

# จากเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมสู่เยาวชนสโมสรกีฬา: มุมมองต่อการพัฒนาตนเอง

## From Youth in DJOP to Youth in Sports Clubs: Perspective on Self-Development

ธนิดา จุลวนิชย์พงษ์<sup>1</sup> และ วรากร ทรัพย์วิระปกรณ์<sup>\*2</sup>

Tanida Julvanichpong<sup>1</sup> and Warakorn Supwirapakorn<sup>2</sup>

\*Corresponding Author, email: warakorn13@gmail.com

### บทคัดย่อ

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษามุมมองของเยาวชนและเจ้าหน้าที่ ที่มีต่อการพัฒนาตนเองของเยาวชนสโมสรกีฬาแห่งหนึ่ง ผู้ให้ข้อมูลหลักประกอบด้วยกลุ่มเยาวชนสโมสรกีฬาแห่งหนึ่ง จำนวน 7 คน และ เจ้าหน้าที่ที่ทำหน้าที่ดูแลเยาวชนในสโมสรกีฬาแห่งนี้ จำนวน 8 คน เก็บข้อมูลใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึกแบบกึ่งโครงสร้าง ซึ่งเป็นการสัมภาษณ์ประสบการณ์ชีวิตของเยาวชนที่ใช้ชีวิตในสโมสรกีฬา วิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการตีความปรากฏการณ์ ผลการวิจัยพบว่าเยาวชนในสโมสรกีฬาได้สะท้อนมุมมองต่อการพัฒนาตนเอง 4 ด้าน ได้แก่ (1) การรับรู้ตนเอง (2) ต่อสู้กับความกดดัน (3) เห็นโอกาสแห่งการเปลี่ยนแปลง และ (4) ความพ่ายแพ้คือบทเรียนสู่ความสำเร็จ ส่วนเจ้าหน้าที่สโมสรกีฬา ได้สะท้อนมุมมองที่ต่อเยาวชนสโมสรกีฬา ดังนี้ (1) กีฬาสอนชีวิต รู้จักคิดพัฒนาดน (2) เสริมแรงจูงใจทางกีฬา พัฒนาจิตใจ และ ทักษะทางสังคม

การวิเคราะห์ความสอดคล้องระหว่างมุมมองของเยาวชนและเจ้าหน้าที่ที่มีต่อการพัฒนาตนเองบนเส้นทางกีฬาของเยาวชน พบข้อสรุปมุมมองของเยาวชนและเจ้าหน้าที่ ที่มีต่อการพัฒนาตนเองของเยาวชนสโมสรกีฬา ได้แก่ 1) เยาวชนต้องมีกรอบความคิดเติบโต ประกอบด้วย 1.1 การรับรู้ตนเอง มองประสบการณ์ชีวิตด้วยความท้าทาย 1.2 ต่อสู้กับความกดดัน ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค แม้จะประสบความล้มเหลวก็ครั้งก็ตาม 1.3 เห็นโอกาสแห่งการเปลี่ยนแปลง เรียนรู้จากความพยายามว่าเป็นหนทางสู่ความสำเร็จ และ 1.4 ความพ่ายแพ้คือบทเรียนสู่ความสำเร็จ เรียนรู้จากคำวิจารณ์เพื่อนำไปพัฒนาดนตนเอง 2) เยาวชนต้องได้รับการพัฒนาคุณลักษณะเชิงบวก ประกอบด้วย (1) คุณลักษณะทางการกีฬา อาทิ การสร้างแรงจูงใจทางการกีฬา การลดความวิตกกังวลทางการกีฬา และความมั่นใจในการเล่นกีฬา (2) คุณลักษณะทางจิตวิทยา อาทิ การมีความหวัง มีพลังที่จะนำไปสู่เป้าหมาย การเชื่อในศักยภาพของตนเอง การฟื้นตัวเมื่อเผชิญกับปัญหาหรือความทุกข์ และการมีมุมมองต่อชีวิตและโลกในเชิงบวก

<sup>1</sup> รองศาสตราจารย์, ดร., คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา, มหาวิทยาลัยบูรพา

<sup>1</sup> Assoc. Prof., Dr., Faculty of Sport Science, Burapha University

<sup>2</sup> ผู้ช่วยศาสตราจารย์, ดร., คณะศึกษาศาสตร์, มหาวิทยาลัยบูรพา

<sup>2</sup> Asst. Prof., Dr., Faculty of Education, Burapha University

**คำสำคัญ:** เยาวชน, สโมสรกีฬา, แรงจูงใจทางกีฬา, การพัฒนาตนเอง

## Abstract

This qualitative research aims to study the views of youth and officials. towards the self-development of the youth of a sports club. The main informants consisted of a group of youth from a sports club, totaling 7 people and staff responsible for taking care of youth in this sports club, totaling 8 people. Data collection used semi-structured in-depth interviews. It is an interview about the life experiences of youth living in sports clubs. Data were analyzed by means of interpreting phenomena. The results of the research found that youth in sports clubs reflected their views on self-development in 4 areas: (1) "self-awareness" (2) "fight pressure" (3) "perceive opportunities for change" and (4) "failure is a lesson for success". As for sports club officials Reflected views on youth sports clubs as follows: (1) Playing sports causes self-development (2) creating sports motivation, developing the mind and social skills.

From the results of the analysis of the consistency between the views of youth and officials regarding self-development on the youth sports path, it can be summarized as follows.

1) Youth must have a growth mindset 1) Youth must have a growth mindset, consisting of 1.1 self-awareness, viewing life experiences as challenges, 1.2 fighting pressure without giving up on obstacles, no matter how many times you fail, 1.3 looking for opportunities for change and learning from Striving is the path to success and 1.4 Defeat is a lesson to success and learning from criticism in order to develop yourself. 2) Youth must be developed with positive characteristics consisting of (1) sports characteristics including sports motivation, reduction of sports anxiety, and confidence in playing sports (2) psychological characteristics such as hope, self-efficacy, resilience, and optimism.

**Keywords:** Youth, Sports Club, Sports Motivation, Self-Development

## บทนำ

การกระทำความผิดของเยาวชน (Juveniles Delinquency) ถือว่าเป็นปัญหาที่สำคัญอย่างหนึ่งที่ส่งกระทบและทำให้เกิดความเสียหายต่อประเทศชาติ อันเนื่องมาจากเยาวชนจะเป็นกลุ่มประชากรที่จะเติบโตเป็นผู้ใหญ่และเป็นอนาคตของชาติต่อไป ประเทศไทยได้จัดการศึกษา การฝึกอบรมของเด็กและเยาวชนที่กระทำความผิดไว้ในพระราชบัญญัติการบริหารการแก้ไขบำบัดฟื้นฟูเด็กและเยาวชนที่กระทำผิด พ.ศ.2561 และระเบียบกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนว่าด้วยหลักสูตรการฝึกอบรมเด็กและเยาวชน พ.ศ. 2554 โดยกำหนดให้

ศูนย์ฝึกและอบรมจะต้องจัดให้มีการศึกษาสายสามัญหรือการฝึกวิชาชีพ และการบำบัดฟื้นฟูพฤติกรรมและอารมณ์เด็กและเยาวชน (บัญชา วิทยานันต์, สมาน ตั้งทองทวี และธานี วรรณทร์, 2564)

กลยุทธ์ในการช่วยเหลือเยาวชนที่กระทำความผิด มีการดำเนินงานค่อนข้างหลากหลายโดยเฉพาะโปรแกรมการช่วยเหลือของสหวิชาชีพ จากกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชน ซึ่งที่ผ่านมาพบว่ายังไม่ประสบความสำเร็จเท่าที่ควรเนื่องจากอัตราการกระทำผิดซ้ำยังคงมีอัตราที่สูง

“กีฬา” เป็นกลยุทธ์ที่สำคัญในการนำมาใช้พัฒนาเยาวชนที่กระทำความผิด มีงานวิจัยที่ยืนยันว่ากีฬาสามารถพัฒนาคุณลักษณะของเยาวชนที่กระทำความผิดได้ดี (Gomà-i-Freixanet, Martha & Muro, 2012; Jack & Ronan, 1998; Zuckerman, 1983; Zuckerman, 1994) เนื่องจากมีความสอดคล้องกับลักษณะบุคลิกภาพ และพัฒนาการตามวัย สมเด็จพระเจ้าลูกเธอ เจ้าฟ้าพัชรกิติยาภา นเรนทิราเทพยวดี กรมหลวงราชสาริณีสิริพัชร มหาวัชรราชธิดา ทรงตระหนักถึงการนำกีฬาเข้ามาเป็นส่วนหนึ่งในการพัฒนาพฤตินิสัยในเยาวชน กอปรกับพระองค์ฯ ทรงโปรดปรานกีฬาเทเบิลเทนนิสเป็นพิเศษ จึงทรงมีพระดำริให้สำนักงานโครงการส่วน พระองค์ฯ จัดทำโครงการฝึกอบรมทักษะกีฬาเทเบิลเทนนิสสู่เส้นทางความเป็นนักกีฬาภายใต้ชื่อ “ให้โอกาส สร้างคน : Young Table tennis way of change” ในเดือนกุมภาพันธ์ พ.ศ. 2558 โดยได้รับความร่วมมือจากกรมพินิจและคุ้มครองเด็กและเยาวชนในการดำเนินการจัดโครงการฯ ดังกล่าวนี้นั้นที่ศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนชาย บ้านมุกดา และศูนย์ฝึกและอบรมเด็กและเยาวชนหญิงบ้านปรานี นอกจากนั้น ยังได้รับความร่วมมือจากภาคเอกชนที่เล็งเห็นความสำคัญของอนาคตของเยาวชนผู้ด้อยโอกาส จากผลการดำเนินโครงการฯ ที่ผ่านมาพบว่าประสบความสำเร็จ และได้รับการตอบรับเป็นอย่างดี ต่อมาได้มีการจัดตั้งศูนย์ฝึกและอบรมกีฬาภายใต้ชื่อ “โครงการ BOUNCE BE GOOD : เด้ง ได้ ดี” เป็นสโมสรกีฬา ที่ดำเนินการภายใต้แนวความคิดหลัก 3 ประการ คือ 1) การทำงานเชิงรุก (proactive) 2) ความรู้สึกเป็นสมาชิกของครอบครัว (sense of family’s member) และ 3) การเรียนรู้ผ่านการกระทำ (learning by doing)

ผลจากการดำเนินงานสโมสรกีฬา ตั้งแต่ พ.ศ. 2558 - พ.ศ. 2560 ได้ข้อสรุปว่า 1) การแก้ปัญหาปัจจัย 4 อันเป็นปัจจัยพื้นฐานของมนุษย์เป็นสิ่งสำคัญ โครงการฯ จึงยึดหลักการแก้ไขปัญหานี้เป็นลำดับแรก เพื่อลดปัจจัยเสี่ยงในการกระทำผิดซ้ำของเยาวชนให้มากที่สุด เมื่อปัจจัยพื้นฐานได้รับการแก้ไขแล้วการพัฒนาเยาวชนก็สามารถดำเนินการได้อย่างเต็มที่ 2) ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อพัฒนาการของเยาวชนด้านร่างกายคือ จำนวนรายการการแข่งขัน หากในช่วงเดือนใดที่มีการจัดการแข่งขันจำนวนมากหรือรายการแข่งขันรายการใหญ่ การพัฒนาทางด้านร่างกายของเยาวชนในโครงการฯ จะมีอัตราการพัฒนาค่อนข้างสูง อย่างไรก็ตาม ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อพัฒนาการด้านร่างกายที่สำคัญคือ สภาวะจิตใจและความสัมพันธ์ต่อบุคคลใกล้ชิด จากการสังเกตและประเมินผลพบว่า ช่วงที่เยาวชนมีปัญหาด้านความสัมพันธ์กับคนรักจะส่งผลโดยตรงต่อพัฒนาการทางด้านกีฬาในระดับมาก โดยการมีปัญหาด้านความสัมพันธ์กับครอบครัวหรือบุคคลอื่นจะส่งผลน้อยกว่า 3) ลำดับขั้นของพัฒนาการของมนุษย์พบว่า ช่วงวัยรุ่นนั้นเป็นวัยที่กำลังพัฒนาบุคลิกภาพและตัวตนของตนเอง โดยสภาพแวดล้อม สภาพสังคม และบรรทัดฐานรอบตัวเป็นปัจจัยที่สำคัญในการหล่อหลอมบุคลิกภาพของวัยรุ่นจากการสังเกตพบว่า เมื่อเยาวชนอยู่ในสภาพสังคม สภาพแวดล้อมและบรรทัดฐานที่ดีขึ้นจะส่งผลให้เยาวชนพัฒนาบุคลิกภาพด้านอารมณ์และ

สังคมได้ดีขึ้น โดยเยาวชนในโครงการฯ ที่เข้าศึกษาต่อในระดับอุดมศึกษามีพัฒนาทางด้านอารมณ์และสังคมดีขึ้นอย่างชัดเจน และสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองให้สามารถอยู่ร่วมกับคนอื่นได้ 4) การกระทำความผิดของเยาวชนอาจเป็นผลมาจาก การได้รับความรักความอบอุ่นที่ไม่เพียงพอจากครอบครัว หรือการขาดความอบอุ่นที่ทำให้เกิดความไม่แน่ใจว่าตนเองเป็นที่ต้องการหรือไม่ จนทำให้เยาวชนมีระดับการเห็นคุณค่าในตนเองลดลง ดังนั้น การปฏิบัติต่อเยาวชนในโครงการฯ โดยให้ความรู้สึกเป็นสมาชิกของครอบครัว ทำให้เยาวชนมีความรู้สึกมั่นคงปลอดภัย มีความหวังและเกิดเป็นแรงผลักดันในการพัฒนาตนเองให้ดีขึ้น ดังจะเห็นได้จากการที่เยาวชนสอบถามและหาข้อมูลความรู้เกี่ยวกับเส้นทางอาชีพและอนาคตของตน และมีความมุ่งมั่นตั้งใจในการพัฒนาศักยภาพตนเองในด้านต่าง ๆ เช่น การพัฒนาด้านกีฬาจนได้รับรางวัลจึงสามารถอนุมานได้ว่าเยาวชนจะไม่กลับไปกระทำความผิดซ้ำ 5) กีฬาเป็นปัจจัยสำคัญในการพัฒนาทางด้านอารมณ์ ด้านสังคม และด้านสติปัญญา โดยเป็นส่วนช่วยให้เยาวชนกล้าเผชิญหน้ากับปัญหา กล้าตัดสินใจ และรู้จักการให้อภัยตนเองและผู้อื่น สามารถนำข้อผิดพลาดมาปรับปรุงแก้ไข มีระเบียบวินัย มีน้ำใจ ให้เกียรติผู้อื่นได้ (สำนักงานโครงการส่วนพระองค์พระเจ้าหลานเธอ พระองค์เจ้าพัชรกิติยาภา, 2562) จากผลงานที่เกิดขึ้นดังกล่าว ถือเป็นความสำเร็จของสโมสรกีฬา ที่สามารถสนับสนุน ส่งเสริมให้เยาวชนในศูนย์ฝึกฯ เกิดการพัฒนาตนเอง และเปลี่ยนแปลงชีวิตอย่างมีเป้าหมาย สามารถประสบความสำเร็จในการแข่งขันกีฬา มีการศึกษาในระดับปริญญาตรี และมีงานทำหาเลี้ยงชีพตนและครอบครัว ดำเนินชีวิตอย่างมีคุณภาพในสังคม

ผลจากการเติบโตของเยาวชนในสโมสรกีฬาแห่งนี้ เป็นที่ประจักษ์ชัดถึงความสำเร็จของการดำเนินงานโครงการได้อย่างชัดเจน และที่ผ่านมา ยังไม่พบว่ามีการศึกษาเพื่อถอดบทของเยาวชนในศูนย์ฝึกฯ ของสโมสรกีฬา ดังนั้นเพื่อสะท้อนถึงผลการดำเนินงานดังกล่าว ผู้วิจัยจึงได้ทำการศึกษาประสบการณ์ชีวิตของเยาวชนที่มีการพัฒนาตนเองบนเส้นทางกีฬามาจากการเข้าร่วมสโมสรกีฬาแห่งนี้ โดยถอดบทเรียนชีวิตและมุมมองที่เกี่ยวข้อง ทั้งนี้ผลการวิจัยจะสะท้อนให้เห็นถึงภาพของการพัฒนาที่ทำให้เกิดผลสำเร็จอย่างแท้จริง อันจะนำไปสู่วิธีการปฏิบัติที่เป็นรูปแบบที่สามารถขยายผลสู่บริบทที่คล้ายคลึงต่อไป

## วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษามุมมองของเยาวชนที่มีต่อการพัฒนาตนเองบนเส้นทางกีฬาของเยาวชนสโมสรกีฬา
2. เพื่อศึกษามุมมองของเจ้าหน้าที่ที่มีต่อการพัฒนาตนเองบนเส้นทางกีฬาของเยาวชนสโมสรกีฬา

## วิธีดำเนินการวิจัย

### 1. ผู้ให้ข้อมูลหลัก

ผู้ให้ข้อมูลหลักประกอบด้วย 2 กลุ่ม คือ กลุ่ม เยาวชนสโมสรกีฬาแห่งนี้ จำนวน 7 คน และเจ้าหน้าที่ที่ทำหน้าที่ดูแลเยาวชนในสโมสรกีฬา จำนวน 8 คน ผู้วิจัยคัดเลือกจากการแนะนำของเจ้าหน้าที่ผู้

ประสานงานสโมสรกีฬา (gate keeper) และการคัดเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (purposive sampling) และจากการบอกต่อของผู้ให้ข้อมูล (snowball sampling) ที่กล่าวถึงบุคคลอื่น

## 2. เครื่องมือที่ใช้ในการทำวิจัย

การวิจัยเก็บข้อมูลจากการสัมภาษณ์ประกอบการสังเกต โดยมีแนวคำถามในการสัมภาษณ์ ดังนี้

### 2.1 แนวคำถามในการสัมภาษณ์เยาวชนสโมสรกีฬา

เริ่มต้นการสนทนาด้วยการทักทาย แนะนำตัว จากนั้นให้ผู้ร่วมสนทนาได้เล่าหรืออธิบาย ในเนื้อหาหรือประเด็นคำถามที่กำหนด แนวคำถามเป็นลักษณะปลายเปิด มีประเด็นกว้าง ๆ สามารถยืดหยุ่น ไปตามการสนทนาและไม่จำกัดจำนวนคำถาม เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึก ครอบคลุม และตรงกับประเด็นที่ศึกษา ดังนี้

- 1) ช่วยเล่าประสบการณ์ชีวิตที่อยู่ในสโมสรกีฬาว่าเป็นอย่างไร แต่ละวันทำอะไรบ้าง
- 2) ช่วยเล่าประสบการณ์และมุมมองที่มีต่อสโมสรกีฬา ในด้านต่าง ๆ เช่น การฝึกซ้อม การส่งเสริมสุขภาพกายและสุขภาพจิต การสนับสนุนทางการศึกษาและอาชีพ และชีวิตความเป็นอยู่โดยทั่วไป
- 3) ช่วยเล่าประสบการณ์ว่าได้มีการพัฒนาตนเองอย่างไร และอะไรคือความภาคภูมิใจที่ได้จากการใช้ชีวิตอยู่ในสโมสรกีฬา

### 2.2 แนวคำถามในการสัมภาษณ์เจ้าหน้าที่/ผู้ดูแลเยาวชนในสโมสรกีฬา

เริ่มต้นการสนทนาด้วยการทักทาย แนะนำตัว จากนั้นให้ผู้ร่วมสนทนาได้สะท้อนมุมมองที่มีต่อเยาวชนในสโมสรกีฬา โดยเล่าหรืออธิบาย ในเนื้อหาหรือประเด็นคำถามที่กำหนด แนวคำถามเป็นลักษณะปลายเปิด มีประเด็นกว้าง ๆ สามารถยืดหยุ่นไปตามการสนทนาและไม่จำกัดจำนวนคำถาม เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึก ครอบคลุม และตรงกับประเด็นที่ศึกษา ดังนี้

- 1) ช่วยเล่าเกี่ยวกับความเป็นมาของสโมสรกีฬา และหน้าที่ บทบาท ความรับผิดชอบ ตลอดจนประสบการณ์การทำงานในสโมสรกีฬา
- 2) สโมสรกีฬา ให้การส่งเสริมการพัฒนาตนเองแก่เยาวชนในสโมสรกีฬาอย่างไร
- 3) ช่วยสะท้อนมุมมองต่อ “ความสำเร็จ” บนเส้นทางกีฬา ของเยาวชนในสโมสรกีฬา ว่าเป็นอย่างไร อะไรเป็นเครื่องบ่งบอกถึงความสำเร็จที่เกิดขึ้นจากการพัฒนาตนเองของเยาวชน
- 4) อะไรเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งเสริมให้เยาวชนเกิดการพัฒนาตนเองในด้านกีฬา

## 3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) แบบปรากฏการณ์วิทยาเชิงตีความ (Interpretative Phenomenological Analysis หรือ IPA) เพื่อศึกษาการพัฒนาตนเองบนเส้นทางกีฬาของเยาวชนสโมสรกีฬาผ่านมุมมองของเยาวชนที่มีการพัฒนาตนเอง และมุมมองของเจ้าหน้าที่ที่ทำหน้าที่ดูแลฝึกประสบการณ์ให้เยาวชนสโมสรกีฬาแห่งนี้ การเก็บรวบรวมข้อมูลการวิจัย ดำเนินการโดยการ

สัมภาษณ์เชิงลึกแบบกึ่งโครงสร้าง (Semi-structured Interview) ซึ่งเป็นการสัมภาษณ์ประสบการณ์ชีวิตที่มีการกำหนดข้อคำถามการวิจัยไว้ล่วงหน้า โดยผู้วิจัยทำการศึกษาข้อมูลที่เกี่ยวข้อง และออกแบบข้อคำถาม โดยใช้คำถามปลายเปิด เริ่มต้นจากคำถามที่กว้างไปสู่คำถามที่เจาะลึก เริ่มต้นจากคำถามที่กว้างไปสู่คำถามที่เจาะลึก ใช้คำถามเพื่อได้ข้อมูลที่เป็นรูปธรรม เช่น การยกตัวอย่าง การขอให้อธิบายในรายละเอียด เป็นต้น เพื่อให้ได้ข้อมูลที่เป็นเนื้อแท้ (The authenticity of data) ที่จะทำให้เข้าใจความคิด ความรู้สึกต่อการพัฒนาตนเองบนเส้นทางกีฬา จากมุมมองของเยาวชนในสโมสรกีฬา และมุมมองจากประสบการณ์ของเจ้าหน้าที่ที่ดูแลเยาวชนในสโมสรกีฬา รวมถึงความสอดคล้องระหว่างมุมมองของเยาวชนสโมสรกีฬา และเจ้าหน้าที่ที่ดูแลเยาวชนในสโมสรกีฬา

ผู้วิจัยสร้างข้อคำถามการวิจัยตามกรอบแนวคิดการวิจัย การวิเคราะห์เชิงปรากฏการณ์วิทยาแบบตีความ กำหนดวัตถุประสงค์ของการสัมภาษณ์ตามคำถามการวิจัย เขียนแนวคำถามเป็นลักษณะปลายเปิด การทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง มีประเด็นกว้าง ๆ สามารถยืดหยุ่นไปตามการสนทนาและไม่จำกัดจำนวนคำถาม เพื่อให้ได้ข้อมูลเชิงลึก ครอบคลุม และตรงกับประเด็นที่ศึกษา จากนั้นนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิที่ปรึกษาโครงการวิจัยตรวจสอบ แล้วนำกลับมาแก้ไข ปรับปรุง ก่อนนำไปใช้จริง ในการเก็บข้อมูลการวิจัย ผู้วิจัยจะเป็นผู้สัมภาษณ์และเก็บข้อมูลวิจัยด้วยตนเอง โดยจะปฏิบัติตามกระบวนการเก็บข้อมูลวิจัย 3 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นเริ่มต้นการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยจะเริ่มต้นด้วยการสร้างสัมพันธภาพกับผู้ให้ข้อมูลโดยการทักทายและสอบถามเกี่ยวกับเรื่องทั่วไป สนทนาเพื่อสร้างความคุ้นเคย แล้วจึงชี้แจงวัตถุประสงค์การวิจัย ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล การขออนุญาตบันทึกเสียง ระยะเวลาที่ใช้ในการสัมภาษณ์ การเก็บรักษาความลับ การปกปิดข้อมูลส่วนบุคคล และการลบเทปเสียงเมื่อสิ้นสุดการวิจัย สิทธิการถอนตัวจากการวิจัยได้ตลอดเวลาโดยไม่ต้องแจ้งเหตุผลและไม่มีผลกระทบภายหลัง และเปิดโอกาสให้ผู้ร่วมวิจัยซักถามข้อสงสัย เมื่อผู้เข้าร่วมการวิจัยเข้าใจใจความดีแล้ว หากผู้ให้ข้อมูลยินดีให้สัมภาษณ์ ให้ลงลายมือชื่อในเอกสารยินยอมเข้าร่วมการวิจัย และหนังสือยินยอมการอนุญาตบันทึกเสียง ทั้งนี้ เอกสารต่าง ๆ ผู้วิจัยจะเก็บไว้ในที่ปลอดภัยและเป็นผู้เข้าถึงข้อมูลเพียงผู้เดียว

2. ขั้นเข้าสู่ประเด็นของการสัมภาษณ์ ผู้วิจัยถามคำถามตามชุดคำถามที่สร้างไว้ ทั้งนี้ผู้วิจัยให้อิสระผู้ให้ข้อมูลอย่างเต็มที่ในการทบทวน ใคร่ครวญประสบการณ์ที่เกิดขึ้น เพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูลเชิงลึกจากผู้ให้ข้อมูล

3. ขั้นยุติการสนทนา ผู้วิจัยสรุปประเด็นที่ได้จากการถามตามแนวคำถาม สัมภาษณ์ และเปิดโอกาสให้ผู้ให้ข้อมูลบอกเล่าเรื่องอื่น ๆ ที่ผู้วิจัยไม่ได้ถาม เมื่อแล้วเสร็จผู้วิจัยกล่าวขอบคุณผู้ให้ข้อมูล ขออนุญาตกลับมาสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลเพิ่มเติมกรณีที่มีข้อมูลไม่ครบถ้วน

ผู้วิจัยคำนึงถึงการรักษาความลับของข้อมูล โดยเลือกสถานที่ที่มีความเป็นส่วนตัว ซึ่งผู้วิจัยจะเตรียมตัวก่อนนัดหมายประมาณ 30 นาที เพื่อเตรียมสถานที่ให้มีความเหมาะสมต่อการสัมภาษณ์ และดำเนินการสัมภาษณ์จนกว่าข้อมูลจะอิ่มตัวเพียงพอที่จะไปวิเคราะห์สรุปผลการวิจัย



#### 4. การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยจะทำการวิเคราะห์ข้อมูลการวิจัยตามกระบวนการวิเคราะห์เชิงปรากฏการณ์วิทยาแบบตีความ (Interpretative Phenomenological Analysis :IPA) ตามลำดับขั้นตอนดังนี้

4.1 ทำการถอดไฟล์เสียงสัมภาษณ์เป็นคำพูดแบบคำต่อคำ

4.2 ทำการวิเคราะห์ข้อมูลตามกระบวนการการวิจัยแบบ IPA คือ

4.2.1 อ่านและอ่าน คือ การอ่านข้อมูลซ้ำไปซ้ำมาหลายรอบ จนเกิดความเข้าใจข้อมูล

4.2.2 บันทึกประเด็นสำคัญ คือ ในขณะที่อ่านคำสัมภาษณ์แต่ละบรรทัด ผู้วิจัยทำการบันทึกประเด็นสำคัญใน 3 ประเด็น ดังนี้

4.2.2.1 การบันทึกเชิงบรรยาย (Descriptive Comment) โดยบันทึกคำวลี และประโยคที่สำคัญที่สะท้อนความคิด ความรู้สึก และประสบการณ์ของผู้เข้าร่วมวิจัย เป็นการบันทึกเนื้อหาและความหมายตามที่ปรากฏชัดในการสัมภาษณ์ (the P)

4.2.2.2 การบันทึกด้านภาษา (Linguistic Comments) เป็นการบันทึกการใช้ภาษาของผู้ร่วมวิจัย เช่น คำสรรพนาม การกล่าวซ้ำ น้ำเสียง โทนเสียง เป็นต้น

4.2.2.3 การบันทึกเชิงแนวคิด (Conceptual Comments) เป็นการบันทึกเนื้อหาและความหมายที่ไม่ปรากฏชัดผ่านการตีความของผู้วิจัย ในขั้นนี้ผู้วิจัยจะตีความหมาย (the I) โดยการตั้งคำถามที่มาจากความรู้และประสบการณ์ของผู้วิจัย

4.2.3 ระบุใจความสำคัญเมื่อบันทึกประเด็นสำคัญเสร็จสิ้นทั้งฉบับ แล้วผู้วิจัยจะทำการแปลงบันทึกเป็นใจความสำคัญ (Theme) ซึ่งเป็นข้อความที่สั้นกระชับและสะท้อนถึงความหมายของข้อมูลวิจัย การค้นหาความสัมพันธ์หรือความเชื่อมโยงระหว่างประเด็นที่บันทึกไว้ ทั้งนี้ใจความสำคัญนั้นจะสะท้อนถึงแง่มุมประสบการณ์ของผู้เข้าร่วมวิจัย (the P) และสะท้อนถึงการตีความของผู้วิจัย (the I) อีกด้วย

4.2.4 จัดหมวดหมู่ใจความสำคัญ เมื่อระบุใจความสำคัญแล้วเสร็จ จะได้ใจความสำคัญจำนวนมาก ผู้วิจัยทำการกำหนดหมวดหมู่ให้กับใจความสำคัญ โดยจัดให้ใจความที่เกี่ยวข้องกันมาไว้ในหมวดหมู่เดียวกัน

4.2.5 ทำการวิเคราะห์ข้อมูลวิจัยฉบับต่อไป เมื่อผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูลจากบทสัมภาษณ์ฉบับแรกเสร็จแล้วก็จะไปวิเคราะห์ข้อมูลบทสัมภาษณ์ฉบับต่อไป ผู้วิจัยจะเปิดใจต้อนรับข้อมูลใหม่ ไม่นำผลการวิเคราะห์ข้อมูลจากฉบับก่อนหน้า มาเป็นฐานในการวิเคราะห์ข้อมูลปัจจุบัน และทำการวิเคราะห์ข้อมูลตามผลที่ปรากฏ

4.2.6 จัดหมวดหมู่ใจความสำคัญระหว่างข้อมูลวิจัย เมื่อการวิเคราะห์ข้อมูลบทสัมภาษณ์แล้วเสร็จทุกฉบับ สิ่งที่ได้อีก คือ ตารางแสดงใจความสำคัญของแต่ละฉบับ ในขั้นตอนนี้ ผู้วิจัยจะหาความสัมพันธ์เชื่อมโยงกันระหว่างใจความสำคัญทั้งหมด เพื่อตัดสินใจเลือกว่าใจความสำคัญใดควรแสดงในผลการวิจัยใดในการเลือกใจความสำคัญนี้

ทั้งนี้ เมื่อทำการวิเคราะห์ข้อมูลทั้งสองกลุ่มเสร็จแล้ว ผู้วิจัยนำข้อมูลดังกล่าว มาดำเนินการวิเคราะห์ร่วมกันด้วยวิธีการต่อไปนี้ (Larkin, Shaw & Flowers, 2019)

1. ระบุข้อสรุปหรือแนวคิดที่เหมือนกัน (Identify Consensus Overlap or Conceptual Overlap) ถึงแม้ผู้ให้ข้อมูลมีความแตกต่างกันแต่มักจะแสดงข้อกังวลเดียวกันอย่างชัดเจนและมีประสบการณ์ความต้องการบางอย่างที่คล้ายกัน แม้จะอยู่ในคนละจุดยืน ซึ่งแสดงให้เห็นฐานความคิดร่วมกัน

2. ระบุความขัดแย้งของมุมมอง (Identify Conflict of Perspectives) บางครั้งข้อมูลจะแสดงถึงความขัดแย้งที่ชัดเจนระหว่างมุมมองที่แตกต่างกัน ข้อมูลเหล่านี้จะทำให้เห็นภาพรวมความขัดแย้งที่มีและวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างประสบการณ์ที่เกิดขึ้นในแต่ละมุมมอง

3. ระบุการแลกเปลี่ยนแนวคิด (Identify Reciprocity of Concepts) ข้อมูลที่แสดงความรู้สึก ความคิดเห็น การกล่าวถึงหรืออ้างถึงบุคคลอื่น เช่น เพื่อน ญาติ หรือบุคคลในครอบครัว

4. ระบุเส้นทางของความหมาย (Identify Paths of Meaning) บางครั้งเราสังเกตเห็นการแบ่งปันประสบการณ์ด้วยความหมายที่แตกต่างหรือความหมายที่ใช้ร่วมกันประกอบกับประสบการณ์ที่แตกต่าง

5. ระบุเส้นทางการโต้แย้ง (Identify “lines of argument”) คือ การระบุเส้นทางโต้แย้งที่เกิดขึ้นจากการวิเคราะห์ “การเล่าเรื่อง” (storying) เป็นมิติที่สำคัญในการวิเคราะห์เรื่องเล่า เพื่อให้เข้าใจโครงสร้าง และ/หรือ กระบวนการของระบบที่ศึกษา

## ผลการวิจัย

ผู้วิจัยขอนำเสนอผลการวิจัยด้วยการพรรณนา ตามกลุ่มเนื้อหาข้อค้นพบที่ได้จากการศึกษาดังต่อไปนี้

### 1. มุมมองของเยาวชนที่มีต่อการพัฒนาตนเองบนเส้นทางกีฬาของเยาวชนสโมสรกีฬา

เยาวชนสโมสรกีฬาได้สะท้อนประสบการณ์ชีวิตผ่านมุมมองที่มีต่อการพัฒนาตนเองอันเป็นทัศนคติที่สำคัญต่อการนำเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมก้าวสู่การพัฒนาตนเองบนเส้นทางกีฬา ซึ่งสรุปทัศนคติของเยาวชน ได้ดังนี้

**1.1 การรับรู้ตนเอง** เยาวชนได้สะท้อนอุปนิสัยตนเองทั้งในเชิงบวกและลบ กล่าวคือ อุปนิสัยเชิงบวก ได้แก่ เป็นคนรักตัวเอง รักคนที่รักเรา ขยันฝึกซ้อม ใจดีซื่อสัตย์ รักแม่ อดทนในขณะที่บางคนก็ได้สะท้อนอุปนิสัยเชิงลบ ได้แก่ เป็นคนขี้หงุดหงิดใจร้อน ทำผิดแล้วไม่กล้า

ขอโทษ เป็นคนอ่อนไหว ชอบสะสมความเครียด แยกแยะปัญหาไม่ได้ และเก็บตัว

“...ผมเป็นคนที่รักตัวเองมาก แต่รักคนที่เรารักมากกว่า...” (เยาวชนคนที่ 3)

“... ผมขยันฝึกซ้อมหรือเต็มทีกับสิ่งที่ผมทำอยู่ในตอนนี้ครับ...” (เยาวชนคนที่ 7)

“...ผมเห็นตัวเองเป็นคนใจดีซื่อสัตย์ แล้วก็รักแม่มาก... เพราะว่าโตมากับแม่...แม่เลี้ยงคนเดียว...” (เยาวชนคนที่ 5)



“.....เวลาทำอะไรผิด รู้สึกผิดแต่พูดไม่ได้ ทำผิดแล้วแต่ไม่กล้าขอโทษ.....เป็นคนอ่อนไหวง่าย...” (เยาวชนคนที่ 2)

“...ชอบสะสมความเครียดไว้ แต่ก็ไม่เคยบอกใครในหลาย ๆ เรื่อง...” (เยาวชนคนที่ 1)

“...ผมเป็นคนขี้หงุดหงิด เวลามีปัญหาจะแยกแยะไม่ได้...” (เยาวชนคนที่ 4)

“...ผมไม่ค่อยสูงส่งกับใครเวลามีเรื่องไม่สบายใจก็จะไม่บอกใครเลยแม้แต่ที่บ้าน...”

(เยาวชนคนที่ 6)

## 1.2 ต่อสู้กับความกดดัน เยาวชนมักจะให้ความไว้วางใจแก่เพื่อนสมาชิกในสโมสรด้วยกัน

ในเรื่องส่วนตัวที่ลึกซึ้ง ส่วนเรื่องทั่ว ๆ ไป ก็จะทำให้ความไว้วางใจแก่เจ้าหน้าที่ทุกคน และเคารพในการตัดสินใจแนะนำของเจ้าหน้าที่ในสโมสรกีฬา ทั้งเรื่องชีวิตส่วนตัว ความรู้ การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ และทักษะทางการกีฬา นอกจากนี้เยาวชนบางคนไม่ได้เป็นนักกีฬามาก่อนหรือไม่มีความรู้พื้นฐานด้านกีฬามากพอ มักจะเกิดความกดดันจากการฝึกซ้อมและเป็นที่คาดหวังจากโค้ชและสโมสร ซึ่งบางครั้งความกดดันเหล่านี้ก็ส่งผลให้เยาวชนรู้สึกเครียด ท้อแท้ และอยากลาออก แต่ทุกครั้งก่อนการแข่งขัน นักกีฬาจะศึกษาคู่มือผู้ร่วมถึงสำรวจตนเอง วิเคราะห์จุดอ่อน เพื่อปรับปรุงแก้ไข พัฒนาฝีมือให้เต็มที่ แม้ว่าจะมีความกดดันในการฝึกซ้อมและแข่งขัน แต่นักกีฬาก็พยายามทำให้ออกมาดีที่สุด

“...น้อง ๆ มันสนิทกับทุกคน มันพูดได้ทุกเรื่อง...แบบ เฮ้ย ภูทะเลาะกับแฟนวะก็คุยกับน้อง บอกน้อง แต่บางเรื่องมันก็พูดกับพี่ไม่ได้...” (เยาวชนคนที่ 7)

“...บางเรื่องก็คุยไม่ได้ ก็ต้องคุยกันเอง มันก็แบบสนิทครับ...อย่างทะเลาะกับแฟนเราก็พูดกับเขาได้ แต่เราไม่ได้เจาะลึกลงไปในเรื่องละเอียดขนาดเท่าที่คุยกับน้อง ๆ...การคุยกับน้อง ๆ มันก็เลยทำให้รู้สึกไว้วางใจ สบายใจ ปลอดภัย...เวลามีปัญหาอะไร ชอบมาบอกพวกผม ผมก็เลยบอกน้องว่าไม่เป็นไร ก็พูดกับพวกพี่เขา

ไปเลยมันเป็นสิทธิ์ของเรา น้องจะไม่ค่อยพูดแต่จะมาเล่าให้ผมฟัง...” (เยาวชนคนที่ 6)

“...เมื่อก่อนผมอารมณ์ร้อนมากและชกต่อยกัน และพี่เขาก็คอยสอนอบรม แนะนำ อะไรอย่างนี้ ตอนนี้นำพัฒนาขึ้นมาจนกลายเป็นคนอารมณ์เย็น...ถามว่ามันมีความกดดันไหม มันก็กดดันครับ กดดันในเรื่องของรางวัล หรือเรื่องของผลงาน ในบางทีที่เราจะต้องได้แล้ว...ด้วยความที่พวกผมมันเริ่มช้ากว่าคนอื่นใช้ใหม่ครับ เรามาคัดตัวเองแล้วเราต้องมาซ้อมหนักแล้วเราต้องมาเครียด เราก็ไม่อยากซ้อม อยากจะออกหลายรอบ อยากลาออกเพราะว่ามันบีบเกินไปครับ พวกผมไม่สามารถทำให้ได้ด้วยเวลาเท่านั้นหรอก พี่ก็รู้ว่าพวกผมซ้อมช้า บางทีผมก็แอบร้องไห้ มันเหนื่อย นะครับ...” (เยาวชนคนที่ 7)

“.....ผมว่าการวิเคราะห์มันก็มีส่วน เราก็เอาตรงที่ศึกษาต่อสู้เรา เราจะมาโฟกัสตรงที่แค่ส่วนของเรา จุดเสียของเรา ตรงไหนเราจุดแข็งเราก็เสริมไป โค้ชช่วยถามตัวเราด้วยว่าเราไปแข่งเราเสียแบบไหนเยอะ ผมก็จะจำ เราเสริมลูกนี้เสีย เปิดแบบไหน ลูกแบดเสีย ลูกโฟรีเสีย ทีแบบนี้เสีย เราก็จะจำ บางครั้งเราก็จะอึดวิดิโอมาไว้ดู.....” (เยาวชนคนที่ 5)

### 1.3 เห็นโอกาสแห่งการเปลี่ยนแปลง การที่เยาวชนตัดสินใจเข้ามาอยู่สโมสรกีฬา

แห่งนี้ เพื่อต้องการเปลี่ยนแปลงชีวิต ดังนั้นความท้าทายที่เกิดขึ้น ได้แก่ การปรับตัวเป็นสมาชิกสโมสรกีฬา และการฝึกซ้อมอย่างหนักเพื่อเป็นนักกีฬา เพราะมองว่าเส้นทางกีฬาคือ “Way of change” หรือ “การใช้กีฬาเป็นใบเบิกทาง”

“...อยากเปลี่ยนแปลงตัวเอง ไม่อยากกลับไปอยู่ในที่เดิม ๆ ผมกลัวว่าถ้ากลับไปอยู่ในที่เดิมแล้วผมจะเป็นแบบเดิม ก็เลยเลือกที่จะห่างออกมา และตอนที่ผมถามชาวสโมสรว่าเค้าส่งผมเรียนมัธยมแล้วผมก็อยากจะเรียนให้จบด้วย ผมก็เลยเลือกไปที่ สโมสรนี้เลยครับ...ตอนแรกมันเป็นโครงการเทเบิลเทนนิส Way of Chang แต่ยังไม่มีการสอนอะไรครับ แล้วผมก็ชอบเล่นกีฬาอยู่แล้วก็เลยลงสมัคร...เป็นตัวแทนไปเล่นต่อหน้าพระองค์ท่านตอนเปิดงาน...พี ๆ เค้าก็ถามว่าสนใจเข้าไปอยู่สโมสรมัธยม...ถ้าเราปล่อยตัวออกไปแล้วจะเป็นแบบโครงการด้านกีฬาเลย ผมก็เลยถามต่อว่ามีเรียนมัธยมที่เค้าก็บอกว่ามี ผมก็ตัดสินใจไปเลย...มันเป็นโอกาสให้เรา ก็เลยรีบคว้าไว้ก่อน...ตอนนั้นเราคิดแค่ว่า เราใช้กีฬาเป็นใบเบิกทาง...” (เยาวชนคนที่ 3)

“...การปรับตัว ต้องปรับตัวมากครับ ในเรื่องความเป็นอยู่ ผมอยู่ง่าย...กฎระเบียบพวกนี้ผมก็ทำได้....แต่ต้องปรับตัวในเรื่องการฝึกซ้อมมากกว่าเพราะเราไม่เคยฝึกซ้อมหนักเหมือนนักกีฬามาก่อน...สอนเรื่องวินัยในตนเอง...การวางแผน...การควบคุมอารมณ์...” (เยาวชนคนที่ 5)

“...เครียดมากตลอด 4 ปีที่อยู่ที่นี่...กดดัน เหนื่อย และท้อครับ...เวลาที่เครียดมาก ก็บอกตัวเองว่า อีกนิดเดียว มันจะกลับไปไม่ได้แล้ว เราเดินมาครึ่งทางแล้ว กลับไปไม่ได้แล้ว...แล้วก็คุยกับแม่...คุยกับแฟนด้วย...” (เยาวชนคนที่ 6)

### 1.4 ความพ่ายแพ้คือบทเรียนสู่ความสำเร็จ สิ่งที่เป็นอุปสรรคต่อการใช้ชีวิตในสโมสร

กีฬาแห่งนี้ คือความเหนื่อยและความท้อจากการฝึกซ้อม ยิ่งไปกว่านั้นความพ่ายแพ้จากการแข่งขัน เป็นความยากลำบากที่แฝงไปด้วยความกดดัน แต่กลับเป็นแรงผลักดันที่มุ่งมั่นเพื่อชัยชนะ จนสุดท้ายก็สามารถเอาชนะได้อย่างภาคภูมิใจ การเรียนรู้ผ่านความพ่ายแพ้ สอนให้เยาวชนเกิดการเรียนรู้ที่มีคุณค่าต่อการดำเนินชีวิต รวมถึงการไม่นำถูกดูถูกเหยียดหยามจากคนรอบข้าง มาใช้ตัดสินคุณค่าของตนเอง เคารพในมุมมองของผู้อื่นมีมารยาทต่อคนในสังคม ทักษะคิดเหล่านี้ได้ขัดเกลาให้เยาวชน มีความมุ่งมั่น อดทน มีทัศนคติที่ดีต่อการเปลี่ยนแปลง ทำให้เยาวชนสามารถพัฒนาตนเอง และปรับตัวต่อเหตุการณ์ต่าง ๆ ในชีวิตได้

“...ความเหนื่อย ความท้อ เบื่อ เพราะเราต้องทำวัน ๆ แบบนั้นในทุก ๆ วัน และทุก ๆ ปีครับ แล้วก็ยังมีอีกอย่างคือความพ่ายแพ้ครับก็คือจะเจอบ่อยมากมันทำให้เป็นอุปสรรคของเรา เราไม่รู้ว่าจะซ้อมไปเพื่ออะไร เพราะว่าเราเริ่มช้ากว่าคนอื่นและในรุ่นที่ผมแข่งขันเขาก็มีแต่คนที่ซ้อมมาเป็นปีเป็นอย่างดี มันก็เลยทำให้เราท้อเป็นอุปสรรคของเราแต่ผมก็บอกตัวเองเสมอว่าเราต้องสู้ เราเลือกเดินมาแล้วจะมันเป็นโอกาสของเราแล้ว ก็ต้องทำให้เต็มที่ถึงจะแพ้ก็ไม่เป็นไรครับ...” (เยาวชนคนที่ 2)

“...ผมเคยเจอคน ๆ หนึ่ง ๆ บ่อยมากในการแข่งขัน แล้วผมก็ต้องแพ้เค้าทุก ๆ รอบ...ผมคิดว่าเค้าเก่งมากครับ...ในแมตช์ต่อไปผมได้เจอคนนี้อีกรอบ...ผมก็ตั้งใจซ้อม...บอกเพื่อน ๆ บอกโค้ชว่า ‘ผมต้องชนะนะ...และในแมตช์นี้ผมก็ชนะ...ผมจึงตั้งใจฝึกซ้อมมากขึ้นเพราะไม่อยากแพ้คนนี้แล้ว...’”(เยาวชนคนที่ 1)

“...อีกความทรงจำหนึ่ง คือ แมตซ์ที่เราได้ถ้วยมา แม้ไม่ใช่แมตซ์ใหญ่แต่เป็นแมตซ์ที่ผมทำเอง ครบ เป็นประเภทเดี่ยว ไม่ใช่ ประเภททีม...ทำให้ผมภาคภูมิใจมาก ๆ มีกำลังใจมากขึ้น...” (เยาวชนคนที่ 5)

“...แม้นับไม่ถ้วนครับ ชนะนับได้ก็น้อยมาก ไม่เกิน 10 ครั้ง...แต่ในแต่ละครั้งก็รู้สึกภูมิใจมาก เราทำได้นะ เราก้ชนะได้นะ...มันเป็นความพยายามที่ได้จากการฝึกซ้อม แม้ว่าซ้อมไปแล้วก็แพ้....แต่ผมก็จะรีเซตตัวเองใหม่...” (เยาวชนคนที่ 6)

“...คำคุณ้อมีในช่วงเดือนแรก ๆ คือตอนที่เข้ามาอยู่สโมสรกีฬาใหม่ ๆ ครับ แล้วก็จะมีแม่ของเด็ก ๆ คำก็จะถามไถ่ข่าวมาจากไหน โค้ชก็ต้องบอกตามตรง...แม่ของเด็ก ๆ ก็จะไม่ให้เด็กมาอยู่กับพวกผม...เค้ามองแบบ เฮ้ย นี่เหมือนซี้คุก ซี้ตารางเลยครับ แบบไม่ค่อยอยากให้อยู่...ในช่วงแรกผมรู้สึกเพล ทำไมมองเราแบบนี้...แต่พอผ่านไปสักพักหนึ่งเราก้เริ่มเข้าหาแม่ของพวกน้อง ๆ มากขึ้น...เริ่มยกมือไหว้ เริ่มสวัสดี เริ่มพูดจา เริ่มยิ้มให้...เราอ่อนน้อมถ่อมตน...คราวนี้พ่อแม่ น้อง ๆ เริ่มคุยกับเรามากขึ้น มีอัยยาคัยดีกับเรา ซึ่งนี่เป็นสิ่งที่ดีสำหรับเรามากครับ...” (เยาวชนคนที่ 7)

“...พี่ ๆ เค้าบอกว่าหนูสองคนเนี่ยเป็นความภูมิใจนะ เป็นตัวอย่างให้ น้อง ๆ นะ แล้วก็จะมีแบบช่วงที่เราเป็นแบบนักกีฬาไปแข่งข้างนอกเนี่ย พวกพี่ ๆ ที่จากคนไม่ค่อยรู้จักกัน ไม่ค่อยสนิทกัน แต่พวกพี่ ๆ เค้าก็รู้ว่าเรามาจากไหนกัน สโมสรเราตั้งมาเพื่ออะไร เค้าก็จะบอกว่าเก่งนะ ผากตัวด้วย ใช้กีฬาเป็นเครื่องเบิกทาง...” (เยาวชนคนที่ 4)

“...เมื่อเห็นเพื่อนคู่แข่งชนะ ผมรู้สึกดีใจด้วยนะครับ เพราะว่าที่เราแข่ง ๆ มาเนี่ย เราก้รู้จักกันหมด ผมก็เลยรู้สึกชื่นชมดีใจด้วยกับเขา...ผมชอบพี่ หญิงสุธาสนี ทีมชาติ เคยได้ไปแบบกีฬามหาวิทยาลัย ที่หญิงก็อยู่มหาวิทยาลัยเดียวกันกับผมครับ อาจารย์ของพี่หญิงก็จะไปด้วย พออาจารย์พี่หญิงพาพี่หญิงทำอะไรเนี่ย พวกผมก็จะทำได้ทำด้วย แบบมีกำลังใจ เห็นเค้ามุ่งมั่น...ถ้าไม่มีสโมสรกีฬา ก็ไม่มีผมในวันนี้หรอกครับ...” (เยาวชนคนที่ 6)

## 2. มุมมองของเจ้าหน้าที่ที่มีต่อการพัฒนาตนเองบนเส้นทางกีฬาของเยาวชนสโมสรกีฬา

เจ้าหน้าที่ได้สะท้อนประสบการณ์ และมุมมองต่อการดูแลเยาวชนในสโมสรกีฬาต่อการพัฒนาตนเองของเยาวชนบนเส้นทางทางการกีฬา ที่ได้ผ่านหลักสูตรการใช้ชีวิตในสโมสรกีฬา ได้รับการศึกษาและฝึกงานทำ ซึ่งสรุปสาระสำคัญได้ดังนี้

**2.1 กีฬาสอนชีวิต รู้จักคิดพัฒนาตน** ตัวบ่งชี้ที่แสดงถึงความสำเร็จในการพัฒนาตนเองของเยาวชนสโมสรกีฬา คือ เยาวชนได้รับการพัฒนาทักษะด้านกีฬา ความประพฤติ และบุคลิกภาพ รวมถึงการที่เยาวชนไม่กลับไปกระทำผิด เปลี่ยนมุมมองความคิด มีเป้าหมายในชีวิต และประกอบอาชีพตามที่ต้องการได้อย่างภาคภูมิใจ ส่วนชัยชนะทางการแข่งขันกีฬาของเยาวชน ถือเป็นเครื่องบ่งชี้การบริหารจัดการด้านกีฬาของสโมสรกีฬาแห่งนี้ ความสำเร็จทั้งหมดดังกล่าว มาจากการวางแผนการฝึกซ้อมอย่างหนัก การวางกลยุทธ์ที่ดีของโค้ช รวมถึงการมุ่งพัฒนาให้เยาวชนเป็นคนดีของสังคม

“...ความสำเร็จบนเส้นทางกีฬาของนักกีฬา คือการที่เยาวชนมีความสนใจในด้านกีฬาน

เกิดเป็น *passion* และมีเป้าหมายในชีวิตที่อยากจะปรับตัวเองให้เป็นคนดี เป็นที่ยอมรับของพ่อแม่และสามารถใช้ชีวิตร่วมกับสังคมได้...ซึ่งทางสโมสรจะมีการส่งเสริมและพัฒนาทักษะการใช้ชีวิตให้เยาวชน ที่นอกเหนือจากทักษะกีฬา เพื่อให้เยาวชนจบจากสโมสรกีฬา สามารถดำรงชีพ และประกอบอาชีพที่เยาวชนอยากจะเป็นได้...”(เจ้าหน้าที่คนที่ 2)

“...ตัวน้องเอง เพื่อนร่วมทีม ครอบครัว เจ้าหน้าที่, โค้ช บรรยากาศภายในบ้านเงิน เป้าหมายในการอยากประสบความสำเร็จ การมีวินัย ความท้าทาย รางวัลและกำลังใจ ความสุขของน้อง ๆ ทั้งเรื่องการฝึกซ้อมและการแข่งขัน ความรักความสามัคคี ความเชื่อมั่นในตนเอง ความคิด ทศนคติ สนใจจดจ่อกับการฝึกซ้อม...” (เจ้าหน้าที่คนที่ 5)

## 2.2 เสริมแรงจูงใจทางกีฬา พัฒนาจิตใจ และทักษะทางสังคม เจ้าหน้าที่มองว่าเยาวชน

สโมสรกีฬา ยังคงต้องได้รับการพัฒนาคุณลักษณะที่เหมาะสม (1) ด้านกีฬา ได้แก่ การสร้างแรงจูงใจในการเล่นกีฬา ความฉลาดทางการกีฬา การฝึกคิดวางแผนการตัดสินใจและการแก้ไขปัญหาในการแข่งขัน การฝึกสมาธิในการแข่งขัน การฝึกจินตภาพ และการสร้างวินัยในตนเอง เป็นต้น (2) ด้านจิตใจ ได้แก่ การควบคุมอารมณ์ การเห็นคุณค่าในตนเอง การพัฒนาบุคลิกภาพการตั้งเป้าหมายในชีวิต และการคิดเชิงบวก เป็นต้น ทั้งนี้เยาวชนยังอยู่ในช่วงวัยรุ่นเริ่มมีความแปรปรวนทางอารมณ์ เมื่อมีปัญหาในชีวิตจะทำให้ขาดสมาธิในการฝึกซ้อม ซึ่งเยาวชนจะแสดงออกชัดเจนทั้งสีหน้าท่าทาง เจ้าหน้าที่ นักจิตวิทยา นักสังคมสงเคราะห์และโค้ช จึงร่วมมือกันวางแผนในการอบรมและขัดเกลาให้เยาวชน สามารถควบคุมอารมณ์ตนเองได้ และ (3) ด้านสังคมและการสื่อสาร ได้แก่ การพัฒนาด้านภาษาในการสื่อสาร ทักษะการอยู่ร่วมกับผู้อื่น การปรับตัวและมารยาททางสังคม ทักษะการปฏิเสธ การใช้ภาษาที่ 2 ในชีวิตประจำวัน เป็นต้น ทั้งนี้เจ้าหน้าที่สโมสรกีฬาจึงมีบทบาทในการให้คำแนะนำ และสำรวจความต้องการด้านการศึกษาให้ชัดเจน รวมถึงการฝึกประสบการณ์ที่จะช่วยเปิดโอกาสให้เยาวชนได้สำรวจความสนใจตนเองว่าต้องการศึกษาในสาขาใด และการฝึกฝนให้เป็นนักกีฬาถือเป็นก้าวแรกที่ทำให้เยาวชน ได้สัมผัสตนเองว่ามีโอกาสเป็นนักกีฬาอาชีพหรือไม่ รวมถึงการอบรมให้เป็นผู้ตัดสินกีฬา อย่างไรก็ตามหากเยาวชนค้นพบว่าไม่เป็นนักกีฬาอาชีพไม่ใช่เป้าหมายหลักของตนเอง เยาวชนก็จะสามารถสำรวจความต้องการของตนเองว่าอยากประกอบอาชีพอะไร ทางสโมสรกีฬาจะหา Partner เพื่อรองรับ รวมถึงเตรียมความพร้อมในเรื่องของการฝึกอบรมและฝึกงาน เพื่อให้เยาวชนได้มีพื้นฐานที่สอดคล้องกับอาชีพที่ต้องการ หากต้องการรับราชการ ก็จะมีการ “ติว” รวมถึงลบรอยสัก เพื่อสร้างภาพลักษณ์ใหม่ให้กับเยาวชนด้วย

“...การสร้างแรงจูงใจในการเล่นกีฬา เยาวชนหลายคนเมื่อเลือกเส้นทางชีวิตเข้าสู่การเป็นนักกีฬา บางคนคิดแค่อยากมาอยู่สโมสรเพราะไม่อยากกลับไปทีเดิม ๆ อยากเปลี่ยนแปลงตนเองให้ดีขึ้น จนยังไม่สามารถค้นหาเป้าหมายในการเล่นกีฬา การสร้างแรงจูงใจในการเล่นกีฬาให้เกิดขึ้นกับตนเองได้ รวมถึงเมื่อฝึกซ้อมแข่งขันไปสักระยะหนึ่ง เจอความพ่ายแพ้บ่อยครั้ง อาจขาดความหวังในการเล่นกีฬา.....ความฉลาดทางการเรียนรู้ที่จะเอาทักษะมาประยุกต์ใช้ในการเล่นกีฬา.....การเห็นคุณค่าในตนเอง.....โดนคนอื่นตัดสินในแง่ลบมาก่อนจึงทำให้ขาดความมั่นใจ...” (เจ้าหน้าที่คนที่ 1)

“...เราได้มีส่วนช่วยให้น้องประสบความสำเร็จในเรื่องของการให้กำลังใจของน้องเกี่ยวกับปัญหาความรักซึ่งน้องก็ให้ความสำคัญกับปัญญาด้านความรักก็คือแฟนซึ่งจะมีปัญหาต่าง ๆ หลายน้องประกอบซึ่งมีผลกระทบต่อการศึกษาบ้างเวลาทะเลาะกับแฟนก็รู้สึกไม่อยากจะเรียนหรือไม่อยากแข่ง...” (เจ้าหน้าที่คนที่ 3)

“...เมื่อก่อนน้องไม่ค่อยมีเป้าหมายพอมานั่งอยู่กับเราน้องเริ่มเห็นความสำคัญของการเรียน ซึ่งก่อนหน้านี้เค้าก็เห็นแต่เนื่องจากสังคมรอบข้างทำให้เขาไม่สนใจการเรียนมากเท่ามาอยู่ตรงนี้...มีการสอนที่บ้านให้น้อง ต้องบอกเลยว่าน้องนี้เป็นคนที่ชอบเรียนรู้ชอบไปหาความรู้ตลอดเวลา...ส่งผลให้น้องได้ไปฝึกงานแล้วก็ได้รับ Feedback จากหัวหน้า ว่าน้องมีมารยาทดี...” (เจ้าหน้าที่คนที่ 8)

“...การที่เรานำน้องมาฝึกเป็นผู้ช่วยโค้ช ทำให้เค้ารู้สึกว่าเป็นครู เค้าเป็นผู้ให้จะมาใส่อารมณ์หรือมาพูดแบบที่ตัวเองเคยทำไม่ได้ เค้าก็จะได้เรียนรู้จากตรงนี้ด้วย...และน้องนี้มีเป้าหมายชีวิตที่ค่อนข้างชัดเจนว่าเค้าอยากทำอะไรหรืออยากเป็นอะไรจึงทำให้เขาอดทนเพื่อเป้าหมายของเขาได้...” (เจ้าหน้าที่คนที่ 4)

“...เราต้องถามน้องก่อนว่า น้องอยากเป็นอะไรน้องมีเป้าหมายอะไรถ้าเป้าหมายของน้องคือการเป็นนักกีฬาอาชีพ เราก็ให้เขาพิสูจน์ตัวเองโดยการพัฒนาให้เขาเป็นนักกีฬาอาชีพ พอถึงจุด ๆ หนึ่งที่เขารู้สึกตัวเองไปต่อไม่ได้ด้วยอายุ หรืออุปสรรคที่ใหญ่ขึ้น เค้าต้องคิดว่ามันต้องเปลี่ยนมุมมองอื่น...” (เจ้าหน้าที่คนที่ 7)

“...เรามีการอบรมโค้ชหรือผู้ตัดสินเราจะส่งน้องไปอบรมอะไรก็ตามที่มีเรียนเสริม อะไรที่เกี่ยวข้องกับกีฬาเราจะส่งน้องไป...แต่เราจะถามน้องก่อนว่าน้องอยากไปหรือเปล่า จะทำให้น้องค้นพบตัวเองไปด้วย...” (เจ้าหน้าที่คนที่ 6)

จากผลการวิจัยพบความสอดคล้องระหว่างมุมมองของเยาวชนและเจ้าหน้าที่ที่มีต่อการพัฒนาตนเองบนเส้นทางกีฬาของเยาวชนสโมสรกีฬา สรุปลำดับดังนี้

## 1. เยาวชนต้องมีกรอบความคิดเติบโต ประกอบด้วย

1.1 การรับรู้ตนเอง: มองประสบการณ์ชีวิตด้วยความท้าทาย

1.2 ต่อสู้กับความกดดัน: ไม่ย่อท้อต่ออุปสรรค แม้จะประสบความล้มเหลวก็ครั้งก็ตาม

1.3 เห็นโอกาสแห่งการเปลี่ยนแปลง: เรียนรู้จากความพยายามว่าเป็นหนทางสู่ความสำเร็จ

1.4 ความพ่ายแพ้คือบทเรียนสู่ความสำเร็จ: เรียนรู้จากคำวิจารณ์เพื่อนำไปพัฒนาตนเอง

## 2. การพัฒนาคุณลักษณะเชิงบวก

2.1 คุณลักษณะทางการกีฬา เป็นคุณลักษณะได้รับการอบรมจากสโมสรกีฬาทางด้านการกีฬา ประกอบด้วย

1) การสร้างแรงจูงใจทางการกีฬา ได้แก่ การยกย่องชมเชย, การใช้กฎเกณฑ์และการลงโทษ, การปลอบขวัญ, การปรับปรุงทีมหรือแก้ไขปัญหารายบุคคล, การประชาสัมพันธ์เผยแพร่ชื่อเสียง

2) การลดความวิตกกังวลทางการกีฬา ได้แก่ จัดให้ทีมฝึกซ้อมในสถานการณ์ที่มี



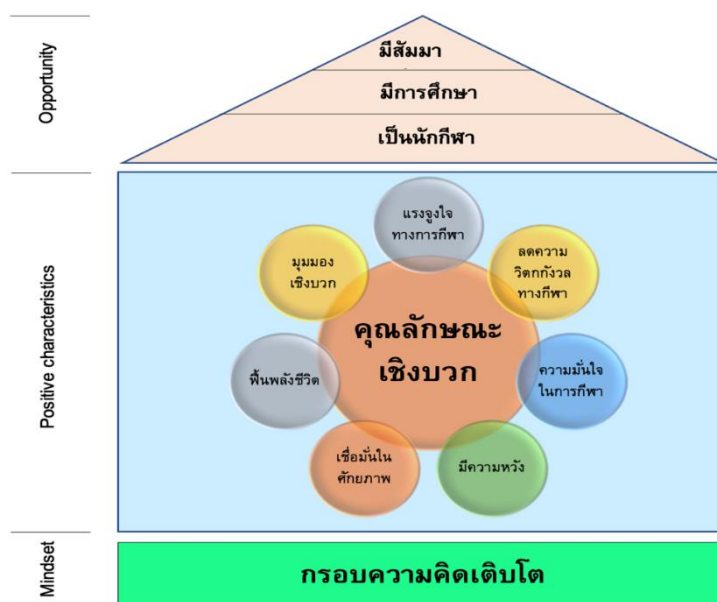
ความกดดันใช้คำพูดและท่าทางโดยการให้กำลังใจทางบวก ฝึกซ้อมอย่างเพียงพอ สร้างแรงจูงใจของนักกีฬาให้มีความพยายามใช้ความสามารถสูงสุด สร้างความคิดให้นักกีฬารับรู้ว่าการแข่งขันแต่ละครั้งมีความหมายและความสำคัญเท่ากัน ให้นักกีฬาตั้งเป้าหมายสำหรับความสำเร็จของตนเอง

3) ความมั่นใจในการเล่นกีฬา ได้แก่ ส่งเสริมให้มีประสบการณ์ที่มีการพัฒนาตนเอง, ส่งเสริมให้เห็นการพัฒนาตนเองจากนักกีฬาคนอื่น เสริมแรงหรือสนับสนุนจากสังคม การกระตุ้นที่เหมาะสมทั้งกายและใจ

2.2 คุณลักษณะทางจิตวิทยา เป็นคุณลักษณะที่ได้รับการอบรม และได้รับการศึกษาทางด้านจิตวิทยา การพัฒนาอารมณ์ ความคิด และทักษะทางสังคม จากโค้ชผู้ฝึกสอน นักจิตวิทยา และนักสังคมสงเคราะห์ ซึ่งสามารถสรุปการพัฒนาคุณลักษณะทางจิตวิทยาได้ดังนี้ คือ (1) การมีความหวังมีพลังที่จะนำไปสู่เป้าหมาย (2) การเชื่อในศักยภาพของตนเอง (3) การฟื้นตัวเมื่อเผชิญกับปัญหาหรือความทุกข์ (4) การมีมุมมองต่อชีวิตและโลกในเชิงบวก

### อภิปรายผลการวิจัย

องค์ความรู้ที่ได้จากการศึกษาในครั้งนี้ พบว่า หลักการสำคัญของสโมสรกีฬาแห่งนี้ มีความสอดคล้องและตอบสนองต่อความต้องการของเยาวชนที่ต้องการเปลี่ยนแปลงตนเองให้มีอนาคตที่ดี กล่าวคือ สโมสรกีฬาได้สร้างโอกาสให้เยาวชนที่ด้อยโอกาสและเคยก้าวพลาดในชีวิต ได้มีการฝึกทักษะทางการกีฬา มีการศึกษาที่ดี และมีอนาคตที่สดใส ทั้งนี้เยาวชนที่จะมีการพัฒนาตนเองดังกล่าวได้นั้น ต้องมีกรอบความคิดเติบโต และรับการพัฒนาคูณลักษณะเชิงบวก ทั้งคุณลักษณะทางการกีฬา และคุณลักษณะทางจิตวิทยา ซึ่งสามารถสรุปเป็นแผนภาพ “แบบจำลองการพัฒนาตนเองบนเส้นทางกีฬา ของเยาวชนสโมสรกีฬาแห่งนี้” ได้ดังนี้



ภาพที่ 1 แบบจำลองการพัฒนาตนเองบนเส้นทางกีฬา ของเยาวชนสโมสรกีฬาแห่งนี้



จากแบบจำลองข้างต้น แสดงให้เห็นว่า การพัฒนาตนเองของเยาวชนบนเส้นทางกีฬา เกิดจาก ปัจจัย 3 ด้าน ได้แก่ 1) ด้านกรอบความคิดเติบโต (Growth Mindset) ซึ่งถือว่าเป็นพื้นฐานทางความคิด สู่การพัฒนาตนเองบนเส้นทางกีฬาของเยาวชน กล่าวคือเยาวชนจะมีมุมมองชีวิตด้วยความท้าทาย ไม่ย่อท้อเพื่อ หน่วงต่ออุปสรรค มีความพากเพียรพยายาม นำคำวิจารณ์ไปพัฒนาตน และมีแรงดลใจจากคนต้นแบบ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Blackwell, L. A., Trzesniewski, K. H., & Dweck, C. S. (2007, pp.246–263). ที่ได้ศึกษากับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในประเทศสหรัฐอเมริกา พบว่ากรอบความคิดเติบโตส่งผลให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีขึ้น และทำให้นักเรียนมีแรงจูงใจเพิ่มขึ้นด้วย และสอดคล้องกับการศึกษาของ King, R. B. (2012, pp.705–709.) ที่ศึกษาในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในประเทศฟิลิปปินส์ พบว่านักเรียนที่มีกรอบความคิดเติบโตมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง และมีความสัมพันธ์กับการปรับตัวที่เหมาะสม 2) ด้านโอกาสในชีวิต (Opportunity) ซึ่งเป็นนโยบายของ Sport Club ที่สร้างโอกาสให้เยาวชนที่เข้าร่วมโครงการได้รับการยกระดับเป็นนักกีฬาที่มีคุณภาพ มีโค้ชคอยช่วยเหลือ กำกับดูแล อย่างใกล้ชิด ส่งเสริมด้านการศึกษาตามความต้องการของเยาวชน และสนับสนุนให้มีงานที่สุจริต และ 3) ด้านการพัฒนาคุณลักษณะเชิงบวกทางการกีฬา และจิตวิทยา กล่าวคือ คุณลักษณะเชิงบวกทางการกีฬาได้แก่ แรงจูงใจทางการกีฬา การลดความวิตกกังวลทางการกีฬา และความมั่นใจในการกีฬา ส่วนคุณลักษณะเชิงบวกทางจิตวิทยา ได้แก่ มีความหวัง เชื่อมมั่นใน ศักยภาพ ฟื้นฟูพลังชีวิต และมีมุมมองเชิงบวก

## ข้อเสนอแนะการวิจัย

### ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัย

จากผลการวิจัยพบว่าเยาวชนสโมสรกีฬามีการพัฒนาตนเองด้านคุณลักษณะเชิงบวก ทั้ง คุณลักษณะทางการกีฬา และคุณลักษณะทางจิตวิทยา ดังนั้น หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรทำความเข้าใจเกี่ยวกับ กระบวนการพัฒนาที่สอดคล้องกับธรรมชาติของเยาวชน โดยมีข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. ควรพัฒนาคุณลักษณะทางการกีฬาที่เหมาะสม ได้แก่ การสร้างแรงจูงใจทางการกีฬา การลดความวิตกกังวลในการเล่นกีฬา และการเสริมสร้างความมั่นใจในการกีฬา ทั้งนี้เนื่องจากนักกีฬามาจากสภาพ ครอบครัวที่แตกต่างกันวัยที่มาเป็นวัยรุ่นที่มีความตั้งใจ ต้องการจะเป็นนักกีฬาที่เก่ง และฝ่าฟันความยากลำบากในการฝึกซ้อมให้ได้ เพื่อให้ได้เป้าหมายคือ ได้เรียนหนังสือในระดับปริญญาตรี และได้งานทำ เพื่อให้สามารถกลับไปเลี้ยงดูครอบครัวได้ ปრაการณดังกล่าวอธิบายแรงจูงใจในการผลักดันตัวเองไปสู่เป้าหมาย ด้วยการกำหนดเป้าหมายระยะสั้น ระยะกลาง ระยะยาวของชีวิตที่แน่นอน

2. ควรพัฒนาคุณลักษณะทางจิตวิทยาเชิงบวก ได้แก่ ความหวัง ความเชื่อมั่นในศักยภาพตนเอง การฟื้นฟูพลังชีวิต และการมีมุมมองเชิงบวก ทั้งนี้เนื่องจาก ความหวัง เป็นแรงจูงใจในการบรรลุเป้าหมาย และการวางแผนไปสู่ความสำเร็จ ดังนั้น ในการพัฒนาความหวังจึงควรเริ่มจากการฝึกฝนให้เยาวชนมีการกำหนดเป้าหมายของตนเอง การเสริมสร้างความเชื่อมั่นในศักยภาพของตนเอง สามารถต่อยอดจากการพัฒนาในด้านความหวังได้ คือ ส่งเสริมให้เยาวชนมีประสบการณ์มีการพัฒนาตนเอง เพื่อให้เกิดการรับรู้และเชื่อมั่นใน

ความสามารถของตนเอง การฟื้นตัวเมื่อเผชิญกับปัญหาหรือความทุกข์เป็นทักษะหนึ่งที่สามารถพัฒนาขึ้นได้ หลังจากที่เยาวชนประสบกับความล้มเหลว ซึ่งแต่ละคนมีการเรียนรู้และรับมือที่แตกต่างกัน การเผชิญกับความล้มเหลวซ้ำ ๆ สามารถเพิ่มทักษะในด้านนี้ของเยาวชนได้ แนวทางการพัฒนา อาจทำได้โดยการสร้างกรอบความล้มเหลวเพื่อฝึกทักษะการรับมือกับอารมณ์ ความคิดที่เกิดขึ้นเมื่อตนเองประสบความล้มเหลว รวมถึงการกระตุ้นให้เยาวชนสร้างเป้าหมาย และหาแนวทางใหม่ ๆ เพื่อไปสู่ความสำเร็จ โดยการคิดวิเคราะห์ด้วยตนเอง และการปรึกษากับกลุ่มเพื่อน และการมีมุมมองต่อชีวิตและโลกของเยาวชนแต่ละคนเป็นผลมาจากความคิด และความเชื่อ การปรับเปลี่ยนความคิดจะเป็นอีกวิธีการหนึ่งที่พัฒนามุมมองเชิงบวกได้ ซึ่งสามารถทำได้โดยเริ่มจากการให้เยาวชนคาดการณ์ถึงความเป็นไปได้ที่จะเกิดขึ้นในอนาคตทั้งในแง่ดีและแง่ร้าย แล้วสำรวจความรู้สึกว่าความเป็นไปได้แต่ละแบบว่าส่งผลต่อความรู้สึกอย่างไรบ้าง

### ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการต่อยอดจากองค์ความรู้ ไปสู่การพัฒนาโปรแกรมต้นแบบเพื่อเสริมสร้างคุณลักษณะของเยาวชนสู่ความสำเร็จบนเส้นทางกีฬา ตลอดจนศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรม เพื่อขยายผลสู่การพัฒนาเยาวชนในศูนย์ฝึกและอบรมที่สนใจ
2. เนื่องจากการวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ ผลการวิจัยสามารถนำไปสร้างตัวบ่งชี้เชิงปริมาณได้ ทั้งนี้เพื่อประโยชน์ต่อการนำข้อมูลไปวางแผนสู่การพัฒนาเยาวชนของศูนย์ฝึกและอบรมในอนาคตต่อไป
3. ควรมีการศึกษาระยะยาว (Longitudinal study) ในเยาวชนที่จบจากหลักสูตรสโมสรกีฬา ทั้งในด้านการเข้าสู่อาชีพ ชีวิตการทำงาน ชีวิตครอบครัว และประสบการณ์อื่นๆ ทั้งนี้เพื่อติดตามพฤติกรรม การปรับตัว ของเยาวชนในการชีวิตในโลกของความจริง

### เอกสารอ้างอิง

- บัญชา วิทยอนันต์, สมาน ตั้งทองทวี, และ ธาณี วรภัทร์. (2564). มาตรการทางกฎหมายในการบังคับใช้กับเด็กและเยาวชนที่กระทำความผิด: ศึกษาแบบการจัดการศึกษาให้แก่เด็กและเยาวชนเพื่อการแก้ไข บำบัด ฟื้นฟู. *วารสารวิทยาลัยนครราชสีมา (สาขามนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์)*, 15(2), 55-68.
- Blackwell, L. A., Trzesniewski, K. H., & Dweck, C. S. (2007). Theories of intelligence and achievement across the junior high school transition: A longitudinal study and an intervention. *Child Development*, 78(1), 246–263
- Gomà-i-Freixanet M., Martha C., & Muro A. (2012). Does the Sensation-Seeking trait Differ among participants engaged in sports with different levels of physical risk?. *Anales de Psicologia*, 28, 223–232.
- Larkin, M., Shaw, R., & Flowers, P. (2019). Multiperspectival designs and processes in interpretative phenomenological analysis research. *Qualitative Research in Psychology*, 16(2), 182–198.