

การใช้ทักษะด้านจิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอนเทควันโด ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

The use of Sport Psychological Skills Among Tae Kwon Do Trainer In Northeastern Region

พิสิฐพงศ์ ทิทา (Phisitpong Titar)^{1*} ดร.ครุศาสตร์ คนหาญ (Dr.Kurusart Konharn)**

ดร.ชัยรัตน์ ชูสกุล (Dr.Chairat Chusakul) ***

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีจุดประสงค์เพื่อศึกษาทักษะเทคนิคจิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโด กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาวิจัยในครั้งนี้ เป็นผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในเขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จำนวน 56 คนเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้น และใช้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ผลการวิจัยพบว่าข้อมูลทั่วไปเป็นเพศชายจำนวน 46 คน คิดเป็นร้อยละ 82.10 มีอายุ 21-30 ปี ส่วนมากมีระดับ คุณวุฒิสายดำ ตั้ง 3 ร้อยละ 37.50 ส่วนประสบการณ์เล่นกีฬาที่เคยฝึกสอนพบว่าอยู่ในช่วง 6-10 ปี และส่วนใหญ่ สอนอยู่ในระดับเยาวชนแห่งชาติ/เขต/จังหวัด การอบรมจิตวิทยาการกีฬา พบว่า มีเพียงจำนวน 9 คนที่ไม่เคยอบรม เลย ซึ่งผู้อบรมส่วนมากอบรมมาจากสถาบัน การกีฬาแห่งประเทศไทยมากที่สุด ร้อยละ 36.70 การนำทักษะ ด้านจิตวิทยาการกีฬาไปปฏิบัติกับนักกีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโด ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือในการฝึกซ้อม และแข่งขัน 12 ทักษะ ไปปฏิบัติกับนักกีฬาในระดับมาก และนำไปปฏิบัติหลายวิธีตามลำดับดังนี้คือ ทักษะเสริม พฤติกรรมอีกเพิ่ม ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.29 ทักษะการตั้งเป้าหมาย ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.25 จากการศึกษาการใช้ทักษะเทคนิค จิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโด พบว่าส่วนใหญ่อยู่ในระดับมาก

ABSTRACT

This research aimed to study sport psychological skills of the trainers. The sample used in this research study was 56 Taekwondo trainers in the Northeast. The modified questionnaire was applies in the data collection. The results showed that About 46 people were males aged 21-30 years accounted for 82.10 percent. The level 3 qualified black belts was -37.50 percent. The sports trainers have an experience in the sport in the range of 6-10 years, they had been instructing for the national youth in district and provincial area. For experience in training for sports psychology found that only X% have not trained yet. Most of trained coaches were conducted

¹ Correspondent author: khom515@hotmail.com

* นักศึกษา หลักสูตรวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การออกกำลังกายและการกีฬา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น

** อาจารย์ สายวิชากายภาพบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น

*** อาจารย์ ภาควิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพและการกีฬา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหาสารคาม

in.The Sports Authority of Thailand (36.70%). Leadership skill in sports psychology to applying in athlete's athletic trainers taekwondo in the Northeast and compete in 12 skills training to treat athlete's level. And implements a number of ways, respectively, as follows. Complementary skill impulsive behavior An average of 4.29 goals skills. Average of 4.25 The study on the technical skills of the trainer, sports psychology, sports taekwondo. Found mostly in the high level.

คำสำคัญ: ทศนคติ แรงจูงใจ แบบสอบถาม จิตวิทยาการกีฬา

Keywords: Attitudes, Motivation, Questionnaire, Sport psychology

บทนำ

เทควันโด กีฬาประจำชาติเกาหลี ที่มีคนเล่นถึง 70 ล้านคน ใน 123 ประเทศทั่วโลก โดยมี 3 ล้านคนที่เป็นนักกีฬาในระดับสายดำ ความหมายของคำว่า เท (Tae) คือ การปะทะหรือโจมตี ด้วยเท้า ควัน (Kwon) คือ การปะทะหรือโจมตีด้วยมือ และ โด (Do) คือ หลักการหรือศิลปะ ดังนั้นโดยรวมแล้ว เทควันโด (Tae kwon do) หมายถึง ศิลปะหรือหลักการของการปะทะหรือโจมตี ด้วยเท้าและมือ เป็นกีฬาที่ผสมผสานระหว่างการต่อสู้ การป้องกันตัวเอง กีฬา การออกกำลังกาย การฝึกสมาธิ และปรัชญากีฬาเทควันโด เป็นศิลปะการป้องกันตัวของประเทศเกาหลี ที่มีประวัติที่ยาวนาน โดยทั่วไปรูปแบบของการฝึกมี 2 รูปแบบ โดยรูปแบบแรกเป็นแบบฝึกเพื่อการทหารดั้งเดิม ขณะที่แบบที่สอง เป็นรูปแบบที่เกี่ยวข้องหรือเป็นสิ่งที่เกี่ยวข้องกับกีฬา ที่มีเรื่องของความเร็วและการแข่งขันมากกว่า

จิตวิทยาการกีฬาเป็นแขนงหนึ่งของสาขาวิทยาศาสตร์การกีฬา มีลักษณะเป็นศาสตร์ประยุกต์ระหว่างจิตวิทยากับวิทยาศาสตร์การกีฬาหรือพลศึกษา เป็นวิทยาการแขนงหนึ่งที่มีผู้สนใจศึกษาค้นคว้าและนำไปใช้ในวงการกีฬาและในสถาบันการศึกษาอย่างแพร่หลายก่อให้เกิดการพัฒนาทางด้านการกีฬาทั้งทางทฤษฎีและปฏิบัติ จิตวิทยาการกีฬาจึงถือว่ามีความสำคัญมากในปัจจุบัน

การบริหารจัดการที่ดี มาตรฐานของการสอน และการจัดการแข่งขันที่เท่าเทียมกัน จะช่วยให้กีฬาเทควันโดยังมีชื่อเสียงและได้รับความสนใจจากคนไทยมากขึ้น [1]

ปัญหาที่มักเกิดขึ้นกับนักกีฬาสส่วนใหญ่ คือ ฝึกซ้อมด้านร่างกายและทักษะกีฬามาเป็นอย่างดี แต่เมื่อถึงวันแข่งขันกลับไม่ประสบความสำเร็จดังที่ตั้งใจไว้ ดังนั้น การเตรียมพร้อม ด้านจิตใจจึงควรเริ่มตั้งแต่การเข้าสู่การลงกีฬาในระดับเยาวชนและค่อยๆ พัฒนาฝึกฝนจนกระทั่งเข้าสู่การแข่งขันในระดับสูงขึ้น เพื่อให้เกิดการเรียนรู้และนำไปปฏิบัติได้อย่างอัตโนมัติ จิตวิทยาการกีฬาไม่เพียงแต่จะช่วยเพิ่มโอกาส ให้นักกีฬาประสบความสำเร็จทางการกีฬาเท่านั้น แต่ยังช่วยพัฒนาด้านคุณธรรมจริยธรรมและความมีน้ำใจนักกีฬาควบคู่กันไปด้วย [2]

นักกีฬาหรือผู้ฝึกสอนให้ความสำคัญกับองค์ประกอบ 2 ประการ ซึ่งเป็นเครื่องบ่งชี้ระดับความสามารถของนักกีฬาทั้งในขณะฝึกซ้อมและแข่งขัน คือ ทักษะสมรรถภาพทางกาย และสมรรถภาพทางจิตใจ [3] แต่การฝึกซ้อมและแข่งขันนักกีฬาในปัจจุบันผู้ฝึกสอนหรือนักกีฬาสส่วนใหญ่จะมุ่งฝึกหรือเตรียมด้านทักษะและสมรรถภาพทางกายซึ่งยังไม่เพียงพอที่จะทำให้นักกีฬาแสดงความสามารถทางการกีฬาได้สูงสุด จิตวิทยาการกีฬาจึงเป็นองค์ประกอบสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งในการส่งเสริมและพัฒนาความสามารถของนักกีฬาให้สูงขึ้น [4]

เทควันโดจัดได้ว่าเป็นกีฬาที่ต้องใช้ร่างกายเข้าปะทะกัน โดยใช้อาวุธหมัดและเท้าโจมตีใส่กันตลอดเวลา ซึ่งอาจเกิดการบาดเจ็บหรืออันตรายขึ้นระหว่างการฝึกซ้อมหรือการแข่งขัน ทำให้นักกีฬาอดใจท้อแท้ ไม่มีกำลังใจในการต่อสู้ ดังนั้น ผู้ฝึกสอนจะต้อง

สร้างแรงจูงใจให้กับนักกีฬาเพื่อให้นักกีฬามีกำลังใจในการฝึกซ้อมหรือการแข่งขันต่อไป โดยการประยุกต์ใช้หลักจิตวิทยาต่าง ๆ

ผู้ฝึกสอนกีฬาที่มีความรู้ความสามารถในการนำจิตวิทยาการกีฬามาใช้ให้เกิดประโยชน์ต่อตัวนักกีฬาที่เป็นผู้ฝึกสอนและต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของนักกีฬาในการเล่นให้มีประสิทธิภาพสูงขึ้น จำเป็นต้องมีความเป็นตัวของตัวเอง เป็นผู้ที่มีเหตุผล ให้ความสนใจนักกีฬาเป็นรายบุคคล ปฏิบัติตนให้เป็นที่ยอมรับ รู้จักอุทิศตน มีความสามารถในการสร้างแรงจูงใจ มีจุดมุ่งหมายที่ชัดเจนในการฝึกซ้อมแต่ละครั้ง รู้จักการจัดการกับความเครียดและการควบคุมความเครียดและการเป็นแบบอย่างที่ดีแก่นักกีฬา [5] ผู้ฝึกสอนกีฬาจะต้องได้รับการฝึกเป็นอย่างดีในแง่การนำเอาจิตวิทยาการกีฬาไปใช้กับนักกีฬาเพื่อจะสามารถทำให้ทีมประสบความสำเร็จ

จากปัญหาดังกล่าวยังไม่มีการศึกษาหรืองานวิจัยโดยเฉพาะด้านจิตวิทยาของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดเท่าที่ควร ดังนั้น การศึกษาครั้งนี้จึงมีวัตถุประสงค์ในการศึกษาการนำทักษะจิตวิทยาการกีฬาไปใช้กับนักกีฬาเทควันโดในผู้ฝึกสอนเพื่อเป็นประโยชน์ในการพัฒนามาตรฐานการกีฬาเทควันโดให้สูงขึ้นต่อไป

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาทักษะจิตวิทยาการกีฬาในการฝึกสอนของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโด ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ
2. เพื่อศึกษาการนำทักษะทางจิตวิทยาการกีฬาในผู้ฝึกสอนเทควันโดว่ามีความแตกต่างกันอย่างไรทั้งตามลำดับตั้ง และที่เคยและไม่เคยอบรมจิตวิทยา

ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากร
ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ ผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ จำนวน 88 คน

2. เนื้อหาที่ใช้ในการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้พัฒนาเครื่องมือการวิจัยขึ้นมา ซึ่งประกอบด้วยการใช้ทักษะจิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยทำการศึกษาทักษะจิตวิทยาการกีฬาที่นำไปปฏิบัติกับนักกีฬา จากเทคนิคจิตวิทยาการกีฬา ดังนี้

1) ทักษะเสริมแนวความคิดทางบวก (Positive attitude) หมายถึง ทักษะที่จะช่วยให้นักกีฬามีพฤติกรรมที่ดี และมีประสิทธิภาพในการเล่นกีฬา ซึ่งหลักการเสริมแนวความคิดทางบวก จะต้องคำนึงถึงการเสริมแรงทันทีที่เกิดพฤติกรรมอันพึงปรารถนา

2) ทักษะแรงจูงใจ (Individual motivation) หมายถึง กระบวนการกระตุ้นพฤติกรรมไปสู่จุดมุ่งหมาย และการแสดงพฤติกรรมนั้นเพื่อที่จะบรรลุจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้

3) ทักษะสร้างความตั้งใจและสมาธิ (Attention concentration) หมายถึง ทักษะที่เป็นการควบคุมให้จิตใจมั่นคง ไม่ฟุ้งซ่าน จดจ่ออยู่กับการแข่งขัน

4) ทักษะตั้งเป้าหมาย (Goal setting) หมายถึง การตั้งเป้าหมายที่ชัดเจน เป็นรูปธรรม ระบุแนวทางการปฏิบัติที่จะประสบผลสำเร็จได้ และมีการจดบันทึก สามารถวัดผลและประเมินผลได้ เป้าหมายจะต้องอยู่บนความเป็นจริง ตามความสามารถของนักกีฬา จะต้องกำหนดเวลาในการบรรลุเป้าหมาย

5) ทักษะการเตรียมสภาพจิตใจก่อนการแข่งขัน (Premath mental preparation) หมายถึง การทดสอบความพร้อมของนักกีฬา ทางด้านร่างกายและจิตใจ เพราะว่าถ้าสมรรถภาพทางกายและสภาพทางจิตใจของนักกีฬาสมบูรณ์ และความสามารถของนักกีฬา ก็จะเกิดประสิทธิภาพสูงสุด

6) ทักษะเสริมพฤติกรรมอีกเหิม (Aggression assertive behavior) หมายถึง กระบวนการกระตุ้นให้นักกีฬามุ่งมั่นที่จะเอาชนะในการแข่งขันให้ได้

7) ทักษะการควบคุมอารมณ์ (Emotion control) หมายถึง เทคนิคกระบวนการที่ทำให้นักกีฬาสามารถควบคุมอารมณ์ทางจิตใจได้อย่างดีเยี่ยม

8) ทักษะการควบคุมความวิตกกังวลและความเครียดในการแข่งขัน (Stress anxiety control) หมายถึง วิธีการควบคุมการวิตกกังวล สามารถกระทำการควบคุมทางด้านร่างกาย เช่น การออกกำลังกาย การเคลื่อนไหวเป็นจังหวะ วิธีการทางจิตใจเป็นการยอมรับ การเปลี่ยนแปลงความคิดในทางที่ดี เชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง

9) ทักษะฝึกจิตใจและจินตภาพ (Visualization/Imagery) หมายถึง การสร้างมโนภาพที่กระตุ้นให้เกิดการกระทำที่ต้องการ

10) ทักษะความสามารถในการโค้ช (Coach ability) หมายถึง ความสามารถของผู้ฝึกสอนในขณะที่นักกีฬาทำการแข่งขัน มีความพร้อมในด้านการเตรียมจิตใจ และมีการจัดการที่เมื่อนักกีฬาในด้าน การเตรียมความพร้อมทางด้านจิตใจ ยุทธวิธีการอ่านเกม หรือการแก้เกม

11) ทักษะเสริมแนวคิดทางลบ (Negative attitude) หมายถึง ข้อจำกัดของนักกีฬา เกี่ยวกับการเล่นครั้งต่อไป ด้วยประโยคที่ประกอบด้วยความสงสัย ไม่แน่ใจ ไม่สามารถหรือทำไม่ได้ ไม่เคยหรือไม่แน่ใจ เป็นการรู้สึกว่าคุณเองมีความไม่ปกติทางด้านการคิด ความกลัว ความคาดหวัง ในความสำเร็จต่ำ ไม่แน่ใจในผลการแสดงออก ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง

ประโยชน์ที่จะได้รับการวิจัย

1. ทำให้ทราบถึงรูปแบบ ลักษณะ การประยุกต์ใช้ทักษะจิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอนที่ใช้กับนักกีฬาเทควันโดในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

2. ทราบข้อมูลเชิงเปรียบเทียบทางจิตวิทยาการกีฬาเพื่อเป็นแนวทางในการแก้ไขปรับปรุงและพัฒนาผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในการนำจิตวิทยาการกีฬาไปใช้ให้เกิดประโยชน์สูงสุด

วิธีดำเนินการวิจัย

ระเบียบวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Exploratory Research) พัฒนาแบบสอบถาม เพื่อศึกษาการใช้ทักษะจิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในภาคตะวันออกเฉียงเหนือซึ่งผู้วิจัยได้กำหนดขั้นตอนและวิธีดำเนินการวิจัย ดังนี้

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

1. ในการวิจัยครั้งนี้ประชากรคือผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ผู้วิจัยได้ทำการสอบถามและตรวจสอบจำนวนประชากรจากผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในจังหวัดขอนแก่น ซึ่งได้จำนวนทั้งสิ้น 88 คน

2. กลุ่มตัวอย่างจำนวน 56 คน ซึ่งได้จำนวนตามเกณฑ์การคัดเข้า คัดออก ที่ผู้วิจัยกำหนด

3. เกณฑ์การคัดเข้าของกลุ่มตัวอย่าง

3.1 คุณสมบัติสายดำตั้งแต่ 1 ขึ้นไป

3.2 เต็มใจและให้ความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

3.3 มีความเข้าใจและสามารถสื่อสารเป็นภาษาไทยได้เป็นอย่างดี

4. เกณฑ์การคัดออกของกลุ่มตัวอย่าง

ไม่สามารถร่วมการให้ข้อมูลแบบ สอบถามจนเสร็จสมบูรณ์

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลซึ่งผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นจากแนวความคิดของสนั่น และสมบัติ ประกอบด้วยคำถาม 2 ตอนคือ

ตอนที่ 1 เป็นคำถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม มีคำถามแบบมีคำตอบให้เลือก และเติมคำ

ตอนที่ 2 เป็นคำถามเกี่ยวกับทักษะจิตวิทยาการกีฬา ที่นำไปปฏิบัติกับนักกีฬา ที่มีลักษณะเป็นแบบอัตราส่วน (Rating Scale) ประมาณค่า 5 ระดับ คือ ปฏิบัติมากที่สุด ปฏิบัติมาก ปฏิบัติปานกลาง ปฏิบัติน้อย และปฏิบัติน้อยที่สุด

ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ

1. ศึกษาตำราเอกสารต่างๆ เกี่ยวกับกีฬา เทควันโด จิตวิทยาการกีฬา วิธีการสร้างแบบสอบถามด้านจิตวิทยาการกีฬา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องทั้งในและต่างประเทศจากนั้นผู้วิจัยจึงปรึกษาอาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อนำแนวความคิดดังกล่าวมาพัฒนาแบบสอบถาม

2. วิเคราะห์เนื้อหา และแยกองค์ประกอบซึ่งเป็นทักษะการใช้จิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ซึ่งมีทั้งหมด 12 ทักษะ

3. พัฒนาแบบสอบถาม โดยผู้วิจัยดำเนินการดังนี้

3.1 สร้างข้อคำถามให้ครอบคลุมเนื้อหาเกี่ยวกับทักษะจิตวิทยาการกีฬาที่ผู้ฝึกสอนนำไปใช้กับนักกีฬาเทควันโดทั้ง 12 ทักษะโดยแบบสอบถามที่สร้างขึ้นแบ่งออกเป็น 2 ส่วน คือ

ตอนที่ 1 เป็นคำถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไปเป็นลักษณะคำถามแบบมีคำตอบให้เลือกและเติมคำ

ตอนที่ 2 เป็นคำถามเกี่ยวกับทักษะจิตวิทยาการกีฬาที่ผู้ฝึกสอนนำไปปฏิบัติกับนักกีฬาเทควัน โดยกำหนดค่าคะแนนแบบสอบถามเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale)

3.2 นำแบบสอบถามที่สร้างเสร็จแล้วเสนอผู้เชี่ยวชาญ เพื่อตรวจสอบแก้ไข และปรับปรุงให้เหมาะสมตามคำแนะนำของอาจารย์ที่ปรึกษา

3.3 นำแบบสอบถามที่แก้ไขตามคำแนะนำของผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 ท่าน ซึ่งประกอบด้วยผู้เชี่ยวชาญทางด้านจิตวิทยาการกีฬาจำนวน 2 และผู้เชี่ยวชาญทางด้านเทควันโดซึ่งมีคุณสมบัติสายดำตั้ง 2 ขึ้นไป

จำนวน 3 ท่านเพื่อตรวจสอบความสอดคล้อง (IOC) ของข้อคำถามความสมบูรณ์ของเนื้อหา ความเหมาะสมและการใช้ภาษาในแบบสอบถามจากนั้นผู้วิจัยนำผลมาปรับปรุงแก้ไขเพื่อใช้เป็นเครื่องมือสำหรับการวิจัยต่อไป เมื่อได้ทำการหาค่าความเชื่อมั่นของเครื่องมือแล้วมีค่าเท่ากับ 0.81

3.4 นำแบบสอบถามมาตรวจเพื่อปรับปรุงข้อผิดพลาดพร้อมกับให้ผู้เชี่ยวชาญตรวจ และใช้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลในขั้นตอนต่อไป

การรวบรวมข้อมูล

การสำรวจกลุ่มประชากร ผู้วิจัยได้ดำเนินการโดยสอบถามผู้ฝึกสอนและประสานขอข้อมูลกับการกีฬาของแต่ละจังหวัดเพื่อให้ทราบถึงจำนวนของกลุ่มประชากร

1. ผู้วิจัยขอหนังสือจากบัณฑิตวิทยาลัยมหาวิทยาลัยขอนแก่น เพื่อขอความอนุเคราะห์ ถึงผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ เพื่อขออนุญาตและขอความร่วมมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล

2. จัดเตรียมแบบสอบถามจำนวน 88 ชุด

3. ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล โดยนำแบบสอบถามไปใช้กับผู้ฝึกสอนและผู้ช่วยผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยผู้วิจัยได้ใช้วิธีการโทรศัพท์เพื่อดำเนินการเก็บรวบรวมด้วยตนเอง ซึ่งจะมีการใช้ข้อคำถามที่เข้าใจง่าย

4. ในการดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้ชี้แจงเหตุผล พร้อมทั้งขอความร่วมมือในการตอบแบบสอบถาม

5. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามมาทำการวิเคราะห์ข้อมูลออกเป็นด้านต่างๆ โดยใช้ด้วยสถิติ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ด้วยโปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้สถิติดังนี้

สถิติพื้นฐาน

1. ค่าร้อยละ (Percentage)
2. ค่าเฉลี่ย (Mean)

การวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับลักษณะส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม

การวิเคราะห์ข้อมูลลักษณะส่วนบุคคลของผู้ตอบแบบสอบถาม โดยใช้สถิติลักษณะเชิงพรรณนา หาค่าเฉลี่ยและร้อยละ โดยนำเสนอข้อมูลดังต่อไปนี้

จากตารางที่ 1 ผลการศึกษาข้อมูล พบว่า ผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดส่วนใหญ่เป็นเพศชายจำนวน 46 คน คิดเป็นร้อยละ 82.10 รองลงมาคือผู้ฝึกสอนเพศหญิงจำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 17.90

จากตารางที่ 2 ผลการศึกษาข้อมูล พบว่า ช่วงอายุของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดส่วนใหญ่อยู่ในช่วงอายุ 21–30 ปี จำนวน 23 คน คิดเป็นร้อยละ 41.10 รองลงมา คือ อยู่ในช่วง 31–40 ปี จำนวน 21 คน คิดเป็นร้อยละ 37.50 ช่วงอายุ 41–50 ปี จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 12.50 ช่วงอายุน้อยกว่า 20 ปี จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 5.40 และช่วงอายุมากกว่า 51 ปีขึ้นไป จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 3.6 ตามลำดับ

จากตารางที่ 3 ผลการศึกษาข้อมูล พบว่า ผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดที่เคยได้รับการอบรมความรู้ทางด้านจิตวิทยา สถาบันที่ให้ความรู้ด้านจิตวิทยาส่วนใหญ่มาจากการกีฬาแห่งประเทศไทย ร้อยละ 36.70 รองลงมาคือ สมาคมเทควันโดแห่งประเทศไทย ร้อยละ 35 และสมาคมกีฬาที่จังหวัดร้อยละ 25.00 เป็นสามอันดับแรกของผู้ฝึกสอนเคยเข้าอบรมด้านจิตวิทยาการกีฬา

จากตารางที่ 4 การวิเคราะห์เปรียบเทียบการใช้เทคนิคจิตวิทยาในทักษะ 12 ด้านกับระดับคุณวุฒิสายดำตั่ง ในผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดจำนวน 56 คน จะพบว่า

ในทักษะที่ 1 ผู้ฝึกสอนที่ระดับคุณวุฒิสายดำตั่ง 5 มีการใช้เทคนิคจิตวิทยาในทักษะนี้มากกว่าสายดำตั่งอื่น ๆ เพราะมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดเท่ากับ 4.61

ในทักษะที่ 2 พบว่า ผู้ฝึกสอนที่ระดับคุณวุฒิสายดำตั่ง 5 มีการใช้เทคนิคจิตวิทยาในทักษะนี้มากกว่าสายดำตั่งอื่น ๆ เพราะมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดเท่ากับ 4.33

ในทักษะที่ 3 พบว่า ผู้ฝึกสอนที่ระดับคุณวุฒิสายดำตั่ง 1 มีการใช้เทคนิคจิตวิทยาในทักษะนี้มากกว่าสายดำตั่งอื่น ๆ เพราะมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดเท่ากับ 4.25

ในทักษะที่ 4 พบว่า ผู้ฝึกสอนที่ระดับคุณวุฒิสายดำตั่ง 3 มีการใช้เทคนิคจิตวิทยาในทักษะนี้มากกว่าสายดำตั่งอื่น ๆ เพราะมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดเท่ากับ 4.30

ในทักษะที่ 5 พบว่า ผู้ฝึกสอนที่ระดับคุณวุฒิสายดำตั่ง 3 มีการใช้เทคนิคจิตวิทยาในทักษะนี้มากกว่าสายดำตั่งอื่น ๆ เพราะมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดเท่ากับ 4.46

ในทักษะที่ 6 พบว่า ผู้ฝึกสอนที่ระดับคุณวุฒิสายดำตั่ง 4 มีการใช้เทคนิคจิตวิทยาในทักษะนี้มากกว่าสายดำตั่งอื่น ๆ เพราะมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดเท่ากับ 4.33

ในทักษะที่ 7 พบว่า ผู้ฝึกสอนที่ระดับคุณวุฒิสายดำตั่ง 4 มีการใช้เทคนิคจิตวิทยาในทักษะนี้มากกว่าสายดำตั่งอื่น ๆ เพราะมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดเท่ากับ 4.50

ในทักษะที่ 8 พบว่า ผู้ฝึกสอนที่ระดับคุณวุฒิสายดำตั่ง 4 มีการใช้เทคนิคจิตวิทยาในทักษะนี้มากกว่าสายดำตั่งอื่น ๆ เพราะมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดเท่ากับ 4.50

ในทักษะที่ 9 พบว่า ผู้ฝึกสอนที่ระดับคุณวุฒิสายดำตั่ง 4 มีการใช้เทคนิคจิตวิทยาในทักษะนี้มากกว่าสายดำตั่งอื่น ๆ เพราะมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดเท่ากับ 4.33

ในทักษะที่ 10 พบว่า ผู้ฝึกสอนที่ระดับคุณวุฒิสายดำตั่ง 5 มีการใช้เทคนิคจิตวิทยาในทักษะนี้มากกว่าสายดำตั่งอื่น ๆ เพราะมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดเท่ากับ 4.39

ในทักษะที่ 11 พบว่า ผู้ฝึกสอนที่ระดับคุณวุฒิสายดำตั่ง 5 มีการใช้เทคนิคจิตวิทยาในทักษะนี้มากกว่าสายดำตั่งอื่น ๆ เพราะมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดเท่ากับ 4.33

ในทักษะที่ 12 พบว่า ผู้ฝึกสอนที่ระดับคุณวุฒิสายดำตั่ง 4 มีการใช้เทคนิคจิตวิทยาในทักษะนี้มากกว่าสายดำตั่งอื่น ๆ เพราะมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดเท่ากับ 4.30

จากตารางที่ 5 การเปรียบเทียบการใช้เทคนิคจิตวิทยาในทักษะ 12 ด้านกับผู้ฝึกสอนที่เคยและไม่เคยได้รับการอบรมจิตวิทยาการกีฬาในผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดจำนวน 56 คน จะพบว่า

ในทักษะนี้มากกว่าผู้ฝึกสอนที่ไม่เคยมีการอบรมความรู้
ทางด้านจิตวิทยาการกีฬาเพราะมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดเท่ากับ
4.12

ในทักษะที่ 9 ผู้ฝึกสอนที่เคยมีการอบรมความรู้ทางด้านจิตวิทยาการกีฬามีการใช้เทคนิคจิตวิทยาในทักษะนี้มากกว่าผู้ฝึกสอนที่ไม่เคยมีการอบรมความรู้ทางด้านจิตวิทยาการกีฬาเพราะมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดเท่ากับ 4.09

ในทักษะที่ 10 ผู้ฝึกสอนที่เคยมีการอบรมความรู้ทางด้านจิตวิทยาการกีฬามีการใช้เทคนิคจิตวิทยาในทักษะนี้มากกว่าผู้ฝึกสอนที่ไม่เคยมีการอบรมความรู้ทางด้านจิตวิทยาการกีฬาเพราะมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดเท่ากับ 4.26

ในทักษะที่ 11 ผู้ฝึกสอนที่เคยมีการอบรมความรู้ทางด้านจิตวิทยาการกีฬามีการใช้เทคนิคจิตวิทยาในทักษะนี้มากกว่าผู้ฝึกสอนที่ไม่เคยมีการอบรมความรู้ทางด้านจิตวิทยาการกีฬาเพราะมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดเท่ากับ 4.19

ในทักษะที่ 12 ผู้ฝึกสอนที่เคยมีการอบรมความรู้ทางด้านจิตวิทยาการกีฬามีการใช้เทคนิคจิตวิทยาในทักษะนี้มากกว่าผู้ฝึกสอนที่ไม่เคยมีการอบรมความรู้ทางด้านจิตวิทยาการกีฬาเพราะมีค่าเฉลี่ยสูงที่สุดเท่ากับ 3.54

สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การรวบรวมข้อมูลผู้วิจัยได้รับความอนุเคราะห์
ร่วมมืออย่างดีจากผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดในการตอบ
แบบสอบถาม ในการดำเนินการรวบรวมข้อมูลของ
แบบสอบถามที่กรอกสมบูรณ์แล้วผู้วิจัยรวบรวมเก็บ
ข้อมูลด้วยตนเอง แบบสอบถามที่กรอกข้อมูลสมบูรณ์
เป็นผู้ฝึกสอนเพศชายจำนวน 46 คน เพศหญิง 10 คน

ผลการวิจัย

1. ข้อมูลพื้นฐานของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโด
ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

ข้อมูลทั่วไปของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโด
ส่วนใหญ่เป็นเพศชายจำนวน 46 คน คิดเป็นร้อยละ

82.10 มีอายุ 21–30 ปี ร้อยละ 41.10 รองลงมาอายุ 31–40 ปี ร้อยละ 37.50 ส่วนใหญ่ มีการศึกษาปริญญาตรี คิดเป็นร้อยละ 75.0 โดยที่ผู้ฝึกสอนเทควันโดส่วนมาก มีระดับคุณวุฒิต่ำตั้งแต่ 3 ร้อยละ 37.50 ส่วนประสบการณ์ เล่นกีฬาที่เคยฝึกสอนพบว่าอยู่ในช่วง 6–10 ปี ร้อยละ 33.90 มากที่สุด และส่วนใหญ่สอนอยู่ในระดับเยาวชน แห่งชาติ/เขต/จังหวัด ผู้ฝึกสอนเทควันโดส่วนมากเคย มีประสบการณ์ในการเล่นกีฬาประเภทที่ฝึกสอน มีส่วน น้อยมากที่ไม่เคยมีประสบการณ์เลยจำนวน 4 คน ซึ่งผู้ ที่มีประสบการณ์ส่วนใหญ่จะมียุ่ในช่วงระหว่าง 6–10 ปี ส่วนในเรื่องการอบรมจิตวิทยาการกีฬา พบว่า ผู้ฝึกสอน ที่ตอบส่วนใหญ่เคยผ่านการอบรมทั้งสิ้น มีเพียงจำนวน 9 คนที่ไม่เคยอบรมเลย ซึ่งผู้อบรมส่วนมากอบรม มาจากสถาบัน การกีฬาแห่งประเทศไทยเยอะที่สุด ร้อยละ 36.70 รองลงมาคือ สมาคมกีฬาเทควันโด ร้อยละ 35.00 ส่วนการสัมมนาผู้ฝึกสอนกีฬาระดับต่าง ๆ พบว่าผู้ฝึกสอนส่วนใหญ่เคยเข้าร่วมการสัมมนา ร้อยละ 82.10 และสุดท้ายจากการสอบถามพบว่า นักกีฬา เทควันโดของผู้ฝึกสอนเคยประสบความสำเร็จระดับ ต่าง ๆ โดยที่ผู้ฝึกสอน 1 คน อาจเคยประสบความสำเร็จ มากกว่า 2 ระดับ ซึ่งพบว่าระดับ กีฬาเยาวชนแห่งชาติ มากที่สุด รองลงมา คือ กีฬานักเรียนนักศึกษา

2. การนำทักษะจิตวิทยาการกีฬาไปปฏิบัติกับ นักกีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดเขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

ทักษะวิทยาการกีฬาที่ผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดเขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือนำไปปฏิบัติกับ นักกีฬาโดยรวมแล้วผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดนำไป ปฏิบัติกับนักกีฬาในการฝึกซ้อมและแข่งขัน 12 ทักษะ ไปปฏิบัติกับนักกีฬาในระดับมาก และนำไปปฏิบัติ หลายวิธีตามลำดับ 1– 4 ดังนี้คือ ทักษะเสริมพฤติกรรม อีกเดิม ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.29 ทักษะการตั้งเป้าหมาย ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.25 ทักษะที่ทำให้นักกีฬามีจิตใจเข้มแข็ง ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.24 ทักษะการฝึกจิตใจและจินตภาพ ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.18

อภิปรายผล

จากการที่ได้ศึกษาทักษะเทคนิคจิตวิทยาการ กีฬาของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดที่นำทักษะเทคนิค จิตวิทยาการกีฬาไปปฏิบัติกับนักกีฬาในระดับมาก ปานกลางนั้น อาจเป็นเพราะว่า ผู้ฝึกสอนมีประสบการณ์ จากการเล่นกีฬาและนำทักษะเทคนิคเหล่านั้นนำไปใช้ ปฏิบัติกับตนเอง แล้วประสบความสำเร็จ สิ่งที่ทำให้เกิด ความสำเร็จผู้ฝึกสอนคิดว่าต้องมาจากทักษะเทคนิค จิตวิทยาการกีฬา ที่ตนเองทำอยู่ จึงทำให้ผู้ฝึกสอน นำทักษะเทคนิคจิตวิทยาการกีฬาไปใช้ปฏิบัติกับนักกีฬา เทควันโดซึ่งอยู่ในระดับมาก 11 ทักษะเทคนิค และระดับ ปานกลาง 1 ทักษะเทคนิค ส่วนสถานภาพทั่วไป ของผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย ร้อยละ 82.70 มีอายุ 21–30 ปี ร้อยละ 41.10 ในอดีตเคยมีประสบการณ์ในการเล่นกีฬา ประเภทที่เป็นผู้ฝึกสอนอยู่ ส่วนประสบการณ์ได้รับความรู้ด้านจิตวิทยาการกีฬานั้นร้อยละ 83.90 ไม่เคย เพียงร้อยละ 16.10

จากผลการวิจัย พบว่า ผู้ฝึกสอนมีการใช้ทักษะ เทคนิคจิตวิทยาการกีฬาในภาพรวมอยู่ระดับมาก โดยแบ่งออกเป็น ทักษะด้านที่ทำให้นักกีฬามีจิตใจ เข้มแข็ง ทักษะเสริมแนวคิดทางบวก ทักษะแรงจูงใจ ทักษะเสริมความตั้งใจและสมาธิทักษะการตั้งเป้าหมาย ทักษะการเตรียมสภาพจิตใจก่อนการแข่งขัน ทักษะเสริม พฤติกรรมอีกเดิม ทักษะการควบคุมอารมณ์ ทักษะการ ควบคุมความวิตกกังวล ทักษะการฝึกจิตใจและจินตภาพ ทักษะความสามารถในการโค้ช และทักษะเสริมแนวคิด ทางลบผลการวิจัยพบว่า ผู้ฝึกสอนมีการใช้ทักษะเทคนิค จิตวิทยาการกีฬาในระดับปานกลาง ซึ่งไม่สอดคล้องกับ ผลการศึกษางานวิจัย [6] ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง การใช้ ทักษะเทคนิคจิตวิทยาการกีฬาของสมาคมกีฬาจังหวัด เชียงใหม่มีการใช้ทักษะเสริมแนวคิดทางลบอยู่ระดับมาก

ดังนั้นผู้ฝึกสอนกีฬาเทควันโดจึงได้นำทักษะ เทคนิคจิตวิทยาการกีฬาเหล่านั้นไปปฏิบัติกับนักกีฬาใน การฝึกซ้อมและการแข่งขัน ทำให้กล่าวได้ว่าผู้ฝึกสอน กีฬาเทควันโดมีทักษะความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการใช้

ทักษะเทคนิคจิตวิทยาการกีฬาที่นำไปใช้ปฏิบัติกับนักกีฬาได้เป็นอย่างดี และเนื่องจากความแตกต่างของนักกีฬาในด้านความรู้สึกต่าง ๆ ทำให้ ผู้ฝึกสอนยังคงต้องเรียนรู้ถึงจิตใจของนักกีฬาอีกด้วย ผู้ฝึกสอนกีฬามีคำแนะนำเกี่ยวกับการนำทักษะเทคนิคไปใช้กับนักกีฬาอยู่ในระดับมากอาจจะเป็นเพราะผู้ฝึกสอนเห็นความสำคัญของทักษะเทคนิคจิตวิทยาการกีฬา กล่าวได้ว่า บทบาทของผู้ฝึกสอนที่ดีจะต้องมีความรู้ความเข้าใจทางด้านทักษะเทคนิคจิตวิทยาการกีฬา อย่างไรก็ตามทักษะเทคนิคต่าง ๆ ล้วนมีความสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งในการการฝึกซ้อมและแข่งขัน และเป็นทักษะเทคนิคจิตวิทยาการกีฬาที่ช่วยสนับสนุนให้นักกีฬาสามารถแสดงความสามารถได้สูงสุดและเต็มศักยภาพที่ตนเองมี อันจะนำไปสู่ความเป็นเลิศทางการกีฬาได้ผู้ฝึกสอนจึงจำเป็นต้องเลือกทักษะเทคนิคจิตวิทยาการกีฬา นำไปปฏิบัติอย่างเหมาะสมกับแต่ละประเภทกีฬา และความแตกต่างระหว่างบุคคลให้มากที่สุด และทำการฝึกฝนอย่างถูกต้องและต่อเนื่องจะช่วยให้เกิดการเรียนรู้ที่ดีกว่า และมีการนำทักษะเทคนิคไปปฏิบัติได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ทางด้านจิตวิทยาการกีฬากับกีฬาประเภทอื่น ๆ
2. ควรมีการเปรียบเทียบความสัมพันธ์ระหว่างความรู้ทางด้านทักษะเทคนิคด้านจิตวิทยาการกีฬาของผู้ฝึกสอนกับการนำไปใช้ระหว่างการฝึกซ้อมและการนำไปใช้การแข่งขัน
3. ควรจะมีการศึกษาการประเมินการใช้จิตวิทยาการกีฬาระดับการสอนต่าง ๆ เช่น วิทยาลัย มหาวิทยาลัย หรือ เยาวชนแห่งชาติ/เขต/จังหวัด เป็นต้น

เอกสารอ้างอิง

1. Department of Physical Education. Educational Psychology. [Internet] 2014 Aug 15, Available from : <http://sportscience.dpe.go.th/wep/main/sportdata.jsp?sport=9&knowledge=7&id=95>.
2. Department of Physical Education Ministry of Tourism and Sports. Sports Psychology. Bangkok: The Royal Printing WVO completely lift off the horde; 2013. Thai.
3. Supranee K. Sports Psychology. Bangkok: Thai Wattana printing; 1998. Thai
4. Sombat K, Somying J. Sports Psychology concept Theory To the practical part. Bangkok : Chulalongkorn University; 1999. Thai.
5. Naruephon V, Jirakhon S. A nice feature of athletic trainers, sports psychology perspective. Journal of exercise science and sports. 1 (2), 21-27; 1997. Thai.
6. Ratchaneeporn S. Psychological Technique Use by Coaches of Chiang Mai Sport Association. Chiang Mai University ; 2002. Thai.

ตารางที่ 1 จำนวนและร้อยละเกี่ยวกับข้อมูลเพศของผู้ฝึกสอนเทควันโดในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

เพศ	จำนวน	ร้อยละ
ชาย	46	82.10
หญิง	10	17.90
รวม	56	100.00

ตารางที่ 2 จำนวนและร้อยละเกี่ยวกับข้อมูลอายุของผู้ฝึกสอนเทควันโดในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

อายุ	จำนวน	ร้อยละ
< 20 ปี	3	5.40
21-30 ปี	23	41.10
31-40 ปี	21	37.50
41-50ปี	7	12.50
51 ปีขึ้นไป	2	3.60
รวม	56	100.00

ตารางที่ 3 จำนวนและร้อยละสถาบันที่ผู้ฝึกสอนเคยได้เรียนหรืออบรมด้านจิตวิทยาการกีฬา

เคยเรียนหรือเคยได้รับการอบรมจากที่ไหน	จำนวน	ร้อยละ
การกีฬาแห่งประเทศไทย	44	36.70
สมาคมกีฬาที่จังหวัด	30	25.00
สมาคมเทควันโดแห่งประเทศไทย	42	35.00
คณะกรรมการโอลิมปิกสากล	1	0.8
กรมพลศึกษา	3	2.50
รวม	120	100.00

ร้อยละของผู้ที่เลือกที่สถานฝึกอบรม คัดจากจำนวนที่เลือก 120 ตัวเลือก

ตารางที่ 4 แสดงการเปรียบเทียบการใช้เทคนิคจิตวิทยาในทักษะ 12 ด้านกับระดับคุณวุฒิสายดำรงระดับต่าง ๆ

ระดับคุณวุฒิสาย		ทักษะ 12 ด้าน											
สายดำรง		A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12
1	Mean	4.31	4.17	4.25	4.17	4.28	3.94	4.19	4.00	3.97	3.92	4.00	3.61
	Std. Error of Mean	0.156	0.162	0.149	0.199	0.209	0.192	0.166	0.209	0.156	0.175	0.174	0.168
2	Mean	4.15	4.08	4.05	3.95	4.00	3.64	4.15	4.10	3.87	4.10	3.92	3.44
	Std. Error of Mean	0.144	0.161	0.168	0.135	0.146	0.148	0.175	0.166	0.158	0.138	0.114	0.132
3	Mean	4.21	4.21	4.29	4.30	4.46	4.25	4.37	3.94	4.06	4.24	4.24	3.48
	Std. Error of Mean	0.099	0.081	0.116	0.097	0.125	0.117	0.138	0.139	0.119	0.092	0.124	0.122
4	Mean	3.92	3.75	4.00	3.83	4.33	4.33	4.50	4.50	4.33	4.50	4.33	3.75
	Std. Error of Mean	0.210	0.250	0.272	0.096	0.192	0.304	0.289	0.289	0.236	0.215	0.192	0.159
5	Mean	4.61	4.33	3.83	3.89	3.94	3.78	4.33	4.00	4.06	4.39	4.33	3.28
	Std. Error of Mean	0.200	0.272	0.224	0.318	0.369	0.306	0.310	0.258	0.264	0.234	0.122	0.326

ตารางที่ 5 แสดงการเปรียบเทียบการใช้เทคนิคจิตวิทยาในทักษะ 12 ด้านกับผู้ฝึกสอนที่เคยและไม่เคยได้รับการอบรมจิตวิทยาการกีฬา

เคยอบรม		ทักษะ 12 ด้าน											
จิตวิทยาการกีฬา		A1	A2	A3	A4	A5	A6	A7	A8	A9	A10	A11	A12
ไม่เคย	Mean	4.04	3.89	3.96	4.04	3.96	4.00	4.00	3.56	3.63	3.70	3.81	3.26
	Std. Error of Mean	0.239	0.200	0.204	0.239	0.239	0.215	0.236	0.242	0.180	0.180	0.230	0.12
เคย	Mean	4.27	4.19	4.19	4.12	4.30	4.00	4.34	4.12	4.09	4.26	4.19	3.54
	Std. Error of Mean	0.065	0.070	0.078	0.077	0.090	0.092	0.086	0.085	0.076	0.067	0.068	0.084