทธิ์ของนักกีฬาเทนนิสเยาวชนไทยภายหลังทดลอง ของกลุ่มทดลอง ($\bar{X} = 4.21$, $SD = 0.672$) สูงกว่ากลุ่มควบคุม ($\bar{X} = 3.82$, $SD = 0.483$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 (แสดงในแผนภูมิที่ 1)

แผนภูมิที่ 1 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยแรงงูใจใฝ่สัณฤทธิ์ของนักกีฬาเทนนิสเยาวชนไทย



แผนภูมิที่ 1 แสดงความแตกต่างของแรงงูใจใฝ่สัณฤทธิ์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มทั้งก่อนและหลังการทดลอง และยังแสดงความแตกต่างของแรงงูใจใฝ่สัณฤทธิ์ของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง

อภิปรายผล

จากการศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีอรรถิภาวะนิยมต่อแรงงูใจใฝ่สัณฤทธิ์ของนักกีฬาเทนนิสเยาวชนไทย พบว่า

1. นักกีฬาเทนนิสเยาวชนไทยกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบอรรถิภาวะนิยม มีแรงงูใจใฝ่สัณฤทธิ์สูงขึ้นกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้เนื่องมาจาก การให้คำปรึกษากลุ่มแบบอรรถิภาวะนิยมมีความเหมาะสมกับลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง กล่าวคือ สมาชิกกลุ่มทุกคนกำลังอยู่ในช่วงวัยรุ่น โดยมีอายุระหว่าง 13-15 ปี ทุกคนเป็นนักกีฬาเทนนิสที่มีประสบการณ์ในการฝึกซ้อมและแข่งขัน ซึ่งด้วยช่วงวัยและประสบการณ์ที่ใกล้เคียงกันของสมาชิกกลุ่ม ทำให้การปรึกษากลุ่มมีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น คอรี (Corey, 2004) ได้กล่าวว่า ในการปรึกษากลุ่ม สมาชิกกลุ่มจะได้ประโยชน์จากข้อคิดเห็นของสมาชิกคนอื่นๆ และข้อคิดจากผู้นำกลุ่ม สมาชิกจะได้เรียนรู้วิธีเผชิญปัญหาจากสมาชิกคนอื่นๆ ที่อาจมีปัญหาคคล้ายคลึงกัน อนงค์ วิเศษสุวรรณ (2554) กล่าวว่าวิธีการให้

คำปรึกษากลุ่ม มีความเหมาะสมที่จะนำมาใช้กับเด็กวัยนี้ เพราะการเข้าร่วมกลุ่ม วัยรุ่นจะกล้าแสดงออกด้านความรู้สึกที่ลับสน และได้สำรวจความสงสัยเกี่ยวกับตนเอง เพราะกลุ่มเป็นสถานที่ที่เขาจะรู้ว่ามียุทธศาสตร์เพื่อนที่จะพูดคุยแลกเปลี่ยนเรื่องราว ซึ่งกลุ่มจะช่วยให้การเปิดเผยทัศนคติ ความเชื่อ และปรับเปลี่ยนค่านิยมบางอย่างในทางที่ดีขึ้น นอกจากนั้นสมาชิกยังได้เรียนรู้ต้นแบบจากผู้นำกลุ่ม รวมทั้งการได้รับการสนับสนุนให้กำลังใจ และได้แลกเปลี่ยนข้อคิดเห็นระหว่างกัน ซึ่งการที่ผู้นำกลุ่มและสมาชิกมีการให้กำลังใจซึ่งกันและกันจะนำไปสู่การเข้าใจตนเองและการยอมรับตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษากลุ่มและกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความมุ่งมั่นในชีวิตของนักเรียนวัยรุ่น ศูนย์เมอร์ซี กรุงเทพมหานคร ของ กลินา บุญแสง (2544) ว่า เมื่อนักเรียนวัยรุ่นได้มีโอกาสในการปรึกษากลุ่ม กระบวนการให้คำปรึกษากลุ่มทำให้ผู้ที่เข้าร่วมกลุ่มมีความมุ่งมั่นและมีเป้าหมายในชีวิตมากขึ้น และการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มก็ยังสอดคล้องกับพัฒนาการของวัยรุ่น คือเป็นวัยที่ต้องการรู้จักตนเอง ต้องการได้รับการยอมรับ และมีความต้องการในการวางแผนการของอนาคตด้วยตนเอง ซึ่งการปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม (Existential Counselling) เป็นกระบวนการให้คำปรึกษาที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อช่วยให้บุคคลได้รับการกระตุ้นให้สำรวจตนเอง ตั้งเป้าหมาย หาความหมายและสร้างคุณค่าให้กับชีวิต ทำให้บุคคลเข้าใจตนเองและมีความชัดเจนในการดำเนินชีวิตมากขึ้น กล่าวคือ การให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีนี้ กระตุ้นให้นักกีฬาเทนนิสเยาวชนไทยได้มีความชัดเจนในตนเองมากขึ้นจนนำไปสู่การสร้างเป้าหมาย ซึ่งทฤษฎีการกำหนดเป้าหมาย (Goal Setting Theory) กล่าวว่า การที่บุคคลได้ตั้งเป้าหมายด้วยตนเอง จะทำบุคคลนั้นมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ที่สูงขึ้น ดังนั้น การมีเป้าหมายที่ชัดเจนจากการได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม ทำให้นักกีฬาเทนนิสเยาวชนไทยมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ที่สูงขึ้น อนึ่งผลการวิจัยในครั้งนี้ แสดงให้เห็นว่า การให้คำปรึกษาแบบอัตถิภาวะนิยม สามารถเพิ่มแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักกีฬาเทนนิสเยาวชนไทยได้

2. นักกีฬาเทนนิสเยาวชนไทยกลุ่มที่ได้รับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบอัตถิภาวะนิยม โดยภาพรวมมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูงกว่ากลุ่มควบคุมภายหลังการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ แสดงให้เห็นว่า การให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม สามารถพัฒนาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักกีฬาเทนนิสเยาวชนไทยได้ ทั้งนี้เพราะโปรแกรมการให้คำปรึกษาที่ผู้วิจัยจัดทำขึ้น เน้นเรื่องการสำรวจตนเองและการตั้งเป้าหมาย โดยกระบวนการการให้คำปรึกษาตั้งแต่ครั้งที่ 1 ถึงครั้งที่ 7 เป็นการกระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มได้สำรวจตนเองจากประสบการณ์และเรื่องราวของตนและการได้เรียนรู้จากประสบการณ์ของสมาชิกคนอื่นๆ จนกระทั่งถึงโปรแกรมครั้งที่ 8 สร้างความชัดเจนและความหมายในการเล่นเทนนิส สมาชิกกลุ่มทุกคนได้ตั้งเป้าหมายของตัวเองอีกครั้ง เป็นการส่งเสริมกับทฤษฎีการกำหนดเป้าหมาย (Goal Setting Theory) โดยตรง และการที่บุคคลมีส่วนร่วมในการตั้งเป้าหมายจะทำให้บุคคลนั้นมีแรงจูงใจที่จะกระทำพฤติกรรมเข้มข้นขึ้น เพื่อให้บรรลุเป้าหมายซึ่งเป็นการพัฒนาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และโปรแกรมตั้งแต่วันที่ 9 จนถึงครั้งที่ 12 ก็จะเป็นการเน้นย้ำให้บุคคลให้ดำเนินตามเป้าหมายที่ตั้งไว้เช่น มีนักกีฬาคนหนึ่งที่ตั้งเป้าหมายว่าเค้าจะคัดตัวเยาวชนทีมชาติให้ติดในปีหน้า สิ่งที่เขาต้องทำก็คือ พักรักษาตัวจากอาการบาดเจ็บให้หายดีด้วยการทำตามคำแนะนำ แพทย์แนะนำ เพื่อที่จะกลับมาฝึกซ้อมได้ตามปกติ และจะต้องตั้งใจซ้อมให้มากขึ้น และซ้อมให้หนักขึ้น เพื่อเตรียมพร้อมให้ทันก่อนการคัดตัวที่เกิดขึ้น โดยโปรแกรมทั้ง 12 ครั้ง ก็ยังเนื้อหาอื่นๆที่สอดคล้องในการพัฒนาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ครอบคลุมทั้ง 6 ด้าน คือ ความทะเยอทะยาน ความกระตือรือร้น ความกล้าเสี่ยง ความรับผิดชอบ การวางแผนและ และมีความมีเอกลักษณ์เฉพาะตน

ดังนั้น การใช้ทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมกับกระบวนการปรึกษากลุ่มส่งผลให้นักกีฬาเกิดเป้าหมายต่อการเล่นที่ชัดเจนมากขึ้น จึงเกิดเป็นแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ที่เพิ่มขึ้นด้วย โดยยกตัวอย่างจากการพูดคุยกับนักกีฬาภายหลังการเข้าร่วม

โปรแกรมการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม มีนักกีฬาที่บอกว่า เค้าไม่เคยมีเป้าหมายในการเล่นที่ชัดเจนเลย รู้แค่เพียงว่าอยากจะได้เล่นให้เก่ง แต่ตอนนี้เค้ามีเป้าหมายเป็นของตนเอง และรู้แล้วว่าจะต้องทำอะไรต่อไป ซึ่งเค้าพูดออกมาอย่างมั่นใจ

สรุปผล

จากการศึกษาผลการให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมต่อแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักกีฬาเทนนิสเยาวชนไทยในครั้งนี้ พบว่า การให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม ทำให้นักกีฬาเทนนิสเยาวชนไทยกลุ่มทดลอง มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ภายหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 และยังพบว่า หลังการทดลอง นักกีฬาเทนนิสเยาวชนไทยกลุ่มทดลอง มีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์โดยรวม สูงกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 สรุปคือ การให้คำปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวะนิยม สามารถพัฒนาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักกีฬาเทนนิสเยาวชนไทยได้

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างที่ผู้วิจัยศึกษามีนักกีฬาที่บาดเจ็บรวมอยู่ด้วย ดังนั้นจึงเป็นเรื่องที่น่าสนใจหากมีการศึกษาโปรแกรมการให้คำปรึกษาทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมกับนักกีฬาที่บาดเจ็บ เพราะในการวิจัยครั้งนี้มีกลุ่มทดลองที่เป็นนักกีฬาที่บาดเจ็บรวมอยู่ด้วย และจากการพูดคุยก่อนเข้าร่วมโปรแกรมนักกีฬาบอกว่าเค้าไม่มีทางหายทันการแข่งขันแน่ แต่หลังจากที่ได้เข้าร่วมกลุ่มแล้ว เค้าบอกว่าเค้าจะต้องหายกลับมาพิชิตแชมป์ให้ได้ แสดงให้เห็นว่าการเข้าร่วมโปรแกรมการปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมนี้ ช่วยพัฒนาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ของนักกีฬาที่บาดเจ็บได้

2. จากผลการปรึกษากลุ่มทฤษฎีอัตถิภาวะนิยมพบว่าสามารถพัฒนาแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ได้ ดังนั้นหากมีการศึกษาการใช้โปรแกรมการให้คำปรึกษานี้กับนักกีฬาที่เพิ่งเริ่มเล่นน่าจะเสริมสร้างแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ และสามารถพัฒนาการเล่นของนักกีฬาให้ดีขึ้นได้

เอกสารอ้างอิง

- กสิณนา บุญแสง. (2544). การเปรียบเทียบผลของการให้คำปรึกษากลุ่มและกิจกรรมกลุ่มที่มีต่อความมุ่งมั่นหวังในชีวิตของนักเรียนวัยรุ่น ศูนย์เมอร์ซี กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- ประณต คำฉิม. (2549) จิตวิทยาวัยรุ่น. กรุงเทพฯ : ภาควิชาจิตวิทยา คณะมนุษยศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- พิเชษฐ ชัยเลิศ. (2548). แรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ด้านกีฬาของนักกีฬาคนพิการตัวแทนทีมชาติไทย. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและการกีฬา, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- ลอนเทนนิสสมาคมแห่งประเทศไทย ในพระบรมราชูปถัมภ์. (2554). ปฏิทินการแข่งขันเทนนิสประจำปี 2555 วันที่ค้นข้อมูล 9 เมษายน 2555, เข้าถึงได้จาก <http://www.itat.org/content.php?id=755>.
- สืบสาย บุญวีรบุตร. (2541). จิตวิทยาการกีฬา. ชลบุรี: ชลบุรีการพิมพ์.

- 6 สมบัติ กาญจนกิจ และสมหญิง จันทุไทย. (2542). จิตวิทยาการกีฬา แนวคิด ทฤษฎีสู่การปฏิบัติ กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- 7 สมโภชน์ อเนกสุข. (2549). วิธีการทางสถิติสำหรับการวิจัย. ชลบุรี: ภาควิชาพลศึกษาและนันทนาการ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา.
- 8 อนงค์ วิเศษสุวรรณ. (2554). การปรึกษากลุ่ม. เอกสารประกอบการเรียนการสอน วิชา 416621 การปรึกษากลุ่ม, คณะศึกษาศาสตร์, มหาวิทยาลัยบูรพา.
- 9 อุมารณ์ สุขารมณ. (2550). การศึกษาและการสร้างโปรแกรมพัฒนาแรงจูงใจภายในในการเรียนรู้สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำกว่าระดับความสามารถ. วิทยานิพนธ์ปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- 10 Corey, Gerald. (2004). Theory & practice of group counseling 6th ed. Belmont, CA : Brooks/ Cole.
- 11 Mahler, Clarence A. (1969). Group Counseling in School. New York : Houghton Mifflin Company.

Sports Psychology

(Original Article)

จิตวิทยาการกีฬา

(นิพนธ์ต้นฉบับ)

AN EFFECT OF EXISTENTIAL GROUP COUNSELING ON ACHIEVEMENT MOTIVATION OF YOUTH THAI TENNIS PLAYERS.

Panpapon SRICHAROEN, Tanida JULVANICHPONG, Warakorn SUPWIRAPAKORN,

ABSTRACT

The purpose of this study was to examine an effect of existential group counseling on achievement motivation of youth Thai tennis players. The sample consisted of 20 voluntary youth Thai tennis players from Pyramid academy of tennis with who have less score for 16 person from score of the achievement motivation test for sport developed from Sombut Kanjanakit and Nopparat Aimardung (1996). The reliability of questionnaire was 0.86. These subjects then were equally divided into one experimental group and one control group with Match-pair test. The experimental group in the existential group counseling program for twelve sessions. The research instrument were the achievement motivation test for tennis and the existential group counseling program. The data were analyzed by t-test for dependent samples and t-test for independent samples

The research result were as follow: The achievement motivation of group in the existential group counseling program significantly increased than before at 0.05 level and when compare the control group the reveal that the achievement motivation of group in the existential group counseling program significantly higher than the control group at 0.05 level

(Journal of Sports Science and Technology 2013;13(1): 137 – 144)

KEYWORDS: Achievement motivation/ Existential group counseling/ Youth Thai tennis players