



ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างและอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานใน
เขตกรุงเทพมหานคร

LEISURE AWARENESS AND CONSTRAINTS TO PARTICIPATION IN LEISURE FOR
WORKING-AGES IN BANGKOK

สศิลา ชินวงศ์

บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

2567

ความตระหนักการใช้เวลาว่างและอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานใน
เขตกรุงเทพมหานคร



ปริญญานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร
ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการกีฬาและนันทนาการ
คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ปีการศึกษา 2567
ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

LEISURE AWARENESS AND CONSTRAINTS TO PARTICIPATION IN LEISURE FOR
WORKING-AGES IN BANGKOK



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of MASTER OF ARTS
(Sport and Leisure Management)

Faculty of Physical Education, Srinakharinwirot University

2024

Copyright of Srinakharinwirot University

ปริญญานิพนธ์

เรื่อง

ความตระหนักรู้การใช้เวลาร่างและอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่างของคนวัยทำงานในเขต

กรุงเทพมหานคร

ของ

สชิลลา ชินวงศ์

ได้รับอนุมัติจากบัณฑิตวิทยาลัยให้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตร

ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการกีฬาและนันทนาการ

ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

(รองศาสตราจารย์ นายแพทย์ฉัตรชัย เอกปัญญาสกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

คณะกรรมการสอบปากเปล่าปริญญานิพนธ์

ที่ปรึกษาหลัก

(อาจารย์ ดร.สรารุณ ชัยวิจิต)

ประธาน

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กัลพฤกษ์ พลศรี)

กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิพงษ์ชัย ร้องขันแก้ว)

ชื่อเรื่อง	ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างและอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของ คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร
ผู้วิจัย	สชิลลา ชินวงศ์
ปริญญา	ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต
ปีการศึกษา	2567
อาจารย์ที่ปรึกษา	อาจารย์ ดร. สราวุธ ชัยวิจิต

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ศึกษาอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ศึกษาเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับอุปสรรคการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร และศึกษาความสัมพันธ์ของการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ซึ่งกลุ่มตัวอย่างเป็นคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีอายุระหว่าง 18-59 ปี จำนวน 400 คน โดยใช้วิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage Random Sampling) เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีค่าดัชนีความสอดคล้องเชิงเนื้อหา ระหว่าง 0.60 – 1.00 และมีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.95 มีลักษณะเป็นมาตราส่วนประมาณค่า ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยการหาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และทดสอบทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ย โดยการทดสอบค่าที่การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างมากกว่า 2 กลุ่ม โดยการการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว และทดสอบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยใช้วิธีการของฟิชเชอร์ และการหาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์อย่างง่ายแบบเพียร์สัน ซึ่งผ่านการตรวจสอบและได้รับการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ ผลการวิจัยพบว่า 1) คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างโดยรวมอยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง (Mean=3.36, S.D.=.351) 2) คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีความคิดเห็นเกี่ยวกับอุปสรรคที่มีต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างโดยรวมอยู่ในระดับไม่เห็นด้วย (Mean=2.22, S.D.=.543) 3) ความสัมพันธ์ระหว่างความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างโดยรวมกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างโดยรวมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ไม่มีความสัมพันธ์กัน เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ความตระหนักรู้ การใช้เวลาว่างด้านการใช้เวลาว่าง ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง ด้านความสัมพันธ์กับชีวิต ด้านความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตกับอุปสรรคของการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ไม่มีความสัมพันธ์ ยกเว้น ด้านความสัมพันธ์กับสังคมมีความสัมพันธ์เชิงลบกับอุปสรรคของการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง

คำสำคัญ : ความตระหนักรู้, การเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง, อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง

Title	LEISURE AWARENESS AND CONSTRAINTS TO PARTICIPATION IN LEISURE FOR WORKING-AGES IN BANGKOK
Author	SAKILA CHINNAWONG
Degree	MASTER OF ARTS
Academic Year	2024
Thesis Advisor	Saravudh Chaivichit

This study aimed to examine leisure awareness and constraints to participate in leisure and to study the relationship between leisure awareness and constraints to participate in leisure for working ages in Bangkok. The sample consisted of 400 working-age people in Bangkok aged between 18-59 years through multi-stage random sampling. The research instrument for data collection was a questionnaire developed by the researcher, with an IOC between 0.60 - 1.00 and a reliability of 0.95 as a rating scale. The findings are as follows: 1) Working-age people in Bangkok had an overall leisure awareness at a level of strongly agree (Mean = 3.36, S.D. = .351). 2) Working-age people in Bangkok had an overall opinion about constraints to participate in leisure at a level of disagree (Mean = 2.22, S.D. = .543). 3) The relationship between overall leisure awareness and constraints to participate in leisure for working-age people in Bangkok was not related. Considering each aspect, it was found that in terms of leisure awareness, leisure time use, leisure time experience, relationship with life, relationship with quality of life, and constraints to participate in leisure were not related, except for the relationship with society, which was negatively related to constraints to participate in leisure.

Keyword : Awareness, Leisure participation, Constraints to participate in leisure

กิตติกรรมประกาศ

ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้ สำเร็จด้วยดีจากความกรุณาของคณาจารย์และความอนุเคราะห์อย่างดียิ่ง จาก อาจารย์ ดร. สราวุธ ชัยวิจิต อาจารย์ที่ปรึกษาหลักปริญญานิพนธ์ ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำ ให้ข้อคิด และแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ด้วยความเอาใจใส่อย่างดียิ่ง นับตั้งแต่เริ่มดำเนินการจนสำเร็จสมบูรณ์ ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอขอบพระคุณ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กัลพฤกษ์ พลศรี ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ณอมศักดิ์ เสนาคำ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วิพงษ์ชัย รุ่งชันแก้ว ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สุมณตรี นิมเนติพันธ์ อาจารย์ ดร. ธเนตร ตัญญวงษ์ คณะกรรมการสอบปริญญานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. วณัฐพงศ์ เบญจพงศ์ อาจารย์ ดร.วิมลมาลย์ สมคะเน อาจารย์ ดร.พรจันทร์ โลจนะศุภฤกษ์ และว่าที่ร้อยตรี ปราโมทย์ เลิศจิตรการุณ ที่ได้กรุณาให้คำแนะนำในการปรับปรุงแก้ไขเครื่องมือวิจัย ข้อเสนอแนะในงานวิจัย ช่วยให้ปริญญานิพนธ์ฉบับนี้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น ขอขอบพระคุณ ดร.รัชราวลี สว่างอรุณ ที่คอยสนับสนุน ผลักดัน ช่วยเหลือให้คำแนะนำเกี่ยวกับการศึกษาปริญญาโท ตลอดจนการทำวิจัยจนประสบผลสำเร็จ

ขอขอบคุณเพื่อนนิสิตปริญญาโท สาขาการจัดการกีฬาและนันทนาการ ที่ให้คำปรึกษาและช่วยเหลือตลอดการเรียนและการทำวิจัย และขอขอบพระคุณสมาชิกในครอบครัว รวมถึงผู้มีพระคุณอีกหลายท่านที่มีได้กล่าวนามในที่นี้ให้การสนับสนุนการเรียน และการทำวิจัยเสมอมา

สขิลา ชินวงศ์

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ	ช
สารบัญตาราง.....	ญ
สารบัญรูปภาพ	ณ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ภูมิหลัง	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย	5
ความสำคัญของการวิจัย	5
ขอบเขตของการวิจัย	5
นิยามศัพท์เฉพาะ.....	7
คำถามในการวิจัย	9
กรอบแนวคิดของการวิจัย	9
บทที่ 2 แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	11
แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการใช้เวลาว่าง	12
ความหมายของเวลาว่างและการใช้เวลาว่าง	12
ปัจจัยที่มีต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง.....	15
ประโยชน์และรูปแบบของการใช้เวลาว่าง	18
แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการศึกษาการใช้เวลาว่าง (Leisure Education)	20
ความหมายของการศึกษาการใช้เวลาว่าง	20

แนวคิดและทฤษฎีกระบวนการการศึกษาการใช้เวลาว่าง	22
แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง.....	33
แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับวัยทำงาน	39
วิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	44
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องต่างประเทศ	44
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในประเทศ	45
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	48
การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	48
การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	50
ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ	53
การเก็บรวบรวมข้อมูล	54
การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูล.....	55
สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	56
บทที่ 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	62
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	62
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	62
บทที่ 5 สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	126
ความมุ่งหมายของการวิจัย	126
คำถามในการวิจัย	126
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	126
วิธีดำเนินการวิจัย.....	127
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	129
สรุปผลการวิจัย.....	130

อภิปรายผลการวิจัย	134
ข้อเสนอแนะที่ได้จากงานวิจัย	152
ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป	153
บรรณานุกรม	154
ภาคผนวก.....	159
ประวัติผู้เขียน.....	184



สารบัญตาราง

หน้า

ตาราง 1 ตารางแสดงการสุ่มตัวอย่างแบบโควต้า (Quota Sampling)	50
ตาราง 2 ตารางแสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว กรณีค่าความแปรปรวนเท่ากัน One-Way Analysis of Variance (ANOVA)	58
ตาราง 3 ข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ของผู้ตอบแบบสอบถาม	63
ตาราง 4 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของความตระหนักรู้ การใช้เวลารว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการใช้เวลารว่าง (n = 400)	66
ตาราง 5 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของความตระหนักรู้ การใช้เวลารว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านประสบการณ์ใช้เวลารว่าง (n = 400)	67
ตาราง 6 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของความตระหนักรู้ การใช้เวลารว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสัมพันธ์กับชีวิต (n = 400)	68
ตาราง 7 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของความตระหนักรู้ การใช้เวลารว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต (n = 400)	69
ตาราง 8 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของความตระหนักรู้ การใช้เวลารว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสัมพันธ์กับสังคม (n = 400)	70
ตาราง 9 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของความตระหนักรู้ การใช้เวลารว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร โดยรวม (n = 400)	71
ตาราง 10 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลารว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลารว่าง (n = 400)	72
ตาราง 11 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลารว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางกาย (n = 400)	73

ตาราง 12 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาร่วม (n = 400)	74
ตาราง 13 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการเงิน (n = 400).....	75
ตาราง 14 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย (n = 400)	76
ตาราง 15 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านประสบการณ์ใช้เวลาร่วม (n = 400).....	77
ตาราง 16 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก (n = 400).....	78
ตาราง 17 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับและระดับความคิดเห็นของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านข้อปฏิบัติในการเข้าร่วม (n = 400)	79
ตาราง 18 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับและระดับความคิดเห็นของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร โดยรวม (n = 400)	80
ตาราง 19 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร โดยรวม 8 ด้าน จำแนกตามเพศ (n = 400)81	
ตาราง 20 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร โดยรวม 8 ด้าน จำแนกตามอายุ (n = 400) ..	82
ตาราง 21 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วม จำแนกตามอายุ (n = 400).....	83

ตาราง 22 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการเงิน จำแนกตามอายุ (n = 400)	84
ตาราง 23 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย จำแนก ตามอายุ (n = 400)	85
ตาราง 24 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม จำแนกตามอายุ (n = 400)	86
ตาราง 25 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้ เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร โดยรวม 8 ด้าน จำแนกตามระดับการศึกษา (n = 400)	87
ตาราง 26 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง จำแนกตาม ระดับการศึกษา (n = 400)	88
ตาราง 27 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการเงิน จำแนกตามระดับการศึกษา (n = 400) ...	89
ตาราง 28 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย จำแนก ตามระดับการศึกษา (n = 400)	91
ตาราง 29 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง จำแนกตามระดับ การศึกษา (n = 400)	92
ตาราง 30 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก จำแนกตามระดับการศึกษา (n = 400)	94
ตาราง 31 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม จำแนกตามระดับการศึกษา (n = 400)	95

ตาราง 32 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้ เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร โดยรวม 8 ด้าน จำแนกตามอาชีพ (n = 400)97	97
ตาราง 33 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง จำแนกตาม อาชีพ (n = 400)98	98
ตาราง 34 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการเงิน จำแนกตามอาชีพ (n = 400)..... 99	99
ตาราง 35 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย จำแนก ตามอาชีพ (n = 400)..... 101	101
ตาราง 36 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้ เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร โดยรวม 8 ด้าน จำแนกตามสถานภาพ (n = 400)..... 102	102
ตาราง 37 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง จำแนกตาม สถานภาพ (n = 400) 103	103
ตาราง 38 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางกาย จำแนกตามสถานภาพ (n = 400)..... 104	104
ตาราง 39 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างจำแนกตามสถานภาพ (n = 400) 105	105
ตาราง 40 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการเงิน จำแนกตามสถานภาพ (n = 400)..... 106	106
ตาราง 41 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง จำแนกตามสถานภาพ (n = 400) 107	107

ตาราง 42 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก จำแนกตามสถานภาพ (n = 400).....	108
ตาราง 43 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม จำแนกตามสถานภาพ (n = 400).....	109
ตาราง 44 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้ เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร โดยรวม 8 ด้าน จำแนกตามรายได้ต่อเดือน (n = 400)	110
ตาราง 45 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง จำแนกตาม รายได้ต่อเดือน (n = 400)	111
ตาราง 46 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง จำแนกตามรายได้ต่อ เดือน (n = 400)	112
ตาราง 47 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการเงิน จำแนกตามรายได้ต่อเดือน (n = 400) .	113
ตาราง 48 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก จำแนกตามรายได้ต่อเดือน (n = 400)	114
ตาราง 49 แสดงการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างกับอุปสรรคของ การเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้ เวลาว่าง (n = 400).....	115
ตาราง 50 แสดงการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างกับอุปสรรคของ การเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางกาย (n = 400)	117

ตาราง 51 แสดงการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างกับอุปสรรคของ การเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลา ว่าง (n = 400)	118
ตาราง 52 แสดงการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างกับอุปสรรคของ การเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการเงิน (n = 400)....	119
ตาราง 53 แสดงการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างกับอุปสรรคของ การเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพ และความปลอดภัย (n = 400)	120
ตาราง 54 แสดงการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างกับอุปสรรคของ การเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง (n = 400)	121
ตาราง 55 แสดงการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างกับอุปสรรคของ การเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก (n = 400)	122
ตาราง 56 แสดงการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างกับอุปสรรคของ การเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม (n = 400)	123
ตาราง 57 แสดงการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างกับอุปสรรคของ การเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม (n = 400)	124

สารบัญรูปภาพ

	หน้า
ภาพประกอบ 1 กรอบแนวคิดในวิจัย	10
ภาพประกอบ 2 แนวคิดการใช้เวลาว่าง.....	18
ภาพประกอบ 3 กระบวนการศึกษาการใช้เวลาว่าง	23
ภาพประกอบ 4 องค์ประกอบการศึกษาการใช้เวลาว่างและองค์ประกอบย่อย	24
ภาพประกอบ 5 คุณลักษณะ 7 ประการที่ทำให้โปรแกรมการศึกษาการใช้เวลาว่างมีประสิทธิภาพ 27	
ภาพประกอบ 6 องค์ประกอบการศึกษาการใช้เวลาว่าง	28
ภาพประกอบ 7 ปัจจัยนำเข้ากระบวนการ และผลที่ได้รับ ขององค์ประกอบย่อยในการศึกษาการใช้เวลาว่าง (การตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง)	29
ภาพประกอบ 8 ปัจจัยนำเข้ากระบวนการและผลที่ได้รับ ขององค์ประกอบย่อยในการศึกษาการใช้เวลาว่าง (การตระหนักรู้ในตนเอง).....	29
ภาพประกอบ 9 ปัจจัยนำเข้ากระบวนการและผลที่ได้รับ ขององค์ประกอบย่อยในการศึกษาการใช้เวลาว่าง (ทักษะการใช้เวลาว่าง)	30
ภาพประกอบ 10 ปัจจัยนำเข้ากระบวนการและผลที่ได้รับ ขององค์ประกอบย่อยในการศึกษาการใช้เวลาว่าง (การตัดสินใจ)	30
ภาพประกอบ 11 ปัจจัยนำเข้ากระบวนการและผลที่ได้รับ ขององค์ประกอบย่อยในการศึกษาการใช้เวลาว่าง (ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม).....	31
ภาพประกอบ 12 ปัจจัยนำเข้ากระบวนการและผลที่ได้รับ ขององค์ประกอบย่อยในการศึกษาการใช้เวลาว่าง.....	31
ภาพประกอบ 13 ปัจจัยนำเข้ากระบวนการและผลที่ได้รับ ขององค์ประกอบย่อยในการศึกษาการใช้เวลาว่าง.....	32
ภาพประกอบ 14 ปัจจัยนำเข้ากระบวนการและผลที่ได้รับ ขององค์ประกอบย่อยในการศึกษาการใช้เวลาว่าง.....	32

ภาพประกอบ 15 รูปแบบลำดับชั้นของอุปสรรคการการใช้เวลว่าง.....	37
---	----



บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

สังคมไทยกำลังก้าวเข้าสู่ศตวรรษที่ 21 เป็นยุคที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็ว ทางเศรษฐกิจ สังคม เทคโนโลยีและนวัตกรรม รวมถึงสภาพแวดล้อม การเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ สิ่งเหล่านี้เป็นปัจจัยที่ทำให้สังคมโลกเกิดการแข่งขันมากขึ้น ส่งผลทำให้วิถีชีวิตของคนมีการเปลี่ยนแปลง ไม่ว่าจะเป็นการดำเนินชีวิตประจำวัน การทำงาน การเรียน หรือแม้กระทั่งการพักผ่อน จนทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอย่างถาวรในหลายพฤติกรรมของผู้คน ประกอบกับการได้รับข้อมูลข่าวสารถึงผลกระทบต่าง ๆ อาจก่อให้เกิดความเครียด ความรู้สึกหวาดระแวงคนรอบข้างหรือคนใกล้ตัว การต้องทนอยู่กับสภาพแวดล้อมเดิม การต้องเผชิญกับบรรยากาศการเปลี่ยนแปลงที่ส่งผลกระทบต่ออารมณ์ความรู้สึก ส่งผลกระทบให้เกิดภาวะความเครียดเรื้อรัง วิตกกังวล ภาวะซึมเศร้า รวมถึงขาดการเรียนรู้ทักษะอารมณ์สังคม (อัมพร เบญจพลพิทักษ์, 2565)

รายงานภาวะสังคมไทย ไตรมาสที่ 2 ปี 2566 สำนักงานสภาพัฒนาการเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติ (2566) พบว่า คนวัยทำงานมีความเครียด และการฆ่าตัวตายเพิ่มสูงขึ้น จำนวนการฆ่าตัวตายของคนในวัยทำงาน (อายุ 20-59 ปี) เพิ่มขึ้นเป็น 3,650 คน จาก 3,583 คน ในปี 2564 โดยมีปัจจัยหลักคือ ปัญหาความเครียดสะสมเรื่องงาน เศรษฐกิจ ครอบครัวยุคใหม่ รวมทั้งภาวะป่วยกายหรือใจเรื้อรัง (ฐานเศรษฐกิจ, 2566) ขณะที่สถิติผู้รับบริการจากสายด่วนสุขภาพจิต 1323 ในปี 2566 พบว่า วัยแรงงานอายุ 20-59 ปี เข้ารับบริการเรื่องความเครียด วิตกกังวล ไม่มีความสุขในการทำงาน สูงเป็นอันดับหนึ่ง จำนวน 5,989 สายจากจำนวนทั้งหมด 8,009 สาย (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, 2566) จากข้อมูลดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตและสุขภาพกายสุขภาพใจของคนวัยทำงาน หากไม่มีวิธีสร้างสมดุลที่เหมาะสมในการใช้ชีวิตประจำวัน จะเกิดผลกระทบด้านลบต่อทางร่างกายและจิตใจ รวมถึงส่งผลกระทบต่อการพัฒนาประเทศเนื่องจากประชากรวัยทำงานเป็นประชากรกลุ่มใหญ่ของประเทศ ฐานข้อมูลกลางของกรมอนามัย ประชากรวัยทำงานในประเทศไทย อายุ 18-59 ปี มีจำนวน 40,368,845 คน โดยเป็นประชากรวัยทำงานในเขต กรุงเทพมหานคร จำนวน 3,225,712 คน ประชากรกลุ่มวัยทำงานมีบทบาทสำคัญในการขับเคลื่อนเศรษฐกิจของประเทศ เป็นผู้นำครอบครัว เป็นผู้ดูแลประชากรกลุ่มวัยต่างๆ ภายในครอบครัว ดังนั้นการส่งเสริมสุขภาพกายและสุขภาพใจให้แก่ประชากรกลุ่มวัยทำงานจึงเป็นสิ่งสำคัญ

การใช้เวลาว่างถือเป็นหัวใจสำคัญอย่างยิ่งต่อบุคคล ครอบครัว ชุมชน สังคม และประเทศชาติ สามารถเป็นสื่อในการพัฒนาความเจริญเติบโตทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม และสติปัญญาของประชาชน กิจกรรมนันทนาการและการใช้เวลาว่างมีส่วนช่วยส่งเสริม คุณภาพชีวิต และสร้างประสบการณ์ใหม่ ๆ ให้บุคคลที่เข้าร่วมกิจกรรมได้เป็นอย่างมาก มนุษย์จึงต้องการทรัพยากรนันทนาการและการใช้เวลาว่าง เพื่อช่วยให้เกิดการพักผ่อนหย่อนใจ ลดความเครียด ความกดดันเพื่อตนเอง บุคคล ครอบครัว ชุมชน สังคม และประเทศชาติ (ธงชัย พงศาพลีรัตน์, 2546, น.1) เกิดการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ช่วยผ่อนคลายร่างกายและจิตใจ โดยทั่วไปการใช้เวลาว่าง และนันทนาการเป็นส่วนหนึ่งที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันของทุกกลุ่มวัยโดยมุ่งเน้นให้บุคคลมีอิสระในตัดสินใจเลือกประกอบกิจกรรมเพื่อตอบสนองความต้องการ และเติมเต็มความสุขให้กับตนเอง ภายใต้เวลาว่างที่ตนมีอยู่จนกลายเป็นส่วนหนึ่งในวิถีชีวิต ซึ่งกิจกรรมการใช้เวลาว่างมีหลายลักษณะ ทั้งที่เป็นการพักผ่อนด้วยตนเองคนเดียว เช่น ทำงาน อดิเรก วาดน้ำ ทำสวน จนถึงการทำกิจกรรมอย่างเป็นรูปแบบ เช่น การออกกำลังกาย การเล่นกีฬา เป็นต้น กิจกรรมการใช้เวลาว่างแต่ละอย่างเป็นกิจกรรมที่ได้ทั้งความสนุก ผ่อนคลายและสร้างความแข็งแรงให้กับร่างกาย

อีกประการหนึ่งการให้ความสำคัญกับการดูแลสุขภาพะ ทุกมิติรวมถึงการใช้เวลาว่างในการประกอบกิจกรรมเพื่อใช้ผ่อนคลายความตึงเครียดและเหนื่อยล้าจึงเป็นสิ่ง ปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกประกอบกิจกรรมในเวลาว่าง คือ การตระหนักรู้การใช้เวลาว่างเป็นความสามารถในการจำแนกถึงความหลากหลายของประสบการณ์ใช้เวลาว่าง รวมถึงความสัมพันธ์ของการใช้เวลาว่างกับวิถีการดำเนินชีวิต เวลา และการพัฒนาคุณภาพชีวิตของแต่ละบุคคล ก่อเกิดประโยชน์ในแง่ของการสร้างโอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง สร้างทัศนคติ และตระหนักถึงการใช้เวลาว่างของตนเองที่ผ่านมาในอดีต การใช้เวลาว่างในการเข้าร่วมกิจกรรมปัจจุบัน และการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างในอนาคตตามรูปแบบกิจกรรมที่ตนเองมีความสนใจ ถนัด มีทักษะ และชื่นชอบ เพราะเมื่อเกิดการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง จะนำไปสู่การตัดสินใจในการเลือกประกอบกิจกรรมตามความสนใจในเวลาว่างก่อให้เกิดทักษะการใช้เวลาว่าง และปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับบุคคลอื่น เพื่อตอบสนองความต้องการและได้รับประโยชน์จากกิจกรรมนั้น ๆ เป็นการส่งเสริมให้บุคคลมีสุขภาพกายและใจที่ดี ปรับสมมดุลในการดำรงชีวิตให้มีความสุขจนตระหนักเห็นคุณค่าของการใช้เวลาว่าง และเกิดความยั่งยืนเป็นส่วนหนึ่งในวิถีชีวิต

โดยเฉพาะอย่างยิ่งประชากรวัยทำงาน ส่วนใหญ่ใช้เวลาอยู่ในที่ทำงานไม่น้อยกว่า 40 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ ทำให้หลายคนเกิดภาวะความเครียดสะสมเป็นปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดโรค

ซึมเศร้าและส่งผลต่อการเสี่ยงต่อการฆ่าตัวตายมากที่สุด อีกทั้งยังส่งผลกระทบต่อสุขภาพร่างกาย เป็นโรคไม่ติดต่อเรื้อรัง (NCDs) เกิดภาวะหมดไฟในการทำงาน ทำให้จิตใจมีสภาพหดหู่ เกิดภาวะวิตกกังวล และนำไปสู่การเกิดโรคซึมเศร้าได้ (กรมสุขภาพจิต, 2567) จึงทำให้คนวัยทำงาน มักขาดสมดุลในการใช้ชีวิต และเกิดความเครียดได้ง่ายจนกระทั่งมีปัญหาสุขภาพอื่นๆ ตามมา ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลของกรมพลศึกษาจากการสำรวจและเก็บข้อมูลพฤติกรรมด้านการออกกำลังกาย กีฬา นันทนาการ และวิทยาศาสตร์การกีฬาของ คนไทยทั่วประเทศ ในปี พ.ศ. 2561 (ทั่วประเทศ 76 จังหวัด และ กรุงเทพมหานคร) ผลสำรวจด้านนันทนาการ ทำให้ทราบว่า ประชาชน ประกอบกิจกรรมนันทนาการสม่ำเสมออยู่ที่ร้อยละ 20.85 เมื่อเทียบกับจำนวนประชากรทั้งประเทศแล้ว ถือว่าประชาชนขาดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับนันทนาการ โดยกลุ่มอายุที่ทำกิจกรรมนันทนาการมากที่สุดคือ กลุ่มเด็กและเยาวชน กลุ่มผู้ใหญ่ (ผู้ใหญ่ หมายถึง บุคคลที่มีอายุ ตั้งแต่ 26 ปีบริบูรณ์ ถึง 59 ปี) ทำกิจกรรมนันทนาการน้อยที่สุด และจากรายงานสรุปผลการขับเคลื่อนแผนปฏิบัติการด้านนันทนาการ ระยะที่ 3 (พ.ศ. 2563 – 2565) ได้ผลจากการสำรวจ ประชาชนที่มีอายุ 15 ปีขึ้นไป จากทั่วประเทศจำนวน 7,200 คนวัยเรียน ตามระเบียบวิธีวิจัยของ สำนักงานสถิติแห่งชาติ พบว่า ประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจ และตระหนักถึงคุณค่าของ นันทนาการเพิ่มขึ้น เพียงร้อยละ 71.10 จากเป้าหมายของปี พ.ศ. 2563 คือ ร้อยละ 85.00 และ ในปี พ.ศ.2565 พบว่า ประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจและตระหนักถึงคุณค่าของนันทนาการ ไม่ บรรลุเป้าหมายตามตัวชี้วัด ที่กำหนด เป้าหมายร้อยละ 95 จากข้อมูลแบบสำรวจการใช้เวลาว่าง และประกอบกิจกรรมนันทนาการของประชาชนทั่วประเทศ พบว่าประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจ และตระหนักถึงคุณค่าของนันทนาการระดับปานกลาง มากและมากที่สุด รวมเพียงร้อยละ 88.37 แสดงให้เห็นว่าประชาชนยังขาดความรู้ความเข้าใจ และตระหนักถึงคุณค่าของนันทนาการ หรือ อาจขาดโอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ

อย่างไรก็ตาม ปัจจัยเหล่านี้อาจกลายเป็นปัจจัยที่เป็นอุปสรรคต่อการเข้าร่วมกิจกรรม การใช้เวลาว่าง และทำให้การพัฒนาความสุข การมีสุขภาพและสุขภาพใจที่ดีถูกบั่นทอนลง โดย อุปสรรคที่ขัดขวางการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการและการใช้เวลาว่าง ได้แก่ ทักษะการสื่อสาร การใช้เวลาว่างที่ไม่เหมาะสมกับตนเอง การเงิน สุขภาพส่วนบุคคล การตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ทรัพยากร วัฒนธรรมทางสังคม และคุณภาพหรือความพอเพียงของเวลาว่าง (Christopher R. Edginton, Hanson, Edginton, and Hudson, 1998, p.32) ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของวณัฐ พงศ์ เบญจพงศ์ (2565) ที่จำแนกประเภทของอุปสรรคต่อการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ออกเป็นด้านต่าง ๆ ดังนี้ ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง ด้านความสามารถทางกาย

ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านการเงิน ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านข้อปฏิบัติในการเข้าร่วม ซึ่งอุปสรรคเหล่านี้แสดงให้เห็นถึงปัญหาที่เกิดขึ้นกับการใช้เวลาว่างของบุคคล ทั้งที่เกิดจากตนเอง บริบททางสังคม หรือคนรอบข้าง เป็นส่วนที่ขัดขวางไม่ให้เกิดการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงาน และหากอุปสรรคเหล่านี้ถูกแก้ไขเพียงด้านใดด้านหนึ่งก็ยังสามารถส่งผลต่ออุปสรรคด้านอื่น ๆ ดังนั้นการขจัดอุปสรรคในการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงาน ต้องอาศัยทั้งตัวบุคคลและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการมีส่วนร่วมแก้ไขและป้องกันปัญหาทุกด้านพร้อม ๆ กัน โดยประเด็นที่สำคัญประการหนึ่ง คือ การสร้างการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง (Leisure Awareness) ซึ่งมีเป็นองค์ประกอบของกระบวนการศึกษาเวลาที่นำไปสู่การตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างของบุคคล ตามความสามารถประสบการณ์ใช้เวลาว่าง ความสัมพันธ์ของการใช้เวลาว่างกับวิถีการดำเนินชีวิตและการพัฒนาคุณภาพชีวิต ประกอบด้วย 5 ปัจจัย ได้แก่ การใช้เวลาว่าง ประสบการณ์ใช้เวลาว่าง ความสัมพันธ์กับชีวิต ความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต ความสัมพันธ์กับสังคม (Dattilo, 2008; Mundy, 1998) จนนำไปสู่การตัดสินใจในการเลือกประกอบกิจกรรมตามความสนใจในเวลาว่างก่อให้เกิดทักษะการใช้เวลาว่าง และปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับบุคคลอื่น เพื่อตอบสนองความต้องการและได้รับประโยชน์จากกิจกรรมนั้น ๆ มีความตระหนักเห็นคุณค่าของการใช้เวลาว่าง และพัฒนาความความต้องการของตนเองอย่างต่อเนื่องจนเกิดความยั่งยืนเป็นส่วนหนึ่งในวิถีชีวิต รวมถึงการขจัดอุปสรรคที่มีต่อการใช้เวลาว่างของบุคคล

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษาความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างและอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร เพื่อเป็นประโยชน์ต่อหน่วยงานภาครัฐและเอกชนที่ให้บริการกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ในการขจัดปัญหาอุปสรรคที่ส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างคนวัยทำงาน ส่งเสริมให้บุคคลเกิดความตระหนักรู้ในการใช้เวลาว่าง เพราะเมื่อบุคคลเห็นคุณค่าและประโยชน์ในการใช้เวลาว่างจะนำไปสู่ตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างตามความสนใจ ด้วยความสมัครใจ ก้าวข้ามผ่านอุปสรรคที่ส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ส่งผลให้บุคคลมีสุขภาวะที่ดีขึ้นจากการใช้เวลาว่างอันเป็นพื้นฐานในการดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข การใช้เวลาว่างอย่างมีประสิทธิภาพจะช่วยพัฒนาคนให้มีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ด้วยเหตุนี้การส่งเสริมการใช้เวลาว่างอย่างมีคุณค่าจึงเป็นเครื่องมือสำคัญในการเสริมสร้างและพัฒนาคุณภาพชีวิต อีกทั้งยังช่วยส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นส่วนหนึ่งของวิถีชีวิตคนวัยทำงานอย่างยั่งยืน

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร
3. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับอุปสรรคการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร
4. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร

ความสำคัญของการวิจัย

ผลของการวิจัยครั้งนี้ทำให้ทราบถึงความสัมพันธ์ของการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง (Leisure Awareness) กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร เพื่อเป็นประโยชน์ต่อหน่วยงานภาครัฐและเอกชนที่ให้บริการกิจกรรมการใช้เวลาว่างในการจัดปัญหาอุปสรรคที่ส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างคนวัยทำงาน ส่งเสริมให้บุคคลเกิดความตระหนักรู้ในการใช้เวลาว่าง เพราะเมื่อบุคคลเห็นคุณค่าและประโยชน์ในการใช้เวลาว่างจะนำไปสู่ตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมในเวลาว่างตามความสนใจ ด้วยความสมัครใจ ส่งผลต่อการมีสุขภาวะที่ดีขึ้นอันเป็นพื้นฐานในการดำเนินชีวิต

ขอบเขตของการวิจัย

1. ขอบเขตด้านประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ประชาชนวัยทำงาน อายุระหว่าง 18-59 ปี ที่มีสถานที่ทำงานและที่อยู่อาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 3,225,712 คน (กระทรวงสาธารณสุข, 2567)

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ประชาชนวัยทำงานตอนกลางที่มีอายุระหว่าง 18-59 ปี ที่มีสถานที่ทำงานและที่อยู่อาศัยในเขตกรุงเทพมหานคร ซึ่งกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยเปรียบเทียบจากตารางประมาณการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างของยามานะ (กัลยา วาณิชบัญชา, 2546) โดยการกำหนดค่าความเชื่อมั่น 95% หรือยอมให้เกิดความคลาดเคลื่อน

เท่ากับ .05 ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คน โดยใช้วิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage Random Sampling)

2. ขอบเขตด้านตัวแปรที่ศึกษา

ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ตัวแปรอิสระ (Independent Variable) ประกอบด้วย

1. ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่

- 1.1 เพศ
- 1.2 อายุ
- 1.3 ระดับการศึกษา
- 1.4 อาชีพ
- 1.5 สถานภาพสมรส
- 1.6 รายได้ต่อเดือน

2. การตระหนักรู้ในการใช้เวลาว่าง (Leisure Awareness) (Dattilo, 2008; Mundy, 1998) ได้แก่

- 2.1 การใช้เวลาว่าง
- 2.2 ประสบการณ์การใช้เวลาว่าง
- 2.3 ความสัมพันธ์กับชีวิต
- 2.4 ความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต
- 2.5 ความสัมพันธ์กับสังคม

ตัวแปรตาม (Dependent Variable) ประกอบด้วย

1. อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง (วณัฐพงศ์ เบญจพงศ์, 2565)

- 1.1 ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง
- 1.2 ด้านความสามารถทางกาย
- 1.3 ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง
- 1.4 ด้านการเงิน
- 1.5 ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย
- 1.6 ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง
- 1.7 ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก
- 1.8 ด้านข้อปฏิบัติในการเข้าร่วม

นิยามศัพท์เฉพาะ

1. **คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร** หมายถึง ประชากรวัยทำงาน (อายุ 18-59 ปี) ที่มีสถานที่ทำงานและที่อยู่อาศัยอาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร

2. **การตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง (Leisure Awareness)** หมายถึง ความสามารถในการจำแนกถึงความหลากหลายของประสบการณ์การใช้เวลาว่าง รวมถึงความสัมพันธ์ของการใช้เวลาว่างกับวิถีการดำเนินชีวิตและการพัฒนาคุณภาพชีวิต ประกอบด้วย 5 ด้าน (Dattilo, 2008; Mundy, 1998) ดังนี้

2.1 **การใช้เวลาว่าง** หมายถึง การแสดงออก และแสดงให้เห็นถึงความสามารถศักยภาพของแต่ละบุคคล ตามความรู้ทักษะ และประสบการณ์ที่มี ทำให้สัมผัสกับอารมณ์เชิงบวกพบกับประสบการณ์เชิงบวก เช่น การรับรู้ถึงอิสรภาพในการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง เช่น ความเพลิดเพลิน การแสดงออก และความรู้สึกลึกถึงตัวตนของตนเอง แต่ละบุคคลเป็นผู้ตัดสินใจกระทำหรือไม่กระทำกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ในช่วงเวลาที่นอกเหนือจากหน้าที่การงานหรือกิจวัตรประจำวัน

2.2 **ประสบการณ์ใช้เวลาว่าง** หมายถึง ประสบการณ์การใช้เวลาว่างของแต่ละบุคคลที่ผ่านมาในอดีต การใช้เวลาว่างในปัจจุบัน และการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างในอนาคต ตามรูปแบบกิจกรรมที่แต่ละบุคคลมีความสนใจ มีความรู้และทักษะ ซึ่งประสบการณ์การใช้เวลาที่ดีในอดีต จะส่งผลต่อการเลือกใช้เวลาว่างในปัจจุบันและอนาคต

2.3 **ความสัมพันธ์กับชีวิต** หมายถึง การใช้เวลาว่างมีความสอดคล้องกับการใช้ชีวิตของแต่ละบุคคล ได้แก่ ความสอดคล้องกับความรู้ทักษะความถนัดของตนเอง เช่น ทักษะความรู้ ประสบการณ์ การเห็นคุณค่า เป็นต้น ซึ่งการใช้เวลาว่างกับชีวิตของบุคคลมีความสัมพันธ์และส่งผลต่อกันในทางใดทางหนึ่ง

2.4 **ความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต** หมายถึง การใช้เวลาว่างมีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิตของแต่ละบุคคล กล่าวคือเป็นการเปิดโอกาสให้แต่ละบุคคลได้เพิ่มเติมคุณภาพชีวิตของตนเองในการใช้เวลาว่าง สร้างความเข้าใจในศักยภาพ ความท้าทายและเข้าใจบทบาทของการใช้เวลาว่างต่อคุณภาพชีวิตทางด้านร่างกาย ด้านจิตใจ ด้านความสัมพันธ์ทางสังคม ด้านสิ่งแวดล้อม

2.5 **ความสัมพันธ์กับสังคม** หมายถึง การใช้เวลาว่างมีความสอดคล้องทางด้านโครงสร้างสังคมและบริบททางสังคม เช่น ทรัพยากรทางกายภาพ วัฒนธรรม สิ่งแวดล้อม สภาพเศรษฐกิจ เป็นต้น ซึ่งการใช้เวลาว่างกับสังคมมีความสัมพันธ์และส่งผลต่อกันในทางใดทางหนึ่ง

3. อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง หมายถึง สาเหตุ ข้อจำกัดหรือปัญหาต่างๆ ที่รวมกันส่งผลให้คนวัยทำงานที่อาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพมหานครไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างได้ประกอบด้วย 8 ด้าน (วณัฐพงศ์ เบญจพงศ์, 2565) ดังนี้

3.1 ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง หมายถึง บุคคลไม่ทราบช่องทางการค้นหาข้อมูลบริการ ด้านการใช้เวลาว่าง ไม่ทราบว่ามีการให้บริการกิจกรรมการใช้เวลาว่างของหน่วยงานต่างๆ ที่จัดเตรียมไว้ให้เข้าร่วม ไม่เข้าใจลักษณะกิจกรรม ประเภทและรูปแบบกิจกรรม ที่ให้บริการ และไม่เข้าใจข้อความประชาสัมพันธ์ของบริการการใช้เวลาว่าง เช่น ข้อควรปฏิบัติ ข้อจำกัด หรือวัน เวลา สถานที่ ในการประกอบกิจกรรม รวมถึงไม่สามารถเข้าถึงข้อมูลต่างๆ ของการบริการกิจกรรมได้ เนื่องจากไม่สามารถเข้าถึงอินเทอร์เน็ต หรือมีข้อจำกัดในการใช้สมาร์ทโฟน

3.2 ด้านความสามารถทางกาย หมายถึง บุคคลมีปัญหาด้านสุขภาพ เช่น มีโรคประจำตัว มีความเจ็บป่วย มีอาการบาดเจ็บ เป็นต้น หรือมีความจำเป็นต้องได้รับคำแนะนำและยินยอมจากแพทย์ก่อนการประกอบกิจกรรมการใช้เวลาว่าง

3.3 ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง หมายถึง บุคคลมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการใช้เวลาว่าง เช่น คิดว่าเป็นเรื่องไม่จำเป็น และไร้สาระ ไม่เคยสนใจเวลาว่างของตนเอง ขาดความรู้ความเข้าใจในเรื่องของเวลาว่างและการใช้เวลาว่าง ไม่เห็นประโยชน์ของการทำกิจกรรมในเวลาว่าง รวมถึงการมีบทบาทหน้าที่และความรับผิดชอบมากจนไม่สามารถให้เวลากับการประกอบกิจกรรมในเวลาว่างได้

3.4 ด้านการเงิน หมายถึง บุคคลมีรายได้จำกัด ไม่เพียงพอ กับค่าบริการในการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง รวมถึงค่าเดินทางสำหรับการไปเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างนอกสถานที่ และมีความคิดว่าควรเก็บเงินไว้ใช้ประโยชน์ด้านอื่นมากกว่า

3.5 ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย หมายถึง การที่บุคคลมีความคิดว่าการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง เป็นการเพิ่มความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัยแก่ตนเอง เช่น การเกิดอุบัติเหตุ ความรู้สึกกังวลต่อเชื้อโรคและเชื้อไวรัสต่าง ๆ การสูดดมฝุ่นควัน (PM 2.5) เป็นต้น

3.6 ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง หมายถึง บุคคลรู้สึกไม่ประทับใจในการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ไม่ว่าจะเป็นตัวกิจกรรม การให้บริการ ผู้นำกิจกรรม สถานที่ให้บริการ รวมถึงการถูกล้อเลียนจากเพื่อน ๆ ขณะทำกิจกรรม ทำให้เกิดเป็นประสบการณ์ที่ไม่ดีในการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง

3.7 ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก หมายถึง สิ่งอำนวยความสะดวกที่ต้องใช้ในกิจกรรมการใช้เวลาร่วม ไม่อยู่ในสภาพพร้อมใช้งาน ไม่มีคุณภาพ ไม่ได้มาตรฐานและไม่ปลอดภัย เกิดการชำรุดบ่อยครั้ง รวมถึงสิ่งอำนวยความสะดวกที่แต่ละบุคคลสนใจมีไม่เพียงพอ

3.8 ด้านข้อปฏิบัติในการเข้าร่วม หมายถึง กิจกรรมการใช้เวลาร่วมไม่มีบริการในบริเวณที่พักอาศัย หรือมีบริการให้สำหรับสมาชิกเท่านั้น รวมถึงการมีข้อจำกัดในการเข้าร่วมกิจกรรมที่ทำให้รู้สึกเหนื่อยและไม่อยากทำกิจกรรม

คำถามในการวิจัย

1. ความตระหนักรู้การใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร เป็นอย่างไร
2. อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร เป็นอย่างไร
3. ปัจจัยส่วนบุคคลมีผลกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร เป็นอย่างไร
4. ความสัมพันธ์ของการตระหนักรู้การใช้เวลาร่วมกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร เป็นอย่างไร

กรอบแนวคิดของการวิจัย

ในการศึกษาวิจัยเรื่อง “ความตระหนักรู้การใช้เวลาร่วมและอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร” ผู้วิจัยได้กำหนดกรอบแนวคิดในการวิจัยดังนี้

บทที่ 2

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาวิจัย เรื่อง ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างและอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยได้ศึกษา ค้นคว้า ทฤษฎี เอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องต่าง ๆ ดังนี้

1. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการใช้เวลาว่าง
 - 1.1 ความหมายของเวลาว่างและการใช้เวลาว่าง
 - 1.2 ปัจจัยที่มีต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง
 - 1.3 ประโยชน์และรูปแบบของการใช้เวลาว่าง
2. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการศึกษาการใช้เวลาว่าง (Leisure Education)
 - 2.1 ความหมายของการศึกษาการใช้เวลาว่าง
 - 2.2 แนวคิดและทฤษฎีกระบวนการการศึกษาการใช้เวลาว่าง
3. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง
4. แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับวัยทำงาน
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง
 - 5.1 งานวิจัยต่างประเทศ
 - 5.2 งานวิจัยในประเทศ

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการใช้เวลาว่าง

ความหมายของเวลาว่างและการใช้เวลาว่าง

การใช้เวลาว่าง เป็นองค์ประกอบที่สำคัญของชีวิตมนุษย์และเป็นพื้นฐานของคุณภาพชีวิต การใช้เวลาว่างจะช่วยให้เกิดสมดุลระหว่างจิตวิญญาณ จิตใจ ร่างกาย และพัฒนาการของแต่ละบุคคล แนวคิดเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างมุ่งเน้นความมีเสรีภาพและความมีอิสระในการเลือก เป็นองค์ประกอบสำคัญ อริสโตเติล กล่าวถึงการใช้เวลาว่างว่า เป็นสภาวะที่เป็นอิสระจากสิ่งอื่นที่ ครอบครองและเป็นการทำกิจกรรมด้วยคนๆ นั้น และสิ้นสุดด้วยคน ๆ นั้น ทั้งนี้ กิจกรรมดังกล่าว จะต้องตั้งอยู่บนหลักของจริยธรรม แนวคิดในเรื่องของการใช้เวลาว่าง ของชาวโรมัน “จะมุ่งเน้น คุณลักษณะทางปริมาณ” ตรงกันข้ามกับแนวคิดชาวกรีกที่มุ่งเน้นถึง “คุณลักษณะของความเป็น มนุษย์” โดยที่ชาวโรมันมองว่า การใช้เวลาว่าง หรือ Leisure เป็นเวลาว่างจากงานและถ้ามีการจัดที่ เหมาะสมก็สามารถจัดความเบื่อหน่าย การฟื้นฟูพลังคนจากการทำงานและการทำสงคราม และ เพื่อสนับสนุนชัยชนะทางการเมืองจากมวลชนผ่านการจัดสิ่งบันเทิงอย่างอิสระ (วิพงษ์ชัย ร้องขันแก้ว, 2557; สุวิมล ตั้งสัจพจน์, 2553) การดำรงชีวิตของมนุษย์ คือ การใช้ช่วงระยะเวลาหนึ่งในการประกอบกิจกรรมต่าง ๆ ทั้งเพื่อเสาะหาปัจจัยในการดำรงชีวิต ทั้งเสาะหาความสนุก ความบันเทิง ความสุขให้กับชีวิต ตามแนวคิด ปรัชญา ในการดำรงชีวิตของแต่ละคน ส่วนหนึ่งในการใช้เวลาของมนุษย์ คือ การประกอบอาชีพ การทำงาน เพื่อให้ได้มาซึ่งปัจจัยในการดำรงชีวิต แต่อีกส่วนหนึ่งของเวลาของมนุษย์ มีผู้ศึกษาไว้ดังนี้

เคราส์ (Kraus, 2001, pp.32-37) แสดงความคิดเห็นว่า เวลาเป็นลักษณะที่เป็นนามธรรมที่ไม่สามารถมองเห็นหรือสัมผัสได้ เวลาว่างเป็นส่วนหนึ่งของเวลาที่ บุคคลพึงมีที่ไม่เกี่ยวข้องกับการทำงาน หรือมีการบังคับจากสภาพการยังชีพหรือการดูแลตัวเอง เวลาว่างเป็นความมีอิสระและเป็นทางเลือกที่หลากหลาย แต่ผลสะท้อนกลับที่บุคคล การปรุงแต่งในตัวบุคคล ทำให้รู้สึกผ่อนคลายและรู้สึกเพลิดเพลิน ในขณะที่ เมเยอร์ และคณะ (Meyer, Brightbill, and Sessoms, 1969) ได้แบ่งความหมายของเวลาว่างไว้ 2 ประเภท คือ เวลาว่างจริง (True Leisure) เป็นช่วงเวลาว่างเว้นจากภารกิจ และผู้คนจะตัดสินใจเลือกทำกิจกรรมที่รู้สึกว่าจะตนเองอยากจะทำในช่วงเวลานี้ และอีกประเภทหนึ่ง คือ เวลาว่างปลอม (Enforced Leisure) คือ ช่วงเวลาว่างที่คนไม่ได้เลือกทำกิจกรรมอะไรแต่มีช่วงเวลานั้นอยู่ เช่น เกิดอาการเจ็บป่วย ตกงาน เกษียณอายุ การทำงาน ทำให้แต่ละบุคคลเลือกที่จะทำอะไรบางอย่างกับช่วงเวลานี้เพื่อเป็นการฆ่าเวลาทำให้ช่วงเวลานั้นผ่านพ้นไป

ประพันธ์ศิริ ชัยชนะใหญ่ (2527, น.12) ได้ให้ความหมายของ “เวลาว่าง” (Leisure) คือ เวลาที่เป็นอิสระ ไม่ว่าจะเป็นความอิสระในหน้าที่การงาน หรือธุรกิจใด ๆ ก็ตาม เป็น

เวลาที่นอกเหนือจากงานประจำหรือเวลาที่เหลือนอกเหนือจากงานที่จำเป็นทั้งหลาย รวมทั้งเวลานอกเหนือจากการนอนหลับด้วย

คำรณ มาลา คำ (2548, น.9) กล่าวว่า เวลาว่างเป็นเวลาอิสระที่ทุกคนมีอิสระในการทำกิจกรรมใด ๆ ก็ได้ที่ตนเองชอบ เพื่อให้ตนมีความสุข สนุกสนาน เพลิดเพลิน ผ่อนคลาย ความตึงเครียดจากการปฏิบัติงานในหน้าที่ประจำ และเป็นการส่งเสริมความต้องการของบุคคล

บันเทิง เกิดปรางค์ และเจษฎา เจียรไน (2544, น.79-80) กล่าวว่า เวลาว่างคือ กิจกรรมที่มุ่งเน้นให้คุณค่าเพื่อการพัฒนาและส่งเสริมสุขภาพหรือสมรรถภาพทางร่างกาย จิตใจ โดยการออกกำลังกายเพื่อสุขภาพ การพักผ่อน หรือการรับประทานอาหารที่ให้คุณค่าแก่ร่างกาย ซึ่งจะช่วยให้เกิดการพัฒนาคูณภาพชีวิต ทางด้านสุขภาพกายและจิตใจ สร้างความสมดุลของร่างกาย และผ่อนคลายความตึงเครียดจากการทำงานในแต่ละวัน

สมบัติ กาญจนกิจ (2535, น.28-29) กล่าวว่า เวลาว่าง มาจากภาษาละติน คือ Lirere แปลว่า การได้รับอนุญาตมีอิสระจากการทำงานหรือหน้าที่นอกเหนือจากงานประจำ มีอิสระที่จะกระทำอะไรตามใจปรารถนา แยกเป็นแนวคิด 5 ความหมาย คือ

- 1) ทัศนะของเวลาว่างแบบดั้งเดิม เวลาว่าง คือ เวลาที่ไม่ทำงาน
- 2) เวลาว่าง คือ หน้าที่ของสังคมชนชั้น
- 3) เวลาว่าง คือ กิจกรรมที่กระทำในช่วงเวลาว่าง
- 4) เวลาว่าง คือ เวลาอิสระ
- 5) เวลาว่าง คือ วิธีชีวิตหรือสภาพที่เกิดขึ้นที่ต้องการให้บุคคลประสบ

ความสำเร็จที่เขาต้องการจะทำได้ นอกจากนั้นได้กล่าวถึงลักษณะและองค์ประกอบของกิจกรรมเวลาว่าง ดังนี้

5.1 ระดับของความมีอิสระภาพซึ่งมีส่วนเกี่ยวข้องกับเวลาและการตัดสินใจ เป็นเวลาอิสระ ปราศจากการควบคุม เป็นการใช้เวลาว่างในการเข้าร่วมกิจกรรมการเล่นหรือแสดงออกโดยอิสระ เป็นกิจกรรมดีหรือไม่ดีก็ได้

5.2 การแสดงออกแห่งตน เวลาว่างเน้นในเรื่องการที่บุคคลได้เข้าร่วมกิจกรรมเพื่อส่งเสริมการแสดงออกแห่งตน สามารถจัดขึ้นได้ในสถานการณ์ที่มีความสนใจ

5.3 ความพึงพอใจ กิจกรรมเวลาว่างจะต้องก่อให้เกิดความพึงพอใจไม่เน้นกติกา

อภิวัฒน์ วัฒนางกูร (2548) กล่าวว่า เวลาว่าง คือการว่างเว้นจากการทำงานกิจวัตรประจำวัน และการนอนหลับ การที่ทุ่มเทเวลาให้กับงานจนหมด และลืมให้ ความสำคัญกับตัวเอง

ไม่ใช่เป็นการใช้ชีวิตที่ถูกต้อง การจัดสรรชีวิตเป็นเรื่องที่สำคัญ การเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง หรือ ประกอบกิจกรรมที่เป็นอิสระ มีอิสระที่จะทำอะไรตามใจปรารถนา นอกเหนือจากภาระหน้าที่ ของการทำงานก่อให้เกิดคุณค่าทางจิตใจ ผ่อนคลายจากความตึงเครียด และก่อให้เกิดการพักผ่อน ร่างกายและจิตใจ

สุวิมล ตั้งสัจพจน์ (2553) กล่าวว่า การใช้เวลาว่าง (Leisure) เกิดจากเวลาว่าง ว่างเว้นจากการทำงานความรับผิดชอบในหน้าที่ หรือความรับผิดชอบที่มีต่อครอบครัว มักจะ กำเนิดจากประสบการณ์ ความคิด สภาวะทางใจ โดยที่แต่ละคนมีอิสระในการเลือกใช้เวลาว่าง ของตนเอง

ก๊อดเบย์ และ ปาร์คเกอร์ (Godbey and Parker, 1976, pp.180-181) กล่าวว่า การใช้เวลาว่างเป็นช่วงเวลาที่บุคคลจะใช้เวลาเพื่อตนเองอย่างเต็มที่หลังจากการทำงานประจำ และเป็นความต้องการพื้นฐานของแต่ละบุคคลที่เข้าไปมีส่วนร่วมในกิจกรรมการใช้เวลาว่าง เพื่อ ลดความตึงเครียด ได้ผ่อนคลาย เกิดความสนุกสนาน แต่ละบุคคลมีโอกาสนี้ที่จะแสดง ความสามารถพิเศษและมีอิสระในการใช้เวลาว่าง โดยเสนอ คำจำกัดความไว้ 4 ข้อ ดังนี้

- 1) เวลาว่างเป็นรูปแบบของพฤติกรรม และอยู่ในทุกๆกิจกรรม
- 2) เวลาว่างมีความสัมพันธ์กับหน้าที่การงาน ครอบครัว และสังคมของแต่ละบุคคล
- 3) เวลาว่างเป็นสิทธิของบุคคล ในการเลือกเข้าร่วมกิจกรรมตามความต้องการของตนเอง
- 4) เวลาอิสระที่จะเลือกกิจกรรมเพื่อให้เกิดความเพลิดเพลิน เป็นเติมเต็มให้กับชีวิต ซึ่งแนวคิดนี้ไม่ได้เป็นการตัดสินใจด้วยตนเอง แต่เป็นผลผลิตทางด้านเศรษฐกิจและการพัฒนาทางสังคม

จากการศึกษา ความหมายของเวลาว่างและการใช้เวลาว่างผู้วิจัยสรุปได้ว่า เวลาว่าง คือ เวลาอิสระที่ว่างเว้นจากการเรียน การทำงาน กิจกรรมประจำวัน และการนอนหลับ เป็นช่วงเวลาที่ สามารถใช้ประกอบกิจกรรมต่างๆ นอกเหนือจากภาระหน้าที่ที่รับผิดชอบในชีวิตประจำวัน เพื่อ สร้างความสุขและคุณค่าทางด้านจิตใจให้แก่ตนเอง โดยสามารถใช้เวลาว่างเพื่อประกอบกิจกรรม ต่างๆ ตามความสมัครใจและความชื่นชอบสนใจ เพื่อเป็นการพักผ่อนหย่อนใจ ก่อให้เกิดความสุข และคุณค่าทางด้านจิตใจ ซึ่งการใช้เวลาว่างของแต่ละบุคคลจะแตกต่างกันออกไป ขึ้นอยู่กับปัจจัย ภายใน ปัจจัยภายนอก สภาพแวดล้อมและข้อจำกัดของแต่ละบุคคล

ปัจจัยที่มีต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง

จากการศึกษาเอกสาร ตำรา งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง มีผู้เชี่ยวชาญ นักวิชาการได้ให้ความหมายของการใช้เวลาว่าง ดังนี้

แคปแลน (Kaplan, 1975, pp.27-28) กล่าวว่า การใช้เวลาว่างของแต่ละบุคคลจะมีความแตกต่างกันอย่างไรนั้นมักจะมีปัจจัยต่างๆ มาเกี่ยวข้อง โดยกล่าวถึงปัจจัย 3 ประการ ดังนี้

1) ปัจจัยภายใน (Internal Factors) คือ อารมณ์นึกคิดต่างๆ รสนิยม ความพึงพอใจ รวมถึงการพิจารณาที่มีผลต่อการตัดสินใจของแต่ละบุคคล

2) ปัจจัยภายนอก (External Factors) เป็นปัจจัยที่สามารถมองเห็นได้อย่างชัดเจน ได้แก่ เพศ รายได้ ที่อยู่อาศัย การศึกษา การทำงาน ซึ่งส่งผลต่อการตัดสินใจเลือกใช้เวลาว่าง ดังนี้

2.1 อายุ เป็นตัวแปรพื้นฐานที่แสดงให้เห็นถึงความแตกต่างในเรื่องของการใช้เวลาว่าง ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับกรอบรับบทบาทตามที่สังคมกำหนดให้ทักษะและประสบการณ์ตามอายุการยึดถือ และปฏิบัติเป็นประจำ

2.2 เพศ เป็นตัวบ่งบอกความต่างด้านสรีระ เป็นสิ่งกำหนดในการแบ่งแยกกิจกรรมระหว่างเพศที่แตกต่างกันของผู้ชายและผู้หญิง

2.3 การศึกษา เป็นตัวแปรที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับอาชีพการทำงาน ระดับรายได้ รวมถึงสถานภาพทางสังคม และมีอิทธิพลต่อการดำเนินชีวิต ของแต่ละบุคคลอย่างชัดเจน

2.4 รายได้ เป็นปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกกิจกรรมการใช้เวลาว่าง เพราะแต่ละกิจกรรมจะมีค่าใช้จ่ายที่แตกต่างกัน รายได้จึงเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความแตกต่างระหว่างบุคคล รวมถึงส่งผลต่อการดำเนินชีวิต (Life Style)

2.5 การทำงาน ขึ้นอยู่กับลักษณะของงานว่ามีความเกี่ยวข้องหรือมีความสัมพันธ์ต่อการประกอบกิจกรรมการใช้เวลาว่างหรือไม่ เนื่องจากการทำงานก่อให้เกิดทักษะประสบการณ์ สร้างทัศนคติ อันนำไปสู่การเลือกกิจกรรมที่เหมาะสมกับแต่ละบุคคล

2.6 ที่อยู่อาศัย ส่งผลต่อการเลือกกิจกรรมที่แตกต่างกันของแต่ละบุคคล ขึ้นอยู่กับสถานการณ์ สภาพแวดล้อม รวมถึงความสัมพันธ์ของคนในชุมชนโดยรวมด้วย

2.7 ระยะเวลา ที่ใช้ในการทำกิจกรรมใดๆ ย่อมขึ้นอยู่กับการจัดสรรเวลาเพื่อใช้ในกิจกรรมที่แต่ละบุคคลให้ความสำคัญและคุณค่า รวมถึงระยะเวลาในการเดินทางไปเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง

3) เงื่อนไขในระดับสังคม เป็นตัวควบคุมปัจจัยในระดับบุคคลอีกระดับหนึ่ง ได้แก่ ความสอดคล้องเหมือน ๆ กัน ธรรมเนียมปฏิบัติ ชนชั้นทางสังคม ข้อห้ามและการกีดกันทางสังคมหรือข้อกำหนดบังคับต่าง ๆ

ทอร์คิลด์สัน (Torkildsen, 1992, p.91) อธิบายถึง 3 ปัจจัย ที่เป็นส่วนช่วยชักจูงให้เข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ดังนี้

1) ปัจจัยด้านบุคคล ได้แก่ อายุ วัย เพศ สถานภาพสมรส จุดมุ่งหมายปณิธานของชีวิต ของแต่ละบุคคล ตลอดจนวัฒนธรรมในท้องถิ่น ตลอดจนการเลี้ยงดูและภูมิหลัง

2) ปัจจัยด้านสังคมและสภาพแวดล้อม ได้แก่ อาชีพ รายได้ ชั่วโมงของเครื่องใช้ เวลา ภาระความรับผิดชอบต่อครอบครัวและหน้าที่ ความมุ่งมั่นศึกษาหาความรู้ ที่อยู่อาศัย รวมถึงสังคมเพื่อนฝูง

3) ปัจจัยด้านโอกาส คือสิ่งที่แต่ละคนสรรหามา ไม่ว่าจะเป็น สิ่งอำนวยความสะดวก การเข้าถึงการบริการด้านนันทนาการ การเลือกกิจกรรม การคมนาคม รวมถึงปัจจัยด้านการตลาด และนโยบายทางด้านการเมือง

ออสบอร์น และ เกเบิ้ลส์ (Osborne and Gaebler, 1992, p.207) กล่าวว่า พฤติกรรมการใช้เวลาว่างนั้นมีอิทธิพลมาจากกลุ่มเพื่อนหรือคนในชุมชนที่มีอายุเท่าๆ กัน ทำงานในสภาพแวดล้อมเช่นเดียวกัน การใช้เวลาว่างส่วนใหญ่นั้นเป็นกิจกรรมที่ได้รับคำแนะนำให้เข้าร่วมหรือเล่นเพราะมีผู้ชักชวน ทำให้ได้ทำกิจกรรมอีกรูปแบบหนึ่ง และครอบครัวได้อยู่ด้วยกัน เห็นได้ชัดว่ามีความสัมพันธ์และสามารถแลกเปลี่ยนการใช้เวลาว่างได้

บามเมลและบามเมล (Bammel and Burrus-Bammel, 1996, pp.359-403) ได้กล่าวถึงปัจจัยอื่น ๆ ที่มีต่อพฤติกรรมการใช้เวลาว่างว่ามีลักษณะด้านสังคม ประชากร ซึ่งได้แก่ อาชีพ การศึกษา รายได้ ระดับทางสังคม การแข่งขันศาสนา อายุ เพศ สถานภาพทางครอบครัว จริยธรรม ที่อยู่อาศัยและวัฒนธรรม

รัสเซลล์ (Russell, 1996, p.74) กล่าวว่า ปัจจัยที่มีผลกระทบต่อพฤติกรรมการใช้เวลาว่างนอกจากปัจจัยทางด้านประชากรศาสตร์ส่วนบุคคลเช่น อายุ เพศ ชนชาติ รวมถึงเวลาและความสามารถเฉพาะตัวของแต่ละคนแล้วนั้น ยังมี ปัจจัยด้านประชากรศาสตร์อื่น ได้แก่ รายได้ อาชีพ ระดับการศึกษา ครอบครัว เพื่อนฝูง สิ่งแวดล้อมภูมิศาสตร์ ความเชื่อด้านศาสนา และสังคม ที่ส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมการใช้เวลาว่าง เช่น ผู้ที่มีการศึกษาสูงย่อมมีรายได้ที่สูงขึ้น สามารถใช้เลือกในการประกอบกิจกรรมที่หลากหลายได้มากกว่าผู้มีรายได้ที่น้อยกว่า เป็นหนทางในการแสวงหาความสุขได้หลายรูปแบบยิ่งขึ้น

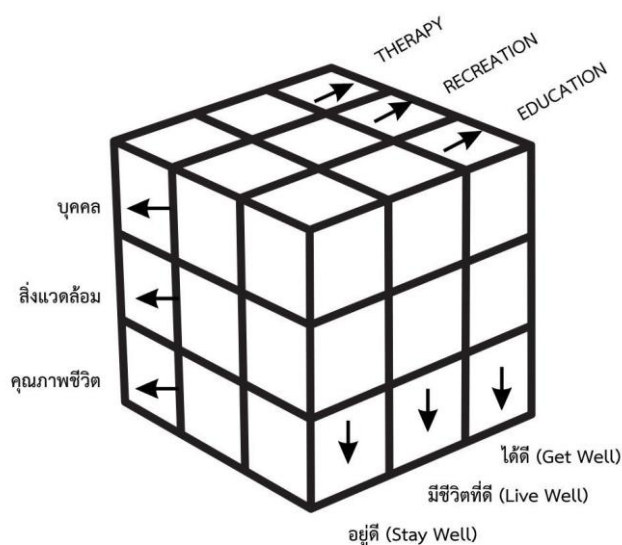
สุวิมล ตั้งสัจพจน์ (2553, น.95-104) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่ส่งผลต่อการใช้เวลาว่าง ซึ่งสรุปได้ดังนี้

การใช้เวลาว่างเป็นปรากฏการณ์ทางสังคมที่ซับซ้อนและมีผลต่อสถาบันทางสังคมต่าง ๆ รวมไปถึงเศรษฐกิจ การเมือง การงาน เทคโนโลยี และสงคราม สิ่งที่เราควรระมัดระวังถึงการใช้เวลาว่างและนั่นหมายความว่าเวลาว่างเป็นอติคุณทางสามแพ่งที่มีอิทธิพลและกำกับโดยโครงสร้างทางสังคม โดยความเป็นจริง การใช้เวลาว่างและนั่นหมายความว่าเวลาว่างมีผลอย่างเป็นนัยสำคัญกับแรงกระตุ้นทางสังคม การใช้เวลาว่างโดยลำพังกับสังคม กิจกรรมการใช้เวลาว่างบางอย่างเป็นกิจกรรมที่เกิดขึ้นโดยคนเดียว บางกิจกรรมเกิดขึ้นจากสังคมแต่กิจกรรมส่วนใหญ่เกิดขึ้นได้ทั้งส่วนตัวและชุมชน การอ่านหนังสือส่วนใหญ่จะเกิดขึ้นโดยลำพัง การเล่นเกมกีฬาต่าง ๆ ต้องการการมีปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่น การเล่นไพ่เป็นตัวอย่างของกิจกรรมที่สามารถเล่นได้โดยลำพังตัวเองและเล่นกับคนอื่นซึ่งเป็นคุณลักษณะหลักของกิจกรรมการใช้เวลาว่าง คนบางคนใช้เวลาเป็นชั่วโมง ๆ ในการเล่นไพ่ เกม Solo ในทางตรงข้าม คนไม่สามารถเล่นไพ่บริดจ์หากไม่มีคนอื่นเล่นด้วย การใช้เวลาว่างโดยลำพัง (Solitary Leisure) ไม่สามารถเกิดขึ้นในสังคมที่ปราศจากที่ว่าง (Space) คนอื่นและกลุ่มคนมีผลอย่างมากต่อกิจกรรมการใช้เวลาว่างโดยลำพัง นอกจากนี้ กิจกรรมการใช้เวลาว่างเกิดขึ้นขณะที่อยู่ลำพังคนเดียว บางครั้งอาจมีนัยสำคัญ บางครั้งก็ไม่มีนัยสำคัญกับบุคคลและโลกที่เราอาศัยอยู่โลกที่รอบตัวเรามีผลต่อการใช้เวลาว่างส่วนตัว 3 วิธี คือ ให้การสนับสนุน ละเมียดฝึบ และบังคับให้ทำ การกระทำของคนอื่นอาจจะสนับสนุนการใช้เวลาว่างโดยลำพัง เช่น สวนสาธารณะสร้างทางสำหรับให้คนเดินและจักรยานใช้ซึ่งจัดเป็นการสนับสนุนให้เกิดการเดินโดยลำพังในสวนสาธารณะนี้ แม่บ้านบางคนต้องการดูโทรทัศน์ในรายการที่เขาชอบ แต่ลูกร้องไห้เพราะอยากให้เขาอุ้มเพื่อพาไปเดินเล่น ลักษณะเช่นนี้แม่บ้านถูกละเมียดไม่ให้มีการใช้เวลาว่างโดยลำพัง หรือการถูกบังคับ จากพ่อแม่ให้วางหูโทรศัพท์ในขณะที่คุยกับเพื่อนนานเป็นชั่วโมงเมื่อทำการบ้านยังไม่เสร็จ

จากการศึกษาปัจจัยที่มีต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ผู้วิจัยสรุปได้ว่า ปัจจัยที่มีต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง คือ ปัจจัยส่วนบุคคล เช่น เพศ อายุ วัย สถานภาพ สุขภาพ ทักษะ ความสนใจ ปัจจัยทางด้านสังคม เช่น อาชีพ รายได้ ครอบครัว สิ่งแวดล้อม วัฒนธรรม รวมถึงโอกาสและอุปสรรคต่าง ๆ ของแต่ละบุคคล เช่น การคมนาคม การเข้าถึงทรัพยากร สิ่งเหล่านี้ล้วนส่งผลต่อการใช้เวลาว่าง

ประโยชน์และรูปแบบของการใช้เวลาว่าง

สุวิมล ตั้งสัจพจน์ (2553) ได้กล่าวถึง คุณค่าของการใช้เวลาว่างที่มีต่อคุณภาพชีวิต โดยได้ให้ความหมายของคุณภาพชีวิตในรูปแบบลูกเต๋า ประกอบด้วย ได้ดี (Get Well) การมีชีวิตที่ดี สุขภาพจิตและสุขภาพกายที่ดี (Live Well) การอยู่ดี ดำรงชีวิตโดยทำให้ชีวิตมีความพึงพอใจ และมีความสุข (Stay Well) การมีสุขภาวะที่ดี การมีคุณภาพชีวิตที่ดีด้วยวิธีการการบำบัด (Therapy) การสร้างสรรค์สิ่งใหม่ (Re-creation) การให้การศึกษา รวมถึงการศึกษาในเรื่องของบุคคล สิ่งแวดล้อม และการมีคุณภาพชีวิตที่ดี



ภาพประกอบ 2 แนวคิดการใช้เวลาว่าง

ที่มา : สุวิมล ตั้งสัจพจน์. (2553). นันทนาการและการใช้เวลาว่าง. กรุงเทพฯ: เอดิชั่นเพรสโปรดักส์.

ชีวานและรัสกิน (Sivan and Ruskin, 2000, p.112) กล่าวถึงประโยชน์ของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ว่าเป็นการค้นหาและพัฒนา เพื่อเพิ่มคุณค่าให้ตนเอง ช่วยขจัดความไม่กล้า และทำให้มีความเข้าใจในตนเอง สร้างปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล เป็นการเรียนรู้พื้นฐานของกระบวนการทางสังคม เพิ่มโอกาสในการเรียนรู้ต่อธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม อันเกิดจากความคิดสร้างสรรค์ ตลอดจนเป็นการบูรณาการกิจกรรม ทำให้เกิดผลลัพธ์ที่ดีต่อคุณภาพชีวิต

ยูริส (Uris, 1970, p.16) ได้แบ่งเวลาเป็น 3 รูปแบบ ตามลักษณะงานที่ต้องใช้เวลาแตกต่างกันคือ

1. เวลาที่ต้องใช้อย่างคงที่ (Fixed) ได้แก่ เรื่องที่ต้องปฏิบัติในสัปดาห์ที่มีลักษณะสม่ำเสมอและไม่อาจตัดทอนได้เลย

2. เวลาที่พอยืดหยุ่นได้ (Semi-Flexible) ได้แก่ เรื่องที่พอจะเพิ่มลดหรือยืดหยุ่นเวลาในการปฏิบัติงานพอสมควร

3. เวลาที่สามารถแปรเปลี่ยนได้ (Variable) ได้แก่ เรื่องที่สามารถเปลี่ยนไปใช้ทางเลือกอื่น อาจจะรอไว้ทำภายหลังหรือสามารถเพิ่มลดเวลาเรื่องนั้น ๆ ได้เต็มที่

สมบัติ กาญจนกิจ (2544, น.23) ได้แบ่งรูปแบบการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างออกเป็น 15 หมวด ได้แก่ เกมกีฬา ศิลปหัตถกรรม การเดินรำและกิจกรรมเข้าจังหวะ ละคร งานอดิเรกดนตรีและการร้องเพลง กิจกรรมกลางแจ้งหรือนอกเมือง กิจกรรมทางสังคม กิจกรรมพิเศษ วรรณกรรม การบริการอาสาสมัคร การท่องเที่ยวทัศนศึกษา กลุ่มสัมพันธ์และมนุษยสัมพันธ์ กิจกรรมพัฒนาจิตใจและความสงบสุข กิจกรรมพัฒนาสุขภาพและสมรรถภาพ

นอกจากที่กล่าวมาในข้างต้น รูปแบบการใช้เวลาว่างที่เป็นที่นิยมในปัจจุบันคือ “เทคโนโลยีการใช้เวลาว่าง” (Leisure Technologies) เช่น ภาพยนตร์และทีวี ซึ่งเป็นเทคโนโลยีที่มีส่วนสำคัญต่อรูปแบบการใช้เวลาว่างร่วมสมัย (Contemporary Leisure) นอกจากนี้ คอมพิวเตอร์ เทคโนโลยีและอินเทอร์เน็ตได้ปรากฏความในรูปแบบกิจกรรมการใช้เวลาว่างร่วมสมัย (Contemporary Leisure Activity) เทคโนโลยีทั้งสองประเภทนี้ได้สร้างสรรค์พื้นที่ใหม่ ๆ สำหรับการเข้าร่วมในเวลาว่าง ทำให้เกิดการปรับปรุงรูปแบบของการใช้เวลาว่าง ความต้องการพึ่งพาและเข้าถึงเทคโนโลยีสารสนเทศเพื่อความบันเทิง ดังนั้น การเปลี่ยนแปลงเทคโนโลยีจึงเกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงความคิดของนันทนาการและการใช้เวลาว่าง ซึ่งมีอิทธิพลต่อการเข้าถึงและประสบการณ์ที่ได้รับจากการใช้เวลาว่าง (Argyle, 1996; Bryce, 2001; Roek, 2000) จากการพัฒนาของเทคโนโลยีในปัจจุบันพบว่า อินเทอร์เน็ต เว็บไซต์ และสื่อสังคมออนไลน์ ระบบโทรศัพท์เคลื่อนที่และสมาร์ทโฟน เกมคอมพิวเตอร์ และเทคโนโลยีโทรทัศน์ ส่งผลกระทบต่อวิถีการดำเนินชีวิตของมนุษย์เป็นอย่างมาก เทคโนโลยีเหล่านี้ได้สร้างสรรค์รูปแบบกิจกรรมนันทนาการและการใช้เวลาว่างใหม่ ๆ สร้างพื้นที่ในการใช้เวลาว่างแบบใหม่ที่สมิธิ และคอลล็อค (Smith and Kollock, 1999) นิยามว่าเป็น “พื้นที่การใช้เวลาว่างเสมือนจริง” (Virtual Leisure Spaces) ซึ่งเป็นพื้นที่การใช้เวลาว่างร่วมสมัย (Contemporary Leisure Spaces) ที่สามารถสร้างประสบการณ์ที่มีความหลากหลายและพร้อมที่จะเกิดขึ้นได้ในเวลาเดียวกัน ซึ่งแสดงให้เห็นถึงความสามารถของเทคโนโลยีในการสร้างสรรค์พื้นที่ในชีวิตมนุษย์ (Heterotypic Space) เทคโนโลยีเข้ามามีส่วนในชีวิตประจำวันของเรามากยิ่งขึ้น ส่งผลให้เกิดสื่อประเภทใหม่ที่ได้รับการยอมรับ อย่าง

แพร่หลายและเข้าถึงผู้บริโภคภายในระยะเวลาอันสั้น การที่สื่อสังคมออนไลน์ (Social Media) สามารถเข้าถึงใจผู้คนในโลกไซเบอร์ได้อย่างรวดเร็ว นั้น เนื่องจากสื่อประเภทนี้เปิดโอกาสให้ผู้ได้สร้างเนื้อหาเป็นของตัวเองและสามารถเผยแพร่ได้อย่างรวดเร็ว และสามารถพูดคุยแสดงความคิดเห็นต่าง ๆ ได้โดยทันที สามารถเผยแพร่เนื้อหาได้โดยง่าย ไม่ว่าจะเป็นรูปแบบของข้อความ รูปภาพ วิดีโอ เสียง และอื่น ๆ (ภาวุษ พงษ์วิทยาภาณุ และสุธน โรจน์อนุสรณ์, 2552; ภิเชก ชัยนิรันดร์, 2552)

จากการศึกษาประโยชน์และรูปแบบของการใช้เวลาว่าง ผู้วิจัยสรุปได้ว่า การใช้เวลาว่างเป็นกิจกรรมอย่างหนึ่งที่ให้ประโยชน์ต่อการดำรงชีวิตของมนุษย์เป็นอย่างมาก ทั้งเป็นประโยชน์ต่อตนเอง ส่งผลให้มีสุขภาพที่ดี ก่อให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลินร่วมกันภายในครอบครัว กลุ่มเพื่อน รวมถึงชุมชน จากการได้ประกอบกิจกรรมในเวลาว่างร่วมกัน โดยรูปแบบของการใช้เวลาว่าง หมายถึง เวลาที่เป็นเรื่องของอิสระของทางเลือก เป็นความสนุกสนาน และปลดปล่อยอารมณ์ความรู้สึก รวมหมายถึงเวลาที่มีใช้การทำงาน ซึ่งรูปแบบของการใช้เวลาว่างของแต่ละคนย่อมแตกต่างกัน การมีเวลาอิสระย่อมขึ้นอยู่กับสภาพการดำรงชีวิต โดยการเป็นอยู่ในสมัยปัจจุบันส่งผลให้รูปแบบของการใช้เวลาว่างมีอย่างหลากหลาย เนื่องจากเทคโนโลยีในยุคสมัยนี้ได้ก้าวหน้าไปอย่างมาก ทำให้คนในปัจจุบันมีการใช้รูปแบบของการใช้เวลาว่างที่แตกต่างและทันสมัย

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการศึกษาการใช้เวลาว่าง (Leisure Education)

ความหมายของการศึกษาการใช้เวลาว่าง

การศึกษาการใช้เวลาว่าง (Leisure Education) เป็นกระบวนการที่จะนำไปสู่ การมีประสบการณ์การใช้เวลาว่างอย่างยั่งยืน ซึ่งช่วยส่งเสริมและพัฒนาทักษะของเด็กให้ประสบความสำเร็จในชีวิต รวมถึงสามารถพัฒนาความเข้าใจในตนเองและพัฒนาพฤติกรรมทางสังคมผ่านการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง การศึกษาการใช้เวลาว่างได้ถูกกำหนดไว้ในรูปแบบต่างๆ เพื่ออธิบายกระบวนการพัฒนาที่ออกแบบมาเพื่อเพิ่มความเข้าใจ ของแต่ละบุคคลเกี่ยวกับตนเอง การพักผ่อน ความสัมพันธ์ระหว่างการพักผ่อนกับวิถีชีวิตของบุคคลหนึ่งที่มีต่อบุคคลหนึ่ง และความสัมพันธ์ของการพักผ่อนกับสังคมโดยทั่วไป การศึกษาการใช้เวลาว่างเป็นกระบวนการหนึ่งในการสอนทักษะ ทศนคติ และค่านิยมที่เกี่ยวข้องกับนันทนาการและการพักผ่อนหย่อนใจต่างๆ โดยมีนักวิชาการได้ให้นิยามและความหมายของการศึกษาการใช้เวลาว่าง (Leisure Education) ดังนี้

แดทติโล (Dattilo, 2008) กล่าวว่า การศึกษาการใช้เวลาว่างเป็นเพียงกระบวนการที่ออกแบบมาเพื่อส่งเสริมความเป็นอยู่ที่ดีในยามว่างสูงสุด โดยเน้นการจัดระเบียบและกำหนดอำนาจหน้าที่ขององค์การการศึกษาด้านนันทนาการ

ซีวานและรัสคิน (Sivan and Ruskin, 2000) อธิบายว่า การศึกษาการใช้เวลาว่างเป็นกระบวนการที่มีแนวทาง มีระเบียบวิธี และมีโครงสร้าง โดยตระหนักถึงสิทธิในการพักผ่อนของแต่ละบุคคลและการใช้เวลาว่างนั้นอย่างชาญฉลาด ซึ่งมีจุดมุ่งหมาย คือการถ่ายทอดและส่งเสริมรูปแบบพฤติกรรมกรรมการพักผ่อนที่พึงประสงค์ของบุคคล

เคลลี (Kelly, 1996) กล่าวว่า เวลาว่างนำไปสู่การศึกษา และ การศึกษากลับไปสู่การพักผ่อน ผ่านการศึกษา แต่ละบุคคลจะเรียนรู้และเตรียมพร้อม สำหรับการแสดงออกของเวลาว่าง ในยามว่าง ผู้คนใช้การศึกษาเพื่อสอนตนเอง เพิ่มเติมเกี่ยวกับเสรีภาพและการตัดสินใจในการใช้เวลาว่าง การศึกษาการใช้เวลาว่างต้องส่งเสริมการตัดสินใจด้วยตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับบูลล็อกและมาฮอน (Bullock and Mahon, 1997) ที่กล่าวว่า การศึกษาการใช้เวลาว่างเป็นกระบวนการศึกษาที่เป็นรายบุคคลและมีบริบทด้วยกระบวนการ ผู้คนจะพัฒนาความเข้าใจในตนเองและเวลาว่างของตนเอง รวมถึงเรียนรู้ทักษะที่จำเป็นในการเข้าร่วมในกิจกรรมที่เลือกอย่างอิสระ ซึ่งนำไปสู่ชีวิตที่น่าพึงพอใจอย่างเหมาะสม ดังนั้นท้ายที่สุดแล้วเป้าหมายของกระบวนการศึกษา ด้านการใช้เวลาว่างคือการยกระดับคุณภาพชีวิตของบุคคลผ่านการพักผ่อนหย่อนใจ

มันดี้ (Mundy, 1998) กล่าวถึง การศึกษาการใช้เวลาว่าง ว่าเป็นกระบวนการในการพัฒนาความเข้าใจของบุคคลและการพัฒนาตนเองของบุคคลในการใช้เวลาว่างให้สัมพันธ์กับตนเอง ชุมชน และสังคม เพื่อให้มีโอกาสและมีส่วนร่วมในการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ในเวลาว่าง โดยคำนึงถึงความสัมพันธ์ของการใช้เวลาว่างกับวิถีชีวิต และโครงสร้างทางสังคม เพื่อมุ่งเน้นพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคลผ่านการใช้เวลาว่าง

สตั้มโบและปีเตอร์สัน (Stumbo and Peterson, 2004) กล่าวว่า การศึกษาการใช้เวลาว่างเป็นองค์ประกอบที่มุ่งเน้นการพัฒนาทักษะ ทักษะ และความรู้ที่เกี่ยวข้องกับการใช้เวลาว่างของบุคคล รวมถึงการพฤติกรรมกรรมการแสดงออกที่เหมาะสมในวิถีชีวิต ก่อให้เกิดความพึงพอใจในการใช้เวลาว่างและการใช้ทรัพยากรอย่างเหมาะสม

แดทติโล (Dattilo, 2008) กล่าวว่า การศึกษาการใช้เวลาว่างคือการออกแบบกระบวนการพัฒนาบุคคล เพื่อให้แต่ละบุคคลสามารถเรียนรู้และมีความเข้าใจได้ด้วยตนเองเกี่ยวกับการใช้เวลาว่าง และการใช้เวลาว่างที่มีความสัมพันธ์ของการใช้เวลาว่างที่มีต่อสังคมและ

วิถีชีวิต เพื่อเสริมสร้างทักษะก่อให้เกิดความรู้ มีความเข้าใจและรู้ถึงศักยภาพของตนเองในการใช้เวลาว่าง

จากการศึกษา ความหมายของการศึกษาการใช้เวลาว่าง ผู้วิจัยสรุปได้ว่าการศึกษาการใช้เวลาว่าง เป็นกระบวนการการเรียนรู้ ผนวกรวมกัน ระหว่างเวลาว่างกับวิถีชีวิตของแต่ละบุคคล เกี่ยวข้องกับการพัฒนาคุณค่าของเวลาว่าง ความเข้าใจ ถึงประโยชน์ของการใช้เวลาว่างและการพักผ่อนหย่อนใจ รวมถึงการมีทักษะการแก้ปัญหา ความกล้าแสดงออก และการเรียนรู้เกี่ยวกับการใช้ทรัพยากร โดยแต่ละบุคคลเลือกกระทำตามความสนใจ เพื่อพัฒนาทักษะเสริมสร้างทัศนคติ ก่อให้เกิดการสร้างสรรค์ประสบการณ์ และมีความสัมพันธ์ต่อวิถีชีวิตของบุคคล รวมถึงสังคมรอบข้างของบุคคลนั้นก่อให้เกิดความพึงพอใจในการใช้เวลาว่างและมีผลต่อการพัฒนาคุณภาพชีวิต

แนวคิดและทฤษฎีกระบวนการการศึกษาการใช้เวลาว่าง

การศึกษาการใช้เวลาว่าง (Leisure Education) เป็นกระบวนการที่มุ่งเน้นการออกแบบให้แต่ละบุคคลมีใช้เวลาว่างได้ดีขึ้นอันจะนำไปสู่การมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้นของแต่ละบุคคลด้วย โดยมุ่งเน้นพัฒนาทักษะ เสริมสร้างทัศนคติ ก่อให้เกิดการสร้างสรรค์ประสบการณ์ มีความสัมพันธ์ต่อวิถีชีวิตของและสังคม ซึ่งมีการกำหนดรูปแบบและกระบวนการที่หลากหลาย มันดีและโอดัม (Mundy and Odum, 1979) กล่าวว่าการศึกษาด้านการใช้เวลาว่าง มีส่วนสำคัญในการพัฒนาความตระหนักรู้เกี่ยวกับกิจกรรมและทรัพยากรและเพื่อการแสวงหาทักษะที่จำเป็นสำหรับการมีส่วนร่วมในยามว่างตลอดชีวิต ผลจากการศึกษาการใช้เวลาว่างของบุคคลต่าง ๆ ได้เพิ่มพูนประสบการณ์ในยามว่างและเข้าใจโอกาส ศักยภาพ และความท้าทาย ในเวลาว่างของแต่ละบุคคล สามารถเห็นได้จากการพัฒนาความสามารถของแต่ละบุคคล ในการทำความเข้าใจ อิทธิพลของการพักผ่อนที่มีต่อชีวิตประจำวันของบุคคล นอกจากนี้ยังระบุไว้ว่าเมื่อบุคคลทบทวนภาพได้รับความรู้ ทักษะ และ ความซาบซึ้งซึ่งช่วยให้พวกเขาสามารถมีส่วนร่วมในประสบการณ์การใช้เวลาว่างในวงกว้าง พวกเขาจะปรับปรุงคุณภาพชีวิตโดยรวมเพื่อให้บริการกิจกรรมต่าง ๆ ในเวลาว่าง โดยมีกระบวนการที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อกระตุ้น สิ่งเหล่านี้

1. การตระหนักรู้ในตนเอง (self-awareness)
2. การตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง (leisure Awareness)
3. การตัดสินใจ (decision making)
4. ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (social interaction)
5. การประยุกต์ใช้ทักษะยามว่าง (leisure skill application)

ซึ่งมีความใกล้เคียงกับแนวคิดและผลงานในช่วงแรกของมันดี (Mundy, 1998) ที่ได้ อธิบายว่า กระบวนการศึกษาการใช้เวลาว่างประกอบด้วย

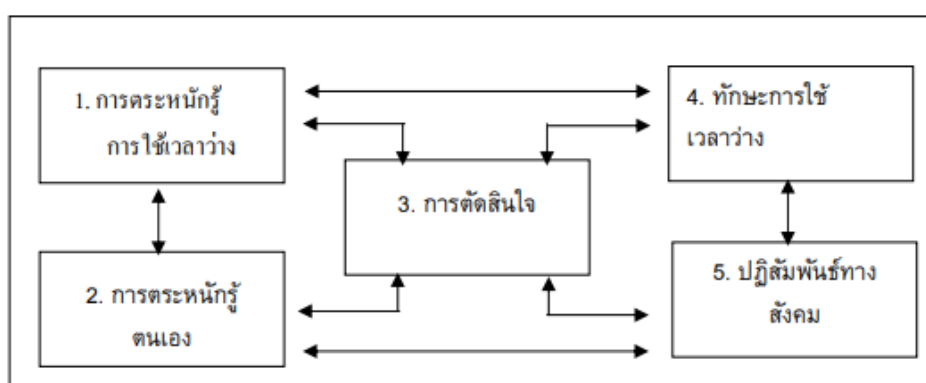
1. การตระหนักรู้ในตนเอง (Self-awareness) และการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง (Leisure Awareness)

2. การตัดสินใจ (decision making)

3. ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (social interaction)

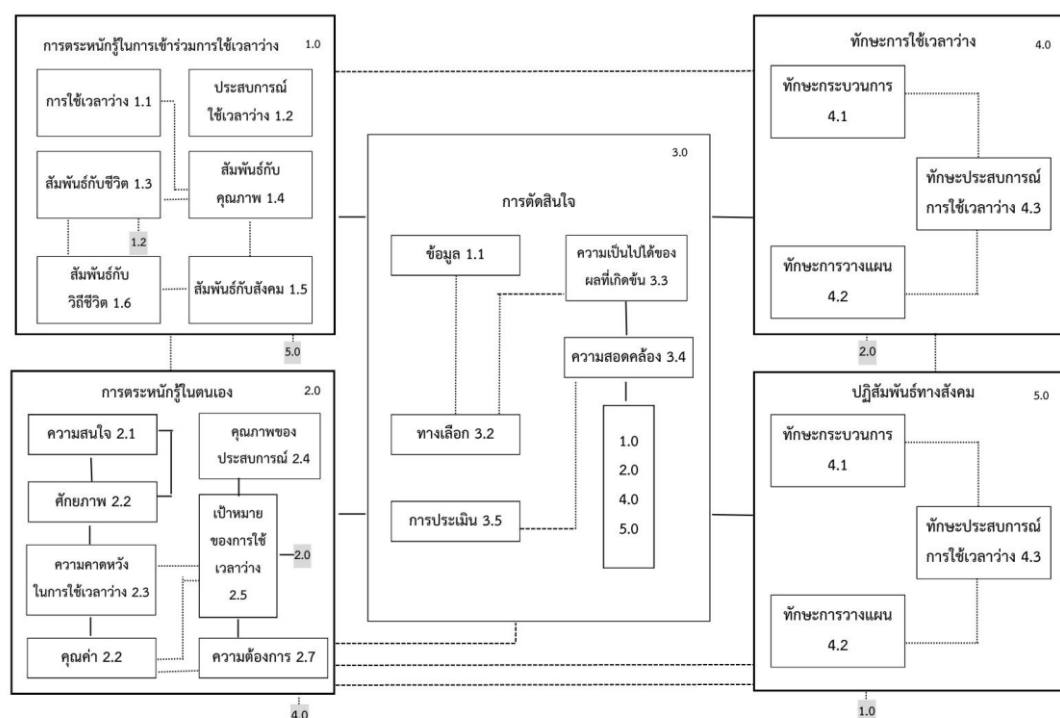
4. การใช้เวลาว่างและทักษะที่เกี่ยวข้อง (leisure and related skills)

ในปี 1988 มันดี (Mundy, 1998) ได้กล่าวถึงรูปแบบกระบวนการศึกษาการใช้เวลาว่าง ว่าเป็นการออกแบบประสบการณ์การเรียนรู้ไปสู่ผลของการศึกษาการใช้เวลาว่าง ผ่าน กระบวนการศึกษาที่เกิดขึ้นจากสิ่งเหล่านี้ 1) การตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง (Leisure Awareness) 2) การตระหนักรู้ในตนเอง (Self-Awareness) 3) การตัดสินใจ (Decision Making) 4) ทักษะการใช้เวลาว่าง (Leisure skill) 5) การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social interaction) ดังปรากฏตาม ภาพประกอบต่อไปนี้



ภาพประกอบ 3 กระบวนการศึกษาการใช้เวลาว่าง

ที่ ม า : Mundy (1998). Leisure Education: Theory and Practice. IL: Sagamore Publishing.



ภาพประกอบ 4 องค์ประกอบการศึกษาการใช้เวลาว่างและองค์ประกอบย่อย

ที่มา : Mundy (1998). Leisure Education: Theory and Practice. IL: Sagamore Publishing.

1. การตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง (Leisure Awareness) คือความสามารถในการจำแนกถึงความหลากหลายของประสบการณ์ใช้เวลาว่าง รวมถึงความสัมพันธ์ของการใช้เวลาว่างกับวิถีการดำเนินชีวิตและการพัฒนาคุณภาพชีวิต ประกอบด้วยปัจจัยดังนี้

- 1.1 การใช้เวลาว่าง
- 1.2 ประสบการณ์ใช้เวลาว่าง
- 1.3 ความสัมพันธ์กับชีวิต
- 1.4 ความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต
- 1.5 ความสัมพันธ์กับสังคม

2. การตระหนักรู้ในตนเอง (Self -Awareness) คือ ความสามารถในการจำแนกประสบการณ์การใช้เวลาว่างตามความสนใจ ความพึงพอใจและความคาดหวัง ที่มีคุณภาพต่อตนเอง และสามารถเลือกประสบการณ์การใช้เวลาว่างที่มีคุณค่าให้กับตนเอง ประกอบด้วย

- 2.1 มีเป้าหมายและมีความสนใจ
- 2.2 มีความสามารถและเห็นคุณค่าในตนเอง
- 2.3 มีทัศนคติที่ดีต่อการใช้เวลาว่าง
- 2.4 มีความคาดหวังในการใช้เวลาว่าง
- 2.5 มีความพอใจ และเห็นผลลัพธ์ในการใช้เวลาว่าง

กล่าวได้ว่าการตระหนักรู้ในตนเองเป็นส่วนสำคัญในการแสวงหาวิธีเพื่อตอบสนองความต้องการและได้รับประโยชน์จากกิจกรรมนั้นๆ จนตระหนักเห็นคุณค่าของการใช้เวลาว่าง และพัฒนาความความต้องการของตนเองอย่างต่อเนื่องจนเกิดความยั่งยืนเป็นส่วนหนึ่งในวิถีชีวิตของบุคคล

3. การตัดสินใจ (Decision Making) คือ ความสามารถในการรวบรวมการประยุกต์ข้อมูลเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างปลະประสพการณ์ใช้เวลาว่างเพื่อให้สอดคล้องกับการตระหนักรู้ในตนเอง

4. ทักษะการใช้เวลาว่าง (Leisure skill) คือ ความสามารถในการวางแผนและสามารถใช้ทักษะพื้นฐานของการใช้เวลาว่างเพื่อการพัฒนาทักษะในระดับที่สูงขึ้น

5. การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social interaction) คือ ความสามารถในการจำแนกและเลือกใช้รูปแบบของการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมในการใช้เวลาว่าง เพื่อให้บรรลุเป้าหมายของการใช้เวลาว่างและสอดคล้องกับการตระหนักรู้ของตนเอง

ปีเตอร์สันและกันน์ (Peterson and Gunn, 1984) และต่อมา สตัมโบและปีเตอร์สัน (Stumbo and Peterson, 2004) ระบุว่าการศึกษาการใช้เวลาว่างเป็นองค์ประกอบสำคัญของบริการด้านการใช้เวลาว่างที่ครอบคลุม โดยมุ่งเน้นที่การพัฒนาและการได้มาซึ่งทักษะ ทัศนคติ และความรู้ที่เกี่ยวข้องกับการพักผ่อนหย่อนใจ ผู้โดยเน้นย้ำถึงความจำเป็นที่ผู้ให้บริการด้านกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ต้องให้บริการผู้มารับบริการมากกว่าการสอนทักษะกิจกรรม จะต้องอำนวยความสะดวกในการมีส่วนร่วมด้านการใช้เวลาว่างที่น่าพอใจสำหรับผู้เข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างโดยการให้โอกาสแก่ผู้เข้าร่วมในการพัฒนาตนเอง ดังนี้

1. การตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง (Leisure Awareness)
2. ทักษะปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (social interaction skills)
3. ทรัพยากรการใช้เวลาว่าง (leisure resources)
4. ทักษะกิจกรรมการใช้เวลาว่าง (leisure activity skills)

แดทติโล (Dattilo, 2008) สร้างแบบจำลองสำหรับบริการการศึกษาการใช้เวลาว่างที่ออกแบบมาเพื่อเอาชนะอุปสรรคของการรับรู้ในยามว่างที่จำกัดความรู้และทักษะของคนหนุ่มสาวที่ขัดขวางไม่ให้พวกเขาประสบความสำเร็จในการเปลี่ยนผ่านสู่การใช้ชีวิตในชุมชน ซึ่งควรได้รับการสนับสนุนจากชุมชนเพื่อการมีส่วนร่วมอย่างแข็งขัน ในการพักผ่อนและการใช้เวลาว่าง ของครอบครัวและเพื่อนของแต่ละบุคคล การเรียนการสอนการศึกษาการใช้เวลาว่างได้รับการออกแบบมาเพื่อให้ยังคงดำเนินชีวิตต่อไปในคนหนุ่มสาว ซึ่งจะช่วยให้พวกเขาในการเปลี่ยนแปลงไปสู่การใช้ชีวิตในชุมชนในฐานะผู้ใหญ่ ดังนี้

1. การตัดสินใจด้วยตนเอง (self determination) หมายถึง การตัดสินใจของตนเองในการใช้เวลาว่าง มีความรับผิดชอบในการสร้างทางเลือกและการตัดสินใจของตนเองในการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างเพื่อการแสดงออกอย่างเหมาะสม
2. ความซาบซึ้งในการใช้เวลาว่าง (leisure appreciation) หมายถึง ความสามารถในการเข้าใจต่อคุณค่าการใช้เวลาว่าง การพิจารณาถึงผลประโยชน์ของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง การตระหนักถึงความยืดหยุ่นของการใช้เวลาว่างและการจำแนกบริบทที่เอื้อต่อการใช้เวลาว่าง
3. การตระหนักรู้ในตนเอง (self-awareness) หมายถึง ความสามารถในการจำแนกกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ตนเองมีความสนใจ ชื่นชอบ และเข้าใจในทักษะของตนเอง สะท้อนให้เห็นถึงการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างที่ผ่านมาและการพิจารณาตัดสินใจเข้าร่วมการใช้เวลาว่างในปัจจุบัน รวมถึงการเลือกใช้เวลาว่างในอนาคต
4. การตัดสินใจ (decision making) หมายถึง การมีความรับผิดชอบในการสร้างทางเลือกและการตัดสินใจของตนเองสำหรับการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง
5. ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (social interaction) หมายถึง ความเข้าใจร่วมกันของสังคม ทั้งเรื่องการสื่อสาร ความเข้าใจในกฎระเบียบ บทบาททางสังคม การพัฒนาความสัมพันธ์ภาพของสังคม
6. ความรู้และการใช้ประโยชน์จากทรัพยากรเพื่อการใช้เวลาว่าง (knowledge and utilization of leisure resources) หมายถึง ความสามารถในการจำแนกเอกลักษณ์ของบุคคล การค้นหาสิ่งอำนวยความสะดวก ความเข้าใจในความต้อการมีส่วนร่วมในการใช้เวลาว่าง และสามารถเลือกกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ต้องการให้ตรงกับทักษะของตนเองและความสามารถของตนเองได้

7. การมีส่วนร่วมด้านนันทนาการ (recreation participation) หมายถึง การมีส่วนร่วมในการประกอบกิจกรรมนันทนาการในเวลารว่าง โดยการเลือกเข้าร่วมกิจกรรมจะกำหนดจากความต้องการ ความสนใจ แรงจูงใจ และแรงบันดาลใจของแต่ละบุคคล

จะเห็นได้ว่าการศึกษาศึกษาการใช้เวลารว่างเป็นกระบวนการพัฒนาให้เกิดการตระหนักรู้การใช้เวลารว่างในการประกอบกิจกรรม แสวงหาความรู้ และทักษะจากกิจกรรมการใช้เวลารว่างเปิดโอกาสให้บุคคลได้พัฒนาคุณภาพชีวิตจากการใช้เวลาว่าง จนเกิดความซาบซึ้งใจในทักษะการใช้เวลารว่าง โดยแดติโล (Dattilo, 2012) ได้กล่าวถึงคุณลักษณะของบุคคลที่ผ่านกระบวนการศึกษาศึกษาการใช้เวลารว่าง มีคุณลักษณะ 7 ประการ ดังปรากฏตามภาพประกอบ 5



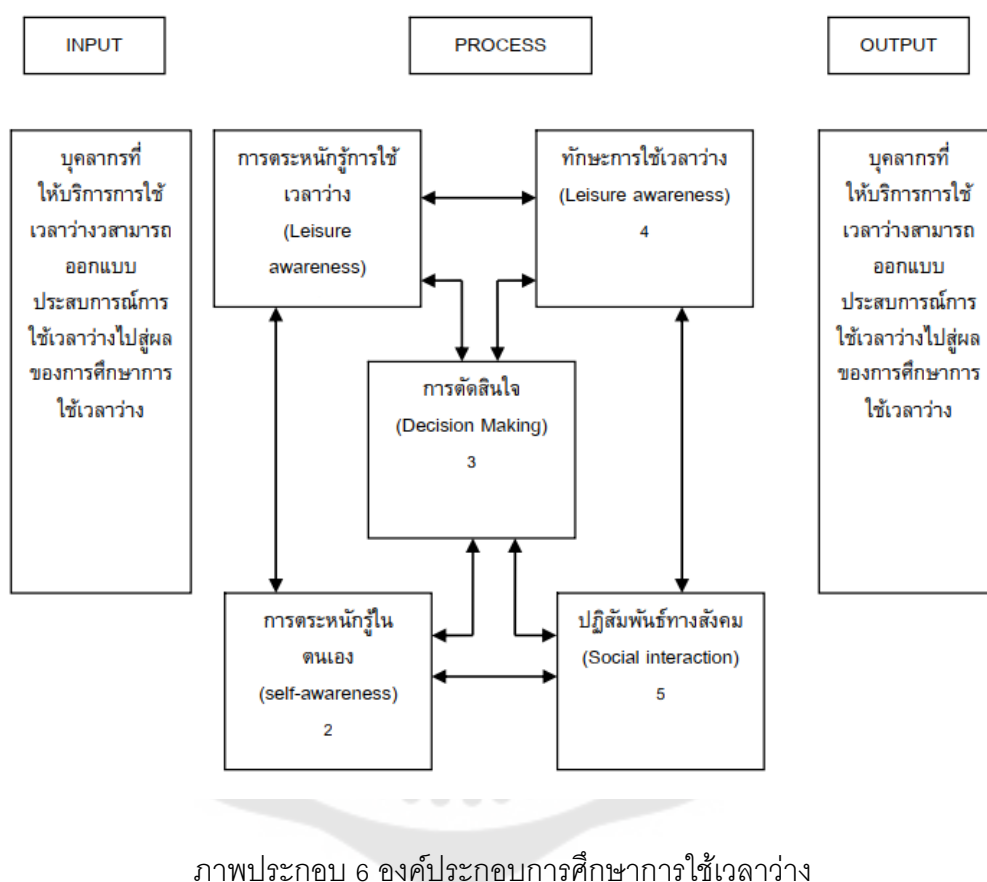
ภาพประกอบ 5 คุณลักษณะ 7 ประการที่ทำให้โปรแกรมการศึกษาศึกษาการใช้เวลารว่างมีประสิทธิภาพ

ที่มา: Dattilo, J. (2012). Inclusive Leisure Services. PA: Venture.

นอกจากนี้แดติโล (Dattilo, 2008) ยังกล่าวว่า การใช้เวลารว่างของแต่ละบุคคล มักเกิดจากแรงจูงใจจากภายใน นั่นคือการปรารถนาที่จะมีส่วนร่วม โดยอาศัยความรู้สึกเชิงบวกและส่งผลต่อพฤติกรรม เมื่อมีแรงจูงใจจากภายในที่จะกระทำพฤติกรรมหรือมีส่วนร่วมในกิจกรรม การตระหนักรู้ในตนเอง (Self-Awareness) และการตระหนักรู้การใช้เวลารว่าง (Leisure Awareness) จึงมีผลต่อพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของแต่ละบุคคล ถือเป็นพื้นฐานสำคัญที่จะนำไปสู่การเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ดังนั้นจึงควรมีการส่งเสริมให้บุคคลเกิดการตระหนักรู้ในตนเอง (Self-Awareness)

และการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง (Leisure Awareness) เพื่อสร้างความเข้าใจตนเอง และใช้เวลาว่างในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม โดยเรียนรู้ผ่านบริการการศึกษาการใช้เวลาว่าง (Leisure Education)

ซึ่งแต่ละบุคคลจะมีผลที่ได้รับจากการศึกษาการใช้เวลาว่างแตกต่างกันไปตามปัจจัยนำเข้าและกระบวนการ ดังนี้



ที่มา: Mundy, J. (1998). Leisure Education: Theory and Practice. IL: Sagamore Publishing.

ปัจจัยนำเข้า	กระบวนการ	ผลที่ได้รับ
บุคคลผู้ซึ่ง : การฝึกอบรมบุคลากร ในเรื่องการศึกษาการ ใช้เวลว่าง	การตระหนักรู้การใช้ เวลว่าง (Leisure Awareness)	บุคคลผู้ซึ่ง : -มีความรู้เกี่ยวกับการใช้เวลว่าง -สามารถจำแนกถึงความหลากหลายของ ประสบการณ์ใช้เวลว่าง -อธิบายถึงความสัมพันธ์ของการใช้เวลว่างที่มี ต่อชีวิตตนเอง -อธิบายถึงความสัมพันธ์ของการใช้เวลว่างกับ

ภาพประกอบ 7 ปัจจัยนำเข้ากระบวนการ และผลที่ได้รับ
ขององค์ประกอบย่อยในการศึกษาการใช้เวลว่าง (การตระหนักรู้การใช้เวลว่าง)

ที่มา : Mundy, J. (1998). Leisure Education: Theory and Practice. IL: Sagamore Publishing.

ปัจจัยนำเข้า	กระบวนการ	ผลที่ได้รับ
บุคคลผู้ซึ่ง : มีความรู้ในเรื่องของ การใช้เวลว่าง สามารถจำแนกถึง ความหลากหลายของ ประสบการณ์การใช้ เวลว่าง	การตระหนักรู้ใน ตนเอง (Self Awareness)	บุคคลผู้ซึ่ง : -พึงพอใจในการใช้เวลว่างตามความสนใจของ ตนเอง -มีความสามารถในการทำตามระดับความ ปรารถนาของตนเอง -ระบุการใช้เวลว่างตามความคาดหวังของ ตนเอง -ระบุองค์ประกอบของประสบการณ์การใช้เวลา ว่างที่มีคุณภาพ -เลือกประสบการณ์การใช้เวลว่างที่สอดคล้อง กับคุณค่าของตนเอง -สามารถแก้ไขปรับปรุงองค์ประกอบของ ประสบการณ์การใช้เวลว่างให้สอดคล้องกับ ความคาดหวัง ความสนใจ ความสามารถเพิ่ม มากขึ้น

ภาพประกอบ 8 ปัจจัยนำเข้ากระบวนการและผลที่ได้รับ
ขององค์ประกอบย่อยในการศึกษาการใช้เวลว่าง (การตระหนักรู้ในตนเอง)

ที่มา : Mundy, J. (1998). Leisure Education: Theory and Practice. IL: Sagamore Publishing.

ปัจจัยนำเข้า	กระบวนการ	ผลที่ได้รับ
บุคคลผู้ซึ่ง : -มีความรู้ในเรื่องการใช้เวลาว่าง -สามารถจำแนกถึงความหลากหลายของประสบการณ์การใช้เวลาว่าง	ทักษะการใช้เวลาว่าง (Leisure Skills)	บุคคลผู้ซึ่ง : -สามารถวางแผนและดำเนินการในทักษะการใช้เวลาว่างและประสบการณ์การใช้เวลาว่าง -สามารถใช้ทักษะพื้นฐานของการใช้เวลาว่างในประสบการณ์ใช้เวลาว่างที่หลากหลาย -ได้รับการพัฒนาทักษะในระดับที่สูงขึ้น สำหรับทางเลือกประสบการณ์การใช้เวลาว่าง

ภาพประกอบ 9 ปัจจัยนำเข้ากระบวนการและผลที่ได้รับ
ขององค์ประกอบย่อยในการศึกษาการใช้เวลาว่าง (ทักษะการใช้เวลาว่าง)

ที่มา : Mundy, J. (1998). Leisure Education: Theory and Practice. IL: Sagamore Publishing.

ปัจจัยนำเข้า	กระบวนการ	ผลที่ได้รับ
บุคคลผู้ซึ่ง : -มีความรู้ในเรื่องการใช้เวลาว่าง -สามารถจำแนกถึงความหลากหลายของประสบการณ์การใช้เวลาว่าง -สามารถใช้ทักษะพื้นฐานของการใช้เวลาว่างที่หลากหลาย -สามารถจำแนกความสนใจ ความคาดหวัง และเป้าหมายในการใช้เวลาว่างของตนเอง	การตัดสินใจ (Decision Making)	บุคคลผู้ซึ่ง : -จำแนก รวบรวม และประยุกต์ข้อมูลเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างและประสบการณ์การใช้เวลาว่าง -จำแนกทางเลือกและกำหนดการตัดสินใจที่เกี่ยวข้องกับการใช้เวลาว่างและประสบการณ์การใช้เวลาว่าง -จำแนกความเป็นไปได้ของผลที่เกิดจากการเลือกใช้เวลาว่าง -การตัดสินใจที่สอดคล้องกับความตระหนักรู้ในตนเอง -ประเมินการตัดสินใจการใช้เวลาว่าง

ภาพประกอบ 10 ปัจจัยนำเข้ากระบวนการและผลที่ได้รับ
ขององค์ประกอบย่อยในการศึกษาการใช้เวลาว่าง (การตัดสินใจ)

ที่มา : Mundy, J. (1998). Leisure Education: Theory and Practice. IL: Sagamore Publishing.

ปัจจัยนำเข้า	กระบวนการ	ผลที่ได้รับ
บุคคลผู้ซึ่ง : -มีความรู้ในเรื่องการใช้เวลาว่างสามารถ จำแนกถึงความ หลากหลายของ ประสบการณ์การใช้ เวลาว่าง	ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social interaction)	บุคคลผู้ซึ่ง : -จำแนกการใช้การสื่อสารแบบที่ใช้คำพูดและไม่ ใช้คำพูดเพื่อให้บรรลุเป้าหมายของการใช้ เวลาว่าง -จำแนก เลือก และใช้รูปแบบของการ ปฏิสัมพันธ์ทางสังคมในประสบการณ์การใช้ เวลาว่างที่มีความสอดคล้องกับการตระหนักรู้ใน ตนเอง

ภาพประกอบ 11 ปัจจัยนำเข้ากระบวนการและผลที่ได้รับ
ขององค์ประกอบย่อยในการศึกษาการใช้เวลาว่าง (ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม)

ที่มา : Mundy, J. (1998). Leisure Education: Theory and Practice. IL: Sagamore Publishing.

จุดที่เน้น	การใช้เวลาว่างและความต้องการตลอดชีวิต
การตระหนักรู้ในตนเอง	-ประเพณีการใช้เวลาว่างของแต่ละบุคคลที่สัมพันธ์กับวิถีชีวิตที่มีการเปลี่ยนแปลง
การตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง	-รู้ความสัมพันธ์ระหว่างการเปลี่ยนแปลงในวิถีชีวิต สถานการณ์ชีวิต และความสนใจในการใช้เวลาว่าง
ทัศนคติ	-วิเคราะห์และตัดสินใจในวิถีชีวิตที่สัมพันธ์กับเป้าหมายและทัศนคติการใช้เวลาว่างส่วนบุคคลไปสู่ครอบครัว
การตัดสินใจ	-ได้รับประโยชน์จากความยืดหยุ่นในการเลือกการใช้เวลาว่างส่วนบุคคล
ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม	-ประเมินรูปแบบปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่สัมพันธ์กับการเปลี่ยนแปลงของกลุ่ม บทบาทและความรับผิดชอบ
ทักษะการใช้เวลาว่าง	-ใช้ทักษะการใช้เวลาว่างที่มีอยู่ให้เป็นประโยชน์และเพิ่มประสบการณ์ใช้เวลาว่างเพื่อโอกาสในการสร้างความสัมพันธ์กับกลุ่มใหม่

ภาพประกอบ 12 ปัจจัยนำเข้ากระบวนการและผลที่ได้รับ
ขององค์ประกอบย่อยในการศึกษาการใช้เวลาว่าง

ที่มา : Mundy, J. (1998). Leisure Education: Theory and Practice. IL: Sagamore Publishing.

จุดที่เน้น	การใช้เวลาว่างและความต้องการตลอดชีวิต
การตระหนักรู้ในตนเอง	-ปรับการใช้เวลาว่างให้เหมาะสมกับการดำเนินชีวิตในปัจจุบัน -รู้ถึงความรับผิดชอบและบทบาทในการพัฒนาแนวคิด ทักษะคิด การใช้เวลาว่างในครอบครัว
กระตือรือร้นการใช้เวลาว่าง	-ความสมดุลของการใช้เวลาว่างเป็นเพียงส่วนหนึ่งที่มีความหมาย ในชีวิตของบุคคลและครอบครัว -ร่วมรับผิดชอบสำหรับการเพิ่มคุณค่าของแหล่งทรัพยากรการใช้ เวลาว่างในชุมชน
ทัศนคติ	-บูรณาการเป้าหมายและทัศนคติของการใช้เวลาว่างส่วนบุคคลสู่ ครอบครัว
การตัดสินใจ	-ตัดสินใจเลือกใช้เวลาว่างอย่างมีความหมายสำหรับตนเองและ ครอบครัว -ทำการตัดสินใจเกี่ยวกับการเพิ่มคุณค่าของแหล่งนันทนาการการใช้ เวลาว่างในชุมชน
ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม	-เพิ่มคุณภาพของการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมในครอบครัว
ทักษะการใช้เวลาว่าง	-นำหน่วยครอบครัวเข้าสู่ประสบการณ์ที่เปลี่ยนแปลงชีวิต

ภาพประกอบ 13 ปัจจัยนำเข้ากระบวนการและผลที่ได้รับ
ขององค์ประกอบย่อยในการศึกษาการใช้เวลาว่าง

ที่มา : Mundy, J. (1998). Leisure Education: Theory and Practice. IL: Sagamore Publishing.

จุดที่เน้น	การใช้เวลาว่างและความต้องการตลอดชีวิต
การตระหนักรู้ในตนเอง	-วิเคราะห์บทบาทของการใช้เวลาว่างในชีวิตที่เกี่ยวข้องกับการ เตรียมความพร้อมสำหรับการเกษียณอายุ
กระตือรือร้นการใช้เวลาว่าง	-สำรวจ ขยายและเพิ่มพูนพัฒนาการการใช้เวลาว่างที่สัมพันธ์กับ สถานการณ์ที่เปลี่ยนแปลงชีวิต
ทัศนคติ	-รู้ถึงบทบาทการใช้เวลาว่างในชีวิตเมื่อเกษียณอายุ
การตัดสินใจ	-ใช้กระบวนการตัดสินใจในการเตรียมตัวสำหรับรูปแบบ การใช้เวลาว่างแบบใหม่และการเตรียมความพร้อมสำหรับการ เกษียณอายุ
ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม	-ประเมินซ้ำรูปแบบการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมในความสัมพันธ์กับ การเปลี่ยนแปลงบทบาทของกลุ่มและความรับผิดชอบ
ทักษะการใช้เวลาว่าง	-บูรณาการความรู้และทักษะการใช้เวลาว่างในการเปลี่ยนแปลง วิถีชีวิตการใช้เวลาว่าง

ภาพประกอบ 14 ปัจจัยนำเข้ากระบวนการและผลที่ได้รับ
ขององค์ประกอบย่อยในการศึกษาการใช้เวลาว่าง

ที่มา : Mundy, J. (1998). Leisure Education: Theory and Practice. IL: Sagamore Publishing.

จากการศึกษาแนวคิดและทฤษฎีกระบวนการการศึกษาการใช้เวลาว่าง ผู้วิจัยสรุปได้ว่า กระบวนการการศึกษาการใช้เวลาว่าง เป็นกระบวนการในการเลือกประกอบกิจกรรมการใช้เวลาว่างของแต่ละบุคคล โดยเริ่มจากการตระหนักรู้ในตนเอง (Self-Awareness) คือ การเลือกใช้เวลาว่างตามความสนใจ การเห็นคุณค่า ทักษะ ทักษะ ความคาดหวัง และประสบการณ์ ของตนเอง และการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง (Leisure Awareness) คือ การรู้คุณค่าของการใช้เวลาว่าง ความสามารถในการจำแนกถึงความหลากหลายของประสบการณ์การใช้เวลาว่าง รวมถึงความสัมพันธ์ของการใช้เวลาว่างกับวิถีการดำเนินชีวิตและการพัฒนาคุณภาพชีวิต ประกอบด้วย 5 ด้าน คือ การใช้เวลาว่าง ประสบการณ์ใช้เวลาว่าง ความสัมพันธ์กับชีวิต ความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต ความสัมพันธ์กับสังคม ซึ่งมีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันดังนี้ การใช้เวลาว่าง เป็นสิ่งที่แต่ละบุคคลสามารถตัดสินใจเข้าร่วมหรือไม่เข้าร่วมการใช้เวลาว่างที่นอกเหนือจากหน้าที่การงานหรือกิจวัตรประจำวันได้ด้วยตนเอง เป็นช่วงเวลาของการแสดงออกให้เห็นถึงความสามารถ และมีความสัมพันธ์กับชีวิต สอดคล้องกับการใช้ชีวิตของแต่ละบุคคล เช่น ทักษะ ความรู้ ประสบการณ์ การเห็นคุณค่า เป็นต้น โดยคำนึงถึงความสัมพันธ์กับสังคม กล่าวคือการใช้เวลาว่างจะมีความสอดคล้องด้านโครงสร้างสังคมและบริบททางสังคม ตามที่แต่ละบุคคลอาศัยอยู่ เช่น ทรัพยากรทางกายภาพ วัฒนธรรม สิ่งแวดล้อม สภาพเศรษฐกิจ เป็นต้น รวมถึงมีความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต เนื่องจากการใช้เวลาว่างเป็นการเปิดโอกาสให้แต่ละบุคคลได้เพิ่มเติมคุณภาพชีวิตของตนเองในการสร้างศักยภาพ ความท้าทาย และเข้าใจบทบาทของการใช้เวลาว่างต่อคุณภาพชีวิต ผ่านประสบการณ์ การใช้เวลาว่างที่ผ่านมาในอดีต ส่งผลต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างในปัจจุบันและนำไปสู่การตัดสินใจเข้าร่วมการใช้เวลาว่างในอนาคต

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง

ชัยบีและชัยบี (Chubb and Chub, 1981, p.417) กล่าวถึงปัจจัยที่มีผลต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง 2 ปัจจัย ดังนี้

1. ปัจจัยภายนอกที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรม ประกอบด้วย
 - 1.1 ฐานะทางเศรษฐกิจ ได้แก่ อาชีพและรายได้ของแต่ละคน
 - 1.2 ลักษณะของประชากร ได้แก่ การเติบโตของประชากร การกระจายตัวของประชากร รวมถึงการย้ายถิ่นฐาน
 - 1.3 สภาพทางสังคม ประกอบด้วยสภาพทางสังคม โครงสร้างและลักษณะทางสังคม วัฒนธรรมและประเพณี ปัญหาต่าง ๆ ภายในสังคม
 - 1.4 แหล่งทรัพยากรและสิ่งเอื้ออำนวยต่อการใช้เวลาว่าง

2. ปัจจัยภายในที่มีผลต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม เป็นความจำเพาะของแต่ละบุคคลที่มีความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรม ประกอบด้วย ทักษะ องค์ความรู้ เพศ อายุ วิธีการดำเนินชีวิต รวมถึงความเอาใจใส่ต่อการใช้เวลาว่าง

ปีเตอร์สัน และ กันน์ (Peterson and Gunn, 1984, p.49) ผู้เชี่ยวชาญ ทางด้าน นันทนาการบำบัดได้แบ่งอุปสรรคในการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมออกเป็น 2 ประการ คือ

1. อุปสรรคทางด้านร่างกาย ความพิการและสิ่งอำนวยความสะดวกในการเข้าร่วม กิจกรรมนันทนาการ รวมถึงห้องน้ำ ที่พัก ความปลอดภัย รูปแบบของเกมและกิจกรรม
2. อุปสรรคด้านสังคม ที่ตั้งกิจกรรม การเดินทาง กฎหมายและสิทธิส่วนบุคคล การ ยอมรับของคนในสังคม

เวดและไมเคิล (Wade and Micheal, 1985, p.142) กล่าวว่า ปัญหาการเข้าร่วมการใช้ เวลาว่างขึ้นอยู่กับหลายปัจจัย อุปสรรคที่ขัดขวางการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม มีอยู่ 2 ประการ คือ

1. อุปสรรคทางด้านจิตวิทยา ประกอบด้วย อุปสรรคภายในตัวบุคคล อุปสรรคในการ ประกอบกิจกรรมของแต่ละคน ความบกพร่องทางสติปัญญา รวมทั้งอุปสรรคทางสังคมและ จิตวิทยา
2. อุปสรรคทางด้านเศรษฐกิจ สังคม ประกอบด้วย งานอาชีพ สิ่งแวดล้อม สภาวะ ของ ครอบครัวและปัญหาเศรษฐกิจ

เซียร์และแจ๊คสัน (Searle and Jackson, 1985 p.17) ได้เรียงลำดับความสำคัญของ อุปสรรคในการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมไว้ตามลำดับ ดังนี้

1. ข้อยกมัดเรื่องงาน
2. สิ่งอำนวยความสะดวกทางนันทนาการหรือสถานที่นั้นคนแน่นเกินไป
3. ขาดผู้เข้าร่วมด้วย (เพื่อน)
4. ขาดโอกาสในการเข้าร่วม
5. ข้อยกมัดทางครอบครัว
6. ด้านราคาของอุปกรณ์เครื่องใช้นันทนาการ
7. ค่าธรรมเนียมและค่าดูแลอุปกรณ์เครื่องใช้
8. ไม่รู้แหล่งที่สามารถเข้าร่วมกิจกรรม
9. ไม่รู้ถึงแหล่งในการเรียนรู้กิจกรรม
10. ความไม่กล้าในการเข้าร่วมกับชุมชน
11. น้ำมันแพง

12. ไม่มีความสามารถด้านร่างกาย
13. ขาดระบบการคมนาคมขนส่ง
14. ขาดความรักในศิลปะหรือความคิดเชิงสร้างสรรค์
15. มีความพิการทางกายไม่สามารถเข้าร่วมได้

เอ็ดจิ้นตัน และคณะ (C. R. Edginton, Jordan, Degraaf, and Edginton, 1995, pp.24-26) ได้จำแนกประเภทของอุปสรรคที่ทำให้บุคคลไม่สามารถเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง โดยแบ่งเป็น 10 ประเภท ได้แก่

1. อุปสรรคทางทัศนคติ (Attitude Constrains) มีความสอดคล้องกับเรื่องของจิตใจของแต่ละคน
2. อุปสรรคทางการติดต่อสื่อสาร (Communicative Constrains) เป็นอุปสรรคที่มีความเกี่ยวข้องกับการตัดสินใจที่เป็นพื้นฐานมาจากที่เป็นพื้นฐานมาจากความต้องการของบุคคล
3. อุปสรรคความสมดุล (Consumptive Constraints) เกิดจากลักษณะการทำงาน ที่ไม่มีความสมดุลกับการใช้เวลาว่าง
4. อุปสรรคเรื่องเวลา (Temporal Constraints) เกี่ยวข้องกับความไม่เข้าใจในการแบ่งเวลา การจัดสรรเวลาจึงทำให้ส่งผลต่อการใช้เวลาว่าง
5. อุปสรรคทางสังคมและวัฒนธรรม (Social/Cultural Constraints) สภาพแวดล้อมทางสังคม ประเพณี วัฒนธรรม ที่หล่อหลอมมีผลต่ออุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง
6. อุปสรรคทางเศรษฐกิจ (Economic Constraints) สภาพคล่องทางรายได้ หรือการขาดรายได้ เป็นอุปสรรคของการเข้าร่วมกิจกรรม หรือใช้บริการการใช้เวลาว่าง
7. อุปสรรคทางด้านสุขภาพ (Health Constraints) อุปสรรคทางความสามารถทางอารมณ์และทางกายของแต่ละบุคคล
8. อุปสรรคทางด้านประสบการณ์ (Experiential Constraints) แต่ละคนมีประสบการณ์ ชีวิตที่แตกต่างกัน ตั้งแต่เกิดจนจบชีวิต ประสบการณ์ที่ผ่านมาและทำให้เกิดความรู้สึกไม่ประทับใจ ย่อมส่งผลต่ออุปสรรคการใช้เวลาว่าง
9. อุปสรรคทางด้านคุณค่าและทักษะการใช้เวลาว่าง (Leisure Values and Skills Constraints) การขาดความรู้ ทักษะ และความเข้าใจที่ไม่เพียงพอ ถือเป็นอุปสรรค
10. อุปสรรคทางสภาพแวดล้อม (Environmental Constraints) เป็นอุปสรรคที่สามารถขัดขวางการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของแต่ละบุคคลจากสิทธิของการใช้เวลาว่างไม่ว่าจะเป็นโครงสร้าง พื้นที่อำนวยความสะดวก รวมถึงทรัพยากรต่าง ๆ

ทั้งนี้ เอ็ดจิงตัน และคณะ (C. R. Edginton et al., 1995, p.23) แบ่งอุปสรรคที่มีอิทธิพลต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ซึ่งแบ่งออกเป็น 2 ประเภท ดังนี้

1. อุปสรรคที่มีมาก่อน (Antecedent Constraints) เป็นสิ่งที่หล่อหลอมมาแต่กำเนิดและเติบโตขึ้นมา เช่น การขาดความรู้ความเข้าใจ การขาดโอกาส ความเชื่อส่วนบุคคลเกี่ยวกับการใช้เวลาว่าง รวมถึงบทบาทของเพศที่มีการกำหนดถึงข้อจำกัดบางประการทางสังคม

2. อุปสรรคที่เกิดขึ้นภายหลัง (Intervening Constraints) เป็นสิ่งที่แต่ละบุคคลเรียนรู้ผ่านประสบการณ์ บทบาทฐานะทางสังคม รวมถึงบริบททางสังคม เช่น ความสามารถในการชำระค่าธรรมเนียมบริการในการร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ความปลอดภัยของสิ่งอำนวยความสะดวก

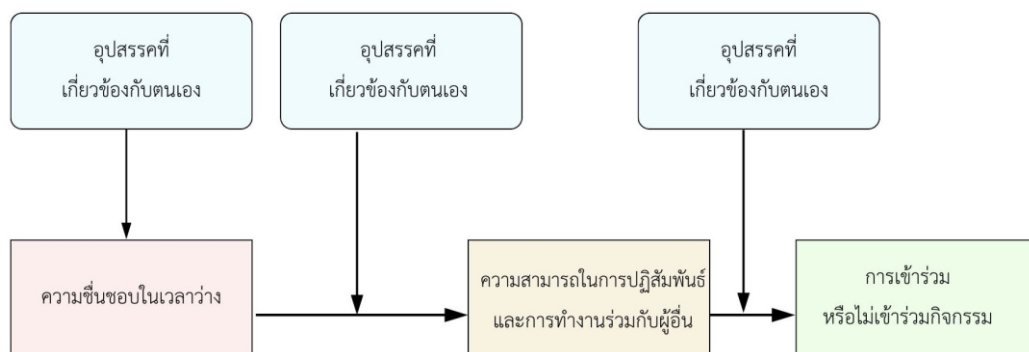
คราวฟอร์ดและกอดเบย์ (Crawford, Jackson, and Godbey, 1991) ได้จำแนกอุปสรรคในการใช้เวลาว่างไว้ 3 ด้าน ดังนี้

1) อุปสรรคทางโครงสร้าง (Structure barriers) เกิดจากโครงสร้างทางสังคมที่กำหนดไว้แล้ว บุคคลไม่สามารถควบคุมอุปสรรคนี้ได้ เช่น ศาสนา วัฒนธรรม เศรษฐกิจ ทรัพยากรทางกายภาพ เป็นต้น

2) อุปสรรคที่เกี่ยวข้องกับตนเอง (Intrapersonal barriers) มีจุดเริ่มต้นจากแต่ละบุคคล เป็นอุปสรรคที่สำคัญและจัดการได้ยากที่สุด เพราะเกิดจากความรู้สึกนึกคิดของแต่ละบุคคล เช่นทัศนคติ ความวิตกกังวล ประสบการณ์ที่ผ่านมา การเห็นคุณค่าของเวลาว่าง ทักษะความสามารถ สุขภาพ เป็นต้น

3) อุปสรรคการปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคล (Interpersonal barriers) อุปสรรคด้านนี้ส่วนหนึ่งเกิดจากผลกระทบจากอุปสรรคในตนเอง กล่าวคือ บุคคลหนึ่ง เลือกกิจกรรมเวลาว่างที่สนใจ ชื่นชอบ และเหมาะสมกับตนเองได้แล้ว แต่เมื่อเมื่อมีการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลอื่นๆ อาจจะพบว่ามีความสนใจและชื่นชอบไม่ตรงกัน จนกลายเป็นอุปสรรคในการประกอบกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่บุคคลนั้นต้องการทำร่วมกับบุคคลอื่น ๆ ได้

อย่างไรก็ตามปัจจัยต่างๆ ที่เป็นอุปสรรคและขัดขวางการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ตามแนวคิดของ คราวฟอร์ดและกอดเบย์ (Crawford and Godbey) ทั้งสามด้านที่กล่าวมาข้างต้นอาจจะไม่ได้เกิดขึ้นเพียงด้านใดด้านหนึ่งหรือเกิดขึ้นในเวลาเดียวกัน แต่อุปสรรคทั้งสามด้านนี้มีลำดับขั้นตอนในของการขัดขวางการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ดังนี้



ภาพประกอบ 15 รูปแบบลำดับขั้นของอุปสรรคการการใช้เวลาว่าง

ที่มา : Crawford, D. W., Jackson, E. L., และ Godbey, G. (1991). A Hierarchical Model of Leisure Constraints. Leisure Science, 13, 309 -320.

จากภาพสามารถอธิบายได้ว่าอุปสรรคที่เกี่ยวข้องกับตนเองเป็นส่วนกระตุ้นให้บุคคลมีทัศนคติและรับรู้ความรู้สึกที่มีต่อกิจกรรมต่าง ๆ จนกลายเป็นความชื่นชอบ ไม่ชอบ และเฉยๆ ที่มีต่อกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่ง ต่อมาเมื่อบุคคลแสวงหากิจกรรมการใช้เวลาว่างที่เหมาะสมกับตนเองได้แล้ว การปฏิสัมพันธ์หรือการเข้าร่วมกิจกรรมร่วมกับบุคคลอื่นอาจเกิดปัญหาได้ เช่น บุคคลมีความต้องการให้มีเพื่อน หรือครอบครัว เข้าร่วมกิจกรรมด้วยกัน แต่ไม่มีใครสามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ สิ่งเหล่านี้เป็นอุปสรรคในการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ที่บุคคลปรารถนา แต่หากบุคคลนั้นสามารถเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างได้ด้วยตัวคนเดียว และสามารถปรับตัวเข้ากับผู้อื่นได้ จะก่อให้เกิดโอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรมที่ปรารถนามากขึ้น

วณัฐพงศ์ เบญจพงศ์ (2565) แบ่งอุปสรรคต่อการใช้เวลาว่างและนันทนาการไว้ดังนี้

1) ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง หมายถึง บุคคลไม่ทราบช่องทางการค้นหาข้อมูลบริการด้านการใช้เวลาว่าง ไม่ทราบว่ามีการให้บริการกิจกรรมการใช้เวลาว่างของหน่วยงานต่างๆ ที่จัดเตรียมไว้ให้เข้าร่วม ไม่เข้าใจลักษณะกิจกรรม ประเภทและรูปแบบกิจกรรม ที่ให้บริการ และไม่เข้าใจข้อความประชาสัมพันธ์ของบริการการใช้เวลาว่าง เช่น ข้อควรปฏิบัติ ข้อจำกัด หรือวัน เวลา สถานที่ ในการประกอบกิจกรรม รวมถึงไม่สามารถเข้าถึงข้อมูลต่างๆ ของการบริการกิจกรรมได้ เนื่องจากไม่สามารถเข้าถึงอินเทอร์เน็ต หรือมีข้อจำกัดในการใช้สมาร์ทโฟน

2) ด้านความสามารถทางกาย หมายถึง บุคคลมีปัญหาด้านสุขภาพ เช่น มีโรคประจำตัว มีความเจ็บป่วย มีอาการบาดเจ็บ เป็นต้น หรือมีความจำเป็นต้องได้รับคำแนะนำและยินยอมจากแพทย์ก่อนการประกอบกิจกรรมการใช้เวลาว่าง

3) ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง หมายถึง บุคคลมีทัศนคติที่ไม่ดีต่อการใช้เวลาว่าง เช่น คิดว่าเป็นเรื่องไม่จำเป็น และไร้สาระ ไม่เคยสนใจเวลาว่างของตนเอง ขาดความรู้ความเข้าใจในเรื่องของเวลาว่างและการใช้เวลาว่าง ไม่เห็นประโยชน์ของการทำกิจกรรมในเวลาว่าง รวมถึงการมีบทบาทหน้าที่และความรับผิดชอบมากจนไม่สามารถให้เวลากับการประกอบกิจกรรมในเวลาว่างได้

4) ด้านการเงิน หมายถึง บุคคลมีรายได้จำกัด ไม่เพียงพอ กับค่าบริการในการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง รวมถึงค่าเดินทางสำหรับการไปเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างนอกสถานที่ และมีความคิดว่าควรเก็บเงินไว้ใช้ประโยชน์ด้านอื่นมากกว่า

5) ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย หมายถึง การที่บุคคลมีความคิดว่าการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง เป็นการเพิ่มความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัยแก่ตนเอง เช่น การเกิดอุบัติเหตุ ความรู้สึกกังวลต่อเชื้อโรคและเชื้อไวรัสต่างๆ เป็นต้น

6) ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง หมายถึง บุคคลรู้สึกไม่ประทับใจในการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ไม่ว่าจะเป็น ตัวกิจกรรม การให้บริการ ผู้นำกิจกรรม สถานที่ให้บริการ รวมถึงการถูกล้อเลียนจากเพื่อนๆ ในขณะที่ทำกิจกรรม ทำให้เกิดเป็นประสบการณ์ที่ไม่ดีในการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง

7) ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก หมายถึง สิ่งอำนวยความสะดวกที่ต้องใช้ในการกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ไม่อยู่ในสภาพพร้อมใช้งาน ไม่มีคุณภาพ ไม่ได้มาตรฐานและไม่ปลอดภัย เกิดการชำรุดบ่อยครั้ง รวมถึงสิ่งอำนวยความสะดวกที่แต่ละบุคคลสนใจมีไม่เพียงพอ

8) ด้านข้อปฏิบัติในการเข้าร่วม หมายถึง กิจกรรมการใช้เวลาว่างไม่มีบริการในบริเวณที่พักอาศัย หรือมีบริการให้สำหรับสมาชิกเท่านั้น รวมถึงการมีข้อจำกัดในการเข้าร่วมกิจกรรมที่ทำให้รู้สึกงุนวายและไม่อยากทำกิจกรรม

จากการศึกษา แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ผู้วิจัยสรุปได้ว่า อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของแต่ละบุคคลสามารถแยก และแบ่งออกได้แตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับสถานะพื้นฐานเดิมของแต่ละบุคคล ไม่ว่าจะเป็นเพศ อายุ ระดับการศึกษา ตำแหน่งหน้าที่การงาน เวลา สุขภาพ รวมถึงโครงสร้างพื้นฐาน ลักษณะทางกายภาพ และบริบททางสังคม ล้วนแล้วแต่เป็นอุปสรรคที่มีผลต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างทั้งสิ้น ทั้งนี้อุปสรรคในการ

เข้าร่วมการใช้เวลาว่าง อาจมีหลายปัจจัยเกิดขึ้นพร้อมๆ กัน หรือเกิดเพียงด้านใดด้านหนึ่งตามลำดับขั้นตอนก็ได้ ทั้งนี้การจัดอุปสรรคในการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง จำเป็นต้องอาศัยความร่วมมือจากตัวบุคคลและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องในการมีส่วนร่วมแก้ไขและจัดอุปสรรคต่าง ๆ

แนวคิดทฤษฎีเกี่ยวกับวัยทำงาน

วัยทำงานเป็นประชากรกลุ่มใหญ่ของประเทศ มีบทบาทสำคัญในการขับเคลื่อนเศรษฐกิจของประเทศ เป็นผู้นำครอบครัว ดูแลประชากรกลุ่มวัยต่างๆ ภายในครอบครัว มีการแบ่งช่วงอายุของประชากรวัยทำงานอยู่ระหว่างอายุ 18-59 ปี มีประชากร 40,368,845 คน แบ่งเป็นวัยทำงานตอนต้น อายุ 18-29 ปี จำนวน 9,875,470 คน วัยทำงานตอนกลาง อายุ 30-44 ปี จำนวน 14,515,002 คน และวัยทำงานตอนปลาย อายุ 45-59 คน จำนวน 15,156,924 คน (กระทรวงสาธารณสุข, 2567)

ตามแนวทางการบริหารจัดการศูนย์นันทนาการของกรมพลศึกษา (2562) กล่าวว่า เอ็ดจิงตันและคณะ ได้แบ่งประเภทของผู้ใหญ่ออกเป็น 2 ช่วง คือ ผู้ใหญ่ตอนต้น อายุ 18-30 ปี และผู้ใหญ่ตอนกลาง อายุ 31-50 ปี ซึ่งวัยผู้ใหญ่ช่วงนี้จะเริ่มสร้างหลักฐาน หน้าที่การทำงาน มีธุรกิจหรือกิจการเป็นของตนเอง รวมถึงการเปลี่ยนแปลงทางด้านอื่น ๆ เช่น การมีครอบครัวเป็นของตนเอง การมีสังคมใหม่ๆ เป็นต้น นอกจากนี้การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย การเจริญเติบโตและพัฒนาการต่างๆ ที่เปลี่ยนแปลงไปตามวัย รวมถึงการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจ อารมณ์ และสติปัญญา ดังนั้นการที่เรามีความเข้าใจถึงการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวเป็นผลดีที่จะเป็นส่วนช่วย ในการวางแผนการดำเนินชีวิต การประกอบกิจกรรมในชีวิตประจำวันให้มีความถูกต้องและเหมาะสมกับช่วงวัยรายละเอียดเกี่ยวกับพัฒนาการและกิจกรรมการใช้เวลาว่างและนันทนาการของวัยผู้ใหญ่ตอนต้น (Early adulthood) และ วัยผู้ใหญ่ตอนกลาง (Middle adulthood) มีดังนี้

วัยผู้ใหญ่ตอนต้น (Early adulthood)

เป็นช่วงวัยที่มีการพัฒนาทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม ที่เกือบจะสมบูรณ์แบบที่สุด ซึ่งจะมีพัฒนาการแต่ละด้านดังนี้

1) พัฒนาการทางด้านร่างกาย ในช่วงวัยนี้การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายจะช้ากว่าในวัยเด็กเพราะเป็นช่วงที่ร่างกายหยุดเจริญเติบโต ระบบภายในต่างๆ ของร่างกายสมบูรณ์และสามารถทำหน้าที่ได้เต็มที่แล้ว และร่างกายมีสมรรถภาพสูงที่สุดในช่วงวัยนี้ ด้านร่างกายภายนอกจะเห็นได้ว่าคนในวัยนี้ผิวพรรณจะเต่งตึงผิวหนังเรียบ คนที่เคยเป็นสิ่วช่วงวัยรุ่นจะพบว่าสิ่วจะปรากฏลดลง รวมถึงกระดูก และฟันมีการเจริญเต็มที่ กล้ามเนื้อมีความ

แข็งแรงที่สุด โดยเฉพาะเมื่อเข้าช่วงอายุ 30 ปี และยังคงแข็งแรงต่อเนื่องไปจนถึงอายุ 40 ปี ถ้าหากได้รับการดูแลร่างกายเป็นอย่างดี โดยการรับประทานอาหารที่มีประโยชน์ในปริมาณที่เพียงพอและมีการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งจะทำให้ช่วยซ่อมแซมเนื้อเยื่อของร่างกาย และไม่ทำให้เนื้อเยื่อของร่างกายสูญเสียไป ในส่วนพัฒนาการร่างกายภายในนั้น ระบบทางเดินอาหารทำงานอย่างสม่ำเสมอ ค่าผลตรวจร่างกายทางชีวเคมี เช่น น้ำตาลในเลือด ความเป็นกรดต่าง ให้ผลที่เป็นปกติเท่ากับวัยผู้ใหญ่ ประสาทความรู้สึกทางด้านการมองเห็น การได้ยิน ทำงานได้อย่างมีประสิทธิภาพสูงสุดเช่นกัน ในส่วนของระบบหายใจ จะค่อยๆ มีการเปลี่ยนแปลงและเปลี่ยนแปลงเรื่อย ๆ เมื่ออายุมากขึ้นรวมถึงการบีบตัวของหัวใจ การหดตัวของกล้ามเนื้อหัวใจจะลดลงหลังอายุ 30 ปี หลอดเลือดแดงจะมีความยืดหยุ่นน้อยลง บางรายอาจมีหลอดเลือดขด หรือเป็นโรคหลอดเลือดหัวใจ ความจุอากาศหายใจ (breathing capacity) จะค่อยๆ ลดลงในช่วงอายุ 20-40 ปี แต่สามารถทำให้การทำงานของปอดและหัวใจดีขึ้นได้ด้วยการออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้จะค่อย ๆ เปลี่ยนแปลงไปอย่างช้า ๆ โดยไม่สามารถสังเกตเห็นได้ และไม่ทำให้การทำงานทั้งหมดของร่างกายเสื่อมลงไป ความสมบูรณ์ของอวัยวะเพศยังคงมีความคงที่ผู้หญิงในช่วงวัยนี้ยังคงมีประจำเดือนสม่ำเสมอ พร้อมทั้งจะมีบุตรได้โดยไม่มีอันตรายเท่าช่วงวัยรุ่น ทั้งนี้การเปลี่ยนแปลงทางร่างกายที่ได้กล่าวมานั้นจะมากน้อยหรือเร็วช้าเพียงใดนั้นขึ้นอยู่กับทางเลือกรับประทานอาหารอุปนิสัยการกิน และการออกกำลังกายของแต่ละบุคคล

2) พัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์ ผู้ใหญ่วัยนี้เป็นระยะของการทดลองเพื่อหาแนวทางชีวิตที่ตนต้องการและพอใจสืบต่อเนื่องมาจากวัยรุ่น ไม่ว่าจะเป็น การแสวงหาอาชีพ การคบค้าสมาคมกลุ่มเพื่อน รวมถึงการเลือกคู่ครอง ทำให้คนในวัยนี้มีความมั่นคงทางด้านจิตใจและอารมณ์ สามารถควบคุมอารมณ์ได้ดีขึ้นมากกว่าช่วงวัยรุ่น มีความเชื่อมั่นและภาคภูมิใจในตัวเอง ไม่ยึดเกาะติดอยู่กับใครอยู่ตลอดเวลา สามารถแก้ไขปัญหาด้วยตนเองได้ และสามารถรับมือและอดทนกับความผิดหวังได้ดี รวมถึงการเอาใจใส่และคำนึงถึงความต้องการของผู้อื่น

3) พัฒนาการทางด้านสังคม ผู้ใหญ่ในวัยนี้มีการเปลี่ยนต่างๆ เกิดขึ้นโดยได้รับอิทธิพลมาจากสังคมและวัฒนธรรม คนในวัยนี้มักถูกตั้งความคาดหวังจากสังคมว่าจะต้องมีความมั่นคงในชีวิต มีอาชีพการงาน มีบทบาทหน้าที่ความรับผิดชอบในการทำงาน ทำให้เกิดการปรับตัว พัฒนาตนเองและปรับทัศนคติและความสนใจของตนเอง รวมถึงค่านิยมต่างๆ เพื่อให้สอดคล้องกับบทบาทใหม่ๆ ของตนเอง เช่น การเป็นคุณพ่อคุณแม่ การเป็นสามีหรือภรรยา การที่มีเพื่อนร่วมงาน ลูกน้องหรือเจ้านาย ซึ่งวัยผู้ใหญ่ตอนต้นต้องสามารถปรับตัวให้สามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้

อย่างมีความสุข และสร้างความสัมพันธ์อันดีกับบุคคลในสังคมที่มีความเกี่ยวข้องกับชีวิตให้ได้ รวมถึงการพร้อมที่จะเสียสละอย่างเต็มที่ และความกล้าหาญที่จะช่วยรับผิดชอบต่อส่วนรวม สิ่งเหล่านี้จะช่วยให้วัยผู้ใหญ่ตอนต้นมีความมั่นคงทางอารมณ์มากยิ่งขึ้น เมื่อสิ้นสุดวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ทุกคนควรมีพัฒนาการทางด้านสังคมที่ดีขึ้นและมีความมั่นคงในชีวิตในทุก ๆ ด้าน

วัยผู้ใหญ่ตอนกลาง (Middle adulthood)

เป็นช่วงวัยผ่านการปรับตัวและผ่านช่วงเวลาของวัยผู้ใหญ่ตอนต้นมา เรียกได้ว่าเป็นช่วงชีวิตที่ผ่านระยะเวลาของความเป็นผู้ใหญ่มานานพอสมควรและเริ่มเข้าสู่การเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่มีความเสื่อมโทรมทางด้านร่างกาย รวมถึงมีผลกระทบต่อสภาพจิตใจ และอารมณ์ ซึ่งจะมีพัฒนาการแต่ละด้านดังนี้

1) พัฒนาการทางด้านร่างกาย การเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายภายนอกของคนวัยนี้จะเกิดขึ้นอย่างประการอย่างมาก เช่น ริ้วรอยบนใบหน้าและหางตา การเปลี่ยนแปลงของเส้นผมจากสีดำกลายเป็นสีเทาหรือสีขาว และจากผมที่เคยหนาบางคนอาจจะรู้สึกที่ผมบางลง เกิดรอยแตกที่ผิวหนังและหยาบกร้าน จนหลายคนอาจจะรู้สึกตกใจและมีความกังวลใจ รวมไปถึงความคล่องแคล่วว่องไว ความกระฉับกระเฉงของร่างกาย ที่เริ่มลดลง และความฉับไวของสมองที่เริ่มจะคิดช้าลง บางรายมีอาการของความจำเสื่อมลงโดยเฉพาะความจำในเหตุการณ์ปัจจุบัน มีการเปลี่ยนแปลงของการมองเห็น คือ สายตายาวขึ้น เนื่องจากความยืดหยุ่นของแก้วตาน้อยลงและพลังในการเพ่งลดลง การได้ยินเริ่มเสื่อมขึ้น เริ่มได้ยินไม่ชัดทำให้คู่สนทนาต้องใช้เสียงที่ดังขึ้น และการตอบสนองจะช้าลง สรีระของคนวัยนี้จึงมักจะอ้วนกว่าวัยหนุ่มสาว เนื่องจากร่างกายมีการเผาผลาญลดลง กระดูกบางลงและค่อย ๆ เกิดกระดูกพรุน เนื่องจากการหลุดของแคลเซียมออกจากกระดูก และจากการที่กระดูกพรุนทำให้หมอนรองกระดูกค่อย ๆ ยุบตัวลง มักจะเกิดที่กระดูกคอและช่วงอกส่วนบน ทำให้ร่างกายของคนในวัยนี้มักจะเตี้ยลงกว่าเดิม และหลังค่อม หญิงที่มีอายุ 55 ปี จะเสี่ยงต่อกระดูกหักมากกว่าชายที่อายุเท่ากัน 10 เท่า กระดูกที่เสี่ยงต่อการหักมากที่สุด คือ กระดูกแขน กระดูกสะโพก และกระดูกสันหลัง ฟันมักจะผุ แต่บางรายฟันโยกและหลุดโดยไม่รู้ ด้านร่างกายภายในหลอดเลือดมีความยืดหยุ่นได้น้อยลง เป็นเหตุให้วัยกลางคนเสี่ยงต่อโรคหลอดเลือดหัวใจ โดยเฉพาะเพศหญิงที่อยู่ในวัยหมดประจำเดือน จะขาดเอสโตรเจนซึ่งเป็นเสมือนตัวป้องกันระดับโคเลสเตอรอล ในเลือดไม่ให้สูง นอกจากนี้ เลือดที่บีบออกจากหัวใจได้น้อยลง และอัตราการกรองของเสียของระบบการทำงานของไตก็น้อยลงด้วย รวมถึงการเปลี่ยนแปลงของระดับฮอร์โมนจะทำให้หญิงหมดประจำเดือน โดยเริ่มจากมีเลือดออกในแต่ละรอบเดือนค่อย ๆ น้อยลง และสภาพของต่อมซึ่งผลิตฮอร์โมนเพศค่อย ๆ ฝ่อลง หญิงอาจมีอาการ

ของการหมดประจำเดือน เช่น อาการร้อนวูบวาบ บริเวณใบหน้ามีเหงื่อออกมาก ปวดศีรษะ ใจสั่น หงุดหงิด อาการเหล่านี้เกิดจากการเสียความสมดุลของฮอร์โมน จนทำให้เกิดอาการดังกล่าว เมื่อรังไข่ผลิตฮอร์โมนน้อยลง แต่ต่อมหมวกไตยังคงผลิตฮอร์โมนบางอย่างอยู่ จึงทำให้หญิงวัยกลางคนมีลักษณะความเป็นเพศหญิงต่อไปได้ แต่เพศชายการเปลี่ยนแปลงมองไม่เห็นชัดเจนนัก ความสามารถในการสืบพันธุ์ยังมีอยู่ การหลังฮอร์โมนเพศจะน้อยลง ลูกอ้วนจะนุ่มและขนาดเล็กลง การสร้างอสุจิน้อยลง ฮอร์โมนเทสโทสเตอโรนน้อยลง ชายอาจต้องใช้เวลาเพิ่มขึ้นในการทำให้อวัยวะเพศแข็งตัว และอาจรู้สึกว่อน้ำอสุจิไหลพุ่งน้อยลง พบว่า ระดับเทสโทสเตอโรนจะลดลงในคนที่มีความวิตกกังวลสูง ความยอมรับนับถือตนเองต่ำ หรือมีอาการซึมเศร้า ประมาทร้อยละ 20 อาจมีต่อมลูกหมากโต มักเริ่มในวัยกลางคนและค่อย ๆ โตขึ้นเรื่อย ๆ ที่บริเวณรอบท่อปัสสาวะ ทำให้ปัสสาวะบ่อย ปัสสาวะขัด

2) พัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์ ในหญิงวัยกลางคนมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายหลายอย่าง โดยเฉพาะฮอร์โมนเพศ การเปลี่ยนแปลงเหล่านี้มีผลต่อจิตใจของหญิงวัยกลางคนเป็นอย่างมาก ทำให้ต้องมีการปรับตัวต่อการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้น ถ้าปรับตัวได้ดี ชีวิตก็จะสามารถมีชีวิตได้อย่างมีความสุข แต่ถ้าหากปรับตัวไม่ได้จะส่งผลกระทบต่ออารมณ์และจิตใจ และจะส่งผลกระทบต่อด้านอื่น ๆ ตามไปด้วย ไม่ว่าจะเป็นอาชีพการงาน สังคม รวมถึงครอบครัว ซึ่งการเปลี่ยนแปลงทางจิตใจและอารมณ์จะมากหรือน้อยเพียงใดนั้น ขึ้นอยู่กับว่าการเปลี่ยนแปลงของสิ่งต่าง ๆ รอบตัวมีความสำคัญและมีความหมายต่อชีวิตของแต่ละคนเพียงใด เพราะถ้าการเปลี่ยนแปลงเหล่านั้นมีความสำคัญต่อชีวิตน้อยมากจะมีอิทธิพลต่อจิตใจและอารมณ์น้อยไปด้วย

3) พัฒนาการทางด้านสังคม ผู้ใหญ่วัยตอนกลางนี้ จะมีสถานะทางสังคมและหน้าที่การงานดีขึ้น และมีภารกิจทางครอบครัวที่ลดลงเนื่องจากบางท่านที่มีบุตร บุตรอาจจะเติบโตไปมีครอบครัวของตัวเองแล้ว บทบาทที่ต้องคอยอบรมสั่งสอนบุตรลดลงไป บางท่านเปลี่ยนบทบาทไปเลี้ยงหลานแทน ความสัมพันธ์ในฐานะของสามีภรรยาเปลี่ยนแปลงมาเป็นเพื่อนคู่ชีวิตที่คอยร่วมทุกข์ร่วมสุข หรือบางท่านอาจจะรับบทบาทในการดูแลบิดามารดาที่อยู่ในวัยสูงอายุ

กิจกรรมนันทนาการและการใช้เวลาว่างของวัยผู้ใหญ่ตอนต้น

วัยผู้ใหญ่ตอนต้นเป็นวัยที่เน้นการพัฒนาด้านอาชีพและการสร้างความสัมพันธ์กับคนในสังคม กิจกรรมส่วนใหญ่ที่เหมาะสมกับวัยนี้จะเป็นกิจกรรมที่สามารถสร้างความท้าทายทางด้านร่างกาย กิจกรรมนอกสถานที่ทางด้านวัฒนธรรมหรือการเดินทางต่าง ๆ

เนื่องจากเป็นวัยที่ยังมีกำลังร่างกายและใจ รวมถึงมีสภาพทางการเงินที่พร้อมสำหรับการประกอบกิจกรรม รวมถึงกิจกรรมเกี่ยวกับการสร้างเครือข่ายทางสังคม เช่น การท่องเที่ยว การเล่น การรับประทานอาหารนอกบ้านร่วมกัน การชมการแสดงดนตรี เป็นต้น

นอกจากนี้ กิจกรรมประเภทการแข่งขัน และกิจกรรมนันทนาการกลางแจ้ง เป็นกิจกรรมที่ผู้ใหญ่ในวัยนี้นิยมเช่นกัน เนื่องจากเป็นกิจกรรมที่ได้พัฒนาทางด้านร่างกายและพัฒนาทักษะต่าง ๆ อีกทั้งช่วยสร้างความสัมพันธ์กับกลุ่มเพื่อนและสังคม รวมถึงการผ่อนคลายและลดความเครียด

ทั้งนี้ในการจัดโปรแกรมการใช้เวลาว่างควรคำนึงถึงความหลากหลาย ความแตกต่างของวิถีชีวิตแต่ละบุคคล เนื่องจากความชื่นชอบของแต่ละบุคคลต่างกัน ควรมีการแบ่งสัดส่วนการจัดกิจกรรมให้เหมาะสม คำนึงถึงความต้องการของผู้ประกอบกิจกรรม สภาพแวดล้อม เวลา สถานที่ และความปลอดภัยเป็นสำคัญ เช่น โปรแกรมที่จัดขึ้นนี้จัดเพื่ออะไร ใครเป็นผู้เล่นบ้าง เล่นเมื่อไหร่ สามารถและได้ทั้งเพศหญิงและชายหรือไม่ เป็นต้น

กิจกรรมนันทนาการและการใช้เวลาว่างของวัยผู้ใหญ่ตอนกลาง

วัยผู้ใหญ่ตอนกลาง ถึงแม้จะมีสถานะทางสังคมและหน้าที่การงานดีขึ้น และมีการกิจทางครอบครัวที่ลดลง แต่เข้าสู่การเปลี่ยนแปลงไปในทิศทางที่มีความเสื่อมโทรมทางด้านร่างกาย รวมถึงมีผลกระทบต่อสภาพจิตใจและอารมณ์ ดังนั้นกิจกรรมที่ใช้เวลาว่างที่เหมาะสมควรเน้น การแสดงออกด้วยตนเอง การสำรวจด้วยตัวเอง และกิจกรรมที่ทดแทนบทบาทที่สูญเสียไป โดยตัวอย่างโปรแกรมที่จัดให้บริการแก่ผู้ใหญ่วัยกลางคน เช่น กิจกรรมการเคลื่อนไหวร่างกาย (การเดิน-วิ่ง) กิจกรรมที่สร้างสรรค์และการแสดงออก เช่น งานศิลปะ การทำสวน การขึ้นชมธรรมชาติ เป็นต้น และกิจกรรมอาสาสมัคร กิจกรรมต่างๆเหล่านี้ ทำให้ผู้ใหญ่ในวัยนี้สามารถหาสิ่งที่ทำหาย สร้างความสนุกสนาน และสร้างโอกาสการมีเพื่อน เกิดความสัมพันธ์กับสังคม และรู้สึกถึงควมมีคุณค่าในตนเอง

จากการศึกษาแนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับวัยทำงาน ผู้วิจัยสรุปได้ว่า คนวัยทำงานมีอายุตั้งแต่ ช่วง 18-59 ปี โดยแบ่งออกเป็น 3 ช่วง ได้แก่วัยทำงานตอนต้น วัยทำงานตอนกลาง และวัยทำงานตอนปลาย ซึ่งแต่ละช่วงจะมีพัฒนาการทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม รวมถึงความต้องการและพฤติกรรมประกอบกิจกรรมนันทนาการและการใช้เวลาว่างที่แตกต่างกันออกไป เพื่อสร้างโอกาสในการประกอบกิจกรรมและการใช้เวลาว่างในการพัฒนาตนเองเรียนรู้คุณค่าในชีวิต เสริมสร้างประสบการณ์ รวมถึงการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างบุคคล เกิดความมั่นใจในตนเอง และส่งผลให้เกิดการพัฒนาตนเอง

วิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องต่างประเทศ

ไช่ (Tsai, 2006) ได้ศึกษาเกี่ยวกับอุปสรรคต่อการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการของผู้สูงอายุในฮ่องกงโดยการค้นหาปัจจัยที่เป็นอุปสรรคของผู้สูงอายุที่เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึกแบบรายบุคคล จำนวน 66 คน ที่มีอายุ 65 ปีขึ้นไป และเจ้าหน้าที่องค์กรการให้บริการทางนันทนาการทั้งภาครัฐและเอกชนจำนวน 11 คน ผลการศึกษาพบว่า ผู้เข้าร่วมกิจกรรมตระหนักเห็นประโยชน์ของการทำกิจกรรม และต้องการกิจกรรมที่มีลักษณะ Active นอกจากนี้อายุมีส่วนเกี่ยวข้องกับร่างกาย สังคมจิตใจ วัฒนธรรมและ ปัจจัยเชิงโครงสร้าง และปัจจัยอื่น ๆ ที่ไม่เกี่ยวข้องกับอายุ แต่ขัดขวางการเข้าร่วมคือการขาดการรับรู้ถึงสิทธิ ซึ่งทำให้เกิดการระงับความสนใจต่อการใช้เวลาว่าง ผู้ชายมีอุปสรรคทางสังคมและจิตใจมากกว่าผู้หญิงการให้บริการแบบสาธารณะ มีอุปสรรคจากการขาดเงินทุนสนับสนุนจากรัฐบาลตลอดจนขาดทรัพยากรบุคคล ข้อจำกัดทางร่างกาย ปัจจัยทางสังคม เป็นประเด็นใหญ่ที่ส่งผลกระทบต่อการใช้ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม การรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งทางสังคม ตลอดจนการรับรู้ถึงสิทธิของตนเองในการใช้บริการจากหน่วยงานทางนันทนาการที่จัดเตรียมให้ปัจจัยเหล่านี้เมื่อรวมกลุ่มกันและมิได้มีการขจัดปัญหาออกไปจึงเกิดเป็นอุปสรรคที่ขัดขวางการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการต่อบุคคล นอกจากนี้ลักษณะของบุคคล เช่น เพศ สถานะภาพของบุคคลอาจเป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งอิทธิพลต่อปัจจัยอื่น ๆ จนกลายเป็นอุปสรรคในการเข้าร่วมกิจกรรม

สตารโรน่า (Stavroula, 2012) ได้ศึกษาเรื่องการวิเคราะห์คุณภาพชีวิตของวัยกลางคนและสตรีผู้สูงอายุที่มีส่วนร่วมในการเดินร่ำเพื่อสุขภาพ วัตถุประสงค์ของการศึกษา คือ การสำรวจและการศึกษาเกี่ยวกับแรงจูงใจและความตั้งใจที่อยากมีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมให้ ความรู้ของสตรีเนื่องจากบทบาทสตรีในกรีซได้รับการยกระดับขึ้น และได้รับการยกระดับวิถีชีวิตทั้งด้านชีวิตส่วนบุคคลและด้านอาชีพ ความแตกต่างในชีวิตประจำวันของแต่ละบุคคล ได้แก่ เวลา สังคม และการพักผ่อน การต่อสู้เพื่อตนเองและความก้าวหน้า ทำให้เกิดการแสดงออกของตนเองอย่างสร้างสรรค์ เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา คือ การสัมภาษณ์สตรีในการเข้าร่วมกิจกรรม ผลการศึกษาแสดงให้เห็นว่าสตรีที่มีการศึกษาขั้นพื้นฐานมีแนวคิดว่าการเรียนรู้การใช้เวลาว่างเป็น สิ่งจำเป็นสำหรับการพัฒนาส่วนบุคคล เช่นเดียวกับการพัฒนาทักษะ ความคิดสร้างสรรค์ สตรีมองหากการสนับสนุนทางสังคมและการสนับสนุนโปรแกรมการใช้เวลาว่าง

หลิน จิวฟาน และเฮคเตอร์ (Lin, Jiu-Fan, and Hector, 2017) ได้ทำการศึกษาการตระหนักรู้ด้านนันทนาการ ความต้องการด้านนันทนาการ และการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิตของนักเรียนชาวไต้หวันในโอคลาโฮมา เป็นการศึกษาศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างลักษณะทาง

ประชากรศาสตร์ กิจกรรม ความชอบ ความตระหนักรู้ในยามว่าง ประสบการณ์พักผ่อนแบบ ตะวันตก และการเปลี่ยนแปลงวิถีชีวิต ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าไม่มีความแตกต่างกันมากนัก ระหว่างตะวันออกและตะวันตกเมื่อพูดถึงกิจกรรมยามว่างยอดนิยม เช่น ดูทีวี วิดีโอเทป ภาพยนตร์ และอ่านหนังสือหนังสือ แต่หากพูดถึงกิจกรรมนันทนาการที่เก่งกว่าและราคาแพงกว่า นั้นมีความแตกต่างระหว่างวัฒนธรรม เช่น ผู้ปกครองชาวจีนมักไม่สนับสนุนให้บุตรหลานเข้าร่วม กิจกรรมกลางแจ้งและกิจกรรมกีฬา

ลี ชอง บัง (Le Cong Bang, 2020) ได้ศึกษารูปแบบกิจกรรมทางกายภาพและกีฬา ในช่วงเวลาว่างของนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัยเมืองโฮจิมินห์ในแง่ของลักษณะการมีส่วนร่วมทาง กายและการกีฬา ผลการศึกษาพบว่านักศึกษามหาวิทยาลัยในนครโฮจิมินห์ มีส่วนร่วมในระดับสูง ที่ 21.7% และผู้ที่ไม่ใช่ผู้เข้าร่วมที่ 1.4% มักจะเลือกกิจกรรมทางกายและการกีฬา เช่น วิ่ง เดิน และฟุตบอล มีความแตกต่างกันระดับการมีส่วนร่วมในกิจกรรมตามข้อมูลประชากร ผู้ชายมีระดับ การเข้าร่วมสูงกว่าผู้หญิง และนักเรียนอายุ 19 ปี มีระดับการมีส่วนร่วมสูงสุด แรงจูงใจที่เกี่ยวข้อง กับรูปร่างหน้าตามีผลกระทบมากที่สุดต่อการเข้าร่วมกิจกรรมกีฬาของนักเรียนและการมีส่วนร่วม ทางกายภาพ มีข้อจำกัด 3 ประการ ได้แก่ 1. ขาดการสนับสนุนทางสังคม 2. ขาดความรู้ 3. ขาดสิ่งอำนวยความสะดวก

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องในประเทศ

สราวุธ ชัยวิจิต (2552) ได้ศึกษาเรื่อง รูปแบบการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของเจเนอ เรชั่นต่าง ๆ ในเขตกรุงเทพมหานคร โดยใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล กลุ่มประชากรจากประชาชนเจเนอเรชั่นต่างๆ ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 405 คน ผลวิจัย พบว่า รูปแบบกิจกรรม ภายในบ้านที่กลุ่มตัวอย่างทำเป็นประจำมากที่สุด คือ การดูโทรทัศน์ รูปแบบกิจกรรมสร้างสรรค์ที่ กลุ่มตัวอย่างทำเป็นประจำมากที่สุด คือ การร้องเพลงเล่นดนตรี รูปแบบกิจกรรมนอกสถานที่ที่ กลุ่มตัวอย่างทำเป็นประจำมากที่สุด คือ พบปะสังสรรค์ รูปแบบ กิจกรรมกีฬาและสุขภาพที่กลุ่ม ตัวอย่างทำเป็นประจำมากที่สุดคือการออกกำลังกาย ซึ่งภาพรวม กลุ่มตัวอย่างคิดเห็นว่าปัจจัยที่มี ผลต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างทุกปัจจัยมีผลต่อรูปแบบการเข้า ร่วม โดยปัจจัยที่มีผลต่อการเข้า ร่วมการใช้เวลาว่างมากที่สุดคือ ความปลอดภัย ความชื่นชอบ ความสะดวกในการเดินทาง ความ พร้อมทางด้านร่างกาย การให้บริการ และความพร้อมทาง จิตใจตามลำดับ ผลการวิเคราะห์ ความสัมพันธ์ระหว่างเจเนอเรชั่นต่าง ๆ กับรูปแบบการเข้าร่วม การใช้เวลาว่าง พบว่า กลุ่มตัวอย่าง ที่อยู่ในเจเนอเรชั่นต่างกันมีความคิดเห็นต่อปัจจัยที่มีผลต่อ รูปแบบการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง โดยรวมแตกต่างกัน

เจษฎา ชูฤทธิกุล (2559) ศึกษาการใช้เวลาว่างของพนักงาน บริษัท เอฟแอล เอเยนซีส์ (ประเทศไทย) จำกัด สำนักงานใหญ่ เพื่อเป็นแนวทางในการส่งเสริมกิจกรรมนันทนาการต่อตัวพนักงานและต่อบริษัท ในอนาคตให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น ผลการวิจัยสรุปได้ดังนี้ กิจกรรมประเภทกีฬาและการออกกำลังกาย (Sport and Exercise) ที่เข้าร่วมมากที่สุด ได้แก่ ฟิตเนส เดิน/วิ่ง และแบดมินตัน ตามลำดับ กิจกรรมประเภทดนตรี (Music) ที่เข้าร่วมมากที่สุด ได้แก่ ฟังเพลง เล่นเครื่องดนตรีสากล และร้องเพลงคาราโอเกะ ตามลำดับ กิจกรรมประเภทงานอดิเรก (Hobby) ที่เข้าร่วมมากที่สุด ได้แก่ ถ่ายภาพ อ่านหนังสือ และการดูละคร ภาพยนตร์ ตามลำดับ กิจกรรมประเภทการท่องเที่ยว (Tourism) ที่เข้าร่วมมากที่สุด ได้แก่ ท่องเที่ยวทางธรรมชาติ พักค้างแรมตามโรงแรมหรือรีสอร์ท และ ท่องเที่ยวเชิงวัฒนธรรม ประเพณี เช่น ทำบุญที่วัด งานประเพณีต่าง ๆ ตามลำดับ กิจกรรมประเภททางสังคม (Socializing) ที่เข้าร่วมมากที่สุด ได้แก่ สังสรรค์กับเพื่อน ร่วมงานวันพิเศษ และการบำเพ็ญประโยชน์ ตามลำดับ

วิมลมาลย์ สมคะเน (2559) ศึกษาการพัฒนาโปรแกรมการใช้เวลาว่างเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตสตรีวัยทำงานเพื่อพัฒนาโปรแกรมการใช้เวลาว่างที่ส่งเสริมคุณภาพชีวิตของสตรีวัยทำงาน และศึกษาผลของโปรแกรม กลุ่มตัวอย่างเป็นสตรีวัยทำงานมหาวิทยาลัยรามคำแหง จำนวน 71 คน ที่ได้มาจากการคัดกรองด้วยแบบวัดคุณภาพชีวิตและการสุ่มโดยการแบ่งจับคู่ (Match-paired sampling) ออกเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 30 คน กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมในการขยายผลของโปรแกรมได้มาจากการสุ่มแบบง่ายจากสตรีวัยทำงานทั้ง 4 ภาคของประเทศ ได้แก่ มหาวิทยาลัยราชภัฏอุดรดิตถ์ (ภาคเหนือ) มหาวิทยาลัยเทคโนโลยีสุรนารี (ภาคอีสาน) มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช (ภาคใต้) และมหาวิทยาลัยเพชรบุรี (ภาคกลาง) คู่มือการใช้โปรแกรมฯ มีค่าความเหมาะสมที่จะนำไปใช้มากที่สุด ผลการใช้โปรแกรม ของกลุ่มทดลองก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม 8 สัปดาห์ มีความแตกต่างโดยรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 เมื่อพิจารณารายด้านพบว่าไม่แตกต่างด้านสุขภาวะทางอารมณ์ ในส่วนของผลการประเมินการขยายผลโปรแกรกดังกล่าว พบว่า คุณภาพของสตรีวัยทำงาน ทั้ง 4 สถาบัน มีการเปลี่ยนแปลงโดยรวมก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .05

วณัฐพงศ์ เบญจพงศ์ (2565) ศึกษาเรื่อง การวิเคราะห์องค์ประกอบอุปสรรคของการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการภายนอกที่พักอาศัยของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้สูงอายุที่มีอายุ 60 -79 ปี จำนวน 660 คนในการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงสำรวจ และจำนวน 530 คน สำหรับการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน ด้วยวิธี Maximum Likelihood (ML) ผลการวิจัยพบว่า 1) อุปสรรคการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกที่พักอาศัยของผู้สูงอายุใน

เขตกรุงเทพมหานครมีจำนวน 10 องค์ประกอบได้แก่ การรับรู้ข้อมูลบริการนันทนาการ ความสามารถทางกาย การตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ทักษะคิดต่อการใช้เวลาว่างนอกที่พักอาศัย การเงิน ความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย การตระหนักรู้ในตนเอง ประสพการณ์การใช้เวลาว่าง สิ่งอำนวยความสะดวก และข้อปฏิบัติในการเข้าร่วม รวมทั้งสิ้น 49 ตัวแปร 2) ความสอดคล้องกลมกลืนของโมเดลการวิจัยกับข้อมูลเชิงประจักษ์ (Model Fit) และทำการตรวจสอบความสอดคล้องของโมเดลกับข้อมูลเชิงประจักษ์ (Assessment of Model Fit) มีความสอดคล้องกลมกลืนกับข้อมูลเชิงประจักษ์พอใช้ได้ 3) ตัวแปรที่มีอิทธิพลทางตรงมากที่สุดคือข้อปฏิบัติกรเข้าร่วม และตัวแปรที่มีอิทธิพลทางอ้อมมากที่สุดคือ การตระหนักรู้ในตนเอง

ศริญญา ซาญสุข และ สุจิตตา ฤทธิมนตรี (2566) ศึกษาปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับโรคซึมเศร้าของวัยทำงานในสถานการณ์แพร่ระบาด COVID-19 เพื่อคัดกรองและประเมินโรคซึมเศร้า และหาปัจจัยที่สัมพันธ์กับโรคซึมเศร้าของวัยทำงาน ช่วงการแพร่ระบาดของโรค COVID-19 ในชุมชนสามพร้าว อำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี โดยเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยการสัมภาษณ์แบบเผชิญหน้ากับวัยทำงานอายุ 18-59 ปี ผลการศึกษาพบว่าพบว่าการมีบทบาทเป็นผู้นำครอบครัวเป็นปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับอาการซึมเศร้าอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ (AOR= 2.659, 95% CI =1.365 to 5.180, $p < 0.05$) ผลของการศึกษาจึงเป็นข้อมูลที่สำคัญในการส่งเสริมสุขภาพจิตและป้องกันโรคซึมเศร้าในวัยทำงานโดยเฉพาะผู้มีบทบาทเป็นผู้นำครอบครัว รวมไปถึงการพัฒนา รูปแบบการดูแลคนวัยทำงานที่มีโรคซึมเศร้า

จากการทบทวนแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องต่างประเทศและในประเทศ ดังกล่าวข้างต้น ทำให้ผู้วิจัยเกิดแนวคิดว่าการส่งเสริม สนับสนุน และดำเนินงานด้านนันทนาการให้กับประชาชน มีความรู้ความเข้าใจและตระหนักรู้ถึงคุณค่าของนันทนาการ จนนำไปสู่การเข้าร่วมหรือประกอบกิจกรรมนันทนาการจนเป็นวิถีชีวิต ส่งผลให้เกิดสุขภาวะที่ดีขึ้น อันเป็นพื้นฐานในการดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุข ในฐานะผู้วิจัยปฏิบัติงานสนับสนุนภารกิจงานด้านนันทนาการ เห็นว่าการมีฐานข้อมูลด้านนันทนาการ ถือเป็นเครื่องมือสำคัญในการเสริมสร้างและพัฒนาคุณภาพชีวิตของประชาชน เพื่อเป็นประโยชน์ต่อหน่วยงานภาครัฐและภาคเอกชนที่มีภารกิจรับผิดชอบงานด้านนันทนาการ ขจัดปัญหาและอุปสรรคที่ส่งผลต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของประชาชนได้อย่างยั่งยืน ซึ่งผู้วิจัยได้นำมาใช้เป็นแนวทางในการศึกษาวิจัย เรื่อง ความตระหนักรู้ การใช้เวลาว่างและอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขต กรุงเทพมหานคร ในการกำหนดกรอบแนวคิด ตัวแปรอิสระ และตัวแปรตาม นิยามศัพท์ สมมติฐาน เพื่อช่วยในการออกแบบสำหรับการทดสอบสมมติฐาน และอภิปรายผลการวิจัยต่อไป

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยเรื่อง ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างและอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. การกำหนดประชากรและการเลือกกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล
5. สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ประชาชนวัยทำงาน อายุระหว่าง 18-59 ปี ที่มีสถานที่ทำงานและที่อยู่อาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 3,225,712 คน (กระทรวงสาธารณสุข, 2567)

กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ คือ ประชาชนวัยทำงานอายุระหว่าง 18-59 ปี ที่มีสถานที่ทำงานและที่อยู่อาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร ซึ่งกำหนดขนาดของกลุ่มตัวอย่างโดยเปรียบเทียบจากตารางประมาณการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างของยามาเน (กัลยา วานิชย์บัญชา, 2546) โดยกำหนดค่าความเชื่อมั่น 95% หรือยอมให้เกิดความคลาดเคลื่อนเท่ากับ .05 ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 400 คน โดยใช้วิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน (Multi-stage Random Sampling) ดังนี้

1. การสุ่มตัวอย่างโดยใช้ความน่าจะเป็น (Probability sampling) เลือกแบบชั้นภูมิ (Two-stage stratified sampling) โดยแบ่งตามเขตตามการบริหารงาน 6 กลุ่มโซน คือ กลุ่มกรุงเทพกลาง กลุ่มกรุงเทพใต้ กลุ่มกรุงเทพเหนือ กลุ่มกรุงเทพตะวันออก กลุ่มกรุงเทพมหานครเหนือ และกลุ่มกรุงเทพใต้ (กรุงเทพมหานคร, 2556) มีรายละเอียดดังนี้

1.1 **กลุ่มกรุงเทพกลาง** ประกอบด้วย เขตพระนคร เขตดุสิต เขตป้อมปราบศัตรูพ่าย เขตสัมพันธวงศ์ เขตดินแดง เขตห้วยขวาง เขตพญาไท เขตราชเทวี และเขตวังทองหลาง

1.2 **กลุ่มกรุงเทพใต้** ประกอบด้วย เขตปทุมวัน เขตบางรัก เขตสาทร เขตบางคอแหลม เขตยานนาวา เขตคลองเตย เขตวัฒนา เขตพระโขนง เขตสวนหลวง และเขตบางนา

1.3 **กลุ่มกรุงเทพเหนือ** ประกอบด้วย เขตจตุจักร เขตบางซื่อ เขตลาดพร้าว เขตหลักสี่ เขตดอนเมือง เขตสายไหม และเขตบางเขน

1.4 **กลุ่มกรุงเทพตะวันออก** ประกอบด้วย เขตบางกะปิ เขตสะพานสูง เขตบึงกุ่ม เขตคันนายาว เขตลาดกระบัง เขตมีนบุรี เขตหนองจอก เขตคลองสามวา และเขตประเวศ

1.5 **กลุ่มกรุงธนเหนือ** ประกอบด้วย เขตธนบุรี เขตคลองสาน เขตจอมทอง เขตบางกอกใหญ่ เขตบางกอกน้อย เขตบางพลัด เขตตลิ่งชัน และเขตทวีวัฒนา

1.6 **กลุ่มกรุงธนใต้** ประกอบด้วย เขตภาษีเจริญ เขตบางแค เขตหนองแขม เขตบางขุนเทียน เขตบางบอน เขตราชพฤกษ์ และเขตทุ่งครุ

จากนั้นทำการจับสลากเลือกเขต จากกลุ่มเขตดังกล่าวข้างต้น กลุ่มเขตละ 1 เขต โดยผลการจับสลากได้เขตที่จะเก็บข้อมูล รวมทั้งสิ้น 6 เขต ดังนี้

- 1) กลุ่มกรุงเทพกลาง ได้แก่ เขตดินแดง
- 2) กลุ่มกรุงเทพใต้ ได้แก่ เขตสาทร
- 3) กลุ่มกรุงเทพเหนือ ได้แก่ เขตลาดพร้าว
- 4) กลุ่มกรุงเทพตะวันออก ได้แก่ เขตสะพานสูง
- 5) กลุ่มกรุงธนเหนือ ได้แก่ เขตคลองสาน
- 6) กลุ่มกรุงธนใต้ ได้แก่ เขตบางบอน

2. **สุ่มตัวอย่างแบบโควต้า (Quota Sampling)** โดยแบ่งตามสัดส่วนของกลุ่มตัวอย่างแต่ละเขตให้เท่ากัน คำนวณจากจำนวนตัวอย่างและจำนวนเขต ได้จำนวนตัวอย่างในแต่ละเขต (สรวารุช ชัยวิจิต, 2548) ดังนี้

ตาราง 1 ตารางแสดงการสุ่มตัวอย่างแบบโควต้า (Quota Sampling)

เขต	ขนาดประชากร	อัตรา %	จำนวนตัวอย่าง (คน)
ดินแดง	66,402	19.94	80
สาทร	41,157	12.36	50
ลาดพร้าว	68,431	20.55	82
สะพานสูง	58,411	17.54	70
คลองสาน	36,718	11.03	44
บางบอน	61,919	18.59	74
รวม	333,038	100	400

3. จากนั้น ผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามแจกให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถาม โดยผู้วิจัยใช้วิธีการแจกแบบสอบถามแบบเจาะจง (Purposive Sampling) และเก็บข้อมูลกับ คนวัยทำงานอายุระหว่าง 18-59 ปี ที่มีสถานที่ทำงานและที่อยู่อาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามในการเก็บรวบรวมข้อมูลจาก คนวัยทำงานอายุระหว่าง 18-59 ปี ที่มีสถานที่ทำงานและที่อยู่อาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร ที่ อยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร ซึ่งเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง อาศัยข้อมูลจากตำรา เอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการใช้เวลาว่าง นันทนาการ โดยแบ่งแบบสอบถาม เป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นคำถามที่เกี่ยวกับลักษณะทางประชากรศาสตร์ ตามตัวแปรอิสระที่ ศึกษาจำนวน 6 ข้อ ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ สถานภาพสมรส และรายได้ต่อเดือน เป็นแบบสอบถามปลายปิด (Close-ended Response Question) แบบมีหลายทางเลือก โดยให้ เลือกตอบเพียง 1 คำตอบ(Multiple Choices)

ตอนที่ 2 เป็นคำถามที่เกี่ยวกับความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงาน ในเขตกรุงเทพมหานคร โดยแบ่งเป็น 5 ด้าน ด้านละ 5 ข้อ รวมทั้งสิ้น 25 ข้อ ดังนี้ (Mundy, 1998)

1. การใช้เวลาว่าง
2. ประสบการณ์การใช้เวลาว่าง
3. ความสัมพันธ์กับชีวิต
4. ความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต
5. ความสัมพันธ์กับสังคม

ซึ่งลักษณะของแบบสอบถามใช้ระดับการวัดข้อมูลประเภทแบบอันตรภาคชั้น (Interval Scale) ลักษณะของแบบสอบถามเป็นคำถามที่ใช้มาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ของลิเคิร์ท (Likert Scale) แบ่งระดับความคิดเห็นออกเป็น 4 ระดับ โดยให้ผู้ตอบแบบสอบถามเลือกได้เพียงคำตอบเดียวเท่านั้น ซึ่งผู้วิจัยกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนไว้ดังต่อไปนี้

คะแนน 4	มีระดับ	มีความคิดเห็นด้วยอย่างยิ่ง
คะแนน 3	มีระดับ	มีความคิดเห็นด้วย
คะแนน 2	มีระดับ	มีความคิดไม่เห็นด้วย
คะแนน 1	มีระดับ	มีความคิดไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

การอภิปรายผลการวิจัยของลักษณะแบบสอบถามที่ใช้ระดับวัดข้อมูลแบบอันตรภาคชั้น (Interval Scale) ผู้วิจัยใช้เกณฑ์เฉลี่ยในการอภิปรายผลออกเป็นระดับ 4 ระดับ การหาช่วงกว้างของอันตรภาคชั้นจะได้ช่วงกว้างระดับละ 0.75 ซึ่งมีการคำนวณ ดังนี้ (กัลยา วานิชย์บัญชา, 2546)

$$\begin{aligned}
 \text{ความกว้างของอันตรภาคชั้น} &= \frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{ช่วงคะแนน}} \\
 &= \frac{4 - 1}{4} \\
 &= 0.75
 \end{aligned}$$

จากหลักเกณฑ์ดังกล่าว สามารถแปลความหมายของระดับคะแนนของคำถามได้ดังนี้

- 3.26 – 4.00 หมายถึง มีระดับความคิดเห็นในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง
- 2.51 – 3.25 หมายถึง มีระดับความคิดเห็นในระดับเห็นด้วย
- 1.76 – 2.50 หมายถึง มีระดับความคิดเห็นในระดับไม่เห็นด้วย
- 1.00 – 1.75 หมายถึง มีระดับความคิดเห็นในระดับไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

ตอนที่ 3 เป็นคำถามที่เกี่ยวกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร โดยผู้วิจัยได้พัฒนาข้อคำถามมาจากแบบสอบถามงานวิจัยของวณัฐพงศ์ เบญจพงศ์ ซึ่งสามารถแบ่งเป็น 8 ด้าน ด้านละ 5 ข้อ รวมทั้งสิ้น 40 ข้อ ดังนี้ (วณัฐพงศ์ เบญจพงศ์, 2565)

1. ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วม
2. ด้านความสามารถทางกาย
3. ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาร่วม
4. ด้านการเงิน
5. ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย
6. ด้านประสบการณ์ใช้เวลาร่วม
7. ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก
8. ด้านข้อปฏิบัติในการเข้าร่วม

ซึ่งลักษณะของแบบสอบถามใช้ระดับการวัดข้อมูลประเภทแบบอันตรภาคชั้น (Interval Scale) ลักษณะของแบบสอบถามเป็นคำถามที่ใช้มาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) ของลิเคิร์ท (Likert Scale) แบ่งระดับความคิดเห็นออกเป็น 4 ระดับ โดยให้ผู้ตอบแบบสอบถามเลือกได้เพียงคำตอบเดียวเท่านั้น ซึ่งผู้วิจัยกำหนดเกณฑ์การให้คะแนนไว้ดังต่อไปนี้

คะแนน 4	มีระดับ	มีความคิดเห็นด้วยอย่างยิ่ง
คะแนน 3	มีระดับ	มีความคิดเห็นด้วย
คะแนน 2	มีระดับ	มีความคิดไม่เห็นด้วย
คะแนน 1	มีระดับ	มีความคิดไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

การอธิบายผลการวิจัยของลักษณะแบบสอบถามที่ใช้ระดับวัดข้อมูลแบบอันตรภาคชั้น (Interval Scale) ผู้วิจัยใช้เกณฑ์เฉลี่ยในการอธิบายผลออกเป็นระดับ 4 ระดับ การหาช่วงกว้างของอันตรภาคชั้นจะได้ช่วงกว้างระดับละ 0.75 ซึ่งมีการคำนวณ ดังนี้ (กัลยา วานิชย์บัญชา, 2546)

$$\begin{aligned}
 \text{ความกว้างของอันตรภาคชั้น} &= \frac{\text{คะแนนสูงสุด} - \text{คะแนนต่ำสุด}}{\text{ช่วงคะแนน}} \\
 &= \frac{4 - 1}{4} \\
 &= 0.75
 \end{aligned}$$

จากหลักเกณฑ์ดังกล่าว สามารถแปลความหมายของระดับคะแนนของคำถามได้ ดังนี้

3.26 – 4.00 หมายถึง มีระดับความคิดเห็นในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง

2.51 – 3.25 หมายถึง มีระดับความคิดเห็นในระดับเห็นด้วย

1.76 – 2.50 หมายถึง มีระดับความคิดเห็นในระดับไม่เห็นด้วย

1.00 – 1.75 หมายถึง มีระดับความคิดเห็นในระดับไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง

ตอนที่ 4 เป็นคำถามปลายเปิด (Open-ended) เป็นการแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่น ๆ

ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ

1. ศึกษาข้อมูลจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยที่มีผลต่อการใช้เวลาว่าง การศึกษาการใช้เวลาว่าง ความตระหนักรู้คุณค่าการใช้เวลาว่าง อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง และผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรที่ศึกษา เพื่อใช้เป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม

2. ศึกษาหลักเกณฑ์และวิธีการสร้างแบบสอบถามจากตำราเอกสารต่างๆ

3. รวบรวมสาระและเนื้อหาต่างๆ ที่ได้จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ตามแนวคิดการสร้างความตระหนักรู้คุณค่าการใช้เวลาว่าง และอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของ มันดี (Mundy, 1998) และวณัฐพงศ์ เบญจพงศ์ (2565) จากนั้นนำจึงได้พัฒนาและดัดแปลงแบบสอบถามให้สอดคล้อง ครอบคลุมจุดมุ่งหมายของงานวิจัย รวมถึงกรอบคิดในการวิจัย

4. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นแล้ว เสนอคณะกรรมการที่ปรึกษา ตรวจสอบ แก้ไข สำนวน ภาษา ความครอบคลุมเนื้อหา ตลอดจนรับข้อเสนอแนะต่างๆ ปรับปรุงแก้ไขแบบสอบถามตามที่ คณะกรรมการที่ปรึกษาแนะนำ จากนั้น ดำเนินการส่งโครงการวิจัยเสนอคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ เพื่อพิจารณาและออกใบอนุญาต

5. ดำเนินการนำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขไปหาคุณภาพของเครื่องมือ โดยดำเนินการ ดังนี้ หาค่าความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง (Construct validity) และความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) โดยเสนอให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 คน ตรวจสอบความเที่ยงตรง แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ

การให้คะแนนผู้เชี่ยวชาญหรือผู้ทรงคุณวุฒิแต่ละคนให้คะแนนตามเกณฑ์ ดังนี้

+1 หมายถึง แน่ใจว่าข้อคำถามมีความสอดคล้องตามวัตถุประสงค์

0 หมายถึง ไม่แน่ใจว่าข้อคำถามมีความสอดคล้องตามวัตถุประสงค์

-1 หมายถึง แน่ใจว่าข้อคำถามไม่มีความสอดคล้องตามวัตถุประสงค์

จากคะแนนดังกล่าว ผู้วิจัยนำไปหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of congruence: IOC) ระหว่างข้อคำถามกับสิ่งที่ต้องการวัด โดยที่ผู้วิจัยจะเลือกคำถามที่มีค่าดัชนีความสอดคล้อง ตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไปเป็นข้อคำถามที่นำไปใช้ได้ (พวงรัตน์ ทวีรัตน์, 2540, น.117) ในงานวิจัยนี้ได้ค่าดัชนีความสอดคล้องของแบบสอบถามความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างและอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร อยู่ในช่วง 0.6-1.00

6. ปรับปรุงแบบสอบถามตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ นำเสนอต่อคณะกรรมการที่ปรึกษา เพื่อปรับปรุงให้มีความชัดเจนก่อนนำไปทดลองใช้ จากนั้นนำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแล้วนำไปทดลองใช้ (Try out) กับประชากรที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน โดยการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Corrected Item Correlation) จากนั้นทำการคัดเลือกข้อคำถาม แล้วนำผลมาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยใช้วิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบัค (Cronbach's alpha-Coefficient) ซึ่งค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาที่ได้ 0.8-1.0 จะแสดงถึงระดับความคงที่ของแบบสอบถาม โดยมีค่าระหว่าง $0 \leq \alpha \leq 1$ ค่าที่ใกล้เคียงกับ 1 แสดงว่ามีความเชื่อมั่นสูง (บุญชม ศรีสะอาด, 2545, น.96) ในงานวิจัยนี้ได้ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างและอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร เท่ากับ 0.950

7. นำแบบสอบถามที่ทดลองใช้แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขเพื่อความสมบูรณ์ โดยได้รับคำแนะนำจากคณะกรรมการที่ปรึกษา เพื่อความถูกต้องอีกครั้ง จากนั้นจึงนำแบบสอบถามไปแจกกลุ่มตัวอย่างที่กำหนดไว้

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลตามลำดับขั้นตอนดังนี้

1. ผู้วิจัยขอหนังสือแนะนำตัวจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อติดต่อขอหนังสืออนุญาตในการเก็บรวบรวมข้อมูล
2. ผู้วิจัยนำหนังสือไปยื่นต่อผู้อำนวยการสำนักงานเขตที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง เพื่อขออนุญาตนำแบบสอบถามไปเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง
3. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองและผู้ช่วยวิจัย จำนวน 5 คน โดยการส่งแบบสอบถามทางออนไลน์ ผ่านสื่ออิเล็กทรอนิกส์ออนไลน์ เพราะเป็นวิธีที่เข้าถึงกลุ่มตัวอย่างได้ง่าย สะดวก ลดระยะเวลา ปลอดภัย และประหยัด รวมถึงแจกแบบสอบถามโดยตรง

รวมจำนวน 400 ฉบับ ตามกำหนดการและแผนที่ได้วางไว้ โดยใช้เวลาในการเก็บข้อมูลทั้งสิ้น 30 วัน

4. เกณฑ์การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างเข้ากลุ่ม (Inclusion Criteria) กลุ่มตัวอย่างร่วมการวิจัยด้วยความสมัครใจและลงนามในเอกสารยินยอม โดยกำหนดเกณฑ์การคัดเลือก ดังนี้

4.1 เป็นคนวัยทำงานที่อายุระหว่าง 18-59 ปี ทั้งเพศชายและเพศหญิง ที่มีสถานที่ทำงานและที่อยู่อาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร

4.2 เป็นผู้ประกอบกิจกรรมการใช้เวลาว่างในพื้นที่ที่ศึกษา เช่น สวนสาธารณะ ลานกีฬานันทนาการ ศูนย์เยาวชน ศูนย์กีฬา ห้องสมุดประชาชน เป็นต้น

4.3 สามารถสื่อสารและเข้าใจภาษาไทย

4.4 ยินดีเข้าร่วมในการศึกษา

4.5 เป็นบุคคลที่อาศัยอยู่ในพื้นที่ที่ศึกษาไม่น้อยกว่า 6 เดือน ก่อนการเก็บข้อมูล

การจัดกระทำและวิเคราะห์ข้อมูล

การจัดกระทำข้อมูล

1. ตรวจสอบความถูกต้องและความครบถ้วนของแบบสอบถามก่อนที่จะนำมาประมวลผล

2. ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ผ่านการตรวจสอบความถูกต้องของแบบสอบถามมาลงรหัสตัวเลข (Code) นำไปประมวลผลและวิเคราะห์ข้อมูลในขั้นต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. การวิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ สถานภาพสมรส และรายได้ต่อเดือน นำมาวิเคราะห์โดยใช้การแจกแจงความถี่ (Frequency) คิดเป็นร้อยละ (Percentage)

ตอนที่ 2 ความตระหนักรู้ในการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร นำมาวิเคราะห์โดยใช้ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

ตอนที่ 3 อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร นำมาวิเคราะห์โดยใช้ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

2. การวิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) โดยใช้ทดสอบสมมติฐาน 3 ข้อ เพื่อแสดงถึงความแตกต่างและความสัมพันธ์ของตัวแปรต้นและตัวแปรตาม

2.1 การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม ได้แก่ ข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ของผู้ใช้บริการฯ ด้านเพศ กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร สถิติที่ใช้ทดสอบ คือ ค่าที (Independent Sample t-test) แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

2.2 การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างมากกว่า 2 กลุ่ม ได้แก่ ข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ของผู้ใช้บริการฯ ด้านอายุ ระดับการศึกษา อาชีพ สถานภาพสมรสและรายได้ต่อเดือน กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร สถิติที่ใช้ทดสอบ คือ การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-Way Analysis of Variance) และกรณีผลทดสอบระหว่างค่าคะแนนเฉลี่ยของตัวแปรมากกว่า 2 กลุ่ม พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จะทำการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่โดยใช้วิธีการของฟิชเชอร์ (Fisher's Least-Significant Difference: LSD) (กัลยา วานิชย์บัญชา, 2546, น.258) แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

2.3 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระกับตัวแปรตาม ได้แก่ ตัวแปรความตระหนักรู้ในการใช้เวลาร่วมกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม สถิติที่ใช้ทดสอบ คือ การวิเคราะห์สถิติสหสัมพันธ์อย่างง่ายของเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

3. แบบสอบถามปลายเปิด เพื่อให้ผู้ตอบแบบสอบถามได้แสดงข้อเสนอแนะอื่นๆ นำมาสรุปเป็นความเรียง

สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยครั้งนี้ จะใช้สถิติในการวิเคราะห์ ดังนี้

1. การวิเคราะห์สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics Analysis)

1.1 การหาร้อยละ (Percentage)

$$P = \frac{f(100)}{n}$$

เมื่อ P = ค่าร้อยละ หรือ % (Percentage)

f = ค่าความถี่ที่ต้องการแปลเป็นค่าร้อยละ

n = ค่าจำนวนความถี่ทั้งหมดหรือจำนวนกลุ่มตัวอย่าง

1.2 การหาค่าเฉลี่ย (Mean) โดยใช้สูตร (กัลยา วานิชย์บัญชา, 2546, น.129)

$$\bar{x} = \frac{\sum x}{n}$$

เมื่อ $\bar{x}$ แทน ค่าคะแนนเฉลี่ย

$\sum x$ แทน ผลรวมของคะแนนทั้งหมด

n แทน ขนาดของผู้ตอบแบบสอบถาม

1.3 การหาค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation) โดยใช้สูตร

$$S.D. = \sqrt{\frac{n\sum x^2 - (\sum x)^2}{n(n-1)}}$$

เมื่อ S.D. = ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

x^2 = ผลรวมของคะแนนแต่ละตัวยกกำลังสอง

$\sum x^2$ = ผลรวมของคะแนนทั้งหมดยกกำลังสอง

n = จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่าง

2. สถิติที่ใช้ทดสอบความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม

การหาความเชื่อมั่นของแบบสอบถามโดยใช้วัดค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบัค (Cronbach's alpha Coefficient) โดยใช้สูตรดังนี้ (กัลยา วานิชย์บัญชา, 2546, น. 449)

$$\text{Cronbach's alpha} = \frac{k \text{ covariance / variance}}{1 + (k-1) \text{ covariance / variance}}$$

เมื่อ k = จำนวนคำถาม

Covariance = ค่าเฉลี่ยของค่าแปรปรวนร่วมระหว่างคำถามต่างๆ

Variance = ค่าเฉลี่ยของค่าแปรปรวนของคำถาม

3. สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) ซึ่งใช้ทดสอบสมมติฐาน ดังนี้

3.1 ค่าสถิติ t-test เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่มที่เป็นอิสระต่อกัน (Independent Sample t-test) (กัลยา วานิชย์บัญชา, 2546, น.241)

ในกรณีที่ความแปรปรวนของทั้งสองกลุ่มเท่ากัน ($S_1^2 = S_2^2$)

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{s_p \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}}$$

สถิติทดสอบ t มีองศาอิสระ ($n_1 + n_2 - 2$)

ในกรณีที่ความแปรปรวนของทั้งสองกลุ่มไม่เท่ากัน ($S_1^2 \neq S_2^2$)

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{\frac{s_1^2}{n_1} + \frac{s_2^2}{n_2}}}$$

เมื่อ t = ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาใน t-distribution

X_1 = ค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างที่ 1

X_2 = ค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างที่ 2

n_1 = ขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ 1

n_2 = ขนาดของกลุ่มตัวอย่างที่ 2

S_1^2 = ค่าความแปรปรวนของกลุ่มตัวอย่างที่ 1

S_2^2 = ค่าความแปรปรวนของกลุ่มตัวอย่างที่ 2

3.2 การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างมากกว่า 2 กลุ่ม
ขึ้นไปโดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-Way Analysis of Variance) (กัลยา วา
ณิชย์บัญชา, 2546, น.254)

ตาราง 2 ตารางแสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว กรณีค่าความแปรปรวนเท่ากัน One-
Way Analysis of Variance (ANOVA)

แหล่งของการ แปรปรวน	ผลรวมกำลังสอง	df	ค่าประมาณของ ความแปรปรวน MS	F
ระหว่างกลุ่ม	SS_b	k-1	MS_b	MS_b/MS_w
ภายในกลุ่ม	SS_w	n-k	MS_w	
รวมทั้งหมด	SS_t	n-1		

$$F = \frac{MS_b}{MS_w}$$

โดยที่ k-1 แทน Degree of Freedom สำหรับการผันแปรระหว่างกลุ่ม dfb
n-k แทน Degree of Freedom สำหรับการผันแปรระหว่างกลุ่ม dfw

เมื่อ F แทน ค่าสถิติที่ใช้พิจารณา F-distribution

MS_b แทน ค่าความแปรปรวนระหว่างกลุ่ม

MS_w แทน ค่าความแปรปรวนภายในกลุ่ม

SS_b แทน ผลบวกกำลังสองระหว่างกลุ่ม

SS_w	แทน	ผลบวกกำลังสองภายในกลุ่ม
K	แทน	จำนวนกลุ่มของตัวอย่าง
n	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด
df_b	แทน	ชั้นแห่งความเป็นอิสระของความแปรปรวนระหว่างกลุ่ม
df_w	แทน	ชั้นแห่งความเป็นอิสระของความแปรปรวนภายในกลุ่ม

สูตรการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว Brown-Forsythe (β) ใช้ในกรณีที่ความแปรปรวนแตกต่างกัน (กัลยา วานิชย์บัญชา, 2546, น.259) มีสูตรดังนี้

$$\beta = \frac{MS_b}{MS_w}$$

โดยค่า	$MS_w = \sum_{i=1}^k (1 - \frac{n_i}{N}) s_i^2$		
เมื่อ β	แทน	ค่าสถิติที่ใช้พิจารณาใน Brown-Forsythe	
MS_b	แทน	ค่าความแปรปรวนระหว่างกลุ่ม	
MS_w	แทน	ค่าความแปรปรวนภายในกลุ่มสำหรับ Brown-Forsythe	
K	แทน	จำนวนกลุ่มของตัวอย่าง	
n	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด	
N	แทน	ขนาดของประชากร	
S_i^2	แทน	ค่าความแปรปรวนของกลุ่มตัวอย่าง	

กรณีพบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงทำการทดสอบเป็นรายคู่ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 หรือระดับความเชื่อมั่น 95 % จะใช้วิธีฟิชเชอร์ (Fisher's Least-Significant Difference: LSD) ซึ่งสามารถใช้ได้กับกลุ่มตัวอย่างที่มีขนาดเท่ากันหรือไม่เท่ากันได้ เพื่อเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยรายคู่ของกลุ่มตัวอย่าง เพื่อดูว่าคู่ใดบ้างที่แตกต่างกัน โดยใช้สูตรดังนี้ (กัลยา วานิชย์บัญชา, 2546, น.258)

$$LSD = t_{1-\alpha/2} \sqrt{MS_E} \sqrt{\frac{1}{n_i} + \frac{1}{n_j}}$$

โดยที่ $n_i \neq n_j$ $r = n - k$

เมื่อ LSD แทน ค่าผลต่างนัยสำคัญที่คำนวณได้สำหรับการทดสอบประชากรกลุ่มที่ i และ j

MS_E	แทน	ค่า mean square error ที่ได้จากการวิเคราะห์ความแปรปรวน
k	แทน	ค่าจำนวนกลุ่มทั้งหมดที่ใช้ทดสอบ
n	แทน	ค่าจำนวนข้อมูลตัวอย่างทั้งหมด
$t_{1-\alpha/2}$	แทน	ค่าสถิติจากตารางมาตรฐาน t โดยใช้ค่าของ $df = n-k$

3.3 สถิติสหสัมพันธ์อย่างง่ายของเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติที่ .05 ใช้หาค่าความสัมพันธ์ของตัวแปรสองตัวที่เป็นอิสระต่อกัน หรือหาความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูล 2 ชุด (กัลยา วานิชย์บัญชา, 2546, น. 350)

$$r_{xy} = \frac{n \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{[n \sum x^2 - (\sum x)^2][n \sum y^2 - (\sum y)^2]}}$$

เมื่อ r_{xy}	แทน	สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์
$\sum x$	แทน	ผลรวมของคะแนน X
$\sum y$	แทน	ผลรวมของคะแนน Y
$\sum x^2$	แทน	ผลรวมคะแนนชุด X แต่ละตัวยกกำลังสอง
$\sum y^2$	แทน	ผลรวมคะแนนชุด Y แต่ละตัวยกกำลังสอง
$\sum xy$	แทน	ผลรวมของผลคูณระหว่าง X และทุกคู่
n	แทน	จำนวนคนหรือกลุ่มตัวอย่าง

โดยที่ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์จะมีค่าระหว่าง $-1 < r < 1$ แปลความหมายได้ ดังนี้

1. ถ้าค่า r เป็นลบ แสดงว่า X และ Y มีความสัมพันธ์กันในทิศทางตรงกันข้าม คือ ถ้า X เพิ่มขึ้น Y จะลด แต่ถ้า X ลด Y จะเพิ่ม
2. ถ้าค่า r เป็นบวก แสดงว่า X และ Y มีความสัมพันธ์กันในทิศทางเดียวกัน คือ ถ้า X เพิ่มขึ้น Y จะเพิ่มด้วย แต่ถ้า X ลด Y จะลดด้วย
3. ถ้าค่า r มีค่าเข้าใกล้ 1 แสดงว่า X และ Y มีความสัมพันธ์กันในทิศทางเดียวกัน และมีความสัมพันธ์กันมาก
4. ถ้าค่า r มีค่าเข้าใกล้ -1 แสดงว่า X และ Y มีความสัมพันธ์กันในทิศทางตรงกันข้ามและมีความสัมพันธ์กันมาก

5. ถ้าค่า r เท่ากับ 0 แสดงว่า X และ Y ไม่มีความสัมพันธ์กัน

6. ถ้าค่า r เข้าใกล้ 0 แสดงว่า X และ Y มีความสัมพันธ์กันน้อยมากและมี

ค่าระดับ

ดังนั้น เกณฑ์ในการแปลความหมายระดับความสัมพันธ์ของค่าสหสัมพันธ์โดยใช้

ค่าสมบูรณ์

ความสัมพันธ์ทางบวก

ที่สุด

ถ้าค่า r มีค่าตั้งแต่ 0.01 ถึง 0.20 แสดงว่า มีความสัมพันธ์ในระดับน้อย

ถ้าค่า r มีค่าตั้งแต่ 0.21 ถึง 0.45 แสดงว่า มีความสัมพันธ์ในระดับน้อย

ถ้าค่า r มีค่าตั้งแต่ 0.46 ถึง 0.75 แสดงว่า มีความสัมพันธ์ในระดับปาน

กลาง

ถ้าค่า r มีค่าตั้งแต่ 0.76 ถึง 0.90 แสดงว่า มีความสัมพันธ์ในระดับมาก

ถ้าค่า r มีค่าตั้งแต่ 0.91 ถึง 0.99 แสดงว่า มีความสัมพันธ์ในระดับมาก

ที่สุด

ถ้าค่า r มีค่าเท่ากับ 1.00 แสดงว่า มีความสัมพันธ์ในระดับสมบูรณ์

ความสัมพันธ์ทางลบ

ถ้าค่า r มีค่าเท่ากับ 0.00 แสดงว่า ไม่มีความสัมพันธ์

ถ้าค่า r มีค่าตั้งแต่ -0.01 ถึง -0.20 แสดงว่า มีความสัมพันธ์ในระดับน้อย

ที่สุด

ถ้าค่า r มีค่าตั้งแต่ -0.21 ถึง -0.45 แสดงว่า มีความสัมพันธ์ในระดับน้อย

ถ้าค่า r มีค่าตั้งแต่ -0.46 ถึง -0.75 แสดงว่า มีความสัมพันธ์ในระดับปาน

กลาง

ถ้าค่า r มีค่าตั้งแต่ -0.76 ถึง -0.90 แสดงว่า มีความสัมพันธ์ในระดับมาก

ถ้าค่า r มีค่าตั้งแต่ -0.91 ถึง -0.99 แสดงว่า มีความสัมพันธ์ในระดับมาก

ที่สุด

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey Research) เพื่อศึกษาความตระหนักรู้การใช้เวลารว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ศึกษาอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลารว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร และศึกษาความสัมพันธ์ของการตระหนักรู้การใช้เวลารว่างกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลารว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูลและแปลผลความหมายข้อมูล ผู้วิจัยได้กำหนดสัญลักษณ์ต่างๆ แทนความหมายดังต่อไปนี้

n	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
$\bar{X}$	แทน	ค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง (Mean)
S.D.	แทน	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง (Standard Deviation)
t	แทน	ค่าสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์แจกแจงค่าที (t-distribution)
F	แทน	ค่าสถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์แจกแจงค่าเอฟ (F-distribution)
r	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (Pearson Correlation)
SS	แทน	ผลบวกกำลังสองของคะแนน (Sum of Squares)
MS	แทน	ค่าเฉลี่ยของผลบวกกำลังสองของคะแนน (Mean Squares)
df	แทน	ระดับชั้นความเป็นอิสระ (Degree of Freedom)
p	แทน	ความน่าจะเป็นหรือโอกาส (Probability)
*	แทน	นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิจัยนี้ศึกษาถึงความตระหนักรู้การใช้เวลารว่างและอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลารว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับต่อไปนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ดังปรากฏในตาราง 3

ตอนที่ 2 ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ดังปรากฏในตาราง 4-9

ตอนที่ 3 อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ดังปรากฏในตาราง 10-18

ตอนที่ 4 ผลการเปรียบเทียบและการวิเคราะห์ความแปรปรวนของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีลักษณะทางด้านประชากรศาสตร์ จำแนกตาม เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ สถานภาพ และรายได้ต่อเดือน ดังปรากฏในตาราง 19-48

ตอนที่ 5 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ดังปรากฏในตาราง 49-57

ตอนที่ 6 ข้อเสนอแนะอื่นๆ ของผู้ตอบแบบสอบถาม

ตอนที่ 1 ข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร

ข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ของผู้ตอบแบบสอบถาม ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ สถานภาพ รายได้ต่อเดือน และเขตพื้นที่อยู่อาศัย ดังนี้

ตาราง 3 ข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ของผู้ตอบแบบสอบถาม

ข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์		จำนวน	ร้อยละ
เพศ			
	ชาย	218	54.5
	หญิง	182	45.5
รวม		400	100.00
อายุ			
	19-29 ปี	111	27.8
	30-44 ปี	152	38.0
	45-59 ปี	137	34.2
รวม		400	100.00

ตารางที่ 3 (ต่อ)

ข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์	จำนวน	ร้อยละ
ระดับการศึกษา		
ประถมศึกษา	37	9.3
มัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า	61	15.3
อนุปริญญาหรือเทียบเท่า	101	25.3
ปริญญาตรี	144	36.0
สูงกว่าปริญญาตรี	57	14.2
รวม	400	100.00
อาชีพ		
นักเรียน / นักศึกษา	32	8.0
ข้าราชการ / พนักงานรัฐวิสาหกิจ / พนักงานของรัฐ	127	31.8
เจ้าของกิจการ / ธุรกิจส่วนตัว	107	26.8
พนักงานบริษัทเอกชน / ห้างร้าน	103	25.8
อื่นๆ โปรดระบุ (แม่บ้าน, ฟรีแลนซ์)	31	7.8
รวม	400	100.00
สถานภาพ		
โสด	220	55.0
สมรส	170	42.5
หย่าร้าง	10	2.5
รวม	400	100.00
รายได้ต่อเดือน		
ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 5,000 บาท	22	5.5
5,001 - 15,000 บาท	68	17.0
15,001 - 25,000 บาท	146	36.5
25,001 - 35,000 บาท	104	26.0
35,000 บาทขึ้นไป	60	15.0
รวม	400	100.00

จากตาราง 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ของผู้ตอบแบบสอบถามจำนวน 400 คน สามารถสรุปได้ดังนี้

เพศ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน 218 คน คิดเป็นร้อยละ 54.5 และเพศหญิง จำนวน 182 คน คิดเป็นร้อยละ 45.5

อายุ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีอายุ 30-44 ปี จำนวน 152 คน คิดเป็นร้อยละ 38.0 รองลงมา อายุ 45-59 ปี จำนวน 137 คน คิดเป็นร้อยละ 34.2 และอายุ 19-29 ปี จำนวน 111 คน คิดเป็นร้อยละ 27.8 ตามลำดับ

ระดับการศึกษาสูงสุด พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีการศึกษาในระดับปริญญาตรี จำนวน 144 คน คิดเป็นร้อยละ 36.0 รองลงมา มีการศึกษาระดับอนุปริญญาหรือเทียบเท่า จำนวน 101 คน คิดเป็นร้อยละ 25.3 มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า จำนวน 61 คน คิดเป็นร้อยละ 15.3 มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี จำนวน 57 คน คิดเป็นร้อยละ 14.2 และการศึกษาระดับประถมศึกษา จำนวน 37 คน คิดเป็นร้อยละ 9.3 ตามลำดับ

อาชีพ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีอาชีพเป็นข้าราชการ / พนักงานรัฐวิสาหกิจ / พนักงานของรัฐ จำนวน 127 คน คิดเป็นร้อยละ 31.8 รองลงมา มีอาชีพเป็นเจ้าของกิจการ / ธุรกิจส่วนตัว จำนวน 107 คน คิดเป็นร้อยละ 26.8 มีอาชีพเป็นพนักงานบริษัทเอกชน / ห้างร้าน จำนวน 103 คน คิดเป็นร้อยละ 25.8 มีอาชีพเป็นนักเรียน / นักศึกษา จำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 8.0 และ อื่นๆ เช่น แม่บ้าน ฟรีแลนซ์ จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 7.8 ตามลำดับ

สถานภาพ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีสถานภาพโสด จำนวน 220 คน คิดเป็นร้อยละ 55.0 รองลงมา สถานภาพสมรส จำนวน 170 คน คิดเป็นร้อยละ 42.5 และสถานภาพหม้าย / หย่าร้าง / แยกกันอยู่ จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 2.5 ตามลำดับ

รายได้ต่อเดือน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีรายได้ต่อเดือน 15,001-25,000 บาท จำนวน 146 คน คิดเป็นร้อยละ 36.5 รองลงมา มีรายได้ต่อเดือน 25,001-35,000 บาท จำนวน 104 คน คิดเป็นร้อยละ 26.0 มีรายได้ต่อเดือน 5,001-15,000 บาท จำนวน 68 คน คิดเป็นร้อยละ 17.0 มีรายได้ต่อเดือน 35,000 บาทขึ้นไป จำนวน 60 คน คิดเป็นร้อยละ 15 และมีรายได้ ต่อเดือนต่ำกว่าหรือเท่ากับ 5,000 บาท จำนวน 22 คน คิดเป็นร้อยละ 5.5 ตามลำดับ

ตอนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร

ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครแบ่งเป็น 5 ด้าน คือ ด้านการใช้เวลาว่าง ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง ด้านความสัมพันธ์กับชีวิต ด้านความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต และด้านความสัมพันธ์กับสังคม ดังนี้

ตาราง 4 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของความตระหนักรู้ การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการใช้เวลาว่าง (n = 400)

ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง (ด้านการใช้เวลาว่าง)	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ ความคิดเห็น
1. ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง เพราะเห็นคุณค่าและประโยชน์ของการใช้เวลาว่าง	3.53	.586	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
2. ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างเพื่อ ผ่อนคลาย ความเครียด ความเหนื่อยล้าจากการทำงาน	3.45	.564	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
3. ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างเป็นประจำสม่ำเสมอ	3.41	.691	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
4. ท่านมีความสุข สนุกสนาน สดชื่น เมื่อได้เข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง	3.47	.574	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
5. ท่านเลือกเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ ทำให้ท่านเห็นคุณค่าในตนเอง	3.40	.588	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
รวม	3.45	.436	เห็นด้วยอย่างยิ่ง

จากตาราง 4 พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านการใช้เวลาว่าง โดยรวม มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง ($\bar{X} = 3.45$, S.D. = .436) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่งทุกข้อ คือ ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง เพราะเห็นคุณค่าและประโยชน์ของการใช้เวลาว่าง ($\bar{X} = 3.53$, S.D. = .586) ท่านมีความสุข สนุกสนาน สดชื่น เมื่อได้เข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ($\bar{X} = 3.47$, S.D. = .574) ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างเพื่อ ผ่อนคลาย ความเครียด ความเหนื่อยล้าจากการทำงาน ($\bar{X} = 3.45$, S.D. = .564) ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้

เวลาร่วมเป็นประจำสม่ำเสมอ ($\bar{X} = 3.41$, S.D. = .691) และท่านเลือกเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาร่วมที่ ทำให้ท่านเห็นคุณค่าในตนเอง ($\bar{X} = 3.40$, S.D. = .588) ตามลำดับ

ตาราง 5 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของความตระหนักรู้ การใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านประสบการณ์ใช้เวลาร่วม (n = 400)

ความตระหนักรู้การใช้เวลาร่วม (ด้านประสบการณ์ใช้เวลาร่วม)	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ ความคิดเห็น
1. ท่านมีประสบการณ์ที่ดีในการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม	3.29	.535	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
2. ประสบการณ์ในการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม ของท่านส่งผลต่อการเลือกเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาร่วมในปัจจุบัน และอนาคต	3.46	.582	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
3. กิจกรรมที่ท่านชื่นชอบ สนใจ และยังไม่เคยได้ลองทำ ส่งผลให้ท่านเลือกประกอบกิจกรรมเหล่านั้นเมื่อมีเวลาร่วม	3.28	.633	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
4. กิจกรรมการใช้เวลาร่วมที่ท่านเลือก ต้องเป็นกิจกรรมที่สามารถทำให้ท่านรู้สึกผ่อนคลายความเครียด ลดความวิตกกังวลต่างๆ	3.48	.574	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
5. ท่านรู้มีความสุข สนุกสนาน สดชื่น เมื่อได้เข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาร่วม จึงเข้าร่วมกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง สม่ำเสมอ	3.45	.569	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
รวม	3.39	.397	เห็นด้วยอย่างยิ่ง

จากตาราง 5 พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความตระหนักรู้การใช้เวลาร่วม ด้านประสบการณ์ใช้เวลาร่วม โดยรวม มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง ($\bar{X} = 3.39$, S.D. = .397) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความตระหนักรู้การใช้เวลาร่วมในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่งทุกข้อ คือ ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาร่วมเป็นประจำสม่ำเสมอ ($\bar{X} = 3.41$, S.D. = .691) ท่านเลือกเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาร่วมที่ ทำให้ท่านเห็นคุณค่าในตนเอง ($\bar{X} = 3.40$, S.D. = .588) ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาร่วม เพราะเห็นคุณค่าและประโยชน์ของการใช้เวลาร่วม ($\bar{X} = 3.53$, S.D. = .586) ท่านมีความสุข สนุกสนาน สดชื่น เมื่อได้เข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาร่วม ($\bar{X} = 3.47$, S.D. = .574) และท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาร่วมเพื่อผ่อนคลายความเครียด ความเหนื่อยล้าจากการทำงาน ($\bar{X} = 3.45$, S.D. = .564) ตามลำดับ

ตาราง 6 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของความตระหนักรู้ การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสัมพันธ์กับชีวิต ($n = 400$)

ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง (ด้านความสัมพันธ์กับชีวิต)	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ ความคิดเห็น
1. ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างจากกิจกรรมที่ท่านชื่นชอบ และรู้สึกสนใจ	3.54	.522	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
2. ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างจากทักษะ ความถนัด ของตนเอง	3.46	.651	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
3. ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างในสถานที่ที่สามารถเดินทางได้สะดวก อยู่ใกล้ที่พักอาศัย หรือที่ทำงาน	3.41	.638	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
4. ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ที่ไม่มีค่าบริการ หรือมีค่าใช้จ่ายน้อย	3.34	.675	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
5. ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ท่านสามารถทำร่วมกับสมาชิกในครอบครัว หรือเพื่อนได้	3.41	.666	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
รวม	3.43	.484	เห็นด้วยอย่างยิ่ง

จากตาราง 6 พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านความสัมพันธ์กับชีวิต โดยรวม มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง ($\bar{X} = 3.43$, S.D. = .484) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่งทุกข้อ คือ ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างจากกิจกรรมที่ท่านชื่นชอบ และรู้สึกสนใจ ($\bar{X} = 3.54$, S.D. = .522) ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างจากทักษะ ความถนัด ของตนเอง ($\bar{X} = 3.46$, S.D. = .651) ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ท่านสามารถทำร่วมกับสมาชิกในครอบครัว หรือเพื่อนได้ ($\bar{X} = 3.41$, S.D. = .666) ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างในสถานที่ที่สามารถเดินทางได้สะดวก อยู่ใกล้ที่พักอาศัย หรือที่ทำงาน ($\bar{X} = 3.41$, S.D. = .638) และท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ที่ไม่มีค่าบริการ หรือมีค่าใช้จ่ายน้อย ($\bar{X} = 3.34$, S.D. = .675) ตามลำดับ

ตาราง 7 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของความตระหนักรู้ การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต ($n = 400$)

ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง (ด้านความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต)	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ ความคิดเห็น
1. ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างเพื่อปรารถนาจะมี คุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ทั้งด้าน ร่างกาย อารมณ์ สังคม และ สิ่งแวดล้อม	3.37	.561	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
2. ท่านตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง เนื่องจาก สถานที่ สิ่งอำนวยความสะดวก สิ่งแวดล้อมและการบริการ ที่มี คุณภาพส่งผลให้ท่านมีคุณภาพชีวิตดีขึ้น	3.38	.539	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
3. ท่านตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ทำให้ท่าน ได้รับการพัฒนาด้านร่างกาย	3.44	.597	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
4. ท่านตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ทำให้ท่าน ได้รับการพัฒนาด้านจิตใจ	3.31	.517	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
5. ท่านตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ทำให้ท่าน ได้รับการพัฒนาด้านสังคม	3.26	.605	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
รวม	3.35	.412	เห็นด้วยอย่างยิ่ง

จากตาราง 7 พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต โดยรวม มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง ($\bar{X} = 3.35$, S.D. = .412) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่งทุกข้อ คือ ท่านตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ทำให้ท่านได้รับการพัฒนาด้านร่างกาย ($\bar{X} = 3.44$, S.D. = .597) ท่านตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง เนื่องจากสถานที่ สิ่งอำนวยความสะดวก สิ่งแวดล้อมและการบริการ ที่มีคุณภาพส่งผลให้ท่านมีคุณภาพชีวิตดีขึ้น ($\bar{X} = 3.38$, S.D. = .539) ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างเพื่อปรารถนาจะมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ทั้งด้าน ร่างกาย อารมณ์ สังคม และสิ่งแวดล้อม ($\bar{X} = 3.37$, S.D. = .561) ท่านตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ทำให้ท่านได้รับการพัฒนาด้านจิตใจ ($\bar{X} = 3.31$, S.D. = .517) และท่านตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ทำให้ท่านได้รับการพัฒนาด้านสังคม ($\bar{X} = 3.26$, S.D. = .605) ตามลำดับ

ตาราง 8 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของความตระหนักรู้ การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสัมพันธ์กับสังคม (n = 400)

ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง (ด้านความสัมพันธ์กับสังคม)	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ ความคิดเห็น
1. ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง เพราะมีเพื่อน หรือ ครอบครัวเข้าร่วมกิจกรรมด้วย	3.19	.651	เห็นด้วย
2. ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง เพื่อสร้างปฏิสัมพันธ์กับ คนในชุมชน	3.17	.739	เห็นด้วย
3. ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่มีความสอดคล้องกับ วัฒนธรรม ประเพณี ของชุมชน	3.13	.673	เห็นด้วย
4. คนในสังคม ชุมชนเป็นแบบอย่าง หรือมีส่วนส่งเสริมในการเข้า ร่วมการใช้เวลาว่าง ของท่าน	3.05	.757	เห็นด้วย
5. ปัจจัยทางสังคมส่งผลต่อการเลือกเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลา ว่างของท่าน เช่น วัฒนธรรม เศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อม เป็นต้น	3.31	6.25	เห็นด้วยอย่าง ยิ่ง
รวม	3.17	.544	เห็นด้วย

จากตาราง 8 พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านความสัมพันธ์กับสังคม โดยรวม มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับเห็นด้วย ($\bar{X} = 3.17$, S.D. = .544) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่งและเห็นด้วย ข้อที่อยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง คือปัจจัยทางสังคมส่งผล ต่อการเลือกเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างของท่าน เช่น วัฒนธรรม เศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อม เป็นต้น ($\bar{X} = 3.31$, S.D. = .625) ส่วนข้อที่อยู่ในระดับเห็นด้วย คือ ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง เพราะมีเพื่อน หรือครอบครัวเข้าร่วมกิจกรรมด้วย ($\bar{X} = 3.19$, S.D. = .651) ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง เพื่อสร้างปฏิสัมพันธ์กับคนในชุมชน ($\bar{X} = 3.17$, S.D. = .739) ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่มีความสอดคล้องกับวัฒนธรรม ประเพณี ของชุมชน ($\bar{X} = 3.13$, S.D. = .673) และคนในสังคม ชุมชนเป็นแบบอย่าง หรือมีส่วนส่งเสริมในการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของท่าน ($\bar{X} = 3.05$, S.D. = .757) ตามลำดับ

ตาราง 9 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของความตระหนักรู้ การใช้เวลาร่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร โดยรวม ($n = 400$)

ความตระหนักรู้การใช้เวลาร่าง	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ ความคิดเห็น
1. การใช้เวลาร่าง	3.45	.436	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
2. ประสบการณ์ใช้เวลาร่าง	3.39	.397	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
3. ความสัมพันธ์กับชีวิต	3.43	.484	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
4. ความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต	3.35	.412	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
5. ความสัมพันธ์กับสังคม	3.17	.544	เห็นด้วย
รวม	3.36	.351	เห็นด้วยอย่างยิ่ง

จากตาราง 9 พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความตระหนักรู้การใช้เวลาร่าง โดยรวม มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง ($\bar{X} = 3.36$, S.D. = .351) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความตระหนักรู้การใช้เวลาร่างในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่งและเห็นด้วย ข้อที่อยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง การใช้เวลาร่าง ($\bar{X} = 3.45$, S.D. = .436) ความสัมพันธ์กับชีวิต ($\bar{X} = 3.43$, S.D. = .484) ประสบการณ์ใช้เวลาร่าง ($\bar{X} = 3.39$, S.D. = .397) และ ความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต ($\bar{X} = 3.35$, S.D. = .412) ส่วนข้อที่อยู่ในระดับเห็นด้วย คือ ความสัมพันธ์กับสังคม ($\bar{X} = 3.17$, S.D. = .544) ตามลำดับ

ตอนที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร

อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร แบ่งเป็น 8 ด้าน คือ ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่าง ด้านความสามารถทางกาย ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาร่าง ด้านการเงิน ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย ด้านประสบการณ์ใช้เวลาร่าง ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านข้อปฏิบัติในการเข้าร่วม ดังนี้

ตาราง 10 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง (n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง (ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง)	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ ความคิดเห็น
1. ท่านไม่ทราบช่องทางค้นหาข้อมูลบริการกิจกรรมการใช้เวลาว่างเพื่อตัดสินใจเข้าร่วม	2.38	.807	ไม่เห็นด้วย
2. ท่านไม่เข้าใจข้อความประชาสัมพันธ์ของบริการนั้น ๆ เช่น ข้อปฏิบัติในการเข้าร่วม วัน เวลา สถานที่ จึงตัดสินใจไม่เข้าร่วม	2.25	.828	ไม่เห็นด้วย
3. ท่านไม่เข้าใจลักษณะกิจกรรมจากการประชาสัมพันธ์ เช่น ประเภทกิจกรรม รูปแบบการให้บริการ จึงตัดสินใจไม่เข้าร่วม	2.32	.752	ไม่เห็นด้วย
4. ท่านไม่ชำนาญในการใช้อินเตอร์เน็ต / สมาร์ทโฟน	1.70	.888	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
5. ท่านไม่เคยทราบว่ามีการกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่หน่วยงานต่าง ๆ จัดเตรียมไว้ให้ท่านเข้าร่วม	2.30	.786	ไม่เห็นด้วย
รวม	2.19	.658	ไม่เห็นด้วย

จากตาราง 10 พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีระดับความคิดเห็นของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่างโดยรวม มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับไม่เห็นด้วย ($\bar{X} = 2.19$, S.D. = .658) เมื่อพิจารณารายชื่อ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถาม มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับไม่เห็นด้วย และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ข้อที่อยู่ในระดับไม่เห็นด้วย คือ ท่านไม่ทราบช่องทางค้นหาข้อมูลบริการกิจกรรมการใช้เวลาว่างเพื่อตัดสินใจเข้าร่วม ($\bar{X} = 2.38$, S.D. = .807) ท่านไม่เข้าใจลักษณะกิจกรรมจากการประชาสัมพันธ์ เช่น ประเภทกิจกรรม รูปแบบการให้บริการ จึงตัดสินใจไม่เข้าร่วม ($\bar{X} = 2.32$, S.D. = .752) ท่านไม่เคยทราบว่ามีการกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ที่หน่วยงานต่าง ๆ จัดเตรียมไว้ให้ท่านเข้าร่วม ($\bar{X} = 2.30$, S.D. = .786) และท่านไม่เข้าใจลักษณะกิจกรรมจากการประชาสัมพันธ์ เช่น ประเภทกิจกรรม รูปแบบการให้บริการ จึงตัดสินใจไม่เข้าร่วม ($\bar{X} = 2.25$, S.D. = .828) ส่วนข้อที่อยู่ในระดับไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง คือ ท่านไม่ชำนาญในการใช้อินเตอร์เน็ต / สมาร์ทโฟน ($\bar{X} = 1.70$, S.D. = .888) ตามลำดับ

ตาราง 11 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางกาย (n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม (ด้านความสามารถทางกาย)	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ ความคิดเห็น
1. ท่านมีโรคประจำตัวจึงไม่อยากจะเข้าร่วมกิจกรรม	2.00	.793	ไม่เห็นด้วย
2. ท่านรู้สึกร่างกายไม่กระฉับกระเฉงจึงไม่อยากจะเข้าร่วมกิจกรรมฯ	2.10	.840	ไม่เห็นด้วย
3. ท่านมีความเจ็บป่วยไม่สบายได้ง่าย จึงไม่อยากจะเข้าร่วมกิจกรรมฯ	2.18	.815	ไม่เห็นด้วย
4. ท่านมีความอ่อนเพลีย เหนื่อยง่ายจึงไม่อยากจะเข้าร่วมกิจกรรมฯ	2.05	.822	ไม่เห็นด้วย
5. ท่านมีความจำเป็นต้องได้รับคำแนะนำจากแพทย์ก่อนตัดสินใจ เข้าร่วมกิจกรรมฯ	1.97	.853	ไม่เห็นด้วย
รวม	2.06	.698	ไม่เห็นด้วย

จากตาราง 11 พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีระดับความคิดเห็นของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางกาย โดยรวมมีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับไม่เห็นด้วย ($\bar{X} = 2.06$, S.D. = .698) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถาม มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับไม่เห็นด้วยทุกข้อ คือ ท่านมีความเจ็บป่วยไม่สบายได้ง่าย จึงไม่อยากจะเข้าร่วมกิจกรรมฯ ($\bar{X} = 2.18$, S.D. = .815) ท่านรู้สึกร่างกายไม่กระฉับกระเฉงจึงไม่อยากจะเข้าร่วมกิจกรรมฯ ($\bar{X} = 2.10$, S.D. = .840) ท่านมีความอ่อนเพลีย เหนื่อยง่ายจึงไม่อยากจะเข้าร่วมกิจกรรมฯ ($\bar{X} = 2.05$, S.D. = .822) ท่านมีโรคประจำตัวจึงไม่อยากจะเข้าร่วมกิจกรรมฯ ($\bar{X} = 2.00$, S.D. = .793) และ ท่านมีความจำเป็นต้องได้รับคำแนะนำจากแพทย์ก่อนตัดสินใจ เข้าร่วมกิจกรรมฯ ($\bar{X} = 1.97$, S.D. = .853) ตามลำดับ

ตาราง 12 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง (n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง (ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง)	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ ความคิดเห็น
1. ท่านไม่รู้ว่าเวลาว่างคืออะไร	1.72	.851	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
2. ท่านมีความคิดว่าตนเองไม่มีเวลาว่าง	1.98	.858	ไม่เห็นด้วย
3. ท่านไม่เห็นประโยชน์ของการทำกิจกรรมในเวลาว่าง นอกจากการพักผ่อน	1.86	.797	ไม่เห็นด้วย
4. ท่านไม่เคยสนใจเวลาว่างของตนเอง	1.91	.730	ไม่เห็นด้วย
5. ท่านมีความคิดว่าเวลาว่างเป็นเรื่องไร้สาระ	1.75	.749	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
รวม	1.84	0.643	ไม่เห็นด้วย

จากตาราง 12 พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีระดับความคิดเห็นของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างโดยรวม มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับไม่เห็นด้วย ($\bar{X} = 1.84$, S.D. = .643) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถาม มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับไม่เห็นด้วย และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ข้อที่อยู่ในระดับไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง คือ ท่านมีความคิดว่าเวลาว่างเป็นเรื่องไร้สาระ ($\bar{X} = 1.75$, S.D. = .749) ท่านไม่รู้ว่าเวลาว่างคืออะไร ($\bar{X} = 1.72$, S.D. = .851) ข้อที่อยู่ในระดับไม่เห็นด้วย คือ ท่านมีความคิดว่าตนเองไม่มีเวลาว่าง ($\bar{X} = 1.98$, S.D. = .858) ท่านไม่เคยสนใจเวลาว่างของตนเอง ($\bar{X} = 1.91$, S.D. = .730) และ ท่านไม่เห็นประโยชน์ของการทำกิจกรรมในเวลาว่างนอกจากการพักผ่อน ($\bar{X} = 1.86$, S.D. = .797) ตามลำดับ

ตาราง 13 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการเงิน (n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง (ด้านการเงิน)	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ ความคิดเห็น
1. ท่านมีรายได้จำกัด / ไม่เพียงพอ	2.45	.779	ไม่เห็นด้วย
2. ท่านคิดว่าค่าใช้จ่ายสำหรับการทำกิจกรรม ในเวลาว่างเป็นเรื่องสิ้นเปลือง	2.26	.775	ไม่เห็นด้วย
3. ค่าบริการในการทำกิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจ มีค่าใช้จ่ายสูง	2.36	.849	ไม่เห็นด้วย
4. ท่านคิดว่ากิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจไม่คุ้มค่างบรายจ่าย	2.26	.756	ไม่เห็นด้วย
5. ท่านรู้สึกว่าคุณควรเก็บเงินไว้ทำประโยชน์อื่นมากกว่า	2.15	.884	ไม่เห็นด้วย
รวม	2.29	.662	ไม่เห็นด้วย

จากตาราง 13 พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีระดับความคิดเห็นของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการเงิน โดยรวม มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับไม่เห็นด้วย ($\bar{X} = 2.29$, S.D. = .662) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถาม มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับไม่เห็นด้วยทุกข้อ คือ ท่านมีรายได้จำกัด / ไม่เพียงพอ ($\bar{X} = 2.45$, S.D. = .779) ค่าบริการในการทำกิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจ มีค่าใช้จ่ายสูง ($\bar{X} = 2.36$, S.D. = .849) ท่านคิดว่าค่าใช้จ่ายสำหรับการทำกิจกรรม ในเวลาว่างเป็นเรื่องสิ้นเปลือง ($\bar{X} = 2.26$, S.D. = .775) ท่านคิดว่ากิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจไม่คุ้มค่างบรายจ่าย ($\bar{X} = 2.26$, S.D. = .756) และท่านรู้สึกว่าคุณควรเก็บเงินไว้ทำประโยชน์อื่นมากกว่า ($\bar{X} = 2.15$, S.D. = .884) ตามลำดับ

ตาราง 14 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมกันของครอบครัวทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย (n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมกัน (ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย)	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ ความคิดเห็น
1. ท่านรู้สึกกังวลต่อการแพร่ระบาดของเชื้อโรค เช่น Covid -19 ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ต่างๆ และเชื้อไวรัสอื่นๆ	2.75	.833	เห็นด้วย
2. ท่านรู้สึกว่า การเตรียมอุปกรณ์ป้องกันเชื้อโรคเมื่อต้องออกไปทำกิจกรรมนอกบ้านเป็นเรื่องวุ่นวาย	2.48	.852	ไม่เห็นด้วย
3. ท่านรู้สึกกังวลต่อมลภาวะเมื่อต้องออกจากบ้านไปทำกิจกรรมฯ เช่น PM 2.5	2.74	.808	เห็นด้วย
4. ท่านคิดว่าการทำกิจกรรมเป็นการเพิ่ม ความเสี่ยงทางสุขภาพให้กับตนเอง	2.36	.840	ไม่เห็นด้วย
5. ท่านกังวลเกี่ยวกับการเกิดอุบัติเหตุ จากการประกอบกิจกรรมฯ	2.28	8.36	ไม่เห็นด้วย
รวม	2.52	.679	เห็นด้วย

จากตาราง 14 พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีระดับความคิดเห็นของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมกันของครอบครัวทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับเห็นด้วย ($\bar{X} = 2.52$, S.D. = .679) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถาม มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับเห็นด้วย และไม่เห็นด้วย ข้อที่อยู่ในระดับเห็นด้วย คือ ท่านรู้สึกกังวลต่อการแพร่ระบาดของเชื้อโรค เช่น Covid -19 ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ต่างๆ และเชื้อไวรัสอื่นๆ ($\bar{X} = 2.75$, S.D. = .833) และท่านรู้สึกกังวลต่อมลภาวะเมื่อต้องออกจากบ้านไปทำกิจกรรมฯ เช่น PM 2.5 ($\bar{X} = 2.74$, S.D. = .808) ส่วนข้อที่อยู่ในระดับไม่เห็นด้วย คือ ท่านรู้สึกว่า การเตรียมอุปกรณ์ป้องกันเชื้อโรคเมื่อต้องออกไปทำกิจกรรมนอกบ้านเป็นเรื่องวุ่นวาย ($\bar{X} = 2.48$, S.D. = .852) ท่านคิดว่าการทำกิจกรรมเป็นการเพิ่ม ความเสี่ยงทางสุขภาพให้กับตนเอง ($\bar{X} = 2.36$, S.D. = .840) และท่านกังวลเกี่ยวกับการเกิดอุบัติเหตุ จากการประกอบกิจกรรมฯ ($\bar{X} = 2.28$, S.D. = .836) ตามลำดับ

ตาราง 15 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง (n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง (ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง)	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ ความคิดเห็น
1. ท่านเคยถูกล้อเลียนจนอายในขณะประกอบกิจกรรมฯ	2.05	.829	ไม่เห็นด้วย
2. ท่านทำกิจกรรมนั้นๆ ไม่ได้เหมือนกับคนอื่น จึงไม่อยากเข้าร่วม	2.01	.862	ไม่เห็นด้วย
3. ท่านรู้สึกไม่ประทับใจสถานที่ และสิ่งอำนวยความสะดวกของสถานบริการกิจกรรมที่เคยเข้าร่วม	2.11	.757	ไม่เห็นด้วย
4. ท่านรู้สึกไม่ประทับใจผู้นำกิจกรรมฯ ที่เคยเข้าร่วม	2.06	.857	ไม่เห็นด้วย
5. ท่านรู้สึกไม่ประทับใจบริการกิจกรรมฯ ที่เคยเข้าร่วม	2.12	.830	ไม่เห็นด้วย
รวม	2.07	.731	ไม่เห็นด้วย

จากตาราง 15 พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีระดับความคิดเห็นของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่างโดยรวมมีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับไม่เห็นด้วย ($\bar{X} = 2.07$, S.D. = .731) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถาม มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับไม่เห็นด้วยทุกข้อ คือ ท่านรู้สึกไม่ประทับใจบริการกิจกรรมฯ ที่เคยเข้าร่วม ($\bar{X} = 2.12$, S.D. = .830) ท่านรู้สึกไม่ประทับใจสถานที่ และสิ่งอำนวยความสะดวกของสถานบริการกิจกรรมที่เคยเข้าร่วม ($\bar{X} = 2.11$, S.D. = .757) ท่านรู้สึกไม่ประทับใจผู้นำกิจกรรมฯ ที่เคยเข้าร่วม ($\bar{X} = 2.06$, S.D. = .857) ท่านเคยถูกล้อเลียน จนอายในขณะประกอบกิจกรรมฯ ($\bar{X} = 2.05$, S.D. = .829) และท่านทำกิจกรรมนั้นๆ ไม่ได้เหมือนกับคนอื่น จึงไม่อยากเข้าร่วม ($\bar{X} = 2.01$, S.D. = .862) ตามลำดับ

ตาราง 16 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความคิดเห็นของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคณวิทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก (n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง (ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก)	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ ความคิดเห็น
1. สิ่งอำนวยความสะดวกในกิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจมีไม่เพียงพอ	2.51	.762	เห็นด้วย
2. สิ่งอำนวยความสะดวกในกิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจซ้ำรูดบ่อยครั้ง	2.56	.746	เห็นด้วย
3. สิ่งอำนวยความสะดวกในกิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจไม่ปลอดภัย	2.40	.820	ไม่เห็นด้วย
4. สิ่งอำนวยความสะดวกในกิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจขาดการดูแล บำรุงรักษา ซ่อมแซม	2.54	.818	เห็นด้วย
5. สิ่งอำนวยความสะดวกในกิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจไม่ได้ครอบคลุมการบริการต่อคนทุกกลุ่มวัยของครอบครัวท่าน	2.45	.827	ไม่เห็นด้วย
รวม	2.49	.668	ไม่เห็นด้วย

จากตาราง 16 พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีระดับความคิดเห็นของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคณวิทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับไม่เห็นด้วย ($\bar{X} = 2.49$, S.D. = .668) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถาม มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับเห็นด้วย และไม่เห็นด้วย ข้อที่อยู่ในระดับเห็นด้วย คือ สิ่งอำนวยความสะดวกในกิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจซ้ำรูดบ่อยครั้ง ($\bar{X} = 2.56$, S.D. = .746) สิ่งอำนวยความสะดวกในกิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจขาดการดูแล บำรุงรักษา ซ่อมแซม ($\bar{X} = 2.54$, S.D. = .818) และสิ่งอำนวยความสะดวกในกิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจมีไม่เพียงพอ ($\bar{X} = 2.51$, S.D. = .762) ส่วนข้อที่อยู่ในระดับไม่เห็นด้วย คือ สิ่งอำนวยความสะดวกในกิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจไม่ได้ครอบคลุมการบริการต่อคน ทุกกลุ่มวัยของครอบครัวท่าน ($\bar{X} = 2.45$, S.D. = .827) และสิ่งอำนวยความสะดวกในกิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจไม่ปลอดภัย ($\bar{X} = 2.40$, S.D. = .820) ตามลำดับ

ตาราง 17 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับและระดับความคิดเห็นของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านข้อปฏิบัติในการเข้าร่วม (n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง (ด้านข้อปฏิบัติในการเข้าร่วม)	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ ความคิดเห็น
1. กิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจมีบริการสำหรับสมาชิกท่านนั้น	2.33	.748	ไม่เห็นด้วย
2. ข้อปฏิบัติในการเข้าร่วมกิจกรรมฯ ทำให้ท่านรู้สึก งุ่นงาย	2.21	.784	ไม่เห็นด้วย
3. กิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจไม่มีให้บริการในบริเวณที่ท่าน อาศัยอยู่	2.37	.785	ไม่เห็นด้วย
4. สถานที่บริการการใช้เวลาว่างเปิดให้บริการตามวันทำ การของราชการท่านนั้น	2.36	.776	ไม่เห็นด้วย
5. กิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจมีบริการในช่วงเวลาที่ไม่ตรงกับ เวลาว่างของท่าน	2.40	.792	ไม่เห็นด้วย
รวม	2.34	.642	ไม่เห็นด้วย

จากตาราง 17 พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีระดับความคิดเห็นของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านข้อปฏิบัติในการเข้าร่วมโดยรวม มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับไม่เห็นด้วย ($\bar{X} = 2.34$, S.D. = .642) เมื่อพิจารณารายข้อพบว่า ผู้ตอบแบบสอบถาม มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับไม่เห็นด้วยทุกข้อ คือ กิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจมีบริการในช่วงเวลาที่ไม่ตรงกับเวลาว่างของท่าน ($\bar{X} = 2.40$, S.D. = .792) กิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจไม่มีให้บริการในบริเวณที่ท่านอาศัยอยู่ ($\bar{X} = 2.37$, S.D. = .785) สถานที่บริการการใช้เวลาว่างเปิดให้บริการตามวันทำการของราชการท่านนั้น ($\bar{X} = 2.36$, S.D. = .776) กิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจมีบริการสำหรับสมาชิกท่านนั้น ($\bar{X} = 2.33$, S.D. = .748) และข้อปฏิบัติในการเข้าร่วมกิจกรรมฯ ทำให้ท่านรู้สึกงุ่นงาย ($\bar{X} = 2.21$, S.D. = .784) ตามลำดับ

ตาราง 18 แสดงค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับและระดับความคิดเห็นของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร โดยรวม (n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง	$\bar{X}$	S.D.	ระดับ ความคิดเห็น
1. ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง	2.19	.658	ไม่เห็นด้วย
2. ด้านความสามารถทางกาย	2.06	.698	ไม่เห็นด้วย
3. ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง	1.84	.643	ไม่เห็นด้วย
4. ด้านการเงิน	2.29	.662	ไม่เห็นด้วย
5. ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย	2.52	.679	เห็นด้วย
6. ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง	2.07	.731	ไม่เห็นด้วย
7. ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก	2.49	.668	ไม่เห็นด้วย
8. ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม	2.34	.642	ไม่เห็นด้วย
รวม	2.22	.543	ไม่เห็นด้วย

จากตาราง 18 พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีระดับความคิดเห็นของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร โดยรวม มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับไม่เห็นด้วย ($\bar{X} = 2.22$, S.D. = .543) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับเห็นด้วย และไม่เห็นด้วย ข้อที่อยู่ในระดับเห็นด้วย คือ ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย ($\bar{X} = 2.52$, S.D. = .679) ส่วนข้อที่อยู่ในระดับไม่เห็นด้วย คือ ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก ($\bar{X} = 2.49$, S.D. = .668) ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม ($\bar{X} = 2.34$, S.D. = .642) ด้านการเงิน ($\bar{X} = 2.29$, S.D. = .662) ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง ($\bar{X} = 2.19$, S.D. = .658) ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง ($\bar{X} = 2.07$, S.D. = .731) ด้านความสามารถทางกาย ($\bar{X} = 2.06$, S.D. = .698) และด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ($\bar{X} = 1.84$, S.D. = .643) ตามลำดับ

ตอนที่ 4 ผลการเปรียบเทียบและการวิเคราะห์ความแปรปรวนของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีลักษณะทางด้านประชากรศาสตร์ จำแนกตาม เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ สถานภาพ และรายได้ต่อเดือน

ตาราง 19 แสดงการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร โดยรวม 8 ด้าน จำแนกตามเพศ (n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง	ชาย (n=218)		หญิง (n=182)		t	p
	$\bar{x}$	S.D.	$\bar{x}$	S.D.		
1. ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง	2.11	.628	2.29	.682	-2.783	.003*
2. ด้านความสามารถทางกาย	2.02	.665	2.10	.735	-1.178	.120
3. ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง	1.83	.627	1.86	.664	-.574	.284
4. ด้านการเงิน	2.24	.640	2.34	.686	-1.385	.084
5. ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย	2.45	.683	2.60	.668	-2.173	.015*
6. ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง	1.98	.688	2.18	.767	-2.748	.003*
7. ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก	2.43	.634	2.56	.702	-1.967	.025*
8. ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม	2.31	.625	2.36	.662	-.737	.231
รวม	2.18	.520	2.29	.556	-2.108	.018*

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 19 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีเพศต่างกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก

ตาราง 20 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้
เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร โดยรวม 8 ด้าน จำแนกตามอายุ (n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วม การใช้เวลาว่าง	แหล่งความ แปรปรวน	df	SS	MS	F	P
1. ด้านการรับรู้ข้อมูล บริการการใช้เวลาว่าง	ระหว่างกลุ่ม	2	4.001	2.001	4.692	.010*
	ภายในกลุ่ม	397	169.269	.426		
	รวม	399	173.270			
2. ด้านความสามารถ ทางกาย	ระหว่างกลุ่ม	2	1.551	.776	1.595	.204
	ภายในกลุ่ม	397	193.064	.486		
	รวม	399	194.616			
3. ด้านการตระหนักรู้ การใช้เวลาว่าง	ระหว่างกลุ่ม	2	1.341	.671	1.622	.199
	ภายในกลุ่ม	397	164.098	.413		
	รวม	399	165.440			
4. ด้านการเงิน	ระหว่างกลุ่ม	2	2.746	1.373	3.161	.043*
	ภายในกลุ่ม	397	172.418	.434		
	รวม	399	175.164			
5. ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพ และความปลอดภัย	ระหว่างกลุ่ม	2	3.046	1.523	3.332	.037*
	ภายในกลุ่ม	397	181.424	.457		
	รวม	399	184.470			
6. ด้านประสบการณ์ใช้ เวลาว่าง	ระหว่างกลุ่ม	2	2.516	1.258	2.369	.095
	ภายในกลุ่ม	397	210.824	.531		
	รวม	399	213.340			
7. ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก	ระหว่างกลุ่ม	2	2.522	1.261	2.844	.060
	ภายในกลุ่ม	397	176.035	.443		
	รวม	399	178.558			
8. ด้านข้อปฏิบัติการ เข้าร่วม	ระหว่างกลุ่ม	2	6.161	3.080	7.713	.001*
	ภายในกลุ่ม	397	158.559	.399		
	รวม	399	164.720			
โดยรวม 8 ด้าน	ระหว่างกลุ่ม	2	1.961	.981	3.354	0.36
	ภายในกลุ่ม	397	116.058	.292		
	รวม	399	118.019			

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 20 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีอายุต่างกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวม ไม่แตกต่างกัน เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่า คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง ด้านการเงิน ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัยด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วมมีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จึงทำการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่

ตาราง 21 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง จำแนกตามอายุ (n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง	อายุ	$\bar{x}$	อายุระหว่าง 19-29 ปี	อายุระหว่าง 30-44 ปี	อายุระหว่าง 45-59 ปี
			2.13	2.32	2.11
ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง	อายุระหว่าง 19-29 ปี	2.13	-	0.19*	-0.02
	อายุระหว่าง 30-44 ปี	2.32		-	-0.21*
	อายุระหว่าง 45-59 ปี	2.11			-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 21 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง จำแนกตามอายุ พบว่า

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 19-29 ปี มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง แตกต่างกับ คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีอายุระหว่าง 30-44 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีอายุระหว่าง 19-29 ปี มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างน้อยกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีอายุระหว่าง 30-44 ปี ส่วนคู่อื่นๆ ไม่พบความแตกต่าง

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 30-44 ปี มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง แตกต่างกับ คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีอายุระหว่าง 45-59 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีอายุระหว่าง 30-44 ปี มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง มากกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีอายุระหว่าง 45-59 ปี ส่วนคู่อื่นๆ ไม่พบความแตกต่าง

ตาราง 22 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการเงิน จำแนกตามอายุ (n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง	อายุ	$\bar{X}$	อายุระหว่าง 19-29 ปี	อายุระหว่าง 30-44 ปี	อายุระหว่าง 45-59 ปี
			2.25	2.40	2.21
ด้านการเงิน	อายุระหว่าง 19-29 ปี	2.25	-	0.15	-0.04
	อายุระหว่าง 30-44 ปี	2.40		-	-0.19*
	อายุระหว่าง 45-59 ปี	2.21			-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 22 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการเงิน จำแนกตามอายุ พบว่า

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 30-44 ปี มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านการเงิน แตกต่างกับ คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีอายุระหว่าง 45-59 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีอายุระหว่าง 30-44 ปี มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง มากกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีอายุระหว่าง 45-59 ปี ส่วนคู่อื่นๆ ไม่พบความแตกต่าง

ตาราง 23 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง
ของคณวิทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย จำแนก
ตามอายุ (n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วม การใช้เวลาว่าง	อายุ	$\bar{x}$	อายุ ระหว่าง 19-29 ปี	อายุ ระหว่าง 30-44 ปี	อายุ ระหว่าง 45-59 ปี
			2.40	2.62	2.51
ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและ ความปลอดภัย	อายุระหว่าง 19-29 ปี	2.40	-	0.22*	0.11
	อายุระหว่าง 30-44 ปี	2.62		-	-0.11
	อายุระหว่าง 45-59 ปี	2.51			-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 23 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคณวิทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย จำแนกตามอายุ พบว่า

คณวิทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 19-29 ปี มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย จำแนกตามอายุ พบว่าแตกต่างกับ คณวิทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีอายุระหว่าง 30-44 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคณวิทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีอายุระหว่าง 19-29 ปี มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างน้อยกว่าคณวิทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีอายุระหว่าง 30-44 ปี ส่วนคู่อื่นๆ ไม่พบความแตกต่าง

ตาราง 24 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม จำแนกตามอายุ (n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม	อายุ	$\bar{x}$	อายุระหว่าง 19-29 ปี	อายุระหว่าง 30-44 ปี	อายุระหว่าง 45-59 ปี
			2.32	2.48	2.19
ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม	อายุระหว่าง 19-29 ปี	2.32	-	0.16*	-0.13
	อายุระหว่าง 30-44 ปี	2.48		-	-0.29*
	อายุระหว่าง 45-59 ปี	2.19			-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 24 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม จำแนกตามอายุ พบว่า

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 19-29 ปี มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม จำแนกตามอายุ พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีอายุระหว่าง 30-44 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีอายุระหว่าง 19-29 ปี มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม น้อยกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีอายุระหว่าง 30-44 ปี ส่วนคู่อื่นๆ ไม่พบความแตกต่าง

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีอายุระหว่าง 30-44 ปี มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม จำแนกตามอายุ พบว่า แตกต่างกับ คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีอายุระหว่าง 45-59 ปี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีอายุระหว่าง 30-44 ปี มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม มากกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีอายุระหว่าง 45-59 ปี ส่วนคู่อื่นๆ ไม่พบความแตกต่าง

ตาราง 25 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้
เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร โดยรวม 8 ด้าน จำแนกตามระดับการศึกษา (n
= 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วม การใช้เวลาว่าง	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	P
1. ด้านการรับรู้ข้อมูล บริการการใช้เวลาว่าง	ระหว่างกลุ่ม	4	4.618	1.155	2.704	.030*
	ภายในกลุ่ม	395	168.652	.427		
	รวม	399	173.270			
2. ด้านความสามารถ ทางกาย	ระหว่างกลุ่ม	4	3.885	.971	2.011	.092
	ภายในกลุ่ม	395	190.731	.483		
	รวม	399	194.616			
3. ด้านการตระหนักรู้ การใช้เวลาว่าง	ระหว่างกลุ่ม	4	3.213	.803	1.956	.101
	ภายในกลุ่ม	395	162.227	.411		
	รวม	399	165.440			
4. ด้านการเงิน	ระหว่างกลุ่ม	4	22.663	5.666	14.675	.000*
	ภายในกลุ่ม	395	152.501	.386		
	รวม	399	175.164			
5. ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพ และความปลอดภัย	ระหว่างกลุ่ม	4	7.411	1.853	4.133	.003*
	ภายในกลุ่ม	395	177.059	.448		
	รวม	399	184.470			
6. ด้านประสบการณ์ใช้ เวลาว่าง	ระหว่างกลุ่ม	4	8.960	2.240	4.329	.002*
	ภายในกลุ่ม	395	204.380	.517		
	รวม	399	213.340			
7. ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก	ระหว่างกลุ่ม	4	5.594	1.399	3.194	0.13
	ภายในกลุ่ม	395	172.963	.438		
	รวม	399	178.558			
8. ด้านข้อปฏิบัติการ เข้าร่วม	ระหว่างกลุ่ม	4	11.143	2.786	7.165	.000*
	ภายในกลุ่ม	395	153.577	.389		
	รวม	399	164.720			
โดยรวม 8 ด้าน	ระหว่างกลุ่ม	4	4.624	1.156	4.027	.003*
	ภายในกลุ่ม	395	113.395	.287		
	รวม	399	118.019			

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 25 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 5 ด้าน ได้แก่ ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วม ด้านการเงิน ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม จึงทำการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่

ตาราง 26 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วม จำแนกตามระดับการศึกษา (n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม	ระดับการศึกษาสูงสุด	$\bar{X}$	ประถมศึกษา	มัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า	อนุปริญญาหรือเทียบเท่า	ปริญญาตรี	สูงกว่าปริญญาตรี
			2.05	2.32	2.14	2.83	2.04
ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วม	ประถมศึกษา	2.05	-	-0.27*	-0.09	-0.78	0.01
	มัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า	2.32		-	0.18	-0.51*	0.28
	อนุปริญญาหรือเทียบเท่า	2.14			-	-0.69	0.10
	ปริญญาตรี	2.83				-	0.79 *
	สูงกว่าปริญญาตรี	2.04					-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 26 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วม จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาประถมศึกษา มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วม จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร

ระดับการศึกษาประถมศึกษา มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง น้อยกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า ส่วนคนอื่นๆ ไม่พบความแตกต่าง

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ระดับการศึกษามัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง น้อยกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี ส่วนคนอื่นๆ ไม่พบความแตกต่าง

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า แตกต่างกับ คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ระดับการศึกษาปริญญาตรี มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง น้อยกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี ส่วนคนอื่นๆ ไม่พบความแตกต่าง

ตาราง 27 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการเงิน จำแนกตามระดับการศึกษา (n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง	ระดับการศึกษาสูงสุด	$\bar{X}$	ประถมศึกษา	มัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า	อนุปริญญาหรือเทียบเท่า	ปริญญาตรี	สูงกว่าปริญญาตรี
			2.00	2.32	2.02	2.58	2.20
ด้านการเงิน	ประถมศึกษา	2.00	-	-0.32*	-0.02	-0.58*	-0.20
	มัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า	2.32		-	0.30*	-0.26*	0.12
	อนุปริญญาหรือเทียบเท่า	2.02			-	-0.56*	-0.18
	ปริญญาตรี	2.58				-	0.38*
	สูงกว่าปริญญาตรี	2.20					-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านการเงิน จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า แตกต่างกับ คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ระดับการศึกษาปริญญาตรี มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างมากกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี ส่วนอื่นๆ ไม่พบความแตกต่าง

ตาราง 28 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย จำแนกตามระดับการศึกษา (n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม	ระดับการศึกษาสูงสุด	$\bar{x}$	ประถมศึกษา	มัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า	อนุปริญญาหรือเทียบเท่า	ปริญญาตรี	สูงกว่าปริญญาตรี
			2.61	2.60	2.30	2.63	2.52
ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย	ประถมศึกษา	2.61	-	0.01	0.31*	-0.02	0.09
	มัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า	2.60	-	-	0.30*	-0.03	0.08
	อนุปริญญาหรือเทียบเท่า	2.30	-	-	-	-0.33*	-0.22*
	ปริญญาตรี	2.63	-	-	-	-	0.11
	สูงกว่าปริญญาตรี	2.52	-	-	-	-	-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 28 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาประถมศึกษา มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษานุปริญญาหรือเทียบเท่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ระดับการศึกษาประถมศึกษา มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม มากกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษานุปริญญาหรือเทียบเท่า ส่วนคู่อื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษานุปริญญาหรือเทียบเท่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ระดับการศึกษามัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลา

ว่าง มากกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาอนุปริญญาหรือเทียบเท่า ส่วนคู่อื่นๆ ไม่พบความแตกต่าง

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาอนุปริญญาหรือเทียบเท่า มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ระดับการศึกษาอนุปริญญาหรือเทียบเท่า มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง มากกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี และระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี ส่วนคู่อื่นๆ ไม่พบความแตกต่าง

ตาราง 29 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง จำแนกตามระดับการศึกษา (n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง	ระดับการศึกษาสูงสุด	$\bar{X}$	ประถมศึกษา	มัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า	อนุปริญญาหรือเทียบเท่า	ปริญญาตรี	สูงกว่าปริญญาตรี
			1.91	2.22	1.87	2.20	2.07
ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง	ประถมศึกษา	1.91	-	-0.31*	0.04	-0.29*	-0.16
	มัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า	2.22		-	0.35*	0.02	0.15
	อนุปริญญาหรือเทียบเท่า	1.87			-	-0.33*	-0.20
	ปริญญาตรี	2.20				-	0.13
	สูงกว่าปริญญาตรี	2.07					-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 29 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาประถมศึกษา มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า

และปริญญาตรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ระดับการศึกษาประถมศึกษา มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง น้อยกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า และระดับการศึกษาปริญญาตรี ส่วนคู่อื่นๆ ไม่พบความแตกต่าง

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษาอนุปริญญาหรือเทียบเท่า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ระดับการศึกษามัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง มากกว่า คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาอนุปริญญาหรือเทียบเท่า ส่วนคู่อื่นๆ ไม่พบความแตกต่าง

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาอนุปริญญาหรือเทียบเท่า มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ระดับการศึกษาอนุปริญญาหรือเทียบเท่า มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง น้อยกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี ส่วนคู่อื่นๆ ไม่พบความแตกต่าง

ตาราง 30 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก จำแนกตามระดับการศึกษา (n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง	ระดับการศึกษาสูงสุด	$\bar{X}$	ประถมศึกษา	มัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า	อนุปริญญาหรือเทียบเท่า	ปริญญาตรี	สูงกว่าปริญญาตรี
			2.37	2.43	2.43	2.65	2.38
ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก	ประถมศึกษา	2.37	-	-0.06	-0.06	-0.28*	-0.01
	มัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า	2.43		-	0.00	-0.22*	0.05
	อนุปริญญาหรือเทียบเท่า	2.43			-	-0.22*	0.05
	ปริญญาตรี	2.65				-	0.27*
	สูงกว่าปริญญาตรี	2.38					-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 30 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาประถมศึกษา มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่าแตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ระดับการศึกษาประถมศึกษา มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง น้อยกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี ส่วนคู่อื่นๆ ไม่พบความแตกต่าง

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ระดับการศึกษามัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง น้อยกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี ส่วนคู่อื่นๆ ไม่พบความแตกต่าง

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาอนุปริญญาหรือเทียบเท่า มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร อนุปริญญาหรือเทียบเท่า มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง น้อยกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี ส่วนคู่อื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครระดับการศึกษาปริญญาตรี มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง มากกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี ส่วนคู่อื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง

ตาราง 31 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม จำแนกตามระดับการศึกษา (n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง	ระดับการศึกษาสูงสุด	$\bar{x}$	ประถมศึกษา	มัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า	อนุปริญญาหรือเทียบเท่า	ปริญญาตรี	สูงกว่าปริญญาตรี
			2.01	2.30	2.20	2.53	2.38
ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม	ประถมศึกษา	2.01	-	-0.29*	-0.19	-0.52*	-0.37*
	มัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า	2.30		-	0.10	-0.23*	-0.08
	อนุปริญญาหรือเทียบเท่า	2.20			-	-0.33*	-0.18
	ปริญญาตรี	2.53				-	0.15
	สูงกว่าปริญญาตรี	2.38					-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 31 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาประถมศึกษา มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่าแตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษาหรือเทียบเท่าปริญญาตรี และสูงกว่าปริญญาตรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ระดับการศึกษาประถมศึกษา มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง น้อยกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษาหรือเทียบเท่าปริญญาตรี และสูงกว่าปริญญาตรี ส่วนคู่อื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ระดับการศึกษามัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง น้อยกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี ส่วนคู่อื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษานุปริญญาหรือเทียบเท่า มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ระดับการศึกษานุปริญญาหรือเทียบเท่า มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง น้อยกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีระดับการศึกษาปริญญาตรี ส่วนคู่อื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง

ตาราง 32 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร โดยรวม 8 ด้าน จำแนกตามอาชีพ (n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	P
1. ด้านการรับรู้ข้อมูล บริการการใช้เวลาว่าง	ระหว่างกลุ่ม	4	6.724	1.681	3.987	0.03*
	ภายในกลุ่ม	395	166.546	.422		
	รวม	399	173.270			
2. ด้านความสามารถ ทางกาย	ระหว่างกลุ่ม	4	1.038	.260	.530	.714
	ภายในกลุ่ม	395	193.578	.490		
	รวม	399	194.616			
3. ด้านการตระหนักรู้ การใช้เวลาว่าง	ระหว่างกลุ่ม	4	1.196	.299	.719	.579
	ภายในกลุ่ม	395	164.244	.416		
	รวม	399	165.440			
4. ด้านการเงิน	ระหว่างกลุ่ม	4	6.809	1.702	3.994	.003*
	ภายในกลุ่ม	395	168.355	.426		
	รวม	399	175.164			
5. ด้านความเสี่ยงต่อ สุขภาพและความปลอดภัย	ระหว่างกลุ่ม	4	5.982	1.495	3.310	.011*
	ภายในกลุ่ม	395	178.488	.452		
	รวม	399	184.470			
6. ด้านประสบการณ์ใช้ เวลาว่าง	ระหว่างกลุ่ม	4	3.849	.962	1.814	.125
	ภายในกลุ่ม	395	209.491	.530		
	รวม	399	213.340			
7. ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก	ระหว่างกลุ่ม	4	3.311	.828	1.866	.116
	ภายในกลุ่ม	395	175.246	.444		
	รวม	399	178.557			
8. ด้านข้อปฏิบัติการ เข้าร่วม	ระหว่างกลุ่ม	4	1.379	.345	.833	.504
	ภายในกลุ่ม	395	163.341	.414		
	รวม	399	164.720			
โดยรวม 8 ด้าน	ระหว่างกลุ่ม	4	1.864	.466	1.585	.177
	ภายในกลุ่ม	395	116.155	.294		
	รวม	399	118.019			

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 32 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีอาชีพต่างกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวม ไม่แตกต่างกันเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วม ด้านการเงิน ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย จึงทำการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่

ตาราง 33 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วม จำแนกตามอาชีพ (n = 400)

อุปสรรคของ การเข้าร่วมการ ใช้เวลาร่วม	ระดับการศึกษาสูงสุด	$\bar{X}$	นักเรียน / นักศึกษา	ข้าราชการ / พนง. รัฐวิสาหกิจ / พนง.ของรัฐ	เจ้าของ กิจการ / ธุรกิจส่วนตัว	พนง.บริษัท เอกชน/ ห้างร้าน	อื่นๆ
			2.16	2.06	2.17	2.29	2.54
ด้านการรับรู้ ข้อมูลบริการ การใช้เวลาร่วม	นักเรียน / นักศึกษา	2.16	-	0.10	-0.01	-0.13	-0.38*
	ข้าราชการ / พนง.	2.06		-	-0.11	-0.23*	-0.48*
	รัฐวิสาหกิจ / พนง.ของรัฐ						
	เจ้าของกิจการ / ธุรกิจ ส่วนตัว	2.17			-	-0.12	-0.37*
	พนง.บริษัทเอกชน / ห้าง ร้าน	2.29				-	-0.25
	อื่นๆ	2.54					-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 33 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วม จำแนกตามอาชีพ พบว่า

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีอาชีพนักเรียน/นักศึกษา มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วม จำแนกตามอาชีพ พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีอาชีพอื่นๆ เช่น แม่บ้าน, ฟรีแลนซ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีอาชีพนักเรียน/นักศึกษา มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม น้อยกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีอาชีพอื่น ๆ เช่น แม่บ้าน, ฟรีแลนซ์ ส่วนคู่อื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีอาชีพข้าราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ/พนักงานของรัฐ มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง จำแนกตามอาชีพ พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีอาชีพพนักงานบริษัทเอกชน/ห้างร้าน และอาชีพอื่น ๆ เช่น , แม่บ้าน, ฟรีแลนซ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีอาชีพข้าราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ/พนักงานของรัฐ มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง น้อยกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีอาชีพพนักงานบริษัทเอกชน/ห้างร้าน และอาชีพอื่น ๆ เช่น แม่บ้าน, ฟรีแลนซ์ ส่วนคู่อื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีอาชีพเจ้าของกิจการ / ธุรกิจส่วนตัว มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง จำแนกตามอาชีพ พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีอาชีพอื่น ๆ เช่น แม่บ้าน, ฟรีแลนซ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีอาชีพเจ้าของกิจการ / ธุรกิจส่วนตัว มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง น้อยกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีอาชีพอื่น ๆ เช่น แม่บ้าน, ฟรีแลนซ์ ส่วนคู่อื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง

ตาราง 34 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการเงิน จำแนกตามอาชีพ (n = 400)

อุปสรรคของ การเข้าร่วม การใช้เวลาว่าง	ระดับการศึกษาสูงสุด	$\bar{X}$	นักเรียน / นักศึกษา	ข้าราชการ / พณ. รัฐวิสาหกิจ / พณ.ของรัฐ	เจ้าของ กิจการ / ธุรกิจส่วนตัว	พณ.บริษัท เอกชน/ ห้าง ร้าน	อื่นๆ
			2.61	2.16	2.25	2.36	2.43
ด้านการเงิน	นักเรียน / นักศึกษา	2.61	-	0.45*	0.36*	0.25	0.18
	ข้าราชการ / พณ. รัฐวิสาหกิจ / พณ.ของรัฐ	2.16		-	-0.09	-0.20*	-0.27*
	เจ้าของกิจการ / ธุรกิจ ส่วนตัว	2.25			-	-0.11	-0.18
	พณ.บริษัทเอกชน / ห้างร้าน	2.36				-	-0.07
	อื่นๆ	2.43					-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 34 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วม จำแนกตามอาชีพ พบว่า

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีอาชีพนักเรียน/นักศึกษา มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม ด้านการเงิน จำแนกตามอาชีพ พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีอาชีพข้าราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ/พนักงานของรัฐ และเจ้าของกิจการ/ธุรกิจส่วนตัว อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีอาชีพนักเรียน/นักศึกษา มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม มากกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีอาชีพข้าราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ/พนักงานของรัฐ และเจ้าของกิจการ/ธุรกิจส่วนตัว ส่วนคู่อื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีอาชีพข้าราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ/พนักงานของรัฐ มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม ด้านการเงิน จำแนกตามอาชีพ พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีอาชีพพนักงานบริษัทเอกชน/ห้างร้าน และอาชีพอื่น ๆ เช่น แม่บ้าน, ฟรีแลนซ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีอาชีพข้าราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ/พนักงานของรัฐ มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม น้อยกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีอาชีพข้าราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ/พนักงานของรัฐ และเจ้าของกิจการ/ธุรกิจส่วนตัว ส่วนคู่อื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง

ตาราง 35 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย จำแนกตามอาชีพ (n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง	ระดับการศึกษา สูงสุด	$\bar{x}$	นักเรียน / นักศึกษา	ข้าราชการ / พณ. รัฐวิสาหกิจ / พณ.ของรัฐ	เจ้าของ กิจการ / ธุรกิจส่วนตัว	พณ.บริษัท เอกชน/ ห้าง ร้าน	อื่นๆ
			2.53	2.38	2.68	2.50	2.65
ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย	นักเรียน / นักศึกษา	2.53	-	0.15	-0.15	0.03	-0.12
	ข้าราชการ / พณ. รัฐวิสาหกิจ / พณ. ของรัฐ	2.38		-	-0.30*	-0.12	-0.27*
	เจ้าของกิจการ / ธุรกิจส่วนตัว	2.68			-	0.18	0.03
	พณ.บริษัทเอกชน / ห้างร้าน	2.50				-	-0.15
	อื่นๆ	2.65					-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 35 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย จำแนกตามอาชีพ พบว่า

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีอาชีพข้าราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ/พนักงานของรัฐ มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านการเงิน จำแนกตามอาชีพ พบว่าแตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีอาชีพเจ้าของกิจการ/ธุรกิจส่วนตัว และอาชีพอื่นๆ เช่น แม่บ้าน, ฟรีแลนซ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีอาชีพข้าราชการ/พนักงานรัฐวิสาหกิจ/พนักงานของรัฐ มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง น้อยกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีอาชีพเจ้าของกิจการ/ธุรกิจส่วนตัว และอาชีพอื่น ๆ เช่น แม่บ้าน, ฟรีแลนซ์ ส่วนคู่อื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง

ตาราง 36 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้
เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร โดยรวม 8 ด้าน จำแนกตามสถานภาพ (n =
400)

อุปสรรคของการเข้าร่วม การใช้เวลาว่าง	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	P
1. ด้านการรับรู้ข้อมูล บริการการใช้เวลาว่าง	ระหว่างกลุ่ม	3	6.494	2.165	5.140	.002*
	ภายในกลุ่ม	396	166.776	.421		
	รวม	399	173.270			
2. ด้านความสามารถ ทางกาย	ระหว่างกลุ่ม	3	9.519	3.173	6.788	.000*
	ภายในกลุ่ม	396	185.097	.467		
	รวม	399	194.616			
3. ด้านการตระหนักรู้ การใช้เวลาว่าง	ระหว่างกลุ่ม	3	3.961	1.320	3.238	.022*
	ภายในกลุ่ม	396	161.479	.408		
	รวม	399	165.440			
4. ด้านการเงิน	ระหว่างกลุ่ม	3	7.000	2.333	5.495	.001*
	ภายในกลุ่ม	396	168.164	.425		
	รวม	399	175.164			
5. ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพ และความปลอดภัย	ระหว่างกลุ่ม	3	2.498	.833	1.812	.144
	ภายในกลุ่ม	396	181.972	.460		
	รวม	399	184.470			
6. ด้านประสบการณ์ใช้ เวลาว่าง	ระหว่างกลุ่ม	3	8.652	2.884	5.580	.001*
	ภายในกลุ่ม	396	181.972	.460		
	รวม	399	213.340			
7. ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก	ระหว่างกลุ่ม	3	4.178	1.393	3.162	.025*
	ภายในกลุ่ม	396	174.380	.440		
	รวม	399	178.558			
8. ด้านข้อปฏิบัติการ เข้าร่วม	ระหว่างกลุ่ม	3	3.764	1.255	3.087	.027*
	ภายในกลุ่ม	396	160.956	.406		
	รวม	399	164.720			
โดยรวม 8 ด้าน	ระหว่างกลุ่ม	3	4.535	1.512	5.275	.001*
	ภายในกลุ่ม	396	113.484	.287		
	รวม	399	118.019			

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 36 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพต่างกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 7 ด้าน ได้แก่ ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วม ด้านความสามารถทางกาย ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาร่วม ด้านการเงิน ด้านประสบการณ์การใช้เวลาร่วม ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม จึงทำการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่

ตาราง 37 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วม จำแนกตามสถานภาพ (n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม	สถานภาพ	$\bar{x}$	โสด	สมรส / อยู่ด้วยกัน	หย่าร้าง / แยกกันอยู่
			2.16	2.20	2.94
ด้านการรับรู้ข้อมูล	โสด	2.16	-	0.04	0.78*
บริการการใช้เวลา	สมรส / อยู่ด้วยกัน	2.20		-	0.74*
ว่าง	หย่าร้าง / แยกกันอยู่	2.94			-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 37 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วม จำแนกตามสถานภาพ พบว่า

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีสถานภาพโสด มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วม จำแนกตามสถานภาพ พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพหย่าร้าง/แยกกันอยู่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพโสด มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมน้อยกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีสถานภาพหย่าร้าง/แยกกันอยู่ ส่วนผู้อื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีสถานภาพสมรส / อยู่ด้วยกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วม จำแนกตามสถานภาพ พบว่า

แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพหย่าร้าง/แยกกันอยู่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพสมรส/อยู่ด้วยกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมกันน้อยกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพหย่าร้าง/แยกกันอยู่ ส่วนผู้อื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง

ตาราง 38 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมกันของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางกาย จำแนกตามสถานภาพ (n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมกัน	สถานภาพ	$\bar{x}$	โสด	สมรส / อยู่ด้วยกัน	หย่าร้าง / แยกกันอยู่
			2.00	2.10	2.96
ด้านความสามารถทางกาย	โสด	2.00	-	-0.10	-0.96*
	สมรส / อยู่ด้วยกัน	2.10		-	-0.86*
	หย่าร้าง / แยกกันอยู่	2.96			-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 38 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมกันของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางกาย พบว่า

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีสถานภาพโสด มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมกัน ด้านความสามารถทางกาย จำแนกตามสถานภาพ พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพหย่าร้าง/แยกกันอยู่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพโสด มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมกันน้อยกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีสถานภาพหย่าร้าง/แยกกันอยู่ ส่วนผู้อื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีสถานภาพสมรส / อยู่ด้วยกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วม การใช้เวลาร่วมกัน ด้านความสามารถทางกาย จำแนกตามสถานภาพ พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพหย่าร้าง/แยกกันอยู่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพสมรส/อยู่ด้วยกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมกัน น้อยกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีสถานภาพหย่าร้าง/แยกกันอยู่ ส่วนผู้อื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง

ตาราง 39 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง
ของคณวิทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างจำแนกตามสถานภาพ
(n = 400)

อุปสรรคของการ เข้าร่วมการใช้ เวลาว่าง	สถานภาพ	$\bar{x}$	โสด	สมรส / อยู่ด้วยกัน	หย่าร้าง / แยกกันอยู่
			1.84	1.84	2.44
ด้าน	โสด	1.84	-	-0.00	-0.60*
การตระหนักรู้การใช้	สมรส / อยู่ด้วยกัน	1.84		-	-0.60*
เวลาว่าง	หย่าร้าง / แยกกันอยู่	2.44			-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 39 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคณวิทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างพบว่า

คณวิทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีสถานภาพโสด มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง จำแนกตามสถานภาพ พบว่า แตกต่างกับคณวิทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพหย่าร้าง/แยกกันอยู่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคณวิทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพโสด มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างน้อยกว่าคณวิทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีสถานภาพหย่าร้าง/แยกกันอยู่ ส่วนคู่อื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง

คณวิทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีสถานภาพสมรส / อยู่ด้วยกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง จำแนกตามสถานภาพ พบว่า แตกต่างกับคณวิทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพหย่าร้าง/แยกกันอยู่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคณวิทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพสมรส/อยู่ด้วยกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง น้อยกว่าคณวิทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพหย่าร้าง/แยกกันอยู่ ส่วนคู่อื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง

ตาราง 40 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง
ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการเงิน จำแนกตามสถานภาพ (n = 400)

อุปสรรคของการ เข้าร่วมการใช้ เวลาว่าง	สถานภาพ	$\bar{x}$	โสด	สมรส / อยู่ด้วยกัน	หย่าร้าง / แยกกันอยู่
			2.34	2.19	2.94
ด้านการเงิน	โสด	2.34	-	0.15*	-0.60*
	สมรส / อยู่ด้วยกัน	2.19		-	-0.75*
	หย่าร้าง / แยกกันอยู่	2.94			-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 40 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการเงิน พบว่า

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีสถานภาพโสด มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านการเงิน จำแนกตามสถานภาพ พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพสมรส/อยู่ด้วยกัน และหย่าร้าง/แยกกันอยู่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพโสดมีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง มากกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีสถานภาพแต่งงาน/อยู่ด้วยกัน และมีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง น้อยกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพหย่าร้าง/แยกกันอยู่

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีสถานภาพสมรส/อยู่ด้วยกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านการเงิน จำแนกตามสถานภาพ พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพหย่าร้าง/แยกกันอยู่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพสมรส/อยู่ด้วยกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง น้อยกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีสถานภาพหย่าร้าง/แยกกันอยู่ ส่วนคู่อื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง

ตาราง 41 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง
ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง จำแนกตามสถานภาพ
(n = 400)

อุปสรรคของการ เข้าร่วมการใช้ เวลาว่าง	สถานภาพ	$\bar{x}$	โสด	สมรส / อยู่ด้วยกัน	หย่าร้าง / แยกกันอยู่
			2.70	2.02	2.98
ด้านประสบการณ์ใช้ เวลาว่าง	โสด	2.70	-	0.68	-0.28*
	สมรส / อยู่ด้วยกัน	2.02		-	-0.96*
	หย่าร้าง / แยกกันอยู่	2.98			-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 41 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง พบว่า คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีสถานภาพโสด มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง จำแนกตามสถานภาพ พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพหย่าร้าง/แยกกันอยู่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพโสด มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง น้อยกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีสถานภาพหย่าร้าง/แยกกันอยู่ ส่วนคู่อื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีสถานภาพสมรส/อยู่ด้วยกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง จำแนกตามสถานภาพ พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพหย่าร้าง/แยกกันอยู่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพสมรส/อยู่ด้วยกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง น้อยกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีสถานภาพหย่าร้าง/แยกกันอยู่ ส่วนคู่อื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง

ตาราง 42 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก จำแนกตามสถานภาพ (n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง	สถานภาพ	$\bar{x}$	โสด	สมรส / อยู่ด้วยกัน	หย่าร้าง / แยกกันอยู่
			2.54	2.41	3.00
ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก	โสด	2.54	-	0.13	-0.46*
	สมรส / อยู่ด้วยกัน	2.41		-	-0.59*
	หย่าร้าง / แยกกันอยู่	3.00			-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 42 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก พบว่า

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีสถานภาพโสด มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก จำแนกตามสถานภาพ พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพหย่าร้าง/แยกกันอยู่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพโสด มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง น้อยกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีสถานภาพหย่าร้าง/แยกกันอยู่ ส่วนคู่อื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีสถานภาพสมรส/อยู่ด้วยกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก จำแนกตามสถานภาพ พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพหย่าร้าง/แยกกันอยู่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพสมรส/อยู่ด้วยกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง น้อยกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีสถานภาพหย่าร้าง/แยกกันอยู่ ส่วนคู่อื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง

ตาราง 43 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง
ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม จำแนกตามสถานภาพ (n =
400)

อุปสรรคของการ เข้าร่วมการใช้ เวลาว่าง	สถานภาพ	$\bar{x}$	โสด	สมรส / อยู่ด้วยกัน	หย่าร้าง / แยกกันอยู่
			2.39	2.26	2.72
ด้าน	โสด	2.39	-	0.13*	-0.33
ข้อปฏิบัติ	สมรส / อยู่ด้วยกัน	2.26		-	-0.46*
การเข้าร่วม	หย่าร้าง / แยกกันอยู่	2.72			-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 43 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม พบว่า

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีสถานภาพโสด มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม จำแนกตามสถานภาพ พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพสมรส/อยู่ด้วยกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพโสด มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างมากกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีสถานภาพสมรส/อยู่ด้วยกัน ส่วนคู่อื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีสถานภาพสมรส/อยู่ด้วยกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม จำแนกตามสถานภาพ พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพหย่าร้าง/แยกกันอยู่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีสถานภาพสมรส/อยู่ด้วยกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง น้อยกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีสถานภาพหย่าร้าง/แยกกันอยู่ ส่วนคู่อื่น ๆ ไม่พบความแตกต่าง

ตาราง 44 แสดงการวิเคราะห์ความแปรปรวนของคะแนนเฉลี่ยของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้
เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร โดยรวม 8 ด้าน จำแนกตามรายได้ต่อเดือน
(n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วม การใช้เวลาว่าง	แหล่งความแปรปรวน	df	SS	MS	F	P
1. ด้านการรับรู้ข้อมูล บริการการใช้เวลาว่าง	ระหว่างกลุ่ม	4	11.488	2.872	7.012	.000*
	ภายในกลุ่ม	395	161.782	.410		
	รวม	399	173.270			
2. ด้านความสามารถ ทางกาย	ระหว่างกลุ่ม	4	4.063	1.016	2.106	.079
	ภายในกลุ่ม	395	190.553	.482		
	รวม	399	194.616			
3. ด้านการตระหนักรู้ การใช้เวลาว่าง	ระหว่างกลุ่ม	4	5.570	1.392	3.440	.009*
	ภายในกลุ่ม	395	159.870	.405		
	รวม	399	165.440			
4. ด้านการเงิน	ระหว่างกลุ่ม	4	5.686	1.421	3.313	.011*
	ภายในกลุ่ม	395	169.478	.429		
	รวม	399	175.164			
5. ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพ และความปลอดภัย	ระหว่างกลุ่ม	4	1.612	.403	.871	.481
	ภายในกลุ่ม	395	182.858	.463		
	รวม	399	184.470			
6. ด้านประสบการณ์ใช้ เวลาว่าง	ระหว่างกลุ่ม	4	4.085	1.021	1.928	.105
	ภายในกลุ่ม	395	209.255	.530		
	รวม	399	213.340			
7. ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก	ระหว่างกลุ่ม	4	4.885	1.221	2.778	.027*
	ภายในกลุ่ม	395	173.672	.440		
	รวม	399	178.557			
8. ด้านข้อปฏิบัติการ เข้าร่วม	ระหว่างกลุ่ม	4	2.972	.743	1.814	.125
	ภายในกลุ่ม	395	161.748	.409		
	รวม	399	164.720			
โดยรวม 8 ด้าน	ระหว่างกลุ่ม	4	3.103	.776	2.666	.032*
	ภายในกลุ่ม	395	114.917	.291		
	รวม	399	118.019			

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 44 พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ต่อเดือนต่างกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านการเงิน ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก จึงทำการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่

ตาราง 45 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง จำแนกตามรายได้ต่อเดือน ($n = 400$)

อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง	รายได้ต่อเดือน	$\bar{x}$	ต่ำกว่า	5,001-15,000 บาท	15,001-25,000 บาท	25,001-35,000 บาท	35,000 บาทขึ้นไป
			หรือเท่ากับ 5,000 บาท				
			2.13	2.55	2.18	2.06	2.08
ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง	ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 5,000 บาท	2.13	-	-0.42*	-0.05	0.07	0.05
	5,001-15,000 บาท	2.55		-	0.37*	0.49*	0.47*
	15,001-25,000 บาท	2.18			-	0.12	0.10
	25,001-35,000 บาท	2.06				-	-0.02
	35,000 บาทขึ้นไป	2.08					-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 45 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง จำแนกตามรายได้ต่อเดือน พบว่า

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนต่ำกว่าหรือเท่ากับ 5,000 บาท มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง จำแนกตามรายได้ต่อเดือน พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีรายได้ 5,001-15,000 บาท อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีรายได้ต่อเดือนต่ำกว่าหรือเท่ากับ 5,000 บาท มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง น้อยกว่า

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ 5,001-15,000 บาท ส่วนคนอื่นๆ ไม่พบความแตกต่าง

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนรายได้ 5,001-15,000 บาท มีอุปสรรคของการเข้าร่วม การใช้เวลาว่าง ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง จำแนกตามรายได้ต่อเดือน พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีรายได้ 15,001-25,000 บาท รายได้ 25,001-35,000 บาท และรายได้ 35,000 บาทขึ้นไป อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีรายได้ต่อเดือน 5,001-15,000 บาท มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง มากกว่า คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ 15,001- 25,000บาท รายได้ 25,001-35,000 บาท และรายได้ 35,000 บาทขึ้นไป

ตาราง 46 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง จำแนกตามรายได้ต่อเดือน (n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง	รายได้ต่อเดือน	$\bar{x}$	ต่ำกว่า	5,001-15,000 บาท	15,001-25,000 บาท	25,001-35,000 บาท	35,000 บาทขึ้นไป
			หรือเท่ากับ 5,000 บาท				
			1.85	1.91	1.95	1.81	1.60
ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 5,000 บาท		1.85	-	0.06	0.10	-0.04	-0.25
ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง	5,001-15,000 บาท	1.91		-	0.04	-0.10	-0.31*
	15,001-25,000 บาท	1.95			-	-0.14	-0.35*
	25,001-35,000 บาท	1.81				-	-0.21*
	35,000 บาทขึ้นไป	1.60					-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 46 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง จำแนกตามรายได้ต่อเดือน พบว่า

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือน 5,001-15,000 บาท มีอุปสรรค ที่มีต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง จำแนกตามรายได้ต่อ

เดือน พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีรายได้ 35,000 บาทขึ้นไป อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีรายได้ต่อเดือน 5,001-15,000 มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง มากกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีรายได้ 35,000 บาทขึ้นไป ส่วนคนอื่นๆ ไม่พบความแตกต่าง

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือน 15,001-25,000 บาท มีอุปสรรค ที่มีต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง จำแนกตามรายได้ต่อเดือน พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีรายได้ 35,000 บาทขึ้นไป อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีรายได้ต่อเดือน 15,001-25,000 บาท มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง มากกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ 35,000 บาทขึ้นไป ส่วนคนอื่นๆ ไม่พบความแตกต่าง

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือน 25,001-35,000 บาท มีอุปสรรค ที่มีต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง จำแนกตามรายได้ต่อเดือน พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีรายได้ 35,000 บาทขึ้นไป อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีรายได้ต่อเดือน 25,001-35,000 บาท มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง มากกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ 35,000 บาทขึ้นไป ส่วนคนอื่นๆ ไม่พบความแตกต่าง

ตาราง 47 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการเงิน จำแนกตามรายได้ต่อเดือน (n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง	รายได้ของครอบครัว	$\bar{X}$	ต่ำกว่า				
			หรือเท่ากับ 5,000 บาท	5,001-15,000 บาท	15,001-25,000 บาท	25,001-35,000 บาท	35,000 บาทขึ้นไป
			2.46	2.52	2.22	2.21	2.28
ด้านการเงิน	ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 5,000 บาท	2.46	-	0.06	-0.24	-0.25	-0.18
	5,001-15,000 บาท	2.52		-	-0.30*	-0.31*	-0.24*
	15,001-25,000 บาท	2.22			-	-0.01	0.06
	25,001-35,000 บาท	2.21				-	0.07
	35,000 บาทขึ้นไป	2.28					-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 47 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการเงิน จำแนกตามรายได้ต่อเดือน พบว่า

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนรายได้ 5,001-15,000 บาท มีอุปสรรคของการเข้าร่วม การใช้เวลาว่าง ด้านการเงิน จำแนกตามรายได้ต่อเดือน พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีรายได้ 15,001-25,000 บาท รายได้ 25,001-35,000 บาท และรายได้ 35,000 บาทขึ้นไป อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีรายได้ต่อเดือน 5,001-15,000 บาท มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างมากกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ 15,001-25,000 บาท รายได้ 25,001-35,000 บาท และรายได้ 35,000 บาทขึ้นไป

ตาราง 48 ผลการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก จำแนกตามรายได้ต่อเดือน (n = 400)

อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง	รายได้ต่อเดือน	$\bar{X}$	ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 5,000 บาท	5,001-15,000 บาท	15,001-25,000 บาท	25,001-35,000 บาท	35,000 บาทขึ้นไป
			2.68	2.71	2.44	2.43	2.45
	ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 5,000 บาท	2.68	-	-0.03	0.24	0.25	0.23
ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก	5,001-15,000 บาท	2.71		-	0.27*	0.28*	0.26*
	15,001-25,000 บาท	2.44			-	0.01	-0.01
	25,001-35,000 บาท	2.43				-	-0.02
	35,000 บาทขึ้นไป	2.45					-

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 48 แสดงการเปรียบเทียบความแตกต่างเป็นรายคู่ ของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก จำแนกตามรายได้ต่อเดือน พบว่า

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ต่อเดือนรายได้ 5,001-15,000 บาท มีอุปสรรคของการเข้าร่วม การใช้เวลาว่าง ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก จำแนกตามรายได้ต่อเดือน พบว่า แตกต่างกับคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีรายได้ 15,001-25,000 บาท รายได้ 25,001-35,000 บาท และรายได้ 35,000 บาทขึ้นไป อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่มีรายได้ต่อเดือน 5,001-15,000 บาท มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง มากกว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีรายได้ 15,001-25,000 บาท รายได้ 25,001-35,000 บาท และรายได้ 35,000 บาทขึ้นไป

ตอนที่ 5 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร

ตาราง 49 แสดงการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง (n = 400)

ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง	อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง		
	r	P	ระดับความสัมพันธ์
1. การใช้เวลาว่าง	-.098*	.050	มีความสัมพันธ์เชิงลบ
2. ประสบการณ์ใช้เวลาว่าง	.011	.824	ไม่มีความสัมพันธ์
3. ความสัมพันธ์กับชีวิต	.057	.254	ไม่มีความสัมพันธ์
4. ความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต	.022	.660	ไม่มีความสัมพันธ์
5. ความสัมพันธ์กับสังคม	-.126*	.011	มีความสัมพันธ์เชิงลบ
รวม	.002	.973	ไม่มีความสัมพันธ์

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 49 พบว่า ผลวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง โดยรวมกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง โดยรวม พบว่าไม่มีความสัมพันธ์ เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง ด้านความสัมพันธ์กับชีวิต ด้านความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต ไม่มีความสัมพันธ์กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง

ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง ส่วนด้านการใช้เวลาว่าง และด้านความสัมพันธ์กับสังคม มีความสัมพันธ์กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1. การตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านการใช้เวลาว่างกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง มีค่า P เท่ากับ .050 ซึ่งเท่ากับ .05 หมายความว่าระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านการใช้เวลาว่าง มีความสัมพันธ์กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) เท่ากับ -.098 แสดงว่าตัวแปรทั้งสองมีความสัมพันธ์เชิงลบ กล่าวคือ ถ้าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครมีความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างในระดับดีขึ้น อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านการใช้เวลาว่าง โดยรวมจะลดลง

2. การตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านความสัมพันธ์กับสังคม กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง มีค่า P เท่ากับ .011 ซึ่งน้อยกว่า .05 หมายความว่าระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านความสัมพันธ์กับสังคม มีความสัมพันธ์กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) เท่ากับ -.126 แสดงว่าตัวแปรทั้งสองมีความสัมพันธ์เชิงลบ กล่าวคือ ถ้าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครมีความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างในระดับดีขึ้น อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างความสัมพันธ์กับสังคมโดยรวมจะลดลง

ตาราง 50 แสดงการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาร่วมกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางกาย (n = 400)

ความตระหนักรู้การใช้เวลาร่วม	อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม ด้านความสามารถทางกาย		
	r	P	ระดับความสัมพันธ์
1. การใช้เวลาร่วม	.070	.160	ไม่มีความสัมพันธ์
2. ประสบการณ์ใช้เวลาร่วม	.026	.602	ไม่มีความสัมพันธ์
3. ความสัมพันธ์กับชีวิต	.032	.530	ไม่มีความสัมพันธ์
4. ความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต	.087	.081	ไม่มีความสัมพันธ์
5. ความสัมพันธ์กับสังคม	-.212*	.000	มีความสัมพันธ์เชิงลบ
รวม	0.71	.154	ไม่มีความสัมพันธ์

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 50 พบว่า ผลวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาร่วมโดยรวมกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางกาย กับความตระหนักรู้การใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร โดยรวม พบว่าไม่มีความสัมพันธ์ เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ความตระหนักรู้ การใช้เวลาร่วมด้านการใช้เวลาร่วม ด้านประสบการณ์ใช้เวลาร่วม ด้านความสัมพันธ์กับชีวิต ด้านความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต ไม่มีความสัมพันธ์กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางกาย ส่วนด้านความสัมพันธ์กับสังคมมีความสัมพันธ์กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางกาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1. การตระหนักรู้การใช้เวลาร่วม ด้านความสัมพันธ์กับสังคมกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางกาย มีค่า P เท่ากับ .000 ซึ่งน้อยกว่า .05 หมายความว่าระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความตระหนักรู้การใช้เวลาร่วม ด้านความสัมพันธ์กับสังคม มีความสัมพันธ์กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) เท่ากับ -.212 แสดงว่าตัวแปรทั้งสองมีความสัมพันธ์เชิงลบ กล่าวคือ ถ้าคนวัย

ทำงานในเขตกรุงเทพมหานครมีความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างในระดับดีขึ้น อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านความสามารถทางกาย โดยรวมจะลดลง

ตาราง 51 แสดงการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง (n = 400)

ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง	อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง		
	r	P	ระดับความสัมพันธ์
1. การใช้เวลาว่าง	-.105	.036*	มีความสัมพันธ์เชิงลบ
2. ประสบการณ์ใช้เวลาว่าง	.045	.373	ไม่มีความสัมพันธ์
3. ความสัมพันธ์กับชีวิต	-.130	.009*	มีความสัมพันธ์เชิงลบ
4. ความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต	.063	.212	ไม่มีความสัมพันธ์
5. ความสัมพันธ์กับสังคม	.038	.448	ไม่มีความสัมพันธ์
รวม	.075	.135	ไม่มีความสัมพันธ์

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 51 พบว่า ผลวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างโดยรวม กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง กับความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร โดยรวม พบว่าไม่มีความสัมพันธ์ เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง ด้านความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต และด้านความสัมพันธ์กับสังคม ไม่มีความสัมพันธ์กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ส่วนด้านการใช้เวลาว่างและด้านความสัมพันธ์กับชีวิต มีความสัมพันธ์กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1. การตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านการใช้เวลาว่าง กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง มีค่า P เท่ากับ .036 ซึ่งน้อยกว่า .05 หมายความว่าระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความตระหนักรู้การใช้เวลา

ว่าง ด้านการใช้เวลาว่าง มีความสัมพันธ์กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) เท่ากับ $-.105$ แสดงว่าตัวแปรทั้งสองมีความสัมพันธ์เชิงลบ กล่าวคือ ถ้าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครมีความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างในระดับดีขึ้น อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง โดยรวมจะลดลง

2. การตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านความสัมพันธ์กับชีวิต กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง มีค่า P เท่ากับ $.009$ ซึ่งน้อยกว่า $.05$ หมายความว่าระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านความสัมพันธ์กับชีวิต มีความสัมพันธ์กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ $.05$ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) เท่ากับ $-.130$ แสดงว่าตัวแปรทั้งสองมีความสัมพันธ์เชิงลบ กล่าวคือ ถ้าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครมีความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างในระดับดีขึ้น อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง โดยรวมจะลดลง

ตาราง 52 แสดงการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการเงิน ($n = 400$)

ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง	อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง		
	ด้านการเงิน		ระดับความสัมพันธ์
	r	P	
1. การใช้เวลาว่าง	.069	.169	ไม่มีความสัมพันธ์
2. ประสบการณ์ใช้เวลาว่าง	.018	.712	ไม่มีความสัมพันธ์
3. ความสัมพันธ์กับชีวิต	.027	.585	ไม่มีความสัมพันธ์
4. ความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต	.025	.617	ไม่มีความสัมพันธ์
5. ความสัมพันธ์กับสังคม	.016	.751	ไม่มีความสัมพันธ์
รวม	.010	.848	ไม่มีความสัมพันธ์

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 52 พบว่า ผลวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง โดยรวมกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการเงิน กับความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร โดยรวมพบว่า

ไม่มีความสัมพันธ์ เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านการใช้เวลาว่าง ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง ด้านความสัมพันธ์กับชีวิต ด้านความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต และด้านความสัมพันธ์กับสังคม ไม่มีความสัมพันธ์กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร

ตาราง 53 แสดงการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย (n = 400)

ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง	อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย		
	r	P	ระดับความสัมพันธ์
1. การใช้เวลาว่าง	.019	.711	ไม่มีความสัมพันธ์
2. ประสบการณ์ใช้เวลาว่าง	.039	.433	ไม่มีความสัมพันธ์
3. ความสัมพันธ์กับชีวิต	.034	.494	ไม่มีความสัมพันธ์
4. ความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต	.068	.174	ไม่มีความสัมพันธ์
5. ความสัมพันธ์กับสังคม	-.180*	.000	มีความสัมพันธ์เชิงลบ
รวม	.066	.185	ไม่มีความสัมพันธ์

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 53 พบว่า ผลวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างโดยรวม กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย กับความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร โดยรวมพบว่าไม่มีความสัมพันธ์ เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ความตระหนักรู้ การใช้เวลาว่าง ด้านการใช้เวลาว่าง ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง ด้านความสัมพันธ์กับชีวิต และด้านความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต ไม่มีความสัมพันธ์กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย ส่วนด้านความสัมพันธ์กับสังคม มีความสัมพันธ์กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1. การตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านความสัมพันธ์กับสังคม กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย มีค่า P เท่ากับ .000 ซึ่งเท่ากับ .05 หมายความว่าระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านความสัมพันธ์กับสังคม มีความสัมพันธ์กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) เท่ากับ -.180 แสดงว่าตัวแปรทั้งสองมีความสัมพันธ์เชิงลบ กล่าวคือถ้าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครมีความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างในระดับดีขึ้น อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัยโดยรวมจะลดลง

ตาราง 54 แสดงการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง ($n = 400$)

ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง	อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง		
	r	P	ระดับความสัมพันธ์
1. การใช้เวลาว่าง	.037	.461	ไม่มีความสัมพันธ์
2. ประสบการณ์ใช้เวลาว่าง	.089	.075	ไม่มีความสัมพันธ์
3. ความสัมพันธ์กับชีวิต	.039	.440	ไม่มีความสัมพันธ์
4. ความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต	.056	.266	ไม่มีความสัมพันธ์
5. ความสัมพันธ์กับสังคม	-.173*	.001	มีความสัมพันธ์เชิงลบ
รวม	.067	.182	ไม่มีความสัมพันธ์

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 54 พบว่า ผลวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างโดยรวม กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง กับความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร โดยรวมพบว่าไม่มีความสัมพันธ์ เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านการใช้เวลาว่าง ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง ด้านความสัมพันธ์กับชีวิตและด้านความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต ไม่มีความสัมพันธ์กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง

ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านประสบการณ์ใช้เวลาร่วม ส่วนด้านความสัมพันธ์กับสังคม มีความสัมพันธ์กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านประสบการณ์ใช้เวลาร่วม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1. การตระหนักรู้การใช้เวลาร่วม ด้านความสัมพันธ์กับสังคม กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านประสบการณ์ใช้เวลาร่วม มีค่า P เท่ากับ .001 ซึ่งน้อยกว่า .05 หมายความว่าระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความตระหนักรู้การใช้เวลาร่วม ด้านความสัมพันธ์กับสังคม มีความสัมพันธ์กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) เท่ากับ -.173 แสดงว่าตัวแปรทั้งสองมีความสัมพันธ์เชิงลบ กล่าวคือ ถ้าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครมีความตระหนักรู้การใช้เวลาร่วมในระดับดีขึ้น อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม ด้านประสบการณ์ใช้เวลาร่วม โดยรวมจะลดลง

ตาราง 55 แสดงการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาร่วมกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก (n = 400)

ความตระหนักรู้การใช้เวลาร่วม	อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก		
	r	P	ระดับความสัมพันธ์
1. การใช้เวลาร่วม	.069	.169	ไม่มีความสัมพันธ์
2. ประสบการณ์ใช้เวลาร่วม	.064	.201	ไม่มีความสัมพันธ์
3. ความสัมพันธ์กับชีวิต	.034	.501	ไม่มีความสัมพันธ์
4. ความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต	.021	.677	ไม่มีความสัมพันธ์
5. ความสัมพันธ์กับสังคม	.076	.131	ไม่มีความสัมพันธ์
รวม	.016	.743	ไม่มีความสัมพันธ์

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 55 พบว่า ผลวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาร่วมโดยรวม กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก กับความตระหนักรู้การใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขต

กรุงเทพมหานคร โดยรวมพบว่าไม่มีความสัมพันธ์ เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ความตระหนักรู้ การใช้เวลาร่าง ด้านการใช้เวลาร่าง ด้านประสบการณ์ใช้เวลาร่าง ด้านความสัมพันธ์กับชีวิต ด้านความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต และด้านความสัมพันธ์กับสังคม ไม่มีความสัมพันธ์กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร

ตาราง 56 แสดงการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาร่างกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม (n = 400)

ความตระหนักรู้การใช้เวลาร่าง	อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่าง ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม		
	r	P	ระดับความสัมพันธ์
1. การใช้เวลาร่าง	.071	.155	ไม่มีความสัมพันธ์
2. ประสบการณ์ใช้เวลาร่าง	.009	.861	ไม่มีความสัมพันธ์
3. ความสัมพันธ์กับชีวิต	.016	.753	ไม่มีความสัมพันธ์
4. ความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต	.019	.712	ไม่มีความสัมพันธ์
5. ความสัมพันธ์กับสังคม	-.107*	.033	มีความสัมพันธ์เชิงลบ
รวม	.022	.660	ไม่มีความสัมพันธ์

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 56 พบว่า ผลวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาร่าง โดยรวม กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม กับความตระหนักรู้การใช้เวลาร่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร โดยรวมพบว่าไม่มีความสัมพันธ์ เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ความตระหนักรู้ การใช้เวลาร่าง ด้านการใช้เวลาร่าง ด้านประสบการณ์ใช้เวลาร่าง ด้านความสัมพันธ์กับชีวิตและด้านความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต ไม่มีความสัมพันธ์กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม ส่วนด้านความสัมพันธ์กับสังคม มีความสัมพันธ์กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1. การตระหนักรู้การใช้เวลาร่าง ด้านความสัมพันธ์กับสังคม กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม มีค่า P

เท่ากับ .033 ซึ่งน้อยกว่า .05 หมายความว่าระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านความสัมพันธ์กับสังคม มีความสัมพันธ์กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) เท่ากับ -.107 แสดงว่าตัวแปรทั้งสองมีความสัมพันธ์เชิงลบ กล่าวคือ ถ้าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครมีความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างในระดับดีขึ้น อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านข้อปฏิบัติกรเข้าร่วม โดยรวมจะลดลง

ตาราง 57 แสดงการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านข้อปฏิบัติกรเข้าร่วม (n = 400)

ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง	อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง		
	r	P	ระดับความสัมพันธ์
1. การใช้เวลาว่าง	-.082	.100	ไม่มีความสัมพันธ์
2. ประสบการณ์ใช้เวลาว่าง	.020	.690	ไม่มีความสัมพันธ์
3. ความสัมพันธ์กับชีวิต	-.042	.406	ไม่มีความสัมพันธ์
4. ความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต	.038	.450	ไม่มีความสัมพันธ์
5. ความสัมพันธ์กับสังคม	-.146*	.038	มีความสัมพันธ์เชิงลบ
รวม	.027	.596	ไม่มีความสัมพันธ์

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จากตาราง 57 พบว่า ผลวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง โดยรวม กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร โดยรวมพบว่าไม่มีความสัมพันธ์ เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า ความตระหนักรู้ การใช้เวลาว่าง ด้านการใช้เวลาว่าง ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง ด้านความสัมพันธ์กับชีวิต และด้านความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต ไม่มีความสัมพันธ์กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ส่วนด้านความสัมพันธ์กับสังคม มีความสัมพันธ์กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1. การตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านความสัมพันธ์กับสังคม กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีค่า P เท่ากับ .038 ซึ่งน้อยกว่า .05

หมายความว่าระดับความคิดเห็นเกี่ยวกับความตระหนักรู้การใช้เวลารว่าง ด้านความสัมพันธ์กับสังคม มีความสัมพันธ์กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลารว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) เท่ากับ -.146 แสดงว่าตัวแปรทั้งสองมีความสัมพันธ์เชิงลบ กล่าวคือถ้าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครมีความตระหนักรู้การใช้เวลารว่างในระดับดีขึ้น อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลารว่าง โดยรวมจะลดลง

ตอนที่ 6 ข้อเสนอแนะอื่นๆ ของผู้ตอบแบบสอบถาม

ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่ ต้องการให้สนับสนุนด้านกิจกรรม สถานที่ และการบริการ ให้ครอบคลุมมากขึ้น โดยมีรายละเอียดดังนี้

1. เราชาวคลองสาน....มีสุขภาวะทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคมที่ดี
2. ชอบนอนพักผ่อนมากกว่าทำกิจกรรม
3. อยากให้มีกิจกรรมด้านฟุตบอลมากขึ้น
4. ควรเพิ่มจุดบริการน้ำดื่มเย็นๆ ให้ร่างกายสดชื่น
5. ควรดูแลสนามฟุตบอล และซ่อมแซมให้ดีกว่านี้
6. มีสถานที่ออกกำลังกาย กีฬา นันทนาการ ครอบคลุมทุกพื้นที่
7. โดยรวมไม่ค่อยจะมีเวลารว่างพอที่จะไปทำกิจกรรม

บทที่ 5

สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจ (Survey research) โดยศึกษาความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างและอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ซึ่งสรุปสาระสำคัญของการวิจัย การอภิปรายผล และข้อเสนอแนะไว้ดังนี้

ความมุ่งหมายของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร
3. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบปัจจัยส่วนบุคคลกับอุปสรรคการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร
4. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร

คำถามในการวิจัย

1. ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร เป็นอย่างไร
2. อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร เป็นอย่างไร
3. ปัจจัยส่วนบุคคลมีผลกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร เป็นอย่างไร
4. ความสัมพันธ์ของการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร เป็นอย่างไร

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้แบบสอบถามในการเก็บรวบรวมข้อมูลจากคนวัยทำงานที่มีอายุระหว่าง 18-59 ปี ที่มีสถานที่ทำงานและที่อยู่อาศัยอยู่ในเขตกรุงเทพมหานคร ซึ่งเป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง อาศัยข้อมูลจากตำรา เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง แนวคิด และทฤษฎีเกี่ยวกับการใช้เวลาว่าง นันทนาการ โดยแบ่งแบบสอบถามเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 เป็นคำถามที่เกี่ยวกับลักษณะทางประชากรศาสตร์ ตามตัวแปรอิสระที่ศึกษาจำนวน 6 ข้อ ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ สถานภาพสมรส และรายได้ต่อเดือน เป็นแบบสอบถามปลายปิด (Close-ended Response Question) แบบมีหลายทางเลือก โดยให้เลือกตอบเพียง 1 คำตอบ(Multiple Choices)

ตอนที่ 2 เป็นคำถามที่เกี่ยวกับความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร โดยแบ่งเป็น 5 ด้าน ด้านละ 5 ข้อ รวมทั้งสิ้น 25 ข้อ ดังนี้ (Mundy, J. 1998)

1. การใช้เวลาว่าง
2. ประสิทธิภาพการใช้เวลาว่าง
3. ความสัมพันธ์กับชีวิต
4. ความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต
5. ความสัมพันธ์กับสังคม

ตอนที่ 3 เป็นคำถามที่เกี่ยวกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร โดยผู้วิจัยได้พัฒนาข้อคำถามมาจากแบบสอบถามงานวิจัยของวณัฐพงศ์ เบญจพงศ์ ซึ่งสามารถแบ่งเป็น 8 ด้าน ด้านละ 5 ข้อ รวมทั้งสิ้น 40 ข้อ ดังนี้ วณัฐพงศ์ เบญจพงศ์ (2565)

1. ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง
2. ด้านความสามารถทางกาย
3. ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง
4. ด้านการเงิน
5. ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย
6. ด้านประสิทธิภาพใช้เวลาว่าง
7. ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก
8. ด้านข้อปฏิบัติในการเข้าร่วม

ตอนที่ 4 เป็นคำถามปลายเปิด (Open-ended) เป็นการแสดงความคิดเห็นและข้อเสนอแนะอื่นๆ

วิธีดำเนินการวิจัย

1. ศึกษาข้อมูลจากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัจจัยที่มีผลต่อการใช้เวลาว่าง การศึกษาการใช้เวลาว่าง ความตระหนักรู้คุณค่าการใช้เวลาว่าง อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้

เวลาว่าง และผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรที่ศึกษา เพื่อใช้เป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม

2. ศึกษาหลักเกณฑ์และวิธีการสร้างแบบสอบถามจากตำราเอกสารต่างๆ

3. รวบรวมสาระและเนื้อหาต่างๆ ที่ได้จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ตามแนวคิดการสร้างความตระหนักรู้คุณค่าการใช้เวลาว่าง และอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของ มันดี (Mundy, 1998) และวณัฐพงศ์ เบญจพงศ์ (2565) จากนั้นนำจึงได้พัฒนาและดัดแปลงแบบสอบถามให้สอดคล้อง ครอบคลุมจุดมุ่งหมายของงานวิจัย รวมถึงกรอบคิดในการวิจัย

4. นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นแล้ว เสนอคณะกรรมการที่ปรึกษา ตรวจ แก้ไข สำนวน ภาษา ความครอบคลุมเนื้อหา ตลอดจนรับข้อเสนอนแนะต่างๆ ปรับปรุงแก้ไขแบบสอบถามตามที่ คณะกรรมการที่ปรึกษาแนะนำ จากนั้น ดำเนินการส่งโครงการวิจัยเสนอคณะกรรมการจริยธรรม การวิจัยในมนุษย์ เพื่อพิจารณาและออกใบอนุญาต

5. ดำเนินการนำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขไปหาคุณภาพของเครื่องมือ โดย ดำเนินการ ดังนี้

หาค่าความเที่ยงตรงเชิงโครงสร้าง (Construct validity) และความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) โดยเสนอให้ผู้เชี่ยวชาญจำนวน 5 คน ตรวจสอบความเที่ยงตรง แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ

ผู้วิจัยนำไปหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of congruence: IOC) ระหว่างข้อคำถามกับสิ่งที่ต้องการวัด โดยที่ผู้วิจัยจะเลือกคำถามที่มีค่าดัชนีความสอดคล้อง ตั้งแต่ 0.5 ขึ้นไปเป็นข้อคำถามที่นำไปใช้ได้ (พวงรัตน์ ทวีรัตน์, 2540, น.117) ในงานวิจัยนี้ได้ค่าดัชนีความสอดคล้องของแบบสอบถาม ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างและอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร อยู่ในช่วง 0.6-1.00

6. ปรับปรุงแบบสอบถามตามข้อเสนอแนะของผู้เชี่ยวชาญ นำเสนอต่อคณะกรรมการที่ปรึกษา เพื่อปรับปรุงให้มีความชัดเจนก่อนนำไปทดลองใช้ จากนั้นนำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแล้วนำไปทดลองใช้ (Try out) กับประชากรที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน โดยการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างคะแนนรายข้อกับคะแนนรวม (Corrected Item Correlation) จากนั้นทำการคัดเลือกข้อคำถาม แล้วนำผลมาวิเคราะห์หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) โดยใช้วิธีหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบัค (Cronbach's alpha-Coefficient) ซึ่งค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาที่ได้ 0.8-1.0 จะแสดงถึงระดับความคงที่ของแบบสอบถาม โดยมีค่าระหว่าง $0 \leq \alpha \leq 1$ ค่าที่ใกล้เคียงกับ 1 แสดงว่ามีความเชื่อมั่นสูง (บุญชม ศรีสะอาด, 2545, น.96) ในงานวิจัยนี้ได้ค่าความเชื่อมั่นของ

แบบสอบถามความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างและอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร เท่ากับ 0.950

7. นำแบบสอบถามที่ทดลองใช้แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขเพื่อความสมบูรณ์ โดยได้รับคำแนะนำจากคณะกรรมการที่ปรึกษา เพื่อความถูกต้องอีกครั้ง จากนั้นจึงนำแบบสอบถามไปแจกกลุ่มตัวอย่างที่กำหนดไว้

8. ผู้วิจัยขอหนังสือแนะนำตัวจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อติดต่อขอหนังสืออนุญาตในการเก็บรวบรวมข้อมูล

9. ผู้วิจัยนำหนังสือไปยื่นต่อผู้อำนวยการสำนักงานเขตที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง เพื่อขออนุญาตนำแบบสอบถามไปเก็บข้อมูลจากกลุ่มตัวอย่าง

10. ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองและผู้ช่วยวิจัย จำนวน 5 คน โดยการส่งแบบสอบถามทางออนไลน์ ผ่านสื่ออิเล็กทรอนิกส์ออนไลน์ เพราะเป็นวิธีที่เข้าถึงกลุ่มตัวอย่างได้ง่าย สะดวก ระยะเวลา ปลอดภัย และประหยัด รวมถึงแจกแบบสอบถามโดยตรง รวมจำนวน 400 ฉบับ ตามกำหนดการและแผนที่ได้วางไว้ โดยใช้เวลาในการเก็บข้อมูลทั้งสิ้น 30 วัน

11. นำแบบสอบถามที่ผ่านการตรวจสอบความถูกต้องของแบบสอบถามมาลงรหัสตัวเลข (Code) นำไปประมวลผลและวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์สำเร็จรูป

12. สรุปผล และอภิปรายผลที่ได้จากการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูล

1. การวิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงพรรณนา (Descriptive Statistics) ดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ของผู้ตอบแบบสอบถาม ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ สถานภาพสมรส และรายได้ต่อเดือน นำมาวิเคราะห์โดยใช้การแจกแจงความถี่ (Frequency) คิดเป็นร้อยละ (Percentage)

ตอนที่ 2 ความตระหนักรู้ในการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร นำมาวิเคราะห์โดยใช้ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

ตอนที่ 3 อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร นำมาวิเคราะห์โดยใช้ค่าเฉลี่ย (Mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

2. การวิเคราะห์โดยใช้สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) โดยใช้ทดสอบสมมติฐาน 3 ข้อ เพื่อแสดงถึงความแตกต่าง และความสัมพันธ์ของตัวแปรต้นและตัวแปรตาม โดยใช้

2.1 การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่ม ได้แก่ ข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ของผู้ใช้บริการ ด้านเพศ กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร สถิติที่ใช้ทดสอบ คือ ค่าที (Independent Sample t-test) แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

2.2 การทดสอบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่างมากกว่า 2 กลุ่ม ได้แก่ ข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ของผู้ใช้บริการ ด้านอายุ ระดับการศึกษา อาชีพ สถานภาพสมรสและรายได้ต่อเดือน กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร สถิติที่ใช้ทดสอบ คือ การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-Way Analysis of Variance) และกรณีผลทดสอบระหว่างค่าคะแนนเฉลี่ยของตัวแปรมากกว่า 2 กลุ่ม พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จะทำการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่โดยใช้วิธีการของฟิชเชอร์ (Fisher's Least-Significant Difference: LSD) (กัลยา วานิชย์บัญชา, 2546, น.258) แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

2.3 วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรอิสระกับตัวแปรตาม ได้แก่ ตัวแปรความตระหนักรู้ในการใช้เวลาว่างกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง สถิติที่ใช้ทดสอบ คือ การวิเคราะห์สถิติสหสัมพันธ์อย่างง่ายของเพียร์สัน (Pearson Product Moment Correlation Coefficient) แล้วนำเสนอในรูปตารางประกอบความเรียง

3. แบบสอบถามปลายเปิด เพื่อให้ผู้ตอบแบบสอบถามได้แสดงข้อเสนอแนะอื่นๆ นำมาสรุปเป็นความเรียง

สรุปผลการวิจัย

จากการศึกษาความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างและอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร สรุปได้ดังนี้

1. การวิเคราะห์ข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร สามารถสรุปได้ดังนี้

เพศ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่เป็นเพศชาย จำนวน 218 คน คิดเป็นร้อยละ 54.5 และเพศหญิง จำนวน 182 คน คิดเป็นร้อยละ 45.5

อายุ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่อายุ 30-44 ปี จำนวน 152 คน คิดเป็นร้อยละ 38.0 รองลงมา อายุ 45-59 ปี จำนวน 137 คน คิดเป็นร้อยละ 34.2 และอายุ 19-29 ปี จำนวน 111 คน คิดเป็นร้อยละ 27.8

ระดับการศึกษาสูงสุด พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีการศึกษาในระดับปริญญาตรี จำนวน 144 คน คิดเป็นร้อยละ 36.0 รองลงมา มีการศึกษาระดับอนุปริญญาหรือเทียบเท่า จำนวน 101 คน คิดเป็นร้อยละ 25.3 มีการศึกษาระดับมัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า จำนวน 61 คน คิดเป็นร้อยละ 15.3 มีระดับการศึกษาสูงกว่าปริญญาตรี จำนวน 57 คน คิดเป็นร้อยละ 14.2 และ การศึกษาระดับประถมศึกษา จำนวน 37 คน คิดเป็นร้อยละ 9.3

อาชีพ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีอาชีพเป็นข้าราชการ / พนักงานรัฐวิสาหกิจ / พนักงานของรัฐ จำนวน 127 คน คิดเป็นร้อยละ 31.8 รองลงมา มีอาชีพเป็นเจ้าของกิจการ / ธุรกิจส่วนตัว จำนวน 107 คน คิดเป็นร้อยละ 26.8 มีอาชีพเป็นพนักงานบริษัทเอกชน / ห้างร้าน จำนวน 103 คน คิดเป็นร้อยละ 25.8 มีอาชีพเป็นนักเรียน / นักศึกษา จำนวน 32 คน คิดเป็นร้อยละ 8.0 และ อื่นๆ เช่น ข้าราชการบำนาญ แม่บ้าน ฟรีแลนซ์ จำนวน 31 คน คิดเป็นร้อยละ 7.8 ตามลำดับ

สถานภาพ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีสถานภาพโสด จำนวน 220 คน คิดเป็นร้อยละ 55.0 รองลงมา สถานภาพสมรส จำนวน 170 คน คิดเป็นร้อยละ 42.5 และ สถานภาพหม้าย / หย่าร้าง / แยกกันอยู่ จำนวน 10 คน คิดเป็นร้อยละ 2.5

รายได้ต่อเดือน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามส่วนใหญ่มีรายได้ต่อเดือน 15,001-25,000 บาท จำนวน 146 คน คิดเป็นร้อยละ 36.5 รองลงมา มีรายได้ต่อเดือน 25,001-35,000 บาท จำนวน 104 คน คิดเป็นร้อยละ 26.0 มีรายได้ต่อเดือน 5,001-15,000 บาท จำนวน 68 คน คิดเป็นร้อยละ 17.0 มีรายได้ต่อเดือน 35,000 บาทขึ้นไป จำนวน 60 คน คิดเป็นร้อยละ 15 และมีรายได้ ต่อเดือนต่ำกว่าหรือเท่ากับ 5,000 บาท จำนวน 22 คน คิดเป็นร้อยละ 5.5

2. การผลการวิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร สามารถสรุปได้ดังนี้

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านการใช้เวลาว่าง โดยรวมมีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง ($\bar{x} = 3.36$, S.D. = .351) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถามมีความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่งและเห็นด้วย ข้อที่อยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง การใช้เวลาว่าง ($\bar{x} = 3.45$, S.D. = .436) ความสัมพันธ์กับชีวิต ($\bar{x} = 3.43$, S.D. = .484) ประสบการณ์ใช้เวลาว่าง ($\bar{x} = 3.39$, S.D. = .397) และ ความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต ($\bar{x} = 3.35$, S.D. = .412) ส่วนข้อที่อยู่ในระดับเห็นด้วย คือ ความสัมพันธ์กับสังคม ($\bar{x} = 3.17$, S.D. = .544)

3. การวิเคราะห์ข้อมูลอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร

คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครมีระดับความคิดเห็นของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร โดยรวม มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับไม่เห็นด้วย ($\bar{x} = 2.22$, S.D. = .543) เมื่อพิจารณารายข้อ พบว่า ผู้ตอบแบบสอบถาม มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับเห็นด้วย และไม่เห็นด้วย ข้อที่อยู่ในระดับเห็นด้วย คือ ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย ($\bar{x} = 2.52$, S.D. = .679) ส่วนข้อที่อยู่ในระดับไม่เห็นด้วย คือ ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก ($\bar{x} = 2.49$, S.D. = .668) ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม ($\bar{x} = 2.34$, S.D. = .642) ด้านการเงิน ($\bar{x} = 2.29$, S.D. = .662) ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วม ($\bar{x} = 2.19$, S.D. = .658) ด้านประสบการณ์ใช้เวลาร่วม ($\bar{x} = 2.07$, S.D. = .731) ด้านความสามารถทางกาย ($\bar{x} = 2.06$, S.D. = .698) และด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาร่วม ($\bar{x} = 1.84$, S.D. = .643)

4. การเปรียบเทียบและการวิเคราะห์ความแปรปรวนอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีลักษณะทางด้านประชากรศาสตร์ จำแนกตาม เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ สถานภาพ และรายได้ต่อเดือน สามารถสรุปได้ดังนี้

กลุ่มตัวอย่างที่มีเพศต่างกัน กลุ่มตัวอย่างที่มีเพศต่างกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วม ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย ด้านประสบการณ์ใช้เวลาร่วม ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก

กลุ่มตัวอย่างที่มีอายุต่างกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วม ด้านการเงิน ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ

.05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมกัน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 6 ด้าน ได้แก่ ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วมกัน ด้านการเงิน ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย ด้านประสบการณ์การใช้เวลาร่วมกัน ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม

กลุ่มตัวอย่างที่มีอาชีพต่างกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมกันของคนวัยทำงาน ในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมกัน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วมกัน ด้านการเงิน ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย

กลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพสมรสต่างกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมกันของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมกัน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 7 ด้าน ได้แก่ ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วมกัน ด้านความสามารถทางกาย ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาร่วมกัน ด้านการเงิน ด้านประสบการณ์การใช้เวลาร่วมกัน ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม

กลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ต่อเดือนต่างกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมกันของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมกัน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วมกัน ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาร่วมกัน ด้านการเงิน ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก

5. การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาร่วมกันกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมกันของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร สามารถสรุปได้ดังนี้

ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาร่วมกันโดยรวม กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมกันของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวม พบว่าไม่มีความสัมพันธ์ เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ความตระหนักรู้การใช้เวลาร่วมกันของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสัมพันธ์กับสังคม มีความสัมพันธ์กับอุปสรรคของการเข้าร่วม

การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยจากการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร สามารถสรุปรายละเอียดดังต่อไปนี้

ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการใช้เวลาว่าง และ ด้านความสัมพันธ์กับสังคม มีความสัมพันธ์กัน กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสัมพันธ์กับสังคม มีความสัมพันธ์กัน กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางกาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการใช้เวลาว่างและด้านความสัมพันธ์กับชีวิต มีความสัมพันธ์กัน กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสัมพันธ์กับสังคม มีความสัมพันธ์กัน กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสัมพันธ์กับสังคม มีความสัมพันธ์กัน กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสัมพันธ์กับสังคม มีความสัมพันธ์กัน กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

อภิปรายผลการวิจัย

จากการศึกษาศึกษาความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างและอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร อภิปรายผลได้ดังนี้

คำถามในการวิจัย ข้อที่ 1 ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครเป็นอย่างไร

จากการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านการใช้เวลาว่าง โดยรวมมีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านการใช้เวลาว่าง ด้านความสัมพันธ์กับชีวิต ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง และด้านความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต อยู่ในระดับเห็นด้วยอย่างยิ่ง ส่วนด้านความสัมพันธ์กับสังคม อยู่ในระดับเห็นด้วยแสดงให้เห็นว่า การตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง คือความสามารถในการจำแนกถึงความหลากหลายของประสบการณ์ใช้เวลาว่าง ความสัมพันธ์ของการใช้เวลาว่างกับวิถีการดำเนินชีวิตและการพัฒนาคุณภาพชีวิตของผู้คน ประกอบด้วย การใช้เวลาว่าง ประสบการณ์ใช้เวลาว่าง ความสัมพันธ์กับชีวิต ความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต และความสัมพันธ์กับสังคม (Mundy, 1998) สิ่งเหล่านี้ส่งผลต่อการตัดสินใจในการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ที่แตกต่างกันไปของแต่ละบุคคล จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครมีความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างโดยรวมอยู่ในระดับดีมาก ซึ่งสอดคล้องกับผลการดำเนินงานในการขับเคลื่อนแผนปฏิบัติการด้านนันทนาการ ระยะที่ 3 (พ.ศ. 2563-2565) ระยะปลายแผน ตามยุทธศาสตร์ที่ 1 ตัวชี้วัด ตัวชี้วัดที่ 1 ประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจและตระหนักถึงคุณค่าของนันทนาการเพิ่มขึ้น ข้อมูลจากการสำรวจ การใช้เวลาว่างและประกอบกิจกรรมนันทนาการของประชาชนทั่วประเทศ ในปี พ.ศ. 2565 พบว่าประชาชนมีความรู้ ความเข้าใจ และตระหนักถึงคุณค่าของนันทนาการระดับปานกลาง มาก และมากที่สุดรวมเป็นร้อยละ 88.37 หากจำแนกความรู้และความเข้าใจนันทนาการของประชาชนรวมเป็นร้อยละ 79.50 และความตระหนักถึงคุณค่านันทนาการของประชาชนรวมเป็นร้อยละ 97.10

ดังนั้น เมื่อพิจารณาความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร รายด้าน พบว่า ด้านการใช้เวลาว่าง ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง ด้านความสัมพันธ์กับชีวิต ด้านความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครมีการตระหนักรู้อยู่ในเกณฑ์ดีมาก ในส่วนของด้านความสัมพันธ์กับสังคม คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครมีการตระหนักรู้อยู่ในเกณฑ์ดี ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีของมังก์ (Mundy, 1998) ที่กล่าวว่า เมื่อมีการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างจะนำมาสู่การตระหนักรู้ในตนเอง ในการจำแนกประสบการณ์ การใช้เวลาว่างตามความสนใจ ความพึงพอใจและความคาดหวังที่มีคุณภาพต่อตนเอง และสามารถเลือกประสบการณ์การใช้เวลาว่างที่มีคุณค่าให้กับตนเอง ซึ่งเป็นส่วนสำคัญในการแสวงหาวิธีเพื่อตอบสนองความต้องการและได้รับประโยชน์จากกิจกรรมนั้นๆ จนตระหนักเห็นคุณค่าของการใช้เวลาว่าง และพัฒนาความความต้องการของตนเองอย่างต่อเนื่องจนนำไปสู่ การตัดสินใจ (Decision Making) การเลือกเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ตามความสมัครใจ ความสนใจของ

แต่ละบุคคล และตามทักษะการใช้เวลาว่าง (Leisure skill) ซึ่งการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างนั้นจะนำไปสู่การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social interaction) คือ การจำแนกและเลือกใช้รูปแบบของการปฏิสัมพันธ์ทางสังคมในการใช้เวลาว่าง เพื่อให้บรรลุเป้าหมายของการใช้เวลาว่างและสอดคล้องกับการตระหนักรู้ของตนเอง

คำถามในการวิจัย ข้อ ที่ 2 อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครเป็นอย่างไร

จากการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่า คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครมีระดับความคิดเห็นของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวม มีระดับความคิดเห็นอยู่ในระดับไม่เห็นด้วย เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่า ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย อยู่ในระดับเห็นด้วย ส่วนด้านสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านข้อปฏิบัติกรเข้าร่วม ด้านการเงิน ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง ด้านความสามารถทางกาย และด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง อยู่ในระดับไม่เห็นด้วย แสดงให้เห็นว่า อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของแต่ละบุคคลสามารถแยก และแบ่งออกได้แตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับสถานะพื้นฐานเดิมของแต่ละบุคคล ไม่ว่าจะเป็นเพศ อายุ ระดับการศึกษา ตำแหน่งหน้าที่การงาน เวลา สุขภาพ รวมถึงโครงสร้างพื้นฐาน ลักษณะทางกายภาพ และบริบททางสังคม ล้วนแล้วแต่เป็นอุปสรรคที่มีผลต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างทั้งสิ้น ทั้งนี้ อุปสรรคในการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างอาจมีหลายปัจจัยเกิดขึ้นพร้อมๆ กัน หรือเกิดเพียงด้านใดด้านหนึ่งตามลำดับขั้นตอนก็ได้ จากการสำรวจอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครที่ แบ่งอุปสรรคออกเป็น 8 ด้าน คือ ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่างด้านความสามารถทางกาย ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านการเงิน ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก และด้านข้อปฏิบัติในการเข้าร่วม จากผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่าคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครมีความคิดเห็นว่าปัจจัยที่เป็นอุปสรรคต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ได้แก่ อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย ซึ่งประกอบด้วยความรู้สึกกังวลต่อการแพร่ระบาดของเชื้อโรค เช่น Covid-19 ไข้หวัดสายพันธุ์ต่างๆ และเชื้อไวรัส เป็นต้น รวมถึง มีความรู้สึกกังวลเมื่อต้องออกจากบ้านไปทำกิจกรรมการใช้เวลาว่าง เช่น ฝุ่น PM 2.5 ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดทฤษฎีของปีเตอร์สันและกันน์ (Peterson and Gunn, 1984, p.49) ผู้เชี่ยวชาญทางด้านนันทนาการบำบัด ที่กล่าวว่าอุปสรรคในการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างประการหนึ่งคือ อุปสรรคทางด้านร่างกาย ความพิการ ความเสี่ยงต่อสุขภาพ และสิ่งอำนวยความสะดวก

ความสะดวกในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ รวมถึงห้องน้ำ ที่พัก ความปลอดภัย รูปแบบของ เกมและกิจกรรม และคราวฟอร์ด และ กอดเบย์ (Crawford et al., 1991) ได้กล่าวว่าความเครียดต่อ สุขภาพและความปลอดภัย เป็น อุปสรรคที่เกี่ยวข้องกับตนเอง โดยผู้ที่ต้องการเข้าร่วมกิจกรรม พยายามขจัดอุปสรรคนั้นออกไปเพื่อให้ตนเองมีโอกาสได้เข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการนอกบ้าน ซึ่ง มีความสอดคล้องกับการวิเคราะห์ องค์ประกอบทัศนคติต่อการใช้เวลาว่างนอกที่พักอาศัย วณัฐ พงศ์ เบญจพงศ์ (2565) กล่าวว่า โมเดลความเครียดต่อสุขภาพและความปลอดภัย ผู้เข้าร่วม กิจกรรมมีความคิดว่าการออกจากบ้านเป็นการเพิ่มความเครียดต่อสุขภาพให้กับตนเอง ความเครียด ต่อสุขภาพและความปลอดภัย เป็นอิทธิพลทางอ้อมต่ออุปสรรคการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการ นอกที่พักอาศัยที่ผู้เข้าร่วมกิจกรรมพยายามที่จะขจัดอุปสรรคเพื่อให้ตนเองได้มีโอกาสเข้าร่วม กิจกรรมการใช้เวลาว่างนอกที่พักอาศัย จากแนวคิดทฤษฎีข้างต้นสามารถกล่าวได้ว่า อุปสรรค ของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความเครียดต่อ สุขภาพและความปลอดภัย มีความสอดคล้องกับสถานการณ์ในปัจจุบัน จึงเป็นสาเหตุให้มี ความคิดว่าการออกจากบ้านเพื่อไปประกอบกิจกรรมการใช้เวลาว่างเป็นการเพิ่มความเครียดต่อ สุขภาพให้กับตนเองต่อสุขภาพและความปลอดภัย กล่าวคือในปี พ.ศ. 2562 เกิดการแพร่ระบาดของ โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 จนถึงปัจจุบัน ได้ก้าวเข้าสู่ปีที่ 5 นับจากการตรวจพบโรคติดเชื้อ ไวรัสโคโรนา 2019 (โควิด-19) ครั้งแรก โดยภาพรวมการรายงานทั่วโลก ณ ปัจจุบันมีผู้ติดเชื้อแล้ว ทั้งสิ้น 774 ล้านคนและมีรายงานผู้เสียชีวิตจากโรคนี้กว่า 7 ล้านคน ถึงแม้ในปัจจุบันจะผ่านระยะ ระบาดหนักของโรคนี้ไปแล้ว แต่อย่างไรก็ตามโควิด-19 ยังไม่หมดไป จากข้อมูลพบว่าประเทศไทย ยังคงมีผู้ติดเชื้อโควิด-19 และยังมีผู้ป่วยจำเป็นต้องพักรักษาตัวในโรงพยาบาล รวมถึงผู้เสียชีวิต เพิ่มขึ้น ขณะที่ประชาชนปฏิบัติตามมาตรการป้องกันตนเองลดลง เป็นเหตุให้จำนวนผู้ป่วย เพิ่มขึ้น (องค์การอนามัยโลก, 2567) ในขณะเดียวกันในประเทศไทยก็ได้ประสบปัญหาการเกิด มลพิษทางอากาศของฝุ่น PM 2.5 หรือชื่อเต็มว่า Particulate matter with diameter of less than 2.5 micron เป็นฝุ่นละอองขนาดเล็กที่มีขนาดไม่เกิน 2.5 ไมครอน ในประเทศไทยเกิด ปรากฏการณ์ฝุ่นปกคลุมอย่างหนาแน่น และมลพิษทางอากาศ ช่วงต้นปี 2562 แม้ PM 2.5 จะ ไม่ได้เป็นอันตรายต่อร่างกายแบบเฉียบพลัน แต่สามารถทำหน้าที่เป็นตัวกลางพาสารอื่นๆ เข้าสู่ ร่างกาย ทำให้เกิดผลกระทบต่าง ๆ ต่อร่างกาย เช่น มึนงง ปวดศีรษะ ส่งผลต่อการทำงานของ หัวใจและปอด เกิดการระคายเคืองนัยน์ตาและเยื่อจมูก เป็นต้น (จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2562) โดยสถานการณ์ฝุ่น PM 2.5 ในประเทศไทยเพิ่มสูงขึ้นในช่วงเดือนธันวาคม ถึง มีนาคมของทุกปี และเดือนกุมภาพันธ์ 2567 กรมอนามัย รายงานว่าพบค่า PM 2.5 เกินค่ามาตรฐานใน 55 จังหวัด

โดยพบพื้นที่ที่มีค่า PM 2.5 อยู่ในระดับที่มีผลกระทบต่อสุขภาพ (สีแดง) ใน 14 พื้นที่ของ กรุงเทพมหานคร และ 12 จังหวัด ได้แก่ สมุทรสาคร นนทบุรี ปทุมธานี สมุทรสงคราม ราชบุรี กาญจนบุรี สระบุรี อ่างทอง ฉะเชิงเทรา ปราจีนบุรี สระแก้ว และสุโขทัย

จากปัจจัยดังกล่าวข้างต้นกล่าวได้ว่า อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย เกิดจากความคิด และ ความกังวลของแต่ละบุคคล ต่อสภาพแวดล้อมที่ตนเองต้องประสบพบเจอก่อให้เกิดความรู้สึกหวาดกลัว ไม่ปลอดภัยต่อชีวิต ตามแนวคิดทฤษฎีของเฟช (Faché, 1995, p.70) แบ่งอุปสรรคการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมเป็น 3 ประเภท ตามลำดับขั้นของอุปสรรคในการใช้เวลาาร่วม ดังนี้

1. อุปสรรคภายในตัวบุคคล (Intrapersonal) คือ ข้อจำกัดทางร่างกายของแต่ละบุคคล รวมถึงลักษณะบางอย่างที่มีผลต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม เช่น ความเครียด ความวิตกกังวล ทักษะในการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม

2. อุปสรรคระหว่างบุคคล (Interpersonal) คือ การที่กระทำกิจกรรมร่วมกับผู้อื่น ไม่ว่าจะเป็นคนในครอบครัว เพื่อนฝูง หรือคนในชุมชน

3. อุปสรรคของโครงสร้าง (Structural Barriers) คือ การเข้าร่วมไปมีส่วนร่วม กล่าวคือ คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีความเครียด และความวิตกกังวลต่อสภาพแวดล้อมและสังคม เช่น โควิด-19 PM.25 สิ่งเหล่านี้เป็นอุปสรรคภายในตัวบุคคล (Intrapersonal) ที่มีต่อสุขภาพและความปลอดภัยของตนเองที่นำไปสู่การตัดสินใจไม่เข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาร่วมเพราะมีความกังวลต่อสุขภาพและความปลอดภัยในชีวิต

ทั้งนี้ เมื่อทำการวิเคราะห์ความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ย ตามข้อมูลประชากรศาสตร์ พบว่า

1.กลุ่มตัวอย่างที่มีเพศต่างกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวมแตกต่างกัน จำนวน 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วม ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย ด้านประสบการณ์ใช้เวลาาร่วม ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก ส่วนด้านที่ไม่แตกต่างกัน ได้แก่ ด้านความสามารถทางกาย ด้านความตระหนักรู้การใช้เวลาร่วม ด้านการเงิน ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม แสดงให้เห็นว่า เพศที่แตกต่างกันมีอุปสรรคในการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมต่างกัน เป็นเพราะ เพศ เป็นตัวบ่งบอกความต่างด้านสรีระ เป็นสิ่งกำหนดในการแบ่งแยกกิจกรรมระหว่างเพศที่แตกต่างกันของผู้ชายและผู้หญิง ตามทฤษฎีของแคปแลน (Kaplan, 1975, pp.27-28) ทำให้ผู้ชายและผู้หญิงจะมีความ

ถนัดหรือข้อจำกัดในการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างที่แตกต่างกัน ส่วนด้านที่ไม่แตกต่างกันนั้น สามารถอธิบายได้ว่าเป็นอุปสรรคที่เรียกว่าเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นภายหลัง ตามทฤษฎีของเอ็ดจิงตัน และคณะ (C. R. Edginton et al., 1995, p.22) เป็นอุปสรรคที่ไม่ได้ติดตัวมนุษย์มาตั้งแต่กำเนิด แต่บุคคลสามารถเรียนรู้ได้จากสิ่งรอบตัวและสังคม ก่อเกิดเป็นประสบการณ์องค์ความรู้ และทัศนคติของแต่ละบุคคล ซึ่งไม่ว่าจะเป็นเพศชายหรือเพศหญิงก็สามารถเรียนรู้ได้ทำให้ไม่มีความแตกต่างกันต่ออุปสรรคการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง

2. กลุ่มตัวอย่างที่มีอายุต่างกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวมแตกต่างกัน จำนวน 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง ด้านการเงิน ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม ส่วนด้านที่ไม่แตกต่างกัน ได้แก่ ด้านความสามารถทางกาย ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง แสดงให้เห็นว่า อายุเป็นปัจจัยภายนอก ที่สามารถแสดงให้เห็นถึงความแตกต่างของการใช้เวลาว่าง เอ็ดจิงตันและคณะ (Christopher R. Edginton et al., 1998, pp.147-150) แบ่งคนวัยทำงานเป็น 3 ช่วง ได้แก่ วัยทำงานตอนต้น วัยทำงานตอนกลาง และวัยทำงานตอนปลาย ซึ่งแต่ละช่วงจะมีพัฒนาการทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม รวมถึงความต้องการและพฤติกรรมประกอบกิจกรรมนั้น ทักษะและการใช้เวลาว่างที่แตกต่างกันออกไป เอ็ดจิงตันและคณะ (Christopher R. Edginton et al., 1998, pp.147-150) กล่าวว่า คนวัยทำงานในแต่ละช่วงวัยจะมีความมุ่งหวังหรือทัศนคติต่ออาชีพแตกต่างกันออกไป เช่น คนวัยผู้ใหญ่ตอนต้น อายุ 18-30 ปี เป็นวัยที่กำลังต้องการพัฒนาอาชีพ ถูกสังคมคาดหวังว่าจะต้องมีบทบาทของความรับผิดชอบในการทำงาน ประกอบอาชีพ และพัฒนาความสนใจ เจตคติ และค่านิยมต่าง ๆ เพื่อปรับตัวตอบบทบาทใหม่ ส่วนผู้ใหญ่ตอนกลาง อายุ 31-50 ปี วัยนี้มักจะมีฐานะทางสังคมค่อนข้างดี ตำแหน่งหน้าที่การงานสูงขึ้น มีความมั่นคงมากขึ้นทำให้มีเวลาให้กับตนเองมากยิ่งขึ้น ด้วยปัจจัยเหล่านี้จึงทำให้คนที่มีความอายุต่างกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างแตกต่างกัน แต่ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับกรอบรับบทบาททางสังคม ทักษะ ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นตามอายุของแต่ละบุคคลและยึดถือปฏิบัติเป็นประจำ การหล่อหลอมทางสังคม สภาพแวดล้อม และกลุ่มเพื่อน เป็นปัจจัยที่ทำให้ในบางครั้งผู้ที่มีความอายุแตกต่างกันมีอุปสรรคในการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างที่ไม่แตกต่างกัน

3. กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวมแตกต่างกัน จำนวน 6 ด้าน ได้แก่ ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง ด้านการเงิน ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความ

ปลอดภัย ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม ส่วนด้านที่ไม่แตกต่างกัน ได้แก่ ด้านความสามารถทางกาย ด้านความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง แสดงให้เห็นว่า ระดับการศึกษา มีผลต่อพฤติกรรมการใช้เวลาว่าง ตามทฤษฎีของรัสเซลล์ (Russell, 1996, p.74) เป็นปัจจัยภายนอกที่ส่งผลต่อการตัดสินใจการใช้เวลาว่าง ระดับการศึกษาที่แตกต่างกันนำมาซึ่งระดับขององค์ความรู้และทักษะที่แตกต่างกัน จึงทำให้คนที่มีระดับการศึกษาที่แตกต่างกันมีอุปสรรคในการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างแตกต่างกัน แต่ในยุคปัจจุบัน เป็นยุคแห่งการเรียนรู้และเทคโนโลยีทำให้การศึกษาไม่มีเพียงในชั้นเรียน หรือองค์ความรู้ทักษะต่างๆ ไม่ได้มากหรือน้อยตามระดับของการศึกษา เพราะทุกคนสามารถเรียนรู้ด้วยตนเองภายนอกห้องเรียนผ่านสื่อเทคโนโลยี ได้ในตลอดเวลา กล่าวได้ว่าการเปลี่ยนแปลงเทคโนโลยีเกี่ยวข้องกับ การเปลี่ยนแปลงทางความคิดของ การใช้เวลาว่าง ซึ่งมีอิทธิพลต่อการเข้าถึงและประสบการณ์ที่ได้รับจากการใช้เวลาว่าง ด้วยเหตุผลนี้จึงทำให้ในบางครั้งระดับการศึกษาที่ต่างกัน แต่แต่ละบุคคลจะมีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างที่ไม่แตกต่างกัน

4.กลุ่มตัวอย่างที่มีอาชีพต่างกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวมแตกต่างกันจำนวน 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการรับรู้ ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง ด้านการเงิน ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย ส่วนด้านที่ไม่แตกต่างกัน ได้แก่ ด้านความสามารถทางกาย ด้านความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม แสดงให้เห็นว่า อาชีพ เป็นตัวแปรที่มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับการศึกษา เป็นปัจจัยทางสังคมและสภาพแวดล้อมที่มีต่อพฤติกรรมการใช้เวลาว่าง แต่ละอาชีพจะมีบุคลิกลักษณะ ความรู้ทักษะ ทัศนคติ ความเชี่ยวชาญ ที่แตกต่างกันออกไป จึงทำให้คนที่มีอาชีพต่างกัน มีพฤติกรรมและอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างแตกต่างกันออกไปเพราะความเฉพาะตัวและข้อจำกัดของแต่ละอาชีพ เช่น นักเรียน นักศึกษา ข้าราชการ พนักงานรัฐวิสาหกิจ พนักงานของรัฐ เจ้าของกิจการ ธุรกิจส่วนตัว มีอุปสรรคในการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างต่างผู้ที่มีอาชีพอื่นๆ เช่น แม่บ้าน และฟรีแลนซ์ แต่ในบางครั้งข้อจำกัดหรืออุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของแต่ละอาชีพก็ถูกขจัดไปโดยการ จัดสรร ไม่ว่าจะเป็นการจัดสรรทรัพยากรทางกายภาพ ความสามารถทักษะความรู้ รวมถึงเวลา แคมป์แลน (Kaplan, 1975, pp.27-28) กล่าวว่า การใช้เวลาว่างของแต่ละบุคคลจะแตกต่างกันหรือไม่ขึ้น ขึ้นอยู่กับ ปัจจัยภายใน ปัจจัยภายนอก และเงื่อนไขในระดับสังคม ถ้ามีการจัดสรร ปัจจัยเหล่านี้อย่างดีจะสามารถขจัดอุปสรรคและลดความแตกต่างที่มีต่อการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างของแต่ละบุคคลได้

5. กลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพต่างกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวม แตกต่างกัน จำนวน 7 ด้าน ได้แก่ ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วม ด้านความสามารถทางกาย ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาร่วม ด้านการเงิน ด้านประสบการณ์ใช้เวลาร่วม ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม ส่วนด้านที่ไม่แตกต่างกัน ได้แก่ ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย แสดงให้เห็นว่า สถานภาพ ที่มีส่วนช่วยให้เกิดการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาร่วม ในขณะเดียวกันสถานภาพก็ส่งผลต่ออุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม เพราะการที่คนเรามีสถานภาพต่างกันย่อมมีภาระหน้าที่ความรับผิดชอบและบทบาทต่อครอบครัวที่แตกต่างกัน เช่น คนโสด อาจจะมีภาระรับผิดชอบต่อครอบครัวไม่มากเท่าคนที่แต่งงานมีครอบครัว เพราะไม่ต้องรับผิดชอบในการดูแลสามี/ภรรยาและบุตร หรือคนที่มีสถานภาพสมรส/อยู่ด้วยกัน อาจจะมีภาระรับผิดชอบต่อครอบครัวไม่มากเท่าคนที่มีความหมายแยกกันอยู่/หย่าร้าง เนื่องจากว่าการที่อยู่ด้วยกันหมายถึงมีการช่วยเหลือดูแลครอบครัวและบุตรร่วมกัน แต่การที่มีสถานภาพแยกกันอยู่/หย่าร้าง หมายถึงการต้องดูแลตนเอง และเลี้ยงดูบุตรเพียงลำพัง เป็นต้น ด้วยเหตุนี้จึงกล่าวได้ว่าบุคคลที่มีสถานภาพต่างกัน ย่อมมีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมแตกต่างกัน แต่ในบางครั้งข้อจำกัดและอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมถูกขจัดไปโดยการจัดสรรทรัพยากร ซึ่งเป็นปัจจัยภายนอกที่ส่งผลต่อการตัดสินใจเข้าร่วมการใช้เวลา (Kaplan, 1975, pp.27-28) กล่าวว่า การใช้เวลาร่วมของแต่ละบุคคลจะแตกต่างกันหรือไม่ ขึ้นอยู่กับ ปัจจัยภายใน ปัจจัยภายนอก และเงื่อนไขในระดับสังคม ถ้ามีการจัดสรรปัจจัยเหล่านี้อย่างดีจะสามารถขจัดอุปสรรคและลดความแตกต่างที่มีต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม ของแต่ละบุคคลได้

6. กลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ต่อเดือนต่างกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวม แตกต่างกัน จำนวน 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วม ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาร่วม ด้านการเงิน ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก ส่วนด้านที่ไม่แตกต่างกัน ได้แก่ ด้านความสามารถทางกาย ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย ด้านประสบการณ์ใช้เวลาร่วม ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม แสดงให้เห็นว่า รายได้ เป็นปัจจัยที่มีผลต่อการเลือกกิจกรรมการใช้เวลาร่วม เพราะแต่ละกิจกรรมจะมีค่าใช้จ่ายที่แตกต่างกัน รายได้จึงเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความแตกต่างระหว่างบุคคล รวมถึงส่งผลต่อการดำเนินชีวิต โดยปกติแล้วผู้ที่มีการศึกษาสูงรายได้ก็ยิ่งมากขึ้น สามารถใช้ในการหาความสุขสำราญได้มากกว่าคนที่มียาได้น้อย มีตัวเลือกในการเข้าร่วมกิจกรรมและบริการการใช้เวลาร่วมได้มากกว่า ดังนั้น จึงทำให้ผู้ที่ขาดสภาพคล่องทางรายได้ หรือการขาดรายได้ เป็นอุปสรรคของการ

เข้าร่วมกิจกรรม หรือใช้บริการการใช้เวลาว่าง ถือเป็นอุปสรรคทางเศรษฐกิจ (Economic Constraints) ตามทฤษฎีของ เอ็ดจิ้นตัน และคณะ (C. R. Edginton et al., 1995, pp.24-26) แต่ในบางครั้งที่รายได้ต่อเดือนแตกต่างกันมีผลต่ออุปสรรคการใช้เวลาว่างที่ไม่แตกต่างกัน เพราะแต่ละบุคคลมีความชื่นชอบ ความพึงพอใจ มีทักษะและองค์ความรู้ด้านการใช้เวลาว่างที่แตกต่างกัน บางกิจกรรมไม่จำเป็นต้องใช้ปัจจัยด้านรายได้ในการเข้าร่วม บางกิจกรรมสามารถทำได้ด้วยตนเองที่บ้าน ด้วยเหตุนี้ผู้ที่มียาได้ต่อเดือนต่างกัน จึงมีอุปสรรคในการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างไม่แตกต่างกัน

คำถามในการวิจัย ข้อที่ 3 ปัจจัยส่วนบุคคลมีผลกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างอย่างไร

จากการเปรียบเทียบและการวิเคราะห์ความแปรปรวนของอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ที่มีลักษณะทางด้านประชากรศาสตร์ จำแนกตาม เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ สถานภาพ และรายได้ต่อเดือน สามารถสรุปได้ดังนี้

กลุ่มตัวอย่างที่มีเพศต่างกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก แสดงให้เห็นว่า เพศ เป็นตัวบ่งบอกถึงความแตกต่างด้านสรีระของบุคคล เป็นสิ่งกำหนดการแบ่งแยกกิจกรรมระหว่างเพศที่แตกต่างกัน ทำให้ผู้ชายและผู้หญิง ส่งผลต่อความถนัดในการประกอบกิจกรรมบางอย่างที่แตกต่างกัน รวมถึงมีข้อจำกัดในการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างที่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องตามแนวคิดทฤษฎีของแคปแลน (Kaplan, 1975) อีกทั้งอุปสรรคบางอย่างเป็นสิ่งที่ไม่ได้ติดตัวตั้งแต่กำเนิด เกิดขึ้นภายหลังจากเรากำเนิด เราสามารถที่จะเรียนรู้จากสิ่งรอบตัวและสังคม และสังคมประสบการณ์ก่อเกิดองค์ความรู้ และทัศนคติ ต่อการเรียนรู้และสามารถจัดอุปสรรคเหล่านั้นได้ ไม่ว่าจะเป็นเพศชายหรือเพศหญิงก็ย่อมเรียนรู้และสังคมประสบการณ์ชีวิตที่ผ่านมาจากการหล่อหลอมทางสังคมได้เท่า ๆ กัน ดังนั้นเมื่อมีเพศต่างกันจึงไม่มีความแตกต่างกันต่ออุปสรรคการใช้เวลาว่าง ซึ่งสอดคล้องตามแนวคิดทฤษฎีของเอ็ดจิ้นตัน และคณะ (C. R. Edginton et al., 1995, p.23)

กลุ่มตัวอย่างที่มีอายุต่างกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วม ด้านการเงิน ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่า อายุ เป็นปัจจัยภายนอก ที่สามารถแสดงให้เห็นถึงความแตกต่างของการใช้เวลาว่างของแต่ละคนได้ โดยได้แบ่งคนวัยทำงานออกเป็น 3 ช่วงวัย ได้แก่ วัยทำงานตอนต้น วัยทำงานตอนกลาง และวัยทำงานตอนปลาย แต่ละช่วงจะมีพัฒนาการทางด้านร่างกาย จิตใจ สังคม รวมถึงความต้องการและพฤติกรรมประกอบกิจกรรมการใช้เวลาร่วมที่ต่างกันออกไปทำให้เมื่อคนมีอายุต่างกันย่อมมีอุปสรรคในการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมต่างกัน ซึ่งสอดคล้องตามแนวคิดทฤษฎีของเอ็ดจิงตัน และคณะ (C. R. Edginton et al., 1995, p.23) ในขณะเดียวกัน การที่แต่ละบุคคลดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมย่อมมีปัจจัยด้านทางสังคมเข้ามาเกี่ยวข้องและมีบทบาทในชีวิตดังนั้นการยอมรับบทบาททางสังคมและการถูกหล่อหลอมทางสังคมของแต่ละบุคคล สภาพแวดล้อม กลุ่มเพื่อน ประกอบกับทักษะ ประสบการณ์ที่เกิดขึ้นตามช่วงอายุ เป็นปัจจัยที่ทำให้ในบางครั้งกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุต่างกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมไม่ต่างกัน

กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับการศึกษาต่างกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 6 ด้าน ได้แก่ ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วม ด้านการเงิน ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม แสดงให้เห็นว่า ระดับการศึกษา มีผลต่อพฤติกรรมการใช้เวลาร่วมส่งผลต่อการตัดสินใจในการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วม เมื่อระดับการศึกษาแตกต่างกันย่อมนำมาซึ่งระดับขององค์ความรู้และทักษะต่าง ๆ ที่แตกต่างกันออกไปของแต่ละบุคคล ซึ่งสอดคล้องตามแนวคิดทฤษฎีของรัสเซลล์ (Russell, 1996, p.74) ในขณะเดียวกัน โลกในปัจจุบันเป็นยุคแห่งการเรียนรู้ มีการเข้าถึงเทคโนโลยีทำให้การศึกษาไม่ได้มีแค่เพียงในชั้นเรียนเท่านั้น ส่งผลให้องค์ความรู้ทักษะต่าง ๆ ไม่ได้มากหรือน้อยตามระดับของการศึกษาเพียงอย่างเดียวเสมอไป เพราะปัจจุบันทุกคนสามารถเรียนรู้ด้วยตนเอง

นอกห้องเรียน ผ่านสื่อเทคโนโลยี และการเปลี่ยนแปลงเทคโนโลยีเหล่านี้เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงทางความคิดของการใช้เวลาว่าง ซึ่งมีอิทธิพลต่อการเข้าถึงการใช้เวลาว่าง พฤติกรรม และประสบการณ์ที่ได้รับจากการใช้เวลาว่างทำให้ผู้ที่มีระดับการศึกษาที่ต่างกันนั้น มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างไม่ต่างกัน สอดคล้องตามแนวคิดทฤษฎีของอาร์ไกล์ ไบรซ์ และโรค (Argyle, 1996; Bryce, 2001; Roek, 2000)

กลุ่มตัวอย่างที่มีอาชีพต่างกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 3 ด้าน ได้แก่ ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง ด้านการเงิน ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย แสดงให้เห็นว่า อาชีพ เป็นตัวแปรที่มีความเกี่ยวข้องสัมพันธ์กับการศึกษา ซึ่งเป็นปัจจัยทางสังคมและสภาพแวดล้อม ที่มีต่อพฤติกรรมการใช้เวลาว่าง ทำให้คนแต่ละอาชีพมีบุคลิก ความรู้ ทักษะทัศนคติ ความเชี่ยวชาญ แตกต่างกันออกไปและส่งผลให้มีพฤติกรรมแตกต่างกัน รวมถึงการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างและอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างแตกต่างกัน ซึ่งเป็นผลมาจากความเฉพาะตัวและข้อจำกัดของแต่ละอาชีพ ซึ่งสอดคล้องตามแนวคิดทฤษฎีของแคปแลน (Kaplan, 1975) และของรัสเซลล์ (Russell, 1996, p.74) ในขณะเดียวกันถึงแม้แต่ละบุคคลจะมีอาชีพที่ต่างกันอาจมีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างไม่ต่างกัน เนื่องการใช้เวลาว่างจะแตกต่างกันหรือไม่ขึ้นอยู่กับปัจจัยภายใน ปัจจัยภายนอก และเงื่อนไขในระดับสังคม เป็นองค์ประกอบด้วย ดังนั้นถ้าหากแต่ละบุคคลมีการจัดสรรปัจจัยภายใน ปัจจัยภายนอก และเงื่อนไขในระดับสังคม ได้อย่างดีจะสามารถจัดอุปสรรค ลดความแตกต่างที่มีต่อการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างได้ ด้วยเหตุนี้กลุ่มตัวอย่างที่มีอาชีพต่างกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างไม่ต่างกัน ซึ่งสอดคล้องตามแนวคิดทฤษฎีของแคปแลน (Kaplan, 1975)

กลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพสมรสต่างกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 7 ด้าน ได้แก่ ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง ด้านความสามารถทางกาย ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านการเงิน ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก ด้านข้อปฏิบัติกรเข้าร่วม แสดงให้เห็นว่าสถานภาพสมรสที่มีส่วนช่วยให้เกิดการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง แต่ใน

ขณะเดียวกันสถานภาพสมรสสามารถส่งผลต่ออุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมกันได้ กล่าวคือคนที่มีสถานภาพสมรสต่างกันย่อมมีภาระหน้าที่ความรับผิดชอบและบทบาทต่อครอบครัวที่แตกต่างกันไป ด้วยเหตุนี้บุคคลที่มีสถานภาพสมรสต่างกัน ย่อมมีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมกันแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องตามแนวคิดทฤษฎีของเอ็ดจิงตัน และคณะ (C. R. Edginton et al., 1995, p.23) ในขณะเดียวกัน ถึงแม้แต่ละบุคคลจะมีอาชีพที่แตกต่างกันอาจมีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมกันไม่ต่างกัน เนื่องการใช้เวลาร่วมกันจะแตกต่างกันหรือไม่ขึ้นอยู่กับปัจจัยภายใน ปัจจัยภายนอก และเงื่อนไขในระดับสังคม เป็นองค์ประกอบด้วย ดังนั้นถ้าหากแต่ละบุคคลมีการจัดสรรปัจจัยภายใน ปัจจัยภายนอก และเงื่อนไขในระดับสังคม ได้อย่างดี จะสามารถจัดอุปสรรคลดความแตกต่างที่มีต่อการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาร่วมกันได้ ด้วยเหตุนี้ กลุ่มตัวอย่างที่มีสถานภาพสมรสต่างกัน จึงมีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมกันที่สอดคล้องตามแนวคิดทฤษฎีของแคปแลน (Kaplan, 1975)

กลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ต่อเดือนต่างกัน มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมกันของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวม แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร มีอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมกันแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จำนวน 4 ด้าน ได้แก่ ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาร่วมกัน ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาร่วมกัน ด้านการเงิน ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก แสดงให้เห็นว่า รายได้ เป็นปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อการเลือกเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมกัน ซึ่งแต่ละกิจกรรม โปรแกรม หรือการบริการการใช้เวลาร่วมกัน จะมีค่าใช้จ่ายแตกต่างกัน รายได้จึงเป็นสิ่งที่ทำให้เกิดความแตกต่างระหว่างบุคคล ซึ่งโดยปกติแล้วนั้นผู้ที่มีการศึกษาสูงย่อมมีรายได้มากกว่าผู้ที่มีการศึกษาต่ำกว่า สามารถใช้รายได้ในการแสวงหาความสุขได้มากกว่าคนที่มียาได้น้อย รวมถึงมีตัวเลือกในการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมกันและการบริการการใช้เวลาร่วมกันได้หลากหลายรูปแบบมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องตามแนวคิดทฤษฎีของเอ็ดจิงตัน และคณะ (C. R. Edginton et al., 1995, p.23) แคปแลน (Kaplan, 1975) และของรัสเซลล์ (Russell, 1996, p.74) ในขณะเดียวกัน การเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาร่วมกันของแต่ละบุคคล แตกต่างกันไปเนื่องจากแต่ละบุคคลมีความชอบ ความสนใจ ความพึงพอใจ รวมถึงทักษะความรู้ด้านการใช้เวลาว่างแตกต่างกัน กล่าวคือ บางคนอาจจะชอบกิจกรรมที่ไม่ได้ใช้ค่าใช้จ่ายสูงในการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมกันหรือไม่ต้องเข้าร่วมกิจกรรมที่เสียค่าบริการ บางกิจกรรมที่มีความชื่นชอบและถนัดสามารถทำได้ด้วยตนเองที่บ้าน ด้วยเหตุนี้จึงทำให้กลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้ต่อเดือนต่างกัน มีอุปสรรคของ

การเข้าร่วมการใช้เวลาว่างไม่ต่างกันซึ่งสอดคล้องตามแนวคิดทฤษฎีของเอ็ดจิ้นตัน และคณะ (C. R. Edginton et al., 1995, p.23)

คำถามในการวิจัย ข้อที่ 4 ความสัมพันธ์ของการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร เป็นอย่างไร

จากการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง โดยรวมกับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร โดยรวม พบว่าไม่มีความสัมพันธ์ เมื่อพิจารณารายด้านพบว่า

ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสัมพันธ์กับสังคม มีความสัมพันธ์กัน อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครโดยรวม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่าเมื่อมีความตระหนักรู้ด้านความสัมพันธ์กับสังคมเพิ่มมากขึ้น อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างจะลดลง ตามแนวคิดทฤษฎีของแดทติโล (Dattilo, 2008, p.54) ได้อธิบายเรื่อง ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (social interaction) ว่าสังคมเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ที่มีผลมาจากปัจจัยภายใน (Internal Factors) ตามแนวคิดทฤษฎีของแคปแลน (Kaplan, 1975, pp.27-28) กล่าวว่าปัจจัยภายในมีผลต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ในเรื่องของความพึงพอใจ การพิจารณาตัดสินใจ บุคลิกภาพ ทัศนคติ และรสนิยมของแต่ละบุคคล โดยมีเงื่อนไขในระดับสังคม เป็นตัวควบคุมปัจจัยระดับบุคคลอีกระดับหนึ่ง ได้แก่ ความสอดคล้องเหมือนกันของสังคม ประเพณี ปฏิบัติ การแนะนำจากสังคม ข้อห้าม และกฎข้อบังคับทางสังคม นอกจากนี้ ทอร์คิลด์สัน (Torkildsen, 1992, p.91) ได้กล่าวว่าสภาพแวดล้อมทางสังคมเพื่อนฝูง กลุ่มเพื่อนสนิท เป็นบทบาททางสังคมที่สำคัญในการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง จากแนวคิดทฤษฎีดังกล่าวจึงสรุปได้ว่าการมีความสัมพันธ์กับสังคม ได้ปฏิสัมพันธ์กับสังคม เพื่อนฝูงรวมถึงสภาพแวดล้อมต่างๆ สิ่งเหล่านี้ เป็นปัจจัยที่ทำให้ตัดสินใจเข้าร่วมการใช้เวลาว่างจากการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ได้รับข้อมูลต่างๆ ด้วยเหตุนี้จึงทำให้เมื่อมีความตระหนักรู้ด้านความสัมพันธ์กับสังคมมากขึ้น อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างโดยรวมจึงลดลง

ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการใช้เวลาว่าง และ ด้านความสัมพันธ์กับสังคม มีความสัมพันธ์กัน กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของ คนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่า เมื่อมีความตระหนักรู้ด้านการใช้เวลาว่างมากขึ้น อุปสรรคด้านการรับรู้ข้อมูลบริการ การใช้เวลาว่างจะลดลง เนื่องจากการใช้เวลาว่างเป็น

องค์ประกอบที่สำคัญของชีวิตมนุษย์และเป็นพื้นฐานของคุณภาพชีวิตที่ช่วยให้เกิดสมดุลระหว่างจิตวิญญาณ จิตใจ ร่างกาย และพัฒนาการของแต่ละบุคคล (Pigram and Jenkin, 2003) บ่อยครั้งที่การใช้เวลาว่างเกิดจากความคิดทางสภาวะจิตใจ การถ่ายทอดประสบการณ์จากการมีอิสระในการเลือกและพูนเพิ่มในตัวบุคคล เคลลี (Kelly, 1982) กล่าวถึงหนึ่งในชนิดของทฤษฎีเกี่ยวกับการใช้เวลาว่า มนุษย์เลือกการใช้เวลาว่างแบบไม่มีเงื่อนไข (Unconditional Leisure) คือ กิจกรรมที่ถูกเลือกและมาจากความพึงพอใจภายใน กล่าวคือเกิดจากประสบการณ์การที่ผ่านมาของตนเอง นำไปสู่การแสวงหากิจกรรมที่ตนเองพึงพอใจในการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง และการตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ตามแนวคิดทฤษฎีของแคปแลน (Kaplan, 1975, pp.27-28) กล่าว ปัจจัยภายใน (Internal Factors) ได้แก่ ความพึงพอใจ การพิจารณาตัดสินใจ บุคลิกภาพของแต่ละบุคคล อำนาจนี้คิดต่างๆ และรสนิยมของแต่ละบุคคลที่มีส่วนในการตัดสินใจ ทำให้เกิดความสรรหา คัดเลือก ข้อมูลหรือกิจกรรมที่มีความตรงกับความต้องการ ความพึงพอใจของตนเอง รวมไปถึงแสวงหาศึกษาข้อมูลต่างๆเกี่ยวกับข้อมูลบริการการใช้เวลาว่างที่สนใจจึงทำให้เมื่อมีความตระหนักรู้ด้านการใช้เวลาว่างมากขึ้น อุปสรรคด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่างจึงจะลดลง

ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสัมพันธ์กับสังคม มีความสัมพันธ์กัน กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสามารถทางกาย อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่า เมื่อมีความตระหนักรู้ด้านความสัมพันธ์กับสังคมเพิ่มมากขึ้น อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้านความสามารถทางกายจะลดลง ตามแนวคิดทฤษฎีแบบจำลองสำหรับบริการการศึกษาการใช้เวลาว่างของ แดทติโล และ ปีเตอร์ (Dattilo, 2008, p.54) ได้อธิบายเรื่องปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (social interaction) ว่าเป็นความเข้าใจร่วมกันของสังคม ทั้งเรื่องการสื่อสารความเข้าใจในกฎระเบียบ บทบาททางสังคม การพัฒนา ด้านสัมพันธภาพของสังคม ซึ่งสังคมเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ตามแนวคิดทฤษฎีของแคปแลน (Kaplan, 1975, pp.27-28) กล่าวถึงปัจจัยภายใน (Internal Factors) ว่ามีผลต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ได้แก่ ความพึงพอใจ การพิจารณาตัดสินใจ บุคลิกภาพของแต่ละบุคคล อำนาจนี้คิดต่าง ๆ และรสนิยมของแต่ละบุคคล กล่าวว่าง่ายในในระดับสังคม เป็นตัวควบคุมปัจจัยระดับบุคคลอีกระดับหนึ่ง ได้แก่ ความสอดคล้องเหมือนๆ กัน ประเพณีที่ถือปฏิบัติ การแนะนำและเสนอแนะช่วงชั้นทางสังคม ข้อห้ามและการกีดกันทางสังคมหรือข้อกำหนดบังคับต่างๆ และทอร์คิลด์สัน (Torkildsen, 1992, p.91) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่ชักจูงให้เข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ดังนี้ 1.ปัจจัยด้านบุคคล ได้แก่

อายุ วัย เพศ สภาพสมรส ความตั้งใจและเป้าหมายในชีวิต ภาระหน้าที่ส่วนตัว ความสามารถในการปรับตัว ทักษะคิด แรงจูงใจ ทักษะ อุปนิสัย รวมการหล่อหลอมเลี้ยงดู ความเชื่อมั่นต่อวัฒนธรรมของชุมชนท้องถิ่นของตนเอง 2.ด้านสังคมและสภาพแวดล้อม ได้แก่ กลุ่มเพื่อน เพื่อนสนิท บทบาทที่มีต่อสังคมของแต่ละบุคคล การศึกษาการหาความรู้ รวมถึงปัจจัยด้านประชากร และปัจจัยด้านวัฒนธรรม ปัจจัยการใช้เวลาว่างโดยรวม สิ่งเหล่านี้มีส่วนในการตัดสินใจเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ด้วยเหตุนี้จึงสรุปได้ว่าความสามารถทางกายเป็นปัจจัยส่วนบุคคล เมื่อบางครั้งในแต่ละบุคคลเกิดอาการเจ็บป่วย มีโรคประจำตัว รู้สึกอ่อนเพลียไม่กระฉับกระเฉง จึงส่งผลต่อปัจจัยภายใน (Internal Factors) นั่นคือ ความรู้สึกนึกคิดว่าตนเองไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างได้เนื่องจากความสามารถทางกายของตนเอง แต่เมื่อบุคคลเหล่านี้ได้มีความสัมพันธ์กับสังคม และปฏิสัมพันธ์กับสังคมเพื่อน สภาพแวดล้อมต่าง ๆ เหล่านี้ เป็นปัจจัยที่ทำให้กันมาตัดสินใจเข้าร่วมการใช้เวลาว่างจากการแลกเปลี่ยนความคิดทัศนคติ การได้รับข้อมูลต่างๆจากการปฏิสัมพันธ์กับสังคม จึงทำให้เมื่อมีความตระหนักรู้ด้านความสัมพันธ์กับสังคมมากขึ้น อุปสรรคด้านความสามารถทางกายจึงลดลง

ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสัมพันธ์กับชีวิต มีความสัมพันธ์กัน กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่า เมื่อมีความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านความสัมพันธ์กับชีวิตเพิ่มมากขึ้น อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างจะลดลง ตามองค์ประกอบการศึกษาการใช้เวลาว่าง ของมัลดี (Mundy, 1998) กล่าวว่า การตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง (Leisure Awareness) คือความสามารถในการจำแนกถึงความหลากหลายของประสบการณ์ใช้เวลาว่าง รวมถึงความสัมพันธ์ของการใช้เวลาว่างกับวิถีการดำเนินชีวิตและการพัฒนาคุณภาพชีวิต ประกอบด้วยปัจจัยดังนี้ การใช้เวลาว่าง ประสบการณ์ใช้เวลาว่าง ความสัมพันธ์กับชีวิต ความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต ความสัมพันธ์กับสังคม ทั้งนี้ได้อธิบายถึงความสัมพันธ์กับชีวิต ไว้ว่าการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของแต่ละบุคคลมีปัจจัยมาจากส่วนหนึ่งของการดำเนินชีวิต และการใช้ชีวิตประจำวัน ซึ่งเมื่อประกอบกับปัจจัยอื่น เช่น ปัจจัยที่ชักจูงให้เข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ตามแนวคิดทฤษฎีของทอร์คิลด์สัน (Torkildsen, 1992, p.91) ที่กล่าวว่า ปัจจัยที่ ชักจูงให้เข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ว่ามี 3 ปัจจัยได้ แก่ 1.ปัจจัยด้านบุคคล ได้แก่ อายุ วัย เพศ สภาพสมรส ความตั้งใจและเป้าหมายในชีวิต ภาระหน้าที่ส่วนตัว ความสามารถในการปรับตัว ทักษะคิด แรงจูงใจ ทักษะ อุปนิสัย รวมการหล่อหลอมเลี้ยงดูความเชื่อมั่นต่อวัฒนธรรม

ของชุมชนท้องถิ่นของตนเอง 2.ด้านสังคมและสภาพแวดล้อม ได้แก่ กลุ่มเพื่อน เพื่อนสนิท บทบาทที่มีต่อสังคมของแต่ละบุคคล การศึกษาการหาความรู้ รวมถึงปัจจัยด้านประชากรและปัจจัยด้านวัฒนธรรม ด้านวัฒนธรรม 3.ปัจจัยด้านโอกาส ได้แก่ ทรัพยากรที่หามาได้ เครื่องอำนวยความสะดวก ความเข้าใจของโอกาส การบริการด้านนันทนาการ การคมนาคม การจัดโปรแกรมการดำเนินการ ความเป็นผู้นำการเข้าสังคม รวมถึงนโยบายทางการเมือง นอกจากนี้ ออสบอร์น และ เกเบิล (Osborne and Gaebler, 1992, p.207) ได้กล่าวถึงทฤษฎีพฤติกรรมการใช้เวลาว่างว่ามีอิทธิพลมาจากกลุ่มคนหรือชุมชนที่มีอายุเช่นเดียวกันห้องเดียวกัน ทำงานในสภาพแวดล้อมเดียวกัน การใช้เวลาว่างส่วนใหญ่นั้นเป็นกิจกรรมที่ได้รับคำแนะนำให้เข้าร่วมหรือเล่นเพราะมีคนชวน ทำให้เห็นได้ชัดว่ามีความสัมพันธ์และสามารถแลกเปลี่ยนการใช้เวลาว่างได้ของแต่ละบุคคลได้ รวมไปถึงแนวคิดทฤษฎีของสุมิล ตั้งสัจพจน์ (2553, น.95-104) ที่ได้กล่าวถึงการใช้เวลาว่างว่าเป็นปรากฏการณ์ทางสังคม การใช้เวลาว่างของแต่ละบุคคลมีผลจากสถาบันทางสังคมต่าง ๆ รวมไปถึงเศรษฐกิจ การเมือง การงาน เทคโนโลยี บุคคลอื่นและกลุ่มคนมีผลอย่างมากต่อกิจกรรมการใช้เวลาว่าง แม้จะเป็นการใช้เวลาว่างโดยลำพัง จากแนวคิดทฤษฎีข้างต้นสามารถสรุปได้ว่าโดยปกติแล้วแต่ละบุคคลจะเกิดความตระหนักรู้ในการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง จากปัจจัยภายในปัจจัยภายนอกที่ส่งผลต่อความคิดทัศนคติของตนเอง แต่สภาพแวดล้อมทางสังคม และการดำเนินชีวิตประจำวัน ครอบครัวยุ กลุ่มเพื่อนที่รายล้อมแต่ละบุคคลทำให้มีผลต่อการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างและมีส่วนช่วยเหลือหลอมนให้แต่ละบุคคลประโยชน์ ความสำคัญของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง นำไปสู่การจัดสรรเวลาและปรับเปลี่ยนรูปแบบพฤติกรรมการใช้ชีวิตเพื่อเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ด้วยเหตุนี้จึงทำให้เมื่อมีความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านความสัมพันธ์กับชีวิตเพิ่มมากขึ้น อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่างจึงลดลง

ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสัมพันธ์กับสังคม มีความสัมพันธ์กัน กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่า เมื่อมีความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านความสัมพันธ์กับสังคมเพิ่มมากขึ้น อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัยจะลดลงตามแนวคิดทฤษฎีแบบจำลองสำหรับบริการการศึกษาการใช้เวลาว่างของแดตติโล (Dattilo, 2008) ได้อธิบายเรื่อง ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (social interaction) ว่าเป็นความเข้าใจร่วมกันของสังคม ทั้งเรื่องการสื่อสาร ความเข้าใจ ในกฎระเบียบ บทบาททางสังคม การพัฒนาความสัมพันธ์ภาพของสังคม ซึ่งสังคมเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ตามแนวคิด

ทฤษฎีของแคปแลน (Kaplan, 1975, pp.27-28) กล่าวถึงปัจจัยภายใน (Internal Factors) ว่ามีผลต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ได้แก่ ความพึงพอใจ การพิจารณาตัดสินใจ บุคลิกภาพของแต่ละบุคคล อำนาจนี้ก็คิดต่าง ๆ และรสนิยมของแต่ละบุคคล กล่าวว่าเงื่อนไขในระดับสังคม เป็นตัวควบคุมปัจจัยระดับบุคคลอีกระดับหนึ่ง ได้แก่ ความสอดคล้องเหมือนกัน ประเพณีที่ถือปฏิบัติ การแนะนำและเสนอแนะ ช่วงชั้นทางสังคม ข้อห้ามและการกีดกันทางสังคมหรือข้อกำหนดบังคับต่าง ๆ และทอร์คิลด์สัน (Torkildsen, 1992, p.91) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่ชักจูงให้เข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ดังนี้ 1. ปัจจัยด้านบุคคล ได้แก่ อายุ วัย เพศ สถานการณ์สมรส ความตั้งใจและจุดมุ่งหมายในชีวิต ภาระหน้าที่ส่วนตัว ปฏิภาณไหวพริบ ความเข้าใจการใช้เวลาว่างทัศนคติและแรงจูงใจ ความสนใจและความตั้งใจ ทักษะและความสามารถทางกายภาพ สังคมและสติปัญญา อุปนิสัยและความเชื่อมั่น วัฒนธรรมในถิ่นที่เกิดตลอดจน การเลี้ยงดูและภูมิหลัง 2. ด้านสังคมและสภาพแวดล้อม ได้แก่ สภาพแวดล้อมทางสังคมเพื่อน ๆ และกลุ่มเพื่อนสนิท บทบาททางสังคมและการติดต่อปัจจัยสิ่งแวดล้อม ปัจจัยการใช้เวลาว่างโดยรวม การศึกษาและความรู้ ปัจจัยด้านประชากรและปัจจัยด้านวัฒนธรรม มีส่วนในการตัดสินใจเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง จากแนวคิดทฤษฎีดังกล่าวจึงสรุปได้ว่าอุปสรรคด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย เป็นปัจจัยส่วนบุคคล เมื่อบางครั้งมีความรู้สึกนึกคิดวิตกกังวลเรื่องความปลอดภัย อุบัติเหตุที่สามารถเกิดขึ้นได้ในการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง ความรู้สึกกังวลต่อโรคระบาด เช่น ไข้หวัดสายพันธุ์ต่างๆ โควิด-19 รวมถึงสภาพแวดล้อม ฝุ่น PM 2.5 เมื่อแต่ละบุคคลมีความรู้สึกกังวลใจต่อปัจจัยต่างๆ เหล่านี้ย่อมส่งผลต่อการตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง แต่เมื่อบุคคลเหล่านี้ได้มีความสัมพันธ์กับสังคม และปฏิสัมพันธ์กับสังคมเพื่อน สภาพแวดล้อมต่างๆ สิ่งเหล่านี้ เป็นปัจจัยที่ทำให้มีการตัดสินใจเข้าร่วมการใช้เวลาว่างจากการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ทัศนคติ การได้รับข้อมูลต่างๆ จากสังคมคนรอบข้าง มีเพื่อนที่ชักชวนเข้าร่วมกิจกรรม ด้วยเหตุนี้ จึงทำให้เมื่อมีความตระหนักรู้ด้านความสัมพันธ์กับสังคมมากขึ้น อุปสรรคด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัยจึงลดลง

ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านความสัมพันธ์กับสังคม มีความสัมพันธ์กัน กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่า เมื่อมีความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง ด้านความสัมพันธ์กับสังคมเพิ่มมากขึ้น อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่างจะลดลง อุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง มีอยู่หลากหลายประเด็น ได้แก่ เคยถูกล้อเลียนขณะเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ไม่สามารถประกอบกิจกรรม การใช้เวลางานนั้นๆได้

เหมือนบุคคลอื่น ไม่ประทับใจสถานที่ สิ่งอำนวยความสะดวก ผู้นำกิจกรรม และ การบริการของ กิจกรรมที่เคยเข้าร่วม ปัจจัยเหล่านี้ตามแนวคิดทฤษฎีของทอร์คิลด์สัน (Torkildsen, 1992, p.91) กล่าวว่าเงื่อนไขในระดับสังคม ปัจจัยด้านสังคมและสภาพแวดล้อม เวลาที่เหมาะสม สภาพแวดล้อมทางสังคมและกลุ่มเพื่อนสนิท บทบาททางสังคมเป็นปัจจัยที่ชักจูงให้บุคคลเข้าร่วม การใช้เวลาร่วม รวมถึงปัจจัยด้านโอกาส ได้แก่ ทรัพยากรที่หามาได้ เครื่องอำนวยความสะดวก คุณภาพ ความรู้ความเข้าใจของโอกาส การบริการด้านนันทนาการ การแจกแจงของเครื่องอำนวยความสะดวก วิธีการและสถานที่ การเลือกกิจกรรม การคมนาคม การตลาด การจัดโปรแกรมการใช้เวลาร่วม การดำเนินการและความเป็นผู้นำการเข้าสังคม ทั้งสองปัจจัยที่กล่าวมาข้างต้น ตามแนวคิดทฤษฎีของแคปแลน (Kaplan, 1975, pp.27-28) เรียกว่าเงื่อนไขในระดับสังคม เป็นตัวควบคุมปัจจัยในระดับบุคคลอีกระดับหนึ่งที่มีผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาร่วม กล่าวคือ เมื่อบุคคลประสบพบเจอกับประสบการณ์การใช้เวลาที่ไม่ดี ไม่ประทับใจย่อมส่งผลต่อการตัดสินใจที่ไม่อยากเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาร่วม แต่เมื่อมีปัจจัยทางสังคมเข้ามาที่จะนำไปสู่ ประสบการณ์ที่ดีต่อการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาร่วม เงื่อนไขในระดับสังคมนี้จะมีส่วนช่วยให้ บุคคลตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาร่วมเป็นการจัดอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลา ร่วมด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง จากการปฏิสัมพันธ์ทางสังคม สภาพแวดล้อมทางสังคม ครอบครัว กลุ่มเพื่อน ด้วยเหตุนี้จึงทำให้เมื่อมีความตระหนักรู้ด้านความสัมพันธ์กับสังคมมากขึ้น อุปสรรคด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่างจึงลดลง

ความตระหนักรู้การใช้เวลาร่วมของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้าน ความสัมพันธ์กับสังคม มีความสัมพันธ์กัน กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมของคนวัย ทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แสดงให้เห็นว่า เมื่อมีความตระหนักรู้การใช้เวลาร่วม ด้านความสัมพันธ์กับสังคมมากขึ้น อุปสรรค ของการเข้าร่วมการใช้เวลาร่วมด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วมจะลดลง อุปสรรคของการเข้าร่วม การใช้เวลาร่วม ด้านข้อปฏิบัติการเข้าร่วม มีอยู่หลากหลายประเด็นได้แก่ กิจกรรมที่บุคคลสนใจ มีสำหรับสมาชิกเท่านั้น ข้อปฏิบัติในการเข้าร่วมทำให้รู้สึกงุนงง กิจกรรมที่สนใจไม่มีอยู่ใน บริเวณที่อยู่อาศัย สถานที่บริการการใช้เวลาร่วมเปิดให้บริการตามวันทำการของราชการ หรือมี บริการในช่วงที่ไม่ตรงกับเวลาร่วมของแต่ละบุคคล ปัจจัยเหล่านี้ตามแนวคิดทฤษฎีของ คราว ฟোর্ต และ กอดเบย์ (Crawford et al., 1991) ถือว่าเป็น อุปสรรคทางโครงสร้าง (Structure barriers) เกิดจากโครงสร้างทางสังคมที่กำหนดไว้แล้ว บุคคลไม่สามารถควบคุมอุปสรรคนี้ได้ ส่วน เอ็ดจิงตัน และคณะ (C. R. Edginton et al., 1995, p.23) กล่าวว่าสิ่งเหล่านี้เป็นหนึ่งในประเภท

ของอุปสรรคที่มีอิทธิพลต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง เรียกว่าอุปสรรคที่เกิดขึ้นภายหลัง (Intervening Constraints) เช่น ความสามารถในการอำนวยความสะดวกในการใช้เวลาว่าง ความสามารถในการชำระค่าธรรมเนียมในการใช้เวลาว่าง และความปลอดภัยของสิ่งอำนวยความสะดวก บุคคลไม่สามารถลดอุปสรรคในการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างเหล่านี้ได้ด้วยตนเอง ในการเปลี่ยนแปลงโครงสร้างทางสังคม บริบททางสังคม กฎระเบียบแบบแผนต่างๆ แต่อุปสรรคเหล่านี้สามารถลดลงได้ด้วยการสร้างการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง (Leisure Awareness) ของแต่ละบุคคล โดยปัจจัยหนึ่งของการสร้างความตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง คือ ความสัมพันธ์กับสังคม กล่าวคือ ปัจจัยด้านสังคมและสภาพแวดล้อม กลุ่มเพื่อนสนิท มีบทบาททางสังคมเป็นปัจจัยที่ชักจูงให้บุคคลเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง รวมถึงปัจจัยด้านโอกาส ได้แก่ ทรัพยากร สิ่งอำนวยความสะดวก สถานที่ การเลือกกิจกรรม การคมนาคม การตลาด การจัดโปรแกรมการใช้เวลาว่าง การดำเนินการและความเป็นผู้นำการเข้าสังคม ตามแนวคิดทฤษฎีของทอร์คิลด์สัน (Torkildsen, 1992, p.91) ทั้งสองปัจจัยนี้เรียกว่า เงื่อนไขในระดับสังคม ตามแนวคิดทฤษฎีของแคปแลน (Kaplan, 1975, pp.27-28) กล่าวว่า เป็นตัวควบคุมปัจจัยในระดับบุคคลอีกระดับหนึ่งที่มีผลต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง กล่าวคือ เมื่อบุคคลพบเจอสิ่งที่คิดว่าเป็นข้อจำกัด หรืออุปสรรคการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง และส่งผลต่อการตัดสินใจที่ไม่อยากเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ปัจจัยทางสังคมจะเข้าช่วยทำให้ข้อจำกัดและอุปสรรคต่างๆ เหล่านั้นลดลง เงื่อนไขในระดับสังคมนี้จะเป็นส่วนช่วยให้บุคคลตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างจากความสัมพันธ์ทางสังคม การปฏิสัมพันธ์ทางสังคม สภาพแวดล้อมทางสังคม ครอบครัว กลุ่มเพื่อน ที่มีส่วนช่วยให้รับข้อมูลในการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง แนะนำสถานที่ สภาพแวดล้อม กิจกรรม และการบริการ ที่เหมาะสมกับข้อจำกัดของแต่ละบุคคล หรือรวมถึงการแลกเปลี่ยนประสบการณ์การใช้เข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างตามบริบททางสังคมของแต่ละบุคคล ด้วยเหตุนี้จึงทำให้เมื่อมีความตระหนักรู้ด้านความสัมพันธ์กับสังคมมากขึ้น อุปสรรคด้านข้อปฏิบัติเข้าร่วม จึงลดลง

ข้อเสนอแนะที่ได้จากงานวิจัย

1. ควรมีการส่งเสริมความรู้ความเข้าใจทางนันทนาการอย่างเป็นรูปธรรมจนเกิดความตระหนักรู้ในการใช้เวลาว่างนำไปสู่การมีทักษะการใช้เวลาว่าง และสามารถตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการและการใช้เวลาว่างของตนเองต่อไป
2. ควรสร้างประสบการณ์การใช้เวลาว่างในรูปแบบใหม่ที่มีความท้าทาย กระตุ้นความสนใจของทุกกลุ่มวัยจนมีความชอบและต้องการเข้าร่วมกิจกรรมเป็นประจำสม่ำเสมอ

3. ควรดำเนินการจัดอุปสรรค เพื่อให้ประชาชนสามารถเข้าถึงกิจกรรมนันทนาการและการใช้เวลาว่าง โดยการร่วมมือกับองค์กรภาครัฐ ภาคเอกชน และประชาชน จัดบริหารนันทนาการอย่างมีระบบบริหารจัดการครบวงจรทุกมิติ เช่น โปรแกรมนันทนาการ ผู้นำนันทนาการ และสิ่งอำนวยความสะดวก เป็นต้น

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรมีการศึกษาเชิงคุณภาพควบคู่ไปด้วย โดยการสัมภาษณ์แบบเชิงลึกเพื่อให้กลุ่มตัวอย่างได้แสดงความคิดเห็นต่อความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างและอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างได้ชัดเจนมากยิ่งขึ้นและมีขอบเขตเนื้อหาที่กว้างเพื่อนำผลที่ได้ไปใช้เป็นข้อมูลในการจัดปัญหาอุปสรรคที่ส่งผลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างคนวัยทำงาน ส่งเสริมให้บุคคลเกิดความตระหนักรู้ในการใช้เวลาว่าง

2. การวิจัยครั้งนี้เป็นการศึกษาความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างและอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ดังนั้นในการศึกษาครั้งต่อไป ควรมีการศึกษาคความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างและอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครพื้นที่อื่น ๆ หรือช่วงวัยอื่น ๆ เพื่อจะได้ข้อมูลที่ครอบคลุมครบถ้วนทุกมิติของแต่ละพื้นที่และกลุ่มวัย

3. ในการศึกษาวิจัยครั้งต่อไปควรมีการศึกษาปัจจัยอื่น ๆ ขององค์ประกอบการศึกษาการใช้เวลาว่าง เช่น การตระหนักรู้ในตนเอง กับอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง เพื่อจะได้ข้อมูลเพิ่มเติมในหลากหลายมิติ

บรรณานุกรม

- Argyle, M. (1996). *The Social Psychology of Leisure*. NY: Penguin.
- Bammel, G., and Burrus-Bammel, L. L. (1996). *Leisure and Human Behavior*. IA: Brown and Benchmark.
- Bryce, J. (2001). The Technological Transformation of Leisure. Retrieved June, 2011 from <http://ssc.sagepub.com/cgi/content/abstract/19/1/7>.
- Bullock, C. C., and Mahon, M. J. (1997). *An Introduction to Recreation Services for People With Disabilities: A Person-Centered Approach*. IL: Sagamore Pub Llc.
- Chubb, M., and Chub, H. R. (1981). *One – third of Our Time ?*. NY: John Wiley and Son Inc.
- Crawford, D. W., Jackson, E. L., and Godbey, G. (1991). A Hierarchical Model of Leisure Constraints. *Leisure Science*, 13, 309 -320.
- Dattilo, J. (2008). *Leisure Education Program Planning: A Systematic Approach*. PA: Venture.
- Dattilo, J. (2012). *Inclusive Leisure Services*. PA: Venture.
- Edginton, C. R., Hanson, C. J., Edginton, S., and Hudson, S. H. (1998). *Leisure Programing A Service - Centered and Benefit Approach*. USA: The McGraw-Hill.
- Edginton, C. R., Jordan, D. J., Degraaf, D. G., and Edginton, S. R. (1995). *Leisure and Life Satisfaction*. Iowa: Brown and Benchmark Publishing.
- Faché, W. (1995). *Leisure Education in Community Systems, Leisure Education Towards the 21st Century Provo*
USA: Brigham Young Univ David M Kennedy Center Int Studies.
- Godbey, G., and Parker, S. (1976). *Leisure Study and Services and Overview Philadelphia*. PA: WB Suanders.
- Kaplan, M. (1975). *Leisure: Theory and Policy*. NY: John Wiley and Son.
- Kelly, J. R. (1982). *Leisure. Upper Saddle River*. NJ: Prentice- Hall.
- Kelly, J. R. (1996). *Leisure*. MA: Allyn and Bacon.
- Kraus, R. G. (2001). *Recreation and Leisure in Modern Society*. NY: Harper Collins.

- Le Cong Bang. (2020, Retrieved February 20, 2024). MODEL OF PHYSICAL ACTIVITIES AND SPORTS IN LEISURE OF UNIVERSITY STUDENTS IN HO CHI MINH CITY.
- Lin, Jiu-Fan, and Hector. (2017, Retrieved February 20, 2024). Leisure Awareness, Recreational Needs, and Lifestyle Changes of Taiwanese Students in Oklahoma.
- Meyer, H. D., Brightbill, C. K., and Sessoms, H. D. (1969). *Community Recreation*. NY: Prentice-Hall.
- Mundy, J. (1998). *Leisure Education: Theory and Practice*. IL: Sagamore Publishing.
- Mundy, J., and Odum, L. (1979). *Leisure Education: Theory and practice*. NY: John Wiley and Sons.
- Osborne, D., and Gaebler, T. (1992). *Reinventing Government*. Massachusetts: Addison-Westley.
- Peterson, and Gunn. (1984). *Therapeutic Recreation Program Design: Principles and Procedures*. IL: Sagamore Pub Llc.
- Pigram, J. J., and Jenkin, J. M. (2003). *Outdoor Recreation Management*. NY: Routledge.
- Roek, C. (2000). *Leisure and Culture*. London: Macmillan.
- Russell, R. V. (1996). *Explanation Speculations. Pastime: The Context of Contemporary Leisure*. Iowa: Brown and Benchmark Publishers.
- Sivan, A., and Ruskin, H. (2000). *Leisure Education, Community Development and Populations with Special Needs*. Oxon: CABI Publishing.
- Smith, M. A., and Kollock, P. (1999). *Communities in Cyberspace*. London: Routledge.
- Stavroula, B. (2012). The Use of Greek Working Women's Leisure Time in Educational Activities. Retrieved January 30, 2024 from [http:// www.ccsenet.org/res](http://www.ccsenet.org/res)
- Stumbo, N., and Peterson, C. (2004). *Therapeutic Recreation Program Design: Principles and Procedures*. San Francisco: Benjamin Cummings.
- Torkildsen, G. (1992). *Leisure and Recreation Management*. London: E and FN Spon.
- Tsai, E. H. (2006). *Constraints to Active Recreation Participation of Older People in Hong Kong*. Paper presented at the 9th World Leisure Congress Book of Abstracts, Hangzhou.
- Uris, A. (1970). *The Executive Desk Book*. NY: Van Nostrand Reinhold.

Wade, M., and Micheal, G. (1985). *Constraints on Leisure*. Illinois: Charles C. Thomas Publisher.

กรมพลศึกษา. (2562). แนวทางการบริหารจัดการศูนย์นันทนาการ. กรุงเทพฯ: กรมพลศึกษา.

กรมสุขภาพจิต. (2567). รายงานความเสี่ยงโรคสารพัด "เครียด-ซึมเศร้า-หมดไฟ-อ้วน-มะเร็ง" ดิวเข้ม จนท.คลินิกปรับพฤติกรรม. สืบค้นเมื่อวันที่ 5 มกราคม 2567 จาก

<https://dmh.go.th/news-dmh/view.asp?id=29802>

กระทรวงสาธารณสุข. (2567). รายงาน. สืบค้นเมื่อวันที่ 5 มกราคม 2567 จาก

<https://dohdatacenter.anamai.moph.go.th/index.php?r=groupdata/indexandgroup=1&id=3#>

กรุงเทพมหานคร. (2556). แผนการบริหารราชการกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2556-2560. สืบค้นเมื่อวันที่ 15 ตุลาคม 2566, จาก [https://thaipublica.org/wp-content/uploads/2016/07/plan-](https://thaipublica.org/wp-content/uploads/2016/07/plan-%E0%B8%81%E0%B8%A3%E0%B8%B8%E0%B8%87%E0%B9%80%E0%B8%97%E0%B8%9E%E0%B8%AF-2556-2560.pdf)

[%E0%B8%81%E0%B8%A3%E0%B8%B8%E0%B8%87%E0%B9%80%E0%B8%97%E0%B8%9E%E0%B8%AF-2556-2560.pdf](https://thaipublica.org/wp-content/uploads/2016/07/plan-%E0%B8%81%E0%B8%A3%E0%B8%B8%E0%B8%87%E0%B9%80%E0%B8%97%E0%B8%9E%E0%B8%AF-2556-2560.pdf)

กัลยา วานิชย์บัญชา. (2546). การใช้ SPSS for Windows ในการวิเคราะห์ข้อมูล (พิมพ์ครั้งที่ 6). กรุงเทพฯ: ธรรมสาร.

คำรณ มาลาคำ. (2548). การใช้เวลาร่วมของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในกลุ่มโรงเรียนสหวิทยาเขตวิภาวดี สังกัดกรมสามัญศึกษา กรุงเทพมหานคร. (ปริญญาณิพนธ์ วท.ม. (การจัดการนันทนาการ)). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย. (2562). เรียนรู้อยู่กับฝุ่น PM 2.5. กรุงเทพฯ: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

เจษฎา ชูฤทธิกุล. (2559). การใช้เวลาร่วมของพนักงาน บริษัท เอฟีแอล เอเยนซีส์ (ประเทศไทย) จำกัด สำนักงานใหญ่. (ปริญญาณิพนธ์ วท.ม. (การจัดการนันทนาการ)). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.

ฐานเศรษฐกิจ. (2566). สถิติข้อคิด "คนวัยทำงาน" เสี่ยงนักป่วยโรคหัวใจ อ้วน เครียด ฆ่าตัวตาย.

ธงชัย พงศาพลรัตน์. (2546). ทรัพยากรนันทนาการ เล่ม 1. กรุงเทพฯ: องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์.

บัณฑิต เกิดปรำงค์ และเจษฎา เจียรไน. (2544). นันทนาการ. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ.

บุญชม ศรีสะอาด. (2545). วิธีการสร้างสถิติสำหรับการวิจัย. กรุงเทพฯ: สุวีริยาสาส์น.

ประพันธ์ศิริ ชัยชนะใหญ่. (2527). นันทนาการ. กรุงเทพฯ: ภาควิชาสันทนาการ คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

พวงรัตน์ ทวีรัตน์. (2540). วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์ (พิมพ์ครั้งที่ 7).

กรุงเทพฯ: สำนักทดสอบทางการศึกษาและจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ภาวุษ พงษ์วิทยาภานุ และสุธน โรจน์อนุสรณ์. (2552). อีมาเก็ตติ้งเจาะเทคนิคการตลาด ออนไลน์.

กรุงเทพฯ: ตลาด ดอท คอม.

ภิเชก ชัยนิรันดร์. (2552). มาเก็ตติ้งคลีกรัลเม็ตเคิลด์ลัการตลาดออนไลน์. กรุงเทพฯ: ซีเอ็ดยูเคชั่น.

วณัฐพงศ์ เบญจพงศ์. (2565). การวิเคราะห์องค์ประกอบอุปสรรคของการเข้าร่วมกิจกรรม

นันทนาการภายนอกที่พักอาศัยของผู้สูงอายุในเขตกรุงเทพมหานคร รายงานวิจัยฉบับ

สมบูรณ์. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยรามคำแหง.

วิพงษ์ชัย ร้องขันแก้ว. (2557). การพัฒนาโปรแกรมการศึกษาการใช้เวลาว่างสำหรับเด็กในสถาน

สงเคราะห์. (ปริญญานิพนธ์ ปร.ด. (การกีฬา นันทนาการ และการท่องเที่ยว)). มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.

วิมลมาลย์ สมคะเน. (2559). การพัฒนาโปรแกรมการใช้เวลาว่างเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตสำหรับสตรีวัยทำงาน. (ปริญญานิพนธ์ ปร.ด. (การกีฬา นันทนาการ และการท่องเที่ยว)).

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ, กรุงเทพฯ.

ศริญญา ชาญสุข และ สุจิตตา ฤทธิมนตร์. (2566). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับโรคซึมเศร้าของวัยทำงานในสถานการณ์แพร่ระบาด COVID-19. วารสารการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต, 37(3), 76-91.

สมบัติ กาญจนกิจ. (2535). นันทนาการชุมชนและโรงเรียน. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์แห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สมบัติ กาญจนกิจ. (2544). นันทนาการอุตสาหกรรมท่องเที่ยว. กรุงเทพฯ: สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สรวุฑ ชัยวิจิต. (2548). ความสัมพันธ์ของแรงจูงใจกับประสิทธิภาพในการทำงานของบุคลากร เจเนอเรชันวาย (Generation-Y) ในเขตกรุงเทพมหานคร. (วิทยานิพนธ์). มหาวิทยาลัยศรีปทุม, กรุงเทพฯ.

สรวุฑ ชัยวิจิต. (2552). ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมผู้นำนันทนาการกับการจัดโปรแกรมการใช้เวลาว่างขององค์กรการใช้เวลาว่างในเขตกรุงเทพมหานคร. (วิทยานิพนธ์ วท.ม. (นันทนาการ)). มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์, กรุงเทพฯ.

- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ. (2566). สายด่วนสุขภาพจิตเผย”ความเครียด-กังวล-ทำงานไม่มีความสุข” ปัญหาใหญ่อันดับ 1 ของแรงงานไทย. สืบค้นเมื่อวันที่ 5 มกราคม 2567 จาก <https://www.thaihealth.or.th/?p=334929>
- สุวิมล ตั้งสัจพจน์. (2553). นันทนาการและการใช้เวลาว่าง. กรุงเทพฯ: เอ็ดดิสันเพรสโปรดักส์.
- องค์การอนามัยโลก. (2567). สถานการณ์โรคติดเชื้อไวรัสโคโรนา 2019 ในประเทศไทย: 7 กุมภาพันธ์ 2567. สืบค้นเมื่อวันที่ 13 สิงหาคม 2567 จาก <https://www.who.int/thailand/news/detail/07-02-2024-update-on-covid-19-in-thailand--7-february-2024-THA>
- อภิวัดน์ วัฒนางกูร. (2548). มองชีวิตผ่านมะเร็ง. สืบค้นเมื่อวันที่ 30 มกราคม 2567 จาก <https://www.akajon.com/บทสัมภาษณ์-ดร-อภิวัดน์-ว/>.
- อัมพร เบญจพลพิทักษ์. (2565). ห่วงคนไทยเครียดพุ่ง เสพข่าวเร้าอารมณ์ เน้นยึดหลัก “2 ไม่ 1 เตือน”. สืบค้นเมื่อวันที่ 5 มกราคม 2567 จาก <https://dmh.go.th/news-dmh/view.asp?id=31667>



ภาคผนวก ก
แบบสอบถามความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างและอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง
ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร

แบบสอบถาม
ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างและอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่าง
ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร

คำชี้แจง

แบบสอบถามนี้จัดทำขึ้นเพื่อนำข้อมูลที่ได้ไปใช้ประกอบการศึกษาในการทำปริญญานิพนธ์ ซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการจัดการกีฬาและนันทนาการ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โดยแบบสอบถามจะประกอบด้วย 4 ตอน ดังนี้

- ตอนที่ 1 ข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร
- ตอนที่ 2 ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร
- ตอนที่ 3 อุปสรรคที่มีต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร
- ตอนที่ 4 ข้อเสนอแนะอื่นๆ

แบบสอบถามนี้จะไม่ระบุชื่อและที่อยู่ของผู้ตอบแบบสอบถาม ดังนั้น ผู้ตอบแบบสอบถามสามารถตอบคำถามได้ตามความเป็นจริง ผู้วิจัยขอรับรองว่าข้อมูลที่ได้จะเก็บเป็นความลับและไม่ส่งผลกระทบต่อใดๆ ทั้งสิ้น เพียงแต่จะเป็นการสะท้อนภาพความเป็นจริงที่ใช้เป็นข้อมูลในการวิจัยเท่านั้น ทางผู้วิจัยต้องขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูงที่ท่านเสียสละเวลาในการตอบแบบสอบถามในครั้งนี้ด้วย

ขอพระคุณอย่างสูง
นางสาวสขิลลา ชินวงศ์
นิสิตปริญญาโท สาขาการจัดการกีฬาและนันทนาการ
คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบสอบถาม

คำชี้แจง : โปรดทำเครื่องหมาย "✓" ลงในช่อง ☐ หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริงที่สุด

1. เพศ

- ☐ 1.1 ชาย ☐ 1.2 หญิง

2. อายุ

- ☐ 2.1 อายุ 19 – 29 ปี ☐ 2.2 อายุ 30 – 44 ปี
☐ 2.3 อายุ 45 – 59 ปี

3. ระดับการศึกษา

- ☐ 3.1 ประถมศึกษา ☐ 3.2 มัธยมศึกษาหรือเทียบเท่า
☐ 3.3 อนุปริญญาหรือเทียบเท่า ☐ 3.4 ปริญญาตรี
☐ 3.5 สูงกว่าปริญญาตรี

4. อาชีพ

- ☐ 4.1 นักเรียน / นักศึกษา ☐ 4.2 ข้าราชการ / พนักงานรัฐวิสาหกิจ
☐ 4.3 เจ้าของกิจการ / ธุรกิจส่วนตัว ☐ 4.4 พนักงานบริษัทเอกชน / ห้างร้าน
☐ 4.5 อื่นๆ โปรดระบุ _____

5. สถานภาพ

- ☐ 5.1 โสด ☐ 5.2 สมรส
☐ 5.3 หย่าร้าง ☐ 5.4 อื่นๆ ระบุ.....

6. รายได้ต่อเดือน

- ☐ 6.1 ต่ำกว่าหรือเท่ากับ 5,000 บาท ☐ 6.2 รายได้ 5,001-15,000 บาท
☐ 6.3 รายได้ 15,001-25,000 บาท ☐ 6.4 รายได้ 25,001-35,000 บาท
☐ 6.5 รายได้ 35,000 บาท ขึ้นไป

7. เขตพื้นที่อยู่อาศัย

- ☐ 7.1 เขตดินแดง ☐ 7.2 เขตสาทร
☐ 7.3 เขตลาดพร้าว ☐ 7.4 เขตสะพานสูง
☐ 7.5 เขตคลองสาน ☐ 7.6 เขตบางบอน

ตอนที่ 2 ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร

คำชี้แจง : โปรดทำเครื่องหมาย "✓" ลงในช่องคำตอบที่ตรงกับความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร ของท่านมากที่สุด **เพียงช่องเดียว** โดยแต่ละระดับมีความหมาย ดังนี้

- | | | |
|---|---------|----------------------|
| 4 | หมายถึง | เห็นด้วยอย่างยิ่ง |
| 3 | หมายถึง | เห็นด้วย |
| 2 | หมายถึง | ไม่เห็นด้วย |
| 1 | หมายถึง | ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง |

ที่	รายการ	ระดับการเข้าร่วม			
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1.	การใช้เวลาว่าง				
1.1	ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง เพราะเห็นคุณค่าและประโยชน์ของการใช้เวลาว่าง				
1.2	ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างเพื่อผ่อนคลายความเครียด ความเหนื่อยล้าจากการทำงาน				
1.3	ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างเป็นประจำสม่ำเสมอ				
1.4	ท่านมีความสุข สนุกสนาน สดชื่น เมื่อได้เข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง				
1.5	ท่านเลือกเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ทำให้ท่านเห็นคุณค่าในตนเอง				
2.	ประสบการณ์ใช้เวลาว่าง				
2.1	ท่านมีประสบการณ์ที่ดีในการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง				
2.2	ประสบการณ์ในการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างของท่านส่งผลต่อการเลือกเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างในปัจจุบัน และอนาคต				

ที่	รายการ	ระดับการเข้าร่วม			
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
2.3	กิจกรรมที่ท่านชื่นชอบ สนใจ และยังไม่เคยได้ลองทำ ส่งผลให้ท่านเลือกประกอบกิจกรรมเหล่านั้นเมื่อมีเวลาว่าง				
2.4	กิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ท่านเลือก ต้องเป็นกิจกรรมที่สามารถทำให้ท่านรู้สึกผ่อนคลาย ความเครียด ลดความวิตกกังวลต่างๆ				
2.5	ท่านรู้มีความสุข สนุกสนาน สดชื่น เมื่อได้เข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง จึงเข้าร่วมกิจกรรมอย่างต่อเนื่อง สม่ำเสมอ				
3.	ความสัมพันธ์กับชีวิต				
3.1	ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างจากกิจกรรมที่ท่านชื่นชอบ และรู้สึกสนใจ				
3.2	ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างจากทักษะความถนัด ของตนเอง				
3.3	ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างในสถานที่ที่สามารถเดินทางได้สะดวก อยู่ใกล้ที่พักอาศัย หรือที่ทำงาน				
3.4	ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ที่ไม่มีค่าบริการ หรือมีค่าใช้จ่ายน้อย				
3.5	ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ท่านสามารถทำร่วมกับสมาชิกในครอบครัว หรือเพื่อนได้				

ที่	รายการ	ระดับการเข้าร่วม			
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
4.	ความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต				
4.1	ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างเพื่อ ปรารถนามีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ทั้งด้าน ร่างกาย อารมณ์ สังคม และสิ่งแวดล้อม				
4.2	ท่านตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง เนื่องจากสถานที่ สิ่งอำนวยความสะดวก สิ่งแวดล้อมและการบริการ ที่มีคุณภาพส่งผล ให้ท่านมีคุณภาพชีวิตดีขึ้น				
4.3	ท่านตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ ทำให้ท่านได้รับการพัฒนาด้านร่างกาย				
4.4	ท่านตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ ทำให้ท่านได้รับการพัฒนาด้านจิตใจ				
4.5	ท่านตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ ทำให้ท่านได้รับการพัฒนาด้านสังคม				
5.	ความสัมพันธ์กับสังคม				
5.1	ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง เพราะมี เพื่อน หรือครอบครัวเข้าร่วมกิจกรรมด้วย				
5.2	ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง เพื่อสร้าง ปฏิสัมพันธ์กับคนในชุมชน				
5.3	ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่มีความ สอดคล้องกับวัฒนธรรม ประเพณี ของชุมชน				
5.4	คนในสังคม ชุมชนเป็นแบบอย่าง หรือมีส่วน ส่งเสริมในการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ของท่าน				
5.5	ปัจจัยทางสังคมส่งผลต่อการเลือกเข้าร่วม กิจกรรมการใช้เวลาว่างของท่าน เช่น วัฒนธรรม เศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อม เป็นต้น				

ตอนที่ 3 อุปสรรคที่มีต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร

คำชี้แจง : โปรดทำเครื่องหมาย "✓" ลงในช่องคำตอบที่ตรงกับระดับความคิดเห็นของท่านมากที่สุดเกี่ยวกับการอุปสรรคที่มีต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร **เพียงช่องเดียว** โดยแต่ละระดับมีความหมาย ดังนี้

- | | | |
|---|---------|-------------------------------|
| 4 | หมายถึง | มีความคิดเห็นด้วยอย่างยิ่ง |
| 3 | หมายถึง | มีความคิดเห็นด้วย |
| 2 | หมายถึง | มีความคิดไม่เห็นด้วย |
| 1 | หมายถึง | มีความคิดไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง |

ที่	การจัดโปรแกรมสนับสนุนการ	ระดับความคิดเห็น			
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
1. ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง					
1.1	ท่านไม่ทราบช่องทางค้นหาข้อมูลบริการ กิจกรรมการใช้เวลาว่างเพื่อตัดสินใจเข้าร่วม				
1.2	ท่านไม่เข้าใจข้อความประชาสัมพันธ์ของ บริการนั้นๆ เช่น ข้อปฏิบัติในการเข้าร่วม วัน เวลา สถานที่ จึ่งตัดสินใจไม่เข้าร่วม				
1.3	ท่านไม่เข้าใจลักษณะกิจกรรมจากการ ประชาสัมพันธ์ เช่น ประเภทกิจกรรม รูปแบบ การให้บริการ จึ่งตัดสินใจไม่เข้าร่วม				
1.4	ท่านไม่ถนัดในการใช้ อินเทอร์เน็ต/สมาร์ทโฟน				
1.5	ท่านไม่เคยทราบว่ามึบริการกิจกรรมการใช้ เวลาว่าง ที่หน่วยงานต่างๆที่จัดเตรียมไว้ให้ ท่านเข้าร่วม				
2. ด้านความสามารถทางกาย					
2.1	ท่านมีโรคประจำตัวจึงไม่ยากเข้าร่วมกิจกรรม				
2.2	ท่านรู้สึกร่างกายไม่กระฉับกระเฉงจึงไม่ยาก เข้าร่วมกิจกรรมฯ				

ที่	การจัดโปรแกรมนัดพบการ	ระดับความคิดเห็น			
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
2.3	ท่านมีความเจ็บป่วย ไม่สบายได้ง่าย จึงไม่ อยากเข้าร่วมกิจกรรมฯ				
2.4	ท่านมีความอ่อนเพลีย เหนื่อยง่ายจึงไม่อยาก เข้าร่วมกิจกรรมฯ				
2.5	ท่านมีความจำเป็นต้องได้รับคำแนะนำจาก แพทย์ก่อนตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมฯ				
3. ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง					
3.1	ท่านไม่รู้ว่เวลาว่างคืออะไร				
3.2	ท่านมีความคิดว่าตนเองไม่มีเวลาว่าง				
3.3	ท่านไม่เห็นประโยชน์ของการทำกิจกรรมใน เวลาว่างนอกจากการพักผ่อน				
3.4	ท่านไม่เคยสนใจเวลาว่างของตนเอง				
3.5	ท่านมีความคิดว่าเวลาว่างเป็นเรื่องไร้สาระ				
4. ด้านการเงิน					
4.1	ท่านมีรายได้จำกัด / ไม่เพียงพอ				
4.2	ท่านคิดว่าค่าใช้จ่ายสำหรับการทำกิจกรรม ในเวลาว่างเป็นเรื่องสิ้นเปลือง				
4.3	ค่าบริการในการทำกิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจ มีค่าใช้จ่ายสูง				
4.4	ท่านคิดว่ากิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจไม่คุ้มค่ากับ รายจ่าย				
4.5	ท่านรู้สึกว่าการเก็บเงินไว้ทำประโยชน์อย่างอื่น มากกว่า				

		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
5. ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย					
5.1	ท่านรู้สึกกังวลต่อการแพร่ระบาดของเชื้อโรค เช่น Covid -19 ไข้หวัดใหญ่สายพันธุ์ต่างๆ และเชื้อไวรัสอื่นๆ				
5.2	ท่านรู้สึกว่าการเตรียมอุปกรณ์ป้องกันเชื้อโรค เมื่อต้องออกไปทำกิจกรรมนอกบ้านเป็นเรื่อง รุนวาย				
5.3	ท่านรู้สึกกังวลต่อมลภาวะเมื่อต้องออกจาก บ้านไปทำกิจกรรมฯ เช่น PM 2.5				
5.4	ท่านคิดว่าการทำกิจกรรมเป็นการเพิ่ม ความเสี่ยงทางสุขภาพให้กับตนเอง				
5.5	ท่านกังวลเกี่ยวกับการเกิดอุบัติเหตุ จากการ ประกอบกิจกรรมฯ				
6. ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง					
6.1	ท่านเคยถูกล้อเลียนจนอายในขณะประกอบ กิจกรรมฯ				
6.2	ท่านทำกิจกรรมนั้นๆ ไม่ได้เหมือนกับคนอื่น จึงไม่อยากเข้าร่วม				
6.3	ท่านรู้สึกไม่ประทับใจสถานที่ และสิ่งอำนวยความสะดวกของสถานบริการกิจกรรมที่เคย เข้าร่วม				
6.4	ท่านรู้สึกไม่ประทับใจผู้นำกิจกรรมฯ ที่เคยเข้า ร่วม				
6.5	ท่านรู้สึกไม่ประทับใจบริการกิจกรรมฯ ที่เคย เข้าร่วม				

ที่	การจัดโปรแกรมන්නาการ	ระดับความคิดเห็น			
		เห็นด้วย อย่างยิ่ง	เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง
7. ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก					
7.1	สิ่งอำนวยความสะดวกในกิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจมีเพียงพอ				
7.2	สิ่งอำนวยความสะดวกในกิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจชำระบ่อยครั้ง				
7.3	สิ่งอำนวยความสะดวกในกิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจไม่ปลอดภัย				
7.4	สิ่งอำนวยความสะดวกในกิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจขาดการดูแล บำรุงรักษา ซ่อมแซม				
7.5	สิ่งอำนวยความสะดวกในกิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจไม่ได้ครอบคลุมการบริการต่อคนทุกกลุ่มวัยของครอบครัวท่าน				
8. ด้านข้อปฏิบัติในการเข้าร่วม					
8.1	กิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจมีบริการสำหรับสมาชิกเท่านั้น				
8.2	ข้อปฏิบัติในการเข้าร่วมกิจกรรมฯ ทำให้ท่านรู้สึกวุ่นวาย				
8.3	กิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจไม่มีให้บริการในบริเวณที่ท่านอาศัยอยู่				
8.4	สถานที่บริการการใช้เวลาวางเปิดให้บริการตามวันทำการของราชการเท่านั้น				
8.5	กิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจมีบริการในช่วงเวลาที่ไม่ตรงกับเวลาวางของท่าน				

ตอนที่ 4 ข้อเสนอแนะอื่นๆ

.....

.....

.....

.....

.....

.....

ขอขอบคุณที่สละเวลาในการร่วมตอบแบบสอบถาม



ภาคผนวก ข

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือในการวิจัย

รายนามผู้เชี่ยวชาญตรวจเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. วณัฐพงศ์ เบญจพงศ์
อาจารย์ประจำภาควิชาพลานามัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง
2. อาจารย์ ดร.วิมลมาลย์ สมคะเน
อาจารย์ประจำภาควิชาพลานามัย มหาวิทยาลัยรามคำแหง
3. อาจารย์ ดร.พรจันทร์ ไฉจนะศุภฤกษ์
อาจารย์ประจำภาควิชาพลศึกษา มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์
4. ว่าที่ร้อยตรี ปราโมทย์ เลิศจิตรการุณ
ผู้อำนวยการสำนักนันทนาการ
5. ดร.รัชราวไล สว่างอรุณ
นักพัฒนากีฬาชำนาญการพิเศษ
กลุ่มนันทนาการเด็กและเยาวชน สำนักนันทนาการ



ภาคผนวก ค

ผลการประเมินความเที่ยงตรงของแบบสอบถาม
โดยผู้เชี่ยวชาญตรวจสอบเครื่องมือในการวิจัย

การประเมินความเที่ยงตรงของแบบสอบถามความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างและอุปสรรค ของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร

แบบประเมินนี้สำหรับผู้เชี่ยวชาญ เพื่อวัดระดับความเหมาะสมของข้อคำถามที่ผู้วิจัยได้สร้างขึ้นเพื่อเป็นการศึกษาความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างและอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร

คำชี้แจง

โปรดพิจารณาว่าแบบสอบถามความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างและอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานครมีความเที่ยงตรงตามเนื้อหา สอดคล้องตามวัตถุประสงค์ที่ระบุไว้หรือไม่ แล้วเขียนผลการพิจารณาของท่านโดยทำเครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง “คะแนนการพิจารณา” ตามความคิดเห็นของท่าน ดังนี้

- ✓ ลงในช่อง + 1 ถ้าแน่ใจว่าแบบประเมินข้อนี้มีความเที่ยงตรง สอดคล้องตามเนื้อหา
ไปในทางเดียวกัน
 - ✓ ลงในช่อง 0 ถ้าไม่แน่ใจว่าแบบประเมินข้อนี้มีความเที่ยงตรง สอดคล้องตามเนื้อหา
ไปในทางเดียวกัน
 - ✓ ลงในช่อง - 1 ถ้าแน่ใจว่าแบบประเมินข้อนี้ไม่มีความเที่ยงตรง สอดคล้องตามเนื้อหา
ไปในทางเดียวกัน
- โดยผู้เชี่ยวชาญสามารถแก้ไขเนื้อหาตามเห็นสมควรในช่องข้อเสนอแนะหรือในเนื้อหาได้

1

รายการประเมิน	คะแนนความเห็นของผู้เชี่ยวชาญ					Sigma R	IOC	สรุปค่าที่ได้
	คนที่1	คนที่2	คนที่3	คนที่4	คนที่5			
ตอนที่ 1 ข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ของของคณวิทย์ทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร								
1.เพศ	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
2.อายุ	+1	0	+1	+1	+1	5	0.80	OK
3.ระดับการศึกษา	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
4.อาชีพ	+1	+1	+1	+1	0	5	0.80	OK
5.สถานภาพ	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
6.รายได้ต่อเดือน	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
7.เขตพื้นที่อยู่อาศัย	+1	+1	+1	+1	-1	5	0.60	OK
ตอนที่ 2 ความตระหนักการใช้เวลาว่างของคณวิทย์ทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร								
1.การใช้เวลาว่าง								
1.1ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง เพราะเห็นคุณค่าและประโยชน์ของการใช้เวลาว่าง	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
1.2ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างเพื่อผ่อนคลายความเครียด ความเหนื่อยล้าจากการทำงาน	+1	+1	+1	+1	0	5	0.80	OK
1.3ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างเป็นประจำสม่ำเสมอ	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
1.4ท่านมีความสุข สนุกสนาน สดชื่น เมื่อได้เข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง	+1	+1	+1	+1	0	5	0.80	OK
1.5ท่านเลือกเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ทำให้ท่านเห็นคุณค่าในตนเอง	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK

2

รายการประเมิน	ผลการพิจารณา					Sigma R	IOC	สรุปค่าที่ได้
	คนที่1	คนที่2	คนที่3	คนที่4	คนที่5			
2.ประสบการณ์ใช้เวลาว่าง								
2.1ท่านมีประสบการณ์ที่ดีในการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
2.2ประสบการณ์ในการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างของท่านส่งผลต่อการเลือกเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างในปัจจุบัน และอนาคต	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
2.3กิจกรรมที่ท่านชื่นชอบ สนใจ และยังไม่เคยได้ลองทำส่งผลให้ท่านเลือกประกอบกิจกรรมเหล่านั้นเมื่อมีเวลาว่าง	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
2.4กิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ท่านเลือก ต้องเป็นกิจกรรมที่สามารถทำให้ท่านรู้สึกผ่อนคลายความเครียด ลดความวิตกกังวลต่างๆ	+1	+1	+1	+1	0	5	0.80	OK
2.5ท่านรู้มีความสุข สนุกสนาน สดชื่น เมื่อได้เข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง จึงเข้าร่วมกิจกรรมอย่างต่อเนื่องสม่ำเสมอ	+1	+1	+1	+1	0	5	0.80	OK
3.ความสัมพันธ์กับชีวิต								
3.1ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างจากกิจกรรมที่ท่านชื่นชอบ และรู้สึกสนใจ	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
3.2ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างจากทักษะความถนัด ของตนเอง	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
3.3ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างในสถานที่ที่สามารถเดินทางได้สะดวก อยู่ใกล้ที่พักอาศัย หรือที่ทำงาน	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
3.4 ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ที่ไม่มีค่าบริการหรือมีค่าใช้จ่ายน้อย	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
3.5ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ท่านสามารถทำร่วมกับสมาชิกในครอบครัว หรือเพื่อนได้	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK

รายการประเมิน	ผลการพิจารณา					Sigma	IOC	สรุปค่าที่ได้
	คนที่1	คนที่2	คนที่3	คนที่4	คนที่5	R		
4.ความสัมพันธ์กับคุณภาพชีวิต								
4.1ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างเพื่อปรารถนา จะมีคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ทั้งด้าน ร่างกาย อารมณ์ สังคม และสิ่งแวดล้อม	+1	+1	+1	+1	0	5	0.80	OK
4.2ท่านตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง เนื่องจากสถานที่ สิ่งอำนวยความสะดวก สิ่งแวดล้อม และการบริการ ที่มีคุณภาพส่งผลให้ท่านมีคุณภาพ ชีวิตดีขึ้น	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
4.3ท่านตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ทำ ให้ท่านได้รับการพัฒนาด้านร่างกาย	+1	+1	+1	+1	0	5	0.80	OK
4.4ท่านตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ทำ ให้ท่านได้รับการพัฒนาด้านจิตใจ	+1	+1	+1	+1	0	5	0.80	OK
4.5ท่านตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ทำ ให้ท่านได้รับการพัฒนาด้านสังคม	+1	+1	+1	+1	0	5	0.80	OK
5.ความสัมพันธ์กับสังคม								
5.1ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง เพราะมีเพื่อน หรือครอบครัวเข้าร่วมกิจกรรมด้วย	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
5.2ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่าง เพื่อสร้าง ปฏิสัมพันธ์กับคนในชุมชน	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
5.3ท่านเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่มี ความสอดคล้องกับวัฒนธรรม ประเพณี ของชุมชน	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
5.4คนในสังคม ชุมชนเป็นแบบอย่าง หรือมีส่วนส่งเสริม ในการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างของท่าน	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
5.5ปัจจัยทางสังคมส่งผลต่อการเลือกเข้าร่วมกิจกรรม การใช้เวลาว่างของท่าน เช่น วัฒนธรรม เศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อม เป็นต้น	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK

4

รายการประเมิน	ผลการพิจารณา					Sigma	IOC	สรุปค่าที่ได้
	คนที่1	คนที่2	คนที่3	คนที่4	คนที่5	R		
ตอนที่ 3 อุปสรรคที่มีต่อการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร								
1. ด้านการรับรู้ข้อมูลบริการการใช้เวลาว่าง								
1.1 ท่านไม่ทราบช่องทางค้นหาข้อมูลบริการกิจกรรมการใช้เวลาว่างเพื่อดัดสินใจเข้าร่วม	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
1.2 ท่านไม่เข้าใจข้อความประชาสัมพันธ์ของบริการนั้นๆ เช่น ข้อปฏิบัติในการเข้าร่วมวัน เวลา สถานที่ จึงตัดสินใจไม่เข้าร่วม	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
1.3 ท่านไม่เข้าใจลักษณะกิจกรรมจากการประชาสัมพันธ์ เช่น ประเภทกิจกรรม รูปแบบการให้บริการ จึงตัดสินใจไม่เข้าร่วม	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
1.4 ท่านไม่ถนัดในการใช้อินเตอร์เน็ต/สมาร์ทโฟน	+1	+1	0	+1	0	5	0.60	OK
1.5 ท่านไม่เคยทราบว่ามีการกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่หน่วยงานต่างๆ ที่จัดเตรียมไว้ให้ท่านเข้าร่วม	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
2. ด้านความสามารถทางกาย								
2.1 ท่านมีโรคประจำตัวจึงไม่ยอมเข้าร่วมกิจกรรม	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
2.2 ท่านรู้สึกร่างกายไม่กระฉับกระเฉงจึงไม่ยอมเข้าร่วมกิจกรรมฯ	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
2.3 ท่านมีความเจ็บป่วย ไม่สบายได้ง่าย จึงไม่ยอมเข้าร่วมกิจกรรมฯ	+1	+1	+1	+1	0	5	0.80	OK
2.4 ท่านมีความอ่อนเพลีย เหนื่อยง่ายจึงไม่ยอมเข้าร่วมกิจกรรมฯ	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
2.5 ท่านมีความจำเป็นต้องได้รับคำแนะนำจากแพทย์ ก่อนตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมฯ	+1	+1	+1	+1	0	5	0.80	OK

5

รายการประเมิน	ผลการพิจารณา					Sigma R	IOC	สรุปค่าที่ได้
	คนที่1	คนที่2	คนที่3	คนที่4	คนที่5			
3. ด้านการตระหนักรู้การใช้เวลาว่าง								
3.1ท่านไม่รู้ว่าเวลาว่างคืออะไร	+1	+1	+1	+1	-1	5	0.60	OK
3.2ท่านมีความคิดว่าตนเองไม่มีเวลาว่าง	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
3.3ท่านไม่เห็นประโยชน์ของการทำกิจกรรมในเวลาว่างนอกจากการพักผ่อน	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
3.4ท่านไม่เคยสนใจเวลาว่างของตนเอง	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
3.5ท่านมีความคิดว่าเวลาว่างเป็นเรื่องไร้สาระ	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
4. ด้านการเงิน								
4.1ท่านมีรายได้จำกัด / ไม่เพียงพอ	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
4.2ท่านคิดว่าค่าใช้จ่ายสำหรับการทำกิจกรรมในเวลาว่างเป็นเรื่องสิ้นเปลือง	+1	+1	+1	+1	0	5	0.80	OK
4.3ค่าบริการในการทำกิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจมีค่าใช้จ่ายสูง	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
4.4ท่านคิดว่ากิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจไม่คุ้มค่ากับรายจ่าย	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
4.5ท่านรู้สึกว่าการเก็บเงินไว้ทำประโยชน์อย่างอื่นมากกว่า	+1	+1	+1	+1	0	5	0.80	OK
5. ด้านความเสี่ยงต่อสุขภาพและความปลอดภัย								
5.1ท่านรู้สึกกังวลต่อการแพร่ระบาดของเชื้อโรค เช่น Covid -19 ใช้หวัดใหญ่สายพันธุ์ต่างๆ และเชื้อไวรัสอื่นๆ	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
5.2ท่านรู้สึกว่าการเตรียมอุปกรณ์ป้องกันเชื้อโรคเมื่อต้องออกไปทำกิจกรรมนอกบ้านเป็นเรื่องวุ่นวาย	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
5.3ท่านรู้สึกกังวลต่อมลภาวะเมื่อต้องออกจากบ้านไปทำกิจกรรมฯ เช่น PM 2.5	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK

6

รายการประเมิน	ผลการพิจารณา					Sigma R	IOC	สรุปค่าที่ได้
	คนที่1	คนที่2	คนที่3	คนที่4	คนที่5			
5.4 ท่านคิดว่า การทำกิจกรรมเป็นการเพิ่มความเสี่ยงทางสุขภาพให้กับตนเอง	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
5.5 ท่านกังวลเกี่ยวกับการเกิดอุบัติเหตุจากการประกอบกิจกรรมฯ	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
6. ด้านประสบการณ์ใช้เวลาว่าง								
6.1 ท่านเคยถูกล้อเลียนจนอายในขณะประกอบกิจกรรมฯ	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
6.2 ท่านทำกิจกรรมนั้นๆ ไม่ได้เหมือนกับคนอื่น จึงไม่ยอมเข้าร่วม	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
6.3 ท่านรู้สึกไม่ประทับใจสถานที่ และสิ่งอำนวยความสะดวกของสถานบริการกิจกรรมที่เคยเข้าร่วม	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
6.4 ท่านรู้สึกไม่ประทับใจผู้นำกิจกรรมฯ ที่เคยเข้าร่วม	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
6.5 ท่านรู้สึกไม่ประทับใจบริการกิจกรรมฯ ที่เคยเข้าร่วม	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
7. ด้านสิ่งอำนวยความสะดวก								
7.1 สิ่งอำนวยความสะดวกในกิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจมีไม่เพียงพอ	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
7.2 สิ่งอำนวยความสะดวกในกิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจชำรุดบ่อยครั้ง	+1	+1	+1	+1	0	5	0.80	OK
7.3 สิ่งอำนวยความสะดวกในกิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจไม่ปลอดภัย	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
7.4 สิ่งอำนวยความสะดวกในกิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจขาดการดูแล บำรุงรักษา ซ่อมแซม	+1	+1	+1	+1	0	5	0.80	OK
7.5 สิ่งอำนวยความสะดวกในกิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจไม่ได้ครอบคลุมการบริการต่อคนทุกกลุ่มวัยของครอบครัวท่าน	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK

7

รายการประเมิน	ผลการพิจารณา					Sigma R	IOC	สรุปค่าที่ได้
	คนที่1	คนที่2	คนที่3	คนที่4	คนที่5			
8. ด้านข้อปฏิบัติในการเข้าร่วม								
8.1กิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจมีบริการสำหรับสมาชิก เท่านั้น	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
8.2ข้อปฏิบัติในการเข้าร่วมกิจกรรมฯ ทำให้ท่านรู้สึก งุนวาย	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
8.3กิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจไม่มีให้บริการในบริเวณที่ ท่านอาศัยอยู่	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
8.4สถานที่บริการการใช้เวลาวางเปิดให้บริการตามวัน ทำการของราชการเท่านั้น	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK
8.5กิจกรรมฯ ที่ท่านสนใจมีบริการในช่วงเวลาที่ไม่ ตรงกับเวลาวางของท่าน	+1	+1	+1	+1	+1	5	+1	OK



ภาคผนวก ง
หนังสือรับรองจริยธรรมการตรวจวิจัยในมนุษย์



AF19-03-03.1
August, 2023

หนังสือรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์
หนังสือฉบับนี้ให้ไว้เพื่อแสดงว่า

ชื่อโครงการวิจัย : ความตระหนักรู้การใช้เวลาว่างและอุปสรรคของการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของคนวัยทำงานในเขตกรุงเทพมหานคร

ชื่อหัวหน้าโครงการวิจัย : นางสาวสขิลา ชินวงศ์

หน่วยงานต้นสังกัด : คณะพลศึกษา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

หมายเลขรับรองโครงการวิจัย : SWUEC-672314

รายการเอกสารที่รับรอง :

- | | |
|---|-------------------------------------|
| 1. แบบเสนอเพื่อขอรับการพิจารณา | ฉบับที่ 2 ลงวันที่ 24 มิถุนายน 2567 |
| 2. โครงการวิจัยฉบับสมบูรณ์ | ฉบับที่ 1 ลงวันที่ 24 เมษายน 2567 |
| 3. เอกสารข้อมูลและขอความยินยอมสำหรับอาสาสมัคร | ฉบับที่ 2 ลงวันที่ 24 มิถุนายน 2567 |
| 4. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย | ฉบับที่ 1 ลงวันที่ 24 เมษายน 2567 |
| 5. ประวัติผู้วิจัย | |

ได้ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ โดยยึดหลักเกณฑ์ตาม Declaration of Helsinki, Belmont Report, International Conference on Harmonization in Good Clinical Practice (ICH-GCP), International Guidelines for Human Research ตลอดจนกฎหมาย ข้อบังคับและข้อกำหนดภายในประเทศ จึงเห็นสมควรให้ดำเนินการวิจัยตามโครงการวิจัยนี้ได้

วันที่รับรอง : 9 กรกฎาคม 2567

วันที่หมดอายุ : 8 กรกฎาคม 2568

(ลงชื่อ).....

(รองศาสตราจารย์ ดร.สิทธิพงศ์ วัฒนานนท์สกุล)

ประธานคณะกรรมการจริยธรรมสำหรับพิจารณาโครงการวิจัยที่ทำในมนุษย์

ชุดสังคมศาสตร์และพฤติกรรมศาสตร์ (ชุดที่ 2)

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

หน่วยจริยธรรมและมาตรฐานการวิจัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

อาคารนวัตกรรม ศ.ดร.สาโรช บัวศรี ชั้น 17

โทร. (02) 6495000 ต่อ 17503, 17506 โทรสาร (02) 2042590

ประวัติผู้เขียน

