

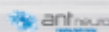


YOUR TRUSTED
Lifetime Partner



Life Care Solution :

- Rehabilitation
- Neurological Technology & Innovation
- Physical Therapy
- Cardiac Science AED



นิพนธ์ต้นฉบับ (Original article)

จิตวิทยาการออกกำลังกายและกีฬา (Sports and Exercise Psychology)

การทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบในงานวิจัยเกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬา

วิชัย ยี่มิน¹, สุพัชริน เขมรัตน์¹, และวิมลมาศ ประชากุล²

¹คณะสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

²คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตกำแพงแสน

บทคัดย่อ

การทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบเป็นวิธีการหนึ่งที่จะทำให้นักวิจัยเข้าถึงและได้มาซึ่งหลักฐานซึ่งจะช่วยระบอบความรู้ในปัจจุบันและตัดสินใจเลือกระเบียบวิธีวิจัยและปัจจัยที่จะศึกษาเพื่อตอบคำถามการวิจัยของการศึกษาในอนาคตได้ วัตถุประสงค์ของการศึกษาค้นคว้าเพื่อนำเสนอผลของการทบทวนวรรณกรรมอย่างมีระบบของระเบียบวิธีวิจัยที่ใช้ในงานวิจัยเกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬา โดยสืบค้นงานวิจัยที่เป็นภาษาอังกฤษโดยใช้การผสมผสานคำระหว่างคำว่า “Athletes” or “Sports” และ คำว่า (and) “Psychological characteristic” or “Mental characteristics” or “Psychological attribute” or “Mental attribute” or “Psychological aspects” or “Mental aspects” or “Psychological profile” or “Mental profile” จากฐานข้อมูลอิเล็กทรอนิกส์ Google Scholar, Scopus, Web of Knowledge, PubMed, Sport Discuss, Descorberta จากนั้นประเมินงานวิจัยที่สืบค้นได้ตามเกณฑ์การคัดเลือกที่กำหนดวิเคราะห์เนื้อหาของงานวิจัยที่ตรงกับเกณฑ์คัดเลือกและนำเสนอข้อมูล

ผลการศึกษาพบว่างานวิจัยเกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาเริ่มตีพิมพ์ครั้งแรกในปี ค.ศ. 1977 และมีปริมาณเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องนับตั้งแต่บัดนั้น (ค.ศ. 1977 - 2014 มีจำนวน 37 เรื่อง ถูกตีพิมพ์ในวารสารวิชาการจำนวน 28 วารสาร) โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงปี ค.ศ. 2010 – 2014 ปริมาณของงานวิจัยที่ถูกตีพิมพ์ในวารสารวิชาการเพิ่มขึ้นอย่างเห็นได้ชัด [16 เรื่องจาก 37 เรื่อง (43.24%) จาก 15 วารสาร] นอกจากนี้พบว่างานวิจัยเกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาส่งส่วนใหญ่เป็นการวิจัยแบบเปรียบเทียบสาเหตุ [23 เรื่องจาก 37 เรื่อง (62.16%) จาก 21 วารสาร] การวิจัยแบบภาคตัดภาคขวาง [35 เรื่องจาก 37 เรื่อง (94.59%) จาก 28 วารสาร] และการวิจัยเชิงปริมาณ [29 เรื่องจาก 37 เรื่อง (78.37%) จาก 25 วารสาร] สำหรับเครื่องมือที่ใช้การเก็บรวบรวมข้อมูลที่ถูกนำมาใช้มากที่สุดคือแบบสอบถาม [33 เรื่องจาก 37 เรื่อง (89.18%) จาก 27 วารสาร] กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ส่วนใหญ่คือนักกีฬา [33 เรื่องจาก 37 เรื่อง (89.18%) จาก 26 วารสาร] การทบทวนวรรณกรรมอย่างมีระบบในครั้งนี้ได้แสดงให้เห็นว่าระเบียบวิธีวิจัยที่ถูกนำมาใช้มากที่สุดคือการวิจัยเชิงปริมาณ (29 เรื่อง) ส่วนการวิจัยระยะยาวถูกนำมาใช้น้อยที่สุด (2 เรื่อง)

(Journal of Sports Science and Technology 2016; 16(2) : 99-113)

คำสำคัญ : คุณลักษณะทางจิตใจ, นักกีฬา, รูปแบบการวิจัย, การเก็บรวบรวมข้อมูล

*ผู้รับผิดชอบหลัก: วิชัย ยี่มิน

คณะสหเวชศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์

ต.คลองหนึ่ง อ.คลองหลวง จ.ปทุมธานี 12120

E-mail: ult-aman@hotmail.com

นิพนธ์ต้นฉบับ (Original article)

จิตวิทยาการออกกำลังกายและกีฬา (Sports and Exercise Psychology)

A SYSTEMATIC REVIEW OF STUDIES OF ATHLETES' PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS

Wichai YEEMIN^{1*}, Supatcharin KEMARAT¹ and Wimonmas PRACHAKUL²

¹*Faculty of Allied Health Science, Thammasat University*

²*Faculty of Sports Science, Kasetsart University, Kamphangsaeen campus*

ABSTRACT

A systematic review is one of the methods that facilitates researchers to reach and obtain evidence for identifying current information. It also simplifies research design selection and studied factors to answer research questions for future studies. The purpose of this study was to present a systematic review result of research methodologies adopted in regard to studies of athletes' psychological characteristics. The search term "athletes" or "sports" was used in combination with "psychological characteristics," "mental characteristics," "psychological attribute," "mental attribute," "psychological aspects," "mental aspects," "psychological profile," or "mental profile." The following electronics databases were searched: Google Scholar, Scopus, Web of Knowledge, PubMed, Sport Discuss, and Descorberta. The acquired articles were evaluated and analyzed against the inclusion criteria, and then the data were presented.

This study found that the first athletes' psychological characteristics article was published in 1977, and the number of publications has continually increased since then (1997-2014: 37 articles published in 28 academic journals). Particularly, during 2010–2014, the number of published studies clearly increased [16 out of 37 articles (43.24%) from 15 journals]. Moreover, the majority of the studies were causal-comparative studies [23 out of 37 articles (62.16%) from 21 journals], cross-sectional studies [35 out of 37 articles (94.59%) from 28 journals], and quantitative studies [29 out of 37 articles (78.37%) from 25 journals]. The most widely used instruments for collecting data were questionnaires [33 out of 37 articles (89.18%) from 27 journals]. The majority of applied samples were athletes [33 out of 37 articles (89.18%) from 26 journals]. This systematic review has evinced that the most applied methodologies were quantitative studies (29 articles) and the least were longitudinal studies (2 articles).

(Journal of Sports Science and Technology 2016; 16(2) : 99-113)

KEY WORDS: Psychological characteristics, Athletes, Research design, Data collection

*Corresponding Author: Wichai YEEMIN

Faculty of Allied Health Sciences, Thammasat University,

Klong Nueng, Klong Luang, Pathumthani, 12120

E-mail: ult-aman@hotmail.com

บทนำ

การพัฒนาความเป็นเลิศของนักกีฬาจำเป็นต้องประกอบด้วยปัจจัยด้านร่างกาย ด้านทักษะกีฬาและด้านจิตใจ โดยผลของการสร้างและพัฒนาด้านร่างกายและทักษะกีฬามีการเปลี่ยนแปลงต่อสถานการณ์ได้น้อยมากตรงกันข้ามกับปัจจัยด้านจิตใจที่พบว่าสามารถเปลี่ยนแปลงตามสถานการณ์ต่างๆ ได้ตลอดเวลาทั้งในช่วงของการฝึกซ้อมและการแข่งขัน ปัจจัยด้านจิตใจถือว่าเป็นปัจจัยที่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลาถึงแม้ว่าจะผ่านการฝึกฝนมาแล้วก็ตาม

การทำความเข้าใจคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาแต่ละปัจจัยจำเป็นต้องใช้ระยะเวลาเพราะคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬา คือ ปัจจัยทางจิตวิทยาที่เกิดจากความคิด อารมณ์ ความรู้สึก และพฤติกรรมที่เกิดขึ้นในบริบททางการกีฬาซึ่งมีความสัมพันธ์เฉพาะกับชนิดกีฬาและระดับความสามารถในขณะที่จิตวิทยาการกีฬาก็คือการกล่าวถึงปัจจัยทางจิตวิทยาโดยรวมที่สามารถเกิดขึ้นได้ในบริบททางการกีฬาของกีฬาทุกชนิดและทุกระดับโดยไม่ได้นับว่าปัจจัยใดมีความสัมพันธ์เฉพาะกับนักกีฬานักใดและระดับใด ดังนั้นการศึกษาคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาจึงเป็นการระบุว่าปัจจัยทางจิตวิทยาใดบ้างที่มีความสัมพันธ์เฉพาะกับการแสดงความสามารถของนักกีฬานั้น นอกจากนั้นการศึกษาคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาจะแสดงให้เห็นถึงความแตกต่างระหว่างนักกีฬาที่ประสบความสำเร็จระดับสูงกับนักกีฬาที่ประสบความสำเร็จระดับต่ำและข้อมูลที่ได้จากการศึกษาสามารถนำมาใช้เป็นพื้นฐานสำหรับการพัฒนาแบบฝึกทักษะจิตใจของนักกีฬาได้²⁴

อย่างไรก็ตามการพัฒนาดังกล่าวของทุกสาขาอาชีพตั้งอยู่บนพื้นฐานของการศึกษาวิจัย⁹ นักวิจัยและผู้อ่านน่าจะได้รับแหล่งข้อมูลที่มีประโยชน์สำหรับการวิจัยในอนาคตเพิ่มมากขึ้นถ้าการทบทวนวรรณกรรมแบบดั้งเดิม (traditional reviews or narrative summaries) ไม่มีข้อจำกัดในเรื่องความเป็นระเบียบและความชัดเจนของกระบวนการวิเคราะห์และสรุปข้อค้นพบที่ได้จากงานวิจัยและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง⁷ สำหรับวิธีการหนึ่งที่ถูกพัฒนาขึ้นเพื่อก้าวข้ามข้อจำกัดของการทบทวนวรรณกรรมแบบดั้งเดิม คือ การทบทวนวรรณกรรมอย่างเป็นระบบ (systematic reviews) ซึ่งเป็นกระบวนการที่มีระเบียบและมีความชัดเจนในการสืบค้น ประเมิน และวิพากษ์งานวิจัยและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องโดยใช้วิธีการทางสถิติในการนำเสนอและสรุปข้อค้นพบที่ได้ วิธีการนี้จะทำให้นักวิจัยเข้าถึงและได้มาซึ่งหลักฐานที่ดีที่สุด ทฤษฎีที่มีความเหมาะสม ยุทธวิธีต่างๆ ของการเก็บรวบรวมข้อมูล รวมถึงระเบียบวิธีการวิจัยที่เหมาะสมกับงานวิจัย³⁷ โดยข้อมูลดังกล่าวนี้มีความเป็นรูปธรรมมากกว่าการทบทวนวรรณกรรมแบบดั้งเดิมเนื่องจากเป็นข้อมูลเชิงปริมาณ นอกจากนี้ยังเป็นวิธีการที่มีความเหมาะสมกับการจัดการกับข้อมูลจำนวนมากที่ได้จากวรรณกรรมและงานวิจัยต่างๆ เนื่องจากสามารถแสดงให้เห็นถึงขอบเขตและเนื้อหาของงานวิจัยที่ขาดความชัดเจน สามารถระบุขอบเขตที่มีการศึกษาปรากฏน้อยหรือยังไม่ปรากฏในงานวิจัยและขอบเขตใดบ้างที่ควรหรือจำเป็นต้องศึกษาในอนาคต นอกจากนี้ยังเป็นวิธีการที่ช่วยตอบคำถามได้ว่าระเบียบและวิธีการวิจัยใดที่มีประสิทธิภาพและไม่มีความมีประสิทธิภาพสำหรับงานวิจัยที่กำลังจะเกิดขึ้นในอนาคต³⁸ อย่างไรก็ตามปัจจุบันพบว่าการทบทวนวรรณกรรมอย่างมีระบบของระเบียบวิธีวิจัยที่ใช้ในงานวิจัยเกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬายังไม่มีปรากฏในประเทศไทยและมีปรากฏเพียงงานเดียวเท่านั้นสำหรับต่างประเทศซึ่งศึกษาวิจัยในช่วงปี 1975 – 1998 และจำกัดเพียงงานวิจัยที่ศึกษาในนักกีฬาฟุตบอลเท่านั้น³⁴ ด้วยเหตุนี้การศึกษาค้นคว้าจึงมีวัตถุประสงค์เพื่อนำเสนอผลของการทบทวนวรรณกรรมอย่างมีระบบของระเบียบวิธีวิจัยที่ใช้ในงานวิจัยเกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาซึ่งมีความเป็นปัจจุบันและไม่จำกัดชนิดกีฬา โดยมุ่งสนใจประเด็นที่เกี่ยวข้องกับปีที่พิมพ์

วารสาร รูปแบบการวิจัย การเก็บรวบรวมข้อมูล ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง และเป้าหมายของการศึกษา โดยมุ่งหวังว่า ข้อมูลที่นำเสนอจะมีประโยชน์ต่อการทำวิจัยเรื่องคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาในอนาคต

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อนำเสนอผลของการทบทวนวรรณกรรมอย่างมีระบบของระเบียบวิธีวิจัยที่ใช้ในงานวิจัยเกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาโดยมุ่งสนใจประเด็นที่เกี่ยวข้องกับปีที่พิมพ์วารสาร รูปแบบการวิจัย การเก็บรวบรวมข้อมูล ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง และเป้าหมายของการศึกษา

วิธีการวิจัย

ยุทธวิธีในการสืบค้น

การสืบค้นครั้งนี้ใช้การผสมผสานคำระหว่างคำว่า “Athletes or Sport” and “Psychological characteristic or Mental characteristics or Psychological attribute or Mental attribute or Psychological aspects or Mental aspects or Psychological profile or Mental profile” (การทบทวนวรรณกรรมครั้งนี้ใช้คำผสมหลายคำเนื่องจากคำเหล่านี้สื่อความหมายถึงคำว่า “คุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬา” เหมือนกัน) โดยสืบค้นจากฐานข้อมูลอิเล็กทรอนิกส์ Google Scholar, Scopus, Web of Knowledge, PubMed, Sport Discuss, Descorberta สำหรับเกณฑ์ในการคัดเข้า คือ ต้องเป็นงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการแสดงความสามารถทางการกีฬาของนักกีฬาโดยพิจารณาจากชื่องานวิจัย เช่น คุณลักษณะทางจิตใจในช่วงสูงสุดของการแสดงความสามารถทางการกีฬา และตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา เช่น ปัจจัยทางจิตใจที่ส่งผลต่อความสามารถช่วงการฝึกซ้อม เผยแพร่เป็นภาษาอังกฤษ (การทบทวนวรรณกรรมในครั้งนี้สืบค้นงานวิจัยที่เป็นภาษาอังกฤษเท่านั้นเนื่องจากไม่ปรากฏงานวิจัยของประเทศไทยที่ศึกษาคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬา) และตีพิมพ์ในวารสารที่มีผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาผลงาน (peer review)

การศึกษานี้สืบค้นงานวิจัยที่ตีพิมพ์ในวารสารวิชาการเท่านั้น เนื่องจากงานวิจัยที่ตีพิมพ์ในวารสารวิชาการจะมีการบันทึกขอบเขตของผู้เชี่ยวชาญในสาขาวิชา นอกจากนี้งานวิจัยที่ตีพิมพ์ในวารสารวิชาการยังเป็นรากฐานสำคัญที่ทำให้นักวิจัยเข้าใจแนวโน้มของการวิจัยที่เกิดขึ้น⁴⁴ และถึงแม้ว่าแหล่งข้อมูลอื่น เช่น ดุษฎีนิพนธ์ วิทยานิพนธ์ และหนังสือจะเป็นแหล่งข้อมูลที่ไม่ควรมองข้าม แต่ทว่าดุษฎีนิพนธ์และวิทยานิพนธ์ถือว่าเป็นแหล่งข้อมูลที่เข้าถึงยาก ส่วนหนังสือพบว่าบางครั้งขาดกระบวนการทบทวนวรรณกรรมที่เข้มงวด⁹ ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงไม่รวมดุษฎีนิพนธ์ วิทยานิพนธ์ และหนังสือเข้าไว้ในการวิเคราะห์ และเนื่องจากการศึกษานี้กำหนดเกณฑ์คัดเข้าตามงานวิจัยเกี่ยวกับการทบทวนวรรณกรรมอย่างมีระบบของเฟรสเตอร์ ไดแอต และฟองเซก้า⁷ กูดเจอร์ กอร์ลี ลาเวลลี และ ฮาร์วูดส์¹⁰ ทอดส์ ฮาร์ดี และโอลิเวอร์⁴⁸ ดังนั้นจึงไม่รวมงานวิจัยที่มีเฉพาะบทคัดย่อและไม่ได้เผยแพร่เป็นภาษาอังกฤษเข้าไว้ในการวิเคราะห์ครั้งนี้

การวิเคราะห์ข้อมูล

ประเมินงานวิจัยที่สืบค้นได้จากฐานข้อมูลอิเล็กทรอนิกส์ตามเกณฑ์การคัดเข้า จากนั้นวิเคราะห์เนื้อหาของงานวิจัยในประเด็นปีที่พิมพ์ รูปแบบการวิจัย การเก็บรวบรวมข้อมูล ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง และเป้าหมายของการศึกษา กำหนดตัวเลขอ้างอิงในแต่ละงานวิจัย (reference number) และใส่เครื่องหมาย * ไว้ด้านหน้าชื่อผู้วิจัยในเอกสารอ้างอิงพร้อมกับเรียงลำดับตามตัวอักษร นำเสนอข้อมูลตามประเด็นที่กำหนดในวัตถุประสงค์ของการศึกษาด้วยตารางและคำบรรยาย

ผลการวิจัย

จากยุทธวิธีที่ใช้ในการสืบค้นพบว่าม้งานวิจัยเกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาที่สามารถนำมาใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล จำนวน 37 เรื่อง แบ่งออกตามประเด็นการศึกษาดังนี้

ตารางที่ 1 ปีที่พิมพ์ รูปแบบการวิจัย การเก็บรวบรวมข้อมูล และเป้าหมายของการศึกษา

ลักษณะของข้อมูล ปีที่พิมพ์	ตัวเลขอ้างอิง	จำนวนบทความ (%)
1977 – 1987 1988 – 1998 1999 – 2009 2010 – 2014	5,8,11,12,13,15,24,26 4,27,28,30,35 1,3,7,9,10,16,25,37 2,6,14,17,18,19,20,21,22,23,2 9,31,32,33,34,36,	8 (21.62) 5 (13.51) 8 (21.62) 16 (43.24)
หมายเหตุ: ช่วงของปีที่พิมพ์ถูกกำหนดให้มีความเท่ากันสำหรับการเปรียบเทียบความแตกต่าง : 100% = 37 บทความ		

รูปแบบการวิจัย

- การวิจัยเชิงพรรณนา - การวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ - การวิจัยแบบเปรียบเทียบสาเหตุ - การวิจัยแบบภาคตัดขวาง - การวิจัยระยะยาว - การวิจัยเชิงคุณภาพ - การวิจัยเชิงปริมาณ - การวิจัยเชิงผสมผสาน	2,4,9,18,21,22,27 5,13,14,24,26,28,33 1,3,6,7,8,10,11,12,15,16,17,19 ,20,23,25,29,30,31,32,34,35,3 6,37 1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,1 4,15,16,17,18,19,20,22*,23,24 ,25,27,28,29,30,31,32,33,34,3 5,36,37 21,26 2,4,21,22* 1,3,5,6,7,8,10,11,12,13,14,15, 16,17,18,19,20,23,25,27,29,30 ,31,32,33,34,35,36,37 9,24,26,28	7 (18.91) 7 (18.91) 23 (62.16) 35 (94.59) 2 (5.40) 4 (10.81) 29 (78.37) 4 (10.81)
หมายเหตุ: * มีสองบทความในงานวิจัยหนึ่งเรื่อง		

การเก็บรวบรวมข้อมูล

• การสัมภาษณ์	2,4,9,21,22,24,28	7 (18.91)
• การสังเกต	26	1 (2.70)
• การใช้แบบสอบถาม	1,3,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,1 5,16,17,18,19,20,23,24,25,26, 27,28,29,30,31,32,33,34,35,36 ,37	33 (89.18)

เป้าหมายของการศึกษา**ประเภทกีฬา**

- กีฬาประเภทบุคคล	1,2,3,4,5,6,8,9,10,11,12,15,18, 21,22,23,24,25,26,27,28,29,30 ,34,35,37	26 (70.27)
- กีฬาประเภททีม	2,6,7,9,13,14,15,16,17,22,23,2 5,28,30,31,32,33,34,36	19 (51.35)

ประเภทของปัจจัยทางจิตใจ

- ปัจจัยทางจิตใจที่คงที่ (trait)	5,13,18,27,29,31,34	7 (18.91)
- ปัจจัยทางจิตใจที่ไม่คงที่ (state)	6,15,19,20,32,37	6 (16.21)
- ปัจจัยทางด้านยุทธวิธีทางความคิดและพฤติกรรม	8,12	2 (5.40)
- ปัจจัยทางจิตใจที่คงที่และไม่คงที่	1,10,11,14,16,17,25,30,35,36	10 (27.02)
- ปัจจัยทางจิตใจที่คงที่และยุทธวิธี	24,26	2 (5.40)
- ปัจจัยทางจิตใจที่ไม่คงที่และยุทธวิธี	2,4,21,22,,23,28,33	7 (18.91)
- ปัจจัยทางจิตใจที่คงที่และไม่คงที่และยุทธวิธี	3,9	2 (5.40)

หมายเหตุ: นักวิจัยใช้มากกว่าหนึ่งประเภทกีฬาในงานวิจัย ดังนั้นผลรวมของประเภทกีฬาจึงมีค่ามากกว่า 37

ตัวเลขอ้างอิงของงานวิจัย: 1 (Bacanac, 2001); 2 (Boes, Harung, Travis & Pensgaard, 2012); 3 (Bois, Sarrazin, Southon & Boiche', 2009); 4 (Cohn, 1991); 5 (Crew, Shirrefs, Thomas, Krahenbuhl & Helfrich, 1986); 6 (Dimyati, 2010); 7 (Geczi, Toth, Sipos, Fugedi, Dancs & Bogнар, 2009); 8 (Gould, Weiss & Weinberg, 1981); 9 (Gould, Dieffenbach & Moffett, 2002); 10 (Hashimoto, Hagura, Kuriyama & Nishiyama, 2006); 11 (Hanschen, Horvat & French, 1984); 12 (Highlen & Bennett, 1979); 13 (Horn & Hasbrook, 1987) 14 (Horn, Bloom, Berglund & Packard, 2011); 15 (Horvart, French & Henschen, 1986); 16 (Junge, Dvorak, Rosch, Graf-Baumann, Chomiak & Peterson, 2000); 17 (Kajtna, Vuleta, Pori, Justin & Pori, 2012); 18 (Khalil, 2011); 19 (Kruger, Pienaar, Plessis & Rensburg, 2012); 20 (Kruger, Pienaar, Kemp & Nienaber, 2013); 21 (MacNamara & Collins, 2010); 22 (MacNamara, Button & Collins, 2010); 23 (MacNamara & Collins, 2013); 24 (Mahoney & Avenier, 1977); 25 (McNeill & Wang, 2005); 26 (Meyer, Cooke, Cullen & Lies, 1979); 27 (Nudel, Hassett, Gurian, Diamant, Weinhouse & Gootman, 1989); 28 (Orlick & Partington, 1988); 29 (Prochiak, 2011); 30 (Raviv & Nabel, 1988); 31 (Santosh & Jyoti, 2011); 32 (Sharma & Nigam, 2011); 33 (Shahbazi, Rahimizadeh, Rajabi & Abdolmaleki, 2011); 34 (Sohrabi, Atashak & Alido, 2011); 35 (Traffon, Thomas, Meyers & Michael, 1997); 36 (Weissensteiner, Abernethy, Farrow & Gross, 2012); 37 (Zisi, Giannitsopoulou, Vassiliadou, Pollatou & Kioumourtoglou, 2009)

ปีที่พิมพ์

ผลการศึกษาพบว่างานวิจัยเกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาเริ่มตีพิมพ์ครั้งแรกในปี ค.ศ. 1977 ซึ่งจำนวนของงานวิจัยที่ตีพิมพ์ระหว่างปี ค.ศ. 1977 – 2014 (1977-1987, 1988-1998, 1999-2009, 2010-2014) คือ 8, 5, 8 และ 16 เรื่อง ตามลำดับ

รูปแบบการวิจัย

ผลการศึกษาพบว่างานวิจัยเกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาส่วนใหญ่ใช้การวิจัยแบบเปรียบเทียบสาเหตุ (causal-comparative studies) (n=23) การวิจัยแบบภาคตัดขวาง (cross-sectional design) (n=35) และมีลักษณะของงานวิจัยเชิงปริมาณ (quantitative research) (n=29)

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผลการศึกษาพบว่างานวิจัยเกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาส่วนใหญ่ใช้แบบประเมินหรือแบบสอบถามในการเก็บรวบรวมข้อมูล (n=33) ในขณะที่การสัมภาษณ์ (n=7) และการสังเกต (n=1) ถูกนำมาใช้เพียงเล็กน้อย

ลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง

ผลการศึกษาพบว่างานวิจัยเกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาส่วนใหญ่ศึกษากับนักกีฬาเป็นกลุ่มตัวอย่างเดียว จำนวน 33 เรื่อง ในขณะที่มีเพียง 4 เรื่องเท่านั้นที่มีกลุ่มตัวอย่างหลายกลุ่มในงานวิจัยเรื่องเดียวกัน เช่น นักกีฬากับผู้ฝึกสอนกีฬา นักกีฬากับผู้ฝึกสอนกีฬาและผู้ปกครอง เมื่อพิจารณาอายุเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในงานวิจัยพบว่ามีงานวิจัยที่ใช้การกำหนดช่วงอายุ แทนการกำหนดอายุเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างจำนวน 16 เรื่อง ในขณะที่งานวิจัยที่ใช้อายุเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างต่ำกว่า 16 ปี มี 7 เรื่อง อายุเฉลี่ยช่วง 16 - 20 ปี มี 2 เรื่อง อายุเฉลี่ยช่วง 21 – 25 ปี มี 3 เรื่อง อายุเฉลี่ยช่วง 26 – 30 ปี มี 3 เรื่อง และ 6 เรื่องไม่ระบุ สำหรับเพศของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในงานวิจัยพบว่ามีจำนวน 17 เรื่อง ที่ใช้กลุ่มตัวอย่างทั้งเพศชายและเพศหญิง ส่วนงานวิจัยที่ใช้กลุ่มตัวอย่างเฉพาะเพศชายมี 11 เรื่อง เพศหญิง 3 เรื่อง และไม่ระบุเพศ 6 เรื่อง นอกจากนี้ยังแสดงให้เห็นว่ามีการศึกษาจำแนกตามระดับความสามารถโดยพบว่ามีการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักกีฬาชั้นเลิศและนักกีฬาอาชีพ จำนวน 11 เรื่อง นักกีฬาระดับมหาวิทยาลัยหรือโรงเรียน จำนวน 10 เรื่อง ศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับความสามารถแบบผสม (งานวิจัยที่มีกลุ่มตัวอย่างมากกว่า 1 ระดับความสามารถ) จำนวน 7 เรื่อง และนักกีฬาระดับเยาวชนชั้นเลิศ จำนวน 6 เรื่อง ทั้งนี้มีการศึกษาในหลายประเทศและภูมิภาคของโลกโดยเฉพาะอย่างยิ่งประเทศแถบทวีปอเมริกาเหนือ (n=14) แถบทวีปยุโรป (n=11) และแถบทวีปเอเชีย (n=9) ขณะที่ประเทศแถบทวีปแอฟริกา (n=2) และออสเตรเลีย (Australia) มีการศึกษาเพียงเล็กน้อย

เป้าหมายของการศึกษา

ผลการศึกษาพบว่างานวิจัยเกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬามุ่งสนใจกับกีฬาประเภทบุคคลจำนวน 17 เรื่อง กีฬาประเภททีมจำนวน 10 เรื่อง และมุ่งสนใจทั้งสองประเภทพร้อมกันจำนวน 10 เรื่อง สำหรับปัจจัยทางจิตวิทยาที่ถูกนำมาศึกษาในการวิจัยเกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาแบ่งออกได้เป็น 3 กลุ่ม คือ ปัจจัยด้านจิตใจที่คงที่ [เช่น ความสมบูรณ์แบบ (perfectionism) ความคาดหวัง] (n=7) ปัจจัยด้านจิตใจที่ไม่คงที่ (เช่น ความเข้มแข็งทางจิตใจ ความมั่นใจในตนเอง) (n=6) และปัจจัยด้านยุทธวิธีทางความคิดและพฤติกรรม (เช่น การพูดกับตนเอง การตั้งเป้าหมาย)

(n=2) ส่วนหนึ่งจากงานวิจัยเกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬา มุ่งความสนใจไปยังปัจจัยทางจิตวิทยามากกว่าหนึ่งกลุ่มปัจจัย เช่น การมุ่งสนใจไปยังปัจจัยด้านบุคลิกภาพร่วมกับปัจจัยด้านทักษะจิตใจถูกพบในงานวิจัย 10 เรื่อง การมุ่งสนใจไปยังปัจจัยด้านบุคลิกภาพร่วมกับปัจจัยด้านทักษะจิตใจและปัจจัยด้านยุทธวิธีทางความคิดและพฤติกรรมถูกพบในงานวิจัย 2 เรื่อง เป็นต้น

บทวิจารณ์

การศึกษาครั้งนี้เริ่มต้นค้นหาข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับประเด็นที่ต้องการศึกษาตั้งแต่ปี ค.ศ.1997 ซึ่งจากผลการศึกษาพบว่างานวิจัยเกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬามีปริมาณเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่องนับตั้งแต่ปี ค.ศ. 1997 โดยเฉพาะอย่างยิ่งในช่วงปี ค.ศ.2010 – 2014 ถือว่าเป็นช่วงทองของการเจริญเติบโตของงานวิจัยเนื่องจากปริมาณของงานวิจัยที่ได้รับการตีพิมพ์ในวารสารวิชาการเพิ่มขึ้นอย่างเห็นได้ชัด ผลการศึกษานี้สะท้อนให้เห็นว่านักวิจัยเริ่มเล็งเห็นความสำคัญของการศึกษาเกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาเพิ่มขึ้น แม้ว่าการศึกษาค้นคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาจะดูเหมือนเป็นปัจจัยแรกที่มีความสำคัญสำหรับการพัฒนาความพร้อมทางจิตใจของนักกีฬา แต่การศึกษานี้ปัจจัยทั้งหมดอยู่ภายใต้คำว่า “คุณลักษณะทางจิตใจ” จึงดูราวกับว่าเป็นสิ่งที่มีความยากลำบากในการศึกษาแยกประเด็น ด้วยเหตุนี้การศึกษาเกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาจึงไม่ค่อยปรากฏขึ้นในช่วง ค.ศ. 1977 – 2009

สำหรับรูปแบบการวิจัยที่พบในการศึกษาเกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาประกอบด้วย การวิจัยแบบเปรียบเทียบสาเหตุ การวิจัยเชิงพรรณนา การวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการวิจัยแบบเปรียบเทียบสาเหตุนั้นถูกนำมาใช้ศึกษามากที่สุด ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าทิศทางการสนใจของนักวิจัยส่วนใหญ่มุ่งเน้นด้านการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างนักกีฬาและพยายามค้นหาความเป็นเหตุเป็นผลที่เกิดขึ้นระหว่างปัจจัย ซึ่งการวิจัยรูปแบบนี้ดูเหมือนจะเป็นเรื่องปกติสำหรับการศึกษาค้นคุณลักษณะทางจิตใจ ดังที่เมอร์เตนส์³³ แนะนำว่าเมื่อทำการศึกษาเกี่ยวกับคุณลักษณะ นักวิจัยสามารถใช้การวิจัยแบบเปรียบเทียบสาเหตุหรือการวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ได้เนื่องจากสามารถเปรียบเทียบให้เห็นความแตกต่างของคุณลักษณะแต่ละบุคคล นอกจากนี้ยังเป็นรูปแบบที่มีการใช้อย่างกว้างขวางในงานวิจัยทางการศึกษาและจิตวิทยา อย่างไรก็ตามผลการศึกษาที่เกิดขึ้นจากการศึกษาแบบเปรียบเทียบสาเหตุหรือการศึกษาเชิงสหสัมพันธ์ไม่สามารถนำมาใช้ในการยืนยันความเป็นเหตุเป็นผลที่เกิดขึ้นระหว่างปัจจัยได้ เพราะการศึกษารูปแบบดังกล่าวไม่มีกระบวนการทดลอง ดังนั้นการศึกษาค้นคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาในอนาคตจึงควรนำรูปแบบการวิจัยเชิงทดลองมาประยุกต์ใช้เพื่อก้าวข้ามข้อจำกัดที่เกิดขึ้นในงานวิจัยก่อนหน้านี้และเพิ่มความน่าเชื่อถือให้กับผลการศึกษาก่อนที่จะเกิดขึ้นต่อไปในอนาคต

นอกจากรูปแบบการวิจัยดังกล่าวข้างต้นยังพบว่างานวิจัยส่วนใหญ่ใช้การวิจัยแบบภาคตัดขวางมากกว่าการวิจัยระยะยาว สอดคล้องกับการทบทวนวรรณกรรมของมอร์ริส³⁴ เรื่องคุณลักษณะทางจิตใจและปัจจัยชี้วัดความสามารถพิเศษของนักกีฬาฟุตบอลที่พบว่าการศึกษาในช่วงปี ค.ศ.1975 – 1998 จำนวน 52 เรื่อง คือการวิจัยแบบภาคตัดขวาง แม้ว่าการวิจัยระยะยาวจะสามารถแสดงให้เห็นการเปลี่ยนแปลงทางพฤติกรรมที่เกิดขึ้นของกลุ่มตัวอย่างแต่ทว่าความชัดเจนของการเปลี่ยนแปลงนั้นจำเป็นต้องใช้ระยะเวลายาวนานในขณะที่การวิจัยแบบภาคตัดขวางใช้ระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูลเพียงช่วงสั้นๆ⁴⁷ นอกจากนี้การวิจัยระยะยาวยังมีความเป็นไปได้ที่ต้องใช้งบประมาณในการกระบวนการวิจัยมาก ดังนั้นการได้งบประมาณสนับสนุนการทำวิจัยจึงมีความเป็นไปได้น้อยเนื่องจากความสนใจในการลงทุนเกี่ยวกับโครงการวิจัยระยะยาวของแหล่งเงินทุนนั้นมีอยู่ในระดับต่ำ³⁴ ซึ่งผลกระทบเหล่านี้นี้อาจเป็น

เหตุผลหนึ่งที่ทำให้นักวิจัยเลือกใช้การวิจัยแบบภาคตัดขวางมากกว่าการวิจัยระยะยาวถึงแม้ว่าการวิจัยภาคตัดขวางจะมีข้อจำกัดในบางประเด็นที่นำมาศึกษาก็ตาม จากสิ่งที่กล่าวมาข้างต้นเห็นได้ว่าการวิจัยทั้งสองรูปแบบมีข้อจำกัด แต่ถึงแม้จะเป็นเช่นนั้นการวิจัยทั้งสองรูปแบบถือเป็นวิธีการที่มีความสำคัญและจำเป็นสำหรับการศึกษาวิจัย⁴⁷ การศึกษาเกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาในอนาคตก็ควรหันมาให้ความสนใจกับการวิจัยระยะยาวเพราะวิธีการนี้ถือเป็นการก้าวข้ามข้อจำกัดที่เกิดขึ้นในอดีตและอาจส่งผลต่อความแตกต่างของผลการวิจัยที่เกิดขึ้นในอนาคต

การศึกษาค้นคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาส่วนใหญ่เป็นการวิจัยเชิงปริมาณในขณะที่การวิจัยเชิงคุณภาพถูกพบเพียงเล็กน้อย ความแตกต่างระหว่างการวิจัยทั้งสองรูปแบบ คือ การวิจัยเชิงปริมาณมุ่งสนใจไปยังการวิเคราะห์และประเมินผล เช่น การประเมินองค์ประกอบของปรากฏการณ์ใดปรากฏการณ์หนึ่ง ในขณะที่การวิจัยเชิงคุณภาพมุ่งสนใจไปยังการทำความเข้าใจความหมายของประสบการณ์ที่เกิดขึ้นกับกลุ่มตัวอย่างที่อยู่ในสิ่งแวดล้อมนั้นๆ และวิธีการที่องค์ประกอบต่างๆ สอดประสานกันเป็นองค์รวม⁴⁷ ความแตกต่างของทั้งสองรูปแบบนี้ส่งผลให้การวิจัยเชิงผสมถูกพัฒนาขึ้นเพื่อก้าวข้ามข้อจำกัดของการวิจัยรูปแบบดังกล่าว การวิจัยเชิงผสมจะแสดงให้เห็นถึงข้อค้นพบจากปรากฏการณ์ทั้งด้านกว้างและด้านลึกในเวลาพร้อมๆ กัน¹³ นอกจากนี้การวิเคราะห์สามเด้งของข้อค้นพบจากเครื่องมือที่แตกต่างกัน (การใช้แบบสอบถามและการสัมภาษณ์) และแหล่งข้อมูลที่แตกต่างกัน (นักกีฬา ผู้ฝึกสอน และบุคคลสำคัญ) เป็นวิธีการหนึ่งที่ทำให้นักวิจัยมีความเข้มแข็ง¹² จากข้อมูลดังกล่าวจะเห็นได้ว่าการวิจัยเชิงผสมถือเป็นรูปแบบการวิจัยที่มีประโยชน์อย่างมากสำหรับการศึกษาค้นคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬา อย่างไรก็ตามการศึกษานี้พบว่ามีการวิจัยเพียง 4 เรื่องเท่านั้นที่ใช้การวิจัยเชิงผสม ด้วยเหตุนี้นักวิจัยที่มีความสนใจศึกษาเกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาจึงควรตระหนักถึงความสำคัญและเลือกใช้รูปแบบการวิจัยเชิงผสมเพื่อเป็นอีกวิธีการหนึ่งที่จะทำให้ผลการศึกษาวิจัยในอนาคตมีคุณภาพมากขึ้น สัดส่วนของการวิจัยเชิงปริมาณที่ถูกพบจากการศึกษาในครั้งนี้มีความสอดคล้องกับระดับความไว้วางใจในการเลือกใช้เครื่องมือสำหรับการเก็บรวบรวมข้อมูลของนักวิจัย ซึ่งผลการศึกษานี้พบว่านักวิจัยเลือกใช้แบบสอบถามหรือแบบประเมิน (n=33) ในการเก็บรวบรวมข้อมูลมากกว่าการสัมภาษณ์ (n=7) และการสังเกต (n=1) ความไว้วางใจแบบสอบถามหรือแบบประเมินที่ค่อนข้างสูงนี้สะท้อนให้เห็นถึงความจำเป็นในการใช้เครื่องมือที่หลากหลายสำหรับการเก็บรวบรวมข้อมูลของการศึกษาเกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาในอนาคต เนื่องจากการทำความเข้าใจปรากฏการณ์ใดปรากฏการณ์หนึ่งอย่างสมบูรณ์แบบนั้น การใช้เครื่องมือเพียงเครื่องมือเดียวในการเก็บรวบรวมข้อมูลอาจทำให้ได้มาซึ่งความไม่สมบูรณ์ของข้อมูล เพราะแต่ละเครื่องมือต่างมีข้อจำกัด เช่น ข้อจำกัดของการใช้แบบสอบถามและข้อจำกัดที่ได้จากการสัมภาษณ์ คือ การที่ผู้วิจัยให้ความเชื่อถือข้อมูลที่ได้จากการรายงานตนเองของกลุ่มตัวอย่างอย่างเกี่ยวกับพฤติกรรมที่ตนเองปฏิบัติหรือความเชื่อที่ตนเองเชื่อ⁴⁷ ในขณะที่ข้อจำกัดของการสังเกต คือ พฤติกรรมที่แน่นอนไม่สามารถที่จะประเมินได้อย่างละเอียดตามแบบสังเกตพฤติกรรมได้กำหนดไว้⁴⁷ เป็นต้น

สำหรับกลุ่มตัวอย่างที่นำมาศึกษา พบว่างานวิจัยเกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาส่วนใหญ่ใช้นักกีฬาเป็นกลุ่มตัวอย่าง (n=33) ในขณะที่ผู้ฝึกสอนกีฬาและบุคคลสำคัญ เช่น บิดา มารดา พี่น้อง ถูกใช้เป็นกลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยเท่านั้น (n=4) ซึ่งความเป็นจริงแล้วการใช้กลุ่มตัวอย่างที่หลากหลายในการศึกษาเดียวกันนั้นย่อมส่งผลที่ดีกว่าการใช้กลุ่มตัวอย่างเพียงกลุ่มเดียว เนื่องจากข้อมูลที่ได้จากแหล่งข้อมูลที่หลากหลายสามารถนำมาวิเคราะห์แบบสามเด้งซึ่งจะช่วยให้ผลการศึกษามีความชัดเจนและน่าเชื่อถือเพิ่มขึ้น¹³ สอดคล้องกับกลู เดฟเฟนบาท และมอฟเฟท¹² ที่กล่าวว่า การสัมภาษณ์นักกีฬา ผู้ฝึกสอน และบุคคลสำคัญ ทำให้ได้รับแนวคิดเกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจและความสามารถ

พิเศษของนักกีฬาที่เป็นแชมป์โอลิมปิกเพิ่มขึ้น อีกทั้งยังได้รับข้อมูลเชิงลึกมากขึ้น ดังนั้นการเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่มีความหลากหลายจึงถือเป็นทางเลือกหนึ่งที่จะทำให้ข้อมูลที่ได้สำหรับการศึกษามีความเกี่ยวข้องกับคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬา ในอนาคตมีความชัดเจนและน่าเชื่อถือเพิ่มขึ้น นอกจากนี้การศึกษานี้ยังพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ที่นำมาศึกษาถูกกำหนดเป็นช่วงอายุเฉลี่ยแบบกว้างๆ ($n=16$) และศึกษาร่วมกันทั้งเพศชายและเพศหญิง ($n=17$) การกำหนดคุณลักษณะของกลุ่มตัวอย่างในลักษณะนี้สอดคล้องและมีความคล้ายคลึงกับรูปแบบการวิจัยเชิงสำรวจ ซึ่งเป็นรูปแบบที่ทำให้นักวิจัยสามารถเก็บรวบรวมข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่างที่มีขนาดใหญ่กว่าการวิจัยเชิงทดลอง³³ และสิ่งนี้อาจเป็นเหตุผลหนึ่งที่ทำให้นักวิจัยเลือกใช้แบบสอบถามหรือแบบประเมินมากกว่าการสัมภาษณ์และการสังเกต อย่างไรก็ตามการวิจัยเชิงสำรวจนั้นอาจแสดงให้เห็นถึงความไม่ชัดเจนของผลการศึกษา ดังที่เมอร์เตนส์³³ กล่าวว่าการศึกษาเชิงสำรวจนั้นยังถือว่าเป็นการวิจัยที่มีข้อจำกัดเนื่องจากข้อมูลที่ได้เป็นการรายงานตนเองของกลุ่มตัวอย่าง ดังนั้นความตรงของข้อมูลที่เกิดขึ้นอาจมีเพียงบางส่วนเพราะบางครั้งกลุ่มตัวอย่างไม่ได้แสดงข้อมูลที่แท้จริงทั้งหมด การก้าวข้ามข้อจำกัดนี้สิ่งหนึ่งที่ได้ทำได้ คือ การกำหนดลักษณะของกลุ่มตัวอย่างให้มีความชัดเจนทั้งด้านระดับความสามารถ อายุ เพศ แม้ว่าวิธีการดังกล่าวอาจไม่สามารถขจัดปัญหาที่เกิดขึ้นได้อย่างสมบูรณ์แต่ถือเป็นวิธีการหนึ่งที่ทำให้ข้อมูลที่ได้จากการศึกษามีความชัดเจนมากขึ้น

สำหรับประเด็นสุดท้ายที่เป็นข้อค้นพบในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ คือ เป้าหมายของการศึกษาหรือสิ่งที่นักวิจัยมุ่งความสนใจ ซึ่งแบ่งออกเป็น 2 เรื่อง คือ ประเภทกีฬาและประเภทของปัจจัยทางจิตใจ โดยประเภทกีฬานั้นพบว่านักวิจัยมุ่งสนใจไปยังนักกีฬาประเภทบุคคล ($n=26$) มากกว่านักกีฬาประเภททีม ($n=19$) อย่างไรก็ตามผลการศึกษานี้ได้สะท้อนให้เห็นว่านักวิจัยให้ความสำคัญกับนักกีฬาทั้งสองประเภทแม้ว่าปริมาณงานวิจัยที่มุ่งสนใจไปยังนักกีฬาประเภททีมมีมากกว่าเล็กน้อยก็ตาม การให้ความสำคัญกับนักกีฬาทั้งสองประเภทนี้ส่งผลให้การพัฒนางานวิจัยเกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาทั้งสองประเภทในอนาคตสามารถทำได้มีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น เพราะนักวิจัยมีแหล่งข้อมูลที่ตรงกับประเด็นและกลุ่มเป้าหมายที่ตนเองต้องการจะศึกษา สำหรับประเภทของปัจจัยทางจิตใจนั้นการศึกษานี้พบว่านักวิจัยมุ่งสนใจไปยังปัจจัยทางจิตใจที่คงที่ (เช่น ความโปรตปรารถนาความสมบูรณ์แบบ ความคาดหวัง) ปัจจัยทางจิตใจที่ไม่คงที่ (เช่น ความเข้มแข็งทางจิตใจ ความมั่นใจในตนเอง) และยุทธวิธีทางความคิดและพฤติกรรม (เช่น การพูดกับตนเอง การตั้งเป้าหมาย) ซึ่งสอดคล้องกับกับงานวิจัยและงานเขียนของเครนและวิลเลียม²⁴ และมอร์ริส³⁴ เกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาที่พบว่าปัจจัยทางจิตใจที่คงที่ ปัจจัยทางจิตใจที่ไม่คงที่ และยุทธวิธีทางความคิดและพฤติกรรม คือ ประเภทของปัจจัยทางจิตใจที่ถูกศึกษาภายใต้คำว่าคุณลักษณะทางจิตใจ อย่างไรก็ตามเมื่อพิจารณาไปยังประเด็นที่นักวิจัยมุ่งสนใจกับพบว่างานวิจัยส่วนใหญ่มุ่งสนใจที่จะศึกษาเพียงประเภทใดประเภทหนึ่งของปัจจัย ($n=15$) หรือสองประเภทร่วมกัน ($n=19$) เท่านั้น เช่น ศึกษาาร่วมกันระหว่างปัจจัยทางจิตใจที่คงที่กับปัจจัยที่ไม่คงที่ ในขณะที่การศึกษาซึ่งมุ่งสนใจทั้ง 3 ประเภทกับถูกพบเพียงเล็กน้อย ($n=2$) จากผลการศึกษานี้แสดงให้เห็นว่าการศึกษาค้นคว้าคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาให้ครอบคลุมทุกปัจจัยยังคงเป็นข้อจำกัดของการวิจัยในอดีต ซึ่งข้อจำกัดดังกล่าวอาจเกิดมาจากจำนวนของปัจจัย ระยะเวลาในการศึกษา หรือความสนใจส่วนบุคคล อย่างไรก็ตามข้อค้นพบนี้ถือเป็นอีกแหล่งข้อมูลหนึ่งที่สะท้อนให้เห็นภาพรวมของปัจจัยทางจิตใจที่ถูกศึกษาภายใต้คำว่าคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬา ซึ่งผู้วิจัยมองว่ามีประโยชน์อย่างยิ่งสำหรับนำมาใช้เป็นกรอบแนวคิดของงานวิจัยเรื่องคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาในอนาคต นอกจากนี้ยังสะท้อนให้เห็นถึงข้อจำกัดเกี่ยวกับความครอบคลุมของปัจจัยทางจิตใจที่นำมาศึกษา ซึ่งในอนาคตควรหันมาให้ความสำคัญ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการศึกษาร่วมกันระหว่างปัจจัยทางจิตใจทั้ง 3 ประเภท ซึ่งผลการศึกษาที่น่าจะเป็นประโยชน์และครอบคลุมประเด็นเกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬามากกว่าการศึกษาเพียงหนึ่งหรือสองประเภท

สรุปผล

การศึกษาในครั้งนี้พบว่างานวิจัยเกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬามีปริมาณเพิ่มขึ้นอย่างเห็นได้ชัดในช่วงปี 2010-2014 สาเหตุหนึ่งที่ทำให้ปริมาณงานวิจัยเพิ่มขึ้น คือ ผลการศึกษาสามารถแสดงให้เห็นถึงความแตกต่างของระดับปัจจัยทางจิตใจของนักกีฬาได้ ดังนั้นข้อมูลที่ได้จากการศึกษาจึงสามารถนำมาใช้เป็นพื้นฐานสำหรับการพัฒนาแบบฝึกทักษะจิตใจของนักกีฬาให้เหมาะสมกับระดับความต้องการของนักกีฬาได้²⁴ ในการศึกษาที่พบว่างานวิจัยเกี่ยวกับคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาในอดีตส่วนใหญ่เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ การวิจัยเชิงเปรียบเทียบสาเหตุ และการวิจัยแบบภาคตัดขวางโดยใช้แบบประเมินเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล ดังนั้นการวิจัยเชิงคุณภาพ การวิจัยเชิงผสม การวิจัยระยะยาวจึงยังคงถูกนำมาใช้น้อยในการศึกษาคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬา ซึ่งความเป็นจริงแล้วการวิจัยเชิงคุณภาพ การวิจัยเชิงผสม การวิจัยระยะยาวถือเป็นระเบียบวิธีวิจัยหนึ่งที่มีประโยชน์สำหรับการศึกษาค้นคว้าคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาดังเห็นได้จากผลการศึกษาเรื่องคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาในอดีต^{2,27,28} นอกจากนี้การศึกษานี้พบว่าปัจจัยที่ถูกนำมาศึกษาเรื่องคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬา แบ่งออกได้เป็น 3 ประเภท คือ 1) ปัจจัยทางจิตใจที่ เช่น [ความสมบูรณ์แบบ (Perfectionism) ความคาดหวัง] 2) ปัจจัยทางจิตใจที่ไม่คงที่ (เช่น ความเข้มแข็งทางจิตใจ ความมั่นใจในตนเอง) และ 3) ยุทธวิธีทางความคิดและพฤติกรรม (เช่น การพูดกับตนเอง การตั้งเป้าหมาย) ซึ่งข้อค้นพบนี้สามารถนำมาใช้เป็นกรอบแนวคิดในการศึกษาเรื่องคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาในอนาคตได้

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

การทบทวรรณกรรมอย่างมีระบบของระเบียบวิธีวิจัยที่ใช้ในงานวิจัยในอนาคตควรพิจารณาเกี่ยวกับยุทธวิธีที่ใช้สำหรับการสืบค้นว่าส่งผลต่อการละเลยงานวิจัยที่ตรงประเด็นและการเข้าถึงงานวิจัยเรื่องสำคัญหรือไม่ การวางแผนและการพิจารณาปัจจัยดังกล่าวนี้จะช่วยทำการทบทวรรณกรรมอย่างมีระบบในงานวิจัยในอนาคตมีคุณภาพเพิ่มมากขึ้น

สำหรับข้อเสนอแนะเกี่ยวกับการทำวิจัยเรื่องคุณลักษณะทางจิตใจของนักกีฬาในอนาคตนั้น ผู้วิจัยควรเพิ่มปริมาณการใช้รูปแบบการวิจัยเชิงผสมและการวิจัยระยะยาว ควรใช้กลุ่มตัวอย่างที่มีความหลากหลาย เช่น ใช้กลุ่มตัวอย่างทั้งสามกลุ่มในการศึกษาเดียว คือ นักกีฬา ผู้ฝึกสอน และผู้ปกครอง ควรมีการระบุลักษณะของกลุ่มตัวอย่างที่ชัดเจน ควรใช้เครื่องมือในการเก็บรวบรวมมากกว่าหนึ่งเครื่องมือ และควรศึกษาร่วมกันระหว่างปัจจัยทางจิตใจที่คงที่ (trait) ปัจจัยทางจิตใจที่ไม่คงที่ (state) และยุทธวิธีทางความคิดและพฤติกรรม

เอกสารอ้างอิง

1. Bacanac L. The psychological profile of Yugoslav boxers. *Physical Education and Sport*, 2001; 1: 13-24.
2. Boes R, Harung HS, Travis AM, Pensgaard AM. Mental and physical attributes defining world-class Norwegian. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sport*, 2012; 1-7.
3. Bois JE, Sarrazin PG, Southon J, Boiche JCS. Psychological characteristics and their relation to performance in professional golfers. *The Sport Psychologist*, 2009; 23: 252-70.
4. Cohn PJ. An Exploratory study on peak performance in golf. *The Sport Psychologist*, 1991; 5: 1-14.

5. Crew DJ, Shirrefs JH, Thomas G, Krahenbuhl GS, Helfrich HM. Psychological and physiological attributes associated with performance of selected players of the ladies professional golf association tour. *Perceptual and Motor Skills*, 1986; 63: 235-8.
6. Dimiyati. Psychological characteristics of athletes at the student education and training center. *Anima Indonesian Psychological Journal*, 2010; 25: 172-80.
7. Freitas B, Dias CSL, Fonseca AM. Psychological skills training applied to soccer: A systematic review based on research methodologies. *Review of European Studies*, 2013; 5(5): 18-29.
8. Geczi G, Toth L, Sipos K, Fugedi B, Dancs H, Bogнар J. Psychological profile of Hungarian national young ice hockey players. *Kinesiology*, 2009; 1, 88-96.
9. Gilbert WD, Trudel P. Analysis of coaching science research published from 1970-2001. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 2004; 75: 388-99.
10. Goodger K, Gorely T, Lavallee D, Harwood C. Burnout in sport: A systematic review. *The Sport Psychologist*, 2007; 21: 127-51
11. Gould D, Weiss M, Weinberg R. Psychological characteristics of successful and unsuccessful big ten wrestlers. *Journal of sport psychology*, 1981; 3: 69-81.
12. Gould D, Dieffenbach K, Moffett A. Psychological characteristics and their development in Olympic champions. *Journal of Applied Sport Psychology*, 2002; 14: 172-204.
13. Gratton C, Jones I. *Research methods for sport studies*. New York: Routledge; 2004.
14. Hashimoto M, Hagura N, Kuriyama T, Nishiyama M. Motivations and psychological characteristics of Japanese ultra-marathon run. *Jpn J Health and Human Ecology*, 2006; 72(1): 15-24.
15. Hanschen K, Horvat M, French R. A visual comparison of psychological profile between able-body and wheelchair athletes. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 1984; 1: 118-24.
16. Highlen PS, Bennett BB. Psychological characteristics of successful and unsuccessful elite wrestler: an exploratory study. *Journal of Sport Psychology*, 1979; 1: 123-37.
17. Horn TS, Hasbrook CA. Psychological characteristics and the criteria children use for self-evaluation. *Journal of Sport Psychology*, 1987; 9: 208-21.
18. Horn TS, Bloom P, Berglund K M, Packard S. Relationship between collegiate athletes' psychological characteristics and their preference for different type of coaching behavior. *The Sport Psychologist*, 2011; 25: 190-211.
19. Horvat M, French R, Henschen K. A comparison of the psychological characteristics of male and female able-bodies and wheelchair athletes. *Paraplegia*, 1986; 24: 115-22.

20. Jenifer K, Mellis C, Williams K, Xuan W. Health Science Research A handbook of quantitative methods. London: Sage publication; 2002.
21. Junge A, Dvorak J, Rosch D, Graf-Baumann T, Chomiak J, Peterson L. Psychological and sport-specific characteristics of football players. The American Journal of Sports Medicine, 2000; 28: 22-8.
22. Kajtna T, Vuleta D, Pori M, Justin M, Pori P. Psychological characteristics of Slovene handball goalkeeper. Kinesiology, 2012; 44(2): 209-17.
23. Khalil EMES. Profile of psychological characteristics of the short-distance swimmers of the beginners. World Journal of Sport Science, 2011; 4 (3): 248-51.
24. Krane V, Williams JM. Psychological Characteristics of Peak Performance. In: Williams JM editor, Applied Sport Psychology Personal Growth to Peak Performance. New York: McGraw-Hill Companies; 2006.
25. Kruger A, Pienaar AE, Plessis ED, Rensburg LJV. The importance of psychological characteristics in potentially talented adolescent long distance runners. African Journal for Physical, Health Education, Recreation and Dance, 2012; 18(2): 413-22.
26. Kruger A, Pienaar A, Kemp R, Nienaber A. Sport psychological characteristics of talented 13-years old adolescents. Journal of Psychology in Africa, 2013; 23(4): 651-4.
27. MacNamara A, Collins D. The role of psychological characteristics in managing the transition to university. Psychology of Sport and Exercise, 2010; 11: 353-62.
28. MacNamara A, Button A, Collins D. The role of psychological characteristics in facilitating the pathway to elite performance part 1: identify mental skills and behaviors, Part 2: examining environmental and stage –related differences in skill and behaviors. The Sport Psychologist, 2010; 24: 52-96.
29. MacNamara A, Collins D. Do mental skills make champions? Examining the discriminant function of the psychological characteristics of developing excellence questionnaire. Journal of Sports Science, 2013; 31(7): 736-44.
30. Mahoney MJ, Avenier M. Psychology of the elite athletes: an exploratory study. Cognitive Therapy and Research, 1977; 1(2): 135-41.
31. McNeill MC Wang CKJ. Psychological profile of elite school sports players in Singapore. Psychology of Sport and Exercise, 2005; 6: 117-128.
32. Meyer AW, Cooke CJ, Cullen J, Lies L. Psychological aspect of athletic competitors: a replication across sports. Cognitive Therapy and Research, 1979; 3(4): 361-6.

33. Mertens DM. Research method in education and psychology: Integrating diversity with quantitative and qualitative approaches. California: Sage publications; 1998.
34. Morris T. Psychological characteristics and talent identification in soccer. Journal of Sport Science, 2000; 18: 715-26.
35. Nudel DB, Hassett I, Gurian A, Diamant S, Weinhouse E, Gootman N. Young long distance runner physiological and psychological characteristics. Clinical Pediatrics, 1989; 28: 500-5.
36. Orlick T, Partington J. Mental link to excellence. The Sport Psychologist, 1988; 2: 105-130.
37. Peat JK, Mellis C, Williams K, Xuan W. Health Science Research a handbook of quantitative methods. London: Sage publications; 2002.
38. Petticrew M, Robert H. Systematic reviews in the social sciences a practical guide. Malden: Blackwell Publishing; 2006.
39. Prochiak P. Psychological profile of polish skydivers. Psychological Reports, 2011; 108(1): 263-73.
40. Raviv S, Nabel N. Field dependence/independence and concentration as psychological characteristics of basketball players. Perceptual and Motor Skill, 1988; 66: 831-6.
41. Santosh K, Jyoti P. A comparative study of the psychological profile of Rajasthan and Madhya pradesh national and international level male cricket players. International Journal of Sports Sciences and Fitness, 2011: 1-5.
42. Sharma R, Nigam AK. Psychological characteristics of male university athletes. Journal of Physical Educations and Sport, 2011; 11(1): 5-17.
43. Shahbazi M, Rahimizadeh M, Rajabi MR, Abdolmaleki H. Mental and physical characteristics in Iranian men' s handball national team, winner of silver medal in Asian game-2010. Procedia - Social and Behavioral Sciences, 2011; 30: 2268-71.
44. Silverman S, Skonie R. Research on teaching in physical education: an analysis of published research. Journal of Teaching in Physical Education, 1997; 16: 300-11.
45. Sohrabi F, Atashak S, Alido MM. Psychological profile of athletes in contact and non-contact sports. Middle-East Journal of Scientific Research, 2011; 9(5): 638-44.
46. Trafton Jr, Thomas A, Meyers, Michael C. Psychological characteristics of the telemark skiers. Journal of Sport Behavior, 1997; 20(4): 465-77.
47. Thomas JR, Nelson JN, Silverman SJ. Research methods in physical activity. Champaign: Human Kinetics; 2005.
48. Tod D, Hardy J, Oliver E. Effect of self-talk: A systematic review. Journal of Sport and Exercise Psychology, 2011; 33: 666-87.

49. Weissensteiner JR, Abernethy B, Farrow D, Gross J. Distinguishing psychological characteristics of expert cricket batsmen. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 2012; 15: 74-9.
50. Zisi V, Giannitsopoulou E, Vassiliadou O, Pollatou E, Kioumourtoglou E. Performance level, abilities, and psychological characteristics in young junior rhythmic gymnast: the role of sport experience. *International Quarterly of Sport Science*, 2009: 1-13.