

The Mixed Methods Action Research to Develop a Model of Promoting useful Leisure Behavior of the Non-Formal Students in Nakhon Pathom Province¹

Kheatthai Sinthusuwon², Ungsinun Intarakamhang³, and Thasuk Junprasert⁴

Received: March 24, 2020 Revised: July 25, 2020 Accepted: July 26, 2020

Abstract

The purposes of this mixed methods action research were 1) to clarify the situation of leisure behavior, 2) to study the change of useful leisure behavior. The research process was qualitative and quantitative research. The research participants were 14 non-formal students at a learning center of a sub district. The results of the study about the situation of leisure behavior showed 3 aspects as follow 1) personal aspect, 2) social support, and 3) educational system arrangement. The leisure behavior was found at a moderate level (mean 3.13). Results from promoting useful leisure behavior program presented in terms of quantity, intensive, and quality of useful leisure. After participating through all activity, the students had statistically significant more useful leisure behavior than before participating ($p < .05$). Procedure for promoting useful leisure behavior of the non-formal students were 1) analyzing problem, 2) enhancing knowledge and understandings of useful leisure, 3) empowering to learning of useful leisure, 4) learning by doing, and 5) creatively reflecting the results.

Keywords: mixed methods, action research, leisure behavior, non-formal education,

¹ This research paper submitted in partial fulfillment of Doctoral Dissertation in Applied Behavioral Science Research, Behavioral Science Research Institute, Srinakharinwirot University

² Ph.D. Candidate, Applied Behavioral Science Research, Behavioral Science Research Institute, Srinakharinwirot University. E-mail: kt260409@gmail.com

³ Associate Professor at Behavioral Science Research Institute, Srinakharinwirot University

⁴ Assistant Professor at Behavioral Science Research Institute, Srinakharinwirot University

การวิจัยเชิงปฏิบัติการผสมวิธีเพื่อพัฒนารูปแบบการส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ของนักเรียนออกระบบในจังหวัดนครปฐม¹

เขตไทย สินธุสุวรรณ² อังคินันท์ อินทรกำแหง³ และ ฐาศุภกร จันประเสริฐ⁴

บทคัดย่อ

การวิจัยเชิงปฏิบัติการผสมวิธี มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ทำความเข้าใจสถานการณ์การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักเรียนออกระบบ 2) เพื่อสร้างและพัฒนารูปแบบการส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักเรียนออกระบบ อาศัยการวิจัยทั้งเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณ ผู้ร่วมวิจัยคือนักเรียนออกระบบ จำนวน 14 คน ณ ศูนย์การเรียนรู้ตำบลแห่งหนึ่ง ผลการศึกษาสถานการณ์ปัญหาการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักเรียนออกระบบ พบ 3 ประการ ได้แก่ 1) ด้านบุคคล 2) ด้านสภาพแวดล้อมทางสังคม และ 3) ด้านการจัดระบบการศึกษา พฤติกรรมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์พบว่าอยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย 3.13) ผลการเปลี่ยนแปลงจากการส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ พบการเปลี่ยนแปลงด้านปริมาณ ด้านความเข้มข้น และด้านคุณภาพ ของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ และเมื่อเปรียบเทียบกับพฤติกรรมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ในภาพรวมหลังเข้าร่วมกิจกรรมมีค่าเฉลี่ยสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 รูปแบบการส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักเรียนออกระบบ เป็นดังนี้ 1) วิเคราะห์สถานการณ์ปัญหา 2) เสริมสร้างความรู้ความเข้าใจการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ 3) เสริมพลังการเรียนรู้การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ 4) เรียนรู้จากการลงมือปฏิบัติ และ 5) สะท้อนผลการปฏิบัติอย่างสร้างสรรค์

คำสำคัญ: การวิจัยเชิงปฏิบัติการผสมวิธี พฤติกรรมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ นักเรียนออกระบบ

¹ บทความวิจัยนี้เป็นส่วนหนึ่งของปริญญาโทระดับศึกษานิพนธ์ สาขาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

² นิสิตปริญญาเอก สาขาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์ สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

อีเมลล์: kt260409@gmail.com

³ รองศาสตราจารย์ประจำ สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

⁴ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ประจำ สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

ที่มาและความสำคัญของปัญหาวิจัย

พฤติกรรมการใช้เวลาว่าง (leisure behavior) มีความเกี่ยวข้องกับความสุขของบุคคล โดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่นทั้งเพศชายและหญิงที่มีความพึงพอใจต่อใช้เวลาว่างของตนเองมักส่งผลระยะยาวต่อสุขภาพทางใจ (psychological well-being) ที่เพิ่มขึ้นและความเครียดลดลง ซึ่งการใช้เวลาว่างในวัยเด็กและวัยรุ่นนี้จะส่งผลกระทบต่อการทำกิจกรรมในยามว่างเมื่อเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ ทั้งเพื่อการผ่อนคลาย (passive leisure) เช่น กิจกรรมเนือยนิ่ง (sedentary activities) และเพื่อการทำกิจกรรมเชิงรุก (active leisure) เช่น เล่นกีฬา การพบปะสังสรรค์ เป็นต้น (Shin & You, 2013)

จากการสำรวจความคิดเห็นของประชาชนในเอเชียทุกเขตภูมิภาค (Asia Barometer-East, Southeast, South and Central) พบว่า การใช้เวลาว่างของประชาชนมีผลต่อคุณภาพชีวิตที่ดี (quality of life) นับเป็นนโยบายที่ทุกประเทศต้องส่งเสริมให้กับประชาชน ซึ่งขอบเขตของการสำรวจครั้งนี้ได้ให้ความหมายของการใช้เวลาว่างว่าครอบคลุมถึง กิจกรรมของบุคคลที่กระทำนอกเหนือจากงานประจำในหน้าที่ (Inoguchi, 2018) และใช้เวลาว่างยังมีผลกระทบที่อาจเพิ่มขึ้นหรือลดลงต่อความเสี่ยงในการเกิดโรคทั้งทางกายและจิตใจ (Paggi et al., 2016) อีกทั้งการใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมต่างๆ เช่น เพื่อสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัว เพื่อการพัฒนาตนเอง จะช่วยเปิดโอกาสให้บุคคลได้รับการพัฒนาศักยภาพตามบริบทของตน ที่นำไปสู่การตอบสนองความต้องการที่แท้จริงของตนเอง (Aslan, 2009; Joel et al., 2009)

การส่งเสริมให้เกิดพฤติกรรมการใช้เวลาว่างอย่างเหมาะสมนั้นควรส่งเสริมให้เกิดขึ้นตั้งแต่ในช่วงต้นของชีวิต และเมื่อพิจารณาพฤติกรรมการใช้เวลาว่างในสังคมไทยพบว่า วัยรุ่นไทยส่วนใหญ่ยังใช้เวลาว่างอย่างไม่เหมาะสม ดังผลสำรวจพฤติกรรมผู้ใช้อินเทอร์เน็ตในประเทศไทย ปี 2562 หรือ Thailand Internet User Behavior 2019 ในทศวรรษที่ผ่านมาของสำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์ (สพธอ.) หรือ ETDA (เอ็ตด้า) กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม ที่พบว่า คนไทยใช้อินเทอร์เน็ตเพิ่มขึ้นอย่างก้าวกระโดดกว่าร้อยละ 150 ส่งผลให้ปัจจุบันไทยมีผู้ใช้อินเทอร์เน็ต 47.5 ล้านคน หรือราวร้อยละ 70 ของจำนวนประชาชนทั้งหมด โดยนักเรียน/นักศึกษา ใช้อินเทอร์เน็ตสูงสุด อยู่ที่ 10 ชั่วโมง 50 นาที จากตัวเลขที่พุ่งสูงนับเป็นทั้งโอกาสและภัยคุกคามต่อการใช้เวลาว่างอย่างไม่เหมาะสมที่ภาครัฐต้องดูแล ส่งเสริม และเฝ้าระวัง (Electronic Transactions Development Agency Ministry of Digital Economy and Society, 2020)

การศึกษาในกลุ่มนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัยยังพบว่า นักศึกษาใช้เวลาว่างกับกิจกรรมการเรียน การพักผ่อน และการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นอยู่ในระดับปานกลางและที่สำคัญใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมเพื่อสุขภาพที่ดีอยู่ในระดับต่ำ (Sirirattanajitt, 2015) และใช้เวลาว่างของนักศึกษาระดับมหาวิทยาลัยส่วนใหญ่ถูกใช้ไปกับการนอน การดูโทรทัศน์ การดูคลิปวิดีโอ การชมภาพยนตร์ และการไปเที่ยวกับเพื่อน ซึ่งถือได้ว่าเป็นการใช้เวลาว่างเพียงเพื่อสร้างความสุขให้ตัวเองโดยไม่ก่อให้เกิดการพัฒนาตนเองและผู้อื่นมากนัก เพราะการใช้เวลาว่างไม่ได้มีเป้าหมายเพื่อความพึงพอใจเท่านั้น แต่มีเป้าหมายเพื่อเติมเต็มให้บุคคลได้ใช้ศักยภาพเท่าที่ตนมีอยู่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดังนั้นพฤติกรรมการใช้เวลาว่างที่ไม่ก่อให้เกิดประโยชน์นี้อาจเกิดจากการขาดความรู้และทักษะการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ที่ถูกต้องและเหมาะสม (Sarana & Phingkuson, 2012)

ดังนั้น กระบวนการพัฒนาองค์ความรู้เพื่อส่งเสริมให้บุคคลมีความรู้และมีทักษะในการใช้เวลาว่างจึงเป็นสิ่งที่ไม่สามารถเกิดขึ้นได้เองด้วยตัวบุคคลเอง และจำเป็นจะต้องได้รับการพัฒนาอย่างทันที่ที่ การศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของเด็กและเยาวชนนั้น ผู้วิจัยได้ทำการค้นหาโดยใช้คำค้นหา “การใช้เวลาว่าง” ซึ่งได้จากการสืบค้นในฐานข้อมูลดัชนีการอ้างอิงวารสารไทย (Thai-Journal citation Index centre: TCI) ช่วงปี ค.ศ. 2010 -2020 พบว่าโดยส่วนใหญ่มักเป็นกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนหรือนักศึกษาซึ่งอยู่ในระบบ และเป็นการศึกษาที่ใช้วิธีวิจัยแบบเดียวและมักเป็นการวิจัยเชิงปริมาณ ไม่ว่าจะเป็นการศึกษาเชิงสำรวจ การศึกษาเชิงทดลอง ดังเช่น การศึกษาการใช้เวลาว่างเชิงสหสัมพันธ์เพื่อค้นหาปัจจัยที่ส่งผลต่อการใช้เวลาที่เหมาะสมของนักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง (Patcharapongphan, 2010) การศึกษาการพัฒนาโปรแกรมการศึกษาการใช้เวลาว่างสำหรับเด็กในสถานสงเคราะห์ (Rongkhankaew et al., 2014) รวมถึงการศึกษาผลการเข้าร่วมโปรแกรมแรงจูงใจการใช้เวลาว่างที่มีต่อวิถีชีวิตการใช้เวลาว่างที่ดีของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย (Chamnongrak, 2005) และการส่งเสริมความใฝ่รู้ใฝ่เรียนของนักศึกษานอกกระบบในภาคตะวันออกเฉียงเหนือโดยใช้บริบทชีวิตประจำวัน (Mongkondaw & Soopunyo, 2016) จะเห็นได้ว่า ส่วนใหญ่เป็นการศึกษาในกลุ่มนักเรียนนักศึกษาในโรงเรียนในระบบเป็นหลัก สำหรับงานวิจัยที่ศึกษากับนักศึกษานอกกระบบพบว่ามีจำนวนน้อย และนักศึกษานอกกระบบนั้นมีบริบทที่แตกต่างจากนักศึกษาในระบบ ในด้านรูปแบบการจัดการเรียนการสอน รูปแบบการจัดเวลาสำหรับการเรียน อายุของผู้เรียนและประสบการณ์การทำงานของผู้เรียน จึงอาจทำให้มีรูปแบบการใช้เวลาว่างที่ไม่เหมือนกันในแต่ละบุคคล เช่น เวลาในการเรียน ช่วงอายุ ประสบการณ์การทำงาน การได้รับการสนับสนุนทางสังคม เป็นต้น จึงอาจทำให้มีการใช้เวลาว่างที่ต่างกันได้ ประกอบกับการศึกษางานวิจัยที่ผ่านมาที่ใช้วิธีเชิงคุณภาพยังมีน้อย จึงอาจยังไม่ได้คำตอบการแก้ปัญหาการใช้เวลาว่างที่สอดคล้องกับบริบทของชุมชนและนักศึกษาเองได้

ด้วยเหตุผลนี้ผู้วิจัยจึงใช้วิธีวิจัยเชิงปฏิบัติการผสมผสานวิธี (Mixed Method Action Research: MMAR) แบบตามลำดับขั้น (Sequential Qual - Quan MMAR design) (Ivankova, 2015) เพื่อการพัฒนาปรับเปลี่ยนรูปแบบการส่งเสริมพฤติกรรมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักศึกษานอกกระบบ ด้วยการเริ่มต้นจากการศึกษาสถานการณ์การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักศึกษานอกกระบบทั้งวิธีเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณ และนำข้อมูลที่ได้มาร่วมกันวิเคราะห์และกำหนดแผนการดำเนินกิจกรรมในระยะของการวิจัยเชิงปฏิบัติการ โดยเน้นการมีส่วนร่วมของผู้ร่วมวิจัย ตั้งแต่การวางแผน การปฏิบัติ การสังเกต และการสะท้อนผลการปฏิบัติ โดยผู้วิจัยคาดหวังว่าจะนำไปสู่การสร้างการเปลี่ยนแปลงการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักศึกษานอกกระบบ และได้รูปแบบการส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักศึกษานอกกระบบ ที่คาดว่าจะจะเป็นประโยชน์ต่อผู้บริหารครูและนักศึกษา ในการนำรูปแบบนี้ไปใช้ในการส่งเสริมการใช้เวลาว่างของนักศึกษานอกกระบบในรุ่นอื่นต่อไปได้

วัตถุประสงค์การวิจัย

- 1) เพื่อทำความเข้าใจสถานการณ์การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักศึกษานอกกระบบ
- 2) เพื่อสร้างและพัฒนารูปแบบการส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักศึกษานอกกระบบ
 - 2.1) เพื่อศึกษาผลการเปลี่ยนแปลงการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักศึกษานอกกระบบ
 - 2.2) เพื่อสังเคราะห์รูปแบบการส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักศึกษานอกกระบบ

แนวคิดทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

ผู้วิจัยทบทวนแนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องเพื่อเป็นแนวทางในการทำความเข้าใจสถานการณ์การใช้เวลาว่างที่เกิดขึ้นในกลุ่มนักศึกษาในระบบและส่งเสริมพฤติกรรมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ไว้ดังนี้

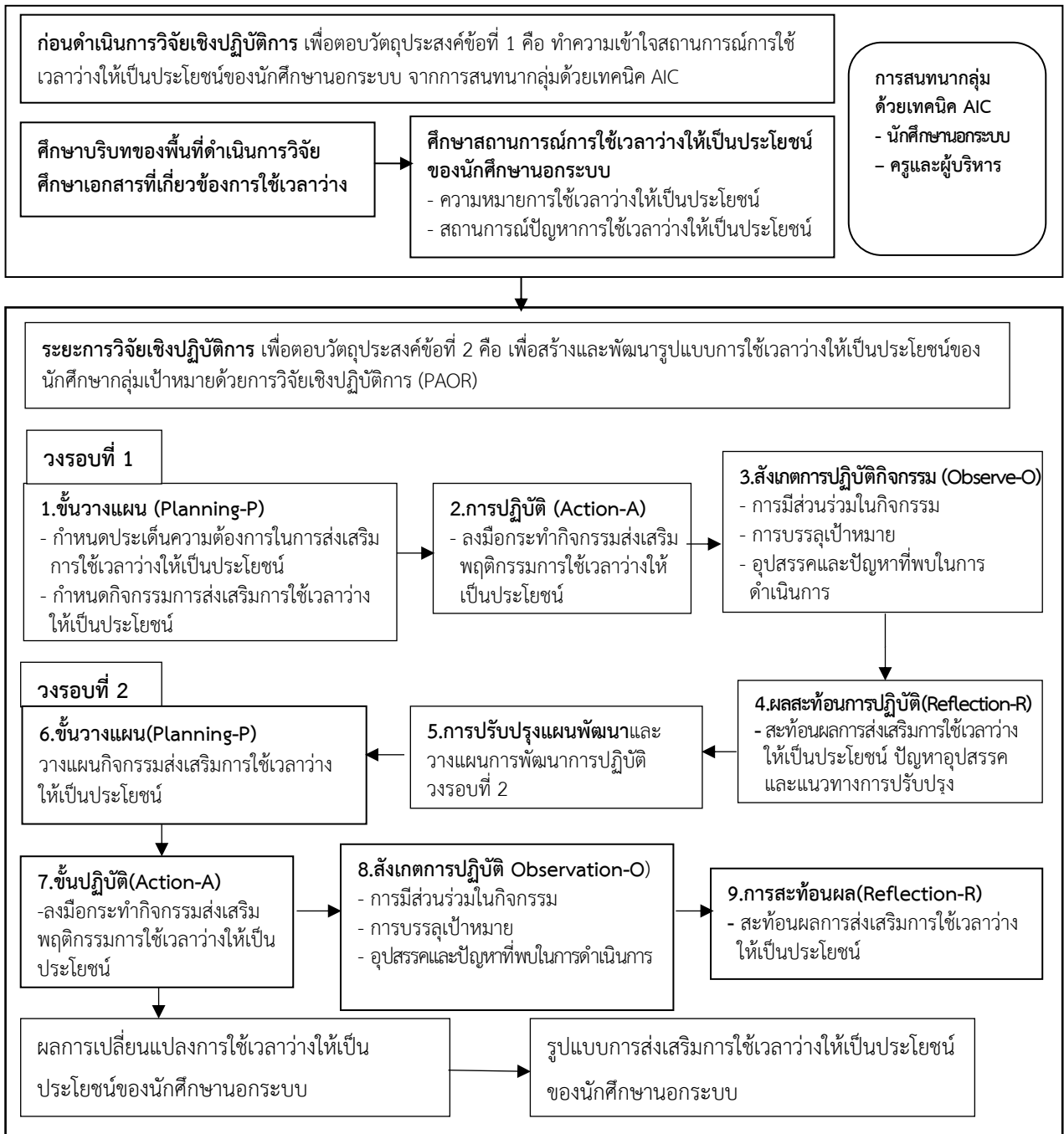
1) แนวคิดการใช้เวลาว่าง ตามนโยบายการส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของหลักสูตรการศึกษาระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยทั้งในต่างประเทศมีเป้าหมายเพื่อส่งเสริมคุณภาพชีวิตที่ดี เช่น การจัดกิจกรรมกีฬา การรณรงค์ป้องกันยาเสพติด การส่งเสริมอาชีพ การส่งเสริมการอ่าน เป็นต้น ล้วนส่งเสริมทักษะชีวิตให้กับนักศึกษา ทั้งนี้ มีผู้ให้ความหมายของการใช้เวลาว่างที่เหมือนกันว่า เป็นการดำเนินกิจกรรมที่นอกเหนือจากการทำงานประจำที่บุคคลสามารถเลือกทำได้อย่างอิสระ (Kelly, 2012; Inoguchi, 2018) และจะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเองทั้งด้านร่างกาย จิตใจอารมณ์ และสังคมที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาวะทางใจ (psychological well-being) และคุณภาพชีวิตที่ดี (quality of life) (Shin & You, 2013; Paggi et al., 2016) และเมื่อพิจารณาถึงมิติของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ มีผู้เสนอไว้แตกต่างกัน ดังเช่น แนวคิดของ Dattilo (2015) และ Dattilo and Kensinger (2016) ที่เน้นการพัฒนาจากภายในตนเองและสภาพแวดล้อม ประกอบด้วยเป้าหมาย 6 ด้านคือ (1) การซาบซึ้งในคุณค่าของการใช้เวลาว่าง (2) การตระหนักรู้ในตนเองในการใช้เวลาว่าง (3) การกำหนดตนเองในการใช้เวลาว่าง (4) การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมในการใช้เวลาว่าง (5) การใช้ทรัพยากรเพื่ออำนวยความสะดวกในการใช้เวลาว่าง (6) การกำหนดการตัดสินใจในการใช้เวลาว่าง และ McLean et al. (2019) ได้แบ่งองค์ประกอบไว้ 3 ด้านคือ (1) การใช้เวลาว่างตามเวลาที่ไม่ถูกรบกวน (leisure as unobligated time) (2) การใช้เวลาว่างตามกิจกรรมที่ทำ (leisure as activity) และ (3) การใช้เวลาว่างตามจิตใจอารมณ์ที่พอใจ (leisure as mind) ส่วนการศึกษาของนักวิชาการไทยได้กำหนดองค์ประกอบการวัด ตามรูปแบบการใช้เวลาว่างด้วยเป้าหมายได้แก่ ด้านปฏิสัมพันธ์ทางสังคม วิชาการ บำเพ็ญประโยชน์ นันทนาการ กีฬาและด้านหารายได้ (Oopkhaew, 2009) (Rongkhankaw et al., 2014) สำหรับการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยสังเคราะห์แนวคิดดังกล่าวและจัดกลุ่มใหม่ตามมิติของการวัดพฤติกรรมการใช้เวลาว่างไว้ 3 ด้านคือ (1) ด้านปริมาณหรือความถี่ของการกระทำกิจกรรมที่ทำทั้งในและนอกโรงเรียนเพื่อให้เกิดประโยชน์ (2) ด้านความเข้มข้นโดยเพิ่มการกระทำกิจกรรมมากขึ้นในช่วงเวลาที่ว่าง และ (3) ด้านคุณภาพของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ทั้งทางตรงและทางอ้อมต่อตนเองและสังคม

2) แนวคิดทฤษฎีที่ใช้ในการศึกษาสาเหตุและการส่งเสริมพฤติกรรมการใช้เวลาว่างได้แก่ (1) แนวคิดทฤษฎีทางปัญญาสังคม (social cognitive theory) ของ Bandura (1986) ที่อธิบายถึงการเกิดพฤติกรรมนั้นมาจากการปฏิสัมพันธ์กันของปัจจัยสภาพแวดล้อม (environmental factor) และปัจจัยภายในบุคคล (personal factor) ทั้งนี้ ในการส่งเสริมพฤติกรรมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ควรเริ่มส่งเสริมที่สาเหตุของพฤติกรรมอันได้แก่ ปัจจัยบุคคลคือ การรับรู้ความสามารถของตนเอง และแรงจูงใจในการพัฒนาการใช้เวลาว่างของตนเอง (2) แนวคิดการรับรู้ความสามารถของตนเองที่สัมพันธ์กับการเกิดพฤติกรรม โดยการรับรู้ความสามารถของตนเองเกิดจากหลายเงื่อนไข เช่น การกระทำที่ประสบความสำเร็จ การมีตัวตนที่ดี การใช้คำพูดชักจูง การกระตุ้นทางอารมณ์ เป็นต้น โดยจะส่งผลต่อบุคคลในด้าน (1) การเลือกกระทำในชีวิตประจำวัน (2) การใช้ความพยายามและความอดทน (3) ความคิดและปฏิกิริยาทางอารมณ์ และ (4) การเป็นผู้กำกับผลที่เกิดขึ้นจากการกระทำ

พฤติกรรมมากกว่าเป็นผู้ทำนายพฤติกรรม ซึ่งสามารถนำมาเป็นแนวทางในการกำหนดกิจกรรมเพื่อสร้างแรงจูงใจ การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักเรียนจากระบบได้ และ (5) แนวคิดการสนับสนุนทางสังคม เป็นปัจจัย สภาพแวดล้อม ที่มีลักษณะการแลกเปลี่ยนสนับสนุนซึ่งกันและกัน ในการมีปฏิสัมพันธ์แต่ละครั้ง บุคคลเป็นได้ ทั้งผู้รับและผู้ให้การสนับสนุนทางสังคม โดยการสนับสนุนทางสังคมมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของบุคคล (Pierce et al., 1996; Bhanthumnavin, 2000) ผู้วิจัยได้นำแนวคิดเหล่านี้มาเป็นแนวทางในการสร้างแนวคำถามศึกษา สถานการณ์การใช้เวลาว่าง และอภิปรายเทียบเคียงกับข้อค้นพบจากผลวิจัย ดังกรอบแนวคิดการวิจัย ดังนี้

ภาพประกอบ 1

กรอบแนวคิดการวิจัย



วิธีการวิจัย

การวิจัยเชิงปฏิบัติการผสมผสานวิธี (Mixed Methods Action Research - MMAR) แบบ Sequential Quali-Quan เพื่อสร้างและพัฒนารูปแบบการส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ของนักเรียนนอกระบบ ผู้วิจัยทำการศึกษา 2 ช่วงคือ ช่วงก่อนดำเนินการวิจัยเชิงปฏิบัติการ ได้ทำการศึกษาเชิงคุณภาพด้วยการสนทนากลุ่มจากเทคนิค AIC และเชิงปริมาณด้วยแบบวัดพฤติกรรมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์พบว่า นักเรียนนอกระบบมีความต้องการความต้องการในการพัฒนาการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ในด้านการเรียน ด้านการแบ่งเบาภาระครอบครัว ด้านการหารายได้เสริม ผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัยได้นำความต้องการในการพัฒนาด้วยการวิจัยเชิงปฏิบัติการตามวงจรดังนี้ 1) ชั้ววางแผน 2) ปฏิบัติการตามแผนและสังเกต และ 3) สะท้อนผลการปฏิบัติ จำนวน 2 วงรอบ วงรอบที่ 1 ด้วยการรับรู้ความสามารถของตนเอง จากกิจกรรมการกระทำที่ประสบความสำเร็จ การมีตัวแบบที่ดี การใช้คำพูดชักจูง การกระตุ้นทางอารมณ์ การสร้างแรงจูงใจ จากกิจกรรมแรงจูงใจภายใน แรงจูงใจภายนอก และวงรอบที่ 2 ด้วยการเรียนรู้สู่การปฏิบัติจริงด้วยการหารายได้เสริม จากกิจกรรมการได้รับการสนับสนุนทางสังคม เป็นจำนวน 8 ครั้ง รวม 16 ชั่วโมง

พื้นที่ดำเนินการวิจัยและผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการวิจัย

พื้นที่ดำเนินการวิจัยคือ ศูนย์การเรียนรู้ตำบลแห่งหนึ่งในจังหวัดนครปฐม เป็นพื้นที่ที่นักเรียนนอกระบบมีความต้องการในการส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ มีความยินดีเป็นผู้ร่วมวิจัยและให้ความร่วมมือตลอดการวิจัย โดยนักเรียนนอกระบบที่เป็นผู้ร่วมวิจัยรวมจำนวน 14 คน นอกจากนี้ ยังมีผู้มีส่วนเกี่ยวข้องและเป็นผู้ให้ข้อมูลรองในการศึกษาคั้งนี้ ได้แก่ ผู้บริหาร และครู จากศูนย์การเรียนนอกระบบ รวมจำนวน 8 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยการวิเคราะห์ข้อมูล

1) ก่อนการวิจัยเชิงปฏิบัติการ ผู้วิจัยศึกษาสถานการณ์การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ด้วยการสนทนากลุ่มและการสัมภาษณ์ที่เป็นเครื่องมือเชิงคุณภาพสำหรับการเก็บข้อมูลในแต่ละประเด็น เพื่อทำความเข้าใจสถานการณ์การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักเรียนนอกระบบ

2) ระยะเวลาวิจัยเชิงปฏิบัติการ ผู้วิจัยใช้เครื่องมือที่หลากหลายในการเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ การสนทนากลุ่ม การสังเกต และการสัมภาษณ์ เพื่อสะท้อนผลการปฏิบัติการ นอกจากนี้ ยังได้ทำการเก็บข้อมูลเชิงปริมาณ โดยใช้แบบวัดพฤติกรรมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์จำนวน 36 ข้อ ด้วยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน และมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (แอลฟา เท่ากับ 0.91) และประเมินก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม พร้อมวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติค่า t (Dependent t-test)

การตรวจสอบความน่าเชื่อถือของข้อมูล

ผู้วิจัยทำการตรวจสอบความเชื่อถือของข้อมูลเชิงคุณภาพ 2 วิธี คือ 1) การตรวจสอบแบบสามเส้า (triangulation) ใช้การเก็บรวบรวมข้อมูลมากกว่า 1 วิธี โดยการสนทนากลุ่ม การสัมภาษณ์และการสังเกต ตรวจสอบโดยใช้แหล่งข้อมูลมากกว่า 1 แหล่ง คือ นักศึกษาที่เป็นผู้ร่วมวิจัย และผู้ให้ข้อมูลรองที่เป็นผู้บริหารและครูที่เกี่ยวข้องกับผู้ร่วมวิจัยเพื่อความถูกต้อง 2) การสะท้อนข้อมูลย้อนกลับไปยังผู้ให้ข้อมูล (member checking) ผู้วิจัยได้ทำการตรวจสอบความถูกต้องโดยทำการทบทวนคำตอบที่ผู้ให้ข้อมูลหลักและผู้ให้ข้อมูลรองได้ตรวจสอบคำตอบ เพื่อให้ได้ความถูกต้องน่าเชื่อถือ

จริยธรรมวิจัย

ผู้วิจัยได้ทำการขอจริยธรรมในการวิจัยในมนุษย์จากสถาบันวิจัยยุทธศาสตร์ทางปัญญาและวิจัยมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ตามหนังสือรับรองจริยธรรมการวิจัย หมายเลขรับรอง SWUEC-G-215/2562E ด้วยความเคารพในความเป็นส่วนตัว ศักดิ์ศรี สิทธิ และความปลอดภัยของผู้เข้าร่วมทุกคน

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยแบ่งเป็น 3 ตอนได้แก่ ตอนที่ 1 ผลการศึกษาสถานการณ์การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักศึกษานอกระบบ ตอนที่ 2 ผลการเปลี่ยนแปลงการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักศึกษานอกระบบ และ ตอนที่ 3 ผลการสังเคราะห์รูปแบบการส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักศึกษานอกระบบ ดังนี้

ตอนที่ 1 ผลการศึกษาสถานการณ์การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักศึกษานอกระบบ

ผลการศึกษาสถานการณ์การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักศึกษานอกระบบ พบ 4 ประเด็นประกอบด้วย

1) การช่วยเหลืองานของครอบครัว เช่น ทำความสะอาดบ้าน ทำอาหาร ซักผ้า ล้างจาน เป็นต้น

“....หลังจากทำงานมาเหนื่อยแล้วก็อยู่บ้าน ทำงานบ้าน ล้างรถ แค่นี้ก็มีความสุขแล้วที่ได้ช่วยภรรยาแบ่งเบาภาระกัน.....” (นักศึกษานอกระบบ)

2) การหารายได้เสริม เช่น ขายของออนไลน์ รับจ้าง เป็นต้น

“....อยู่บ้านเลี้ยงลูก เมื่อเสร็จงานก็ขายของออนไลน์ไปด้วยช่วยแฟนอีกทางนึงคะ...” (นักศึกษานอกระบบ)

3) การพักผ่อนหย่อนใจ เช่น ดูหนัง สังสรรค์ ออกกำลังกาย ใช้เวลาอยู่กับครอบครัว เป็นต้น

“...ว่างหนูกี้ เล่นโทรศัพท์ แชนท์กับเพื่อน ดูหนังฟังเพลง นอนเล่น...” (นักศึกษานอกระบบ)

4) การศึกษาหาความรู้ เช่น การมาเรียน กศน. เป็นต้น

“...มาเรียนหนังสือในทุกๆ วันอาทิตย์ เพื่ออนาคต ว่างก็คุยแลกเปลี่ยนความรู้กับเพื่อน...” (นักศึกษานอกระบบ)

ผู้วิจัยได้ทำการศึกษาผลทางการวิจัยเชิงปริมาณด้วยแบบวัดการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ปรากฏผลดังนี้

ตาราง 1

ระดับของพฤติกรรมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักศึกษานอกระบบ (n = 14)

พฤติกรรมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์	ค่าเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	แปลความหมาย
ด้านปริมาณของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์	2.68	.37	ระดับปานกลาง
ด้านความเข้มข้นของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์	3.12	.35	ระดับปานกลาง
ด้านคุณภาพของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์	3.55	.77	ระดับปานกลาง
เฉลี่ยรวม	3.13	.38	ระดับปานกลาง

จากตาราง 1 พฤติกรรมการใช้เวลาว่างของนักศึกษานอกระบบในภาพรวมพบว่า อยู่ในระดับปานกลาง (ค่าเฉลี่ย 3.13) เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่าทั้ง 3 ด้านมีค่าเฉลี่ยพฤติกรรมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ อยู่ในระดับปานกลาง ทั้งด้านคุณภาพของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ด้านความเข้มข้นของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ และด้านปริมาณของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ (ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 3.55 3.32 2.68 ตามลำดับ) ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่านักศึกษานอกระบบยังมีการใช้เวลาว่างที่ยังอยู่ในระดับที่ไม่เพียงพอ

ตอนที่ 2 ผลการเปลี่ยนแปลงการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักศึกษานอกระบบ

จากการดำเนินการตามขั้นตอนของการวิจัยเชิงปฏิบัติการผสมวิธี ผลความสำเร็จนี้ก่อให้เกิดผลการเปลี่ยนแปลงการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักศึกษานอกระบบเชิงคุณภาพและเชิงปริมาณ ใน 3 ด้าน ได้แก่

1) ด้านปริมาณของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น ต้องการใช้เวลาว่างหาความรู้เพิ่มเติมนอกเวลาเรียน ช่วยเหลืองานของครอบครัวมากขึ้น บ่อยขึ้น เป็นต้น

“.....สมัยก่อนที่บ้านยากจนไม่มีเงินไปเรียนครับเรียนไม่จบ ปวช.ด้วย ก็เลยตัดสินใจเรียน กศน พอเข้าร่วมการวิจัยได้ไปลงเรียนเพิ่มที่มหาวิทยาลัยรามคำแหงแบบพีดีกรีที่เรียนควบคู่ไปด้วย.....” (นักศึกษานอกระบบ)

“.....อย่างแรกเลยนะครับเป็นการเรียนรู้ในสิ่งที่เราไม่เคยทำแล้วเราได้มาทำ ตอนแรกก่อนที่จะทำเราคิดมันเป็นไปไม่ได้ทำไม่ได้หรอกครับ แต่พอเราทำแล้วมันก็ทำได้ง่ายเลยครับตอนนี้มันใจและทำบ่อยขึ้นครับ.....” (นักศึกษานอกระบบ)

2) ด้านความเข้มข้นของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น สามารถตัดสินใจเลือกกิจกรรมการใช้เวลาว่างให้เป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ เป็นต้น

“.....เปลี่ยนการใช้เวลาว่างที่ไม่เป็นประโยชน์มาเป็นประโยชน์โดยปรับเปลี่ยนการใช้จ่ายและการขายของออนไลน์อยากมีร้านเสื้อผ้าเป็นของตัวเอง.....” (นักศึกษานอกระบบ)

“.....ทำให้เกิดการพัฒนาตัวเองในการใช้เวลาได้อย่างมีคุณค่าเห็นความสำคัญของเวลา มีการตั้งเป้าหมายในการออมเงินทำให้ใช้เงินอย่างระมัดระวังมากขึ้น มีเวลาให้กับครอบครัวมากขึ้น.....” (นักศึกษานอกระบบ)

3) ด้านคุณภาพของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ต่อตนเองและผู้อื่น

“....มีการตั้งเป้าหมายในการออมเงินทำให้ใช้เงินอย่างระมัดระวังมากขึ้น มีเวลาให้กับครอบครัวมากขึ้น มีการสร้างรายได้ด้วยการขายของ และสุดท้ายมีกำลังใจมากขึ้นจนอยากเรียนให้จบไวๆคะ...” (นักศึกษานอกระบบ)

“.....ตอนนี้หนูก็เริ่มเอาไปสอนน้องๆบ้างแล้วนะคะว่าการช่วยทำงานอื่นก็เป็นการเรียนรู้และใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ได้เหมือนกันคะ....” (นักศึกษานอกระบบ)

ตาราง 2

ผลการเปลี่ยนแปลงการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ก่อนและหลังการเข้าร่วมกิจกรรม

พฤติกรรมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักศึกษาอนุรักษะบบ	ก่อน (n=14)		หลัง (n=14)		Dependent t-test	df	p-value
	M	SD	M	SD			
ด้านปริมาณ	2.68	.37	3.51	.51	5.723*	13	.000
ด้านความเข้มข้น	3.12	.35	3.91	.46	4.038*	13	.000
ด้านคุณภาพ	3.55	.77	4.13	.42	3.533*	13	.004
รวม	3.13	.38	3.85	.33	8.790*	13	.000

*p < .05

จากตาราง 2 หลังจากทีนักศึกษาอนุรักษะบบได้เข้าร่วมกิจกรรมส่งเสริมพฤติกรรมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ พบว่า มีการเปลี่ยนแปลงการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ในภาพรวมมีค่าเฉลี่ยสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า ทั้งด้านปริมาณของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ด้านความเข้มข้นของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ และด้านประโยชน์ของพฤติกรรมใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ มีค่าเฉลี่ยสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ดังนั้น กิจกรรมการส่งเสริมพฤติกรรมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักศึกษาอนุรักษะบบ พบว่า (1) พฤติกรรมใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ (2) การรับรู้ความสามารถในตนเอง (3) แรงจูงใจในการใช้เวลาว่าง และ (4) การสนับสนุนทางสังคมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นอกจากนี้ ยังพบว่า ภายหลังจากทีนักศึกษาเข้าร่วมกิจกรรมการพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเอง การสร้างแรงจูงใจและกิจกรรมสนับสนุนทางสังคมด้วยการสร้างรายได้เสริม ได้ผลสะท้อนดังนี้

การรับรู้ความสามารถของตนเอง พบว่า ภายหลังจากได้ร่วมกิจกรรมทั้ง 4 ด้านคือ แลกเปลี่ยนประสบการณ์ที่ประสบความสำเร็จของตนเอง การใช้ตัวแบบ การใช้คำพูดชักจูง การกระตุ้นทางอารมณ์ ที่ใช้ร่วมกับกิจกรรมกลุ่ม ทำให้นักศึกษามองเห็นความสามารถของตนเองได้ชัดเจนมากยิ่งขึ้น

“ตอนแรกคิดว่าคงทำไม่ได้ พอได้ทำจริงๆเราก็ทำได้ ภูมิใจคะ มั่นใจในตัวเองมากขึ้นเลยคงทำอะไรที่อยากทำได้มากขึ้นแน่ๆ ค่ะ” (นักศึกษาอนุรักษะบบ)

“เหมือนดูในคลิปเค้าลำบากแต่ต้องทำงานเพื่อส่งตัวเองเรียนหนูคิดว่าไม่จำเป็นต้องจนแล้วทำงานถึงแม้มีเงินก็หาเวลาทำงานและเรียนไปด้วยก็ภาคภูมิใจได้คะเหมือนได้ประสบการณ์ชีวิตคะเหมือนเพื่อนที่เรียนอย่างเดียวก็ไม่มีประสบการณ์เลยแต่เราทั้งเรียนทั้งทำงานก็ได้ประสบการณ์มากมายทำให้หนูไม่ท้อที่จะทำงานและเรียนไปด้วยต่อไปคะ” (นักศึกษาอนุรักษะบบ)

“ก่อนเข้าร่วมกิจกรรมผมคิดว่าคงน่าเบื่อแต่พอมาได้เห็นกิจกรรมต่างมันเอาสิ่งที่เราไม่ออกมาให้เห็นว่าเรามีความสามารถในหลายด้านครับ” (นักศึกษาอนุรักษะบบ)

“ขอบคุณคะที่ทำให้หนูเข้าใจตัวตนหนูมากขึ้นค้นพบข้อดีตัวเองตั้งหลายอย่างคะ” (นักศึกษาอนุรักษะบบ)

การสร้างแรงจูงใจ เป็นสิ่งที่นักศึกษานอกระบบ ต้องการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้ชีวิตตนเองในด้าน การเรียนและวิถีชีวิตในแต่ละวัน ให้มีประโยชน์ต่อตนเองและครอบครัว จึงเป็นแรงจูงใจภายในและภายนอก ดังนี้

“ถ้าไม่ได้เพื่อนให้คำแนะนำผมคงทำมันไม่ได้หรอกครับคิดว่ามันยากเกินไปสำหรับผม” (นักศึกษานอกระบบ)

“หนูคิดว่าแรงจูงใจมันมันสำคัญนะคะ ตอนแรกก็ท้อๆแต่เพื่อนช่วยเชียร์ ให้กำลังใจแนะนำเท่านั้นละคะ เสร็จทันเวลาเลย” (นักศึกษานอกระบบ)

“แรงจูงใจของหนูคือ ตั้งใจเรียนให้จบสูงๆ จะได้มีงานดีๆ ทำ พ่อแม่จะได้สบายคะ” (นักศึกษานอก ระบบ)

การเรียนรู้สู่การปฏิบัติจริงด้วยการสร้างรายได้เสริมจากการได้รับการสนับสนุนทางสังคม ภายหลังจาก นักศึกษาได้ร่วมกันกำหนดกิจกรรม และแบ่งความสนใจในการเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์เป็น 2 กลุ่มคือ 1) กลุ่มชายเจ็ดแอลกอฮอล์ล้างมือ และ 2) กลุ่มชายแก้วयेติ ทางขายออนไลน์ หน้าร้าน และแบบไป ขายเอง และให้เวลาจำหน่าย 8 วัน ช่วงวันที่ 8 ถึง 15 มีนาคม 2563 ผลการรายงานการปฏิบัติด้วยการสนทนา กลุ่ม พบว่า

“ไม่คิดว่าจะขายได้ครับผมซ้อขายมากๆ แต่น้องๆ ช่วยทำเพจให้ก็มีคนมาซ้อครับมันง่ายดีนะครับ” (นักศึกษานอกระบบ)

“หนูขายให้นายๆ ที่มาเล่นกอล์ฟเลยคะส่วนใหญ่สนิทกันเพราะหนูเป็นแคทตี้สบายเลยสำหรับหนูที่มเรา ขณะแ่งๆ คะ” (นักศึกษานอกระบบ)

“หนูจะวางขายหน้าร้านคะเป็นร้านอาหารเกาหลี มีคนผ่านไปผ่านมาเยอะเพื่อนๆ สนใจว่าจะไปหามา ขายเพิ่มเองอีกคะ” (นักศึกษานอกระบบ)

รูปแบบการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักศึกษานอกระบบ ประกอบด้วย 1) สะท้อนความเข้าใจ การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ 2) เสริมสร้างการรับรู้การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ 3) เสริมพลังการเรียนรู้ การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ 4) ลงมือปฏิบัติการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ 5) สะท้อนผลการปฏิบัติ อย่างสร้างสรรค์ โดยจากรูปแบบการส่งเสริมพฤติกรรมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ส่งผลต่อการเปลี่ยนแปลง 3 ด้าน ได้แก่ ด้านความรู้ความเข้าใจ ด้านอารมณ์ความรู้สึก และด้านพฤติกรรมใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

จากผลการเปลี่ยนแปลงการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักศึกษานอกระบบ จะเห็นได้ว่าการเปลี่ยนแปลงทั้งด้านปริมาณการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ด้านความเข้มข้นของการใช้เวลาว่างให้เป็น ประโยชน์ และด้านคุณภาพของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ซึ่งเกิดการเปลี่ยนแปลงทั้งความรู้ความเข้าใจ อารมณ์ความรู้สึก และพฤติกรรมใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักศึกษานอกระบบ อันเป็นการเปลี่ยนแปลง

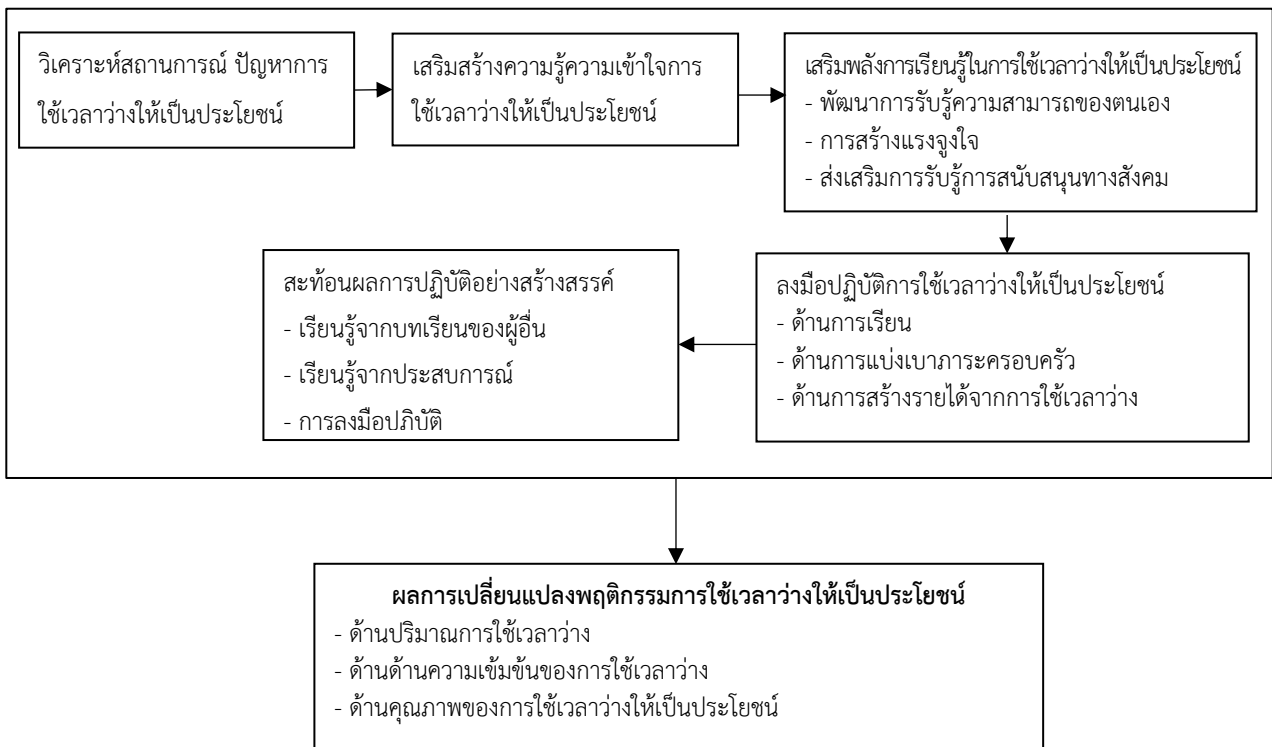
ที่เกิดจากกระบวนการมีส่วนร่วมของนักศึกษานอกกระบวนที่ ต้องการพัฒนาตนเองในการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ นำไปสู่การพัฒนาบุคคลให้สามารถใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ได้อย่างเป็นรูปธรรมและยั่งยืน เนื่องจากเป็นการเปลี่ยนทั้งความคิดและพฤติกรรมจนนำไปสู่ตอนที่ 3

ตอนที่ 3 ผลการสังเคราะห์รูปแบบการส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักศึกษานอกกระบวน

รูปแบบการส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ คือความสัมพันธ์ของกระบวนการส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์และผลการเปลี่ยนแปลง ผู้วิจัยทำการสังเคราะห์ผลจากการสร้างและพัฒนา รูปแบบการส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ทั้ง 2 วงรอบ รวมถึงผลความสำเร็จจากการดำเนินกิจกรรม ผลการสังเคราะห์รูปแบบการส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักศึกษานอกกระบวน พบผลดังนี้

ภาพประกอบ 2

รูปแบบการส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักศึกษานอกกระบวน



จากรูปแบบการส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักศึกษานอกกระบวน สามารถอธิบายรายละเอียดตามขั้นตอนการดำเนินการได้ดังนี้ 1) วิเคราะห์สถานการณ์ ปัญหาการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ 2) เสริมสร้างการเรียนรู้การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ 3) เสริมพลังการเรียนรู้การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ 4) ลงมือปฏิบัติการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ และ 5) สะท้อนผลการปฏิบัติอย่างสร้างสรรค์ ดังนำเสนอต่อไปนี้ **วิเคราะห์สถานการณ์ ปัญหาการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์**

เป็นการเริ่มต้นจากการที่นักศึกษานอกกระบวนได้มีการวิเคราะห์สถานการณ์ปัญหาของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ทั้งในระดับบุคคล คือ นักศึกษานอกกระบวน ระดับกลุ่ม เช่น โรงเรียน ครอบครัว เป็นต้น ที่เป็นการสะท้อนถึงสถานการณ์การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ทั้งในมิติของความรู้ความเข้าใจ อารมณ์ความรู้สึก และ

พฤติกรรมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ทำให้เห็นช่องว่างของปัญหาที่แต่ละบุคคลมีความแตกต่างกัน ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความรู้ บริบทแวดล้อม และประสบการณ์ของแต่ละบุคคล ซึ่งการวิเคราะห์สถานการณ์สามารถทำได้หลากหลายวิธี เช่น การสะท้อนจากตัวนักศึกษานอกระบบ การสะท้อนจากบุคคลรอบข้างที่เกี่ยวข้อง เช่น เพื่อน ครู ผู้ปกครอง เป็นต้น เพื่อนำไปสู่การวิเคราะห์จุดเด่น จุดที่ควรพัฒนา และนำไปสู่การวางแผนเพื่อส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ได้อย่างสอดคล้องกับสถานการณ์ปัญหาที่แท้จริง

เสริมสร้างความรู้ความเข้าใจการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

เป็นการสร้างความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์แก่นักศึกษานอกระบบ โดยเป็นพื้นฐานที่สำคัญที่จะนำไปสู่การส่งเสริมด้านอื่น ๆ เพื่อให้นักศึกษาเกิดการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ โดยการกำหนดประเด็นในการเสริมสร้างการรับรู้เกี่ยวกับ ความหมาย ลักษณะและองค์ประกอบ แนวทางการส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ รวมถึงตัวอย่างกิจกรรมการส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ที่สอดคล้องกับสถานการณ์ปัจจุบัน และบริบทของแต่ละบุคคล

เสริมพลังการเรียนรู้การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

เป็นการกระตุ้นทางจิตใจ เพื่อให้ นักศึกษานอกระบบเกิดความรู้สึกที่ดีต่อการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เห็นคุณค่า เกิดแรงจูงใจการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ รวมถึงรับรู้การสนับสนุนทางสังคม อันจะนำไปสู่การเกิดพฤติกรรมใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ทั้งด้านปริมาณ ความเข้มข้น และคุณภาพของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ การเสริมสร้างพลังการเรียนรู้การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ประกอบด้วย 1) การเสริมสร้างการรับรู้ความสามารถของตนเอง 2) เสริมสร้างแรงจูงใจ และ 3) ส่งเสริมการรับรู้การสนับสนุนทางสังคม

ลงมือปฏิบัติการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์

เป็นการสร้างประสบการณ์การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์แก่นักศึกษานอกระบบ โดยการเปิดโอกาสให้ได้ลงมือปฏิบัติกิจกรรมที่สะท้อนการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ทั้งในด้านปริมาณ ความเข้มข้น และคุณภาพ ในเนื้อหาการเรียนรู้ที่กระตุ้นความสนใจและก่อให้เกิดประโยชน์อย่างเป็นรูปธรรมแก่นักศึกษานอกระบบ เช่น การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์จากกิจกรรมสร้างรายได้เสริม กิจกรรมการช่วยเหลือครอบครัว กิจกรรมด้านการเรียน เป็นต้น เพื่อให้ นักศึกษานอกระบบได้รับประสบการณ์การเผชิญหน้ากับความสำเร็จ และได้รับการสนับสนุนจากบุคคลรอบข้างในด้านต่างๆ เช่น ด้านจิตใจ ด้านองค์ความรู้ และทรัพยากร

สะท้อนผลการปฏิบัติอย่างสร้างสรรค์

เป็นการสะท้อนผลเพื่อให้เกิดการเรียนรู้จากประสบการณ์ของตนเองและผู้อื่น โดยทุกครั้งที่มีการปฏิบัติกิจกรรมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์จะต้องมีการสะท้อนผลการปฏิบัติ ทั้งการสะท้อนในระดับบุคคล คือ สะท้อนตนเอง และการสะท้อนผลจากผู้อื่น เพื่อให้เห็นถึงผลที่เกิดจากการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ชัดเจนขึ้น หรือเห็นพฤติกรรมในเชิงปริมาณ ความเข้มข้น และคุณภาพของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ อย่างเป็นรูปธรรม อันจะช่วยกระตุ้น และส่งเสริมพฤติกรรมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของบุคคลมากยิ่งขึ้น

อภิปรายผลการวิจัย

การอภิปรายผลการวิจัยเชิงปฏิบัติการผสมผสานวิธีตามวัตถุประสงค์การวิจัย มีรายละเอียดดังนี้

จากวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 พบว่า ผลจากการสนทนากลุ่มด้วยเทคนิค AIC ตามแนวคิดของ Sato and Smith (Chupradit, 2550) ที่ประกอบด้วย 1) ชั้นสร้างความรู้หรือความพึงพอใจ (Appreciation หรือ A) 2) ชั้นการสร้างแนวทางการพัฒนา (Influence หรือ I) และ 3) ชั้นตอนการสร้างแนวทางปฏิบัติ (Control หรือ C) เป็นวิธีการระดมความคิดที่ได้ผลกับกลุ่มนักศึกษานอกระบบเนื่องจากให้ความสำคัญต่อผู้เข้าร่วมกิจกรรมและทุกคนได้แสดงการมีส่วนร่วมวางแผนปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของตนเองเป็นรายบุคคลและรายกลุ่ม จนผู้วิจัยและผู้ร่วมวิจัยสามารถรับรู้ถึงสถานการณ์การใช้เวลาว่างของนักศึกษาว่า ส่วนใหญ่ใช้ไปกับการสนองตอบต่อความสุขของตนเองที่ไม่เกิดการพัฒนา โดยมีสาเหตุที่เกิดจากการขาดความรู้ความเข้าใจในการใช้เวลาว่างสามารถส่งเสริมให้เกิดความสำเร็จต่อตนเองและผู้อื่นได้ (Sarana & Phingkuson.2012). และความต้องการจำเป็นที่นักศึกษาต้องการปรับเปลี่ยนความคิดและพฤติกรรมในด้านการเรียน การใช้ชีวิตประจำวัน และการหารายได้เสริม จึงเห็นได้ว่า การใช้เวลาว่าง มีความสำคัญต่อการพัฒนาโดยการเข้าร่วมกิจกรรมนั้นต้องเกิดจากความสมัครใจและควรเป็นช่วงเวลาว่าง เช่น เหลือจากงานประจำ จากการหลับนอน หรือจากการประกอบกิจวัตรประจำวันที่เป็นอันจะก่อให้เกิดประโยชน์กับตนเองและสังคมต่อไป (Chachanayai,1984).

จากวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 ผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ พบว่ามีพฤติกรรมด้านความถี่ในการใช้เวลาว่างด้วยแรงจูงใจต่อการเรียน ทำให้นักศึกษารับรู้เรื่องการใช้เวลาว่างไปส่งเสริมการเรียนได้อย่างไร ทั้งในมิติด้านความเข้มข้นของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ผู้วิจัยได้ใช้การรับรู้ความสามารถของตนเองไปปรับเปลี่ยนด้านการใช้ชีวิตประจำวันของนักศึกษาที่ใช้เวลาว่างไปกับความสุขตนเองก็ได้เริ่มด้วยการช่วยเหลืองานบ้านเมื่อได้รับคำชมก็ทำให้นักศึกษาได้เพิ่มการทำงานช่วยเหลือครอบครัวมากขึ้น และด้านความครอบคลุมการนำเวลาว่างไปใช้ให้เป็นประโยชน์ต่อตนเองและสังคม นักศึกษาได้ทำกิจกรรมส่งเสริมการหารายได้เพิ่มด้วยการขายเจลล้างมือและแก้วเยติ โดยได้รับการสนับสนุนทางสังคมโดยได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อน ครู พ่อแม่ และบุคคลอื่นที่เป็นประโยชน์ในการพัฒนาดตนเองและผู้อื่นได้ และจากผลวิจัยเชิงปริมาณพบว่า นักศึกษานอกระบบ มีพฤติกรรมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์เพิ่มสูงขึ้นทั้งด้านรวมและรายด้านย่อย ($p < .05$) สอดคล้องกับแนวคิดการใช้เวลาว่างของ Dattilo (2012) ที่บุคคลชายซึ่งในคุณค่าของการใช้เวลาว่างมีการตระหนักรู้ มีการกำหนดตนเองในการใช้เวลาว่าง มีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมในช่วงการใช้เวลาว่าง สามารถตัดสินใจในการใช้เวลาว่าง โดยมีสาเหตุมาจากปัจจัยส่วนบุคคลและสังคมตามทฤษฎีทางปัญญาสังคม (Bandura, 1986; Bandura, 2015; Bandura et al., 2013) ที่กำหนดทิศทางของพฤติกรรม ในที่นี้คือ การพัฒนาการรับรู้ความสามารถของตนเอง แรงจูงใจและการให้การสนับสนุนทางสังคม นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการใช้เวลาว่างที่เป็นประโยชน์ได้จริง

จากผลการวิจัยที่พบว่า การพัฒนารูปแบบกิจกรรมส่งเสริมพฤติกรรมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์มีความจำเป็นที่ต้องเริ่มพัฒนา การรับรู้ความสามารถของตนเองเพื่อให้นักศึกษามีความมั่นใจในตนเองก่อน (Bandura, 2015; Bandura et al., 2013) เพื่อปรับเปลี่ยนวิถีชีวิตประจำวันตามความต้องการของนักศึกษา

ให้เกิดการพัฒนาด้านความเข้มข้นของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เช่น ช่วยกวาดบ้านแล้วพ่อแม่ชื่นชมก็ช่วยทำกับข้าว ล้างจานดูแลบ้านแทนพ่อแม่ได้ เป็นต้น ซึ่งถือเป็นการได้รับการเสริมแรงที่จะทำพฤติกรรมที่พึงประสงค์ (Jinnge, 1997) กล่าวคือ การที่บุคคลรับรู้ความสามารถของตนต่อการกระทำพฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งสูง ก็จะมีแนวโน้มที่จะกระทำพฤติกรรมนั้นสูงตามไปด้วย ส่วนกิจกรรมการสร้างแรงจูงใจ นั้นเป็นสิ่งที่กระตุ้นความต้องการ เป็นแรงผลักดันให้ประสบความสำเร็จ (Chamnongrak, 2005) เป็นกิจกรรมที่ใช้ในการพัฒนาความต้องการในด้านการเรียนเพราะนักศึกษานอกกระบบขาดความมั่นใจในการเรียน ผู้วิจัยจึงใช้กิจกรรมสร้างแรงจูงใจจากภายในตนเองและจากผู้อื่นมาเสริมให้นักศึกษามีแรงจูงใจในการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ในด้านการเรียน และกิจกรรมการสนับสนุนทางสังคม ผู้วิจัยและผู้ช่วยวิจัยสนับสนุนให้นักศึกษาได้สร้างรายได้เสริมด้วยการขายของด้วยการให้การสนับสนุนทางสังคม 3 ด้านคือ กระตุ้นอารมณ์ ให้ข้อมูลข่าวสาร และสนับสนุนวัตถุสิ่งของงบประมาณ (Pierce et al., 1996) และเปิดโอกาสให้เพื่อน ครู ผู้ปกครอง และชุมชนได้มีส่วนสนับสนุนกิจกรรมต่าง ๆ ที่นักศึกษาได้ร่วมกันทำขึ้นให้เกิดการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ขึ้น

ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ

1) จากผลการศึกษาพบว่า กิจกรรมที่นักศึกษาสามารถเปลี่ยนแปลงทั้งด้านความรู้ ความเข้าใจ การรับรู้ความสามารถของตนเอง และแรงจูงใจในเรื่องของการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ คือ กิจกรรมการเรียนรู้สู่การลงมือปฏิบัติด้วยการสร้างรายได้เสริม สะท้อนให้เห็นว่า การได้ลงมือปฏิบัติจริงในกิจกรรมช่วยให้เกิดการส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ได้รับความสนใจ และสร้างการเปลี่ยนแปลงได้อย่างเป็นรูปธรรม ดังนั้น การจัดกิจกรรมส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ ควรเน้นกิจกรรมที่เป็นการส่งเสริมการสร้างรายได้เสริม เพราะเป็นกิจกรรมที่เกิดประโยชน์แก่นักศึกษานอกกระบบอย่างเห็นเป็นรูปธรรม

2) จากผลการศึกษาที่พบว่า การสนับสนุนทางสังคมมีส่วนสำคัญในการส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักศึกษานอกกระบบ โดยเฉพาะการสนับสนุนจากครอบครัว ดังนั้นในการส่งเสริมครั้งต่อไป ควรให้ความสำคัญกับการมีส่วนร่วมของครอบครัว โดยการจัดกิจกรรมให้ครอบครัวได้เข้ามามีส่วนร่วมด้วย เช่น ช่วงกิจกรรมเสริมสร้างแรงจูงใจ และช่วงกิจกรรมการลงมือปฏิบัติ

ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

จากผลการศึกษาที่พบว่า สถานศึกษามีส่วนสำคัญในการสนับสนุนการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักศึกษานอกกระบบ ทั้งการสนับสนุนด้านทรัพยากร ด้านกระบวนการเรียนรู้ องค์ความรู้ รวมถึงการสร้างแรงจูงใจ ดังนั้น ศูนย์การเรียนรู้และชุมชนอาชีวบูรณาการการจัดการเรียนรู้ที่เป็นการส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักศึกษานอกกระบบไปในกระบวนการเรียนการสอนรายวิชาที่เกี่ยวข้อง โดยอาจมีกิจกรรมที่เป็นการสนับสนุนส่งเสริมการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ของนักศึกษานอกกระบบ ที่เป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมในการเรียน เช่น การส่งเสริมเรื่ององค์ความรู้เรื่องการหารายได้เสริม การส่งเสริมการสร้างเครือข่ายในการประกอบอาชีพ เป็นต้น

ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยต่อไป

การศึกษาการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์เป็นเรื่องเฉพาะบุคคล อาจมีความยากในการค้นพบความต้องการของแต่ละบุคคลได้อย่างแท้จริง เนื่องจากการรับรู้และการใช้ชีวิตมีความเป็นพลวัตร ซึ่งสามารถปรับเปลี่ยนได้ตลอดเวลา ดังนั้นในการวัดพฤติกรรม ผู้วิจัยจึงควรตระหนักและคำนึงถึงการสร้างเครื่องมือวัดรวมถึงการสร้างกิจกรรม จึงควรทำเป็นรายบุคคล ร่วมกับการพัฒนาเป็นกลุ่ม การศึกษาในครั้งต่อไป ควรต้องพัฒนาเฉพาะด้านของพฤติกรรมแต่ละบุคคลมากยิ่งขึ้น โดยมีการกำกับ ติดตาม ประเมินผลและติดตามการใช้ชีวิตในแต่ละวันที่ต้องใช้เวลาให้มากยิ่งขึ้น เพื่อจะได้เห็นการเปลี่ยนแปลงที่ชัดเจน ซึ่งนักวิจัยสามารถสร้างเครื่องมือและติดตามในรูปแบบต่าง ๆ ได้ เช่น การทำบันทึกประจำวัน การสะท้อนผลอย่างต่อเนื่อง เป็นต้น

เอกสารอ้างอิง

- Aslan, N. (2009). An examination of family leisure and family satisfaction among traditional Turkish families. *Journal of Leisure Research*, 41(2), 157-176.
- Bandura, A. (2015). *Moral Disengagement: How People do Harm and Live with Themselves*. Macmillan Learning.
- Bandura, A. (1986). *Prentice-Hall Series in Social Learning Theory. Social Foundations of Thought and Action: A Social Cognitive Theory*. Prentice-Hall, Inc.
- Bandura, A., Ross, D., Webb, D., & Ross, S. (2013). *Psychology Classics all Psychology Students should Read: The Bobo Doll Experiment*. Create Space Independent Pub.
- Bhanthumnavin, D. (2000). Importance of Supervisory Social Support and Its Implications for HRD in Thailand. *Psychology and Developing Societies*, 12(2), 155-166.
- Chachanayai, P. (1984). *Nanthana kān* [Recreation]. Srinakharinwirot Univeristy.
- Chamnonrak, S. (2005). *Phonkān khaoruām prokrām ræng čhūngčai kānchai wēlā wāng thī mī tō wīthī chīwīt kānchai wēlā wāng thī dī khoṅg nakriān matthayommasuksā tōṅ plāi* [Effects of Participation in leisure motion program on positive leisure lifestyle of senior high school students] (Master's thesis). Kasetsart University, Bangkok.
- Chupradit, S. (2007). *Phruttkam sukkhaphāp* [Health Behavior]. Chiang Mai University.
- Dattilo, J. (2012). *Inclusive Leisure Services: Responding to the Rights of People with Disabilities*. Venture.
- Dattilo, J. (2015). *Leisure Education Program Planning*. Venture Publishing.
- Dattilo, J., & Kensinger, K. (2016). *Application of Behavior Analysis in Leisure Contexts*. Venture Publishing.

Electronic Transactions Development Agency Ministry of Digital Economy and Society. (2020).

ETDA phœī pī hoksipsōṅg Khon Thai chai 'inthœnet phœm khun chaliā sip chuāmōṅg yīsipsōṅg nāthī Gen Y khroṅg chæ hā pī sōṅ [ETDA revealed that in the year 62, Thai People use the Internet Averaging 10 Hours 22 Minutes. Gen Y Won the Championship for 5 Years in a Row]. <https://www.eta.or.th/content/thailand-internet-user-behavior-2019-press-release.html>

Inoguchi, T. (2018). Leisure satisfaction in relation to quality of life using the Asia Barometer Survey data. In L. Rodriguez de la Vega, & W. Toscano (Eds). *Handbook of Leisure, Physical Activity, Sports, Recreation and Quality of Life* (International Handbooks of Quality-of-Life) (pp.19-30). Springer.

Ivankova, N. V. (2015). *Mixed Methods Applications in Action Research: From Methods to Community Action*. Sage.

Jinngē, P. (1997). *Kān wikhro phruttkam læ kān prap phruttkam ('ēkkasān prakōp kānsōṅ)* [Behavior Analysis and Behavior Modification]. Srinakharinwirot University.

Joel, R. A., Ramon, B. Z., Sarah, T. A., & Raymond, P. (2009). Family leisure satisfaction and satisfaction with family life. *Journal of Leisure Research*, 41(2), 205-223.

Kelly, R. J. (2012). *Leisure* (4th ed.). Sagamore Pub. Llc.

McLean, D., Hurd, A., & Anderson, D. M. (2019). *Kraus' Recreation & Leisure in Modern Society* (11th ed.). Jones & Bartlett Learning.

Mongkondaw, O., & Soopunyo, W. (2016). *Næothāṅg songsoēm khwām fai rū fai rian khōṅg naksuksā nōk rabop nai phāk tawan 'ōk chiāṅg nūā doī chai boṛibot chiwit pracham wan*. [Guideline for enhancing learning curiosity of non-formal students in the northeastern region of Thailand using daily-life context.] *Journal of Education Studies*, 44(4), 246-266.

Oopkhaew, A. (2009). *Suksā phruttkam kānchai wēlā wāṅg khōṅg naksuksā phayabān sātra bandit witthayalai phayabān sī Maha Sarakham* [The Study of Leisure Time Behaviors in the Nursing at Srimahasarakham] (Research report). Srimahasarakham Nursing College, Mahasarakham.

Paggi, M. E., Jopp, D., & Hertzog, C. (2016). The importance of leisure activities in the relationship between physical health and well-being in a life span sample. *Gerontology*, 62(4), 450-458.

- Patcharapongphan, K. (2010). *Patchai thi song phon to kanchai wela wang thi mosom khong nakrian chuang chan thi sam rongrian sathit Mahawitthayalai Ramkhamhaeng* [Factors affecting on appropriate time spending of the third level, secondary grade 1-3 students at the demonstration school of Ramkhamhaeng University, Bangkok] (Master's thesis). Srinakharinwirot University, Bangkok.
- Pierce, G. R., Sarason, B. R., Sarason, I. G., Joseph, H. J., & Henderson, C. A. (1996). Conceptualizing and assessing social support in the context of the family. In G. R. Pierce, B. R. Sarason, I. G. Sarason (Eds.). *Handbook of Social Support and the Family: The Springer Series on Stress and Coping*. Springer.
- Rongkhankaew, W., Punvanich U., SuphawibulSuvimol, M., & Tangsujjapoj, S. (2014). Kanphatthana prokraem kansuksa kanchai wela wang sarap dek chan prathomsuksa ton plai nai sathan songkhro [The development of leisure education program for children upper elementary school students in welfare institute]. *Journal of Faculty of Physical Education*, 17(1), 67-78.
- Sarana, W., & Phingkuson, R. (2012). *Phruttikam kanchai wela wang khong naksuksa laksut rat pra satsana sattra bandit* [Leisure Time Behavior of Students in the Bachelor of Public Administration Program] (Research report). Rambhai Barni Rajabhat University, Bangkok.
- Shin, K., & You, S. (2013). Leisure type, leisure satisfaction and adolescents' psychological wellbeing. *Journal of Pacific Rim Psychology*, 7(02), 53-62.
- Sirirattanajitt, A. (2015). Khwamsamphan rawang phruttikam kanchai wela wang kap rupbaep kanrianru khong naksuksa radap parinya tri mahawitthayalai hat yai [The relationship between leisure behavior and learning styles of First-Year undergraduate students, Hat Yai University]. *The Journal of Library and Information Science Srinakharinwrot University*, 8(1), 26-37.