

บทคัดย่อ

ชื่อเรื่องเรื่องวิทยานิพนธ์ : ผลการเปรียบเทียบการทำกลุ่มช่วยเหลือตนเองกับ
การตั้งเป้าหมายที่มีผลต่อการรับรู้ความสามารถของตนเอง
และความสามารถในการยิงประตูลูกในกีฬาสเกตบอล

ชื่อผู้เขียน : นางศุมน คณานิตย์
ชื่อปริญญา : วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต
สาขาวิชา : จิตวิทยา
ปีการศึกษา : 2542

คณะกรรมการที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ :

- | | |
|-----------------------------------|---------------|
| 1. ผศ.วรงค์ ภูพันธ์ศรี | ประธานกรรมการ |
| 2. รศ.ดร.นวลศิริ เปาโรหิตย์ | |
| 3. ผศ.ดร.ศิลปชัย สุวรรณธาดา | |
| 4. อาจารย์ ดร.นฤพนธ์ วงศ์จตุรภัทร | |

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อเปรียบเทียบผลของการทำกลุ่มช่วยเหลือตนเองและการตั้งเป้าหมายที่มีต่อการรับรู้ความสามารถของตนเอง และความสามารถในการยิงประตูลูกในกีฬาสเกตบอล กลุ่มตัวอย่างเป็นนักกีฬาสเกตบอลชายระดับมัธยมศึกษาปีที่ 3 จำนวน 24 คน อายุเฉลี่ย 15.23 (± 0.59 ปี) ที่มีคะแนนการรับรู้ความสามารถของตนเองในการยิงประตูลูกในกีฬาสเกตบอลตั้งแต่ 5 คะแนนลงมา กลุ่มที่ใช้ในการทดลองมี 3 กลุ่ม ๆ ละ 8 คน ทำการแบ่งกลุ่มโดยวิธีเรียงสลับ กลุ่มทดลอง A มีการทำกลุ่มช่วยเหลือตนเอง สัปดาห์ละ 1 ครั้ง ๆ ละ 1 ชั่วโมง ซึ่งจะมีลักษณะของกลุ่มที่พูดคุยให้กำลังใจและข้อเสนอแนะในการฝึกที่ได้ผล นอกจากนี้จะมีการตั้งเป้าหมายควบคู่กับการฝึกทักษะยิงประตูลูก โดยใช้เวลาทดลองทั้งสิ้น 6 สัปดาห์ การฝึกการยิงประตูลูกจะทำใน 3 ระยะ ๆ ละ 8 ครั้ง ๆ ละ 10 ลูก สัปดาห์ละ 3 ครั้ง กลุ่มทดลอง B มีการตั้งเป้าหมายควบคู่กับการฝึกทักษะการยิงประตูลูก ส่วนกลุ่มควบคุม C มีการฝึกทักษะการยิงประตูลูก

โทษเพียงอย่างเดียว กลุ่มตัวอย่าง จะได้รับการทดสอบการรับรู้ความสามารถของตนเอง และความสามารถในการยิงประตูโทษในทุกสัปดาห์

การวิเคราะห์ผลทางสถิติ โดยทดสอบค่าที วิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว และทดสอบความแตกต่างระหว่างคู่ของตู่ก็ พบว่า ในเรื่องของการรับรู้ความสามารถของตนเองนั้น ภายหลังจากสัปดาห์ที่ 6 ในระยะห่าง 2.90 เมตร (50%) และระยะ 5.80 เมตร (100%) ของการฝึกยิงประตูโทษ กลุ่มทดลอง A มีค่าเฉลี่ยการรับรู้ความสามารถของตนเองสูงกว่ากลุ่มควบคุม C แต่ไม่แตกต่างจากกลุ่มทดลอง B ทุกกลุ่มมีค่าการรับรู้ความสามารถของตนเองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนในเรื่องของความสามารถในการยิงประตูโทษพบว่า ในระยะห่าง 2.90 เมตร (50%) ของการยิงประตูโทษ กลุ่มทดลอง A มีค่าเฉลี่ยในการยิงประตูโทษสูงกว่ากลุ่มควบคุม C แต่ไม่แตกต่างจากกลุ่มทดลอง B อย่างมีนัยสำคัญ ในส่วนของการศึกษาภายในกลุ่มเมื่อเสร็จสิ้นการทดลองพบว่า ทั้งสามกลุ่มมีค่าเฉลี่ยของความสามารถในการยิงประตูโทษ สูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลจากการศึกษาสรุปได้ว่า การทำกลุ่มช่วยเหลือตนเองและการตั้งเป้าหมายมีผล ในการช่วยเสริมสร้างการรับรู้ความสามารถของตนเอง และความสามารถในการยิง ประตูโทษของนักกีฬาบาสเกตบอล