

การศึกษาเทคนิคจิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอนทีมชาติไทยและกีฬามหาวิทยาลัย



นายสนั่น สันธิเมือง

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาคำหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต

ภาควิชาพลศึกษา

บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

พ.ศ. 2536

ISBN 974-583-022-4

ลิขสิทธิ์ของบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

019666

117124445

**A STUDY OF SPORT PSYCHOLOGY TECHNIQUES OF NATIONAL
TEAM AND UNIVERSITY GAMES COACHES**



Mr. Sanan Sontimuang

**A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Education
Department of Physical Education
Graduate School
Chulalongkorn University**

1993

ISBN 974-583-022-4

หัวข้อวิทยานิพนธ์

การศึกษาเทคนิคจิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอนทีมชาติไทย

และกีฬามหาวิทยาลัย

โดย

นายสนั่น สนธิเมือง

ภาควิชา

พลศึกษา

อาจารย์ที่ปรึกษา

รองศาสตราจารย์ ดร.สมบัติ กาญจนกิจ



บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้บัณฑิตวิทยาลัยนี้เป็นส่วนหนึ่งของ
การศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโทบัณฑิต

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(ศาสตราจารย์ ดร.ถาวร วัชรภักย์)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

.....ประธานกรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศิลาปชัย สุวรรณชาติ)

.....อาจารย์ที่ปรึกษา

(รองศาสตราจารย์ ดร.สมบัติ กาญจนกิจ)

.....กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ พong เกิดแก้ว)

.....กรรมการ

(รองศาสตราจารย์ ดร.ถนนอมวงศ์ กฤษเพ็ชร)

พิมพ์ต้นฉบับบทความวิจัยวิทยานิพนธ์ภายในกรอบสี่เหลี่ยมนี้เพียงแผ่นเดียว



สำนัก สนธิเมือง : การศึกษาเทคนิคจิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอนทีมชาติไทยและกีฬา
มหาวิทยาลัย (A STUDY OF SPORT PSYCHOLOGY TECHNIQUES OF NATIONAL TEAM
AND UNIVERSITY GAMES COACHES) อ.ที่ปรึกษา : รศ.ดร.สมบัติ กาญจนกิจ, 134
หน้า. ISBN 974-583-022-4

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาและเปรียบเทียบเทคนิคจิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬา
ทีมชาติไทยชุดซีเกมส์ ครั้งที่ 17 พ.ศ.2536 และผู้ฝึกสอนกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทยครั้งที่ 20
ปีการศึกษา 2535 เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นจากกลุ่มตัวอย่างประชากรที่เป็น
ผู้ฝึกสอนกีฬาทีมชาติไทย ชุดซีเกมส์ ครั้งที่ 17 และผู้ฝึกสอนกีฬามหาวิทยาลัยแห่งประเทศไทย ครั้งที่ 20
โดยการสุ่มแบบระดับชั้น แบ่งเป็น 5 ประเภทกีฬา ได้แก่ ประเภทกีฬาใช้ความแม่นยำ ประเภทกีฬาทีม
ประเภทกีฬาปะทะ ประเภทกีฬาใช้แรงกด และประเภทกีฬาว่ายน้ำและกรีฑา แล้วทำการสุ่มอย่างง่าย
ในแต่ละประเภทกีฬาได้ผู้ฝึกสอนกีฬาทีมชาติไทย ประเภทกีฬาละ 6 คน เป็นจำนวน 30 คน และผู้ฝึกสอน
กีฬามหาวิทยาลัยประเภทกีฬาละ 30 คน เป็นจำนวน 150 คน ข้อมูลที่ได้นำมาวิเคราะห์หาค่าร้อยละ
ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การทดสอบด้วยค่าที (t-test)

ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้

1. ผู้ฝึกสอนกีฬาทีมชาติไทย ใช้เทคนิคจิตวิทยาการกีฬาอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.76 เทคนิคจิตวิทยาการกีฬาที่ใช้มาก 3 ลำดับแรก ได้แก่ เทคนิคการตั้งเป้าหมาย เทคนิคให้นักกีฬามีจิตใจเข้มแข็ง และเทคนิคเสริมให้นักกีฬามีความสามัคคีให้เป็นอันหนึ่งอันเดียว
2. ผู้ฝึกสอนกีฬามหาวิทยาลัยใช้เทคนิคจิตวิทยาการกีฬาอยู่ในระดับมากมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.55 เทคนิคจิตวิทยาการกีฬาที่ใช้มาก 3 ลำดับแรก ได้แก่ เทคนิคเสริมให้มีความสามัคคีให้เป็นอันหนึ่งอันเดียว เทคนิคเสริมพฤติกรรมฮิโรโทมิ และเทคนิคให้นักกีฬามีจิตใจเข้มแข็ง
3. ผู้ฝึกสอนกีฬาทีมชาติไทยและผู้ฝึกสอนกีฬามหาวิทยาลัย ต้องการเรียนรู้เทคนิคจิตวิทยาการกีฬาอยู่ในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.19 และ 4.09 ตามลำดับ
4. ผู้ฝึกสอนกีฬาทีมชาติไทย และผู้ฝึกสอนกีฬามหาวิทยาลัย ต้องการใช้นโยบายจิตวิทยาการกีฬาในอุดมคติในระดับมาก มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.17 และ 4.19 ตามลำดับ
5. ผู้ฝึกสอนกีฬาทีมชาติไทยใช้เทคนิคจิตวิทยาการกีฬาไม่แตกต่างกันกับผู้ฝึกสอนกีฬามหาวิทยาลัยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ภาควิชา พลศึกษา
สาขาวิชา พลศึกษา
ปีการศึกษา 2535

ลายมือชื่อผู้ผลิต *สมชาย สอนวิชา*
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา *สมชาย สอนวิชา*
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม

##C341767 : MAJOR PHYSICAL EDUCATION

KEY WORD: EDUCATION/SPORT PSYCHOLOGY TECHNIQUES/THAI NATIONAL TEAM COACHES/
UNIVERSITY GAMES COACHES

SANAN SONTIMUANG : A STUDY OF SPORT PSYCHOLOGY TECHNIQUES OF NATIONAL
TEAM AND UNIVERSITY GAMES COACHES. THESIS ADVISOR : ASSO.PROF. SOMBAT
KARNJANAKIT, Ph.D. 134 PP. ISBN 974-583-022-4

The purposes of this research were to examine and compare sport psychology techniques used of the 17th SEA Games Thai (B.E. 2536) National team coaches and the 20th Thai University Games (B.E. 2536) coaches. Data collecting by using questionnaires which were administered selected subjects. Samples were divided by two procedure: (1) stratified random sampling into five sport groups respectively: Accuracy sport, team sport, combative sport, Racket sport and Swimming and Athletics (2) then using simple random from 6 Thai national teams coaches for a total number of 30 and 30 University games coaches of 5 sport groups accounted for 150. The obtained data were statistically analyzed in terms of percentage, means, standard deviations and t-test.

The finding were indicated.

1. The Thai national team coaches used sport psychology techniques at high level with 3.76 average means. The three main sport psychology techniques were goal setting, mental toughness and team cohesion and harmony.

2. The University Games team coaches used sport psychology techniques at high level with 3.55 average means and the three main sport psychology techniques were team cohesion and harmony, aggression and mental toughness.

3. Both of the national teams and university games coaches had desired to learn at high level with average means of 4.19 and 4.09 respectively.

4. Both of these two teams attempted to use ideal sport psychology techniques at high level with average means of 4.17 and 4.19 respectively.

5. There were no significant difference at .05 level between the national team coaches and the university games coaches using sport psychology techniques.



ภาควิชา.....พลศึกษา
สาขาวิชา.....พลศึกษา
ปีการศึกษา.....2535

ลายมือชื่อนิสิต.....*สมชาย วัฒนวิเศษ*
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษา.....*สมชาย วัฒนวิเศษ*
ลายมือชื่ออาจารย์ที่ปรึกษาร่วม.....

กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์นี้สำเร็จลงได้ด้วยความช่วยเหลือจาก รองศาสตราจารย์ ดร.สมบัติ กาญจนกิจ
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และคณาจารย์ภาควิชาพลศึกษาทุกท่าน ที่ให้ความเมตตาให้คำแนะนำ
และข้อคิดเห็นต่าง ๆ ด้วยดีเสมอมา ตลอดจนความช่วยเหลือจากพี่ ๆ น้อง ๆ นิสิตปริญญาโท-เอก
ภาควิชาพลศึกษา จึงขอขอบพระคุณทุกท่านมา ณ โอกาสนี้

ทำนนี้ผู้วิจัยใคร่ขอขอบพระคุณบิดา-มารดา ผู้ให้การสนับสนุนการศึกษาแก่ผู้วิจัยใน
ทุก ๆ ด้าน และขอขอบพระคุณบัณฑิตวิทยาลัย ที่ให้ทุนอุดหนุนในการวิจัย

นายสนั่น สันติเมือง



สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญตารางประกอบ.....	ณ
บทที่	
1 บทนำ.....	1
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
✓ วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	5
✓ สมมติฐานของการวิจัย.....	5
ขอบเขตของการวิจัย.....	5
ข้อตกลงเบื้องต้นของการวิจัย.....	6
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	7
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับจากการวิจัย.....	7
2 บรรณคดีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	8
ความหมายของจิตวิทยาการกีฬา.....	8
ขอบข่ายของจิตวิทยาการกีฬา.....	8
บรรณคดีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับจิตวิทยาการกีฬา.....	15
3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	38
✓ กลุ่มตัวอย่างประชากร.....	38
✓ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	38

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
การสร้างเครื่องมือ.....	39
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	39
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	40
5 สรุปผลการวิจัย การอภิปรายผล ข้อเสนอแนะ.....	96
เอกสารอ้างอิง.....	106
ภาคผนวก.....	110
ประวัติผู้เขียน.....	134

สารบัญตาราง

ตารางที่		หน้า
1	จำนวนและร้อยละเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ฝึกสอนกีฬาทีมชาติไทย และผู้ฝึกสอนกีฬามหาวิทยาลัย.....	42
2	จำนวนและร้อยละเกี่ยวกับข้อมูลประสบการณ์ในการฝึกสอนกีฬาและประสบการณ์ในการเล่นกีฬาที่ฝึกสอน ของผู้ฝึกสอนกีฬาทีมชาติไทย และผู้ฝึกสอนกีฬามหาวิทยาลัย.....	44
3	จำนวนและร้อยละเกี่ยวกับประสบการณ์ที่เคยได้รับความรู้ทางด้านจิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬาทีมชาติไทย และผู้ฝึกสอนกีฬามหาวิทยาลัย.....	46
4	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการใช้เทคนิคจิตวิทยาการกีฬา เทคนิคจิตวิทยาการกีฬาที่ต้องการจะเรียนรู้ เทคนิคจิตวิทยาการกีฬาที่ต้องการจะใช้ในอุดมคติ ของผู้ฝึกสอนกีฬาทีมชาติไทย.....	48
5	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการใช้เทคนิคจิตวิทยาการกีฬา เทคนิคจิตวิทยาการกีฬาที่ต้องการจะเรียนรู้ เทคนิคจิตวิทยาการกีฬาที่ต้องการจะใช้ในอุดมคติของผู้ฝึกสอนกีฬามหาวิทยาลัย.....	49
6	การเรียงลำดับ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการใช้เทคนิคจิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬาทีมชาติไทย.....	50
7	การเรียงลำดับ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการใช้เทคนิคจิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬามหาวิทยาลัย.....	52
8	ค่าเฉลี่ย และระดับการใช้เทคนิคจิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬาทีมชาติไทย และผู้ฝึกสอนกีฬามหาวิทยาลัยของแต่ละประเภทกีฬา.....	54
9	การเรียงลำดับ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการใช้เทคนิคจิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬาทีมชาติไทย ประเภทกีฬาใช้ความแม่นยำ....	55
10	การเรียงลำดับ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการใช้เทคนิคจิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬามหาวิทยาลัย ประเภทกีฬาใช้ความแม่นยำ....	57

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
11	การเรียงลำดับ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการใช้เทคนิค จิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬาทีมชาติไทย ประเภทกีฬาทีม.....	59
12	การเรียงลำดับ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการใช้เทคนิค จิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬามหาวิทยาลัย ประเภททีม.....	61
13	การเรียงลำดับ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการใช้เทคนิค จิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬาทีมชาติไทย ประเภทกีฬาปะทะ.....	63
14	การเรียงลำดับ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานและระดับการใช้เทคนิค จิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬามหาวิทยาลัย ประเภทกีฬาปะทะ.....	65
15	การเรียงลำดับ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการใช้เทคนิค จิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬาทีมชาติไทย ประเภทกีฬาใช้แร็กเกต.....	67
16	การเรียงลำดับ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการใช้เทคนิค จิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬามหาวิทยาลัย ประเภทกีฬาใช้แร็กเกต.....	69
17	การเรียงลำดับ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการใช้เทคนิค จิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬาทีมชาติไทย ประเภทกีฬาว่ายน้ำ และ กรีฑา.....	71
18	การเรียงลำดับ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับการใช้เทคนิค จิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬามหาวิทยาลัย ประเภทกีฬาว่ายน้ำ และ กรีฑา.....	73
19	การเรียงลำดับ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับเทคนิคจิตวิทยา การกีฬา ที่ผู้ฝึกสอนกีฬาทีมชาติไทยต้องการเรียนรู้.....	75
20	การเรียงลำดับ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับเทคนิคจิตวิทยา การกีฬา ที่ผู้ฝึกสอนกีฬามหาวิทยาลัยต้องการเรียนรู้.....	77

สารบัญตาราง (ต่อ)

ตารางที่		หน้า
21	การเรียงลำดับ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของเทคนิค จิตวิทยาการกีฬา ที่ผู้ฝึกสอนกีฬาทีมชาติไทยต้องการจะใช้ในอุดมคติ.....	79
22	การเรียงลำดับ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับของเทคนิค จิตวิทยาการกีฬา ที่ผู้ฝึกสอนกีฬามหาวิทยาลัยต้องการจะใช้ในอุดมคติ.....	81
23	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที่คะแนนการใช้เทคนิคจิตวิทยา การกีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬาทีมชาติไทย และผู้ฝึกสอนกีฬาวิทยาลัย.....	83
24	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที่ คะแนนการใช้เทคนิคจิตวิทยา การกีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬาทีมชาติไทย และผู้เล่นกีฬาวิทยาลัยในแต่ละ ประเภทกีฬา.....	85
25	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที่คะแนนการใช้เทคนิคจิตวิทยา การกีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬาทีมชาติไทย และผู้ฝึกสอนกีฬาวิทยาลัย ประเภทกีฬาใช้ความแม่นยำ.....	86
26	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที่คะแนนการใช้เทคนิคจิตวิทยา การกีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬาทีมชาติไทย และผู้ฝึกสอนกีฬาวิทยาลัย ประเภทกีฬาทีม.....	88
27	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที่คะแนนการใช้เทคนิคจิตวิทยา การกีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬาทีมชาติไทย และผู้ฝึกสอนกีฬาวิทยาลัย ประเภทกีฬาปะทะ.....	90
28	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที่คะแนนการใช้เทคนิคจิตวิทยา การกีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬาทีมชาติไทย และผู้ฝึกสอนกีฬาวิทยาลัย ประเภทกีฬาใช้แร็กเกต.....	92
29	ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าที่คะแนนการใช้เทคนิคจิตวิทยา การกีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬาทีมชาติไทย และผู้ฝึกสอนกีฬาวิทยาลัย ประเภทกีฬาว่ายน้ำและกรีฑา.....	94