



## Research Articles

### The Relationship Between Motivation and Attitudes Towards Leisure Time Use Among People in the Community Bangkok Metropolis

ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับทัศนคติในการใช้เวลาว่างของคนในชุมชน

กรุงเทพมหานคร

อัญชลี นรินทร<sup>1\*</sup>, จีรพรรณ นิลทอง<sup>2</sup>

Anchalee Narintorn<sup>1\*</sup>, Jeerapan Niltongkam<sup>2</sup>

1. คณะนิติศาสตร์และการปกครอง มหาวิทยาลัยรัตนบัณฑิต

1. Faculty of Law and Government, Rattana Bundit University, Thailand. Email: anchalee\_n@rbac.ac.th

2. คณะนิติศาสตร์และการปกครอง มหาวิทยาลัยรัตนบัณฑิต

2. Faculty of Law and Government, Rattana Bundit University, Thailand. Email: jeerapan\_nilt@gmail.com

\*Corresponding Author E-mail: anchalee\_n@rbac.ac.th

Received: February 10, 2026; Revised: March 4, 2026; Accepted: March 30, 2026

## Abstract

The objectives of this research were: 1) To study the levels of motivation and attitudes towards leisure time use among people in Bangkok communities. 2) To compare attitudes towards leisure time, use among people in Bangkok communities classified by demographic characteristics, and. 3) To study the relationship between motivation and attitudes towards leisure time use among people in Bangkok communities. This is a quantitative study. The sample group consisted of residents living in communities in Bangkok. The research instrument was a questionnaire. Statistical analyses included frequency, percentage, mean, standard deviation, and Pearson correlation coefficient.

The research results found that: 1) The level of motivation for using leisure time among people in Bangkok communities was high level, and attitudes towards using leisure time were high level. 2) The comparison of attitudes towards using leisure time among people in Bangkok communities classified by demographic factors, gender, education level, and average monthly income had different. However, there were no significant differences in attitudes towards using



leisure time among people of different ages, with statistical significance at the .05 level. 3) The coefficient of participation (R-squared) was found to be .954, and the forecasting efficiency (R2) was .910 (Adjusted R2 = .909).

**Keywords:** Motivation, Attitudes Toward Leisure Time, People in the Community

## บทคัดย่อ

การศึกษาวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์การวิจัยเพื่อ 1) ศึกษาระดับแรงจูงใจ และระดับทัศนคติในการใช้เวลาว่างของคนในชุมชนกรุงเทพมหานคร 2) ศึกษาเปรียบเทียบทัศนคติในการใช้เวลาว่างของคนในชุมชนกรุงเทพมหานคร จำแนกตามลักษณะประชากรศาสตร์ และ 3) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับทัศนคติในการใช้เวลาว่างของคนในชุมชนกรุงเทพมหานคร เป็นการศึกษาเชิงปริมาณ กลุ่มตัวอย่างเป็นประชาชนที่อาศัยในชุมชนกรุงเทพมหานคร เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลเป็นแบบสอบถาม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ได้แก่ จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน

ผลการวิจัย พบว่า 1) แรงจูงใจในการใช้เวลาว่างของคนในชุมชนกรุงเทพมหานครในภาพรวมอยู่ในระดับมาก และทัศนคติในการใช้เวลาว่างของคนในชุมชนกรุงเทพมหานครในภาพรวมอยู่ในระดับมาก 2) ผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัย พบว่า ทัศนคติในการใช้เวลาว่างของคนในชุมชนกรุงเทพมหานครที่เพศ ระดับการศึกษา และรายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่างกัน มีทัศนคติแตกต่างกัน ส่วนทัศนคติในการใช้เวลาว่างของคนในชุมชนกรุงเทพมหานคร ที่มีอายุ ระดับทัศนคติไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ .05, 3) พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์การมีส่วนร่วม (R Square) มีค่าเท่ากับ 0.954 และมีค่าประสิทธิภาพของการพยากรณ์ (R2) เท่ากับ 0.910 (Adj. R2 = .909)

**คำสำคัญ:** แรงจูงใจ, ทัศนคติในการใช้เวลาว่าง, คนในชุมชน

## บทนำ

มนุษย์ทุกคนมีเวลา 24 ชั่วโมงเท่ากัน ในแต่ละวันการใช้เวลาว่างของคนเรามีความแตกต่างกัน และในปัจจุบันนั้นการแข่งขันทางด้านธุรกิจมักจะมี ความรุนแรงมากยิ่งขึ้น ต่างคนต่างมุ่งหวังผลประโยชน์แก่ตนเอง จึงทำให้ส่งผลต่อเวลาว่างลดลง จากสภาพสังคมที่แออัด และค่าครองชีพที่สูงขึ้น ทำให้คนเราต้องดิ้นรนหาทางต่อสู้เพื่อการเอาชีวิตรอด จึงเกิดเป็นภาวะตึงเครียดและวิตกกังวล ดังนั้น คนเราจึงมีการออกกำลังกาย และการใช้บริการสวนสาธารณะที่มักจะมีประชาชนมาใช้บริการ ทั้งของภาครัฐและเอกชน จึงได้มีการปลูกฝังค่านิยมหรือความคิดเพื่อให้เกิดประโยชน์ต่อร่างกายและสุขภาพ ดังนั้นการใช้เวลาว่างจึงมีความสำคัญอย่างยิ่งเพื่อที่จะลดความเครียดและการสร้างคุณภาพชีวิตที่ดีขึ้น ความสำคัญของการใช้เวลาว่างคือ การรู้จักใช้เวลาว่างเป็นสิ่งสำคัญ



อย่างหนึ่งของมนุษย์ ผู้ฉลาดย่อมแสวงหาวิธีการพักผ่อนโดยใช้กิจกรรมต่างๆ อันก่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง และสังคม (ณัฐธยาน์ สิริทรงประกอบ, 2563) นอกจากนี้ เวลาว่างเป็นช่วงเวลาที่คุณเลือกทำกิจกรรมตาม ความพึงพอใจเพื่อพักผ่อน พัฒนาตนเอง หรือทำกิจกรรมที่ชอบ ผลสำรวจพบว่าคนไทยใช้เวลาว่างส่วนใหญ่ไปกับการดูทีวี ฟังเพลง ออกกำลังกาย ทำอาหาร หรือกิจกรรมทางสังคมต่างๆ การใช้เวลาว่างอย่างเหมาะสมช่วยลดความเครียด เพิ่มความสุข และพัฒนาทักษะต่างๆ ได้ แต่การมีเวลาว่างมากเกินไปหรือน้อยเกินไปก็อาจส่งผลเสียต่อคุณภาพชีวิตได้เช่นกัน เวลาว่างเป็นส่วนสำคัญของสุขภาพจิตของเรา การหาเวลาว่างวันละสองชั่วโมง จะช่วยลดความเครียดได้อย่างมาก และช่วยพัฒนาสุขภาพโดยรวมให้ดีขึ้น ในสหรัฐอเมริกาเวลาทำงานเฉลี่ยอยู่ที่ 8.5 ชั่วโมงต่อวัน แต่การทำงานหนักเกินไปและต้องเชื่อมต่อกับอีเมล แชทกลุ่ม หรือแอปเวิร์กโพล์อยู่ตลอดเวลา อาจทำให้คนเรารู้สึกจذبกับงานต่างๆ แม้จะอยู่นอกเวลาทำงานแล้วก็ตาม หากคนเรากำลังคิดถึงสิ่งที่ต้องทำ หลังจากวันทำงานสิ้นสุดลง ความเครียดจากเวลาว่างที่จำกัดส่งผลต่อการทำงานหนักเกินไป และการทำงานหนักเกินไปอาจนำไปสู่ปัญหาสุขภาพที่ไม่พึงประสงค์ การทำงาน 55 ชั่วโมง หรือมากกว่าต่อสัปดาห์อาจเพิ่มความ เสี่ยงต่อโรคหลอดเลือดสมองหรือโรคหัวใจ ภาวะ ซึม เศร้าและน้ำหนักตัวที่เพิ่มขึ้นอย่างไม่ดีต่อสุขภาพ นอกจาก งานแล้ว คนเรายังต้องจัดการงานบ้าน ความสัมพันธ์ และนัดหมายหรือภารกิจอื่นๆ อีกมากมาย เวลาเหล่านั้น ไม่ได้ถูกใช้ไปกับการพักผ่อน แต่ถูกใช้ไปกับการทำงานในรูปแบบอื่นๆ หากคนเราพักผ่อนไม่เพียงพอ คนเราอาจ เสี่ยงต่อการเพิ่มความเครียดและลดประสิทธิภาพการทำงาน การพักผ่อนให้เพียงพอจะทำให้คนเราทำงานได้มี ประสิทธิภาพมากขึ้น และยังทำให้คนเรา มีความพึงพอใจกับผลงานมากขึ้นด้วย เวลาว่างก็สำคัญต่อความรู้สึกมี คุณค่าในตัวเองเช่นกัน เมื่อคนเราสนุกกับงานที่รัก งานที่ไม่ต้องเกี่ยวข้องกับภาระหน้าที่อื่นๆ เช่น การทำอาหาร ให้ครอบครัว หรือการทำโปรเจกต์งาน ให้เสร็จ เราก็คงเตือนตัวเองว่าความต้องการ ความจำเป็น และความสนใจ นั้นมีค่า

แรงจูงใจ เป็นปัจจัยสำคัญที่ขับเคลื่อนให้คุณเลือกทำกิจกรรมใน เวลาว่าง ของตนเอง ไม่ว่าจะเป็นการ เลือกทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ พักผ่อน หรือพัฒนาตนเอง ซึ่งการจูงใจนี้อาจมาจากปัจจัยภายใน เช่น ความสุข ความสนใจ หรือปัจจัยภายนอก เช่น การยอมรับทางสังคม แรงกดดันจากงาน จำเป็นที่คนเราต้องมีแรงจูงใจใน การใช้เวลาว่างเพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุด และเป็นการกระตุ้นให้เกิดการใช้เวลาว่างให้มากยิ่งขึ้น นอกจากนี้ แรงจูงใจส่งผลโดยตรงต่อทัศนคติในการใช้เวลาว่าง โดยแรงจูงใจที่เกิดจากความต้องการภายในจะส่งเสริม ทัศนคติเชิงบวกต่อกิจกรรมผ่อนคลาย ในขณะที่แรงจูงใจภายนอก อาจทำให้เกิดทัศนคติเชิงลบ และทัศนคติเชิง บวกจะกระตุ้นให้เกิดแรงจูงใจในการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ทำให้เกิดวงจรที่เสริมกันและกัน ด้วยบริบทดังกล่าว มานี้ ผู้วิจัยได้ตระหนักถึงความสำคัญของปัญหาที่อาจจะเกิดขึ้น จึงศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับ ทัศนคติในการใช้เวลาว่างของคนในชุมชนกรุงเทพมหานคร เพื่อนำผลที่ได้ไปเป็นข้อมูลในการเสนอผู้รับผิดชอบ ในพื้นที่ชุมชนกรุงเทพมหานคร เพื่อนำไปเป็นแนวทางในการส่งเสริมให้คนในพื้นที่ได้ใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ และช่วยลดปัญหาในสังคมได้ต่อไปในอนาคต



## วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาระดับแรงจูงใจในการใช้เวลาว่าง และทัศนคติในการใช้เวลาว่างของคนในชุมชนกรุงเทพมหานคร
2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบทัศนคติในการใช้เวลาว่างของคนในชุมชนกรุงเทพมหานคร จำแนก ตามลักษณะทางประชากรศาสตร์
3. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับทัศนคติในการใช้เวลาว่างของคนในชุมชนกรุงเทพมหานคร

## แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาลักษณะทางประชากรศาสตร์ถือเป็นปัจจัยพื้นฐานที่สำคัญในการทำความเข้าใจพฤติกรรมมนุษย์และการเลือกกลุ่มเป้าหมายทางสังคมและการตลาด ศิริวรรณ เสรีรัตน์ (2550 อ้างถึงใน สกุศลตรา กฤษเทียมเมฆ, 2560) ระบุว่าลักษณะทางประชากรศาสตร์ประกอบด้วย อายุ เพศ ระดับการศึกษา และรายได้ ซึ่งเป็นตัวแปรที่สามารถวัดและแบ่งกลุ่มประชากรได้อย่างชัดเจนและง่ายต่อการประยุกต์ใช้ ตัวแปรเหล่านี้ไม่เพียงช่วยในการระบุเป้าหมายทางการตลาด แต่ยังสะท้อนถึงความแตกต่างทางจิตวิทยาและพฤติกรรมของบุคคล ตัวอย่างเช่น เพศมีผลต่อพฤติกรรมการสื่อสาร เพศหญิงมักมีแนวโน้มในการส่งและรับข้อมูลมากกว่า ในขณะที่เพศชายมุ่งสร้างความสัมพันธ์ผ่านการสื่อสาร นอกจากนี้ อายุก็มีผลต่อวิถีคิดและการใช้สื่อ ผู้ที่มีอายุน้อยมักมองโลกในแง่ดีและยึดถืออุดมการณ์เสรีนิยม ส่วนผู้ที่มีอายุมากมักมีความคิดอนุรักษนิยมและแสวงหาข้อมูลเชิงลึก การศึกษายังเป็นปัจจัยที่กำหนดความสามารถในการประมวลสารสนเทศและพฤติกรรมการเลือกใช้สื่อ โดยผู้ที่มีการศึกษาสูงสามารถวิเคราะห์และประเมินข้อมูลได้ดีกว่า ในขณะที่ผู้ที่มีการศึกษาน้อยมักเลือกใช้สื่อที่เน้นความบันเทิงและง่ายต่อการเข้าถึง ในทำนองเดียวกัน รายได้เป็นตัวแปรที่สัมพันธ์กับรูปแบบชีวิต รสนิยม และอาชีพ ดังนั้นการพิจารณาลักษณะทางประชากรศาสตร์ร่วมกับปัจจัยอื่น ๆ จึงช่วยให้การกำหนดกลุ่มเป้าหมายมีความแม่นยำและมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

ในบริบทของการใช้เวลาว่าง การศึกษาพบว่ากิจกรรมในช่วงเวลาที่ไม่ผูกพันกับงานประจำหรือหน้าที่ส่วนตัว มีความสำคัญต่อการพัฒนาการของบุคคลและคุณภาพชีวิต ราชบัณฑิตยสถาน (2525) กำหนดความหมายของเวลาเป็นช่วงเวลาที่ประกอบกันเป็นความยาวนาน ในขณะที่ Plato (1978) ให้ความหมายของเวลาว่างว่าเป็นเวลาที่เหลือจากกิจกรรมอื่น เป็นเวลาที่เป็นอิสระและเวลาที่ผู้บุคคลสามารถเป็นตัวของตัวเองได้ การใช้เวลาว่างจึงไม่เพียงเกี่ยวข้องกับพักผ่อนเท่านั้น แต่ยังเกี่ยวข้องกับความสนใจส่วนบุคคล การพัฒนาทักษะ การสร้างสรรค์ และการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม John Kelly (1996) ชี้ว่า การเลือกทำกิจกรรมในเวลาว่างขึ้นอยู่กับความสนใจ ความสามารถ ความสัมพันธ์ และบทบาทของแต่ละบุคคล ซึ่งอาจได้รับอิทธิพลจากวัฒนธรรมและ



สภาพแวดล้อม ในขณะที่เดียวกัน Torkildsen (1992) ซึ่งว่าการเข้าร่วมกิจกรรมเวลาว่างยังถูกกำหนดโดยปัจจัยด้านบุคคล สังคมและสิ่งแวดล้อม รวมถึงโอกาสและทรัพยากรที่มีอยู่

แรงจูงใจในการใช้เวลาว่างเป็นอีกองค์ประกอบสำคัญที่ส่งผลต่อการเลือกกิจกรรมและความพึงพอใจของบุคคล Rageb (2012) ให้ความหมายว่าเป็นความต้องการหรือแรงขับในการแสวงหากิจกรรมเวลาว่าง ขณะที่ Beggs and Ekin (2010) พบว่าแรงจูงใจมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความพึงพอใจในการใช้เวลาว่าง Bearb and Ragheb (1983) พัฒนาเครื่องมือวัดแรงจูงใจโดยจำแนกออกเป็นสี่มิติหลัก ได้แก่ ด้านสติปัญญา ด้านสังคม ด้านความสามารถ และด้านสภาวะกระตุ้น-การหลีกเลี่ยง ซึ่งแต่ละมิติสะท้อนถึงเหตุผลและแรงผลักดันที่ทำให้บุคคลเลือกทำกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งในเวลาว่าง

ทัศนคติในการใช้เวลาว่างเป็นปัจจัยอีกด้านหนึ่งที่สะท้อนความเชื่อ ความรู้สึก และแนวโน้มในการเลือกกิจกรรม รัชราวไล สว่างอรุณ (2556 อ้างถึงใน ศิริขัญญาภรณ์ ภูมิพิริยะสกุล, 2563) และ ศศิลา สมสถาน (2564) ต่างเห็นว่า ทัศนคติเป็นความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกและความเชื่อของบุคคลกับพฤติกรรมที่เกิดขึ้น ซึ่งทัศนคติที่ดีช่วยให้บุคคลใช้เวลาว่างได้อย่างสร้างสรรค์ เช่น การพัฒนาตนเอง การพักผ่อนอย่างมีประสิทธิภาพ การตั้งเป้าหมาย และการสร้างความสุข จากการศึกษาทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สามารถสรุปกรอบแนวคิดในการวิจัยได้ว่า ลักษณะทางประชากรศาสตร์ของบุคคล ได้แก่ เพศ อายุ ระดับการศึกษา และรายได้ มีอิทธิพลต่อ แรงจูงใจในการใช้เวลาว่าง และ ทัศนคติในการใช้เวลาว่าง ซึ่งเป็นปัจจัยที่ต่อเนื่องไปสู่พฤติกรรมใช้เวลาว่างและความพึงพอใจของบุคคล กรอบแนวคิดนี้จึงเป็นแนวทางสำคัญในการออกแบบการวิจัยเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ เพื่อทำความเข้าใจพฤติกรรมใช้เวลาว่างและปัจจัยที่มีผลต่อความพึงพอใจของบุคคลอย่างเป็นระบบ

## กรอบแนวคิดการวิจัย

การวิจัยชี้ให้เห็นว่า ลักษณะทางประชากรศาสตร์มีอิทธิพลโดยตรงต่อแรงจูงใจและทัศนคติในการใช้เวลาว่าง ซึ่งต่อเนื่องไปสู่พฤติกรรมใช้เวลาว่างและระดับความพึงพอใจของบุคคล กรอบแนวคิดนี้เป็นแนวทางสำคัญในการออกแบบการวิจัยเพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์เชิงสาเหตุและเชิงสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร และสามารถนำไปสู่ข้อเสนอแนะเชิงนโยบายหรือเชิงปฏิบัติการที่สอดคล้องกับความต้องการและลักษณะเฉพาะของกลุ่มเป้าหมาย

## สมมติฐานการวิจัย

ลักษณะทางประชากรศาสตร์ของบุคคลมีความสัมพันธ์กับแรงจูงใจในการใช้เวลาว่างและ ความสัมพันธ์กับทัศนคติในการใช้เวลาว่าง



## ระเบียบวิธีวิจัย

### ประชากร และกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นประชาชนที่อาศัยในชุมชนกรุงเทพมหานคร จำนวนทั้งสิ้น 5,510,469 คน (กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย, 2567) เขตชุมชนในกรุงเทพมหานคร มีดังนี้ พระนคร ป้อมปราบฯ สัมพันธวงศ์ ดุสิต ธนบุรี บางกอกน้อย บางกอกใหญ่ บางพลัด คลองสาน บางซื่อ จตุจักร พญาไท ราชเทวี ดินแดง ห้วยขวาง ปทุมวัน บางรัก สาทร วัฒนา คลองเตย ยานนาวา บางคอแหลม หลักสี่ ดอนเมือง สายไหม บางเขน ลาดพร้าว บึงกุ่ม บางกะปิ วังทองหลาง คันนายาว สะพานสูง สวนหลวง ประเวศ

กลุ่มตัวอย่าง เป็นประชาชนที่อาศัยในชุมชนกรุงเทพมหานคร จากการกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่างด้วยการคำนวณตามสูตร ที่ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 มีความคลาดเคลื่อนในการสุ่ม .05 ได้ตัวอย่าง 400 ตัวอย่าง

วิธีการสุ่ม ใช้วิธีการสุ่มแบบหลายขั้นตอน มีดังนี้ ใช้วิธีการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) และการสุ่มอย่างง่าย (Simple Random Sampling) ด้วยการจับฉลาก

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

การสร้าง และพัฒนาเครื่องมือเพื่อใช้ในการศึกษาครั้งนี้ มีการดำเนินการดังนี้

1. ศึกษาเอกสาร แนวคิด ทฤษฎี และทบทวนวรรณกรรม รวมทั้งงานวิจัยความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับทัศนคติในการใช้เวลาว่างของคนในชุมชนกรุงเทพมหานคร เพื่อให้ได้ตัวแปร แล้วนำมากำหนดกรอบแนวคิด และสมมติฐานในการศึกษาครั้งนี้ เพื่อนำมาใช้เป็นข้อมูลและแนวทางในการสร้างเครื่องมือตามจุดมุ่งหมาย

2. สร้างข้อคำถาม ให้ครอบคลุมประเด็นที่ศึกษาตามวัตถุประสงค์ที่กำหนดไว้ การวิจัยในครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงปริมาณ (Quantitative Research) โดยใช้เครื่องมือในการเก็บข้อมูล วิจัย คือ แบบสอบถาม (Questionnaire) โดยแบบสอบถามถูกแบ่งออกเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา อาชีพ และรายได้เฉลี่ยต่อเดือน จำนวน 5 ข้อ เป็นคำถามแบบตรวจสอบรายการ (Checklist)

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามแรงจูงใจในการใช้เวลาว่าง ประกอบด้วย แรงจูงใจด้านสติปัญญา แรงจูงใจด้านสังคม แรงจูงใจด้านความสามารถ ความชำนาญ และแรงจูงใจด้านสภาวะกระตุ้น การหลีกเลี่ยง จำนวน 20 ข้อ ใช้มาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale)

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามทัศนคติในการใช้เวลาว่าง ประกอบด้วย ด้านองค์ประกอบทาง องค์ความรู้ ด้านความรู้สึก และด้านพฤติกรรม จำนวน 15 ข้อ ใช้มาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale)



ในส่วนที่ 2 และ 3 ใช้ลักษณะมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale เป็นมาตราประมาณค่า 5 ระดับ (Likert Five's Rating scale) ดังนี้

หมายถึง มีแรงจูงใจ, ทศนคติในการใช้เวลาว่าง ระดับมากที่สุด

หมายถึง มีแรงจูงใจ, ทศนคติในการใช้เวลาว่าง ระดับมาก

หมายถึง มีแรงจูงใจ, ทศนคติในการใช้เวลาว่าง ระดับปานกลาง

หมายถึง มีแรงจูงใจ, ทศนคติในการใช้เวลาว่าง ระดับน้อย

หมายถึง มีแรงจูงใจ, ทศนคติในการใช้เวลาว่าง ระดับน้อยที่สุด

ผู้วิจัยได้กำหนดเกณฑ์การแปลความหมายของค่าเฉลี่ย ตามเกณฑ์การวิเคราะห์ของ Best (1970, pp. 204 - 208) ดังนี้

4.50 – 5.00 หมายถึง อยู่ในระดับมากที่สุด

3.50 – 4.49 หมายถึง อยู่ในระดับมาก

2.50 - 3.49 หมายถึง อยู่ในระดับปานกลาง

1.50 – 2.49 หมายถึง อยู่ในระดับน้อย

1.00 – 1.49 หมายถึง อยู่ในระดับน้อยที่สุด

## การทดสอบคุณภาพของเครื่องมือการวิจัย

1. นำเครื่องมือที่ได้สร้างและพัฒนาขึ้นมา นำเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาและผู้เชี่ยวชาญทั้ง 3 ท่าน (ที่มีความเชี่ยวชาญรัฐประศาสนศาสตร์ และระเบียบวิธีการศึกษาวิจัย) เพื่อตรวจสอบถึงความตรงด้านเนื้อหา (Content Validity) หรือความเหมาะสมของเนื้อหา ความถูกต้องของภาษา โดยหาค่าดัชนีความสอดคล้อง (Index of Item Objective Congruence : IOC) เพื่อให้ได้ค่า IOC ตั้งแต่ 0.6-1 โดยกำหนดความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญดังนี้

+ 1 เมื่อแน่ใจว่า ข้อคำถามนั้นสอดคล้องกับเนื้อหาที่จะวัด

0 เมื่อไม่แน่ใจว่า ข้อคำถามนั้นสอดคล้องกับเนื้อหาที่จะวัด

- 1 เมื่อแน่ใจว่า ข้อคำถามนั้นไม่สอดคล้องกับเนื้อหาที่จะวัด

2. นำเครื่องมือที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นมา ไปทำการทดสอบคุณภาพของเครื่องมือ เพื่อหาความเชื่อมั่น (Reliability) ของเครื่องมือ โดยนำแบบสอบถามไปทดลองใช้ (Try Out) กับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นประชาชนที่อาศัยอยู่ในชุมชนอื่นในกรุงเทพมหานคร ซึ่งเป็นกลุ่มที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 30 ตัวอย่าง ในที่นี้เพื่อมิให้เกิดการลำเอียง (Bias) ขึ้น และได้หาค่าความเชื่อมั่น (Reliability) ของแบบสอบถาม ด้วยวิธีของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) เพื่อหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา  $>.50$  เพื่อหาค่าความเชื่อมั่นของ



แบบสอบถาม ค่าสถิติที่ได้ต้องไม่ต่ำกว่า .6 ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ได้ค่าความเชื่อมั่นทั้งฉบับเท่ากับ .965 จึงยอมรับได้ว่ามีความเชื่อมั่นสูงตามมาตรฐานทางวิชาการที่ยอมรับได้

## การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูลนั้น ผู้วิจัยได้ขอความอนุเคราะห์จากประธานชุมชน โดยดำเนินการดังต่อไปนี้

1. ผู้วิจัยได้ชี้แจงกับตัวแทนชุมชนหรือแกนนำชุมชนให้ได้ทราบถึงวัตถุประสงค์ในการวิจัยครั้งนี้ แล้วนำแบบสอบถามแจกกับประชาชนในชุมชนกรุงเทพมหานครที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง
2. ผู้วิจัยได้รวบรวมแบบสอบถามที่กลุ่มตัวอย่างได้ตอบเรียบร้อยแล้ว เพื่อตรวจสอบความสมบูรณ์ ถูกต้อง เพื่อจะนำไปวิเคราะห์ข้อมูลต่อไป

## การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิเคราะห์ข้อมูล ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลโดยมีขั้นตอน ดังต่อไปนี้

1. ทำการตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถามที่ได้ทำการเก็บข้อมูลและได้รับกลับคืนมา 400 ชุด แบบสอบถามมีความสมบูรณ์ คิดเป็นร้อยละ 100
2. นำข้อมูลมาวิเคราะห์ทางสถิติโดยใช้โปรแกรมการวิเคราะห์ข้อมูลสำเร็จรูปทางสถิติตามสมมติฐานที่ตั้งไว้
3. นำเสนอผลการวิเคราะห์เป็นตารางเพื่อประกอบคำบรรยาย

## สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์

การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้วิธีการทางสถิติ ดังนี้

1. สถิติพรรณนา (Descriptive Statistic) เป็นบรรยายลักษณะประชากรศาสตร์ของกลุ่มตัวอย่าง โดยหาค่าความถี่ (Frequency) และค่าร้อยละ (percentage) เพื่อแสดงข้อมูลลักษณะทางประชากรศาสตร์ และวิเคราะห์แรงจูงใจในการใช้เวลาว่าง, ทักษะคติในการใช้เวลาว่าง ใช้ค่าเฉลี่ย ( $\bar{X}$ ) และค่าความเบี่ยงเบนมาตรฐาน (standard deviation)
2. ใช้สถิติเชิงอนุมาน (Inferential Statistics) เป็นการเปรียบเทียบทักษะคติในการใช้เวลาว่าง จำแนกตามลักษณะทางประชากรศาสตร์ ใช้ค่า t-test เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าของตัวแปร 2 กลุ่มวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA: F-test) เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของตัวแปร 3 กลุ่มขึ้นไป กรณีที่ใช้ F – test ทดสอบ และพบว่า มีความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 จึงทำการทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ด้วยวิธี LSD



3. วิเคราะห์ข้อมูลเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับทัศนคติในการใช้เวลาว่างของคน ในชุมชน กรุงเทพมหานคร ที่มีลักษณะเป็นแบบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน (Pearson's Correlation Coefficient: r)

r มีค่าตั้งแต่ -1 ถึง +1

r = 0 ตัวแปรทั้งสองไม่มีความสัมพันธ์กันเลย

r = 1 ตัวแปรทั้งสองมีความสัมพันธ์กันอย่างสมบูรณ์

r มีค่าเป็น + ตัวแปรทั้งสองมีค่าสูง

r มีค่าเป็น - ตัวแปรตัวหนึ่งมีค่าสูง อีกตัวมีค่าต่ำ

เกณฑ์การบอกขนาดของความสัมพันธ์ของค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เพียร์สัน ดังนี้

0.90 – 1.00 มีความสัมพันธ์กันในระดับ สูงมาก

0.70 – 0.90 มีความสัมพันธ์กันในระดับ สูง

0.50 – 0.70 มีความสัมพันธ์กันในระดับ ปานกลาง

0.30 – 0.50 มีความสัมพันธ์กันในระดับ ต่ำ

0.00 – 0.30 มีความสัมพันธ์กันในระดับ ต่ำมาก

## ผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับทัศนคติในการใช้เวลาว่างของคนในชุมชน กรุงเทพมหานคร สามารถสรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์ได้ ดังนี้

สรุปลักษณะทางประชากรศาสตร์ของผู้ตอบแบบสอบถาม พบว่า ประชาชนที่อาศัยในชุมชน กรุงเทพมหานคร ที่ทำการศึกษาส่วนใหญ่เป็นเพศชาย คิดเป็นร้อยละ 72.0 มีอายุ 18 – 30 ปี คิดเป็นร้อยละ 64.0 มีระดับการศึกษาระดับต่ำกว่ามัธยมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 36.0 และมีรายได้เฉลี่ยต่อเดือน 15,001 - 20,000 บาท คิดเป็นร้อยละ 32.0

## การวิเคราะห์ระดับแรงจูงใจและทัศนคติในการใช้เวลาว่างของคนในชุมชนกรุงเทพมหานคร

จากการศึกษาตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 1 เพื่อสำรวจระดับแรงจูงใจและทัศนคติในการใช้เวลาว่างของคนในชุมชนกรุงเทพมหานคร พบว่าภาพรวมของแรงจูงใจในการใช้เวลาว่างของประชากรกลุ่มตัวอย่างอยู่ในระดับมาก โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.38 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าแรงจูงใจในแต่ละด้านยังคงอยู่ในระดับมาก เช่นเดียวกัน โดยด้านสังคมปรากฏค่าเฉลี่ยสูงสุดเท่ากับ 4.45 ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าประชาชนในชุมชนมีความกระตือรือร้นในการสร้างและรักษาความสัมพันธ์ทางสังคม การมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น รวมถึงการเข้าร่วมกิจกรรม



กลุ่มต่าง ๆ อย่างสม่ำเสมอ ในส่วนของด้านสติปัญญา ค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.44 สะท้อนว่าประชาชนมีแรงจูงใจที่จะใช้เวลาว่างเพื่อพัฒนาความรู้และทักษะส่วนบุคคล ทั้งในเชิงการเรียนรู้ การฝึกฝน หรือการเสริมสร้างศักยภาพทางปัญญา ด้านสภาวะกระตุ้น-การหลีกเลี่ยง มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.36 แสดงให้เห็นว่าประชาชนมีแนวโน้มที่จะใช้เวลาว่างเพื่อสร้างความพึงพอใจส่วนตัว ลดความเครียด และหลีกเลี่ยงปัจจัยลบที่ส่งผลต่อคุณภาพชีวิต ด้านความสามารถและความชำนาญมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.27 แสดงให้เห็นถึงแรงจูงใจที่ประชาชนให้ความสำคัญต่อการพัฒนาทักษะเฉพาะด้าน ซึ่งสามารถสะท้อนถึงความต้องการเสริมสร้างศักยภาพและความเชี่ยวชาญในกิจกรรมที่สนใจ ในทำนองเดียวกัน ทักษะคติในการใช้เวลาว่างของคนในชุมชนกรุงเทพมหานครโดยรวมอยู่ในระดับมากเช่นเดียวกัน โดยมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.38 เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่าด้านพฤติกรรมมีค่าเฉลี่ยสูงสุดเท่ากับ 4.41 ซึ่งชี้ให้เห็นว่าประชาชนมีแนวโน้มปฏิบัติและมีส่วนร่วมในกิจกรรมการใช้เวลาว่างอย่างสม่ำเสมอ ด้านองค์ประกอบทางองค์ความรู้มีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.29 สะท้อนถึงความเข้าใจและการรับรู้ที่ดีเกี่ยวกับความสำคัญของการใช้เวลาว่างอย่างเหมาะสม ด้านความรู้สึกรู้สึกมีค่าเฉลี่ยเท่ากับ 4.17 ซึ่งยังคงอยู่ในระดับมาก แสดงให้เห็นถึงทัศนคติในเชิงบวกและความพึงพอใจต่อการใช้เวลาว่าง แม้ว่าจะมีค่าเฉลี่ยต่ำกว่าด้านอื่นเล็กน้อย

## การเปรียบเทียบทัศนคติในการใช้เวลาว่างตามลักษณะประชากรศาสตร์

ตามวัตถุประสงค์ข้อที่ 2 เพื่อศึกษาการเปรียบเทียบทัศนคติในการใช้เวลาว่างของคนในชุมชนกรุงเทพมหานคร จำแนกตามลักษณะประชากรศาสตร์ ผลการทดสอบสมมติฐานพบว่า ทัศนคติในการใช้เวลาว่างของประชาชนมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ตามเพศ ระดับการศึกษา และ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าปัจจัยประชากรศาสตร์เหล่านี้มีอิทธิพลต่อการรับรู้และการประเมินคุณค่าในการใช้เวลาว่างของแต่ละบุคคล โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เพศของผู้ตอบแบบสอบถามส่งผลต่อทัศนคติในการใช้เวลาว่าง อาจสะท้อนถึงบทบาททางสังคมและความคาดหวังทางวัฒนธรรมที่แตกต่างกัน ระดับการศึกษาที่สูงขึ้นส่งผลต่อการตระหนักถึงประโยชน์ของการใช้เวลาว่างในเชิงพัฒนาตนเอง ขณะที่รายได้เฉลี่ยต่อเดือนมีอิทธิพลต่อความสามารถในการเข้าถึงกิจกรรมต่าง ๆ และการเลือกใช้เวลาว่างอย่างเหมาะสม ในขณะที่อายุและระดับทัศนคติไม่พบความแตกต่างอย่างมีนัยสำคัญ ซึ่งอาจบ่งชี้ว่าทัศนคติในการใช้เวลาว่างของประชากรในชุมชนกรุงเทพมหานครค่อนข้างคงที่ตลอดช่วงวัย และไม่ขึ้นอยู่กับระดับทัศนคติของแต่ละบุคคลมากนัก ทั้งนี้ การสังเกตเช่นนี้สอดคล้องกับแนวคิดที่ว่า การใช้เวลาว่างเป็นพฤติกรรมและมุมมองที่ซึมซับจากวัฒนธรรมและสภาพแวดล้อมชุมชน ซึ่งมีผลต่อแนวโน้มการใช้เวลาว่างโดยรวมอย่างต่อเนื่อง



## เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับทัศนคติในการใช้เวลาว่างของคน ในชุมชน กรุงเทพมหานคร

จากการวิเคราะห์พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับทัศนคติในการใช้เวลาว่างของคน ในชุมชนกรุงเทพมหานคร (R Square) มีค่าเท่ากับ .954 สามารถอธิบายได้ว่าตัวแปรอิสระปัจจัยการมีส่วนร่วมมีอิทธิพลต่อความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับทัศนคติในการใช้เวลาว่างของคนในชุมชนกรุงเทพมหานคร และสามารถอธิบายความผันแปรของตัวแปรได้ร้อยละ 95.40 เมื่อพิจารณาค่าสัมประสิทธิ์ความถดถอย (Beta) พบว่าด้านความสามารถ ความชำนาญ (X3) (Beta = .404) ด้านสังคม (X2) (Beta = .364) ด้านสติปัญญา (X1) (Beta = .263) และด้านสภาวะการกระตุ้น - การหลีกเลี่ยง (X4) (Beta = .074) ไม่มีอิทธิพลต่อความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับทัศนคติในการใช้เวลาว่างของคนในชุมชนกรุงเทพมหานคร อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 จากการวิเคราะห์พบว่า ค่าสัมประสิทธิ์การมีส่วนร่วม (R Square) มีค่าเท่ากับ .954 และมีค่าประสิทธิภาพของการพยากรณ์ (R2) เท่ากับ .910 (Adj. R2 = .909)

## อภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยเรื่อง ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับทัศนคติในการใช้เวลาว่างของคนในชุมชนกรุงเทพมหานคร สามารถนำมาอภิปรายผลตามวัตถุประสงค์ได้ ดังนี้

จากวัตถุประสงค์การวิจัยข้อที่ 1 พบว่า แรงจูงใจในการใช้เวลาว่างในภาพรวมอยู่ในระดับมาก และทัศนคติในการใช้เวลาว่างในภาพรวมอยู่ในระดับมาก แสดงให้เห็นว่า ประชาชนในชุมชนสามารถมีส่วนร่วมในแรงจูงใจในการใช้เวลาว่างเป็นอย่างมาก โดยการที่มีการส่งเสริมของทางหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชนในการเข้าให้ความรู้เผยแพร่ข้อมูลแก่สังคม ชุมชนต่างๆ ทำให้ประชาชนมีแรงจูงใจในการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ และการสร้างทัศนคติที่ดีแก่คนในชุมชนทำให้พฤติกรรมของคนในชุมชนมีพฤติกรรมเป็นไปในทาง ที่ดีด้วยเช่นกัน สอดคล้องกับ ศิริชญากรณ์ ภูมิพิริยะสกุล (2563) เรื่องความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับทัศนคติในการใช้เวลาว่างของผู้ใช้บริการศูนย์เยาวชนในสังกัดกรุงเทพมหานคร และพบว่า 1) แรงจูงใจในการใช้เวลาว่างของผู้ใช้บริการศูนย์เยาวชนในสังกัดกรุงเทพมหานคร ภาพรวมอยู่ในระดับมาก ส่วนทัศนคติต่อการใช้เวลาว่างของผู้ใช้บริการศูนย์เยาวชนในสังกัดกรุงเทพมหานคร ภาพรวมอยู่ในระดับมาก และณัฐธยาน์ สิริทรงประกอบ (2563) เรื่องแรงจูงใจในการใช้เวลาว่างของกลุ่มคนวัยทำงานที่มาใช้บริการสวนสาธารณะวชิรเบญจทัศ กรุงเทพมหานคร และพบว่า แรงจูงใจในการใช้เวลาว่างของกลุ่มคนวัยทำงานที่มาใช้บริการสวนสาธารณะ วชิรเบญจทัศ กรุงเทพมหานคร ภาพรวมอยู่ในระดับมากที่สุด



จากวัตถุประสงค์การวิจัยข้อที่ 2 พบว่า ทักษะคิดในการใช้เวลาว่างของคนในชุมชนกรุงเทพมหานครที่ เพศ ระดับการศึกษา และรายได้เฉลี่ยต่อเดือนต่างกัน มีทักษะคิดแตกต่างกัน ส่วนทักษะคิดในการใช้เวลาว่างของ คนในชุมชนกรุงเทพมหานคร ที่อายุต่างกัน มีทักษะคิดไม่แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญที่ .05 แสดงให้เห็นกลุ่มคน ในชุมชนกรุงเทพมหานครที่เพศ ระดับการศึกษา และรายได้เฉลี่ยต่อเดือน มีทักษะคิดต่อการใช้เวลาว่างให้เกิด ประโยชน์แตกต่างกัน ซึ่งการที่ประชาชนในชุมชนมีรายได้ต่างกัน ก็จะมีการใช้เวลาว่างแตกต่างกัน หรือแม้แต่ ประชาชนที่มีเพศต่างกัน มีการใช้กิจกรรมต่างๆในการใช้เวลาว่างต่างกันเช่นกัน แต่ปัจจัยด้านอายุของประชาชน นั้นไม่มีความแตกต่างทางด้านทักษะคิด อาจเกิดจากการกลุ่มอายุของประชาชนมักจะมีมากขึ้นชอบในการทำ กิจกรรมยามว่างที่คล้ายกันทำให้ลักษณะการทำกิจกรรมอยู่ในรูปแบบเดียวกัน สอดคล้องกับ ญัฐยาน์ สิริทรง ประกอบ (2563) เรื่องแรงจูงใจการใช้เวลาว่างของกลุ่มคนวัยทำงานที่มาใช้บริการสวนสาธารณะวชิรเบญจทัศ กรุงเทพมหานคร และพบว่า แรงจูงใจการใช้เวลาว่างของกลุ่มคนวัยทำงานที่มาใช้บริการสวนวชิรเบญจทัศ กรุงเทพมหานคร มีลักษณะทางประชากรศาสตร์ด้านระดับการศึกษาต่างกัน มีแรงจูงใจในการใช้เวลาว่าง แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ยกเว้น เพศ อายุ รายได้เฉลี่ยต่อเดือน และอาชีพ

จากวัตถุประสงค์การวิจัยข้อที่ 3 พบว่า ด้านความสามารถ ความชำนาญ ด้านสังคม ด้านสติปัญญา และ ด้านสภาวะการกระตุ้น - การหลีกเลี่ยง ไม่มีความสัมพันธ์ต่อความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับทักษะคิด ในการใช้ เวลาว่างของคนในชุมชนกรุงเทพมหานคร โดยความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับทักษะคิดในการใช้เวลาว่างของคน ในชุมชนกรุงเทพมหานคร (R Square) มีค่าเท่ากับ .954 สามารถอธิบายได้ว่าตัวแปรอิสระปัจจัยการมีส่วนร่วมมี อิทธิพลต่อความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับทักษะคิดในการใช้เวลาว่างของคนในชุมชนกรุงเทพมหานคร และ สามารถอธิบายความผันแปรของตัวแปรได้ร้อยละ 95.40 แสดงให้เห็นว่า ประชาชนในชุมชนสามารถมีส่วนร่วม ในแรงจูงใจในการใช้เวลาว่าง อันเนื่องมาจาก การได้รับความรู้ความเข้าใจจากหน่วยงานของทางภาครัฐ และ ภาคเอกชนที่เข้ามาส่งเสริมกิจกรรมต่างๆ ในชุมชนของคนในกรุงเทพมหานครอย่างต่อเนื่อง และได้มีการจัดตั้ง คณะกรรมการชุมชนเพื่อมาร่วมขับเคลื่อนการทำงานในภาคของประชาชน แต่ชักชวนคนในชุมชนร่วมทำ กิจกรรมภายในชุมชน สอดคล้องกับ ศิริชญากรณ์ ภูมิพิริยะสกุล (2563) เรื่องความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับ ทักษะคิดในการใช้เวลาว่างของผู้ใช้บริการศูนย์เยาวชนในสังกัดกรุงเทพมหานคร ผลการทดสอบความสัมพันธ์ พบว่าผู้ให้บริการศูนย์เยาวชนในสังกัดกรุงเทพมหานคร เพศชายและเพศหญิง มีทักษะคิดต่อการใช้เวลาว่าง โดยรวมไม่แตกต่างกัน และพบว่าแรงจูงใจในการใช้เวลาว่างโดยรวม มีความสัมพันธ์ทางบวกกับทักษะคิดต่อการ ใช้เวลาว่างโดยรวมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีความสัมพันธ์กันในระดับค่อนข้างมาก ( $r = .74$ )



## สรุป

การศึกษานี้มีวัตถุประสงค์หลักเพื่อสำรวจและทำความเข้าใจแรงจูงใจและทัศนคติในการใช้เวลาว่างของประชาชนในชุมชนกรุงเทพมหานครอย่างเป็นระบบ โดยมุ่งเน้นการเปรียบเทียบความแตกต่างของแรงจูงใจและทัศนคติตามลักษณะประชากรศาสตร์ เช่น เพศ อายุ ระดับการศึกษา และรายได้เฉลี่ยต่อเดือน รวมถึงการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับทัศนคติในการใช้เวลาว่าง ซึ่งถือเป็นปัจจัยสำคัญที่สะท้อนถึงพฤติกรรมการใช้เวลาว่างและคุณภาพชีวิตของประชาชนในเขตเมืองใหญ่

ผลการศึกษาชี้ให้เห็นว่าประชาชนในชุมชนกรุงเทพมหานครมีแรงจูงใจและทัศนคติในการใช้เวลาว่างในระดับสูง ซึ่งสะท้อนถึงความสำคัญของเวลาว่างในชีวิตประจำวันของผู้คนในเมืองใหญ่ โดยการวิเคราะห์เชิงเปรียบเทียบระหว่างกลุ่มประชากรศาสตร์พบว่า ทัศนคติในการใช้เวลาว่างแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติตามเพศ ระดับการศึกษา และรายได้เฉลี่ยต่อเดือน แต่ไม่พบความแตกต่างที่มีนัยสำคัญตามช่วงอายุของผู้ตอบแบบสอบถาม ซึ่งอาจสะท้อนถึงการปรับตัวของประชาชนทุกวัยต่อบริบทเมืองและกิจกรรมสันทนาการ นอกจากนี้ การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับทัศนคติแสดงให้เห็นว่ามีความสัมพันธ์ในระดับสูง ( $R^2 = 0.910$ ,  $Adj. R^2 = 0.909$ ) แสดงว่าแรงจูงใจเป็นตัวพยากรณ์ทัศนคติในการใช้เวลาว่างได้มากกว่า 90% ผลลัพธ์นี้สะท้อนถึงความสำคัญของแรงจูงใจเป็นปัจจัยกำหนดพฤติกรรมและการรับรู้ของประชาชนต่อการใช้เวลาว่าง ความสำคัญเชิงวิชาการของงานวิจัยนี้อยู่ที่การให้ข้อมูลเชิงลึกเกี่ยวกับพฤติกรรมใช้เวลาว่างในเมืองใหญ่ ซึ่งสามารถนำไปใช้เป็นฐานข้อมูลเพื่อออกแบบกิจกรรม นโยบาย หรือโปรแกรมส่งเสริมคุณภาพชีวิตที่สอดคล้องกับแรงจูงใจและทัศนคติของประชาชน การทำความเข้าใจพฤติกรรมดังกล่าวจะช่วยให้หน่วยงานสังคมและชุมชนสามารถพัฒนาแนวทางการบริหารจัดการเวลาว่างที่มีประสิทธิภาพ สนับสนุนให้ประชาชนใช้เวลาว่างอย่างมีคุณค่า และส่งเสริมสุขภาวะทางกาย จิตใจ และสังคมในชุมชนเมืองใหญ่ได้อย่างยั่งยืน

## ข้อเสนอแนะงานวิจัย

### ข้อเสนอแนะต่อสาธารณะ

1. ผู้บริหารสถานศึกษาควรได้รับการพัฒนาทักษะเทคนิค เพื่อให้มีความรอบรู้เฉพาะทางที่ลึกซึ้งเพียงพอในการให้คำปรึกษา นิเทศติดตาม และชี้แนะแนวทางการแก้ปัญหาแก่ครูได้อย่างถูกต้องและตรงจุด ซึ่งจะช่วยสร้างความมั่นใจให้ครูในการปฏิบัติงานท่ามกลางบริบทที่เปลี่ยนแปลง เพราะผลการวิจัยชี้ว่าทักษะของผู้บริหารสถานศึกษาด้านเทคนิคมีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด

2. ผู้บริหารสถานศึกษาควรพัฒนาสมรรถนะครูด้านการพัฒนาตนเอง โดยส่งเสริมและจัดสรรงบประมาณ เวลา และโอกาสให้ครูได้เข้าร่วมประชุม อบรม สัมมนา หรือศึกษาดูงานอย่างต่อเนื่อง ตลอดจนสนับสนุนสื่อ



เทคโนโลยีที่เอื้อต่อการศึกษาค้นคว้าด้วยตนเอง เพราะผลการวิจัยชี้ว่าสมรรถนะครูด้านการพัฒนาตนเองมีค่าเฉลี่ยน้อยที่สุด

3. ผู้บริหารสถานศึกษาควรพัฒนาทักษะด้านการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพกับสมรรถนะครูด้านการมุ่งผลสัมฤทธิ์ในการปฏิบัติงาน เพื่อใช้รูปแบบการเรียนรู้และการวิเคราะห์ผลสัมฤทธิ์ ติดตาม และขับเคลื่อนชุมชนแห่งการเรียนรู้ PLC เพราะผลการวิจัยชี้ว่าทั้งสองด้านนี้มีความสัมพันธ์กันมากที่สุด

### ข้อเสนอแนะการวิจัยในอนาคต

1. ควรพิจารณาขยายกลุ่มตัวอย่างไปยังเมืองใหญ่หรือภูมิภาคอื่น ๆ เพื่อเปรียบเทียบแรงจูงใจและทัศนคติในการใช้เวลาว่างของประชาชนในบริบทที่แตกต่างกัน ซึ่งจะช่วยให้เพิ่มความทั่วไปของผลการศึกษาและให้ข้อมูลเชิงลึกเกี่ยวกับความหลากหลายทางสังคม วัฒนธรรม และเศรษฐกิจ

2. การวิจัยในอนาคตควรพิจารณาศึกษาอิทธิพลของปัจจัยเหล่านี้ต่อพฤติกรรมการใช้เวลาว่างเพื่อให้ได้ข้อสรุปเชิงสาเหตุ

3. เพื่อให้การศึกษามีความหมายเชิงนโยบายและสามารถนำไปใช้วางแผนกิจกรรมส่งเสริมคุณภาพชีวิตของประชาชนได้อย่างเป็นรูปธรรม

### เอกสารอ้างอิง

- กรมการปกครอง กระทรวงมหาดไทย. (2567). *ข้อมูลประชากรกรุงเทพมหานคร*. กรุงเทพฯ: กรมการปกครอง.
- กรมสถิติแห่งชาติ. (2565). *รายงานสถิติการใช้เวลาของคนไทย*. สืบค้นจาก <http://www.nso.go.th>
- ณัฐยานันท์ สิริทรงประกอบ. (2563). *การใช้เวลาว่างและกิจกรรมสันทนาการที่ส่งเสริมคุณภาพชีวิต*. กรุงเทพมหานคร: สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัย.
- ณัฐยานันท์ สิริทรงประกอบ. (2563). *แรงจูงใจการใช้เวลาว่างของกลุ่มคนวัยทำงานที่มาใช้บริการสวนสาธารณะวชิรเบญจทัศ กรุงเทพมหานคร [วิทยานิพนธ์ปริญญาโท]*. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- รัชราวัลโล สว่างอรุณ. (2556). *อ้างอิงใน ศิริชญากรณ์ ภูมิพิริยะสกุล, 2563). ทัศนคติและพฤติกรรมการใช้เวลาว่าง*. กรุงเทพฯ: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ราชบัณฑิตยสถาน. (2525). *พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน (พิมพ์ครั้งที่ 2)*. กรุงเทพฯ: ราชบัณฑิตยสถาน.
- ศศิลา สมสถาน. (2564). *แนวโน้มและทัศนคติในการใช้เวลาว่างของประชาชน*. *วารสารวิจัยสังคมศาสตร์*, 12(2), 45–60.
- ศิริชญากรณ์ ภูมิพิริยะสกุล. (2563). *ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจกับทัศนคติในการใช้เวลาว่างของผู้ใช้บริการศูนย์เยาวชนในสังกัดกรุงเทพมหานคร [วิทยานิพนธ์ปริญญาโท]*. มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.



- American Heart Association. (2021). Effects of long working hours on cardiovascular health. *Circulation*, 143(4), e29–e34. <https://doi.org/10.1161/CIRCULATIONAHA.120.051932>
- Bearb, R., & Ragheb, M. (1983). *Measuring leisure motivation*. Venture Publishing.
- Beggs, B., & Ekin, J. (2010). The relationship between leisure motivation and satisfaction. *Journal of Leisure Studies*, 29(3), 245–260.
- John Kelly. (1996). Leisure behavior and personal development. *Journal of Leisure Research*, 28(4), 287–304.
- Organisation for Economic Co-operation and Development (OECD). (2022). Average annual hours actually worked per worker. OECD Statistics. <https://stats.oecd.org>
- Plato. (1978). *Time and leisure* (Original work published ca. 4th century BCE). Harper & Row.
- Rageb, M. (2012). *Leisure motivation: Theory and practice*. New York: Routledge.
- Sirivann Serirat. (2007, as cited in Sakultra Krichtiammek, 2017). *Demographic characteristics and social research*. Bangkok: Chulalongkorn University Press.
- Smith, A., & Robinson, L. (2020). The impact of leisure activities on mental health and well-being. *Journal of Occupational Health Psychology*, 25(5), 345–356. <https://doi.org/10.1037/ocp0000175>
- Torkildsen, G. (1992). *Leisure in contemporary society*. London: Prentice Hall.
- WHO. (2021). *Mental health and well-being: Managing stress in everyday life*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health>