



ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจและพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ
ของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

THE RELATIONSHIPS BETWEEN MOTIVATION AND BEHAVIOR RECREATION
ACTIVITIES AMONG STUDENTS AT SRINAKHARINWIROT UNIVERSITY PRASARNMIT
DEMONSTRATION SCHOOL (SECONDARY)

ณัฐพร ต่อกเงิน

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

2567

ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจและพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ
ของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)



ปริญญานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการกีฬาและนันทนาการ
คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ปีการศึกษา 2567
ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

THE RELATIONSHIPS BETWEEN MOTIVATION AND BEHAVIOR RECREATION
ACTIVITIES AMONG STUDENTS AT SRINAKHARINWIROT UNIVERSITY PRASARNMIT
DEMONSTRATION SCHOOL (SECONDARY)



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of MASTER OF ARTS
(Sport and Leisure Management)

Faculty of Physical Education, Srinakharinwirot University

2024

Copyright of Srinakharinwirot University

ปริญญานิพนธ์

เรื่อง

ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจและพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ
ของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

ของ

ณัฐพร ต่อเงิน

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการกีฬาและนันทนาการ

ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการสอบปากเปล่าปริญญานิพนธ์

..... ที่ปรึกษาหลัก ประธาน
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุมนรตรี นิยมเนติพันธ์) (ศาสตราจารย์ ดร.คณิต เขียววิชัย)

..... กรรมการ
(อาจารย์ ดร.ชาญกิจ คำพวง)

ชื่อเรื่อง	ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจและพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรม นันทนาการ ของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)
ผู้วิจัย	ณัฐพร ต่อเงิน
ปริญญา	ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต
ปีการศึกษา	2567
อาจารย์ที่ปรึกษา	ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุนนรตรี นิ่มเนติพันธ์

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาแรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ พฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ และความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 ปีการศึกษา 2567 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) จำนวน 356 คน ด้วยแบบสอบถามแรงจูงใจกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ผลการวิจัย พบว่า แรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) โดยรวมมีแรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการอยู่ในระดับ ปานกลาง ($Mean=3.28$, $S.D.=0.40$) พฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมอยู่ในระดับ มาก ($Mean=3.82$, $S.D.=0.79$) และความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) โดยรวมเท่ากับ .58 นั่นคือแรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการมีความสัมพันธ์ทางบวกระดับปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คำสำคัญ : แรงจูงใจ, พฤติกรรมการปฏิบัติ, กิจกรรมนันทนาการ

Title	THE RELATIONSHIPS BETWEEN MOTIVATION AND BEHAVIOR RECREATION ACTIVITIES AMONG STUDENTS AT SRINAKHARINWIROT UNIVERSITY PRASARNMIT DEMONSTRATION SCHOOL (SECONDARY)
Author	NATTAPORN TORNGERN
Degree	MASTER OF ARTS
Academic Year	2024
Thesis Advisor	Assistant Professor Dr. Sumonratree Nimnatipun

The objective of this research was to examine the motivation for participating in recreational activities, the behavioral patterns associated with such participation, and the relationship between motivation and recreational behavior among students at Srinakharinwirot University Prasarnmit Demonstration School (Secondary). The study sample consisted of 356 students from Grades 7 to 12 during the 2024 academic year. Data were collected through a questionnaire measuring both motivation and recreational behaviors. Statistical analysis included mean, standard deviation, and Pearson's correlation coefficient. The findings revealed that the overall motivation for engaging in recreational activities among students was at a moderate level (Mean = 3.28, SD = 0.40), while their participation behavior was reported at a high level (Mean = 3.82, SD = 0.79). Furthermore, there was a statistically significant positive correlation at the 0.05 level between motivation and recreational behavior ($r = 0.58$), indicating a moderate positive relationship between students' motivational levels and their engagement in recreational activities.

Keyword : Motivation, Behavior, Recreation Activities

กิตติกรรมประกาศ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จได้ด้วยความกรุณาและความอนุเคราะห์อย่างยิ่งจากคณะกรรมการควบคุมปริญญานิพนธ์ ที่ได้แนะนำให้คำปรึกษาและช่วยเหลือติดตามงานด้วยความเป็นห่วง จึงทำให้งานวิจัยฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ผู้วิจัยขอระลึกถึงและขอบคุณเป็นอย่างสูง

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สมนตรี นิ่มเนติพันธ์ ประธานกรรมการที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์ ที่ให้ความเมตตาและเวลาอันมีค่าเป็นที่ปรึกษา ตรวจสอบ แนะนำ แก้ไข ติดตามงานวิจัย และให้ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ รวมถึงคณาจารย์ในสาขาวิชาการจัดการกีฬาระดับนานาชาติทุกท่านที่ได้ถ่ายทอดความรู้และข้อเสนอแนะ ทำให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี ผู้วิจัยขอขอบพระคุณเป็นอย่างยิ่ง

ขอกราบขอบพระคุณ ศาสตราจารย์ ดร.คณิต เขียววิชัย ที่กรุณาเป็นประธานกรรมการสอบปากเปล่า และอาจารย์ ดร.ชาญกิจ คำพวง ที่กรุณาร่วมเป็นกรรมการสอบปากเปล่า รวมถึง ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิพงษ์ชัย ร้องขันแก้ว ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธนอมศักดิ์ เสนาคำ อาจารย์ ดร.ธเนตร ตัญญวงษ์ ที่เป็นคณะกรรมการการสอบเค้าโครงปริญญานิพนธ์ และให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงปริญญานิพนธ์ให้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

ขอกราบขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ขจรศักดิ์ รุ่งประพันธ์ อาจารย์ ดร.วณัฐพงศ์ เบญจพงศ์ อาจารย์ ดร.ธเนตร ตัญญวงษ์ อาจารย์ ดร.จิระนุวัฒน์ คำปลิว อาจารย์ปภณ มะโน ที่กรุณาเป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือแบบสอบถามปริญญานิพนธ์ และให้คำแนะนำที่มีคุณค่าอย่างยิ่ง

ขอขอบคุณอาจารย์อัยลดา หอมไม่หาย และเพื่อน ๆ ปริญญาโททุกท่านที่ให้กำลังใจ และให้คำแนะนำในการทำปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ให้มีคุณค่ามากยิ่งขึ้น

ขอขอบคุณคณาจารย์และนักเรียน โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) ที่เสียสละเวลาอันมีค่าให้ข้อมูลและข้อคิดเห็นต่าง ๆ ซึ่งเป็นข้อมูลส่วนหนึ่งที่เป็นประโยชน์และทำให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จ

สุดท้ายนี้ขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อศตวรรษ ต่อเงิน คุณแม่ปัญญา ก๊กเครือ น้องชายณัฐพล ต่อเงิน และเพื่อน ๆ ที่คอยเป็นกำลังใจให้กับผู้วิจัยในครั้งนี้

ณัฐพร ต่อเงิน

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ	ช
สารบัญตาราง.....	ฅ
สารบัญรูปภาพ	ฐ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง	1
ความมุ่งหมายของงานวิจัย.....	3
ความสำคัญของการวิจัย	3
ขอบเขตของการวิจัย	3
ประชากรที่ใช้ในการวิจัย	3
กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในงานวิจัย.....	3
ตัวแปรที่ศึกษา	3
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	4
กรอบแนวคิด	6
สมมุติฐานการวิจัย.....	6
บทที่ 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	7
1. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับแรงจูงใจ	7
1.1 ความหมายของแรงจูงใจ	7
1.2 ประเภทของแรงจูงใจ.....	8

- 1.1 ความต้องการ (Need) มนุษย์ทุกคนล้วนมีความต้องการพื้นฐานภายใน ซึ่งก่อให้เกิดแรงขับเคลื่อนทางพฤติกรรม เพื่อนำไปสู่การบรรลุเป้าหมายและความพึงพอใจ เช่น นักเรียนที่ต้องการสอบผ่าน จึงพยายามตั้งใจเรียนเพื่อให้ประสบความสำเร็จตามที่ตนคาดหวัง 9
- 1.2 เจตคติ (Attitude) เจตคติ คือ ความรู้สึกหรือทัศนคติในเชิงบวกที่บุคคลมีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ซึ่งสามารถกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมที่เหมาะสม เช่น นักเรียนที่รู้สึกชื่นชอบครูผู้สอนและพอใจในวิธีการสอน ย่อมมีแนวโน้มที่จะตั้งใจเรียนมากยิ่งขึ้น 9
- 1.3 ความสนใจเฉพาะด้าน (Special Interest) เมื่อบุคคลมีความสนใจเป็นพิเศษในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ก็สามารถเป็นแรงผลักดันให้เกิดความมุ่งมั่นและตั้งใจอย่างจริงจัง เช่น เด็กที่สนใจระบบเครื่องยนต์ ย่อมใช้เวลาศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติม และลงมือทดลองด้วยตนเอง ซึ่งช่วยให้เขาก้าวสู่เป้าหมายได้อย่างชัดเจน 9
- แรงจูงใจภายนอก หมายถึง แรงกระตุ้นที่มาจากสิ่งแวดล้อมหรือบุคคลอื่น ซึ่งส่งผลต่อพฤติกรรมของบุคคล ทำให้เกิดการตอบสนองต่อสิ่งเร้าเพื่อไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ แรงจูงใจภายนอกประกอบด้วยองค์ประกอบต่าง ๆ ดังนี้ 9
- 2.1 เป้าหมายหรือความคาดหวังของบุคคล บุคคลที่มีเป้าหมายชัดเจนในการกระทำสิ่งใด ย่อมเกิดแรงจูงใจที่จะปฏิบัติอย่างเหมาะสมเพื่อไปสู่จุดหมายนั้น เช่น พนักงานที่อยู่ในช่วงทดลองงาน ตั้งเป้าหมายว่าจะได้รับการบรรจุเข้าทำงาน จึงพยายามปฏิบัติหน้าที่อย่างเต็มความสามารถ..... 9
- 2.2 การรับรู้ถึงโอกาสความก้าวหน้า เมื่อบุคคลทราบว่า การกระทำใดจะนำไปสู่ความก้าวหน้าในอนาคต ย่อมส่งผลให้เกิดแรงจูงใจ เช่น เด็กที่เห็นพี่ชายเรียนเก่ง และมีโอกาสดีในชีวิต ก็เกิดแรงบันดาลใจที่จะตั้งใจเรียนเพื่อก้าวตามรอยพี่ 9
- 2.3 บุคลิกภาพ บุคลิกภาพที่น่าประทับใจสามารถส่งผลต่อแรงจูงใจของผู้อื่น เช่น ครูควรมีบุคลิกภาพที่น่าเชื่อถือในด้านวิชาการ ผู้บริหารควรแสดงออกถึงภาวะผู้นำ และพนักงานบริการความงามอาจสามารถดึงดูดลูกค้าด้วยบุคลิกภาพที่ดีเยี่ยม 9
- 2.4 สิ่งล่อใจจากภายนอก สิ่งเร้าที่ทำให้เกิดแรงกระตุ้น เช่น รางวัล (Rewards) การลงโทษ (Punishment) การชมเชย (Praise) การตำหนิ (Blame) การแข่งขัน (Competition)

การประกวด (Contest) หรือแม้แต่การทดสอบ (Test) ล้วนสามารถส่งผลต่อ พฤติกรรมได้ทั้งสิ้น	9
ตัวอย่างเช่น เด็กที่ต้องการขนม อาจยินดีช่วยแม่ทำงานบ้านเพื่อให้ได้รับเงินไปซื้อขนม ตามที่ต้องการ อย่างไรก็ตาม เมื่อเขาได้รับสิ่งที่ต้องการแล้ว แรงจูงใจในการช่วยงาน ก็อาจลดลง.....	9
1.3 การวัดแรงจูงใจ	10
1.4 พฤติกรรมที่ส่งผลให้เกิดแรงจูงใจ	12
1.5 แรงจูงใจที่ทำให้บุคคลเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ	15
1.6 ทฤษฎีเกี่ยวกับแรงจูงใจ	15
2. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรม	25
2.1 ความหมายของพฤติกรรม (Behavior).....	25
2.2 การวัดพฤติกรรม.....	29
3. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับนันทนาการ	31
3.1 ความหมายของนันทนาการ	31
3.2 ขอบข่ายกิจกรรมนันทนาการ	32
3.3 ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ	34
4. นันทนาการในโรงเรียน	34
5. ประวัติโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม).....	36
5.1 ประวัติโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)	36
โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร สังกัดคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กระทรวงศึกษาธิการ ตั้งอยู่ที่ 176 ซอยสุขุมวิท 23 ถนนสุขุมวิท แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร โรงเรียนแห่งนี้มี พัฒนาการมาจาก โรงเรียนประสานมิตร ซึ่งเดิมเป็นโรงเรียนมัธยมวิสามัญศึกษาใน บริเวณโรงเรียนฝึกหัดครูชั้นสูง ได้ปรับเปลี่ยนมาเป็น ระบบโรงเรียนสาธิต เพื่อใช้เป็น สถานที่ฝึกสอนระดับมัธยมศึกษาสำหรับนิสิตหลักสูตรการศึกษบัณฑิตของคณะ	

ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ต่อมาได้มีการจัดตั้ง โรงเรียนประถม สาธิต วิทยาลัยวิชาการศึกษา เพิ่มเติมขึ้น เพื่อเป็นสถานที่ฝึกสอนในระดับ ประถมศึกษา และได้มีการพัฒนาอย่างต่อเนื่องมาจนถึงปัจจุบัน.....	36
โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร แบ่งการดำเนินงานออกเป็น 2 หน่วยงาน ได้แก่ โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่าย มัธยม) และ โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่าย ประถม) โดยมีการจัดการเรียนการสอนในหลากหลายสาขาวิชา จำนวน 48 วิชาเอก เพื่อตอบสนองความถนัดและความสนใจของนักเรียน5.2 การจัดการศึกษาในโรงเรียน สาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)	36
5.3 กิจกรรมภายในโรงเรียน	37
6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	38
6.1 งานวิจัยในประเทศ.....	38
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	44
การกำหนดประชากรและเลือกกลุ่มตัวอย่าง	44
ประชากรที่ใช้ในการวิจัย	44
กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในงานวิจัย.....	44
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	45
ขั้นตอนการดำเนินขอใบรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์.....	47
การเก็บรวบรวมข้อมูล	47
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	48
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	48
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	51
สัญลักษณ์ในการวิเคราะห์ข้อมูล.....	51
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	51
บทที่ 5 สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ.....	63

ความมุ่งหมายของงานวิจัย.....	63
ขอบเขตของการวิจัย	63
ประชากรที่ใช้ในการวิจัย	63
กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในงานวิจัย.....	63
สรุปผลการวิจัย.....	64
อภิปรายผลการวิจัย	65
ข้อเสนอแนะ	71
ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป	71
บรรณานุกรม	73
ภาคผนวก.....	78
ภาคผนวก ก รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือ	79
รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือ.....	80
ภาคผนวก ข หนังสือขอความอนุเคราะห์ผู้เชี่ยวชาญ.....	81
ภาคผนวก ค หนังสือรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ และหนังสือขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูล เพื่อการวิจัย	86
ภาคผนวก ง แบบสอบถามในการวิจัย	89
ประวัติผู้เขียน.....	95

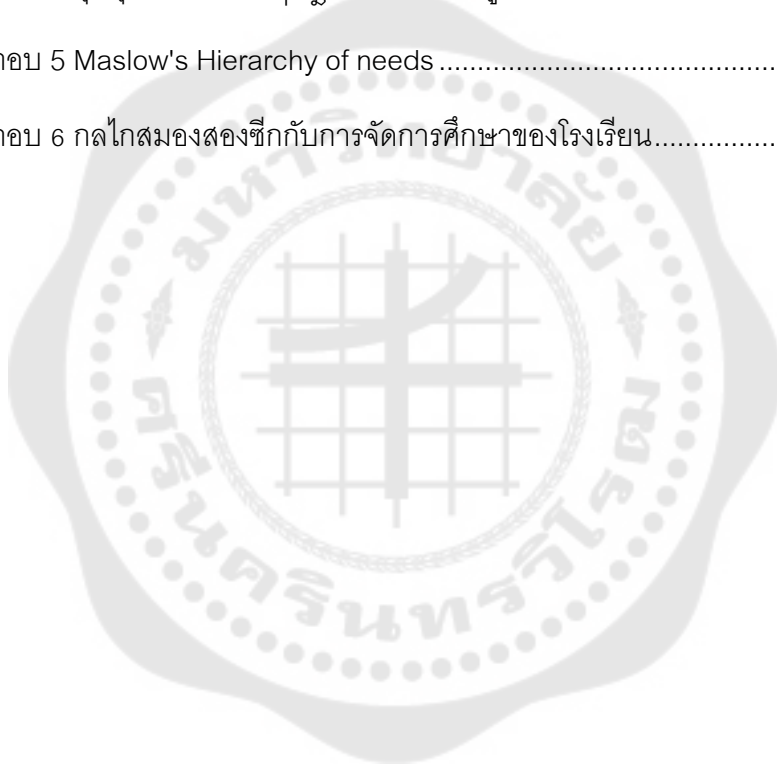
สารบัญตาราง

หน้า

ตาราง 1 ตารางแสดงกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย	45
ตาราง 2 ข้อมูลส่วนบุคคลนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)	52
ตาราง 3 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของแรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม).....	53
ตาราง 4 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของแรงจูงใจภายในในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม).....	54
ตาราง 5 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของแรงจูงใจภายนอกในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม).....	55
ตาราง 6 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม).....	56
ตาราง 7 ค่าความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม).....	59
ตาราง 8 ค่าความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจภายในกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม).....	60
ตาราง 9 ค่าความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจภายนอกกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม).....	62

สารบัญรูปภาพ

	หน้า
ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย	6
ภาพประกอบ 2 รูปแบบของการคาดคะเน.....	13
ภาพประกอบ 3 รูปแบบสิ่งแวดล้อมที่เป็นตัวกำหนดพฤติกรรมมนุษย์	14
ภาพประกอบ 4 จุดมุ่งหมายของทฤษฎีที่เกี่ยวกับแรงจูงใจ	16
ภาพประกอบ 5 Maslow's Hierarchy of needs	17
ภาพประกอบ 6 กลไกสมองสองซีกกับการจัดการศึกษาของโรงเรียน.....	37



บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

การศึกษาคือหัวใจสำคัญของการพัฒนาประเทศให้ก้าวหน้าและเป็นกระบวนการเรียนรู้เพื่อความเจริญงอกงามของบุคคลและสังคมในปัจจุบัน การเรียนการสอนที่มุ่งเน้นเพียงด้านวิชาการในห้องเรียนอาจไม่เพียงพอต่อการพัฒนาศักยภาพของเยาวชนให้เกิดประโยชน์สูงสุด ดังนั้น การจัดการศึกษาก่อนระดับอุดมศึกษาจึงควรสนับสนุนและส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนได้สัมผัสกับกิจกรรมที่หลากหลาย ทั้งภายในและภายนอกสถานศึกษา โดยเน้นการถ่ายทอดความรู้ผ่านการอบรม การสร้างสรรค์ การสืบสานทางวัฒนธรรม และการพัฒนาทางวิชาการในหลายมิติ การสร้างองค์ความรู้ที่เกิดจากสภาพแวดล้อมที่ดี สังคมที่ดี และการเรียนรู้ที่ดี รวมถึงปัจจัยที่เกื้อหนุนให้บุคคลเรียนรู้อย่างต่อเนื่องตลอดชีวิต จึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่งหากเราสามารถให้การศึกษที่ดีแก่เด็กและเยาวชนได้อย่างครบถ้วนและเหมาะสม นอกจากจะเป็นการแก้ปัญหาและเพิ่มคุณภาพของประชากรแล้ว ยังเป็นการนำพลังความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ของเยาวชนมาใช้ ซึ่งจะส่งผลให้ประเทศมีพลเมืองที่ดีและมีคุณภาพต่อไป (พิชญ์ภักชญ์ ปานเผือก, 2560; สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ, 2545; สุพิชญา พันธเดช, 2563)

โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) ได้มีการจัดการเรียนการสอนรูปแบบที่สอดคล้องตามความถนัด และความสนใจของผู้เรียน โดยคำนึงถึงความแตกต่างระหว่างบุคคล จัดการเรียนการสอนรูปแบบ Active Learning ซึ่งสอดคล้องกับแนวทางการปฏิรูปการศึกษาตามนโยบายและจุดเน้นประจำปีงบประมาณ พ.ศ.2566 ข้อ 2 การยกระดับคุณภาพการศึกษา ข้อ 2.2 จัดการเรียนรู้จากการลงมือปฏิบัติจริง (Active Learning) ตามความสนใจ ความถนัดของผู้เรียน (กระทรวงศึกษาธิการ, 2566) เพื่อเตรียมผู้เรียนให้พร้อมเข้าสู่การเรียนรู้ในศตวรรษที่ 21 อีกด้วย กิจกรรมเป็นเครื่องมือสำคัญในการบ่มเพาะให้นักเรียนรู้จักปรับตัวเพื่อทำงานร่วมกับผู้อื่น เข้าใจบทบาทหน้าที่ ความรับผิดชอบ และเสียสละเพื่อส่วนรวม นอกจากนี้ยังช่วยฝึกฝนการเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี สร้างประสบการณ์ที่หลากหลาย และส่งเสริมให้นักเรียนได้แสดงออกถึงความถนัดตามธรรมชาติ ซึ่งนำไปสู่การสร้างเจตคติที่ดีและการพัฒนาบุคลิกภาพที่พึงประสงค์ (สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน, 2560; สุจุฑา ศุภสมิต, 2552) ซึ่งโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) ได้จัดกิจกรรมผ่านกิจกรรมนันทนาการนันทนาการในรูปแบบต่างๆ เพื่อพัฒนานักเรียนในด้านความคิด จิตใจ อารมณ์ และสังคม จากการศึกษาการเข้าร่วมกิจกรรม

นันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) พบว่า จากสถานการณ์ COVID-19 ที่ผ่านมานักเรียนมีการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการลดลงจนมาถึงปัจจุบัน ในปี 2562 อัยลดา หอมไม่หาย (2562) ได้ศึกษาพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของ พบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) ปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการอยู่ในระดับปานกลาง และในปี 2566 ธัชชัย วุฒิกุลชัย (2566) ได้ศึกษาการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) พบว่า นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นมีการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งวัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องพัฒนาทางด้านร่างกาย จิตใจ และสังคม กิจกรรมนันทนาการเป็นเครื่องมือสำคัญในการช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิต นันทนาการเป็นกิจกรรมที่สำคัญและเป็นส่วนหนึ่งในการดำเนินชีวิตผ่านการกระทำกิจกรรมหรือประสบการณ์ซึ่งเลือกแล้วว่าจะทำให้เกิดความสุข ความพึงพอใจแก่ตนเองโดยตรง เพื่อเป็นการตอบสนองในการผ่อนคลายความตึงเครียด นำไปสู่การมีสุขภาวะที่ดีขึ้น อันเป็นพื้นฐานในการดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข อีกทั้งยังช่วยพัฒนาคุณภาพชีวิต พัฒนาด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม รวมไปถึงจิตวิญญาณ และยังเป็นเครื่องมือในการสร้างรากฐานของสังคม ให้มีความสามัคคี เป็นสังคมที่มีคุณภาพ ทำให้เป็นเยาวชนที่สมบูรณ์ และที่สำคัญอย่างยิ่งจะช่วยส่งเสริมพัฒนา ลักษณะนิสัยของเยาวชน ช่วยให้เยาวชนได้มีโอกาสเข้าใจและซาบซึ้งกับกิจกรรม นันทนาการเป็นการส่งเสริมให้เกิดความรู้ ความเข้าใจทางนันทนาการ เพื่อเพิ่มพูนสติปัญญา และส่งเสริมให้ผู้เข้าร่วมได้มีชีวิต ความเป็นอยู่อย่างสุขสมบูรณ์ทั้งกายและใจ รวมทั้งสุขภาพที่สมบูรณ์แข็งแรง ได้รับความสนุกสนานและเพลิดเพลิน ตอบสนองความต้องการ และความแตกต่างกัน ของแต่ละบุคคลได้อย่างสมบูรณ์ (กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2566)

ผู้วิจัยจึงเห็นถึงความสำคัญของกิจกรรมนันทนาการที่ช่วยในการพัฒนาด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านสังคม รวมไปถึงจิตวิญญาณ และยังเป็นเครื่องมือในการสร้างรากฐานของสังคม ให้มีความสามัคคี ตลอดจนการพัฒนาคุณภาพชีวิตของเยาวชน จึงได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง แรงจูงใจและพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียน เพื่อให้ทราบถึงแรงจูงใจ และพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) และเพื่อเป็นประโยชน์ให้กับโรงเรียนต่าง ๆ ทั้งภาครัฐและเอกชน ในการพัฒนาโปรแกรมสำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาต่อไป

ความมุ่งหมายของงานวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ตั้งความมุ่งหมายไว้ดังนี้

1. เพื่อศึกษาแรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)
2. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)
3. เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

ความสำคัญของการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ ทำให้ทราบถึงแรงจูงใจและพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) เพื่อเป็นประโยชน์ให้กับโรงเรียนต่าง ๆ ทั้งภาครัฐและเอกชนในการพัฒนาโปรแกรมสำหรับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาต่อไป

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 ปีการศึกษา 2567 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) จำนวน 4,859 คน (วิชาการ โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม), 2566)

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในงานวิจัย

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 ปีการศึกษา 2567 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) จำนวน 356 คน โดยเทียบจากตารางเครจซี่และมอร์แกน (Krejcie และ Morgan, 1970) และกำหนดโควต้าตามระดับชั้น ผู้วิจัยเก็บแบบสอบถามจริงทั้งหมด 400 ชุด เพื่อป้องกันแบบสอบถามที่ไม่สมบูรณ์

ตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรอิสระ คือ ข้อมูลพื้นฐานของนักเรียน ประกอบด้วย เพศ และระดับชั้น และแรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ ประกอบด้วย แรงจูงใจภายใน และแรงจูงใจภายนอก

ตัวแปรตาม คือ พฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) 11 ประเภท ดังนี้ (กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2566)

1. เกม กีฬา และการเล่น
2. การเต้นรำ
3. ศิลปะและหัตถกรรม
4. การร้องเพลงและดนตรี
5. ภาษาและวรรณกรรม
6. การแสดงและการละคร
7. งานอดิเรก
8. กิจกรรมกลางแจ้ง/นอกเมือง
9. กิจกรรมพิเศษตามเทศกาลต่าง ๆ
10. กิจกรรมทางสังคม
11. การบริการอาสาสมัคร

นิยามศัพท์เฉพาะ

ความสัมพันธ์ ในบริบทของงานวิจัยนี้ หมายถึง ความเกี่ยวข้องหรือความเชื่อมโยงระหว่างแรงจูงใจและพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียน ซึ่งแสดงถึงระดับหรือทิศทางของความเปลี่ยนแปลงที่สัมพันธ์กันระหว่างตัวแปรทั้งสอง โดยจะพิจารณาว่าเมื่อแรงจูงใจของนักเรียนเปลี่ยนแปลงไป พฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนจะเปลี่ยนแปลงตามหรือไม่ และเปลี่ยนไปในทิศทางใด

แรงจูงใจ หมายถึง ความต้องการแรงขับเคลื่อนที่อยู่ภายในตัวบุคคล ที่จะกระตุ้นให้บุคคลนั้นเกิดการกระทำโดยใช้ปัจจัยซ่อนเร้นภายในเป็นแรงผลักดันที่ทำให้คนเราเกิดการเคลื่อนไหว หรือเกิดพฤติกรรม อย่างหนึ่งอย่างใด หรือหลายอย่าง ที่จะทำให้เราสามารถบรรลุเป้าหมายตามที่เราได้ตั้งเอาไว้ได้ เพื่อตอบสนองความต้องการขั้นพื้นฐานของตนให้บรรลุผลสำเร็จตามวัตถุประสงค์ ซึ่งแรงจูงใจอาจจะเกิดตามธรรมชาติหรือจากการเรียนรู้ก็ได้ โดยแบ่งเป็น 2 ประเภท ดังนี้ (ดารณี พานทอง พาลุสุข และ สุรเสกข์ พงษ์หาญยุทธ, 2548)

1) แรงจูงใจภายใน (Intrinsic Motivation) หมายถึง สภาวะของบุคคลที่มีความต้องการในการทำ การเรียนรู้ หรือแสวงหาบางอย่างด้วยตนเอง โดยมีต้องให้มีบุคคลอื่นมา

เกี่ยวข้อง เช่น นักเรียนสนใจเล่าเรียนด้วยความรู้สึไฝ่ดีในตนเอง มิใช่เพราะถูกบิดามารดาบังคับ หรือเพราะมีสิ่งล่อใจใด ๆ

2) แรงจูงใจภายนอก (Extrinsic Motivation) หมายถึง สภาวะของบุคคล ที่ได้รับ แรงกระตุ้นมาจากภายนอกให้มองเห็นจุดหมายปลายทาง และนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงหรือการ แสดงพฤติกรรมของบุคคล

พฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ หมายถึง สิ่งที่นักเรียนแสดงออกถึงการ เลือกการกระทำกิจกรรมในเวลาว่างหลังจากภารกิจด้วยความสมัครใจ และไม่ขัดต่อ ขนบธรรมเนียม ประเพณี และกฎหมายบ้านเมือง เพื่อให้เกิดความเพลิดเพลิน (กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2566)

กิจกรรมนันทนาการ หมายถึง กิจกรรมที่นักเรียนเลือกทำในเวลาว่างเพื่อความสุข ความผ่อนคลาย หรือการพัฒนาตนเอง ทั้งในรูปแบบเดี่ยวหรือกลุ่ม โดยไม่มุ่งเน้นผลทางวิชาการ หรือรายได้ เช่น เล่นกีฬา เล่นดนตรี วาดภาพ ดูหนัง เป็นต้น

นักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) หมายถึง นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 ที่กำลังศึกษาในโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัย ศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) ปีการศึกษา 2567

กรอบแนวคิด

ตัวแปรอิสระ

ตัวแปรตาม



ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในการวิจัย

สมมุติฐานการวิจัย

1. แรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) อยู่ในระดับมาก
2. พฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) อยู่ในระดับมาก
3. ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) เป็นไปในทิศทางบวก

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในงานวิจัยเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อสนับสนุนการวิจัยครั้งนี้ โดยเสนอหัวข้อดังต่อไปนี้

1. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับแรงจูงใจ
2. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรม
3. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวนันทนาการ
4. นันทนาการในโรงเรียน
5. ประวัติโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)
6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับแรงจูงใจ

1.1 ความหมายของแรงจูงใจ

"แรงจูงใจ" มาจากคำกริยาในภาษาละตินว่า Movere (Kidd, 1973) ซึ่งมีตรงกับคำในภาษาอังกฤษว่า "to move" อันมีความหมายว่า เป็นสิ่งที่โน้มน้าวหรือมักจะชักนำบุคคลเกิดการกระทำหรือปฏิบัติการ แรงผลักดันที่ทำให้คนเราเกิดการเคลื่อนไหว หรือเกิดพฤติกรรม อย่างหนึ่งอย่างใด หรือหลายอย่าง ที่จะทำให้เราสามารถบรรลุเป้าหมายตามที่เราได้ตั้งเอาไว้ได้ แรงจูงใจ (Motive) ในการที่จะก่อให้เกิดปฏิกิริยา เกิดพฤติกรรม หรือเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ขึ้น

สำเริง วงศ์พลาย (2553) ได้ให้ความหมายไว้ว่า แรงจูงใจเป็นกระบวนการที่บุคคลถูกกระตุ้นจากสิ่งเร้าจากภายนอกให้เกิดพฤติกรรมการกระทำที่ตนเองปรารถนาหรือดีนรน เพื่อให้บรรลุวัตถุประสงค์บางอย่าง ซึ่งพฤติกรรมที่เกิดจากการกระทำดังกล่าวอาจตอบสนองตนเองบุคคลใดบุคคลหนึ่ง หรือหลายๆ คน

ธีระศักดิ์ พรหมลาย (2552) ได้ให้ความหมายของแรงจูงใจไว้ว่า แรงจูงใจเป็นแรงกระตุ้นหรือผลักดันให้บุคคลแสดงพฤติกรรมที่ตนเองปรารถนาและสนใจ โดยมีทิศทางเพื่อให้บรรลุเป้าหมายหรือเพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ต้องการ

ไฮลการ์ด (Hilgard, 1981) ได้ให้ความหมายของแรงจูงใจว่า เป็นองค์ประกอบที่ไปกระตุ้นบุคคลให้เกิดพลังและนำไปสู่การกระทำ

บราวน์ (Brown, 1980) กล่าวว่า แรงจูงใจเป็นความคิดซึ่งเป็นแรงขับอยู่ภายใน ประกอบไปด้วยอารมณ์ ความปรารถนา ซึ่งเป็นต้นเหตุให้คนแสดงพฤติกรรมออกมาอย่างน้อยไม่เท่ากัน

จากแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับแรงจูงใจตามทฤษฎีของผู้เชี่ยวชาญได้ให้ความหมายไว้ สามารถสรุปได้ว่า แรงจูงใจ หมายถึง ปัจจัยที่เป็นแรงดึงดูดความสนใจ จากการกระตุ้นภายใน ที่มีผลต่อการแสดงออกและปฏิบัติกิจกรรมต่าง ๆ

1.2 ประเภทของแรงจูงใจ

พฤติกรรมของมนุษย์มักจะเกิดขึ้นจากปัจจัยภายในและปัจจัยภายนอก โดยมีปัจจัยที่อยู่ภายในของแต่ละบุคคลจะมีความแตกต่างกัน ซึ่งนักวิชาการและนักจิตวิทยาได้แบ่งประเภทของแรงจูงใจได้ดังนี้

สำเริง วงศ์พลาย (2553) ได้แบ่งแรงจูงใจออกเป็น 2 ประเภท ได้แก่

1. แรงจูงใจภายใน (Intrinsic motives) แรงจูงใจภายในเป็นสิ่งที่ผลักดันจากภายในตัวบุคคลซึ่งอาจเป็นเจตคติ ความคิด ความสนใจ ความตั้งใจ การมองเห็นคุณค่า ความพอใจ ความต้องการ ซึ่งสิ่งต่าง ๆ เหล่านี้มีแนวโน้มในการส่งผลต่อพฤติกรรมค่อนข้างถาวร เช่น คนงานที่เห็นองค์การคือสถานที่ให้ชีวิตแก่พวกเขาและครอบครัว เขาจะจงรักภักดีต่อองค์การ และองค์กรบางแห่งขาดทุนในการดำเนินการไม่ได้จ่ายค่าตอบแทนที่ดี แต่ด้วยความผูกพันของพนักงานก็ร่วมกันลดค่าใช้จ่ายและช่วยกันทำงานอย่างเต็มที่

2. แรงจูงใจภายนอก (Extrinsic motives) เป็นสิ่งที่ผลักดันภายนอกตัวบุคคล เพื่อกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรม อาจจะเป็นการได้รับรางวัล เกียรติยศชื่อเสียง คำชม หรือยกย่อง โดยแรงจูงใจนี้จะไม่คงทนถาวร บุคคลจะแสดงพฤติกรรมเพื่อตอบสนองสิ่งจูงใจดังกล่าว เฉพาะกรณีที่ต้องการสิ่งตอบแทนเท่านั้น

ดารณี พานทอง พาลุสุข และ สุรเสกข์ พงษ์หาญยุทธ (2548) ได้กล่าวว่า นักจิตวิทยาได้แบ่งแรงจูงใจไว้ 2 ประเภท คือ แรงจูงใจภายใน และแรงจูงใจภายนอก

แรงจูงใจภายใน หมายถึง สภาวะของบุคคลที่มีความปรารถนาในการกระทำการเรียนรู้ หรือแสวงหาสิ่งต่าง ๆ ด้วยตนเอง โดยไม่ต้องพึ่งพาการกระตุ้นจากบุคคลภายนอก ตัวอย่างเช่น นักเรียนที่มีความสนใจในการศึกษา เพราะมีความใฝ่รู้และมุ่งมั่นจากภายใน ไม่ใช่เพียงเพราะได้รับแรงกดดันจากผู้ปกครอง หรือคาดหวังผลตอบแทนอย่างเป็นรูปธรรม แรงจูงใจภายในสามารถแบ่งออกได้เป็นหลายประเภท ดังนี้

1.1 ความต้องการ (Need) มนุษย์ทุกคนล้วนมีความต้องการพื้นฐานภายใน ซึ่งก่อให้เกิดแรงขับเคลื่อนทางพฤติกรรม เพื่อนำไปสู่การบรรลุเป้าหมายและความพึงพอใจ เช่น นักเรียนที่ต้องการสอบผ่าน จึงพยายามตั้งใจเรียนเพื่อให้ประสบความสำเร็จตามที่ตนคาดหวัง

1.2 เจตคติ (Attitude) เจตคติ คือ ความรู้สึกหรือทัศนคติในเชิงบวกที่บุคคลมีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ซึ่งสามารถกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมที่เหมาะสม เช่น นักเรียนที่รู้สึกชื่นชมครูผู้สอนและพอใจในวิธีการสอน ย่อมมีแนวโน้มที่จะตั้งใจเรียนมากยิ่งขึ้น

1.3 ความสนใจเฉพาะด้าน (Special Interest) เมื่อบุคคลมีความสนใจเป็นพิเศษในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง ก็สามารถเป็นแรงผลักดันให้เกิดความมุ่งมั่นและตั้งใจอย่างจริงจัง เช่น เด็กที่สนใจระบบเครื่องยนต์ ย่อมสละเวลาศึกษาค้นคว้าเพิ่มเติม และลงมือทดลองด้วยตนเอง ซึ่งช่วยให้เขาก้าวสู่เป้าหมายได้อย่างชัดเจน

แรงจูงใจภายนอก หมายถึง แรงกระตุ้นที่มาจากสิ่งแวดล้อมหรือบุคคลอื่น ซึ่งส่งผลต่อพฤติกรรมของบุคคล ทำให้เกิดการตอบสนองต่อสิ่งเร้าเพื่อไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ แรงจูงใจภายนอกประกอบด้วยองค์ประกอบต่าง ๆ ดังนี้

2.1 เป้าหมายหรือความคาดหวังของบุคคล บุคคลที่มีเป้าหมายชัดเจนในการกระทำสิ่งใด ย่อมเกิดแรงจูงใจที่จะปฏิบัติอย่างเหมาะสมเพื่อไปสู่จุดหมายนั้น เช่น พนักงานที่อยู่ในช่วงทดลองงาน ตั้งเป้าหมายว่าจะได้รับการบรรจุเข้าทำงาน จึงพยายามปฏิบัติหน้าที่อย่างเต็มความสามารถ

2.2 การรับรู้ถึงโอกาสความก้าวหน้า เมื่อบุคคลทราบว่าการกระทำใดจะนำไปสู่ความก้าวหน้าในอนาคต ย่อมส่งผลให้เกิดแรงจูงใจ เช่น เด็กที่เห็นพี่ชายเรียนเก่งและมีโอกาสดีในชีวิต ก็เกิดแรงบันดาลใจที่จะตั้งใจเรียนเพื่อก้าวตามรอยพี่

2.3 บุคลิกภาพ บุคลิกภาพที่น่าประทับใจสามารถส่งผลต่อแรงจูงใจของผู้อื่น เช่น ครูควรมีบุคลิกภาพที่น่าเชื่อถือในด้านวิชาการ ผู้บริหารควรแสดงออกถึงภาวะผู้นำ และพนักงานบริการความงามอาจสามารถดึงดูดลูกค้าด้วยบุคลิกภาพที่ดีเยี่ยม

2.4 สิ่งล่อใจจากภายนอก สิ่งเร้าที่ทำให้เกิดแรงกระตุ้น เช่น รางวัล (Rewards) การลงโทษ (Punishment) การชมเชย (Praise) การตำหนิ (Blame) การแข่งขัน (Competition) การประกวด (Contest) หรือแม้แต่การทดสอบ (Test) ล้วนสามารถส่งผลต่อพฤติกรรมได้ทั้งสิ้น

ตัวอย่างเช่น เด็กที่ต้องการขนม อาจยินดีช่วยแม่ทำงานบ้านเพื่อให้ได้รับเงินไปซื้อขนมตามที่ต้องการ อย่างไรก็ตาม เมื่อเขาได้รับสิ่งที่ต้องการแล้ว แรงจูงใจในการช่วยงานก็อาจลดลง

1.3 การวัดแรงจูงใจ

จากการศึกษาการวัดแรงจูงใจได้มีนักการศึกษากล่าวถึงการวัดแรงจูงใจซึ่งสามารถสรุปได้ 5 วิธีดังนี้ (จำรูญ เทียมธรรม, 2546)

1. วิธีสังเกต การสังเกตถือเป็นพื้นฐานของวิธีการทางวิทยาศาสตร์ในทุกสาขา โดยเฉพาะในด้านพฤติกรรมศาสตร์ ซึ่งเน้นการสังเกตพฤติกรรมของบุคคลในสถานการณ์จริง วิธีการนี้ช่วยให้ผู้วิจัยสามารถเข้าใจพฤติกรรมและปฏิสัมพันธ์ของผู้เข้าร่วมได้อย่างลึกซึ้ง

2. วิธีทดสอบ การทดสอบประกอบด้วยชุดคำถามจำนวนหนึ่ง ซึ่งผู้วิจัยหรือผู้ทดสอบได้กำหนดขึ้น คำถามดังกล่าวอาจครอบคลุมถึงความกลัว ความวิตกกังวล ความนิยม ความสนใจในด้านต่าง ๆ ตลอดจนทัศนคติทางการเมือง เศรษฐกิจ หรือสังคม โดยผู้ถูกทดสอบต้องให้ความร่วมมือในการตอบคำถามเพื่อให้ได้ข้อมูลที่สะท้อนแรงจูงใจอย่างแท้จริง

3. การประมาณค่า การประมาณค่าหมายถึงการประเมินลักษณะบุคลิกภาพของบุคคล โดยพิจารณาว่าคุณลักษณะบางประการของผู้ถูกประเมินมีความเด่นชัดมากน้อยเพียงใด วิธีการนี้นิยมใช้เมื่อต้องการวัดภาพรวมของบุคลิกภาพหรือแรงจูงใจที่ไม่สามารถวัดได้โดยตรง

4. การวิเคราะห์ตัวเอง คือ การวิเคราะห์ตนเองคือการที่ผู้ตอบแบบสอบถามประเมินตนเองผ่านแบบสอบถามซึ่งมักอยู่ในรูปแบบปรนัย การวิเคราะห์นี้ช่วยให้ผู้วิจัยเข้าใจแรงจูงใจจากมุมมองของผู้ตอบเอง อันเป็นข้อมูลสำคัญที่สะท้อนแรงขับภายใน

5. การสัมภาษณ์ การสัมภาษณ์เป็นวิธีที่ใช้การตั้งคำถามจากผู้สัมภาษณ์ เพื่อกระตุ้นให้ผู้ถูกสัมภาษณ์สะท้อนความคิดและทัศนคติของตนออกมา จากนั้นผู้สัมภาษณ์จะบันทึกคำตอบ พร้อมทั้งวิเคราะห์และประเมินลักษณะบุคลิกภาพหรือแรงจูงใจของผู้ให้สัมภาษณ์ในเชิงลึก

นอกจากนี้แนวคิดของเฮิร์ชเบอร์กยังเป็นแนวทางที่นิยมใช้ในการวัดแรงจูงใจในบริบทของการปฏิบัติงาน โดยเฉพาะในรูปแบบของ แบบลิเคิร์ต (Likert - type rating scale) ซึ่งให้ผู้ตอบแบบสอบถามประเมินระดับความพึงพอใจต่อปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อแรงจูงใจทั้งภายในและภายนอก โดยพิจารณาความรู้สึกของตนเองว่าปัจจัยดังกล่าวมีผลต่อการปฏิบัติงานมากน้อยเพียงใด งานวิจัยในประเทศไทยที่ศึกษาด้านแรงจูงใจภายในมักใช้มาตรวัดที่แบ่งองค์ประกอบของแรงจูงใจในการทำงานหรือความพึงพอใจในการทำงานออกเป็น 2 องค์ประกอบหลัก ได้แก่ (อรพินทร์ ชูชม, วิลาสลักษณ์ ชั่ววัลลี, และ อัจฉรา สุขารมณ์, 2546)

1. ปัจจัยจูงใจ (Motivators) หมายถึง ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับลักษณะของงานโดยตรง ซึ่งเป็นแรงผลักดันภายในที่ทำให้บุคคลเกิดความพึงพอใจและมีแรงจูงใจในการทำงานอย่างแท้จริง ปัจจัยในกลุ่มนี้ได้แก่

- ความก้าวหน้าในหน้าที่การงาน
- การได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่นในสังคม
- ความรับผิดชอบต่อนหน้าที่
- ความสำเร็จของงานที่ได้รับมอบหมาย

ปัจจัยเหล่านี้ล้วนเป็นสิ่งที่ส่งผลโดยตรงต่อความรู้สึกภาคภูมิใจและการพัฒนาตนเองของบุคลากร ซึ่งสะท้อนถึงแรงจูงใจภายใน

2. ปัจจัยค้ำจุน (Hygiene Factors) หมายถึง ปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับบริบทแวดล้อมของการทำงาน หรือแรงจูงใจภายนอก (Extrinsic Motivation) ซึ่งแม้จะไม่ได้ส่งผลโดยตรงต่อความพึงพอใจในเชิงบวก แต่หากขาดปัจจัยเหล่านี้ อาจทำให้เกิดความไม่พึงพอใจในการทำงานได้ ปัจจัยในกลุ่มนี้ประกอบด้วย

- ค่าตอบแทนและสวัสดิการ
- ความสัมพันธ์กับเพื่อนร่วมงาน
- สถานภาพของอาชีพ
- นโยบายและการบริหารจัดการ
- ความสัมพันธ์กับผู้บังคับบัญชา
- สภาพความเป็นอยู่ส่วนบุคคล
- ความมั่นคงในงาน

แบบวัดตามแนวทางของเฮิร์ซเบอร์กนี้นิยมใช้ในการศึกษาความพึงพอใจในการทำงานของบุคลากรในองค์กรต่าง ๆ เนื่องจากสามารถสะท้อนทั้งแรงจูงใจภายในและแรงจูงใจภายนอกได้อย่างชัดเจน

จากการศึกษาการวัดแรงจูงใจสามารถวัดได้หลากหลายวิธี ซึ่งในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้เลือกการสร้างแบบวัดแรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการโดยใช้มาตราส่วนประมาณค่าแบบลิเคิร์ต (Likert - type rating scale) 5 ระดับ เนื่องจากการทดสอบโดยใช้แบบวัด นักเรียนจะสะดวกในการตอบคำถาม รวมถึงข้อคำถามสามารถสร้างให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์และทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับงานวิจัย

1.4 พฤติกรรมที่ส่งผลให้เกิดแรงจูงใจ

โดยปกติของคนทั่วไป ความต้องการของบุคคลจะเป็นสิ่งที่จะทำให้เกิดการสร้างสรรค์ แต่ถ้าความต้องการนั้นเป็นความต้องการที่ผิดปกติธรรมดาของบุคคลทั่วไปแล้ว ก็จะนำไปสู่การทำลายล้างตนเอง เช่น ความต้องการเงินหรือทอง มนุษย์ต้องหามาได้โดยสุจริต แต่ถ้าหามาได้โดยวิธีการลักขโมยเขา บุคคลนั้นก็จะทำลายความเป็นมนุษย์ของตนเอง ดังนั้นนักพฤติกรรมศาสตร์จึงได้พยายามศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับมูลเหตุที่ทำให้เกิดแรงจูงใจ (Motivation) โดย Reiz A. Joseph (ไรซ์ เอ. โจเซฟ) ได้กล่าวถึงรูปแบบจูงใจของบุคคลว่าขึ้นอยู่กับธรรมชาติของการรับรู้ (Cognitive) และการเสริมแรง (Reinforcement) ดังนี้

1. รูปแบบการคาดหวัง (Expectancy Model) เป็นแนวคิดที่พัฒนามาจากทฤษฎีแรงจูงใจ (Motivation Theory) โดยได้รับอิทธิพลจากพฤติกรรมทางอารมณ์ของบุคคล ซึ่งมุ่งอธิบายกระบวนการตัดสินใจและแรงจูงใจของบุคคลในการกระทำพฤติกรรมหนึ่ง ๆ โดยประกอบด้วยองค์ประกอบสำคัญ 3 ประการ ดังนี้:

1.1 แรงขับเคลื่อนคำสั่ง (Force) หมายถึง การกระตุ้นหรือผลักดันให้บุคคลกระทำการตามคำสั่งหรือข้อกำหนด ซึ่งแรงจูงใจของบุคคลจะสัมพันธ์กับความพยายามในการปฏิบัติงานตามที่ได้รับมอบหมาย การใช้คำสั่งในลักษณะนี้มักสะท้อนออกมาในรูปของทัศนคติต่องานที่ได้รับ และสามารถมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการทำงานทั้งทางบวกและทางลบ

1.2 การคาดหวัง (Expectancy) หมายถึง ระดับความเชื่อของบุคคลในช่วงเวลาหนึ่งว่า ความพยายามของตนจะนำไปสู่ผลลัพธ์ที่ต้องการหรือไม่ ความคาดหวังนี้อาจมีระดับที่แตกต่างกัน ตั้งแต่ต่ำมากจนถึงสูง ขึ้นอยู่กับประสบการณ์ส่วนบุคคล สภาพแวดล้อมในการทำงาน และปัจจัยสนับสนุนอื่น ๆ

1.3 การวัดความรู้สึกของแต่ละบุคคลที่แสดงออกมา (Valence) ระดับของความรู้สึกที่บุคคลมีต่อผลลัพธ์ที่คาดว่าจะได้รับ โดยอาจแสดงออกในลักษณะชอบ ไม่ชอบ พึงพอใจ เฉยเมย หรือเห็นด้วย/ไม่เห็นด้วย ซึ่งความรู้สึกดังกล่าวจะส่งผลต่อแรงจูงใจในการกระทำพฤติกรรมนั้น ๆ โดยรูปแบบของการคาดหวังจะมีลักษณะดังนี้



ภาพประกอบ 2 รูปแบบของการคาดคะเน

ที่มา:ดารณี พานทอง พาลุสุข, และ รเสกข์ พงษ์หาญยุทธ. (2548). ทฤษฎีการจูงใจ = Theory of persuasion : AP 205 (พิมพ์ครั้งที่ 7, [ฉบับพิมพ์ซ้ำ]). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

ดังนั้นการบังคับให้ปฏิบัติเป็นหน้าที่ที่ได้รับมอบหมายของการวัดเกี่ยวกับผลได้ของปัจจัยการคาดคะเนที่ให้ปฏิบัติจะเป็นปัจจัยนำออกของการวัดปัจจัยนำออกและในทางตรงกันข้าม ค่าของผลที่คาดหวังและสิ่งที่ทำให้เกิดปัจจัยนำออกก็จะได้นำออกก็จะได้รับผลนั้น ๆ เป็นต้น

2. รูปแบบของการสังเกต (A Perceptual Model) จะมีความแตกต่างจากแบบของการคาดหวังอยู่ 4 ประการคือ (1) อธิบายเป็นแผนภูมิมากกว่าคณิตศาสตร์พยายามที่จะอธิบายการเคลื่อนไหวแรงจูงใจของตนเอง (3) มีหลายตัวแบบ (4) เป็นการสังเกตแรงจูงใจเป็นสำคัญ

3. รูปแบบสิ่งแวดล้อมกำหนดพฤติกรรม การสังเกตรูปแบบสิ่งแวดล้อมจะมีสมมติฐานอยู่ 2 ประการคือ

3.1 โดยพื้นฐาน พฤติกรรมของคนจะถูกกำหนดขึ้น โดยสิ่งแวดล้อม แต่เขามีได้ปฏิเสธรในสภาพที่มีอยู่ภายในทางกายภาพ เช่น กระบวนการทางประสาทพลังทางจิตใจ ซึ่งเป็นการลำบากต่อการที่จะวัดสิ่งเหล่านั้นได้แนวความคิดเหตุผลก็เพราะนักพฤติกรรมศาสตร์ จะมีความเชื่อในบทบาทสำคัญในการทำนายพฤติกรรมโดยเปิดเผย

3.2 พฤติกรรมของมนุษย์ก็เหมือนกับพฤติกรรมของฟิสิกส์และเคมีเพราะมันจะต้องเป็นไปตามกฎที่แน่นอน นั่นก็คือการค้นพบจากการสังเกต และสัญลักษณ์ของสิ่งแวดล้อมที่กำหนดพฤติกรรมของมนุษย์นั้น จึงได้อธิบายพฤติกรรมออกเป็นดังนี้

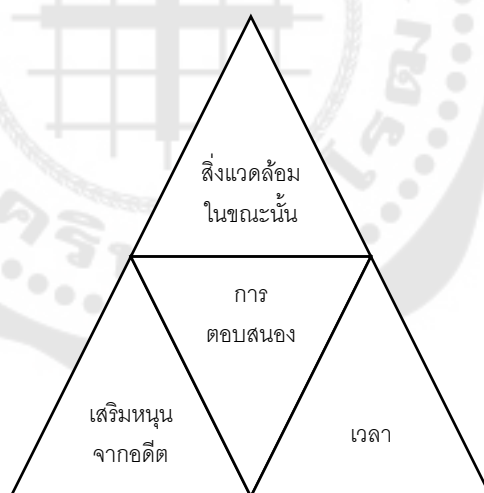
$$R = f(S, A)$$

R คือ ตัวตอบสนอง

S คือ สิ่งแวดล้อมที่มีตัวตน ซึ่งเป็นตัวเร้าเมื่อมีตัวตอบสนอง

A คือ ตัวแปรที่เป็นสิ่งแวดล้อมภายนอกสิ่งแวดล้อมที่มีตัวตนที่สามารถเห็นได้ในขณะนั้น

โดยอาจจะได้รับการสนับสนุนจากอดีต ดังแผนภูมิรูปแบบสิ่งแวดล้อมที่เป็นตัวกำหนดพฤติกรรมมนุษย์ดังนี้



ภาพประกอบ 3 รูปแบบสิ่งแวดล้อมที่เป็นตัวกำหนดพฤติกรรมมนุษย์

ที่มา:มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมิกราช, 2545, พฤติกรรมวัยรุ่น, พิมพ์ครั้งที่ 8 นนทบุรี สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมิกราช

พฤติกรรมได้ย่อลงไปสู่จุดที่สังเกตได้เพื่อการวิเคราะห์ ซึ่งโดยทั่วไปเรียกว่า การตอบสนองเกิดขึ้นโดยตรง และตัวเร้าของสิ่งแวดล้อมการตอบสนองนั้นจะมีอยู่ 2 ลักษณะคือ

(1) การตอบสนองอย่างเข้ม (Intense) เช่น ลักษณะของความเข้มข้นซึ่งเปรียบเทียบเสมือนเรากำลังดึงเชือกอย่างแรงกล่าวคือ การดึงเชือกก็เป็นระยะเวลาที่ต่อเนื่องกันอยู่และเวลาก็คอยคำสั่งดึงเชือก การเริ่มต้นที่จะดึงเชือก รวมทั้งการพยายามในการดึงเชือกบ่อย ๆ และความเร็วซึ่งเปรียบเทียบเสมือนการออกแรงดึงเชือกไปได้ให้ไกลที่สุด ดังนั้น ในแต่ละลักษณะของการตอบสนองนี้สามารถที่จะควบคุมการทดลอง โดยผ่านแรงกระตุ้นต่าง ๆ เป็นต้น

(2) การตอบสนองเงื่อนไขพอใจ (A conditioned response) เป็นการตอบสนองที่เข้าไปเกาะเกี่ยวกับตัวกระตุ้นเสริม เช่น เมื่อมีคนให้การช่วยเหลือเรา เราก็มักจะตอบกลับน้ำใจที่ได้รับด้วยคำว่า "ขอบคุณ" หรือ "ขอบใจ" เป็นต้น

1.5 แรงจูงใจที่ทำให้บุคคลเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ

ความต้องการเข้าร่วมกิจกรรม หรือแรงจูงใจที่ทำให้บุคคลเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ พอสรุปได้ 10 ประการ ดังนี้ (กรมพลศึกษา สำนักนันทนาการ กลุ่มนันทนาการเด็ก และเยาวชน, 2562)

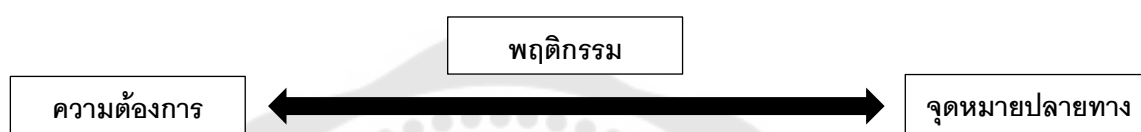
1. ต้องการสร้างประสบการณ์ใหม่
2. ต้องการเป็นที่ยอมรับ หรือยกย่องจากผู้อื่น
3. ต้องการพักผ่อนคลายความตึงเครียด
4. ต้องการความมั่นคงปลอดภัยในการใช้ชีวิต
5. ต้องการเป็นผู้ควบคุมสถานการณ์ หรือเป็นผู้นำกลุ่ม
6. ต้องการตอบสนองพฤติกรรม หรือปฏิกิริยาทางสังคม
7. ต้องการกิจกรรมที่สร้างคุณค่าทางจิตใจ เพื่อก่อให้เกิดอารมณ์ที่สงบสุข
8. ต้องการความคิดสร้างสรรค์เพื่อพัฒนาสมองและความจรรโลงใจ
9. ต้องการให้การบริการผู้อื่น และอยากจะเป็นผู้ที่ต้องการได้รับการบริการ
10. ต้องการกิจกรรมการเคลื่อนไหว และทดสอบสมรรถภาพทางกาย

1.6 ทฤษฎีเกี่ยวกับแรงจูงใจ

ทฤษฎีแรงจูงใจ (Motive Theory) เกิดจากกลุ่มความคิดสำนักต่าง ๆ ซึ่งได้พากันตั้งสมมติฐานขึ้นมาแล้วจึงทำการศึกษาค้นคว้าเพื่อให้ได้มาซึ่งคำตอบที่จะช่วยให้เข้าใจพฤติกรรมของมนุษย์ว่าสาเหตุที่คนกระทำพฤติกรรมนั้น ๆ เพราะอะไร และมีสิ่งใดมาเป็นเครื่องกระตุ้นหรือเร้าให้กระทำเช่นนั้น ดังนั้นในการอธิบายทฤษฎีที่เกี่ยวกับแรงจูงใจนี้จึงมีจุดมุ่งหมายที่สำคัญอยู่ 2 ประการ ได้แก่

1. ความต้องการ (Needs) คือ การขาดแคลนในร่างกายหรือในตัวบุคคล ตลอดจนความบกพร่องต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในร่างกาย ทั้งนี้ความต้องการดังกล่าวอาจจะมีทั้งรู้ตัวหรือไม่รู้ตัว เช่น ความต้องการอาหาร และความต้องการมีเกียรติยศชื่อเสียง

2. จุดหมายปลายทาง (Goal) คือ ผลขั้นสุดท้ายที่เกิดขึ้น โดยมีภาวะหรือเงื่อนไขเป็นปัจจัยให้เกิดขึ้น โดยจะนำไปสู่เป้าหมายที่ต้องการ ซึ่งภาวะหรือเงื่อนไขนี้จะทำให้เกิดพฤติกรรม หรือการกระทำขึ้นได้ดังนั้น ในระหว่างความต้องการ (Needs) กับเป้าหมาย (Goal) จึงประกอบไปด้วยพฤติกรรม (Behavior) (ชูศักดิ์ เจนประโคน, 2545)



ภาพประกอบ 4 จุดมุ่งหมายของทฤษฎีเกี่ยวกับแรงจูงใจ

ที่มา :ดารณี พานทอง พาลุสุข, และ รสเกษ์ พงษ์หาญยุทธ. (2548). ทฤษฎีการจูงใจ = Theory of persuasion : AP 205 (พิมพ์ครั้งที่ 7, [ฉบับพิมพ์ซ้ำ]). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

ซึ่งมีนักวิชาการ นักปรัชญาได้ให้ความหมายเกี่ยวกับแรงจูงใจดังนี้

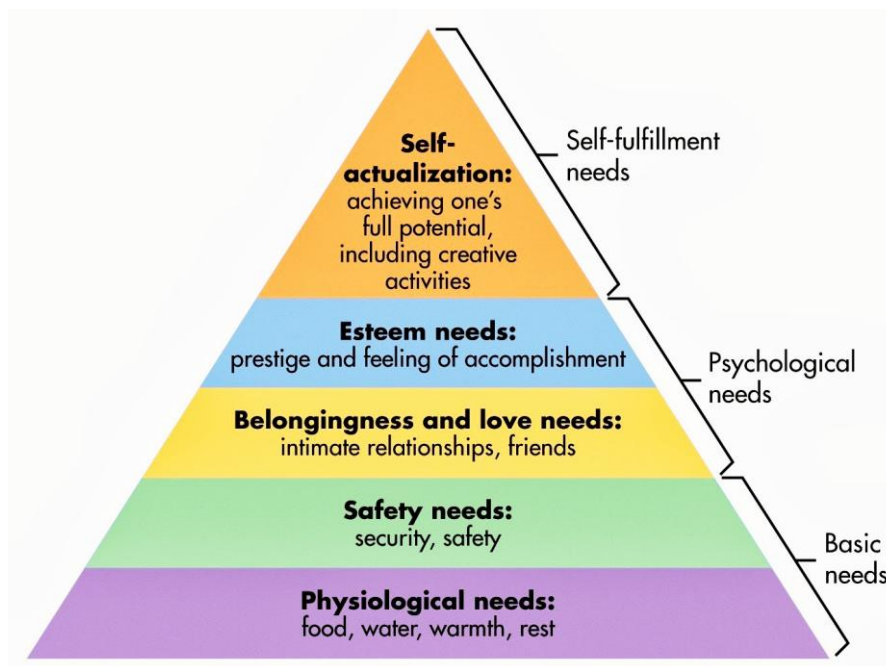
ทฤษฎีลำดับชั้นความต้องการ ของอับราฮัม เอ็ม. มาสโลว์ (Abraham H. Maslow's Needs Hierarchy Theory) ทฤษฎีลำดับชั้นความต้องการของมาสโลว์ เป็นทฤษฎีแรงจูงใจที่อธิบายในเรื่องรายละเอียดของงาน เช่น ความสำคัญของงาน ความท้าทายของงาน ความเจริญในหน้าที่การงาน และความรับผิดชอบในงาน เป็นต้น โดยที่มาสโลว์ได้ชี้ให้เห็นว่าบุคคลถูกกระตุ้นจากความต้องการเฉพาะอย่างและได้ตอบสนองความต้องการผ่านพฤติกรรมและความต้องการเหล่านี้มาสโลว์ได้ตั้งข้อสมมติฐานที่เกี่ยวกับความต้องการของบุคคลไว้คือ

1. บุคคลย่อมมีความต้องการอยู่ตลอดเวลาและจะไม่มีสิ้นสุดพร้อมกับที่ความต้องการใดที่ได้รับการตอบสนองแล้ว บุคคลจะมีความต้องการอย่างอื่นเพิ่มเติมขึ้นมาอย่างไม่รู้จบ

2. ความต้องการของบุคคลที่ได้รับการตอบสนองแล้ว จะไม่เป็นสิ่งจูงใจของพฤติกรรมต่าง ๆ อีกต่อไป และความต้องการอื่นที่ยังไม่ได้รับการตอบสนอง จึงเป็นสิ่งที่ก่อให้เกิดการจูงใจในการแสดงพฤติกรรมของบุคคลนั้น

3.ความต้องการของบุคคลนั้นจะเรียงเป็นลำดับขั้นของความต้องการ และเมื่อความต้องการในลำดับต่ำได้รับการตอบสนองแล้ว บุคคลก็จะให้ความสนใจกับความต้องการในลำดับสูงขึ้นไปอีกต่อไปตามลำดับ

ดังนั้นทฤษฎีที่มาสโลว์เกิดขึ้น โดยทฤษฎีลำดับขั้นแห่งความต้องการของมาสโลว์ มีอยู่ 5 ขั้นตอนดังต่อไปนี้



ภาพประกอบ 5 Maslow's Hierarchy of needs

ที่มา:ดารณี พานทอง พาลุสุข, และสุรเสกข์ พงษ์หาญยุทธ. (2548). ทฤษฎีการจูงใจ = Theory of persuasion : AP 205 (พิมพ์ครั้งที่ 7, [ฉบับพิมพ์ซ้ำ]). กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

1. ความต้องการทางกายภาพ (The Physiological Needs) เป็นความต้องการขั้นพื้นฐานที่สุดของมนุษย์ซึ่งจำเป็นต่อการมีชีวิตอยู่ได้แก่ ความต้องการอาหาร น้ำ เครื่องนุ่งห่ม ที่อยู่อาศัย อากาศบริสุทธิ์ การนอนหลับ และยารักษาโรค หากความต้องการพื้นฐานเหล่านี้ไม่ได้รับการตอบสนอง มนุษย์จะไม่สามารถดำรงชีวิตได้อย่างปกติ

2. ความต้องการปลอดภัย (The Safety Needs) เมื่อความต้องการพื้นฐานได้รับการตอบสนองแล้ว มนุษย์จะมีความต้องการความมั่นคงและความปลอดภัยในชีวิต อาทิ ความ

ปลอดภัยในชีวิตและทรัพย์สิน สุขภาพ การคุ้มครองจากภัยอันตรายต่าง ๆ ตลอดจนระบบประกันภัยหรือการสนับสนุนที่ช่วยให้เกิดความรู้สึกปลอดภัย เช่น ความปลอดภัยในการทำงาน ความมั่นคงทางเศรษฐกิจ และการอยู่อาศัยในสภาพแวดล้อมที่มั่นคง

3. ความต้องการในด้านความรักหรือความต้องการทางสังคม (The Love Belonging or Social Needs) เป็นความต้องการในด้านความสัมพันธ์กับผู้อื่น เช่น การเป็นที่รัก การมีความผูกพัน การเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มสังคมหรือครอบครัว มนุษย์ต้องการรู้สึกว่ามีคุณค่าและเป็นที่ยอมรับในกลุ่ม การขาดความรัก ความเข้าใจ หรือการสนับสนุนจากสังคมอาจนำไปสู่ความรู้สึกเหงา โดดเดี่ยว และอาจมีผลต่อสภาพจิตใจและการปรับตัวของบุคคล

4. ความต้องการที่จะได้รับการนับถือหรือได้รับการยกย่องจากผู้อื่น (The Self-esteem Needs) เป็นความต้องการที่เกี่ยวข้องกับการได้รับการยอมรับ ความเคารพจากผู้อื่น การมีสถานะทางสังคม และการรับรู้คุณค่าของตนเอง ความต้องการในระดับนี้แบ่งเป็น 2 ส่วน คือ ความภาคภูมิใจในตนเอง (self-esteem) และการได้รับการยอมรับจากผู้อื่น (recognition) เช่น การได้รับรางวัล การเป็นผู้นำ หรือการแสดงออกถึงความสามารถ

5. ความต้องการเป็นคนที่สมบูรณ์หรือความสำเร็จอย่างแท้จริง (The Needs for Self-actualization) เป็นความต้องการขั้นสูงสุดในลำดับขั้นของ Maslow โดยมุ่งเน้นที่การเติมเต็มศักยภาพของตนให้สมบูรณ์แบบ เป็นความปรารถนาที่จะเป็นในสิ่งที่ตนสามารถเป็นได้อย่างเต็มที่ เช่น การบรรลุเป้าหมายส่วนบุคคล การพัฒนาทักษะ ความคิดสร้างสรรค์ การแสวงหาความรู้ และการสร้างคุณค่าให้แก่ตนเองและผู้อื่น

ดังนั้นความต้องการดังกล่าวนี้ไม่ใช่สิ่งที่จะเกิดขึ้นได้อย่างง่ายดาย แต่เป็นความต้องการที่อยู่ในจิตใต้สำนึก กล่าวคือคนมักจะไม่รู้ตัวเองว่าเกิดความต้องการขั้นนั้น ๆ ขึ้นเมื่อใด จะต้องอาศัยความพอใจของบุคคลในความต้องการเบื้องต้นก่อนหน้านี้เป็นลำดับ คือ 1.ความต้องการทางกาย 2.ความต้องการความปลอดภัย 3.ความต้องการความรัก 4.ความต้องการที่จะได้รับการนับถือจากผู้อื่น แล้วจึงเกิดความต้องการเป็นคนที่สมบูรณ์ หรือความสำเร็จอย่างแท้จริง และตระหนักถึงความจริงที่เกี่ยวกับตนเองขึ้นได้ เป็นต้น

ทฤษฎีความต้องการของเฮนรี เอ. เมอร์เรย์ (Henry A. Murray's Manifest Needs Theory) เป็นต้นมารากฐานจากแนวความคิดที่ว่า “ความต้องการของมนุษย์คือหน่วย

พื้นฐานของการวิเคราะห์” เมอร์เรย์จึงได้เสนอแนวคิดที่เกี่ยวกับความต้องการของมนุษย์ไว้ 3 ขั้นตอน คือ

- (1) สภาพเริ่มต้นของความต้องการ
- (2) ความต้องการที่จะเข้าไปเปลี่ยนแปลงสถานภาพ
- (3) การบรรลุถึงความต้องการ โดยเมอร์เรย์ใช้ คำว่า กดดัน (Press) เป็นคำที่

ใช้แทนตัวกระตุ้น และเน้นว่าภาวะความกดดันจะมีบทบาทต่อมนุษยชาติมาก สำหรับสภาพแรงกดดันนั้นได้แก่

- (1) ความกดดันทางครอบครัว
- (2) ความกดดันอันตรายเป็นที่เกิดจากสภาพผิดปกติต่าง ๆ
- (3) ความกดดันจากการสูญเสียต่าง ๆ
- (4) ความกดดันที่เกิดจากการยึดถือวัตถุ
- (5) ความกดดันที่เกิดจากการเป็นศัตรูกัน
- (6) ความกดดันที่เกิดจากการใช้กำลังประทุษร้ายซึ่งกันและกัน
- (7) ความกดดันที่เกิดจากการต้องได้รับโทษ
- (8) ความกดดันที่เกิดจากสภาพของการถูกควบคุมจากความคิดของบิดา
- (9) ความกดดันที่เกิดจากสุขภาพของร่างกายและฐานะทางเศรษฐกิจ

เมอร์เรย์ยังมีความเห็นต่อไปอีกว่า ความต้องการเป็นสิ่งที่บุคคลได้สร้างขึ้นและ เป็นจุดเริ่มต้นของความรู้สึกซาบซึ้ง บางครั้งก็เกิดจากแรงกระตุ้นภายในของบุคคล และในบางครั้ง อาจจะเกิดจากความต้องการซึ่งมีผลมาจากสภาพของสังคม อาจจะกล่าวได้ว่า ความต้องการเป็น สิ่งที่เกิดขึ้นซึ่งมีผลมาจากสภาพร่างกายและสภาพทางจิตใจนั่นเอง ดังนั้นทฤษฎีความต้องการ ตามหลักของเมอร์เรย์อาจนำมากล่าวได้ดังต่อไปนี้

1. ความต้องการมีอำนาจ (Need for power) หมายถึง ความต้องการ อิทธิพลเหนือคนอื่น และต้องการที่จะควบคุมคนอื่น และต้องการที่จะควบคุมคนอื่นให้อยู่ในอำนาจ ของตนเอง ในฐานะที่เป็นหัวหน้าในการทำงานขององค์กรนั้น ๆ คนที่มีความต้องการอำนาจ ก็ มักจะใช้เวลาคิดถึงการใช้อิทธิพลและการบังคับคนอื่นและคิดว่าเขาสามารถที่จะใช้อิทธิพลเหล่านี้ ได้ เช่น เกียยงให้ชนะ เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้อื่น เพื่อให้ได้ตำแหน่งที่มีอำนาจและมีฐานะที่ สูงขึ้น เรื่องของการเมือง เป็นกิจกรรมอย่างหนึ่งที่แสดงให้เห็นถึงความต้องการอำนาจอย่างเด่นชัด และเป้าหมายทางการเมืองที่ปรากฏชัดเจนก็คือ การบังคับคนอื่นด้วยอิทธิพลต่าง ๆ เป็นต้น

ดังนั้น บุคคลที่ต้องการซึ่งอำนาจอย่างแรงกล้า ก็มักจะพยายามมีอิทธิพลเหนือคนอื่นโดยตรง ด้วยการแนะนำให้ความคิดและประเมินผล และสื่อสารกับบุคคลอื่น ด้วยเรื่องราวต่าง ๆ อย่างจะมีตำแหน่งเป็นหัวหน้าของกลุ่มกิจกรรมต่าง ๆ บุคคลชนิดนี้มักจะพูดได้คล่อง เป็นคนช่างพูด หรือบางทีก็ชอบพูดโต้แย้งคนอื่นเป็นคนที่มีความคิดรุนแรงและพูดจาโผงผาง รวมทั้งเป็นคนหัวแข็งและชอบการเรียกร้องในสิ่งต่าง ๆ ด้วย คนที่ต้องการมีอำนาจจะมีความอบอุ่นหรือสัมพันธ์กับคนอื่นค่อนข้างน้อย ซึ่งมักจะมีการกระทำที่ยึดตนเองเป็นที่ตั้ง และเป็นนักเผด็จการมากกว่า แอนดรูว์ (Andrew, 1967) กล่าวคือ กำลังอำนาจ คือการแสวงอำนาจ การกุมอำนาจด้วยความรับผิดชอบหรือปล่อยให้ไปตามอิสระ การถูกผลักดันจากผู้อื่นและกำลังภายนอก หรือเป็นฝ่ายผลักดันผู้อื่นและกำลังภายนอกอื่น เหล่านี้คือปัจจัยของความเป็นผู้นำและกำลังภายนอก หรือเป็นฝ่ายผลักดันผู้อื่นและกำลังภายนอกอื่น เหล่านี้คือปัจจัยของความเป็นผู้นำ

2. ความต้องการผูกพัน (Need for Affiliation) หรือความต้องการมีมิตรสัมพันธ์ หมายถึง ความต้องการมีความสัมพันธ์อันดีกับคนอื่น คำนึงถึงการได้รับการยอมรับของเพื่อนร่วมงานในกลุ่มเดียวกันและในระหว่างกลุ่ม โดยถ้าคนใช้เวลาคิดถึงความต้องการ ความอบอุ่น ไม่ไตร่ตรอง และความสัมพันธ์อันดีเพื่อนเช่นนี้ ทางจิตวิทยาถือว่าเป็นผู้ที่มีความต้องการความผูกพัน และพฤติกรรมของคนที่มีความต้องการชนิดนี้ ก็จะแสดงออกมาในรูปของการคิดที่จะฟื้นฟูความสัมพันธ์ที่ขาดหายไปให้กลับมาสนิทสนมกันใหม่ปลอบหรือช่วยเหลือคนอื่น ๆ ร่วมมือด้วยไม่ไตร่ตรอง หรือด้วยความเป็นเพื่อนในกิจกรรมกลุ่มต่าง ๆ เช่น งานเลี้ยง การประชุม และงานสไมล์ต่าง ๆ กล่าวโดยสรุปก็คือเป็นความต้องการที่จะทำให้ผู้อื่นรักใคร่ ต้องการรู้จักหรือมีความสัมพันธ์กับผู้อื่น เป็นต้น

เนื่องจากผู้ต้องการความผูกพันอยากจะให้ผู้อื่นชอบตาม จึงให้ความสนใจในความรู้สึกของผู้อื่น เมื่ออยู่ในที่ประชุมก็จะใช้ความพยายามให้การประชุมดำเนินด้วยสัมพันธ์ไมตรีอันดี ส่วนมากก็จะเห็นด้วยหรือมีอารมณ์ร่วมไปกับคนอื่น เมื่อเวลาทำงานทำก็มักจะเป็นงานที่มีโอกาสได้พบปะแลกเปลี่ยนความเป็นมิตรกับคนอื่น ซึ่งถ้าเป็นงานธุรกิจก็ชอบที่จะทำในตำแหน่งผู้ให้คำแนะนำปรึกษา ซึ่งเป็นงานที่มีความสำคัญทางการสร้างความสัมพันธ์อันดีให้เกิดขึ้นมากกว่างานตัดสินใจ ตัวอย่างงานของอาชีพนี้ได้แก่ ครู พยาบาล และผู้ให้คำแนะนำปรึกษา ในหน่วยงานต่างๆ และถึงแม้ว่าความต้องการความผูกพัน จะไม่มีความสำคัญต่อการจัดการให้มีประสิทธิภาพ แต่ผลจากการวิจัยค้นคว้าทำให้ได้ข้อเสนอนี้ว่า การเกี่ยวข้องกับความรู้สึกของคนอื่น หรือการที่สามารถสร้างความสัมพันธ์อันดีกับเพื่อนเพียงเล็กน้อยก็จะส่งผลต่อสมรรถภาพของผู้บริหารและผู้จัดการชั้นสูงในองค์กร หรือหน่วยงานต่าง ๆ ดังนั้น ความผูกพันจะเป็นพื้นฐานที่จะ

เป็นจุดเริ่มต้นสู่ความเข้าใจผู้อื่นอย่างแจ่มแจ้ง และยังก่อให้เกิดความสัมพันธ์อันดีในการทำงานระหว่างผู้บังคับบัญชาและผู้ใต้บังคับบัญชาอีกด้วย

3. ความต้องการความสำเร็จ (Need for Achievement) หมายถึงความต้องการที่จะกระทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดให้สำเร็จลุล่วงตามเป้าหมาย โดยยึดเอาการใช้ความคิดที่เกี่ยวกับการทำงานให้ดีขึ้น การกระทำในสิ่งที่ทำได้ยากกว่าในปกติและที่สำคัญให้สำเร็จ หรือมีความเจริญก้าวหน้าในหน้าที่การงานและอื่น ๆ ซึ่งนักจิตวิทยาเรียกว่าเป็นบุคคลที่มีความต้องการเกี่ยวกับความสำเร็จสูง และคนที่มีความต้องการในความสำเร็จสูงนั้น ไม่เพียงแต่จะคิดถึงเป้าหมายแห่งสำเร็จเท่านั้น แต่ยังคิดถึงการที่จะเดินไปสู่เป้าหมายว่า มีอุปสรรคหรือมีเครื่องกั้นอะไรที่เขาต้องการพบและเผชิญหน้าบ้าง และเขาจะมีความรู้สึกอย่างไรถ้าหากเกิดความสำเร็จหรือเกิดความล้มเหลวขึ้น ดังนั้น คนที่มีความต้องการในความสำเร็จสูง ก็มักจะ (1) ชอบเหตุการณ์ที่ทำให้เขาได้ใช้ความรับผิดชอบตัวเองอย่างเต็มที่ในการแก้ปัญหา (2) ชอบตั้งเป้าหมายการทำงานไว้แต่พอประมาณเท่าที่เขาจะมีกำลังทำให้สำเร็จได้ และ (3) ชอบที่จะได้รับความพึงพอใจจากสิ่งที่ตนเองได้กระทำ สามารถกล่าวสรุปได้ว่าความต้องการที่จะกระทำสิ่งต่าง ๆ ที่มีความยากลำบากให้สำเร็จลุล่วงหรือการพยายามเอาชนะอุปสรรคที่เกิดขึ้นจากการทำงาน เพื่อให้การทำงานของตนเองประสบความสำเร็จ และจากการศึกษาพบว่าเพศชายมีระดับความต้องการความสำเร็จมากกว่าเพศหญิง เป็นต้น

4. ความต้องการที่จะเอาชนะด้วยการแสดงออกทางความก้าวร้าว (Need for Aggression) เป็นความต้องการอยากเอาชนะผู้อื่น และเอาชนะต่ออุปสรรคที่กีดขวางทั้งปวงด้วยการใช้ความรุนแรง โดยมีการทำร้ายร่างกาย จิตใจ หรือกระทำการใด ๆ ซึ่งก่อให้เกิดความสูญเสีย เช่น มีการพูดจากระทบกระทั่งหรือทำร้ายเพื่อนที่ไม่ชอบกัน เป็นต้น

5. ความต้องการที่จะเอาชนะพื้นฝ่าอุปสรรคต่าง ๆ (Need for Counteraction) ซึ่งเป็นความต้องการที่จะพื้นฝ่าอุปสรรคต่าง ๆ ความล้มเหลวต่าง ๆ ด้วยการสร้างความพยายามขึ้นมา ตัวอย่างเช่น เมื่อคนเราได้รับคำดูถูกดูหมิ่นจากคนอื่น ก็จะกระตุ้นจิตใจให้เกิดความพยายามเพื่อที่จะเอาชนะคำสบประมาทเหล่านั้นจนประสบความสำเร็จได้ในที่สุด สอดคล้องกับคำกล่าวที่ว่า "ความพยายามคือความสำเร็จ" และ จะต้องมีความอดทนในปัญหาต่าง ๆ ด้วย

6. ความต้องการที่ยอมแพ้ (Need for Abasement) ซึ่งเป็นความต้องการที่ยอมแพ้ยอมรับผิดชอบที่ตนเองกระทำลงไปแล้ว ยอมรับคำวิพากษ์วิจารณ์ หรือยอมรับการถูกลงโทษ เช่น การฆ่าตัวตาย ที่ตนเองได้กระทำความผิด หรือการเผาตัวตายเพื่อเป็นการประท้วงในระบบการปกครองของประเทศ เป็นต้น

7. ความต้องการในการที่จะป้องกันตนเอง (Need for Dependence) ความต้องการในการปกป้องตนเองจากการถูกวิพากษ์วิจารณ์ การตำหนิ หรือการถูกกล่าวหาในเชิงลบ โดยเฉพาะในด้านจิตใจ บุคคลที่มีความต้องการในลักษณะนี้มักพยายามหาเหตุผลมาอธิบายหรือแสดงความชอบธรรมให้กับพฤติกรรมหรือผลลัพธ์ของตน เพื่อป้องกันไม่ให้เป็นเป้าของการตำหนิหรือการสูญเสียภาพลักษณ์ในสายตาผู้อื่น

พฤติกรรมที่สะท้อนถึงความต้องการนี้ เช่น การโทษปัจจัยภายนอกแทนการยอมรับข้อผิดพลาดของตนเอง เช่น นักเรียนที่สอบตกอาจอธิบายว่าสาเหตุเกิดจากครูผู้สอนไม่มีประสิทธิภาพ แทนที่จะพิจารณาว่าตนเองขาดความรับผิดชอบหรือการเตรียมตัวที่เพียงพอ

8. ความต้องการความเป็นอิสระ (Need for Autonomy) ซึ่งเป็นความต้องการที่ปรารถนาจะเป็นอิสระจากสิ่งที่ถูกกดขี่ทั้งหลายทั้งปวง โดยต้องการที่จะต่อสู้ดิ้นรนเพื่อให้เป็นตัวของตัวเอง เช่น ต้องการหาเลี้ยงชีพด้วยตัวของตนเอง พึ่งตนเองช่วยเหลือตนเอง หรือการประกอบอาชีพส่วนตัวและพยายามศึกษาเล่าเรียนพร้อมกันไปด้วย หรือเด็กมักจะอาบน้ำหรือสร้างของเล่นด้วยตนเอง โดยไม่ต้องการความช่วยเหลือจากบิดามารดาหรือบุคคลอื่น เป็นต้น

9. ความต้องการที่จะเล่นสนุกสนาน (Need for play) เป็นความต้องการที่จะแสดงออกซึ่งความสนุก ต้องการหัวเราะเพื่อผ่อนคลาย มีการเล่าเรื่องตลกเพื่อความจรรโลงใจ การเล่นเกมกีฬาต่าง ๆ ที่ก่อให้เกิดความอาการแห่งความสุข มีการปล่อยอารมณ์ตามสบาย และมีการพักผ่อนหย่อนใจ เป็นต้น

10. ความต้องการแยกตนเองออกจากบุคคลอื่น (Need for Rejection) ซึ่งบุคคลส่วนมากมักจะมีต้องการในการที่จะแยกตัวเองออกมาเพื่อหาความเป็นส่วนตัว โดยมีความต้องการที่จะเมินเฉยจากผู้อื่น เป็นต้น

11. ความต้องการความช่วยเหลือจากบุคคลอื่น (Need for Succorance) เป็นความต้องการที่จะให้บุคคลอื่นเกิดความสนใจ เห็นอกเห็นใจ มีความสงสารในตนเอง มีความต้องการได้รับความช่วยเหลือ การดูแล การให้คำแนะนำหรือการได้รับคำชี้แจงจากบุคคลอื่น เป็นต้น

12. ความต้องการที่จะให้ความช่วยเหลือต่อบุคคลอื่น (Need for Nurturance) ซึ่งเป็นความต้องการที่จะเข้าร่วมในการทำกิจกรรมกับบุคคลอื่น โดยการให้ความช่วยเหลือแก่บุคคลที่ไม่สามารถจะช่วยเหลือตนเองได้ หรือการให้ความช่วยเหลือบุคคลอื่นให้รอด

พ้นจากภัยอันตรายต่าง ๆ ได้ กล่าวโดยสรุปก็คือ เป็นความต้องการที่จะช่วยเหลือสังคมในด้านต่าง ๆ นั้นเอง

13. ความต้องการที่จะสร้างความประทับใจในตนเองให้กับผู้อื่น (Need for Exhibition) ความต้องการนี้สะท้อนถึงแรงผลักดันภายในของบุคคลที่ปรารถนาให้ผู้อื่นรับรู้ สนใจ หรือชื่นชมในตัวตนหรือพฤติกรรมของตน โดยมักแสดงออกผ่านการเล่าเรื่องราวส่วนตัว การแสดงออกทางอารมณ์ หรือการแสดงตนในลักษณะที่ดึงดูดความสนใจ เช่น การเล่าเรื่องตลก การแสดงความสามารถเฉพาะตัว เพื่อสร้างความประทับใจแก่ผู้อื่น ความต้องการนี้เชื่อมโยงกับการแสวงหาการยอมรับในระดับสังคมและการเสริมสร้างภาพลักษณ์เชิงบวกในสายตาผู้อื่น

14. ความต้องการมีอิทธิพลเหนือบุคคลอื่น (Need for Dominance) เป็นความต้องการที่มุ่งหวังให้บุคคลอื่นปฏิบัติตามคำสั่งหรือข้อเสนอแนะของตน ไม่ว่าจะโดยเต็มใจหรือไม่เต็มใจก็ตาม โดยบุคคลที่มีความต้องการประเภทนี้มักมีแนวโน้มชอบสั่งการ ควบคุม หรือชี้นำผู้อื่นให้ทำตามแนวทางของตน เพื่อสร้างความรู้สึกว่าตนมีอำนาจหรือสถานะที่เหนือกว่า เช่น พฤติกรรมของผู้บังคับบัญชาที่ใช้อิทธิพลต่อผู้ใต้บังคับบัญชา หรือบุคคลที่ต้องการมีบทบาทเป็นผู้นำในกลุ่ม

15. ความต้องการที่จะยอมรับนับถือผู้ที่มีอาวุโสกว่า (Need for Deference) สะท้อนถึงความต้องการที่จะให้ความเคารพ ยอมรับ และให้ความร่วมมือกับบุคคลที่มีสถานะสูงกว่า มีอำนาจ หรือมีความสามารถมากกว่า โดยบุคคลที่มีความต้องการนี้มักยินดีให้การสนับสนุนช่วยเหลือ หรือปฏิบัติตามผู้อาวุโสด้วยความสมัครใจ ถือเป็นพฤติกรรมที่แสดงถึงค่านิยมด้านลำดับชั้นในสังคม และการยอมรับความชอบธรรมของอำนาจตามสถานภาพ

16. ความต้องการที่จะหลีกเลี่ยงจากอันตราย (Need for Avoidance Harm) หมายถึงความต้องการหลีกเลี่ยงความเจ็บปวดหรืออันตรายที่อาจเกิดขึ้นทางร่างกายหรือจิตใจ โดยมุ่งรักษาความปลอดภัยของตนเป็นหลัก บุคคลที่มีความต้องการในลักษณะนี้มักระมัดระวัง ไม่ชอบความเสี่ยง และหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่ไม่แน่นอนหรืออาจก่อให้เกิดอันตราย

17. ความต้องการที่จะหลีกเลี่ยงจากความรู้สึกด้อยค่า (Need for Avoidance of Inferiority) เป็นความต้องการที่มุ่งหลีกเลี่ยงความรู้สึกด้อยค่า ความอับอาย หรือการถูกดูหมิ่นเหยียดหยาม บุคคลที่มีความต้องการเช่นนี้มักระมัดระวังต่อการแสดงออกหรือการกระทำใด ๆ ที่อาจทำให้ตนเองรู้สึกด้อยค่า หรือถูกเปรียบเทียบในทางเสียเปรียบ

18. ความต้องการหลีกเลี่ยงจากการถูกตำหนิหรือการถูกลงโทษ (Need for Avoidance of Blame) ความต้องการหลีกเลี่ยงการถูกวิพากษ์วิจารณ์ การลงโทษ หรือความ

ขัดแย้งทางสังคม โดยบุคคลอาจเลือกที่จะปฏิบัติตามกฎระเบียบของกลุ่มหรือค่อยตามความคิดเห็นส่วนใหญ่ เพื่อไม่ให้ตนเองตกเป็นเป้าของการตำหนิ พฤติกรรมเช่นนี้สะท้อนแนวโน้มในการรักษาภาพลักษณ์และหลีกเลี่ยงผลกระทบทางลบจากสังคมหรือผู้มีอำนาจ

19. ความต้องการความเป็นระเบียบเรียบร้อย (Need for Orderliness) เป็นความต้องการในการจัดสิ่งของต่าง ๆ ให้อยู่ในสภาพที่เป็นระเบียบเรียบร้อย เวลาจะหยิบใช้ก็สะดวกสบาย เวลาหายก็รู้ และเวลาดูก็งามตา เช่น จัดโต๊ะเขียนหนังสือของตนเองให้เรียบร้อย สวยงาม การจัดสิ่งของต่าง ๆ ในบ้านให้เป็นระเบียบเรียบร้อย รวมทั้งการทำความสะอาดในสถานที่อยู่อาศัย เป็นต้น

20. ความต้องการที่จะรักษาชื่อเสียงของตนเอง (Need for Inviolacy) เป็นความต้องการในการรักษาชื่อเสียงของตนเองที่มีอยู่ ซึ่งเป็นการรักษาความดีเหมือนกับเกล็ดที่รักษาความเค็มไว้นั่นเอง ตัวอย่างเช่น การที่ตำรวจไม่ยอมกระทำผิดวินัยถึงแม้ว่าจะได้รับค่าสินบนตอบแทน ทั้งนี้เพื่อรักษาชื่อเสียงของตนเองและวงศ์ตระกูลไว้ให้เป็นที่ยอมรับของบุคคลและสังคมโดยทั่วไป

21. ความต้องการให้ตนเองมีความแตกต่างจากบุคคลอื่น (Need for Contrariness) เป็นความต้องการกระทำให้ตนเองไม่เหมือนกับบุคคลอื่น เช่น สมาชิกในกลุ่มผู้ชายตัดผมสั้นเป็นระเบียบเรียบร้อยมาเรียนที่มหาวิทยาลัย แต่ตนเองมีความต้องการให้แตกต่างจากบุคคลอื่นโดยการไว้ผมยาว เหมือนผู้หญิงและไว้หนวดเครารุงรัง การแต่งกายที่สกปรก ให้แตกต่างจากคนอื่น ซึ่งจะทำให้ผู้อื่นพบเห็นรู้สึกแปลกและพยายามสร้างจุดเด่นให้คนอื่นสนใจด้วย เป็นต้น

ดังนั้นทฤษฎีที่กล่าวมาทั้ง 21 ข้อนี้เป็นเรื่องของทฤษฎีแรงจูงใจ ในแต่ละทฤษฎีจัดได้ว่าเป็นทฤษฎีที่มีผลต่อพฤติกรรมหรือการกระทำของบุคคล และในแต่ละทฤษฎีก็จะมีพื้นฐานทางความเชื่อและแนวความคิดที่แตกต่างกัน จึงเป็นหน้าที่ของนักการศึกษาที่ใช้วิจารณ์ญาณและวิเคราะห์แนวความคิดของแต่ละทฤษฎีให้ละเอียดถี่ถ้วน เพื่อที่จะได้ทำความเข้าใจให้ถูกต้องต่อไป

สำหรับทฤษฎีของเมอร์เรย์นี้ ได้มีการปรับปรุงเปลี่ยนแปลงเรื่อยมาโดยตลอด ซึ่งต้องใช้เวลามากกว่า 20 ปี ทั้งจากการทดลองและการวิจัยสนาม ซึ่งก็จะเห็นได้ว่าแรงจูงใจที่ต่างกันจะทำให้เกิดการกระทำที่ต่างกัน ถ้าหากได้ทำความเข้าใจในเรื่องที่เกี่ยวกับแรงจูงใจชนิดต่าง ๆ ให้ดีแล้ว ก็จะช่วยให้การ จัดงานที่ตรงกับแรงจูงใจที่บุคคลนั้นมีอยู่ได้ เป็นต้น

กล่าวโดยสรุป ตามทฤษฎีของเมอร์เรย์ ความต้องการที่จำเป็นและสำคัญที่เกี่ยวกับการทำงานของคนจะมีอยู่ 4 ประการคือ

- (1) ความต้องการความสำเร็จ ซึ่งเป็นความต้องการที่จะกระทำสิ่งหนึ่งสิ่งใดสำเร็จลุล่วงไปด้วยดีและมีประสิทธิภาพ
- (2) ความต้องการมีมิตรสัมพันธ์อันดีกับบุคคลอื่น โดยคำนึงถึงการยอมรับของเพื่อนร่วมงาน
- (3) ความต้องการเป็นอิสระ กล่าวคือต้องการที่จะเป็นตัวของตัวเอง โดยไม่มีการบังคับและขู่เข็ญ
- (4) ความต้องการมีอำนาจและการมีอิทธิพลเหนือผู้อื่น รวมทั้งความต้องการที่จะควบคุมคนอื่นให้อยู่ภายใต้อำนาจของตนเอง

การแสดงความคิดเห็นและการอธิบายเกี่ยวกับแรงจูงใจไว้ต่าง ๆ กัน จะมีอยู่หลายกลุ่มความคิดที่สำคัญ ได้แก่ กลุ่มนิยามเรื่องความไหวตัวของจิตใจ กลุ่มนิยามเรื่องการกระทำ และกลุ่มนิยามเรื่องความคิดความเข้าใจ เป็นต้น ซึ่งจากความคิดทั้ง 3 กลุ่มดังกล่าวข้างต้น จึงได้มีผู้นำมาใช้เป็นแนวทางในการศึกษาค้นคว้าและพัฒนาความเข้าใจเกี่ยวกับแรงจูงใจให้กว้างขวางยิ่งขึ้นไปอีกระยะเวลาต่อมา จึงทำให้เกิดทฤษฎีแรงจูงใจต่าง ๆ ขึ้นมาหลายทฤษฎี ซึ่งจะได้นำมากล่าวถึงดังต่อไปนี้

2. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับพฤติกรรม

2.1 ความหมายของพฤติกรรม (Behavior)

ความหมายของคำว่า "พฤติกรรม" พฤติกรรม หมายถึง การกระทำทุกอย่างของมนุษย์ ไม่ว่าจะเป็นการกระทำนั้นผู้กระทำจะทำได้โดยที่รู้ตัวหรือไม่ก็ตาม ไม่ว่าคนอื่นจะสังเกตการกระทำนั้นได้หรือไม่ก็ตาม และไม่ว่าการกระทำนั้นจะดีหรือไม่ดีก็ตาม ดังนั้นการเดิน การยืน การคิด การตัดสินใจ การปฏิบัติตามหน้าที่ การละทิ้งหน้าที่ เป็นพฤติกรรมทั้งสิ้น

ประเภทของพฤติกรรม การจัดประเภทของพฤติกรรมขึ้นอยู่กับหลักเกณฑ์ที่ใช้จัด ในที่นี้จะใช้หลักการสังเกต หลักการรู้ตัว และหลักการยอมรับทางสังคมเป็นหลักเกณฑ์ในการจัด

1) เมื่อใช้หลักการ "สังเกต" เป็นหลักเกณฑ์ในการจัดประเภทแล้ว พฤติกรรม จะมี 2 ประเภท คือ

ก. พฤติกรรมที่ผู้อื่นสังเกตได้ หรือพฤติกรรมภายนอก (overt behavior) เช่น การเดิน การวิ่ง การอ่านหนังสือ พฤติกรรมประเภทนี้แบ่งตามวิธีการสังเกตได้ 2 ลักษณะ คือ

พฤติกรรมโมลาร์ (molar behavior) ได้แก่ พฤติกรรมที่ผู้อื่นสังเกตได้โดยตรง ไม่ต้องอาศัยเครื่องมือใดๆ ช่วย เช่น การเดิน การวิ่ง เป็นต้น

พฤติกรรมโมเลกุล (molecular behavior) ได้แก่ พฤติกรรมที่ต้องอาศัยเครื่องมือช่วยจึงจะสังเกตได้เช่น ความดันโลหิต กระแสประสาท เป็นต้น

ข. พฤติกรรมที่ผู้อื่นสังเกตไม่ได้ หรือพฤติกรรมภายใน (covert behavior) เช่น ความสนใจ การคิด การจำ การตัดสินใจ พฤติกรรมเหล่านี้เป็นความในใจ รู้ได้เฉพาะเจ้าตัวเท่านั้น คนอื่นจะรู้เมื่อเจ้าตัวบอก หรือแสดงออกด้วยการกระทำให้ทราบ แต่ถ้าเจ้าตัวไม่บอกให้ทราบ เราต้องใช้วิธีสันนิษฐานจากการกระทำแทน เช่น ขณะที่ครูสอนอยู่หน้าชั้นมีนักเรียนคนหนึ่งหันหน้ามาทางครูตลอดเวลา ยกมือถามบ่อย ๆ ตอบคำถามครูเสมอ ทำงานที่ครูมอบจนเสร็จ ครูก็จะสันนิษฐานจากการกระทำเหล่านี้ว่านักเรียนสนใจการเรียน เป็นต้น

2) เมื่อใช้หลักการ "รู้ตัว" เป็นเกณฑ์ในการจัดประเภทแล้ว พฤติกรรมแบ่งได้เป็น 2 ลักษณะ ดังนี้

ก. พฤติกรรมที่ผู้กระทำรู้ตัว และจงใจกระทำพฤติกรรมนั้น เช่น การยิ้ม การพูดคุย นักจิตวิเคราะห์เช่น ฟรอยด์เรียกพฤติกรรมประเภทนี้ว่า พฤติกรรมจิตสำนึก (conscious)

ข. พฤติกรรมที่ผู้กระทำไม่รู้ตัว เช่น ความฝันหรือคนที่พูดคำว่าจะรับนะครับ โดยไม่รู้ตัว นักจิตวิเคราะห์เรียกพฤติกรรมประเภทนี้ว่า พฤติกรรมจิตใต้สำนึก (unconscious)

3) เมื่อใช้หลัก "การยอมรับทางสังคม" เป็นเกณฑ์ในการจัดประเภทแล้ว พฤติกรรมจัดได้เป็น 2 ลักษณะ คือ

ก. พฤติกรรมที่พึงประสงค์ (desirable behavior) ได้แก่ พฤติกรรมที่สังคมยกย่องว่า ดี ถูก และควรกระทำเช่น การทำตามหน้าที่ ทำตามจารีตประเพณี เป็นต้น

ข. พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ (undesirable behavior) ได้แก่ พฤติกรรมที่สังคมประณามว่า เลว ผิดและไม่ควรกระทำ เช่น การฆ่ามนุษย์ การกระทำผิดกฎหมาย บ้านเมือง เป็นต้น

บลูม โทมัส และจอร์จ (Bloom, Hastings, และ George, 1971) ได้กล่าวถึงพฤติกรรมว่าเป็นกิจกรรมทุกประเภทที่มนุษย์กระทำ อาจเป็นสิ่งที่สังเกตได้หรือไม่ ได้และกระบวนการของพฤติกรรมแบ่งออกเป็น 3 ส่วน คือ

1. ด้านความรู้ และความคิด (Cognitive Domain) พฤติกรรมด้านความรู้และความคิด การใช้ความคิด ตลอดจนพัฒนาการด้านเป็นมิติหนึ่งของพัฒนาการทางการเรียนรู้ที่เกี่ยวข้องกับกระบวนการรับรู้ ความจำ ความเข้าใจ การใช้เหตุผล การคิดวิเคราะห์และการตัดสินใจ โดยแสดงออกผ่านพฤติกรรมที่บ่งชี้ถึงระดับความสามารถทางสติปัญญาของบุคคล ซึ่งแนวคิดนี้ได้รับการพัฒนาจากโครงสร้างของการเรียนรู้ แบ่งออกเป็น 6 ระดับ คือ

1.1 ความรู้ เป็นระดับพื้นฐานที่สุดของพฤติกรรมทางสติปัญญา หมายถึงความสามารถในการระลึกถึงข้อมูล ความจริง หรือประสบการณ์ที่เคยได้รับมาก่อน ทั้งจากการเรียนรู้โดยตรงหรือโดยอ้อม บุคคลที่มีพฤติกรรมในระดับนี้สามารถจำแนกชื่อ จำข้อเท็จจริง และอธิบายเนื้อหาตามที่ได้รับรู้มา

1.2 ความเข้าใจ เป็นการแสดงให้เห็นถึงความสามารถในการแปลความ สรุปหรือขยายความจากสิ่งที่ได้เรียนรู้ โดยสามารถเชื่อมโยงข้อมูลเดิมกับแนวคิดหรือสถานการณ์ใหม่ ๆ ได้ ทั้งยังสามารถอธิบายเนื้อหาด้วยภาษาของตนเองเพื่อแสดงความเข้าใจได้ชัดเจน

1.3 การนำความรู้ไปใช้ สะท้อนถึงความสามารถในการประยุกต์ใช้ความรู้และความเข้าใจที่มีอยู่ ไปสู่การแก้ไขปัญหาในสถานการณ์ใหม่ หรือการดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างเหมาะสม บุคคลที่อยู่ในระดับนี้สามารถเชื่อมโยงองค์ความรู้กับการปฏิบัติได้อย่างมีประสิทธิภาพ

1.4 การวิเคราะห์ คือความสามารถในการแยกแยะองค์ประกอบของข้อมูล แนวคิด หรือสถานการณ์ออกเป็นส่วน ๆ เพื่อพิจารณาความสัมพันธ์และโครงสร้างที่ซับซ้อน บุคคลในระดับนี้สามารถตรวจสอบเหตุและผล วิเคราะห์ข้อดีข้อเสีย หรือวิเคราะห์โครงสร้างของปัญหาเพื่อหาทางแก้ไขได้อย่างชัดเจน

1.5 การสังเคราะห์ เป็นความสามารถในการรวมเอาแนวคิดหรือข้อมูลจากหลากหลายแหล่งมาผสมผสานกันจนเกิดเป็นแนวทางหรือสิ่งใหม่ เช่น การสร้างแนวคิดใหม่ การออกแบบ การวางแผน หรือการจัดระบบอย่างสร้างสรรค์ ซึ่งแสดงถึงทักษะขั้นสูงในการคิดรวบยอด

1.6 การประเมินผล เป็นระดับสูงสุดของพฤติกรรมด้านความคิด หมายถึงความสามารถในการตัดสินคุณค่า หรือประเมินความเหมาะสมของสิ่งใดสิ่งหนึ่ง โดยใช้เกณฑ์ที่ชัดเจนในการพิจารณา เช่น การให้เหตุผลสนับสนุนการตัดสินใจ การเปรียบเทียบทางเลือก หรือการพิจารณาจริยธรรมของการกระทำต่าง ๆ

2. ด้านทัศนคติ ค่านิยม ความรู้สึกชอบ พฤติกรรมด้านนี้เป็นพฤติกรรมที่สะท้อนออกมาจากภายในจิตใจของบุคคล ซึ่งเกี่ยวข้องกับความรู้สึก ความชอบ ความสนใจ ทัศนคติ และค่านิยมต่าง ๆ ที่บุคคลมีต่อบุคคล เหตุการณ์ หรือวัตถุสิ่งของ ทั้งนี้พฤติกรรมในด้านนี้เป็นพฤติกรรมที่ตรวจวัดได้ยากกว่าด้านความรู้ เนื่องจากเป็นเรื่องของเจตคติภายใน ซึ่งมักต้องอาศัยเครื่องมือเฉพาะ เช่น แบบสอบถาม หรือการสังเกตพฤติกรรมอย่างมีระบบ เพื่อใช้ในการประเมินพฤติกรรมเหล่านี้ พฤติกรรมด้านทัศนคติและค่านิยมสามารถจัดลำดับตามระดับพัฒนาการของความรู้สึกได้เป็น 5 ขั้นตอน

2.1 ขั้นการรับรู้ หรือการให้ความสนใจ เป็นระดับพื้นฐานที่สุดของพฤติกรรมด้านเจตคติ ซึ่งแสดงถึงความสามารถของบุคคลในการใส่ใจ รับฟัง หรือให้ความสนใจต่อสิ่งเร้าที่เกิดขึ้น เช่น การตั้งใจฟัง การมองตาม การแสดงท่าทีสนใจต่อกิจกรรมหรือข้อมูลที่ได้รับ

2.2 ขั้นการตอบสนอง เป็นการแสดงพฤติกรรมที่เกิดจากการรับรู้ ซึ่งบุคคลเริ่มมีการตอบสนองหรือมีปฏิกิริยาต่อสิ่งเร้า โดยอาจเป็นการตอบสนองทางกายหรือวาจา เช่น การแสดงความคิดเห็น การมีส่วนร่วมในกิจกรรม หรือการตั้งคำถามเพื่อแสดงความสนใจ

2.3 ขั้นการสร้างคุณค่าหรือการเกิดค่านิยม ในระดับนี้ บุคคลเริ่มพัฒนาแนวคิดเกี่ยวกับคุณค่าหรือความสำคัญของสิ่งใดสิ่งหนึ่ง โดยพิจารณาจากประสบการณ์ของตนเอง รวมถึงนำเกณฑ์ทางสังคมมาใช้ในการตัดสินคุณค่าของสิ่งต่าง ๆ ซึ่งพฤติกรรมที่แสดงออกจะมีลักษณะมั่นคงและสม่ำเสมอ สะท้อนให้เห็นถึงความเชื่อหรือทัศนคติที่ส่งผลต่อพฤติกรรม เช่น การยึดถือคุณธรรม การให้ความสำคัญกับความซื่อสัตย์

2.4 การจัดระบบคุณค่า เป็นขั้นที่บุคคลเริ่มจัดระบบของค่านิยมที่ตนยึดถือ โดยพัฒนาจากค่านิยมที่แยกกันอยู่ให้รวมเป็นระบบเดียวกัน เพื่อสร้างแนวคิดหรือกรอบการตัดสินใจที่มั่นคงมากขึ้น เช่น การจัดลำดับความสำคัญของค่านิยมด้านครอบครัว การงาน และศีลธรรม เพื่อใช้เป็นหลักในการดำเนินชีวิต

2.5 การแสดงลักษณะตามค่านิยมที่ยึดถือ เป็นระดับสูงสุดของพฤติกรรมด้านเจตคติ ซึ่งบุคคลมีการพัฒนาค่านิยมจนกลายเป็นลักษณะนิสัยหรือบุคลิกภาพอย่างหนึ่ง และแสดงออกอย่างสม่ำเสมอโดยไม่ต้องใช้ความพยายามหรืออารมณ์ในการควบคุม เช่น บุคคลที่มีความรับผิดชอบอย่างสม่ำเสมอ การรักษาสุขภาพ หรือการยึดมั่นในจริยธรรมในการดำเนินชีวิต

3. ด้านการปฏิบัติ เป็นพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการใช้ทักษะทางกายภาพ ซึ่งแสดงออกมาในรูปของการเคลื่อนไหว การลงมือปฏิบัติ หรือการกระทำที่สามารถสังเกตได้ชัดเจน โดยพฤติกรรมในลักษณะนี้จะสะท้อนถึงการเรียนรู้ที่ผ่านกระบวนการทางประสาทสัมผัสและการ

ประมวลผลทางสติปัญญา อันนำไปสู่การควบคุมกล้ามเนื้อและระบบประสาท เพื่อให้เกิดการกระทำที่แม่นยำและมีประสิทธิภาพ แม้ว่าการประเมินพฤติกรรมด้านการปฏิบัติจะสามารถทำได้ค่อนข้างชัดเจน แต่การพัฒนาให้เกิดพฤติกรรมดังกล่าวต้องอาศัยเวลา การฝึกฝนอย่างต่อเนื่อง และการตัดสินใจผ่านหลายกระบวนการ โดย สุรพล พะยอมแย้ม (2545) ได้แบ่งกระบวนการของพฤติกรรมด้านการปฏิบัติออกเป็น 3 ขั้นตอนสำคัญ ได้แก่

1. กระบวนการรับรู้ เป็นขั้นเริ่มต้นของพฤติกรรมด้านการปฏิบัติ ซึ่งเกิดจากการที่บุคคลได้รับสิ่งเร้าหรือข้อมูลจากสิ่งแวดล้อมผ่านทางประสาทสัมผัส ไม่ว่าจะเป็นการมองเห็น การได้ยิน การสัมผัส หรือการรับกลิ่น โดยสิ่งเหล่านี้จะถูกส่งผ่านระบบประสาทไปยังสมองเพื่อประมวลผลในขั้นตอนถัดไป

2. กระบวนการคิดและเข้าใจ เป็นกระบวนการทางสติปัญญา ที่บุคคลทำการประเมิน วิเคราะห์ และตีความจากสิ่งที่ได้รับรู้ โดยอาศัยพื้นฐานจากการเรียนรู้ การจดจำ และการใช้เหตุผล กระบวนการนี้มีความซับซ้อนและต้องอาศัยประสบการณ์เดิมควบคู่กับทักษะในการคิดวิเคราะห์ ซึ่งจะเป็นพื้นฐานสำคัญต่อการตัดสินใจเลือกการแสดงออกที่เหมาะสมในขั้นต่อไป

3. กระบวนการแสดงออก หลังจากผ่านกระบวนการรับรู้และการคิดวิเคราะห์ บุคคลจะตัดสินใจแสดงพฤติกรรมออกมา ซึ่งอาจอยู่ในรูปของการกระทำที่สามารถสังเกตได้ภายนอก หรือที่เรียกว่า พฤติกรรมภายนอก (Overt Behavior) โดยพฤติกรรมเหล่านี้สะท้อนให้เห็นถึงการตอบสนองที่เลือกแล้วอย่างมีจุดมุ่งหมาย อันเป็นผลรวมจากการรับรู้ การเรียนรู้ และการควบคุมกลไกทางกายภาพอย่างสอดคล้อง

จากความหมายและทฤษฎีพฤติกรรมดังกล่าว พฤติกรรมเป็นการกระทำหรือการแสดงออกในการปฏิบัติ ซึ่งเป็นผลมาจากความรู้ ความคิด ทศนคติ ค่านิยม ความเชื่อ และประสบการณ์เดิมที่ได้รับ เป็นสิ่งกระตุ้นให้เกิดการแสดงออกเป็นพฤติกรรมที่สังเกตได้โดยตรง - สังเกตไม่ได้โดยตรงหรือผู้กระทำรู้ตัว - ผู้กระทำไม่รู้ตัว หรือพฤติกรรมที่พึงประสงค์ - ไม่พึงประสงค์ก็ตาม

2.2 การวัดพฤติกรรม

การวัดพฤติกรรมเป็นกระบวนการสำคัญในการศึกษาและประเมินลักษณะการแสดงออกของบุคคล ซึ่งสามารถสะท้อนถึงความรู้ เจตคติ และทักษะในรูปแบบต่าง ๆ ได้ โดย สมจิตต์ สุพรรณทัศน์ (2542) ได้กล่าวถึงการวัดพฤติกรรมมี 2 วิธีหลัก ได้แก่

1. การวัดพฤติกรรมโดยตรงเป็นวิธีที่ผู้วิจัยหรือผู้ประเมินสามารถสังเกตและบันทึกพฤติกรรมของบุคคลตามสถานการณ์จริง แบ่งออกเป็น 2 รูปแบบย่อย ดังนี้

1.1 การสังเกตแบบให้ผู้ถูกสังเกตรู้ตัว (Direct Observation) เป็นการสังเกตที่ผู้ถูกสังเกตรับรู้ล่วงหน้าว่าตนกำลังถูกสังเกต เช่น อาจารย์แจ้งนักเรียนว่าจะมีการสังเกตพฤติกรรมในชั้นเรียน การสังเกตลักษณะนี้อาจทำให้ผู้ถูกสังเกตปรับเปลี่ยนพฤติกรรม หรือไม่สามารถแสดงพฤติกรรมที่แท้จริงออกมาได้ เนื่องจากเกิดความรู้สึกประหม่า หรือพยายามแสดงพฤติกรรมที่ต้องการให้ผู้อื่นเห็น

1.2 การสังเกตแบบธรรมชาติ (Naturalistic Observation) เป็นการสังเกตที่ผู้ถูกสังเกตไม่ทราบว่าตนกำลังถูกสังเกต ทำให้สามารถแสดงพฤติกรรมได้ตามปกติ และเป็นธรรมชาติมากที่สุด วิธีการนี้ช่วยให้ได้ข้อมูลที่สะท้อนพฤติกรรมแท้จริงของบุคคลในบริบทชีวิตจริง อย่างไรก็ตาม วิธีการนี้มีข้อจำกัดด้านเวลาและความต่อเนื่องของการสังเกต เนื่องจากบางพฤติกรรมอาจปรากฏขึ้นในช่วงเวลาที่จำกัด หรืออาจต้องใช้ระยะเวลานาน เช่น หลายเดือนหรือหลายปี จึงจะสามารถบันทึกพฤติกรรมที่ต้องการได้ครบถ้วน

2. การศึกษาพฤติกรรมโดยทางอ้อม วิธีการที่ผู้วิจัยไม่ได้สังเกตพฤติกรรมโดยตรงจากการกระทำของบุคคล แต่ใช้วิธีการอื่นที่ช่วยให้สามารถเข้าใจพฤติกรรมจากข้อมูลที่บุคคลแสดงออกด้วยถ้อยคำ การตอบคำถาม หรือการแสดงปฏิกิริยาในสถานการณ์ต่าง ๆ ซึ่งสามารถจำแนกออกเป็น 3 วิธีดังนี้

2.1 การสัมภาษณ์ เป็นวิธีการรวบรวมข้อมูลจากบุคคลเป้าหมายโดยการซักถามเพื่อให้ได้ข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรม ความคิดเห็น หรือประสบการณ์ของผู้ตอบ ซึ่งอาจดำเนินการแบบพบหน้ากันโดยตรง หรือมีผู้สัมภาษณ์เป็นตัวกลางในการสื่อสาร โดยทั่วไปแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ การสัมภาษณ์แบบตรง (Structured Interview) เป็นการสัมภาษณ์ที่มีแนวคำถามชัดเจน ลำดับคำถามแน่นอน และมุ่งตรงไปยังข้อมูลเฉพาะที่ผู้วิจัยต้องการ การสัมภาษณ์แบบอ้อมหรือไม่เป็นทางการ (Unstructured Interview) เป็นการสนทนาในลักษณะทั่วไป โดยผู้ถูกสัมภาษณ์ไม่รู้เป้าหมายของคำถามที่แท้จริง ผู้สัมภาษณ์จะแทรกคำถามตามจังหวะที่เหมาะสม ทำให้ได้รับข้อมูลที่เป็นธรรมชาติ อย่างไรก็ตาม ข้อจำกัดของการสัมภาษณ์คือ ผู้ให้ข้อมูลอาจไม่เปิดเผยพฤติกรรมหรือข้อมูลบางอย่างโดยสมัครใจ

2.2 การใช้แบบสอบถาม เป็นวิธีที่เหมาะสมสำหรับการเก็บรวบรวมข้อมูลพฤติกรรมจากกลุ่มตัวอย่างจำนวนมาก โดยเฉพาะกลุ่มที่สามารถอ่านออกเขียนได้ และอยู่ห่างไกลหรือกระจัดกระจายทางภูมิศาสตร์ แบบสอบถามสามารถครอบคลุมข้อมูลในอดีต ปัจจุบัน และแนวโน้มในอนาคต อีกทั้งช่วยให้ผู้ตอบกล้าเปิดเผยพฤติกรรมส่วนตัวหรือประเด็นที่ไม่

แสดงออกต่อบุคคลอื่น ทั้งนี้ ข้อดีคือผู้ตอบสามารถเลือกเวลาที่สะดวกในการตอบ และมั่นใจในความลับของข้อมูล

2.3 การทดลอง เป็นวิธีการศึกษาพฤติกรรมภายใต้สภาวะที่มีการควบคุมตัวแปรอย่างเป็นระบบ โดยผู้วิจัยสามารถกำหนดตัวแปรต้นและตัวแปรตาม เพื่อศึกษาความสัมพันธ์หรือผลกระทบของตัวแปรต่าง ๆ ต่อพฤติกรรมของบุคคล แม้ว่าการทดลองในห้องปฏิบัติการจะช่วยควบคุมสิ่งแวดล้อมได้ดี แต่ข้อจำกัดคืออาจไม่สามารถสะท้อนพฤติกรรมจริงในชีวิตประจำวันได้เสมอไป อย่างไรก็ตาม วิธีการทดลองยังมีความสำคัญอย่างยิ่งในสาขาที่ต้องการความแม่นยำ เช่น การศึกษาทางจิตวิทยาและการแพทย์

2.4 การบันทึก วิธีทำให้รู้ถึงพฤติกรรมของบุคคล โดยให้บุคคลแต่ละคนทำบันทึกพฤติกรรมของตนเอง ซึ่งอาจเป็นบันทึกประจำวันหรือศึกษาพฤติกรรมแต่ละประเภท เช่น พฤติกรรมการกิน พฤติกรรมการทำงาน พฤติกรรมสุขภาพ พฤติกรรมทางสิ่งแวดล้อม เป็นต้น

จากการศึกษาวิธีการวัดพฤติกรรมของ สมจิตต์ สุพรรณทัศน์ (2542) ซึ่งได้กล่าวถึงการวัดพฤติกรรม 2 วิธี ในรูปแบบทางตรงและทางอ้อม ซึ่งมีวิธีการวัดที่หลากหลายวิธีการ และต้องใช้เครื่องมือช่วย ดังนั้นผู้วิจัยจึงใช้วิธีการศึกษาพฤติกรรมทางอ้อมโดยเลือกการใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือวิจัยการศึกษาในครั้งนี้ ในการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างจำนวนมาก ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 ซึ่งมีความสามารถในการอ่านและตอบแบบสอบถามได้ด้วยตนเอง สามารถสอบถามพฤติกรรมในอดีต หรือแนวโน้มในอนาคตได้

3. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับนันทนาการ

3.1 ความหมายของนันทนาการ

คำว่ำนันทนาการแต่เดิมกรมวิชาการ กระทรวงธรรมการเคยกำหนดให้ใช้ในภาษาไทยว่า "สันทนาการ" ซึ่งไม่ตรงกับความหมายของ "recreation" ที่แปลว่า การพักผ่อนหย่อนใจ ต่อมาราชบัณฑิตยสถานจึงบัญญัติให้ใช้ว่า "นันทนาการ" แทน พจนานุกรมราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ.2542 (ราชบัณฑิตยสถาน, 2546) ได้ให้ความหมาย คำว่ำนันทนาการไว้ว่า นันทนาการคือ กิจกรรมที่ทำตามสมัครใจในเวลาว่าง เพื่อให้เกิดความ เพลิดเพลินสนุกสนานและผ่อนคลายความเครียด การสราญใจ

กิจกรรมนันทนาการเป็นกิจกรรมที่ทำในเวลาว่างจากการทำงาน โดยไม่ขัดต่อขนบธรรมเนียม วัฒนธรรม ประเพณีและกฎหมาย เพื่อให้เกิดการพัฒนาทางด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ ด้านสังคมและด้านสติปัญญา โดยการใช้กิจกรรมนันทนาการช่วยในการส่งเสริม

ประสิทธิภาพมากขึ้น นันทนาการ เป็นคำมาจากคำเดิมว่า "สันนนาการ" ซึ่งพระยาอนุมานราชธน หรือเสถียรโกเศศได้บัญญัติไว้เมื่อปี พ.ศ.2507 เพื่อให้ตรงกับ ความหมายของศัพท์ในภาษาอังกฤษ ที่ว่า "Recreation" มีนักวิชาการได้หลายท่านได้ให้ความหมายของนันทนาการไว้ ซึ่งสามารถสรุป ได้ดังนี้

เก่งกาจ เกลี้ยงแก้ว (2561) กล่าวว่า กิจกรรมนันทนาการ เป็นกิจกรรมที่ทำในเวลาว่าง และเป็นกิจกรรมที่ทำด้วยความสมัครใจ ถูกต้องตามขนบธรรมเนียมประเพณี เหมาะสมกับเพศและวัย เมื่อกระทำกิจกรรมแล้วก่อให้เกิดความสุขทางกาย ทางใจ ทางอารมณ์

ปภณ มะโน (2561) ได้ให้ความหมายไว้ว่า นันทนาการทำให้เกิดและพัฒนาทางกาย อารมณ์ สังคมและจิตใจของผู้เข้าร่วมแต่จะต้องมีความสมัครใจมีเวลาว่างและจะต้องไม่ผิดศีลธรรม

กรมพลศึกษา สำนักนันทนาการ กลุ่มนันทนาการเด็กและเยาวชน (2562) ได้ให้ความหมายไว้ว่า นันทนาการเป็นรูปแบบของกิจกรรมมนุษย์ที่กระทำอย่างอิสระในเวลาว่าง เป็นกิจกรรมที่เลือกด้วยความสมัครใจและตั้งใจที่จะช่วยให้ผู้เข้าร่วมฟื้นฟูจากความเครียดในการทำงานฟื้นฟูซ่อมแซมตัวเองในการเริ่มทำงานใหม่ซึ่งมนุษย์ทุกคนล้วนต้องการนันทนาการเพื่อนำมาใช้ในการพัฒนาคุณภาพชีวิต

สรุปได้ว่า นันทนาการเป็นกิจกรรมที่ทำในเวลาว่างเพื่อให้เกิดความสุขทางจิตใจและพัฒนาทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม โดยไม่ผิดต่อกฎหมายบ้านเมืองและประเพณีวัฒนธรรม

3.2 ขอบข่ายกิจกรรมนันทนาการ

นันทนาการเป็นการนำกิจกรรมไปปฏิบัติเพื่อให้เกิดความเพลิดเพลินและสนุกสนาน เป็นกิจกรรมที่ทำในเวลาว่างปฏิบัติกิจกรรมด้วยความสมัครใจ โดยแบ่งกิจกรรมออกเป็นดังนี้ (กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2566)

1. ศิลปหัตถกรรม (Arts and Crafts) เป็นงานฝีมือหรือสิ่งประดิษฐ์ต่าง ๆ เช่น การวาดรูป ปักกระดาษ เย็บปักถักร้อย งานแกะสลักงานจักสาน งานปั้น การประดิษฐ์ ศิลปะและงานศิลปะอื่น ๆ

2. เกมและกีฬา (Game and Sport) เป็นกิจกรรมทางพลศึกษาโดยแบ่งออกเป็น 2 ลักษณะคือกิจกรรมกลางแจ้ง Outdoor Activities และ กิจกรรมในร่ม Indoor Activities ซึ่งกิจกรรมเกม และกีฬา เป็นกิจกรรมที่มีความสนุก ทำหาย เสริมทักษะการเคลื่อนไหว ของร่างกาย เช่น ว่ายน้ำ การเล่น ฟุตบอล การออกกำลังกายในฟิตเนส บาสเกตบอล หมากรุก เกมเบ็ดเตล็ด และการละเล่นพื้นเมือง

3.การเต้นรำ (Dances) เป็นกิจกรรมที่ใช้จังหวะต่าง ๆ สร้างความสนุกสนาน บางกิจกรรมอาจจะมีทั้งการร้องเพลงและเต้นไปพร้อมๆกัน เช่น เต้นบัลเลต์ (Ballet) ฮิปฮอป (Hip Hop) บี-บอย (B-Boy) รำไทย ลีลาศ (Ballroom Dance) ระบายพื้นเมือง (Folk Dance) การเต้นรำสมัยใหม่(Modern Dance) และนาฏศิลป์อื่น ๆ

4.การละคร (Drama) เป็นกิจกรรมที่ให้ความบันเทิง ทั้งกับผู้ทำ และผู้ชม นอกจากนี้การละครยังสะท้อนให้เห็น ถึงสภาพความเป็นจริงของสังคมในยุคนั้นๆด้วย เช่น ชมภาพยนตร์ ละครทีวี เล่นละครใบ้ ละครเวที โขน หุ่นกระบอก หนังตะลุง

5.งานอดิเรก (Hobbies) เป็นกิจกรรมที่มีหลากหลายสามารถเลือกได้ตามความสนใจ ทั้งประเภทสะสม การกระทำ หรืองานสร้างสรรค์ เช่น สะสม แสตมป์ ทำอาหาร ถ่ายภาพ จัดดอกไม้ สะสมของเล่น การเลี้ยงสัตว์ ปลูกต้นไม้ งานประดิษฐ์การออกแบบต่าง ๆ

6.การดนตรีและการร้องเพลง (Music and Singing) เป็นกิจกรรมทางด้านดนตรีทุกชนิดที่ให้ความบันเทิง เป็นการผ่อนคลายความเครียดด้วยการร้องเพลง ฟังเพลง เล่นดนตรีรวมไปถึงการสร้างสรรค์ทางดนตรีเช่น การแต่งเนื้อเพลง แต่งทำนองเพลง เรียบเรียงเพลง

7.กิจกรรมกลางแจ้ง/นอกเมือง (Outdoor Activities) เป็นกิจกรรมนอกสถานที่ ที่ทำให้ผู้ทำกิจกรรมได้เรียนรู้ ได้ใกล้ชิดธรรมชาติ และได้พักผ่อน เช่น การไปค่ายพักแรม ท่องเที่ยวตามแหล่งธรรมชาติทะเล ภูเขา น้ำตก บันจายาน ส่องนกไปสวนสาธารณะสวนสนุกสนามเด็กเล่น สวนสัตว์

8.วรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด) (Reading, Writing, Speaking) เป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้บุคคลพัฒนาทักษะ ความรู้สร้างสรรค์ เช่น การอ่าน วรรณกรรม นวนิยาย หนังสือพิมพ์การ์ตูน การเขียนเรื่องสั้น บันทึกเรื่องราวประจำวัน บทความ บทร้อยกรอง การพูดในที่ชุมชน การได้วาทีการเล่านิทาน การฟังอภิปราย ทอล์คโชว์

9.กิจกรรมทางสังคม (Social Activities) เป็นกิจกรรมที่กลุ่มคนในสังคมร่วมจัดขึ้นเน้นการรวมตัวกันของบุคคล อันจะก่อให้เกิดสัมพันธภาพอันดีต่อกัน เช่น งานบวช งานแต่งงาน งานเลี้ยงวันเกิด การฉลองในโอกาสพิเศษต่าง ๆ หรือกิจกรรมสร้างสรรค์ที่จัดขึ้นในที่ชุมชน

10.กิจกรรมพิเศษตามเทศกาลต่าง ๆ (Special Events) เป็นกิจกรรมที่จัดขึ้นเป็นการเฉพาะหรือกรณีพิเศษ โดยจะจัดขึ้นตามวาระเป็นครั้งคราว เพื่อสืบสาน ขนบธรรมเนียม ประเพณี วัฒนธรรม รวมไปถึง กิจกรรมทางศาสนาเช่น วันสงกรานต์ วันลอยกระทง วันปีใหม่ ตรุษจีน คริสต์มาสและกิจกรรมในวันสำคัญ ทางศาสนา

11.การบริการอาสาสมัคร (Voluntary Services) เป็นกิจกรรมที่ผู้ทำสมัครใจที่จะให้บริการ ด้านต่าง ๆ เพื่อช่วยเหลือชุมชน สังคม ประเทศชาติอีกทั้งยังเป็นการส่งเสริมคุณธรรม จริยธรรมแก่ผู้ทำ เช่น การบริจาคโลหิต ให้บริการพัฒนาชุมชน การเป็นอาสาสมัครช่วยเหลือผู้อื่น การบำเพ็ญประโยชน์ด้วยความสมัครใจ

สรุปได้ว่า กิจกรรมนันทนาการแต่ละประเภทจะช่วยให้ให้นักเรียนได้ฝึกปฏิบัติและเห็นคุณค่าของกิจกรรมนันทนาการ ทำให้นักเรียนได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ มีความสุขสนุกสนานในการทำกิจกรรม

3.3 ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ

จากการศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการสามารถจำแนกออกเป็นหลายด้าน ทั้งในเชิงบุคคลและสิ่งแวดล้อม โดยสรุปได้ดังนี้

1. ปัจจัยส่วนบุคคล (Personal Factors) คือ 1) แรงจูงใจ ความสนใจ ความสนุก ความต้องการผ่อนคลาย หรือพัฒนาตนเอง เช่น ทักษะใหม่ ๆ 2) เวลา ความพร้อมด้านเวลาว่างที่ไม่กระทบกับการเรียนหรือภาระอื่น 3) สุขภาพร่างกายและจิตใจ การมีสุขภาพดีหรือความรู้สึกผ่อนคลายส่งผลต่อความเต็มใจในการเข้าร่วม 4) เพศและอายุ กลุ่มอายุต่างกันอาจสนใจรูปแบบกิจกรรมที่ต่างกัน

2. ปัจจัยด้านสังคมและสิ่งแวดล้อม (Social and Environmental Factors) ได้แก่ 1) การสนับสนุนจากครอบครัวและเพื่อน หากครอบครัวหรือเพื่อนสนับสนุน มักมีแนวโน้มเข้าร่วมกิจกรรมสูงขึ้น 2) สถานที่และสิ่งอำนวยความสะดวก การเข้าถึงพื้นที่ที่เหมาะสมและปลอดภัย เช่น สนามกีฬา ลานกิจกรรม 3) สภาพแวดล้อมทางสังคม บรรยากาศของกลุ่ม หรือโอกาสในการพบปะเพื่อนใหม่

3. ปัจจัยด้านการจัดการกิจกรรม (Program-Related Factors) ได้แก่ 1) ความน่าสนใจของกิจกรรม หากกิจกรรมสอดคล้องกับความสนใจของผู้เข้าร่วม จะมีแนวโน้มเข้าร่วมมากขึ้น 2) ความถี่และช่วงเวลากิจการ จัด กิจกรรมที่จัดอย่างสม่ำเสมอและตรงกับเวลาว่างของนักเรียนจะดึงดูดได้มากกว่า 3) การประชาสัมพันธ์ หากกิจกรรมได้รับการสื่อสารอย่างทั่วถึงจะช่วยให้มีผู้เข้าร่วมมากขึ้น

4. นันทนาการในโรงเรียน

โรงเรียนในฐานะสถานศึกษาเป็นส่วนสำคัญของสังคม มีบทบาทในการจัดการศึกษาอย่างเป็นระบบสำหรับเด็กและเยาวชน เพื่อให้เป็นไปตามกฎหมายการศึกษาภาคบังคับของประเทศไทยที่กำหนดให้ทุกคนต้องสำเร็จการศึกษาขั้นพื้นฐานอย่างน้อย 9 ปี การศึกษาเหล่านี้มี

วัตถุประสงค์เพื่อส่งเสริมพัฒนาการของเยาวชนในทุกด้าน เตรียมความพร้อมในการเป็นพลเมืองที่ดี และมีความรู้พื้นฐานสำหรับการประกอบสัมมาชีพในอนาคต(สมบัติ กาญจนกิจ, 2544)

ซูซีฟ เยาวพัฒน์ (2543) เสนอโรงเรียนคือแหล่งเรียนรู้ทางการศึกษาที่เน้นด้านวิชาการสำหรับเยาวชน อย่างไรก็ตาม โรงเรียนควรจัดการและดำเนินกิจกรรมนันทนาการที่เหมาะสมกับนักเรียนควบคู่กันไป เพื่อส่งเสริมให้นักเรียนมีความสมบูรณ์ทั้งด้านวิชาการและ กิจกรรม กิจกรรมนันทนาการในโรงเรียนมีหลากหลายรูปแบบ เช่น กิจกรรมลูกเสือ ยุวกาชาด กีฬา สี่ กิจกรรมวันสำคัญ รวมถึง กิจกรรมชุมนุมที่จัดให้สอดคล้องกับความสนใจของผู้เรียนเป็นสำคัญ กิจกรรมเหล่านี้ช่วยส่งเสริมให้นักเรียนรู้จักการเข้าร่วมกิจกรรมทางสังคมกับผู้อื่น สร้างความกลมเกลียวทั้งในโรงเรียนและสังคมภายนอก นอกจากนี้ยังช่วยพัฒนาสมรรถภาพทางร่างกาย สติปัญญา และสุขภาพจิตของนักเรียน ให้เติบโตตามวัยอย่างเหมาะสม การจัดกิจกรรมนันทนาการในโรงเรียนสามารถเกิดขึ้นได้จากความร่วมมือของหลายภาคส่วน ได้แก่ ผู้บริหาร ครู อาจารย์ นักเรียน ผู้ปกครอง ชุมชน และวิทยาการต่างๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง นักเรียนสามารถมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมชุมนุมที่มีลักษณะสร้างสรรค์ได้ นักเรียนสามารถมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมชุมนุมที่มีลักษณะสร้างสรรค์ได้

ชญาณี ขวัญชูช (2563) นันทนาการในโรงเรียนเป็นกิจกรรม หรือวิธีการที่สร้างและพัฒนาความสามารถของเด็กและเยาวชนในระบบการศึกษา เพื่อให้เกิดความเติบโตทางด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจ สติปัญญา และสังคมกิจกรรมนันทนาการจะช่วยส่งเสริมคุณค่าในเรื่องความสมดุลของการใช้เวลาว่างให้มีคุณภาพและสมดุลในการใช้เวลาที่เหลือจากการทำงาน นอกจากนี้กิจกรรมนันทนาการยังช่วยให้เยาวชนรู้จักการจัดการเวลา พัฒนาค่าคุณค่าทางสังคม ระบอบประชาธิปไตยและเป็นประชาชนที่มีคุณภาพในอนาคตของประเทศต่อไป

สรุปได้ว่า การจัดกิจกรรมนันทนาการในโรงเรียนเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยส่งเสริมการพัฒนาให้กับนักเรียน ช่วยให้ได้มีโอกาสเข้าใจและรู้จักการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์โดยการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการต่างๆที่ผู้บริหารโรงเรียนได้จัดไว้ให้กับนักเรียน เพื่อให้นักเรียนได้มีประสบการณ์ในการเข้าร่วมกิจกรรมโดยใช้กิจกรรมนันทนาการที่เหมาะสมกับการปฏิบัติตนในเทศกาล พิธีการ วันสำคัญ วัฒนธรรมและประเพณีของสังคมไทยที่โรงเรียนได้จัดขึ้น

5. ประวัติโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

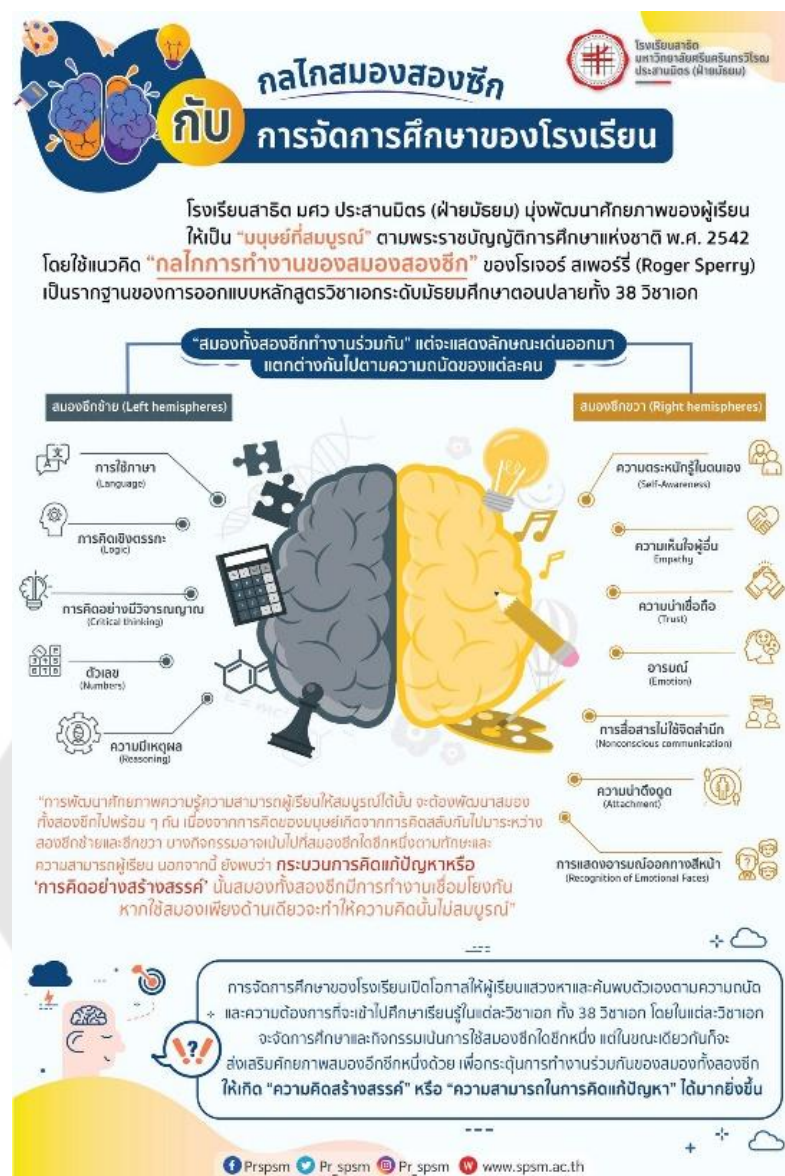
5.1 ประวัติโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร สังกัดคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ กระทรวงศึกษาธิการ ตั้งอยู่ที่ 176 ซอยสุขุมวิท 23 ถนนสุขุมวิท แขวงคลองเตยเหนือ เขตวัฒนา กรุงเทพมหานคร โรงเรียนแห่งนี้มีพัฒนาการมาจาก โรงเรียนประสานมิตร ซึ่งเดิมเป็นโรงเรียนมัธยมวิสามัญศึกษาในบริเวณโรงเรียนฝึกหัดครูชั้นสูง ได้ปรับเปลี่ยนมาเป็น ระบบโรงเรียนสาธิต เพื่อใช้เป็นสถานที่ฝึกสอนระดับมัธยมศึกษาสำหรับนิสิตหลักสูตรการศึกษาบัณฑิตของคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ต่อมาได้มีการจัดตั้ง โรงเรียนประถมสาธิต วิทยาลัยวิชาการศึกษา เพิ่มเติมขึ้น เพื่อเป็นสถานที่ฝึกสอนในระดับประถมศึกษา และได้มีการพัฒนาอย่างต่อเนื่องมาจนถึงปัจจุบัน

โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร แบ่งการดำเนินงานออกเป็น 2 หน่วยงาน ได้แก่ โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) และโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายประถม) โดยมีการจัดการเรียนการสอนในหลากหลายสาขาวิชา จำนวน 48 วิชาเอก เพื่อตอบสนองความถนัดและความสนใจของนักเรียน

5.2 การจัดการศึกษาในโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) จัดการเรียนการสอนโดยการให้ผู้เรียนเน้นค้นหาตัวตนโดยมีภาควิชาเอกให้ผู้เรียนได้เลือกจำนวน 42 วิชาเอก โดยมีฐานคิดบนทฤษฎีพหุปัญญาและการพัฒนาผู้เรียนตามแนวคิดสมอง 2 ซีก ตลอดจนการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของวิชาชีพในสังคมที่สอดคล้องกับการพัฒนาทางเทคโนโลยีและการศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษา



ภาพประกอบ 6 กลไกสมองสองซีกกับการจัดการศึกษาของโรงเรียน

ที่มา: โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม). (2566). 71 ปีที่เห็นเป็นสาธิต. กรุงเทพฯ: โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม).

5.3 กิจกรรมภายในโรงเรียน

โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) นอกจากการสนับสนุนผู้เรียนให้มีความรู้ทางด้านวิชาการ ยังส่งเสริมให้นักเรียนได้แสดงทักษะ

ความสามารถผ่านกิจกรรมที่โรงเรียนจัดขึ้นเพื่อให้นักเรียนได้เกิดกระบวนการทำงานร่วมกันและยังให้นักเรียนได้ใช้ความคิดสร้างสรรค์ในการทำกิจกรรม กิจกรรมภายในโรงเรียนมีดังนี้

1. กิจกรรมปฐมนิเทศ
2. กิจกรรมบู๊คแฟร์
3. กิจกรรมเกี่ยวกับกีฬา เช่น กีฬาฟุตบอล ฟุตซอล วอลเลย์บอล เป็นต้น
4. กิจกรรมเกี่ยวกับการเต้น เช่น ลีลาศ เต้นเพลงลูกทุ่ง เป็นต้น
5. กิจกรรมเดินแบบ
6. กิจกรรมออกแบบกระเป๋านักเรียน
7. กิจกรรมแสดงโชว์วงโปงลางหรือร้องเพลงตามสถานที่ต่างๆ
8. กิจกรรมทัศนศึกษา ค่ายลูกเสือ-เนตรนารี ค่ายวิชาเอก
9. กิจกรรมวันไหว้ครู
10. กิจกรรมวันลอยกระทง
12. กิจกรรมวันสงกรานต์
13. กิจกรรมปัจฉิมนิเทศ
14. กิจกรรมค่ายจิตอาสา
15. กิจกรรมบริการวิชาการ

6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

6.1 งานวิจัยในประเทศ

วีรชัย อยู่เย็น (2557) ได้ศึกษาเรื่องแรงจูงใจที่มีต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ผลการวิจัยพบว่า 1. กิจกรรมนันทนาการที่นิสิตส่วนใหญ่ต้องการเข้าร่วมเป็นประจำ 3 ลำดับแรก ได้แก่ นันทนาการพิเศษ นันทนาการทางด้านสังคม/งานเลี้ยงสังสรรค์ (รวมถึงงานเลี้ยงรุ่น) และการท่องเที่ยวและทัศนศึกษานอกสถานที่ กิจกรรมนันทนาการที่นิสิตเข้าร่วมบ้าง 3 ลำดับแรก ได้แก่ เกม/กีฬา/การออกกำลังกาย กิจกรรมอาสาสมัคร (เช่น การบำเพ็ญประโยชน์ การบริจาคโลหิต) และการร้องเพลง/การเล่นดนตรี/การเต้นรำ/กิจกรรมเข้าจังหวะ และกิจกรรมนันทนาการที่นิสิตนักศึกษาไม่เคยเข้าร่วมเลยมี 3 ลำดับแรก ได้แก่ นันทนาการทางด้านการแสดง/การละครลงลงมาคือนันทนาการทางด้านการอดิเรก/งานประดิษฐ์ด้วยมือและงานสะสมงานออกแบบ และลำดับสุดท้ายนันทนาการทางด้านการพัฒนาในเรื่องของจิตใจ 2. นิสิตส่วนใหญ่มีแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการโดยรวมอยู่ในระดับมาก ด้านการพัฒนาคิด ด้านการเข้าสังคม ด้านการพัฒนาความสามารถ และด้าน

การการผ่อนคลาย 3. ผลการวิจัยยังชี้ให้เห็นว่าปัจจัยด้านเพศ ระดับชั้นปี และกลุ่มคณะวิชา ของ นิสิต ไม่มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญต่อแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ

ธวัช เต็มญวน (2561) ได้ศึกษา เรื่อง ผลการวิจัยพบว่าทั้งปัจจัยภายในและปัจจัย ภายนอกล้วนมีผลอย่างมากต่อการตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักศึกษาสถาบัน บัณฑิตพัฒนศิลป์ ปัจจัยภายในนักศึกษาที่มีความต้องการสูงที่จะได้รับประโยชน์จากกิจกรรม นันทนาการ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในด้านการพัฒนาทักษะการแก้ไขปัญหา กระบวนการแสวงหา ความรู้ และความสนุกสนาน ซึ่งความต้องการเหล่านี้เป็นแรงผลักดันสำคัญที่ทำให้นักศึกษาส่วนใหญ่สนใจที่จะเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ปัจจัยภายนอกในส่วนของปัจจัยภายนอก นักศึกษามี ความเห็นว่าผู้นำกิจกรรมนันทนาการมีบทบาทสำคัญอย่างยิ่งในการถ่ายทอดความรู้ผ่านกิจกรรม นอกจากนี้ การพิจารณาสถานที่จัดกิจกรรมที่เหมาะสม และรูปแบบของกิจกรรมที่น่าสนใจ ก็เป็น องค์ประกอบสำคัญที่ส่งผลต่อการตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักศึกษาเช่นกัน การ ทำความเข้าใจปัจจัยเหล่านี้จะช่วยให้ผู้จัดกิจกรรมสามารถออกแบบและนำเสนอกิจกรรม นันทนาการที่ตรงกับความต้องการและส่งเสริมการมีส่วนร่วมของนักศึกษาได้อย่างมีประสิทธิภาพ มากขึ้น

จิราณัฐณ์ คำปลิว (2561) ได้ศึกษาเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติและ พฤติกรรมการปฏิบัติเกี่ยวกับนันทนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ มีพฤติกรรมการปฏิบัติ เกี่ยวกับนันทนาการ มีค่าเท่ากับ .92 มีเจตคติค่อนข้างดีต่อนันทนาการ มีพฤติกรรมการปฏิบัติ เกี่ยวกับกิจกรรมนันทนาการที่แตกต่างกัน และ เจตคติต่อกิจกรรมนันทนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพมีความสัมพันธ์ทางบวก มีพฤติกรรมในการปฏิบัติ กิจกรรมนันทนาการมาก นักศึกษาที่มีเพศ ชั้นปี และคณะต่างกัน มีเจตคติในการปฏิบัติกิจกรรม นันทนาการที่ไม่แตกต่างกัน นักศึกษาที่มีคณะต่างกัน

อัยลดา หอมไม่หาย (2562) ได้ศึกษาเรื่อง พฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ ที่ส่งผลต่อความสุขของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่าย มัธยม) ผลการวิจัยพบว่า กิจกรรมนันทนาการรายประเภทอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 พฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) มีผลโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง และมีความสัมพันธ์เชิงบวก ส่งผล ให้บุคคลได้เข้าร่วมปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการเป็นประจำปัจจัยด้านเพศ ระดับชั้น ค่าใช้จ่ายที่ต้อง ใช้ในแต่ละวัน จำนวน 1 วันนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการด้วยกันเป็นประจำยกเว้นช่วงวัน

ของนักเรียนปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการไม่ส่งผลต่อกิจกรรมนันทนาการทุกประเภทของนักเรียน โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) โดยรวมความพึงพอใจในระดับมาก ความสัมพันธ์ของพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการที่ส่งผลต่อของนักเรียน โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) โดยรวมเท่ากับ .154

ศิริชญาภรณ์ ภูมิพิริยะสกุล (2563) ได้ศึกษาเรื่อง เกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับทัศนคติในการใช้เวลาว่างของผู้ใช้บริการศูนย์เยาวชนในสังกัดกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า แรงจูงใจในการใช้เวลาว่างมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับทัศนคติต่อการใช้เวลาว่างในระดับค่อนข้างมาก ($r=0.74$) ซึ่งหมายความว่ายิ่งบุคคลมีแรงจูงใจในการใช้เวลาว่างมากเท่าไร ก็ยิ่งมีทัศนคติที่ดีต่อการใช้เวลาว่างมากขึ้นเท่านั้น นอกจากนี้ การศึกษาไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p<0.05$) ในทัศนคติต่อการใช้เวลาว่างโดยรวมระหว่างผู้ใช้บริการกิจกรรมนันทนาการของศูนย์เยาวชนในสังกัดกรุงเทพมหานครทั้งเพศชายและเพศหญิง

พัชร วิศาลาภรณ์ (2564) ได้ศึกษาเรื่อง เกี่ยวกับความสัมพันธ์ของการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของบุคลากรมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตกรุงเทพ ผลการวิจัยพบว่า บุคลากรของมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติมีการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในระดับสูง ซึ่งส่งผลเชิงบวกต่อคุณภาพชีวิตโดยรวมของพวกเขาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p<0.05$) โดยค่าความสัมพันธ์อยู่ที่ 0.95 แสดงให้เห็นว่ายิ่งบุคลากรเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการมากเท่าไร คุณภาพชีวิตโดยรวมก็ยิ่งดีขึ้นเท่านั้น และโดยภาพรวม คุณภาพชีวิตของบุคลากรมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติอยู่ในระดับมาก

ธัชชัย วุฒิกุลชัย (2566) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการกับการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนมีระดับการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง ขณะที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองโดยรวมอยู่ในระดับมาก ที่สำคัญคือ การศึกษาแสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์เชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญระหว่างการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ($p<0.05$) ซึ่งบ่งชี้ว่าการมีส่วนร่วมในกิจกรรมนันทนาการอาจส่งเสริมให้นักเรียนมองเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น

6.2 งานวิจัยต่างประเทศ

ซิดิ รัซดี อมาน และ ยัสซิม (Sidi, Radzi, Aman, และ Yassim, 2017) เพื่อศึกษาแรงจูงใจในกิจกรรมกลางแจ้ง กิจกรรมสันทนาการสำหรับนักศึกษาสายวิทยาศาสตร์และไม่ใช่สายวิทยาศาสตร์ ณ มหาวิทยาลัย Putra Malaysia, Selangor, มาเลเซีย. ข้อมูลได้รับการวิเคราะห์โดย

ใช้การวัดแบบไม่มีพารามิเตอร์โดย Mann Whitney U ทดสอบ. ผลการวิจัยพบว่าผู้เรียนเห็นด้วยอย่างยิ่งว่าแรงจูงใจหลักในกิจกรรมกลางแจ้งการเข้าร่วมนันทนาการสำหรับ Private City Campus University, Kuala Lumpur สำหรับคณะวิทยาศาสตร์คือการเข้าถึงพื้นที่นันทนาการ สภาพที่ดี และความจำเป็นของชีวิต สำหรับคณะไม่ใช่วิทยาศาสตร์ เปิดประสบการณ์ใหม่ สัมผัสธรรมชาติ และค้นหาตนเองมั่นใจ สรุปคือสำหรับนักศึกษาวิทยาเขตในเมืองรู้สึกชอบซึ่งในคุณค่าเป็นอย่างมากของสภาพแวดล้อมทางธรรมชาติและขออย่างยิ่งให้มีกิจกรรมนันทนาการ กลางแจ้งเพื่อเพิ่มคุณค่าให้กับพวกเขาคุณค่าการพัฒนาตนเอง

ซาฟาก อารานา (Aran, 2014) ได้ศึกษาเรื่องกรณีศึกษาการกำหนดแรงจูงใจในเวลาว่างของกิจกรรมนันทนาการนักเรียนโดยจุดมุ่งหมายของการศึกษานี้คือเพื่อเปิดเผยว่านักศึกษา ด้านนันทนาการของมหาวิทยาลัยของรัฐเข้าร่วมกิจกรรมยามว่างหรือไม่และเพื่อตรวจสอบสิ่งนี้ ผ่านทางกลุ่มประชากรที่แตกต่างกัน เป็นที่คาดหวังว่านักเรียนด้านนันทนาการควรมีแรงจูงใจในเวลาว่างสูงโดยเฉพาะอย่างยิ่งเนื่องจากการศึกษาที่พวกเขาได้รับ แบบสำรวจที่ใช้ในการสืบสวน ในส่วนของการศึกษาประกอบด้วยสองแบบขึ้นส่วน ในส่วนแรกมีคำถามเชิงประชากรศาสตร์ในส่วนที่สอง “แบบวัดแรงจูงใจด้านเวลาว่าง” คือพัฒนาโดย Pelletier และเพื่อน ๆ ของเขาในปี 1991 ได้รับการแปลเป็นภาษาตุรกี และสิ่งเหล่านี้ถูกนำมาใช้ในการสำรวจ ในการพักผ่อนหย่อนใจมี นักศึกษาภาคิวิชาจำนวน 70 คน และเข้าร่วมการสำรวจจำนวน 55 คน สรุปได้ว่าค่าสัมประสิทธิ์ (Cronbach alpha) ของความน่าเชื่อถือของขนาดคือ 0.77 นอกจากนี้ มีความแตกต่างทางสถิติ บางประการระหว่างตัวแปรทางประชากรศาสตร์ต่างๆ ที่ระดับ 0.05 ซึ่งพบในระดับนัยสำคัญ เกี่ยวกับคะแนนแรงจูงใจในเวลาว่างของนักเรียนด้านนันทนาการ

โจวานโนวิช, เตซานโนวิช และยาโคฟเยวิช (Jovanović, Tešanović, และ Jakovljević, 2016) ได้ศึกษาเรื่องแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในความสัมพันธ์ต่อสถานะสุขภาพ และความมุ่งมั่น ด้านเวลา การมีส่วนร่วมของเยาวชนในกิจกรรมกีฬาและนันทนาการมักเป็นพื้นที่ ศึกษาและในโลกสมัยใหม่นั้นเองให้ความสนใจกับมันมาก อย่างไรก็ตาม ในภูมิภาคนี้ ในวัยเยาว์ มีปัจจัยหลายประการที่มีอิทธิพลต่อการมีส่วนร่วมกิจกรรมนันทนาการ ดังนั้นการวิจัยครั้งนี้จึงมี วัตถุประสงค์เพื่อกำหนดแรงจูงใจบางประการในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการสำหรับประชากร กลุ่มนี้ ในกลุ่มตัวอย่างผู้เข้าสอบอายุ 16 ถึง 32 ปีจำนวน 72 คน ซึ่งมีส่วนร่วมในกิจกรรมนันทนาการบางอย่าง เราต้องการวิเคราะห์แรงจูงใจและทัศนคติของพวกเขาต่อการเข้าร่วมกิจกรรม นันทนาการควบคู่กับภาวะสุขภาพและเวลาของตนเอง ทูมเทให้กับการมีส่วนร่วมในกิจกรรม เหล่านี้ สำหรับการประเมินแรงจูงใจได้ใช้แบบสำรวจซึ่งนอกเหนือจากข้อมูลประชากรพื้นฐานและ

แรงจูงใจในการออกกำลังกายแล้วหรือยังผู้ป่วยระบุความผิดปกติบางประการ เช่น สถานะสุขภาพของตนเอง จากการวิเคราะห์นี้ก็คือ สรุปว่านอกจากแรงจูงใจร่วมกันในการทำกิจกรรมนันทนาการ เช่น จิตวิญญาณของทีมแล้วความรู้สึกพึงพอใจและความสำเร็จ มีความแตกต่างภายในกลุ่มวิชาบนพื้นฐานของความผิดปกติที่จัดตั้งขึ้นตลอดจนเวลาในการฝึกซ้อมกิจกรรม โดยที่ผู้หญิงมีฐานะมั่นคงความผิดปกติได้รับแรงจูงใจในส่วนต่างๆ ของรูปแบบ สุขภาพ และระดับทางเทคนิคของการเรียนรู้กิจกรรม. ผลการวิเคราะห์สามารถช่วยในรูปแบบและเนื้อหาของการฝึกสอนให้เข้าใจได้ดีขึ้นตลอดจนคุณภาพของงานด้านจิตวิทยากับคนดังกล่าวเพื่อให้ผู้เชี่ยวชาญด้านนันทนาการสามารถทำได้ดีขึ้นกระตุ้นให้สมาชิกของประชากรกลุ่มนี้

แอตลี และคนอื่น ๆ (Adli และคนอื่น ๆ, 2017) ได้ศึกษาเรื่องการศึกษาแรงจูงใจในกิจกรรมนันทนาการกลางแจ้ง การศึกษาวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อระบุแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการกลางแจ้ง กิจกรรมสำหรับมหาวิทยาลัยเอกชนในเมืองกัวดาลัมเปอร์ ความต้องการกิจกรรมกลางแจ้ง กิจกรรมของชาวมาเลเซียมีเพิ่มมากขึ้น แต่ยังขาดการสำรวจที่เน้นกิจกรรมกลางแจ้ง นันทนาการสำหรับนักศึกษามหาวิทยาลัยเอกชนโดยเฉพาะนักศึกษา City Campus รวบรวมข้อมูลจากนักศึกษา 120 คน (60 คนจากคณะวิทยาศาสตร์ และ 60 คนจากคณะ Nonscience) ที่กำลังศึกษาอยู่ในวิทยาเขตเมืองแห่งนี้ วิชาถูกสุ่มเลือกสำหรับการสำรวจ ประกอบด้วยนักศึกษาคณะวิทยาศาสตร์และคณะนอกวิทยาศาสตร์ ที่แบบสอบถามที่พัฒนาโดย

คินเซล, มาคลารี และมุลเลอร์ (Kinczel, MaklÁRi, และ Müller, 2020) ได้ศึกษาเรื่อง กิจกรรมนันทนาการและแรงจูงใจของเยาวชน ผลลัพธ์ที่ได้รับในแบบสอบถามได้รับการประมวลผลและวิเคราะห์โดยใช้ซอฟต์แวร์ SPSS เราคำนวณสถิติพื้นฐานบางอย่าง (ค่าเฉลี่ย การกระจายตัว ค่ามัธยฐาน โหมด) มีการใช้การทดสอบ chi2 เพื่อตรวจสอบความสัมพันธ์ ผลลัพธ์: ผลการวิจัยยืนยันว่ามีกิจกรรมนันทนาการแบบพาสซีฟ (ดูทีวี การฟังดนตรี การอ่าน ท่องอินเทอร์เน็ต) เป็นที่นิยมในชีวิตของผู้คน ความกระตือรือร้นของผู้ตอบแบบสอบถามชาวฮังการีในกีฬาได้รับการยืนยันเมื่อเทียบกับผู้ตอบแบบสอบถามชาวโรมาเนีย ผู้ที่เล่นกีฬาในเวลากลางคืนเห็นผลเชิงบวกหลายประการต่อตนเอง 80% ของผู้ตอบแบบสอบถามจะเปิดรับวิธีการใหม่ๆ ยินดีเข้าร่วมกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับกีฬาในที่ทำงาน/โรงเรียน/มหาวิทยาลัยผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่จะเล่นกีฬามากขึ้นหากมีคนในชีวิตหรือในหมู่พวกเขาคนรู้จักที่สามารถจูงใจพวกเขาได้

ฮัสนิซัม อับดุลฮามิด และคณะ (Ab Dulhamid, Isa, Mohamed, และ Sazali, 2023) ได้ศึกษาเรื่องแรงจูงใจในการมีส่วนร่วมนันทนาการกลางแจ้งระหว่างชุมชนในชนบทและในเมือง พบว่า แรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการกลางแจ้งมีความสำคัญ เนื่องจากช่วยระบุ

ได้ว่าเหตุใดบุคคลจึงมีพฤติกรรมนันทนาการ วิธีที่บุคคลทำ เข้าใจถึงประโยชน์ของการมีส่วนร่วม และทำหน้าที่เป็นความรู้พื้นฐานในการช่วยกระบวนการวางแผนและการจัดการสิ่งแวดล้อม การมีส่วนร่วมแต่ละครั้งได้รับอิทธิพลจากปัจจัยเชิงจิตที่สามารถสร้างพฤติกรรมและความสำเร็จเพื่อสัมผัสกับความสุขและความพึงพอใจในตนเองที่มีอยู่ในกิจกรรมนันทนาการ ดังนั้น จุดมุ่งหมายของการศึกษาครั้งนี้คือการระบุปัจจัยเชิงจิตที่มีอิทธิพลต่อการมีส่วนร่วมด้านนันทนาการกลางแจ้งในชุมชนในชนบทและในเมือง ชุดแบบสอบถามถูกนำมาใช้เพื่อรับชุดข้อมูลเชิงปริมาณและแจกจ่ายให้กับผู้ตอบแบบสำรวจ 384 คนซึ่งเป็นกลุ่มบุคคลที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ชนบทและในเมือง การวิเคราะห์เผยให้เห็นแรงจูงใจกว้างๆ 4 ประเภทโดยใช้ "มาตรวัดประสบการณ์นันทนาการ" (REP) ได้แก่ ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม สุขภาพกายและสมรรถภาพทางกาย การพักผ่อน และการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม ผู้ตอบแบบสอบถามให้คะแนนกิจกรรมกับสมาชิกในครอบครัว ผ่อนคลายจิตใจ เพลิดเพลินกับพื้นที่โดยรอบอันเงียบสงบ และการปรับปรุงสุขภาพและการออกกำลังกายส่วนบุคคลเป็นปัจจัยกระตุ้นหลักที่มีอิทธิพลต่อการมีส่วนร่วมในกิจกรรมกลางแจ้ง

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยทั้งในและต่างประเทศ ชี้ให้เห็นถึงความสำคัญของกิจกรรมนันทนาการในการส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้สำหรับนักเรียนทุกระดับ กิจกรรมเหล่านี้ไม่เพียงแต่เป็นแรงจูงใจและสร้างความพึงพอใจ แต่ยังช่วยเสริมสร้างทักษะความรู้รวมถึงพัฒนาการด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาอย่างรอบด้าน ด้วยเหตุนี้ ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจและพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ โดยจะนำงานวิจัยที่เกี่ยวข้องมาใช้เป็นแนวทางในการศึกษาครั้งนี้

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) โดยมีความมุ่งหมายเพื่อศึกษาแรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ พฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ และความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) โดยผู้วิจัยได้ดำเนินการวิจัยตามขั้นตอนดังนี้

1. กำหนดประชากรและเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. ขั้นตอนการดำเนินการขอใบรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์
4. การเก็บรวบรวมข้อมูล
5. การวิเคราะห์ข้อมูล
6. สถิติที่ใช้ในการวิจัย

การกำหนดประชากรและเลือกกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรในการศึกษาครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 ปีการศึกษา 2567 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) จำนวน 4,859 คน (วิชาการ โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม), 2567)

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในงานวิจัย

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 ปีการศึกษา 2567 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) จำนวน 356 คน ผู้วิจัยเก็บแบบสอบถามจริงทั้งหมด 400 ชุด เพื่อป้องกันแบบสอบถามที่ไม่สมบูรณ์ โดยเทียบจากตารางเครซีและมอร์แกน (Krejcie และ Morgan, 1970) และกำหนดโควตาตามระดับชั้น ดังนี้

ตาราง 1 ตารางแสดงกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย

ระดับชั้น	จำนวนประชากร (คน)	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง (คน)	เก็บเพิ่ม (คน)	ร้อยละ (%)
มัธยมศึกษาปีที่ 1	565	41	7	11.63
มัธยมศึกษาปีที่ 2	453	33	7	9.32
มัธยมศึกษาปีที่ 3	420	31	7	8.64
มัธยมศึกษาปีที่ 4	1,577	116	8	32.46
มัธยมศึกษาปีที่ 5	1,138	83	8	23.42
มัธยมศึกษาปีที่ 6	706	52	7	14.53
รวม	4,859	356	44	100.00

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ประกอบด้วย แบบสอบถามแรงงูใจกับพฤติกรรมกาปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) โดยการสร้างแบบสอบถามผู้วิจัยได้แบ่งแบบสอบถามเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลทั่วไป

ตอนที่ 2 แรงงูใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร

ในการกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนและแปลความหมายของแบบสอบถามแรงงูใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) ได้กำหนดช่วงวัด 5 ช่วงดังนี้ (บุญชม ศรีสะอาด. 2553: 72-73)

- | | |
|-----------|--|
| 5 หมายถึง | นักเรียนมีความคิดเห็นกับข้อความนี้มากที่สุด |
| 4 หมายถึง | นักเรียนมีความคิดเห็นกับข้อความนี้มาก |
| 3 หมายถึง | นักเรียนมีความคิดเห็นกับข้อความนี้ปานกลาง |
| 2 หมายถึง | นักเรียนมีความคิดเห็นกับข้อความนี้น้อย |
| 1 หมายถึง | นักเรียนมีความคิดเห็นกับข้อความนี้น้อยที่สุด |

เมื่อได้ค่าเฉลี่ยแล้ว นำมาเทียบเกณฑ์ที่กำหนด ดังนี้

- | | |
|------------|-------------------------------|
| 4.21 -5.00 | หมายถึง แรงงูใจระดับมากที่สุด |
| 3.41 -4.20 | หมายถึง แรงงูใจระดับมาก |

2.61 -3.40 หมายถึง แรงจูงใจระดับปานกลาง

1.81 -2.60 หมายถึง แรงจูงใจระดับน้อย

1.00 -1.80 หมายถึง แรงจูงใจระดับน้อยที่สุด

ตอนที่ 3 พฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

ในการกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนและแปลความหมายของแบบสอบถาม พฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) ได้กำหนดช่วงวัด 5 ช่วงดังนี้ (ชาลินี พรตเจริญ, 2556; วาโร เพ็งสวัสดิ์, 2557)

เป็นประจำ	หมายถึง	นักเรียนปฏิบัติกิจกรรม 7 ครั้งต่อสัปดาห์ขึ้นไป
บ่อยครั้ง	หมายถึง	นักเรียนปฏิบัติกิจกรรม 5 - 6 ครั้งต่อสัปดาห์
บางครั้ง	หมายถึง	นักเรียนปฏิบัติกิจกรรม 3 - 4 ครั้งต่อสัปดาห์
นานๆครั้ง	หมายถึง	นักเรียนปฏิบัติกิจกรรม 1 - 2 ครั้งต่อสัปดาห์
ไม่เคยปฏิบัติ	หมายถึง	นักเรียนไม่เคยปฏิบัติกิจกรรมเลย

เมื่อได้ค่าเฉลี่ยแล้ว นำมาเทียบเกณฑ์ที่กำหนด ดังนี้

4.21 -5.00	หมายถึง	ระดับพฤติกรรมการปฏิบัติมากที่สุด
3.41 -4.20	หมายถึง	ระดับพฤติกรรมการปฏิบัติมาก
2.61 -3.40	หมายถึง	ระดับพฤติกรรมการปฏิบัติปานกลาง
1.81 -2.60	หมายถึง	ระดับพฤติกรรมการปฏิบัติน้อย
1.00 -1.80	หมายถึง	ระดับพฤติกรรมการปฏิบัติน้อยที่สุด

ตอนที่ 4 ข้อเสนอแนะ เป็นลักษณะปลายเปิด

การหาคุณภาพของเครื่องมือ ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้า เอกสาร งานวิจัย ปริญญานิพนธ์ เกี่ยวกับแรงจูงใจและพฤติกรรมนันทนาการเพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม และกำหนดรายการที่ต้องการสอบถามให้สอดคล้องกับหัวข้อการวิจัย และวัตถุประสงค์ที่กำหนด และหาคุณภาพของเครื่องมือ ดังนี้

1. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่สร้างแล้วเสร็จ ปรีกษาคณะกรรมการผู้ควบคุมปริญญานิพนธ์ เพื่อตรวจสอบความถูกต้อง

2. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่สร้างขึ้น เสนอต่อผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน เพื่อตรวจสอบความเที่ยงตรงของเนื้อหา (Content Validity) โดยหาค่า IOC (The index of item objective congruence) ที่มีค่าความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาเท่ากับ 0.98

3. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามมาปรับปรุงตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญ และเมื่อตรวจสอบความถูกต้องแล้วนำไปทำการทดลองใช้ (Try Out) กับผู้ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างแต่ใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 คน เพื่อหาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม โดยวิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha – Coefficient) ของครอนบาค (Cronbach, 1984) เท่ากับ .849 แล้วจึงนำไปใช้กับกลุ่มตัวอย่างจริง

ขั้นตอนการดำเนินการขอใบรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์

ในการดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย ผู้วิจัยต้องดำเนินการขอใบรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ก่อน โดยมีขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยยื่นเอกสารเพื่อขอรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ผ่านระบบ e-Ethics SWU
2. ผู้วิจัยปรับปรุงแก้ไขตามมติคณะกรรมการ ที่ได้รับข้อเสนอแนะจากคณะกรรมการฯ และดำเนินการแก้ไข
3. ผู้วิจัยได้รับอนุมัติหนังสือยืนยันการรับรองคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยมีขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้

1. ผู้วิจัยติดต่อขอรับหนังสือขอความร่วมมือเพื่อทำการวิจัยจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒถึงผู้อำนวยการโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) เพื่อขอความอนุเคราะห์ในการเก็บข้อมูลแบบสอบถามแรงจูงใจกับการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) เพื่อนำไปวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป
2. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลแบบสอบถามรูปแบบออนไลน์ และตรวจสอบความถูกต้อง และความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลที่เก็บรวบรวมจากกลุ่มตัวอย่าง โดยการใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป (SPSS) ในการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติตามขั้นตอน ดังนี้

1. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ได้รับกลับมาตรวจสอบความสมบูรณ์
2. ผู้วิจัยนำข้อมูลในแบบสอบถาม ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถามมาวิเคราะห์ โดยแจกแจงความถี่ และหาค่าร้อยละ แล้วนำเสนอข้อมูลในรูปแบบของตารางประกอบความเรียง
3. ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้จากแบบสอบถามตอนที่ 2 แรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ และตอนที่ 3 พฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) มาวิเคราะห์โดยการหาค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ค่าความถี่ และหาค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรต้น และตัวแปรตาม แล้วนำเสนอข้อมูลในรูปแบบของตารางประกอบความเรียง
4. ผู้วิจัยจัดทำและนำเสนอรายงาน การเรียบเรียงเอกสารในการศึกษาและจัดทำข้อมูลเพื่อนำเสนอ

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

1. สถิติที่ใช้ในการหาคุณภาพของเครื่องมือวิจัย ได้แก่ ค่าดัชนีความสอดคล้อง และความเชื่อมั่น

1.1 ค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC: Index of Item Objective Congruence) (Rovinelli และ Hambleton, 1977)

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

เมื่อ IOC แทน ดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถามแต่ละข้อ
 $\sum R$ แทน ผลรวมคะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ
 N แทน จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

1.2 ค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ใช้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาการหาความเชื่อมั่นแบบนี้ คิดโดยครอนบาค (Cronbach, 1984)

$$\alpha = \frac{n}{n-1} \left\{ 1 - \frac{\sum s_i^2}{s_t^2} \right\}$$

เมื่อ	α	แทน ค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นของแบบทดสอบ
	n	แทน จำนวนข้อของแบบทดสอบ
	S_i^2	แทน ความแปรปรวนของแบบทดสอบรายข้อ
	S_t^2	แทน ความแปรปรวนของแบบทดสอบทั้งฉบับ

2. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2.1 ค่าเฉลี่ย (บุญชม ศรีสะอาด, 2547)

$$\bar{X} = \frac{\sum x_i}{n}$$

เมื่อ	$\bar{X}$	แทน	ค่าเฉลี่ย
	$\sum x_i$	แทน	ผลรวมของข้อมูล
	n	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง

2.2 ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation: S.D.) (ล้วน สายยศ และ อังคณา

สายยศ, 2538)

$$S.D. = \sqrt{\frac{N\sum X^2 - (\sum X)^2}{N(N-1)}}$$

เมื่อ	S.D.	แทน	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
	N	แทน	จำนวนข้อมูล
	X	แทน	คะแนนแต่ละตัวในกลุ่มข้อมูล

2.3 สถิติที่ใช้ในการหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรตาม ลักษณะแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) วิเคราะห์โดยใช้ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน (Pearson's Product Moment Correlation) โดยที่ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์จะมีค่าระหว่าง $-1 < r < 1$ ดังนี้

1. ค่า r เป็นลบ แสดงให้เห็นว่า X และ Y มีความสัมพันธ์ในทิศทางตรงข้ามกัน คือ ถ้า X เพิ่มขึ้น Y จะลด แต่ถ้า X ลด Y จะเพิ่ม

2. ค่า r เป็นบวก แสดงให้เห็นว่า X และ Y มีความสัมพันธ์ในทิศทางเดียวกัน คือ ถ้า X เพิ่มขึ้น Y จะเพิ่มด้วย แต่ถ้า X ลด Y จะลดลงด้วย

3. ถ้า r มีค่าเข้าใกล้ 1 หมายถึง X และ Y มีความสัมพันธ์ในทิศทางเดียวกัน และมีความสัมพันธ์กันมาก

4. ถ้า r มีค่าเข้าใกล้ -1 หมายถึง X และ Y มีความสัมพันธ์ในทิศทางตรงกันข้าม และมีความสัมพันธ์กันมาก

5. ถ้า $r = 0$ แสดงให้เห็นว่า X และ Y ไม่สัมพันธ์กัน

6. ถ้า r เข้าใกล้ 0 แสดงให้เห็นว่า X และ Y มีความสัมพันธ์น้อย

การกำหนดเกณฑ์การแปลความหมายค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (ชูศรี วงศ์รัตนะ, 2541) กำหนดไว้ ดังนี้

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r)	แปลผล
0.91 - 1.00	มีความสัมพันธ์อยู่ในระดับสูงมาก
0.71 - 0.90	มีความสัมพันธ์อยู่ในระดับสูง
0.31 - 0.70	มีความสัมพันธ์อยู่ในระดับปานกลาง
0.01 - 0.30	มีความสัมพันธ์อยู่ในระดับต่ำ
0.00	ไม่มีความสัมพันธ์กัน



บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลและแปลผลความหมายข้อมูลผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ต่างๆแทนความหมายดังนี้

N	แทน	จำนวนประชากร
$\bar{x}$	แทน	ค่าเฉลี่ย
S.D.	แทน	ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
r	แทน	ค่าสหสัมพันธ์ (Pearson Correlation)
p	แทน	ค่าความน่าจะเป็นหรือโอกาส (Probability)
**	แทน	นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยนี้เป็นการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) โดยผู้วิจัยได้นำเสนอในรูปการวิเคราะห์ตามลำดับดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์แรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

ตาราง 2 ข้อมูลส่วนบุคคลนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

ข้อมูลส่วนบุคคล	จำนวน	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	100	28.09
หญิง	256	71.91
รวม	356	100.00
2. ระดับชั้น		
มัธยมศึกษาปีที่ 1	41	11.63
มัธยมศึกษาปีที่ 2	33	9.32
มัธยมศึกษาปีที่ 3	31	8.64
มัธยมศึกษาปีที่ 4	116	32.46
มัธยมศึกษาปีที่ 5	83	23.42
มัธยมศึกษาปีที่ 6	52	14.53
รวม	356	100.00

จากตาราง 2 พบว่า นักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) จำนวน 356 คน จำแนกข้อมูลรายด้านดังนี้

เพศ ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง จำนวน 256 คน คิดเป็นร้อยละ 71.91 เป็นเพศชาย จำนวน 100 คน คิดเป็นร้อยละ 28.09

ระดับชั้น ส่วนใหญ่ มัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 116 คน คิดเป็นร้อยละ 32.46 รองลงมา คือ มัธยมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 83 คน คิดเป็นร้อยละ 23.42 และสุดท้าย คือ มัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 8.64 ตามลำดับ

**ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์แรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียน
สาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)**

ตาราง 3 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของแรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของ
นักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

แรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรม นันทนาการ	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
แรงจูงใจภายใน	3.29	0.43	ปานกลาง
แรงจูงใจภายนอก	3.28	0.46	ปานกลาง
รวม	3.28	0.40	ปานกลาง

จากตาราง 3 พบว่า แรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียน
สาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) จำนวน 356 คน โดยรวมมี
แรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=3.28$, S.D.=0.40) โดย
จำแนกข้อมูลรายด้านดังนี้

ส่วนใหญ่ของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่าย
มัธยม) มีแรงจูงใจภายใน อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=3.29$, S.D.=0.43) รองลงมา คือ แรงจูงใจ
ภายนอก อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=3.28$, S.D.=0.46)

ตาราง 4 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของแรงจูงใจภายในในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

แรงจูงใจภายใน	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1. ข้าพเจ้ามีความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการประเภทต่างๆ เช่น ศิลปหัตถกรรม, เกม กีฬา, การเต้นประเภทต่างๆ, การละคร, งานอดิเรก, การดนตรีและการร้องเพลง, กิจกรรมกลางแจ้งนอกเมือง ท่องเที่ยว, วรรณกรรม นวนิยาย, กิจกรรมทางสังคม งานเลี้ยงวันเกิด งานแต่งงาน, กิจกรรมพิเศษตามเทศกาล ลอยกระทง สงกรานต์ และ การบริการอาสาสมัคร พัฒนาชุมชน บริจาค เป็นต้น	4.29	0.85	มากที่สุด
2. ข้าพเจ้าเห็นความสำคัญในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ส่งเสริมพัฒนาการทางด้านต่างๆ เช่น ทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และอารมณ์	4.25	0.79	มากที่สุด
3. ข้าพเจ้ามีความต้องการในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ	4.13	0.94	มาก
4. กิจกรรมนันทนาการเป็นการสร้างประสบการณ์ใหม่ให้กับข้าพเจ้า	4.37	0.84	มากที่สุด
5. ข้าพเจ้ามีความสุขทุกครั้งที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ	4.15	0.82	มาก
6. ข้าพเจ้ารู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองลดลงเมื่อได้เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ	1.67	0.68	น้อยที่สุด
7. ข้าพเจ้ารู้สึกเป็นกังวลมากขึ้นเมื่อต้องเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ	1.80	0.72	น้อยที่สุด
8. ข้าพเจ้ารู้สึกเสียเวลาที่ใช้ในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ	1.68	0.70	น้อยที่สุด
รวม	3.29	0.43	ปานกลาง

จากตาราง 4 พบว่า แรงจูงใจภายในในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) จำนวน 356 คน โดยรวมมีแรงจูงใจภายในในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=3.29$, S.D.=0.43) โดยจำแนกข้อมูลรายข้อดังนี้

ส่วนใหญ่กิจกรรมนันทนาการเป็นการสร้างประสบการณ์ใหม่ให้กับข้าพเจ้า อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.37$, S.D.=0.84) รองลงมา คือ ข้าพเจ้ามีความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการประเภทต่างๆ อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.29$, S.D.=0.85) และสุดท้าย คือ ข้าพเจ้ารู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองลดลงเมื่อได้เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ อยู่ในระดับน้อยที่สุด ($\bar{X}=1.67$, S.D.=0.68) ตามลำดับ

ตาราง 5 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของแรงจูงใจภายนอกในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

แรงจูงใจภายนอก	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1. เมื่อเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ข้าพเจ้าได้รับการยกย่อง และการยอมรับจากผู้อื่น	3.78	1.04	มาก
2. ข้าพเจ้าได้พบปะผู้คน และเพื่อนใหม่ในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ	4.28	0.86	มากที่สุด
3. เมื่อเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ข้าพเจ้าได้รับรางวัล และสิ่งตอบแทน	3.68	1.13	มาก
4. กิจกรรมนันทนาการมีโอกาสในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น	4.38	0.82	มากที่สุด
5. กิจกรรมนันทนาการส่งเสริมต่อความคิดสร้างสรรค์	4.30	0.79	มากที่สุด
6. การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการมีผลกระทบต่อการเรียน ทำให้เกรดลดลง	1.63	0.68	น้อยที่สุด
7. การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการทำให้ต้องใช้จ่ายจำนวนมาก	1.78	0.74	น้อยที่สุด
8. การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการไม่ก่อให้เกิดประโยชน์กับตัวข้าพเจ้า	1.64	0.67	น้อยที่สุด
9. การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการเป็นการช่วยอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรม	4.06	0.8	มาก
รวม	3.28	0.46	ปานกลาง

จากตาราง 5 พบว่า แรงจูงใจภายนอกในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) จำนวน 356 คน โดยรวม

มีแรงจูงใจภายนอกในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=3.28$, S.D.=0.46) โดยจำแนกข้อมูลรายข้อดังนี้

ส่วนใหญ่กิจกรรมนันทนาการมีโอกาสในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.38$, S.D.=0.82) รองลงมา คือ กิจกรรมนันทนาการส่งเสริมต่อความคิดสร้างสรรค์ อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.30$, S.D.=0.79) และสุดท้าย คือ การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการมีผลกระทบต่อการเรียนรู้ ทำให้เกรดลดลง อยู่ในระดับน้อยที่สุด ($\bar{X}=1.63$, S.D.=0.68) ตามลำดับ

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

ตาราง 6 ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

พฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ	$\bar{X}$	S.D.	แปลผล
1. ศิลปหัตถกรรม (Arts and Crafts) เช่น การวาดรูป ปักกระดาษ เย็บปักถักร้อย งานแกะสลักงานจักสาน งานปั้น การประดิษฐ์ศิลปะ และงานศิลปะอื่น ๆ	3.71	1.28	มาก
2. เกมและกีฬา (Game and Sport) เช่น วาดน้ำ การเล่นฟุตบอล การออกกำลังกายในฟิตเนส บาสเกตบอล หมากรุก เกมเบ็ดเตล็ด และการละเล่นพื้นเมือง	3.90	1.17	มาก
3. การเต้นรำ (Dances) เช่น Street Dance K-Pop การเต้น Cover Dance เต้นบัลเลต์ (Ballet) ฮิปฮอป (HipHop) บี-บอย (B-Boy) รำไทย ลีลาศ (Ballroom Dance) การเต้นรำสมัยใหม่ (Modern Dance) และนาฏศิลป์ อื่น ๆ	3.49	1.45	มาก
4. การละคร (Drama) เช่น ชมภาพยนตร์ Netflix YouTube Disney+ Hotstar รวมถึง ละครทีวี หนังสือ และละครเวที	4.13	1.09	มาก
5. งานอดิเรก (Hobbies) เช่น เล่นเกมคอมพิวเตอร์ เล่นเกมออนไลน์ เกมการ์ด (Card game) แต่งตัวคอสเพลย์ (Cosplay) เล่นโซเชียลมีเดีย เช่น Facebook Line TikTok สะสมแสตมป์ ทำอาหาร ถ่ายภาพ จัดดอกไม้ สะสมของเล่น การเลี้ยงสัตว์ ปลูกต้นไม้ งานประดิษฐ์ การออกแบบต่าง ๆ	4.42	0.84	มากที่สุด

ตาราง 6 (ต่อ)

พฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ	$\bar{x}$	S.D.	แปลผล
6. การดนตรีและการร้องเพลง (Music and Singing) เช่น การร้องเพลง ฟังเพลง เล่นดนตรี การแต่งเนื้อเพลง แต่งทำนองเพลง เรียบเรียงเพลง	4.16	1.06	มาก
7. กิจกรรมกลางแจ้ง / นอกเมือง (Outdoor Activities) เช่น การไปค่ายพักแรม ท่องเที่ยวตามแหล่งธรรมชาติทะเล ภูเขา น้ำตก ปั่นจักรยาน ส่องนก ไปสวนสาธารณะ สวนสนุก สนามเด็กเล่น สวนสัตว์	3.77	1.21	มาก
8. วรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด) (Reading, Writing, Speaking) เช่น การอ่าน วรรณกรรม นวนิยาย หนังสือพิมพ์ การ์ตูน การเขียนเรื่องสั้น บันทึกเรื่องราวประจำวัน บทความ บทร้อยกรอง การพูดในชุมชน การได้เวที การเล่านิทาน การฟังอภิปราย ทอล์คโชว์	3.72	1.18	มาก
9. กิจกรรมทางสังคม (Social Activities) เช่น งานบวช งานแต่งงาน งานเลี้ยงวันเกิด การฉลองในโอกาสพิเศษต่าง ๆ หรือกิจกรรมสร้างสรรค์ที่จัดขึ้นในชุมชนและหมู่บ้าน	3.46	1.27	มาก
10. กิจกรรมพิเศษตามเทศกาลต่าง ๆ (Special Events) เช่น วันสงกรานต์ วันลอยกระทง วันปีใหม่ ตรุษจีน คริสต์มาส และกิจกรรมในวันสำคัญ ทางศาสนา	3.91	1.10	มาก
11. การบริการอาสาสมัคร (Voluntary Services) เช่น การบริจาคโลหิต ให้บริการพัฒนาชุมชน การเป็นอาสาสมัครช่วยเหลือผู้อื่น การบำเพ็ญประโยชน์ด้วยความสมัครใจ	3.38	1.25	ปานกลาง
รวม	3.82	0.79	มาก

จากตาราง 6 พบว่า พฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) จำนวน 356 คน โดยรวมมีพฤติกรรม การปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ อยู่ในระดับมาก ($\bar{x}=3.82$, S.D.=0.79) โดยจำแนกข้อมูลรายข้อ ดังนี้

ส่วนใหญ่งานอดิเรก (Hobbies) เช่น เล่นเกมคอมพิวเตอร์ เล่นเกมออนไลน์ เกมการ์ด (Card game) แต่งตัวคอสเพลย์ (Cosplay) เล่นโซเชียลมีเดีย เช่น Facebook Line TikTok สะสม แสตมป์ ทำอาหาร ถ่ายภาพ จัดดอกไม้ สะสมของเล่น การเลี้ยงสัตว์ ปลูกต้นไม้ งานประดิษฐ์ การ ออกแบบต่าง ๆ อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.42$, S.D.=0.84) รองลงมา คือ การดนตรีและการร้อง เพลง (Music and Singing) เช่น การร้องเพลง ฟังเพลง เล่นดนตรี การแต่งเนื้อเพลง แต่งทำนอง เพลง เรียบเรียงเพลง อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.16$, S.D.=1.06) และสุดท้าย คือ การบริการ อาสาสมัคร (Voluntary Services) เช่น การบริจาคโลหิต ให้บริการพัฒนาชุมชน การเป็น อาสาสมัครช่วยเหลือผู้อื่น การบำเพ็ญประโยชน์ด้วยความสมัครใจ อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=3.38$, S.D.=1.25) ตามลำดับ



**ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรม
นันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร
(ฝ่ายมัธยม)**

ตาราง 7 ค่าความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของ
นักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

แรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรม นันทนาการ	พฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ		
	r	p	ระดับความสัมพันธ์
แรงจูงใจภายใน	.461**	.000	ปานกลาง
แรงจูงใจภายนอก	.572**	.000	ปานกลาง
รวม	.582**	.000	ปานกลาง

จากตาราง 7 พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรม
นันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)
โดยรวมเท่ากับ .582 นั่นคือ แรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการกับพฤติกรรมการปฏิบัติ
กิจกรรมนันทนาการมีความสัมพันธ์ทางบวกระดับปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตาราง 8 ค่าความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจภายในกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

แรงจูงใจภายใน	พฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ		
	r	p	ระดับความสัมพันธ์
1. ข้าพเจ้ามีความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการประเภทต่างๆ เช่น ศิลปหัตถกรรม, เกม กีฬา, การเดินประเภทต่างๆ, การละคร, งานอดิเรก, การดนตรีและการร้องเพลง, กิจกรรมกลางแจ้งนอกเมือง ท่องเที่ยว, วรรณกรรม นวนิยาย, กิจกรรมทางสังคม งานเลี้ยงวันเกิด งานแต่งงาน, กิจกรรมพิเศษตามเทศกาล ลอยกระทง สงกรานต์ และ การบริการอาสาสมัคร พัฒนาชุมชน บริจาค เป็นต้น	.460**	.000	ปานกลาง
2. ข้าพเจ้าเห็นความสำคัญในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ส่งเสริมพัฒนาการทางด้านต่างๆ เช่น ทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และอารมณ์	.360**	.000	ปานกลาง
3. ข้าพเจ้ามีความต้องการในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ	.450**	.000	ปานกลาง
4. กิจกรรมนันทนาการเป็นการสร้างประสบการณ์ใหม่ให้กับข้าพเจ้า	.320**	.000	ปานกลาง
5. ข้าพเจ้ามีความสุขทุกครั้งที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ	.433**	.000	ปานกลาง
6. ข้าพเจ้ารู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองลดลงเมื่อได้เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ	-.010	.846	ต่ำ
7. ข้าพเจ้ารู้สึกเป็นกังวลมากขึ้นเมื่อต้องเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ	-.090	.090	ต่ำ
8. ข้าพเจ้ารู้สึกเสียเวลาที่ใช้ในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ	-.077	.149	ต่ำ
รวม	.461**	.000	ปานกลาง

จากตาราง 8 พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจภายในกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) โดยรวมเท่ากับ .461 นั่นคือ แรงจูงใจภายในในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการมีความสัมพันธ์ทางบวกระดับปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05



ตาราง 9 ค่าความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจภายนอกกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ
ของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

แรงจูงใจภายนอก	พฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ		
	r	p	ระดับความสัมพันธ์
1. เมื่อเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ข้าพเจ้าได้รับการยกย่อง และการยอมรับจากผู้อื่น	.504**	.000	ปานกลาง
2. ข้าพเจ้าได้พบปะผู้คน และเพื่อนใหม่ในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ	.399**	.000	ปานกลาง
3. เมื่อเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ข้าพเจ้าได้รับรางวัล และสิ่งตอบแทน	.520**	.000	ปานกลาง
4. กิจกรรมนันทนาการมีโอกาสนำมาสู่การสร้าง ความสัมพันธ์กับผู้อื่น	.370**	.000	ปานกลาง
5. กิจกรรมนันทนาการส่งเสริมต่อความคิด สร้างสรรค์	.429**	.000	ปานกลาง
6. การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการมีผลกระทบต่อ การเรียน ทำให้เกรดลดลง	-.010	.858	ต่ำ
7. การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการทำให้ต้องใช้จ่าย จำนวนมาก	-.055	.298	ต่ำ
8. การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการไม่ก่อให้เกิด ประโยชน์กับตัวข้าพเจ้า	-.053	.315	ต่ำ
9. การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการเป็นการช่วย อนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรม	.419**	.000	ปานกลาง
รวม	.572**	.000	ปานกลาง

จากตาราง 9 พบว่า ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจภายนอกกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) โดยรวมเท่ากับ .572 นั่นคือ แรงจูงใจภายนอกในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการมีความสัมพันธ์ทางบวกระดับปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

บทที่ 5

สรุปผล อภิปราย และข้อเสนอแนะ

การวิจัย เรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) มีความมุ่งหมายของการวิจัย วิธีการดำเนินการวิจัย การวิเคราะห์ข้อมูล สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะดังต่อไปนี้

ความมุ่งหมายของงานวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ตั้งความมุ่งหมายไว้ดังนี้

1. เพื่อศึกษาแรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)
2. เพื่อศึกษาพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)
3. เพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรในการศึกษาครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 ปีการศึกษา 2567 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) จำนวน 4,859 คน (วิชาการ โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม), 2566)

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในงานวิจัย

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 ปีการศึกษา 2567 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) จำนวน 356 คน โดยเทียบจากตารางเครจซี่และมอร์แกน (Krejcie และ Morgan, 1970) และกำหนดโควต้าตามระดับชั้น ผู้วิจัยเก็บแบบสอบถามจริงทั้งหมด 400 ชุด เพื่อป้องกันแบบสอบถามที่ไม่สมบูรณ์

สรุปผลการวิจัย

จากการวิเคราะห์ข้อมูลการวิจัย เรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) สรุปผลการวิจัย ดังต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคลของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

ผู้วิจัยพบว่านักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) จำนวน 356 คน ผู้ตอบแบบสอบถามเป็นเพศหญิง จำนวน 256 คน คิดเป็นร้อยละ 71.91 เป็นเพศชายจำนวน 100 คน คิดเป็นร้อยละ 28.09 และระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 116 คน คิดเป็นร้อยละ 32.46 รองลงมา คือ มัธยมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 83 คน คิดเป็นร้อยละ 23.42 และสุดท้าย คือ มัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 8.64 ตามลำดับ

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์แรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

ผู้วิจัยพบว่าแรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) จำนวน 356 คน โดยรวมมีแรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=3.28$, S.D.=0.40) โดยจำแนกข้อมูลรายด้านดังต่อไปนี้

ด้านแรงจูงใจภายใน อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=3.29$, S.D.=0.43) ส่วนใหญ่กิจกรรมนันทนาการเป็นการสร้างประสบการณ์ใหม่ให้กับข้าพเจ้า อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.37$, S.D.=0.84) รองลงมา คือ ข้าพเจ้ามีความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการประเภทต่างๆ อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.29$, S.D.=0.85) และสุดท้าย คือ ข้าพเจ้ารู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง ลดลงเมื่อได้เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ อยู่ในระดับน้อยที่สุด ($\bar{X}=1.67$, S.D.=0.68) ตามลำดับ

ด้านแรงจูงใจภายนอก อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=3.28$, S.D.=0.46) ส่วนใหญ่กิจกรรมนันทนาการมีโอกาสในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.38$, S.D.=0.82) รองลงมา คือ กิจกรรมนันทนาการส่งเสริมต่อความคิดสร้างสรรค์ อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.30$, S.D.=0.79) และสุดท้าย คือ การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการมีผลกระทบต่อการเรียนรู้ ทำให้เกรดลดลง อยู่ในระดับน้อยที่สุด ($\bar{X}=1.63$, S.D.=0.68) ตามลำดับ

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

ผู้วิจัยพบว่าพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) จำนวน 356 คน โดยรวมมีพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=3.82$, S.D.=0.79) ส่วนใหญ่ปฏิบัติกิจกรรมงานอดิเรก (Hobbies) เช่น เล่นเกมคอมพิวเตอร์ เล่นเกมออนไลน์ เกมการ์ด (Card game) แต่งตัวคอสเพลย์ (Cosplay) เล่นโซเชียลมีเดีย เช่น Facebook Line TikTok สะสมแสตมป์ ทำอาหาร ถ่ายภาพ จัดดอกไม้ สะสมของเล่น การเลี้ยงสัตว์ ปลูกต้นไม้ งานประดิษฐ์ การออกแบบต่าง ๆ อยู่ในระดับมากที่สุด ($\bar{X}=4.42$, S.D.=0.84) รองลงมา คือ การดนตรีและการร้องเพลง (Music and Singing) เช่น การร้องเพลง ฟังเพลง เล่นดนตรี การแต่งเนื้อเพลง แต่งทำนองเพลง เรียบเรียงเพลง อยู่ในระดับมาก ($\bar{X}=4.16$, S.D.=1.06) และสุดท้าย คือ การบริการอาสาสมัคร (Voluntary Services) เช่น การบริจาคโลหิต ให้บริการพัฒนาชุมชน การเป็นอาสาสมัครช่วยเหลือผู้อื่น การบำเพ็ญประโยชน์ด้วยความสมัครใจ อยู่ในระดับปานกลาง ($\bar{X}=3.38$, S.D.=1.25) ตามลำดับ

ตอนที่ 4 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) โดยรวมเท่ากับ .582 นั่นคือ แรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลาง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผลการวิจัย

ผู้วิจัยอภิปรายผลของการศึกษา เรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) ดังต่อไปนี้

1. แรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) พบว่า โดยรวมมีแรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ อยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาด้านแรงจูงใจภายในพบว่ากิจกรรมนันทนาการเป็นการสร้างประสบการณ์ใหม่ให้กับข้าพเจ้าอยู่ในระดับมากที่สุด ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่านักเรียนในระดับมัธยมศึกษามีความต้องการในการแสวงหาความแปลกใหม่และ

ประสบการณ์ที่แตกต่างจากกิจกรรมในห้องเรียนตามปกติ ซึ่งกิจกรรมนันทนาการมักเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ทดลองสิ่งใหม่ ๆ นอกเหนือจากบทเรียน เช่น การทำงานศิลปะ การเล่นเกม การเข้าร่วมกิจกรรมกลุ่ม หรือการเรียนรู้นอกสถานที่ ส่งผลให้กิจกรรมเหล่านี้สามารถตอบสนองความต้องการภายในของนักเรียนได้ดี โดยเฉพาะในด้านการเรียนรู้ด้วยตนเอง การแสดงออก และการค้นพบตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับหลักในการจัดกิจกรรมนันทนาการสำหรับช่วยวัยรุ่นที่มีอายุระหว่าง 12 - 25 ปี เป็นช่วงวัยของการเปลี่ยนแปลงในด้านอารมณ์ สังคม และช่วงวัยรุ่นเป็นช่วงที่ร่างกายมีการเจริญเติบโตถึงขีดสุด และเป็นวัยที่ต้องการความเป็นอิสระ ต้องการค้นพบศักยภาพและความสามารถของตนเองอย่างแท้จริง ด้วยเหตุนี้ กิจกรรมนันทนาการที่เหมาะสมกับวัยรุ่นจึงควรเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมให้พวกเขาได้สำรวจและพัฒนาความสามารถเฉพาะตัว รวมถึงทักษะการใช้ส่วนต่าง ๆ ของร่างกายได้อย่างเต็มที่ ตัวอย่างของกิจกรรมที่แนะนำได้แก่ กิจกรรมกลางแจ้ง, การออกกำลังกาย, งานศิลปะหัตถกรรม, และดนตรีหลากหลายประเภท (คณิต เขียววิชัย, 2557) รองลงมา คือ ข้าพเจ้ามีความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการประเภทต่างๆ อยู่ในระดับมากที่สุด ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่ากิจกรรมนันทนาการมีความหลากหลายและสามารถตอบสนองความสนใจของนักเรียนได้ตรงตามความถนัดและความชอบเฉพาะบุคคล อีกทั้งยังเป็นกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้นักเรียนได้เลือกเข้าร่วมอย่างอิสระ โดยไม่จำกัดอยู่ในกรอบของวิชาการ ส่งผลให้เกิดความรู้สึกสนุก ผ่อนคลาย และไม่ถูกบังคับ ซึ่งลักษณะดังกล่าวมีแนวโน้มจะกระตุ้นแรงจูงใจภายในได้ดี โดยเฉพาะในช่วงวัยรุ่นที่ต้องการแสดงออกถึงตัวตนและความสามารถเฉพาะด้านผ่านกิจกรรมที่ตนสนใจ ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของดวงนภา พบว่าโรงเรียนสาธิตมีการจัดกิจกรรมนันทนาการในสถานศึกษาที่หลากหลาย ซึ่งการมีกิจกรรมนันทนาการที่หลากหลายนั้นจะส่งเสริมให้นักเรียนสามารถเลือกเข้าร่วมกิจกรรมตามความถนัดและความสนใจ โดยกิจกรรมมีส่วนช่วยเสริมสร้างทักษะ และประสบการณ์ให้กับนักเรียน รวมถึงเสริมสร้างการทำงานร่วมกันกับเพื่อนนักเรียนอีกด้วย (ดวงนภา ศรีนนทวงศ์, 2567) และสุดท้าย คือ ข้าพเจ้ารู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองลดลงเมื่อได้เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการอยู่ในระดับน้อยที่สุด ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่านักเรียนส่วนใหญ่เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการด้วยความสมัครใจและมุ่งเน้นความสนุกสนานหรือการพักผ่อนมากกว่าการประเมินคุณค่าหรือศักยภาพของตนเองภายใต้บริบทของกิจกรรมเหล่านั้น อีกทั้งกิจกรรมนันทนาการมักไม่เน้นการแข่งขันหรือการวัดผลเชิงประสิทธิภาพ จึงไม่กระตุ้นให้เกิดการเปรียบเทียบหรือประเมินคุณค่าในตนเองอย่างชัดเจน ส่งผลให้ความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองที่ลดลงจากการเข้าร่วมกิจกรรมดังกล่าวเกิดขึ้นน้อยในกลุ่มนักเรียน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของหัตยา พบว่าเมื่อนักเรียนรู้สึกว่

ตนเองเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรม หรือรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง นักเรียนมักจะให้ความร่วมมือในกิจกรรมนั้นด้วยความสมัครใจ (หัตยา มั่นชาติ, 2566) เมื่อพิจารณาด้านแรงจูงใจภายนอกพบว่า กิจกรรมนันทนาการมีโอกาสในการสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น อยู่ในระดับมากที่สุด ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่ากิจกรรมนันทนาการหลายประเภทเปิดโอกาสให้นักเรียนได้ทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม หรือมีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน เช่น การเล่นเกมกีฬา การร้องเพลง หรือกิจกรรมเชิงสร้างสรรค์อื่น ๆ ซึ่งเอื้อต่อการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น การช่วยเหลือกัน และการสร้างสายสัมพันธ์ทางสังคม โดยเฉพาะในช่วงวัยมัธยมซึ่งเป็นช่วงวัยที่ให้ความสำคัญกับการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนและความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของสังคม จึงทำให้กิจกรรมเหล่านี้ได้รับการตอบสนองทางแรงจูงใจภายนอกในระดับสูง สอดคล้องกับผลวิจัยของชญาณี ซึ่งพบว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร มีความต้องการกิจกรรมนันทนาการที่ส่งเสริมทักษะชีวิตด้านการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นมากที่สุด และยังสอดคล้องกับผลวิจัยของกิตติวัฒน์ พบว่า โปรแกรมนันทนาการส่งผลต่อทักษะทางสังคมของวัยรุ่นตอนปลายด้านการสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นและการทำงานร่วมกับผู้อื่น (ชญาณี ขวัญชูช, 2563) รองลงมาคือกิจกรรมนันทนาการส่งเสริมต่อความคิดสร้างสรรค์ อยู่ในระดับมากที่สุด ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่ากิจกรรมนันทนาการส่วนใหญ่เปิดโอกาสให้นักเรียนได้แสดงออกทางความคิดและจินตนาการอย่างอิสระ เช่น การวาดภาพ การออกแบบ การแต่งเพลง การทำคลิปวิดีโอ หรือกิจกรรมเชิงสร้างสรรค์อื่น ๆ ที่ไม่จำกัดรูปแบบหรือคำตอบที่ถูกต้องเพียงหนึ่งเดียว จึงเอื้อต่อการพัฒนาความคิดสร้างสรรค์อย่างเป็นธรรมชาติ นอกจากนี้ การที่กิจกรรมนันทนาการไม่เน้นความกดดันหรือการแข่งขัน ยังช่วยให้นักเรียนกล้าคิด กล้าทำ และกล้าทดลองสิ่งใหม่ ๆ ซึ่งล้วนเป็นองค์ประกอบสำคัญของกระบวนการสร้างสรรค์ ซึ่งสอดคล้องกับการจัดกิจกรรมนันทนาการในโรงเรียนเป็นกระบวนการที่ส่งเสริมการพัฒนาทุกด้านของนักเรียน และยังเป็นกระบวนการเรียนรู้ของแต่ละคนเพื่อแสวงหาความเป็นเอกลักษณ์เฉพาะตนได้อย่างอิสระภายใต้ขอบเขตที่ส่งเสริมลักษณะนิสัยและทัศนคติที่ดีในการดำเนินชีวิตของนักเรียน (เก่งกาจ เกลี้ยงแก้ว, 2561) และสุดท้าย คือ การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการมีผลกระทบต่อการเรียน ทำให้เกรดลดลง อยู่ในระดับน้อยที่สุด ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่านักเรียนสามารถบริหารจัดการเวลาในการเรียนและการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการได้อย่างสมดุล หรืออาจเลือกเข้าร่วมเฉพาะกิจกรรมที่ไม่รบกวนตารางเรียนหลัก อีกทั้งกิจกรรมนันทนาการยังช่วยลดความเครียดและเสริมสร้างสุขภาพจิต ซึ่งส่งผลทางอ้อมต่อประสิทธิภาพในการเรียนรู้ ดังนั้นนักเรียนจึงไม่รู้สึกว่า การเข้าร่วมกิจกรรมเหล่านี้เป็นสาเหตุที่ทำให้ผลการเรียนลดลง จึงทำให้ระดับแรงจูงใจภายนอกในประเด็นนี้อยู่ในระดับน้อยที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับแผนยุทธศาสตร์ที่ 1 การเป็น

ผู้นำทางการศึกษา ของโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) เป้าประสงค์ที่ 3 จัดกิจกรรมส่งเสริมและพัฒนาผู้เรียนไปสู่ระดับนานาชาติ โดยมุ่งเน้นการจัดกิจกรรมสนับสนุนการพัฒนาตามศักยภาพของผู้เรียนในด้านที่หลากหลาย และส่งเสริมกิจกรรมทั้งภายในและภายนอกตามความถนัดของผู้เรียน (ฝ่ายวางแผนและพัฒนา, 2566)

2. พฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) โดยรวมมีพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการอยู่ในระดับมาก ส่วนใหญ่ปฏิบัติกิจกรรมงานอดิเรก (Hobbies) เช่น เล่นเกมคอมพิวเตอร์ เล่นเกมออนไลน์ เกมการ์ด (Card game) แต่งตัวคอสเพลย์ (Cosplay) เล่นโซเชียลมีเดีย เช่น Facebook Line TikTok สะสมแสตมป์ ทำอาหาร ถ่ายภาพ จัดดอกไม้ สะสมของเล่น การเลี้ยงสัตว์ ปลูกต้นไม้ งานประดิษฐ์ การออกแบบต่าง ๆ อยู่ในระดับมากที่สุด ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่ากิจกรรมงานอดิเรกเหล่านี้สามารถตอบสนองต่อความสนใจ ความชอบ และความต้องการในการพักผ่อนของนักเรียนได้เป็นอย่างดี อีกทั้งยังเป็นกิจกรรมที่นักเรียนสามารถเลือกทำได้อย่างอิสระ ไม่จำกัดเวลาและสถานที่ ทำให้สามารถเข้าถึงได้ง่ายและสะดวก นอกจากนี้ งานอดิเรกยังช่วยให้นักเรียนได้แสดงออกถึงตัวตน คลายความเครียดจากการเรียน และสร้างความรู้สึกผ่อนคลาย จึงส่งผลให้พฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมในกลุ่มนี้อยู่ในระดับมากที่สุด ซึ่งสอดคล้องกับชัยบุ (Chubb, 1981) ได้สรุปถึงส่วนหนึ่งของเป็นปัจจัยภายในที่ส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของบุคคลซึ่งมีผลมาจากความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมของบุคคล ได้แก่ บุคลิกภาพ เจตคติ การรับรู้ ความรู้ ทักษะ ความชอบไม่ชอบ ประสบการณ์ และวัฒนธรรมประเพณี ที่ส่งผลต่อการเลือกเข้าร่วมกิจกรรมที่แตกต่างกันไป นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับพนม เกตุมาน (2550) ที่ได้กล่าวถึงพฤติกรรมของวัยรุ่นตอนกลาง (14 – 16 ปี) ไว้ว่าเอกลักษณ์เฉพาะตัวเริ่มปรากฏ รู้ว่าตนเองชอบอะไร ถนัดทางไหน เลือกกิจกรรมหรือการเรียนที่ตรงกับความชอบความถนัด รองลงมา คือ การดนตรีและการร้องเพลง (Music and Singing) เช่น การร้องเพลง ฟังเพลง เล่นดนตรี การแต่งเนื้อเพลง แต่งทำนองเพลง เรียบเรียงเพลง อยู่ในระดับมาก ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่านักเรียนมีความสนใจและความถนัดในกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับดนตรีและการร้องเพลง ซึ่งเป็นกิจกรรมที่เอื้อต่อการแสดงออกทางอารมณ์และความคิดสร้างสรรค์ อีกทั้งยังสามารถทำได้ทั้งแบบเดี่ยวและแบบกลุ่ม จึงเหมาะสมกับลักษณะของวัยรุ่นที่กำลังแสวงหาตัวตนและต้องการพื้นที่ในการแสดงออก นอกจากนี้ กิจกรรมดนตรียังช่วยให้เกิดความผ่อนคลาย ลดความเครียดจากการเรียน และส่งเสริมทักษะด้านสมาธิและการฟังอย่างมีประสิทธิภาพ จึงทำให้พฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมในกลุ่มนี้อยู่ในระดับมากอย่างมีนัยสำคัญ ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาวิจัยของคาทาร์ชีนา (Katarzyna

Grebosz-Haring, 2018) พบว่า กลุ่มนักเรียนอายุระหว่าง 11 – 18 ปี ที่เข้าร่วมโครงการเกี่ยวกับการร้องเพลงมีฮอริโมนคอร์ติซอลซึ่งเป็นฮอริโมนเกี่ยวกับความเครียดลดลง และสุดท้าย คือ การบริการอาสาสมัคร (Voluntary Services) เช่น การบริจาคโลหิต ให้บริการพัฒนาชุมชน การเป็นอาสาสมัครช่วยเหลือผู้อื่น การบำเพ็ญประโยชน์ด้วยความสมัครใจ อยู่ในระดับปานกลาง ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะว่ากิจกรรมด้านการบริการอาสาสมัครมักต้องอาศัยความพร้อมด้านเวลา ความตั้งใจจริง และการมีจิตสาธารณะสูง จากการศึกษาเจตคติของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านต่อคนพิการทางการเคลื่อนไหวหรือทางร่างกายในจังหวัดสระบุรี นอกจากนี้ สุภาภรณ์ เทพพานิช, กันยารัตน์ อุบลวรรณ, และ จิราพัชร ชัดแสน (2565) พบว่า อาสาสมัครสาธารณสุขส่วนใหญ่มีเจตคติต่อการช่วยเหลือคนพิการอยู่ในระดับปานกลาง สะท้อนถึงสถานการณ์ที่อาสาสมัครแม้จะมีบทบาทสำคัญในระบบสุขภาพชุมชน แต่ยังคงขาดความเข้าใจที่ลึกซึ้ง หรือแรงจูงใจเชิงบวกอย่างต่อเนื่อง ซึ่งอาจไม่ใช่ปัจจัยหลักที่กระตุ้นความสนใจของนักเรียนในวัยมัธยม นอกจากนี้ กิจกรรมประเภทนี้มักจัดขึ้นเป็นครั้งคราว ไม่ต่อเนื่อง และอาจมีข้อจำกัดด้านโอกาสในการเข้าร่วม เช่น ต้องออกนอกสถานที่หรือดำเนินการภายใต้การควบคุมของผู้ใหญ่ ทำให้นักเรียนรู้สึกว่าการเข้าร่วมกิจกรรมอาสาสมัครนั้นยุ่งยากหรือไม่สามารถทำได้บ่อยครั้ง และอยู่ในช่วงวัยเรียนที่มีข้อจำกัดด้านเวลาในการเข้าร่วมกิจกรรมอาสาสมัคร ส่งผลให้พฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมในกลุ่มนี้อยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งสอดคล้องกับจอนพะจิง เฟ็งจาด (2562) การศึกษาประสบการณ์การทำงานของอาสาสมัครด้านสุขภาพ เขตกรุงเทพมหานคร พบว่า อาสาสมัครรู้สึกเหนื่อยทั้งกายและใจ แต่ก็มีความสุขที่ได้เป็นผู้ให้ และรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง โดยการเป็นอาสาสมัครช่วยเหลือผู้อื่นและการบำเพ็ญประโยชน์เกิดขึ้นด้วยความสมัครใจ มีทั้งผลดีและข้อจำกัดที่เกี่ยวข้องกับความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเองและความเหนื่อยล้าทางกายและใจ

3. ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) โดยรวมเท่ากับ .582 นั่นคือ แรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการมีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับปานกลาง ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าแรงจูงใจถือเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลโดยตรงต่อการเลือกและการมีส่วนร่วมในกิจกรรมนันทนาการของนักเรียน โดยเฉพาะเมื่อแรงจูงใจทั้งภายใน เช่น ความสนใจ ความสนุก และความพึงพอใจส่วนบุคคล รวมถึงแรงจูงใจภายนอก เช่น การเข้าสังคม หรือการได้รับการยอมรับจากผู้อื่น มีอยู่ในระดับที่เหมาะสม ก็จะส่งเสริมให้เกิดพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง อย่างไรก็ตามระดับความสัมพันธ์ที่อยู่ในระดับปานกลางอาจสะท้อนว่ามีปัจจัยอื่นร่วมด้วย เช่น เวลา ความพร้อมด้าน

สถานที่ หรือการสนับสนุนจากครอบครัวและโรงเรียน ซึ่งอาจมีผลต่อการตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมของนักเรียนด้วย จากการศึกษาผลงานวิจัยของธัชชัย วุฒิกุลชัย (2566) ศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ของการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการกับการเห็นคุณค่าในตนเองของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) ผลวิจัยพบว่า นักเรียนมีระดับการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการโดยรวมอยู่ในระดับปานกลาง และมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองโดยรวมอยู่ในระดับมาก โดยมีความสัมพันธ์เชิงบวกอย่างมีนัยสำคัญที่ .05 ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎี ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับพฤติกรรม การปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการอยู่ในระดับปานกลางอย่างไรก็ตามยังมีผลการศึกษานักวิจัยหลายท่านที่ได้แสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับพฤติกรรม การปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการในทิศทางบวก เช่น ผลการศึกษาของจิราณัฐณ์ คำปลิว (2561) ซึ่งได้ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติและพฤติกรรม การปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ พบว่า มีความสัมพันธ์ทางบวกที่มีค่าค่อนข้างสูง ($r = .92$) ซึ่งแสดงให้เห็นว่าแรงจูงใจและเจตคติที่ดีสามารถกระตุ้นให้เกิดการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการได้มากขึ้น นอกจากนี้ อัยลดา หอมไม่หาย (2562) พบว่า พฤติกรรม การปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความสุขของนักเรียน ซึ่งสะท้อนถึงบทบาทของกิจกรรมนันทนาการในการเสริมสร้างความสุขและคุณภาพชีวิตของนักเรียนอย่างเห็นได้ชัด ในทำนองเดียวกันผลการศึกษาของศิริชญากรณ์ ภูมิพิริยะสกุล (2563) ซึ่งได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับทัศนคติในการใช้เวลาว่างของผู้ใช้บริการศูนย์เยาวชนในกรุงเทพมหานคร พบว่า มีความสัมพันธ์ทางบวกในระดับค่อนข้างสูง ($r = 0.74$) ระหว่างแรงจูงใจและทัศนคติที่ดีในการใช้เวลาว่าง ซึ่งยิ่งสะท้อนถึงความสำคัญของแรงจูงใจที่มีต่อพฤติกรรม การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ โดยเฉพาะในแง่ของการเลือกกิจกรรมที่สอดคล้องกับความสนใจและความพึงพอใจของบุคคล จากผลการศึกษาเหล่านี้ จึงสามารถสรุปได้ว่า แรงจูงใจเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักเรียน โดยเฉพาะแรงจูงใจทั้งภายในและภายนอกที่อยู่ในระดับเหมาะสมจะกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรม การปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการอย่างต่อเนื่อง ทั้งนี้การสร้างแรงจูงใจที่มีประสิทธิภาพต้องพิจารณาปัจจัยอื่น ๆ เช่น การสนับสนุนจากครอบครัวและโรงเรียน รวมถึงความพร้อมด้านเวลาและสถานที่ ซึ่งจะช่วยให้ส่งเสริมให้การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการเป็นไปอย่างยั่งยืนและมีประโยชน์สูงสุดต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตของนักเรียนในระยะยาว

ข้อเสนอแนะ

จากผลการศึกษาวิจัย เรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) ข้างต้น ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะดังต่อไปนี้

1. ควรส่งเสริมกิจกรรมนันทนาการที่เน้นแรงจูงใจภายใน เนื่องจากนักเรียนมีแรงจูงใจภายในระดับปานกลาง และกิจกรรมที่สร้างประสบการณ์ใหม่ได้รับค่าคะแนนเฉลี่ยสูง ควรจัดกิจกรรมที่กระตุ้นความสนใจส่วนบุคคล เช่น กิจกรรมเชิงสร้างสรรค์หรือกิจกรรมที่เปิดโอกาสให้นักเรียนได้ทดลองสิ่งใหม่ ๆ เพื่อส่งเสริมแรงจูงใจภายในอย่างยั่งยืน

2. ควรพัฒนากิจกรรมที่ส่งเสริมความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและการคิดสร้างสรรค์ ผลวิจัยแสดงให้เห็นว่าแรงจูงใจภายนอกที่เกี่ยวข้องกับการสร้างความสัมพันธ์และความคิดสร้างสรรค์อยู่ในระดับสูง ดังนั้น สถานศึกษาควรสนับสนุนกิจกรรมกลุ่มหรือกิจกรรมที่ช่วยฝึกทักษะทางสังคม เช่น เวิร์กช็อป ศิลปะ ดนตรี หรือกิจกรรมกลุ่มสร้างสรรค์ เพื่อกระตุ้นแรงจูงใจภายนอกให้เกิดผลลัพธ์เชิงบวกต่อพฤติกรรมของนักเรียน

3. ควรส่งเสริมกิจกรรมจิตอาสาในรูปแบบที่น่าสนใจและเหมาะสมกับวัยรุ่น เนื่องจากพฤติกรรมด้านการบริการอาสาสมัครอยู่ในระดับปานกลาง ซึ่งต่ำกว่ากิจกรรมอื่น ๆ อย่างเห็นได้ชัด สถานศึกษาควรพัฒนาโครงการอาสาสมัครให้มีความน่าสนใจ เช่น การรวมกิจกรรมอาสาสมัครกับกิจกรรมความสนใจของวัยรุ่น เช่น การถ่ายภาพเพื่อสื่อสารกิจกรรมช่วยเหลือ การจัดอีเวนต์เพื่อการกุศลที่ใช้เทคโนโลยีหรือสื่อออนไลน์เข้ามามีบทบาทมากขึ้น

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยครั้งต่อไป

1. การศึกษาความแตกต่างของแรงจูงใจและพฤติกรรมตามปัจจัยส่วนบุคคล เช่น เพศ ระดับชั้น หรือผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนเพื่อให้เข้าใจลึกซึ้งถึงลักษณะของกลุ่มนักเรียนที่มีแรงจูงใจหรือพฤติกรรมต่างกัน ซึ่งจะช่วยให้การออกแบบกิจกรรมนันทนาการสามารถตอบสนองต่อความต้องการเฉพาะกลุ่มได้มากขึ้น

2. การศึกษาวิจัยแบบผสมผสาน (Mixed Methods Research) โดยการเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพควบคู่กับเชิงปริมาณ เช่น การสัมภาษณ์แบบเจาะลึกหรือสนทนากลุ่มย่อย (Focus Group) เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึกเกี่ยวกับแรงจูงใจ ความรู้สึก หรือประสบการณ์จริงของนักเรียน

3. การศึกษาผลของการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการต่อพฤติกรรมหรือทักษะด้านอื่น ๆ เช่น ทักษะการคิดวิเคราะห์ ความคิดสร้างสรรค์ ความสามารถในการจัดการเวลา หรือ

ความสามารถทางอารมณ์ เพื่อขยายผลให้เห็นคุณค่าของกิจกรรมนันทนาการในด้านการพัฒนา
ศักยภาพของนักเรียนอย่างรอบด้าน



บรรณานุกรม

- Ab Dulhamid, H., Isa, M. I., Mohamed, B., และ Sazali, M. F. (2023). MOTIVATION OF OUTDOOR RECREATION PARTICIPATION AMONG RURAL AND URBAN COMMUNITIES. *PLANNING MALAYSIA*, 21(25), 470-483.
- Adli, M., Sidi, M., Radzi, W., Mohd, R., Aman, M. S., และ Mohd Yasim, M. (2017). A Study of Participation Motive in Outdoor Recreational Activities. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 2017, 2222-6990.
- Aran, S. (2014). A case study on defining leisure time motivation of recreation students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 152, 734-739.
- Bloom, B. S., Hastings, J. T., และ George, F. M. (1971). *Handbook on Formative and Summative Evaluation of Student Learning*. New York: McGraw-Hill.
- Brown, H. D. (1980). *Principles of Language Learning and Teaching*. New Jersey: printice-Hall.
- Chubb, M. (1981). *One third of our time?: An introduction to recreation behaviour and resources*. New Jersey: Wiley.
- Cronbach, L. J. (1984). *Essentials of psychological testing*. NY: Harper & Row.
- Hilgard, E. R. (1981). *Introduction to Psychology*. New York: Harcourt, Brace and World, Inc. .
- Jovanović, S., Tešanović, G., และ Jakovljević, V. (2016). Motivation to participate in recreational activities in relation to health status and time commitment. 62-69.
- Katarzyna Grebosz-Haring. (2018). Effects of group singing versus group music listening on hospitalizwd children and adolescents with mental disorders: A pilot study. *Heliyon*, 4(9).
- Kidd, J. R. (1973). *How Adults Learn*. New York: Association Press.
- Kinczel, A., MakiÁri, G., และ Müller, A. (2020). Recreational Activities and Motivation Among Young People. *Geosport for Society*, 12, 53-65.
- Krejcie, R. V., และ Morgan, D. W. (1970). Determining Sample Size for Research Activities. *Educational and Psychological Measurement*, 30(3), 607-610.

- Rovinelli, R. J., และ Hambleton, R. K. (1977). On the Use of Content Specialists in the Assessment of Criterion-Referenced Test Item Validity. *Tijdschrift Voor Onderwijs Research*, 2, 49-60.
- Sidi, M. A. M., Radzi, W. M., Aman, M. S., และ Yassim, M. M. Y. (2017). A Study of Participation Motive in Outdoor Recreational Activities. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 7(3), 740-753.
- กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. (2566). แผนปฏิบัติการด้านนันทนาการ ระยะที่ 4 (พ.ศ. 2566 -2570). กรุงเทพฯ: กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา.
- กรมพลศึกษา สำนักนันทนาการ กลุ่มนันทนาการเด็กและเยาวชน. (2562). ผู้นำนันทนาการ. กรุงเทพฯ: กรมพลศึกษา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา.
- กระทรวงศึกษาธิการ. (2566). ประกาศกระทรวงศึกษาธิการ เรื่อง นโยบายและจุดเน้นของ กระทรวงศึกษาธิการ ประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2566. กรุงเทพฯ: กระทรวงศึกษาธิการ.
- เก่งกาจ เกลี้ยงแก้ว. (2561). การพัฒนารูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วมเพื่อเสริมสร้างความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น (ปรัชญาดุษฎีบัณฑิต พื้นฐานทางการศึกษา). มหาวิทยาลัยศิลปากร, นครปฐม.
- คณิต เขียววิชัย. (2557). หลัคนันทนาการ (พิมพ์ครั้งที่ 3). นครปฐม: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัยศิลปากร พระราชวังสนามจันทร์.
- จอณณะจ พึ่งจาด. (2562). บทบาทพยาบาลในการดูแลแบบประคับประคอง. วารสารวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนีนี, 30(1), 100-107.
- จำรูญ เทียมธรรม. (2546). การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยบางประการกับแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4. (ปริญญานิพนธ์การศึกษามหาบัณฑิต). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- จิราณวัฒน์ คำปลิว. (2561). ความสัมพันธ์ระหว่างเจตคติและพฤติกรรมการปฏิบัติเกี่ยวกับ นันทนาการของนักศึกษามหาวิทยาลัยเทคโนโลยีราชมงคลกรุงเทพ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- ชญาณี ขวัญชูช. (2563). สภาพ ปัญหาและความต้องการ กิจกรรมนันทนาการเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ. (ปริญญานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต). <http://ir-ithesis.swu.ac.th/dspace/bitstream/123456789/1025/1/gs611130473.pdf>

ชาลินี พรตเจริญ. (2556). พฤติกรรมการดูแลสุขภาพตนเองของประชาชนในเขตเทศบาลเมือง
จันทบุรี. (วิทยานิพนธ์รัฐประศาสนศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการภาครัฐและ
ภาคเอกชน วิทยาลัยการบริหารรัฐกิจ). มหาวิทยาลัยบูรพา, ชลบุรี.

ชูชีพ เยาวพัฒน์. (2543). นันทนาการ. กรุงเทพฯ: โอ.เอส. พรีนติ้ง เฮ้าส์.

ชูศรี วงศ์รัตนะ. (2541). เทคนิคการใช้สถิติเพื่อการวิจัย. กรุงเทพฯ: เทพนรมิตการพิมพ์.

ชูศักดิ์ เจนประโคน. (2545). เทคนิคการสร้างแรงจูงใจ = *Motivation techniques : HR 415* (พิมพ์
ครั้งที่ 3, [ฉบับปรับปรุง]). กรุงเทพฯ: ภาควิชาการบริหารทรัพยากรมนุษย์ มหาวิทยาลัย
รามคำแหง.

ดวงนภา ศรีนันทวงศ์. (ม.ค. - เม.ย. 2567). รูปแบบกิจกรรมนันทนาการแบบมีส่วนร่วม เพื่อ
เสริมสร้างความสุขของนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสาธิต ในจังหวัด
นครปฐม. มจร การพัฒนาสังคม, 9(1), 234-238.

ดารณี พานทอง พาลุสุข, และ สุรเสกข์ พงษ์หาญยุทธ. (2548). ทฤษฎีการจูงใจ. กรุงเทพฯ:
มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

ธวัช เต็มญวน. (2561). ปัจจัยที่ส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนักศึกษาสถาบัน
บัณฑิตพัฒนศิลป์. วารสารพัฒนศิลป์วิชาการ, 2, 367-378.

ธัชชัย วุฒิกุลชัย. (2566). ความสัมพันธ์ของการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการกับการเห็นคุณค่าใน
ตนเอง ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ. (ปริญญานิพนธ์
ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต). [http://ir-](http://ir-thesis.swu.ac.th/dspace/bitstream/123456789/2794/1/gs621130127.pdf)

[thesis.swu.ac.th/dspace/bitstream/123456789/2794/1/gs621130127.pdf](http://ir-thesis.swu.ac.th/dspace/bitstream/123456789/2794/1/gs621130127.pdf)

บุญชม ศรีสะอาด. (2547). วิธีการทางสถิติสำหรับการวิจัย. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.

ปภณ มะโน. (2561). ผลโปรแกรมนันทนาการที่มีต่อการพัฒนาพฤติกรรมกล้าแสดงออกของนักเรียน
ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่าย
มัธยม). (ปริญญานิพนธ์ (ศศ.ม. (การจัดการกีฬาและนันทนาการ))). มหาวิทยาลัยศรีนคริน
ทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.

ฝ่ายวางแผนและพัฒนา. (2566). แผนยุทธศาสตร์และแผนปฏิบัติการ (2566-2569). In.
<https://shorturl.asia/Y6P4H>

พนม เกตุมาน. (2550). พัฒนาการวัยรุ่น (Adolescent Development). สืบค้นจาก
http://psyclin.co.th/new_page_56.htm

พัชร วิศาลาภรณ์. (2564). ความสัมพันธ์ของการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิตของบุคลากรมหาวิทยาลัยการกีฬาแห่งชาติ วิทยาเขตกรุงเทพ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.

พิชญภัฏกัญจน์ ปานเผือก. (2560). ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา

: ศึกษาเฉพาะกรณี นักเรียนในโรงเรียนขยายโอกาส

สังกัดสํานักงานเขตภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร. มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

ล้วน สายยศ, และ อังคณา สายยศ. (2538). เทคนิคการวิจัยทางการศึกษา. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์สุวิริยาสาสน.

วาโร เพ็งสวัสดิ์. (2557). การวิจัยในชั้นเรียน. กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์สุวิริยาสาสน.

วิชาการ โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม). (2566). จำนวนนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 - 6 ปีการศึกษา 2566. กรุงเทพฯ:

วีรชัย อยู่เย็น. (2557). แรงจูงใจที่มีต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.

ศิริชญาภรณ์ ภูมิพิริยะสกุล. (2563). ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับทัศนคติในการใช้เวลาว่างของผู้ใช้บริการศูนย์เยาวชนในสังกัดกรุงเทพมหานคร. มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.

สมจิตต์ สุพรรณทาสี. (2542). พฤติกรรมและการเปลี่ยนแปลง เอกสารการสอนชุดวิชาสุขศึกษา (หน่วยที่ 1-7). นนทบุรี: สาขาวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

สมบัติ กาญจนกิจ. (2544). นันทนาการและอุตสาหกรรมท่องเที่ยว. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาแห่งชาติ. (2545). พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2542 และที่แก้ไขเพิ่มเติม (ฉบับที่ 2) พ.ศ. 2545. กรุงเทพฯ: บริษัท พรักหวานกราฟฟิค จำกัด.

สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน. (2560). คู่มือบริหารจัดการเวลาเรียนตามนโยบาย “ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้”. กรุงเทพฯ: สำนักวิชาการและมาตรฐานการศึกษา สำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน.

สำเริง วงศ์พลาย. (2553). ศึกษาปัจจัยแรงจูงใจในการเรียนของนักศึกษาสถาบันการพลศึกษา วิทยาเขตชุมพร. สถาบันการพลศึกษา, ชุมพร.

สุจุฑา ศุภสมิต. (2552). ปัจจัยที่ส่งผลต่อแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมนักเรียนของนักเรียนช่วงชั้นที่ 4 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ปทุมวัน เขตปทุมวัน กรุงเทพมหานคร.

- (สารนิพนธ์ กศ.ม.(จิตวิทยาการศึกษา)). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.
- สุพิชญา พันธุ์เดช. (2563). การพัฒนาแนวทางการจัดการเรียนรู้ที่เน้นผู้เรียนเป็นสาคัญ ส าหรับ
สถานศึกษาสังกัดส านักงานเขต
- พื้นที่การศึกษาประถมศึกษาบึงกาฬ. มหาวิทยาลัยมหาสารคาม.
- สุภาภรณ์ เทพพานิช, กันยารัตน์ อุบลวรรณ, และ จิราพัชร ชัดแสน. (2565). เจตคติต่อคนพิการทาง
กายและการเคลื่อนไหว ของอาสาสมัครสาธารณสุขประจำหมู่บ้านในจังหวัดสระบุรี.
วารสารวิจัยสุขภาพและการพยาบาล, 38(3), 225-236.
- สุรพล พะยอมแย้ม. (2545). จิตวิทยาอุตสาหกรรม. กาญจนบุรี: สำนักพิมพ์ธรรมเมธี-สหาย
พัฒนาการพิมพ์.
- หัตยา มั่นชาติ. (2566). การศึกษาพฤติกรรมของผู้เรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายที่กลับสู่ชั้น
เรียนปกติ (*on-site*) ในวงสถานการณ์ COVID-19 คลี่คลายลง. กรุงเทพฯ:
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- อรพินทร์ ชูชม, วิลาสลักษณ์ ชีววลลี, และ อัจฉรา สุขารมณ. (2546). รูปแบบการพัฒนาดนเพื่อเพิ่ม
พลังใจในการทำงาน:กรณีครูประถมศึกษา. วารสารพฤติกรรมศาสตร์ ฉบับปริทัศน์, 9(1),
1-15.
- อัยลดา หอมไม่หาย. (2562). พฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการที่ส่งผลต่อความสุขของ
นักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.





ภาคผนวก ก
รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือ

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือ

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ขจรศักดิ์ รุ่งประพจน์ ผู้ช่วยคณบดีคณะศึกษาศาสตร์
มหาวิทยาลัยนเรศวร
2. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วณัฐพงศ์ เบญจพงศ์ รองคณบดีฝ่ายกิจการนักศึกษา
มหาวิทยาลัยรามคำแหง
3. อาจารย์ ดร.ธเนตร ตัญวงษ์ อาจารย์ประจำภาควิชาสหวิทยาการ คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
4. อาจารย์ ดร.จิราวุฒน์ คำปลิว อาจารย์ประจำภาควิชาสหวิทยาการ คณะพลศึกษา
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
5. อาจารย์ปภณ มะโน รองผู้อำนวยการฝ่ายเสริมสร้างคุณภาพนักเรียน
โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)





ภาคผนวก ข

หนังสือขอความอนุเคราะห์ผู้เชี่ยวชาญ



ที่ อว 8718/255

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
114 สุขุมวิท 23 แขวงคลองเตยเหนือ

เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

22 กุมภาพันธ์ 2567

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เชิญบุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณะบดีคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

เนื่องด้วย นายณัฐพร ต่อเงิน นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการจัดการกีฬาและนันทนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญาโท เรื่อง “ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจและพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุนนตรี นิมนต์พันธ์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญาโท

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.จอร์จศักดิ์ รุ่งประพันธ์ เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบแบบสอบถาม ทั้งนี้ นิสิตได้ติดต่อประสานงานเบื้องต้นกับบุคลากรของท่านแล้ว และจะประสานงานในรายละเอียดดังกล่าวต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์บุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญ ให้ นายณัฐพร ต่อเงิน และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์จอร์จชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0 2649 5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อนิสิต โทรศัพท์ 080 446 4641



ที่ อว 8718/255

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
114 สุขุมวิท 23 แขวงคลองเตยเหนือ

เขตวัฒนา กรุงเทพฯ 10110

22 กุมภาพันธ์ 2567

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เชิญบุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญ

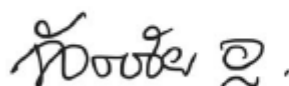
เรียน คณบดีคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง

เนื่องด้วย นายณัฐพร ต่อเงิน นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการจัดการกีฬาและนันทนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจและพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุนนตรี นิ่มเนติพันธ์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ อาจารย์ ดร.วณัฐพงศ์ เบญจพงศ์ เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบแบบสอบถาม ทั้งนี้ นิสิตได้ติดต่อประสานงานเบื้องต้นกับบุคลากรของท่านแล้ว และจะประสานงานในรายละเอียดดังกล่าวต่อไป

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์บุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญ ให้ นายณัฐพร ต่อเงิน และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

ขอแสดงความนับถือ



(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร. 0 2649 5064

หมายเหตุ : สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมกรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 080 446 4641



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานบริหารและธุรการ บัณฑิตวิทยาลัย โทร. 12412

ที่ อว 8718.1/255

วันที่ 22 กุมภาพันธ์ 2567

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เชิญบุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน คณบดีคณะพลศึกษา

เนื่องด้วย นายณัฐพร ต่อเงิน นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการจัดการกีฬาและนันทนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจและพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุนนรตรี นิมเนตพันธ์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ อาจารย์ ดร.ธเนตร ตัญญวงษ์ และอาจารย์ ดร.จิราวุฒน์ คำปลิว เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจแบบสอบถาม ทั้งนี้ นิสิตได้ติดต่อประสานงานเบื้องต้นกับบุคลากรของท่านแล้ว และจะประสานงานในรายละเอียดดังกล่าวต่อไป สามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ โทร. 080 446 4641

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์บุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญ ให้ นายณัฐพร ต่อเงิน และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย





บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานบริหารและธุรการ บัณฑิตวิทยาลัย โทร. 12412

ที่ อว 8718.1/255

วันที่ 22 กุมภาพันธ์ 2567

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เชิญบุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญ

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

เนื่องด้วย นายณัฐพร ต่อเงิน นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการจัดการกีฬาและนันทนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำปริญญานิพนธ์ เรื่อง “ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจและพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุนนรตรี นิมเนตพันธ์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาปริญญานิพนธ์

ในการนี้ บัณฑิตวิทยาลัยขอเรียนเชิญ อาจารย์ปภณ มะโน เป็นผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบแบบสอบถาม ทั้งนี้ นิสิตได้ติดต่อประสานงานเบื้องต้นกับบุคลากรของท่านแล้ว และจะประสานงานในรายละเอียดดังกล่าวต่อไป สามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ โทร. 080 446 4641

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์บุคลากรในสังกัดเป็นผู้เชี่ยวชาญ ให้ นายณัฐพร ต่อเงิน และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย





ภาคผนวก ค
หนังสือรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์
และหนังสือขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย



AF19-03-03.1
August, 2023

หนังสือรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์
หนังสือฉบับนี้ให้ไว้เพื่อแสดงว่า

ชื่อโครงการวิจัย : ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจและพฤติกรรมการปฏิบัติตามกิจกรรมนันทนาการ ของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

ชื่อหัวหน้าโครงการวิจัย : นายณัฐพร ต่อเงิน

หน่วยงานต้นสังกัด : บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

หมายเลขรับรองโครงการวิจัย : SWUEC-672216

รายการเอกสารที่รับรอง :

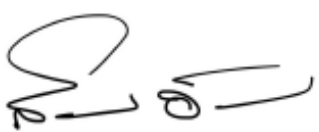
- | | |
|--|--------------------------------------|
| 1. แบบเสนอเพื่อขอรับการพิจารณา | ฉบับที่ 2 ลงวันที่ 18 พฤศจิกายน 2567 |
| 2. โครงการวิจัยฉบับสมบูรณ์ | ฉบับที่ 1 ลงวันที่ 27 มีนาคม 2567 |
| 3. เอกสารข้อมูลและขอความยินยอมสำหรับอาสาสมัคร | ฉบับที่ 2 ลงวันที่ 18 พฤศจิกายน 2567 |
| 4. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย | ฉบับที่ 1 ลงวันที่ 27 มีนาคม 2567 |
| 5. หนังสือแสดงความยินยอมเข้าร่วมการวิจัย ต่ำกว่า 18 ปี | ฉบับที่ 2 ลงวันที่ 18 พฤศจิกายน 2567 |
| 6. ประวัติผู้วิจัย | |

ได้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

โดยยึดหลักเกณฑ์ตาม Declaration of Helsinki, Belmont Report, International Conference on Harmonization in Good Clinical Practice (ICH-GCP), International Guidelines for Human Research ตลอดจนกฎหมาย ข้อบังคับและข้อกำหนดภายในประเทศ จึงเห็นสมควรให้ดำเนินการวิจัยตามโครงการวิจัยนี้ได้

วันที่รับรอง : 23 มกราคม 2568

วันที่หมดอายุ : 22 มกราคม 2569

(ลงชื่อ) 

(รองศาสตราจารย์ ดร.นิธิพงศ์ วัฒนานนท์สกุล)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์

ชุดสังคมศาสตร์และพฤติกรรมศาสตร์ (ชุดที่ 2)

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

หน่วยจริยธรรมและมาตรฐานการวิจัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

อาคารนวัตกรรม ศ.ดร.สาโรช บัวศรี ชั้น 17

โทร. (02) 6495000 ต่อ 17503, 17506 โทรสาร (02) 2042590



บันทึกข้อความ

ส่วนงาน งานบริหารและธุรการ บัณฑิตวิทยาลัย โทร. 12412

ที่ อว 8718.1/252

วันที่ 17 กุมภาพันธ์ 2568

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย

เรียน ผู้อำนวยการโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

เนื่องด้วย นายณัฐพร ต่อเงิน นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาการจัดการกีฬาและนันทนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำวิทยานิพนธ์ เรื่อง “ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจและพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สุนนตรี นิเมเนตพันธ์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ และได้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ หมายเลขรับรอง : SWUEC- 672216

ในการนี้ นิสิตขอความอนุเคราะห์เก็บข้อมูล โดยใช้ แบบสอบถาม เรื่อง “ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจและพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)” กับ นักเรียนระดับมัธยมศึกษา ชั้นปีที่ 1-6 จำนวน 356 คน และขอใช้สถานที่โรงเรียนของท่าน ระหว่างเดือนกุมภาพันธ์ 2568 ถึงเดือนมีนาคม 2568 ทั้งนี้ นิสิตจะเป็นผู้ประสานงานในรายละเอียดดังกล่าวต่อไป สามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ โทร. 080 446 4641

จึงเรียนมาเพื่อโปรดพิจารณาขอความอนุเคราะห์ และขอขอบพระคุณมา ณ โอกาสนี้

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย



ภาคผนวก ง
แบบสอบถามในการวิจัย

แบบสอบถามเพื่อการวิจัย
เรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจและพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ
ของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

คำชี้แจง

แบบสอบถามฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการวิจัยในระดับปริญญาโท หลักสูตรศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการกีฬาและนันทนาการ คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจและพฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) เพื่อนำไปพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมนันทนาการสำหรับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาได้อย่างเหมาะสมต่อไป ดังนั้นคำตอบของท่านจึงมีคุณค่าอย่างยิ่งในการใช้เป็นข้อมูลเพื่อสรุปผลการวิจัยในภาพรวม ซึ่งจะไม่เกิดผลต่อการเรียนของนักเรียนแต่อย่างใดและผู้วิจัยจะเก็บข้อมูลของท่านไว้เป็นความลับ โดยข้อมูลของท่านจะถูกนำไปใช้ประโยชน์ทางวิชาการเท่านั้น ผู้วิจัยจึงขอความอนุเคราะห์จากท่านโปรดตอบแบบสอบถามทุกข้อตามความเป็นจริงของท่านมากที่สุด ซึ่งแบบสอบถามแบ่งออกเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลทั่วไป

ตอนที่ 2 แรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

ตอนที่ 3 พฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

ตอนที่ 4 ข้อเสนอแนะ

ขอขอบคุณนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม) ที่ให้ความร่วมมือตอบแบบสอบถามเพื่อการวิจัยในครั้งนี้

นายณัฐพร ต่อเงิน
 นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาการจัดการกีฬาและนันทนาการ
 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
 ผู้วิจัย

ตอนที่ 1 ข้อมูลส่วนบุคคลทั่วไป

คำชี้แจง โปรดเขียนเครื่องหมาย ☒ ลงหน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงของท่าน

1. เพศ

- ☐ ชาย
☐ หญิง

2. ระดับชั้น

- ☐ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1
☐ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2
☐ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3
☐ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4
☐ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5
☐ ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6

ตอนที่ 2 แรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

คำชี้แจง โปรดเขียนเครื่องหมาย ☒ ลงหน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุด

- ระดับ 5 หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นกับข้อความนี้มากที่สุด
ระดับ 4 หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นกับข้อความนี้มาก
ระดับ 3 หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นกับข้อความนี้ปานกลาง
ระดับ 2 หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นกับข้อความนี้น้อย
ระดับ 1 หมายถึง นักเรียนมีความคิดเห็นกับข้อความนี้น้อยที่สุด

แรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียน	ความคิดเห็น				
	5	4	3	2	1
1. แรงจูงใจภายใน					
1.1 ข้าพเจ้ามีความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการประเภทต่างๆ เช่น ศิลปหัตถกรรม, เกม กีฬา, การเต้นประเภทต่างๆ, การละคร, งานอดิเรก, การดนตรีและการร้องเพลง, กิจกรรมกลางแจ้งนอกเมือง ท่องเที่ยว, วรรณกรรม นวนิยาย, กิจกรรมทางสังคม งานเลี้ยงวันเกิด งานแต่งงาน, กิจกรรมพิเศษตามเทศกาล ลอยกระทง สงกรานต์ และการบริการอาสาสมัคร พัฒนาชุมชน บริจาค เป็นต้น					
1.2 ข้าพเจ้าเห็นความสำคัญในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ส่งเสริมพัฒนาการทางด้านต่างๆ เช่น ทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม และอารมณ์					
1.3 ข้าพเจ้ามีความต้องการในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ					
1.4 กิจกรรมนันทนาการเป็นการสร้างประสบการณ์ใหม่ให้กับข้าพเจ้า					
1.5 ข้าพเจ้ามีอารมณ์สุขทุกครั้งที่ได้เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ					

แรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียน	ความคิดเห็น				
	5	4	3	2	1
1.6 ข้าพเจ้ารู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองลดลงเมื่อได้เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ					
1.7 ข้าพเจ้ารู้สึกเป็นกังวลมากขึ้นเมื่อต้องเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ					
1.8 ข้าพเจ้ารู้สึกเสียเวลาที่ใช้ในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ					
2. แรงจูงใจภายนอก					
2.1 เมื่อเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ข้าพเจ้าได้รับการยกย่อง และการยอมรับจากผู้อื่น					
2.2 ข้าพเจ้าได้พบปะผู้คน และเพื่อนใหม่ในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ					
2.3 เมื่อเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ ข้าพเจ้าได้รับรางวัล และสิ่งตอบแทน					
2.4 กิจกรรมนันทนาการมีโอกาสนำมาสู่ความสัมพันธ์กับผู้อื่น					
2.5 กิจกรรมนันทนาการส่งเสริมต่อความคิดสร้างสรรค์					
2.6 การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการมีผลกระทบต่อการเรียนรู้ ทำให้เกรดลดลง					
2.7 การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการทำให้ต้องใช้เงินจำนวนมาก					
2.8 การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการไม่ก่อให้เกิดประโยชน์กับตัวข้าพเจ้า					
2.9 การเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการเป็นการช่วยอนุรักษ์ศิลปวัฒนธรรม					

ตอนที่ 3 พฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)

คำชี้แจง โปรดเขียนเครื่องหมาย ✓ ลงหน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงของท่านมากที่สุด

เป็นประจำ	หมายถึง นักเรียนปฏิบัติกิจกรรม 7 ครั้งต่อสัปดาห์ขึ้นไป
บ่อยครั้ง	หมายถึง นักเรียนปฏิบัติกิจกรรม 5 - 6 ครั้งต่อสัปดาห์
บางครั้ง	หมายถึง นักเรียนปฏิบัติกิจกรรม 3 - 4 ครั้งต่อสัปดาห์
นานๆ ครั้ง	หมายถึง นักเรียนปฏิบัติกิจกรรม 1 - 2 ครั้งต่อสัปดาห์
ไม่เคยปฏิบัติ	หมายถึง นักเรียนไม่เคยปฏิบัติกิจกรรมเลย

กิจกรรมนันทนาการ	ความคิดเห็น				
	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	นานๆ ครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ
1. ศิลปหัตถกรรม (Arts and Crafts) เช่น การวาดรูป ปักกระดาษ เย็บปักถักร้อย งานแกะสลักงานจักสาน งานปั้น การประดิษฐ์ศิลปะ และงานศิลปะอื่นๆ					
2. เกมและกีฬา (Game and Sport) เช่น วายน้ำ การเล่น ฟุตบอล การออกกำลังกายในฟิตเนส บาสเกตบอล หมากฮุก เกมเบ็ดเตล็ด และการละเล่นพื้นเมือง					

กิจกรรมนันทนาการ	ความคิดเห็น				
	เป็นประจำ	บ่อยครั้ง	บางครั้ง	นานๆครั้ง	ไม่เคยปฏิบัติ
3. การเต้นรำ (Dances) เช่น Street Dance K-Pop การเต้น Cover Dance เต้นบัลเลต์ (Ballet) ฮิปฮอป (HipHop) บี-บอย (B-Boy) รำไทย ลีลาศ (Ballroom Dance) การเต้นรำสมัยใหม่ (Modern Dance) และนาฏศิลป์ อื่น ๆ					
4. การละคร (Drama) เช่น ชมภาพยนตร์ Netflix YouTube Disney+ Hotstar รวมถึง ละครทีวี หนังสือ และละครเวที					
5. งานอดิเรก (Hobbies) เช่น เล่นเกมคอมพิวเตอร์ เล่นเกมออนไลน์ เกมการ์ด (Card game) แต่งตัวคอสเพลย์ (Cosplay) เล่นโซเชียลมีเดีย เช่น Facebook Line TikTok สะสมแสตมป์ ทำอาหาร ถ่ายภาพ จัดดอกไม้ สะสมของเล่น การเลี้ยงสัตว์ ปลูกต้นไม้ งานประดิษฐ์ การออกแบบต่าง ๆ					
6. การดนตรีและการร้องเพลง (Music and Singing) เช่น การร้องเพลง ฟังเพลง เล่นดนตรี การแต่งเนื้อเพลง แต่งทำนองเพลง เรียบเรียงเพลง					
7. กิจกรรมกลางแจ้ง / นอกเมือง (Outdoor Activities) เช่น การไปค่ายพักแรม ท่องเที่ยวตามแหล่งธรรมชาติทะเล ภูเขา น้ำตก บึงจระเข้ ส่องนก ไปสวนสาธารณะ สวนสนุก สนามเด็กเล่น สวนสัตว์					
8. วรรณกรรม (อ่าน เขียน พูด) (Reading, Writing, Speaking) เช่น การอ่าน วรรณกรรม นวนิยาย หนังสือพิมพ์ การ์ตูน การเขียนเรื่องสั้น บทกวีเรื่องราวประจำวัน บทความ บทร้อยกรอง การพูดในที่ชุมชน การโต้เถียง การเล่นเกม การฟังอภิปราย ทอล์คโชว์					
9. กิจกรรมทางสังคม (Social Activities) เช่น งานบวช งานแต่งงาน งานเลี้ยงวันเกิด การฉลองในโอกาสพิเศษต่าง ๆ หรือ กิจกรรมสร้างสรรค์ที่จัดขึ้นในชุมชนและหมู่บ้าน					
10. กิจกรรมพิเศษตามเทศกาลต่าง ๆ (Special Events) เช่น วันสงกรานต์ วันลอยกระทง วันปีใหม่ ตรุษจีน คริสต์มาส และกิจกรรมในวันสำคัญ ทางศาสนา					
11. การบริการอาสาสมัคร (Voluntary Services) เช่น การบริจาคโลหิต ให้บริการพัฒนาชุมชน การเป็นอาสาสมัครช่วยเหลือผู้อื่น การบำเพ็ญประโยชน์ด้วยความสมัครใจ					

ตอนที่ 4 แบบสอบถามเกี่ยวกับข้อเสนอแนะอื่นๆ เกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจและพฤติกรรม
การปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการของนักเรียนโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร (ฝ่ายมัธยม)
คำชี้แจง โปรดแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ เพิ่มเติมลงในช่องว่างที่กำหนด

1. แรงจูงใจในการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ

1.1 แรงจูงใจภายใน

.....

.....

.....

.....

1.2 แรงจูงใจภายนอก

.....

.....

.....

.....

2. พฤติกรรมการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการ ทั้ง 11 ประเภท

.....

.....

.....

.....

ขอขอบคุณทุกท่านที่เสียสละเวลาอันมีค่าตอบแบบสอบถามชุดนี้

ประวัติผู้เขียน

