

การพัฒนาทักษะการคิดเพื่อสร้างภาวะผู้นำโดยใช้กิจกรรมทางกาย
ของนิสิต มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
Development of Thinking Skills for Leadership Building by Using
Physical Activities of Kasetsart University Students

สมบัติ อ่อนศิริ ขาดิชาช อมิตรพ่าย ณัฐยา แก้วมุกดา ณัฐพงษ์ สุกโสมล ไพวัลย์ ตันลาพุดิ¹

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้เป็นงานวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi- Experimental Research) แบบ Pretest-Posttest Control Group Design มีวัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาการพัฒนาทักษะการคิดเพื่อสร้างภาวะผู้นำโดยใช้กิจกรรมทางกายของนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย คือ นิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์จำนวน 365 คน โดยใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบเฉพาะเจาะจง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย ได้แก่แบบวัดภาวะผู้นำ และโปรแกรมกิจกรรมทางกาย วิเคราะห์ข้อมูลด้วยการหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยด้วยสถิติ t-test dependent ผลการวิจัยพบว่า

1. ภาวะผู้นำของกลุ่มตัวอย่างก่อนการทดลองและหลังการทดลองแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ ระดับ .05
2. ภาวะผู้นำของนิสิตชายระหว่างก่อนการทดลองและหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05
3. ภาวะผู้นำของนิสิตหญิงระหว่างก่อนการทดลองและหลังการทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

คำสำคัญ: ทักษะการคิด ภาวะผู้นำ กิจกรรมทางกาย

¹ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

Abstract

This quasi- experimental research (Pretest-Posttest Control Group Design) aimed to examine the Development of thinking skills for leadership building by using physical activities of Kasetsart University students. The samples were 365 first year Kasetsart University students who were taking physical activity class for the summer semester 2014 and they were selected by purposive sampling methods. The research instruments were the leadership test and physical activity programs. The collected data then were analyzed by percentage, mean, standard deviation, and t-test dependent. The results revealed that:

1. The average of the leadership scores were at statistically different at significant point of 0.5 in sample group before experiment and after 8 weeks
2. The average of the leadership scores were at statistically different at significant point of 0.5 in male group before experiment and after 8 weeks
3. The average of the leadership scores were at statistically different at significant point of 0.5 in female group before experiment and after 8 weeks

Keywords: Thinking Method, Leadership, Physical Activity

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ผู้นำเป็นบุคคลที่มีศิลปะที่สามารถมีอิทธิพลเหนือและนำคนอื่น โดยได้รับความไว้วางใจ และเชื่อมั่นอย่างเต็มที่พร้อมทั้งให้ความเคารพนับถือ ให้ความร่วมมือ และให้ความเชื่อมั่นในตัวผู้นำอย่างจริงจัง และเป็นบุคคลที่เป็นศูนย์กลางที่สำคัญในทุกสังคม ไม่ว่าจะเป็นสังคมขนาดเล็ก เช่น สังคมครอบครัว สังคมขนาดกลาง เช่น โรงเรียน มหาวิทยาลัย หรือสังคมขนาดใหญ่เช่น ประเทศ หรือรัฐ ในสังคมที่กล่าวมาย่อมต้องมีผู้นำที่ทำหน้าที่ตัดสินใจในจรรยาบรรณ การกำหนดนโยบาย วางแผนและจงใจให้สมาชิกในกลุ่มร่วมกันปฏิบัติการกิจของกลุ่มให้สำเร็จลุล่วงไปด้วยดี ดังนั้นการที่สังคมใดๆ มีผู้นำที่มีลักษณะของภาวะผู้นำที่ดีก็ย่อมจะทำให้การทำการกิจกรรมต่างๆ ของกลุ่มสังคมนั้นๆ ประสบความสำเร็จและบรรลุตามวัตถุประสงค์ที่กลุ่มต้องการ ซึ่งสอดคล้องกับ สมาพันธ์การฝึกอบรมและพัฒนาแห่งอเมริกา หรือ American Society for Training and Development (ASTD) อ้างถึงใน สายฝน วังสระ, 2552) ได้สรุปว่าในช่วงศตวรรษที่ 21 ภาวะผู้นำกลายเป็นองค์ประกอบที่มี

ความสำคัญอย่างยิ่งในการพัฒนาและบริหารงานขององค์กรในประเทศต่างๆ ได้มีการสำรวจพบว่าประเทศที่มีความเจริญก้าวหน้าเหนือานอารยะประเทศนั้นเป็นผลมาจากกระบวนการในการพัฒนาบุคคลให้มีภาวะผู้นำและการพัฒนากระบวนการในการบริหารจัดการให้มีประสิทธิภาพเป็นสำคัญ Drucker (1968: 272) ได้กล่าวถึงความสำคัญของภาวะผู้นำว่า ในสังคมปัจจุบันเป็นสังคมที่ขึ้นอยู่กับภาวะผู้นำ การบริหารองค์กรจำเป็นต้องขึ้นอยู่กับความรู้ความสามารถ จินตนาการและความรับผิดชอบของผู้นำ แม้ว่าภาวะผู้นำจะทำให้เกิดสิ่งที่ทำให้เกิดความแตกต่างในการปฏิบัติขององค์กร แต่ปัจจุบันภาวะผู้นำกำลังเป็นสิ่งที่ขาดแคลนมากในเกือบทุกองค์กร และการเสริมสร้างภาวะผู้นำให้แก่บุคคลควรเริ่มตั้งแต่เยาว์วัยเพราะจะเป็นการมุ่งเน้นให้เยาวชนเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง ทำให้สามารถเป็นผู้นำในฐานะนักวางแผน รู้จักการแก้ไขปัญหา เพิ่มพูนทักษะการสื่อสาร และการสร้างความสัมพันธ์รวมถึงสามารถตัดสินใจได้อย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งสอดคล้องกับ รังสรรค์ ประเสริฐศรี (2551: 25) ที่กล่าวว่า ถ้าผู้เรียนได้รับการพัฒนาฝึกฝนทักษะความเป็นผู้นำตั้งแต่วัยเด็กแล้ว จะส่งผลให้ผู้เรียนสามารถบริหารจัดการงานต่างๆ ในฐานะผู้นำได้ โดยใช้การตัดสินใจ ใช้อิทธิพลสร้างความสัมพันธ์ หรือแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสาร แต่ในปัจจุบันวัยรุ่นไทยอยู่ภายใต้สังคมที่เคยชินกับการเป็นผู้ตามมากกว่าผู้นำ อันเนื่องมาจากวัฒนธรรมการเลี้ยงดูเด็กๆ ของครอบครัวไทย ที่เอาใจใส ดูแลอย่างใกล้ชิดจนมากเกินไป ถึงแม้ว่าเด็กจะโตจนเรียนระดับมหาวิทยาลัย รวมถึงระบบการศึกษาไทยที่ครูจำนวนมากสอนโดยมีครูเป็นศูนย์กลาง เด็กต้องคิดตามกรอบที่กำหนด รวมถึงการที่ระบบการศึกษาไทยที่ไม่ได้ให้ความสำคัญในการพัฒนาผู้เรียนให้มีภาวะผู้นำเท่าที่ควร สอดคล้องกับ เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์ (2550) กล่าวว่า วิถีเด็กและเยาวชนขาดภาวะผู้นำกำลังเป็นปัญหาสำคัญที่เกิดขึ้นในสังคมไทยเด็กและเยาวชนจำนวนมากขาดวุฒิภาวะ ขาดทักษะ และขาดมุมมองความเข้าใจในความหมายที่แท้จริงของการเป็น “ผู้นำ” ซึ่งภาวะผู้นำนับเป็นรากฐานสำคัญที่นำไปสู่ความสำเร็จในชีวิต ทั้งชีวิตส่วนตัว ครอบครัว และการทำงาน สังคมไทยต้องการคนรุ่นใหม่ที่มีภาวะผู้นำเพื่อเป็นกำลังสำคัญในการนำทิศทางและพัฒนาประเทศ (สุเวศ กลับศรี, 2556) ซึ่งลักษณะของผู้นำเป็นสิ่งที่สามารถพัฒนาทักษะของความเป็นผู้นำโดยการเรียนรู้ สังสมประสบการณ์ ฝึกฝน พัฒนาตนเองให้เป็นผู้ผู้นำที่ดีได้ (วิเชียร วิทย์อุดม, 2558)

การพัฒนาภาวะผู้นำในเยาวชนจึงมีความจำเป็นอย่างเร่งด่วนที่ควรจะมีการสนับสนุนและพัฒนาเป็นอันดับต้นๆ ดังนั้นโรงเรียนหรือมหาวิทยาลัยจึงเป็นสถานที่สำคัญในการพัฒนาภาวะผู้นำให้กับเยาวชน มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ก็เป็นมหาวิทยาลัยหนึ่งที่มีภารกิจในการผลิตบัณฑิตที่มีคุณภาพออกสู่สังคมและประเทศชาติ ตามปรัชญาของมหาวิทยาลัย

ที่ว่า มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ เป็น สถาบันที่มีปณิธานมุ่งมั่นในการส่งเสริม เสาะแสวงหา และพัฒนาความรู้ให้เกิดความเจริญงอกงาม ทางภูมิปัญญา ที่เพียบพร้อมด้วยวิชาการ จริยธรรม และคุณธรรม ตลอดจนเป็นผู้ชี้นำทิศทางสืบทอดเจตนารมณ์ที่ดีของสังคม เพื่อความคงอยู่ ความเจริญ และความเป็นอารยะของชาติ และมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ยังมุ่งหวังให้บัณฑิตของมหาวิทยาลัย มีภาวะผู้นำในตนเองและสามารถปฏิบัติงานร่วมกันในฐานะ สมาชิกในทีมและเป็นหัวหน้าทีมได้ ดังปรากฏในคำคำนิยมของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ (มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์: 2556)

ในการจะพัฒนาภาวะผู้นำนั้นทักษะการคิดก็จะเป็นองค์ประกอบหนึ่งที่สำคัญ องค์ประกอบหนึ่งของผู้ที่มีความรู้สูง สอดคล้องกับ Peter Senge (อ้างในเนตรพัฒนายาราช: 2552) ได้กล่าวว่า ผู้นำที่มุ่งจะเป็นเลิศได้นั้น จะต้องมีส่วนต่อไปนี้เป็น ความคาดหวังความสำเร็จ ในอนาคต ความมุ่งมั่นที่จะทำให้สำเร็จ การใช้จิตใต้สำนึกพิจารณาได้ด้วยความชำนาญ และทักษะการคิดวิเคราะห์อย่างมีเหตุผล ทักษะการคิดหมายถึงกระบวนการทำงาน ของสมองโดยใช้ประสบการณ์มาสัมพันธ์กับสิ่งเร้า และสภาพแวดล้อมโดยนำมาวิเคราะห์ เปรียบเทียบ สังเคราะห์และประเมินอย่างมีระบบและเหตุผล เพื่อให้ได้แนวทางในการแก้ปัญหา อย่างเหมาะสมหรือสร้างสรรค์สิ่งใหม่ (ทิตินา แชมมณี: 2544) การพัฒนาสมองเพื่อ พัฒนาทักษะการคิดนั้นไปด้วยกันหลายวิธีและวิธีหนึ่งที่ได้ผลดีวิธีหนึ่งคือการออกกำลังกาย และการใช้กิจกรรมทางกาย ซึ่งสอดคล้องกับจักรพันธ์ ศรีมกุฏ (2552:10-11) กล่าวว่า พลศึกษาเป็นกิจกรรมทางกายที่ช่วยพัฒนาสมรรถภาพทางกาย สมรรถภาพทางจิตใจ และคุณภาพชีวิต...อีกทั้งการมีคุณธรรม ได้แก่ ความมีน้ำใจเป็นนักกีฬา ความรักในหมู่คณะ ความเป็นผู้มีระเบียบวินัย มารยาทในการเล่นและการดูกีฬา การเป็นผู้นำและผู้ตามที่ดี และ การออกกำลังกายส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมและการพัฒนาของสมองโดยตรง “อาจเป็นไปได้ว่าผลกระทบของกิจกรรมทางกายที่มีต่อความรู้ทางสติปัญญาจะมีความสำคัญ โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการพัฒนาสมองของเยาวชน” และการออกกำลังกายจัดเป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์ทั้งต่อสุขภาพกายและจิต มีรายงานว่า การออกกำลังกายจะช่วยให้มีอารมณ์ดีขึ้น (Schneider et al., 2009; Yueng, 1996) มีสมรรถนะของการรู้คิด (Cognitive Function) ซึ่งรวมทั้ง ความจำ สมอง การรับรู้ ที่ทำให้เกิดพฤติกรรมการแสดงออก รวมไปถึงการทำงานของสมอง ระดับสูง (Executive Function) คือ การคิด แก้ปัญหา การตัดสินใจ และการวางแผนดีขึ้น (Lo Bue-Estes et al., 2008; Mierau et al., 2009)

กิจกรรมทางกายประเภทกีฬานั้นเป็นกิจกรรมที่มีรูปแบบการเล่นตามกติกา ที่กำหนด มีความท้าทาย ผู้ที่เล่นกีฬาจะต้องมีการคิด วิเคราะห์ การตัดสินใจและการ แก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าได้ดีต้องซึ่งมีรูปแบบการเล่นที่มีแบบแผน ในฐานะที่คณะผู้วิจัย

เป็นอาจารย์ผู้สอนในสาขาวิชาพลศึกษา มีหน้าที่ในการสอนกิจกรรมทางกายซึ่งเลือกการสอนการเล่นกีฬาเพื่อพัฒนาสมรรถภาพทางกายให้กับนิสิต ซึ่งคณะผู้วิจัยคิดว่ากิจกรรมทางกายที่คณะผู้วิจัยได้ใช้ในการสอนรายวิชากิจกรรมทางกายนั้นนอกจากจะสามารถพัฒนาสมรรถภาพทางกายให้แก่นิสิตแล้ว ด้วยรูปแบบการเล่นและการฝึกงานจะสามารถช่วยพัฒนาทักษะการคิดเพื่อสร้างภาวะผู้นำให้กับนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ได้ จึงมีความสนใจที่จะศึกษาและพัฒนาทักษะการคิดเพื่อสร้างภาวะผู้นำโดยใช้กิจกรรมทางกายสำหรับนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ชั้นปีที่ 1 เพื่อให้เป็นบัณฑิตที่สมบูรณ์ มีโลกทัศน์กว้างไกล สอดรับกับสภาพเศรษฐกิจ สังคมและการเมือง ซึ่งจะเพื่อกำลังสำคัญของชาติในอนาคตต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาการพัฒนาทักษะการคิดเพื่อสร้างภาวะผู้นำโดยใช้กิจกรรมทางกายของนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงกึ่งทดลอง (Quasi- Experimental Research) แบบ Pretest-Posttest Control Group Design

ประชากรกลุ่มตัวอย่างและสถานที่ทำวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ นิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ชั้นปีที่ 1 ที่ลงทะเบียนรายวิชากิจกรรมพลศึกษาในภาคฤดูร้อน ปีการศึกษา 2557 จำนวน 1,250 คน กลุ่มตัวอย่างได้มาจากการสุ่มแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive Sampling) จำนวน 375 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ประกอบด้วย

1. เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูล

แบบวัดภาวะผู้นำ เป็นแบบวัดภาวะผู้นำของ สายฝน วังสระ (2552) พัฒนามาจากแบบวัดภาวะผู้นำ Al-omari และคณะ (2008)

2. เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

โปรแกรมกิจกรรมทางกาย เป็นโปรแกรมที่คณะผู้วิจัยประยุกต์รูปแบบการเรียนรู้ทักษะกีฬาบาสเกตบอล ฟุตบอล รักบี้ฟุตบอล และเทเบิลเทนนิส โดยกิจกรรมทั้ง 4 กิจกรรม

จะมีรูปแบบเป็นกิจกรรมที่มีกติกากำหนดเพื่อให้เกิดความท้าทาย ต้องมีการคิดวางแผนในการปฏิบัติกิจกรรมเป็นกลุ่มเพื่อให้การทำกิจกรรมสำเร็จ เป็นกิจกรรมที่ใช้พัฒนาทักษะการคิดเพื่อสร้างภาวะผู้นำ โดยโปรแกรมดังกล่าวได้ผ่านการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือด้านความตรงเชิงเนื้อหา (Content Validity) จากผู้เชี่ยวชาญทางด้านกิจกรรมทางกาย และจิตวิทยาการกีฬาจำนวน 5 ท่าน

วิธีการเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการตามขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูลดังนี้

1. กลุ่มตัวอย่างทั้งหมดจะได้รับการวัดภาวะผู้นำด้วยแบบวัดภาวะผู้นำของ สายฝน วังสระ (2552) ก่อนการทดลองสัปดาห์ที่ 1 และหลังการทดลองสัปดาห์ที่ 8
2. กลุ่มการทดลองจะได้รับโปรแกรมกิจกรรมทางกายที่คณะผู้วิจัยสร้างขึ้นจำนวน 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 3 วันๆ ละ 2 ชั่วโมง

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. ค่าร้อยละ (Percentage) ของสถานภาพของกลุ่มตัวอย่างแยกตามเพศและคณะ
2. ค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (S.D.) ของคะแนนจากแบบทดสอบภาวะผู้นำของกลุ่มฝึกด้วยโปรแกรมกิจกรรมทางกายก่อนและหลังการฝึก ตามลำดับ
3. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนภาวะผู้นำของกลุ่มตัวอย่าง ระหว่างก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ด้วยสถิติทดสอบค่าที่ ชนิดกลุ่มตัวอย่างมีความสัมพันธ์กัน (t-test dependent) ที่ คำนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
4. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนภาวะผู้นำของกลุ่มตัวอย่าง นิสิตชาย ระหว่างก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ด้วยสถิติทดสอบที่ ชนิดกลุ่มตัวอย่างมีความสัมพันธ์กัน (t-test dependent) ที่ คำนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05
5. ทดสอบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยคะแนนภาวะผู้นำของกลุ่มตัวอย่าง นิสิตหญิง ระหว่างก่อนการทดลองและหลังการทดลอง ด้วยสถิติทดสอบที่ ชนิดกลุ่มตัวอย่างมีความสัมพันธ์กัน (t-test dependent) ที่ คำนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตารางที่ 1 เปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ก่อนการทดลองสัปดาห์ที่1 และหลังการทดลอง สัปดาห์ที่ 8 ของคะแนนภาวะผู้นำในกลุ่มการทดลอง กลุ่มนิสิตชายและกลุ่มนิสิตหญิง

ตัวแปร	กลุ่ม	n	$\bar{X}$	SD	t
กลุ่มการทดลอง	ก่อน	365	3.73	.42	-22.05*
	หลัง	365	4.31	.27	
นิสิตชาย	ก่อน	151	3.71	.43	-14.29*
	หลัง	151	4.32	.26	
นิสิตหญิง	ก่อน	214	3.74	.42	-16.76*
	หลัง	214	4.30	.28	

* นัยสำคัญที่ระดับ .05

ผลการวิจัยพบว่า

1. ผลการวิเคราะห์สถานภาพของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า ส่วนมากเป็นนิสิตหญิง คิดเป็นร้อยละ 58.60 เป็นนิสิตชาย คิดเป็นร้อยละ 41.40 ส่วนมากกลุ่มตัวอย่างจะมีอายุ 19 ปี คิดเป็นร้อยละ 65.50 รองลงมา มีอายุ 18 ปี คิดเป็นร้อยละ 32.10 และน้อยที่สุดอายุ 20 ปี คิดเป็นร้อยละ 2.50 โดยส่วนมากเป็นนิสิตจากคณะวิศวกรรมศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 17.50 รองลงมา เป็นนิสิตจากคณะวนศาสตร์ คิดเป็นร้อยละ 12.30 และน้อยที่สุดเป็นนิสิตจากคณะสิ่งแวดล้อม คิดเป็นร้อยละ 0.80

2. ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนภาวะผู้นำของกลุ่มตัวอย่างก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนภาวะผู้นำของกลุ่มตัวอย่างก่อนการทดลอง ($\bar{X} = 3.73$) และหลังการทดลอง ($\bar{X} = 4.31$) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

3. ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนภาวะผู้นำของนิสิตชายก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนภาวะผู้นำของนิสิตชายก่อนการทดลอง ($\bar{X} = 3.71$) และหลังการทดลอง ($\bar{X} = 4.32$) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

4. ผลการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยคะแนนภาวะผู้นำของนิสิตหญิงก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง พบว่า ค่าเฉลี่ยคะแนนภาวะผู้นำของนิสิตหญิงก่อนการทดลอง ($\bar{X} = 3.74$) และหลังการทดลอง ($\bar{X} = 4.30$) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

อภิปรายผล

จากการศึกษาการพัฒนาทักษะการคิดเพื่อสร้างภาวะผู้นำโดยใช้กิจกรรมทางกายของนิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ พบว่าคะแนนภาวะผู้นำของกลุ่มตัวอย่างก่อนเข้าโปรแกรมกิจกรรมทางกาย ($\bar{X} = 3.73$) และหลังการเข้าโปรแกรมกิจกรรมทางกาย ($\bar{X} = 4.31$) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ค่าเฉลี่ยคะแนนภาวะผู้นำของนิสิตชายก่อนการทดลอง ($\bar{X} = 3.71$) และหลังการทดลอง ($\bar{X} = 4.32$) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และค่าเฉลี่ยคะแนนภาวะผู้นำของนิสิตหญิงก่อนการทดลอง ($\bar{X} = 3.74$) และหลังการทดลอง ($\bar{X} = 4.30$) แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (ตารางที่ 1) แสดงให้เห็นว่าโปรแกรมกิจกรรมทางกายที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นนั้นสามารถสร้างภาวะผู้นำได้โดยผ่านการพัฒนาระบบการคิด เนื่องจากโปรแกรมกิจกรรมทางกายที่สร้างขึ้นนั้นเป็นกิจกรรมการฝึกปฏิบัติด้านกีฬา เป็นโปรแกรมที่ออกแบบให้เป็นกิจกรรมที่มีกติกาที่ค่อนข้างท้าทายความสามารถ มีความยากที่จะต้องปฏิบัติเป็นกลุ่ม ดังนั้นก่อนการปฏิบัติินิสิตที่อยู่ในกลุ่มจะต้องร่วมมือกันคิด วางแผนรูปแบบการเล่นตามกติกาที่กำหนด ในการวางแผน ในการคิดในลักษณะเป็นกลุ่มหรือเป็นทีม จะเกิดความคิดที่หลากหลายและแตกต่างซึ่งจะยากในการปฏิบัติกิจกรรมให้สำเร็จดังนั้นนิสิตในกลุ่มจำเป็นต้องแสดงภาวะผู้นำเพื่อที่จะรวบรวมความคิดที่หลากหลายมาประกอบการตัดสินใจ ในความคิดที่มีโอกาสเป็นไปได้มากที่สุดและลองปฏิบัติจนกระทั่งสามารถปฏิบัติกิจกรรมได้สำเร็จ สอดคล้องกับงานวิจัยของ Gould (2011) ที่กล่าวว่า ในบริบทและสภาพการหรือสิ่งแวดล้อมในทางกีฬาและกิจกรรมทางกายเป็นกิจกรรมที่ต้องมีการปฏิสัมพันธ์ การโต้ตอบที่สูงกว่า เป็นการเปิดโอกาสให้เยาวชนได้แสดงออกและเพิ่มประสบการณ์ภาวะผู้นำอย่างหลากหลาย กีฬาและกิจกรรมทางกายสนับสนุนให้เยาวชนได้มีโอกาสเรียนรู้ภาวะผู้นำอย่างสนุกสนาน และเป็นวิถีทางการสร้างแรงจูงใจ สอดคล้องกับ ทิศนา ขัมมณี (2544) การพัฒนาสมองเพื่อพัฒนาทักษะการคิดนั้นมีด้วยกันหลายวิธี และวิธีหนึ่งที่ได้ผลดีคือการออกกำลังกายและการใช้กิจกรรมทางกาย ดังที่ Department of Education Fredericton, New Brunswick E3B 5H1 ได้เปิดหลักสูตร “Leadership through Physical Education and Recreation” ในปี ค.ศ. 1979 (ทิศนา ขัมมณี, 2544) โดยให้เหตุผลว่า สุขศึกษาและพลศึกษาเป็นรายวิชาแรกของรายวิชาภาวะผู้นำที่ถูกสร้างขึ้นมาโดยระบบการศึกษา ในโรงเรียนของประเทศแคนาดา และจึงได้มีรายวิชา ภาวะผู้นำผ่านทางกิจกรรมพลศึกษาและนันทนาการ โดยการใช้กิจกรรมทางพลศึกษา กิจกรรมนันทนาการเป็นเครื่องมือในการสร้างภาวะผู้นำซึ่งสอดคล้องกับ Basch (2010) ที่กล่าวว่าการออกกำลังกายส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมและการพัฒนาของสมองโดยตรง อาจเป็นไปได้ว่าผลกระทบของ

กิจกรรมทางกายที่มีต่อความรู้ทางสติปัญญาจะมีความสำคัญโดยเฉพาะอย่างยิ่งในการพัฒนาสมองของเยาวชน และการออกกำลังกายจัดเป็นกิจกรรมที่มีประโยชน์ทั้งต่อสุขภาพกายและจิต จากรายงานการวิจัยพบว่าการออกกำลังกายจะช่วยให้มีอารมณ์ดีขึ้น (Schneider et al., 2009; Yueng, 1996) มีสมรรถนะของการรู้คิด (cognitive function) ซึ่งรวมทั้งความจำ สมาธิ การรับรู้ ที่ทำให้เกิดพฤติกรรมการแสดงออก รวมไปถึงการทำงานของสมองระดับสูง (executive function) คือ การคิด แก้ปัญหา การตัดสินใจ และการวางแผนที่ดีขึ้น (Lo Bue-Estes et al., 2008; Mierau et al., 2008)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการพัฒนาเด็กและเยาวชนในประเทศอเมริกาพบว่า แนวคิดที่นิยมนำมาใช้ในการพัฒนาทักษะชีวิตและภาวะผู้นำของเด็กและเยาวชนคือ แนวคิด 4-เอช ซึ่งได้ถูกนำไปประยุกต์ใช้อย่างต่อเนื่องเพื่อเป็นเครื่องมือในการพัฒนาทักษะชีวิตเด็กและเยาวชนโดยมีหลักสำคัญ 4 ประการที่เรียกว่า 4-H clover ได้แก่ 1) การพัฒนาด้านความคิดและการจัดการ (Head) 2) การพัฒนาด้านการสร้างสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น (Heart) 3) การพัฒนาด้านการทำงานและการเป็นพลเมืองดี (Hand) และ 4) การพัฒนาด้านการใช้ชีวิตและการดูแลตนเอง (Health) (Baker, 2006) และสอดคล้องกับ Mumford และคณะ (2007) ได้ทำการศึกษาทักษะที่มีความจำเป็นต่อการพัฒนาภาวะผู้นำ โดยได้สร้างโมเดลทักษะที่จำเป็นในการพัฒนาภาวะผู้นำซึ่ง Mumford ได้เสนอว่าในการพัฒนาภาวะผู้นำนั้น ทักษะการคิดวิเคราะห์เป็นทักษะหนึ่งที่จะเอื้อให้ผู้นำได้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและกลวิธีการจัดการกับการทำงานจัดเป็นส่วนสำคัญของภาวะผู้นำในการวิเคราะห์จุดแข็งจุดอ่อนของวิธีการปฏิบัติงานให้บรรลุเป้าหมาย

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากการวิจัยครั้งนี้

จากผลการวิจัยเรื่อง การสร้างทักษะการคิดเพื่อพัฒนาภาวะผู้นำด้วยกิจกรรมทางกายของนิสิตชั้นปีที่ 1 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ คณะผู้วิจัยขอเสนอความคิดเห็นและข้อเสนอแนะ ดังนี้

1. จากข้อค้นพบหลังการทดลอง นิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ที่เป็นกลุ่มทดลองมีภาวะผู้นำที่ดีขึ้น ทางมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ควรกระตุ้นให้นิสิตเข้าร่วมกิจกรรมทางกายและออกกำลังกายให้มากขึ้น
2. ควรจัดกิจกรรมทางกายเพื่อสร้างภาวะผู้นำของนิสิตโดยนำโปรแกรมจัดกิจกรรมทางกายนี้ไปปรับใช้ให้สอดคล้องกับบริบทของมหาวิทยาลัย
3. ผู้บริหารของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ควรจัดให้มีโครงการรณรงค์การออกกำลังกายเพื่อจะได้ส่งเสริมให้นิสิตมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์เห็นความสำคัญของกิจกรรมทางกาย

การออกกำลังกายและเล่นกีฬา เพื่อเสริมสร้างการมีภาวะผู้นำ ปลุกฝังให้เป็นคนมีระเบียบวินัย
รับผิดชอบ เคารพกฎ กติกา และมีน้ำใจนักกีฬา

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

คณะผู้วิจัยขอเสนอแนะแนวทางสำหรับผู้สนใจที่จะทำการวิจัยในครั้งต่อไป ดังนี้

1. การวิจัยในครั้งต่อไป ควรมีการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยวิธีการอื่นๆ นอกจากการใช้แบบสอบถาม เช่น การสัมภาษณ์ และการสังเกตแบบมีส่วนร่วม รวมทั้งควรมีการเพิ่มระยะเวลาในการรวบรวมข้อมูลให้มากขึ้น เพื่อให้ได้กลุ่มตัวอย่างที่ครอบคลุมและมีความแม่นยำมากยิ่งขึ้น
2. ควรมีการทดลองใช้กิจกรรมทางกายนี้กับนิสิตในระดับชั้นอื่นๆ ซึ่งมีบริบทต่างกันไปเพื่อเป็นประโยชน์ในการปลุกฝังภาวะผู้นำให้กับนิสิต
3. ควรมีการวัดทักษะกระบวนการคิดที่เกิดจากการปฏิบัติกิจกรรมทางกายโดยตรงด้วยแบบวัดทักษะการคิด
4. การทำวิจัยในครั้งนี เนื่องจากกลุ่มตัวอย่างเป็นเพียงกลุ่มนิสิตปีที่ 1 ของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขนเท่านั้น ดังนั้น ควรเพิ่มจำนวนของกลุ่มตัวอย่างให้มากขึ้น เพื่อที่จะได้ข้อมูลที่ชัดเจนและจะได้นำมาวิเคราะห์ผลได้อย่างละเอียด

บรรณานุกรม

- กวี วงศ์พุม. (2542). ภาวะผู้นำ. พิมพ์ครั้งที่ 5. กรุงเทพฯ: ปิเคอินเตอร์พรีนซ์ จำกัด.
- กองวิจัยทางการศึกษา, กรมวิชาการ. (2542). การสังเคราะห์รูปแบบการพัฒนาศักยภาพของเด็กไทยด้านการศึกษา. กระทรวงศึกษาธิการ : โรงพิมพ์การศาสนา.
- เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์. (2546). การคิดเชิงบูรณาการ = Integrative Thinking. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : ชัคเชส มีเดีย.
- _____. (2550). สูดยอดภาวะผู้นำ. กรุงเทพฯ: ชัคเชส มีเดีย.
- _____. (2551). ทำงานอย่างไรให้ก้าวหน้า. กรุงเทพฯ: ชัคเชส มีเดีย.
- จักรพันธ์ ศรีมกุฏ. (2552). ความคิดเห็นที่มีต่อการจัดการเรียนรู้สาระพลศึกษาของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 ในเขตพื้นที่การศึกษาเชียงใหม่ ปีการศึกษา 2551. ปรินญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- เจริญ กระบวนรัตน์. (2556). กิจกรรมทางกาย. วารสารสุขศึกษาพลศึกษาและสันทนาการ. 39(1):5-6.
- ชาญชัยอาจินสมาจาร. (2550). ภาวะผู้นำในองค์กร. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ปัญญาชน.
- ณัฐพันธ์เชรนนท์. (2551). พฤติกรรมองค์กร. กรุงเทพฯ: ซีเอ็ดดูเคชั่น.
- ณัฐนรี ศรีทอง. (2552). การเพิ่มศักยภาพภาวะความเป็นผู้นำในงานพัฒนาชุมชน. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์โอเดียนสโตร์.
- ณัฐยา แก้วมุกดา. (2549). พื้นฐานทางการพลศึกษาและการกีฬา. ภาควิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. (เอกสารประกอบการสอนอัดสำเนา).
- ดวงพร ศรีจันทวงศ์. (2540). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล การมีส่วนร่วมในกิจกรรมของนักศึกษาสภาพแวดล้อมของมหาวิทยาลัย กับภาวะผู้นำของนักศึกษพยาบาล วิทยาลัยพยาบาล สังกัดกระทรวงสาธารณสุข. ปรินญามหาบัณฑิต ภาควิชาการบริหารการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ทองฟูศิริวงศ์. (2554). พฤติกรรมองค์กร. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์สำนักส่งเสริมและฝึกอบรมมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ทิตนา แชมมณี. (2544). วิทยาการด้านการคิด. กรุงเทพฯ: เดอะมาสเตอร์กรุ๊ปแมนเนจเม้นท์.
- _____. (2554). ศาสตร์ การสอน: องค์ความรู้ เพื่อการจัดกระบวนการเรียนรู้ที่มีประสิทธิภาพ. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ทิตนา แชมมณีและคณะ. (2549). การนำเสนอรูปแบบเสริมสร้างทักษะการคิดขั้นสูงของนิสิตนักศึกษาครูระดับปริญญาตรีสำหรับหลักสูตรครุศึกษา. เอกสารอัดสำเนา.

- นฤพนธ์ วงศ์จตุรภัทรและจิรกรณ์ศิริประเสริฐ. (2541). “ความแตกต่างทางเพศในเกมและกิจกรรมพลศึกษา สำหรับเด็ก” วารสารวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและกีฬา . ปีที่ 2 ฉบับที่ 1 เดือน มกราคม – มิถุนายน (2541).
- เนตร์ พัฒนายาวราช. (2552). ภาวะผู้นำและผู้นำเชิงกลยุทธ์. ศูนย์หนังสือจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, กรุงเทพฯ.
- พิบูลย์ ปะปาล. (2550). พฤติกรรมองค์การสมัยใหม่. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: อมรการพิมพ์.
- เพลินใจ พุกษชาติรัตน์. (2549). การพัฒนารูปแบบการพัฒนาภาวะผู้นำของผู้อำนวยการสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา. วิทยานิพนธ์ครุศาสตรดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาบริหารการศึกษา กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- รังสรรค์ ประเสริฐ. (2548). พฤติกรรมองค์การ. กรุงเทพฯ: เพียร์สันเอดดูเคชั่นอินโดไชน่า.
- รัตติกรณ์ จงวิศาล. (2551). มนุษย์สัมพันธ์: พฤติกรรมมนุษย์ในองค์การ. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ลาวัลย์ ทองศรีสมบูรณ์. (2547). ปัจจัยคัดสรรที่สัมพันธ์กับนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายที่มีภาวะผู้นำสูงทั้งมีดีงานและมีดีการรักษาสัมพันธ์. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วิเชียร วิทยอุดม. (2547). พฤติกรรมองค์การ. พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: บริษัท ธีระฟิล์มและโซเท็กซ์จำกัด.
- _____ . (2558). ภาวะผู้นำ (ฉบับแนวใหม่). พิมพ์ครั้งที่ 1. กรุงเทพฯ: บริษัท ธนัชการพิมพ์จำกัด.
- วันทนา ถิ่นกาญจน์. (2538). ศึกษาสมรรถนะภาวะผู้นำที่พึงประสงค์ของบัณฑิตสาขาพยาบาลศาสตร์. วิทยานิพนธ์ ปริญญาโทบริหารการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมคิด บางโม. (2550). องค์การและการจัดการ. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์วิทย์พัฒน์.
- สมพร เพื่องจันทร์. (2547). แนวคิดและหลักการจัดการในองค์การสาธารณะ. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมาคมสุขศึกษา พลศึกษา และสันทนาการแห่งประเทศไทย. (2557). บทบาทของกิจกรรมทางกายกับการพัฒนาเยาวชน. เอกสารประกอบการประชุมวิชาการแห่งชาติ. นครราชสีมา, 26-28 พฤศจิกายน : 1.
- สร้อยตระกูล (ตียานนท์) อรรถมานะ. (2550). พฤติกรรมองค์การ ทฤษฎีและการประยุกต์. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพฯ : สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- สุตา สุวรรณภิรมย์. (2551). The Leadership ภาวะผู้นำ. กรุงเทพฯ: เอ อาร์. อินฟอร์เมชั่นแอนด์พับลิเคชั่น.

- สุเทพ พงศ์ศรีวัฒน์. (2550). ภาวะความเป็นผู้นำ. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์บริษัทเอ็กซ์เปอร์เน็ทจำกัด.
- สุวิทย์ มูลคำ. (2547). ครบเครื่องเรื่องการคิด. พิมพ์ครั้งที่3. กรุงเทพฯ: ห้างหุ้นส่วนจำกัดภาพพิมพ์.
- _____. (2551). กลยุทธ์...การสอนคิดเปรียบเทียบเล่ม3. พิมพ์ครั้งที่4. กรุงเทพฯ: ห้างหุ้นส่วนจำกัดภาพพิมพ์.
- สุภรดี มั่นยืน. (2541). ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยส่วนบุคคล คุณลักษณะความเป็นหญิง-ชาย การได้รับการเสริมพลังอำนาจจากอาจารย์กับภาวะผู้นำการเปลี่ยนแปลง ของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาล สังกัดกระทรวงสาธารณสุข. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศาสตรบัณฑิตภาควิชาการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุเวศ กลับศรี. (2556). การพัฒนากิจกรรมลูกเสือเพื่อสร้างภาวะผู้นำของเยาวชนไทย. ดุษฎีนิพนธ์สาขาวิชาการบริหาร การศึกษา, มหาวิทยาลัยวงษ์ชวลิตกุล.
- สายฝน วังสระ. (2552). การวิจัยและพัฒนาโปรแกรม4-เอช เพื่อพัฒนาภาวะผู้นำ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศาสตรบัณฑิตภาควิชาวิจัย และจิตวิทยาการศึกษา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สร้อยตระกูล (ติวยานนท์) อรรถมานะ. (2545). พฤติกรรมองค์การ: ทฤษฎีและการประยุกต์. พิมพ์ครั้งที่ 3. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- อติญาณ ศรีเกษตริณ. (2543). การสร้างหลักสูตรฝึกอบรมเพื่อส่งเสริมสร้างความเป็นผู้นำ สำหรับนักศึกษาพยาบาล. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารศาสตรบัณฑิตภาควิชาการพยาบาล คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.
- อำนาจ ธีระวนิช. (2552). หลักการจัดการ. พิมพ์ครั้งที่ 2. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์บริษัท มาเธอร์บอสแพคเกจจิ้งจำกัด.
- Al-omari, A. A., Abu Tineh, A. M., & khasawneh, S. M. (2008). Leadership skill of first Year student at public universities in Jordan. [online]. Available from: <http://www.informaword.com> [2009, August 15].
- Allen and Meyer. (1990). "The Measure and Antecedents of Affective, Continuance and Normative Commitment" . Journal of Occupational Psychology. 1-18.
- Baker, D. Z. (2006). 4-H Volunteer Leaders' Series: Life Skills Through 4-H. [online]. Available from: <http://www.uaex.edu> [2009, May 21]

- Biddle, S. J. H., & Mutrie, N. (2008). Psychology of physical activity. In Determinants, well-being and interventions (2nd ed.). New York: Routledge.
- Corbin, C.B., R.P. Pangrazi and B.D. Franks. (2000). "Definitions: Health, Fitness, and Physical Activity". Physical Activity and Fitness Research. Available: <http://www.indiana.edu/~preschal/resource/digests/march/march00/digestmarch00.html>, 9 October 2015.
- Daft, R.L. (1999). Leadership: Theory and practice. Forth Worth, TX: Dryden Press.
- Greenberg, J., & Baron, R. A. (2000). Behavior in Organizations. (7th ed.). New jersey : Prentice - hall.
- National Association for Sport and Physical Education: <http://www.aahperd.org/naspe/publications/teachingTools/whyPE.cfm>
- Yukl, G. (2006). Leadership in Organizations. Prentice-Hall.