

ปัจจัยเชิงสาเหตุของพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของคนวัยเยาว์ในยุคดิจิทัล

THE CAUSAL FACTORS OF YOUNG PEOPLE'S LEISURE BEHAVIOR

IN THE DIGITAL AGE

วิทยา ยางกลาง^{1,*}, ยุทธนา ไชยจุกุล² และ ปิยดา สมบัติวัฒนา³Witthaya Yangklang^{1,*}, Yutthana Chaijukul² and Piyada Sombatwatthana³

¹ นิสิตปริญญาเอกหลักสูตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

² รองศาสตราจารย์ สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

³ รองศาสตราจารย์ สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

¹ Graduate Student, Doctoral Degree in Applied Behavioral Science Research, Behavioral Science
Research Institute, Srinakharinwirot University

² Assistant Professor at Behavioral Science Research Institute, Srinakharinwirot University

³ Assistant Professor at Behavioral Science Research Institute, Srinakharinwirot University

Received: 29 December 2021

Accepted: 19 May 2022

บทคัดย่อ

พฤติกรรมการใช้เวลาว่างเป็นสิ่งสำคัญที่บ่งชี้ถึงคุณภาพของเยาวชน หากเยาวชนแสดงพฤติกรรมการเวลาว่างที่ดี ย่อมเกิดผลดีต่อตนเอง และส่งผลไปถึงการพัฒนาประเทศชาติ ให้เจริญก้าวหน้าในอนาคต จากการศึกษางานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศพบว่าปัจจัยที่สำคัญ 5 ปัจจัย ซึ่งส่งผลต่อการพัฒนาพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของเยาวชน ได้แก่ 1) ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม เป็นการติดต่อสื่อสารเพื่อให้ได้รับความรู้ แนวคิด ความช่วยเหลือ ด้านการทำกิจกรรมใช้เวลาว่างจากบุคคลรอบข้าง 2) การตระหนักรู้กิจกรรมใช้เวลาว่าง คือ การเห็นความสำคัญ ประโยชน์ที่ได้จากการทำกิจกรรมใช้เวลาว่าง 3) การตระหนักรู้ตนเองต่อการใช้เวลาว่าง คือ การรับรู้เข้าใจเกี่ยวกับตนเองด้านการทำกิจกรรมใช้เวลาว่าง 4) ทักษะใช้เวลาว่าง คือ ความสามารถ ความชำนาญ ซึ่งช่วยส่งเสริมการทำกิจกรรมการ

* ผู้ประสานงาน: วิทยา ยางกลาง

อีเมล: witthaya.yang@gmail.com

ใช้เวลาว่างให้มีประสิทธิภาพ ซึ่งปัจจัยต่างๆ ทั้ง 4 ปัจจัยนี้จะส่งผลไปยังปัจจัยที่ 5 คือการตัดสินใจเลือกกิจกรรม ซึ่งเป็นกระบวนการรวบรวมข้อมูล สร้างทางเลือก เปรียบเทียบทางเลือก และใช้เหตุผล เพื่อเลือกกิจกรรมให้เหมาะสมและถูกต้อง และการเลือกกิจกรรมจะนำไปสู่การแสดงพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของเยาวชน ดังนั้นควรมีการศึกษาความสัมพันธ์ของตัวแปรต่างๆ เพื่อใช้ในการพัฒนาพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของเยาวชนให้เกิดประสิทธิภาพสูงสุด

คำสำคัญ: ปัจจัยเชิงสาเหตุ, พฤติกรรมการใช้เวลาว่าง, การพัฒนาพฤติกรรมการใช้เวลาว่าง

Abstract

Leisure behavior is an important indicator of the quality of youth. If the youth shows good leisure behavior would be good for oneself and resulting in the development of the nation to progress in the future. From research studies both domestic and international, it was found that there were 5 important factors affecting the development of youth's leisure behavior, namely: 1) social interactions; It is a communication for gaining knowledge, concepts, assistance in doing leisure activities from the people around you, 2) leisure awareness is appreciating the importance and benefits from doing leisure activities, 3) self-awareness in using leisure time is the perception of one's self in leisure activities and 4) leisure skills are abilities, skills that help to encourage effective leisure activities. These 4 factors will affect the fifth factor, that is the decision making to choose activities. which is the process of collecting information, make choice, compare alternatives and use rationale to choose activities that are appropriate and correct. The decision making will also lead to the youth's leisure behavior. Therefore, the relationship of 5 variables should be studied to develop the youth's leisure behavior for maximum efficiency.

Keywords: causal factors, leisure behavior, leisure behavior development

บทนำ

พระราชบัญญัติศาลเยาวชนและครอบครัวและวิธีพิจารณาคดีเยาวชนและครอบครัว พ.ศ. 2553 มาตรา 4 กล่าวว่า เยาวชน หมายความว่า บุคคลอายุเกิน 15 ปีบริบูรณ์ แต่ยังไม่ถึง 18 ปีบริบูรณ์ซึ่งเป็นกลุ่มบุคคลที่ยังอยู่ในวัยศึกษาเล่าเรียน ปัญหาที่สำคัญของเยาวชนที่พบมากในปัจจุบันคือ ปัญหาด้านพฤติกรรมการใช้เวลาว่าง จากข้อมูลสำนักงานสถิติแห่งชาติ (2562) กระทรวงศึกษาธิการ (2563) และปัญจนาฏ วรวิวัฒน์ชัย (2563) ซึ่งพบว่า เยาวชนจำนวนมากใช้เวลาว่างไปกับสิ่งที่ไม่เกิดประโยชน์ เช่น การอยู่เฉยๆ ไม่ทำอะไร การติดโทรศัพท์มือถือ การติดการสื่อสารออนไลน์ การติดเกมคอมพิวเตอร์ ดิตหนังละคร การเสพยาเสพติด การมั่วสุม การทำความผิดต่างๆ และรูปแบบการใช้เวลาว่างของเยาวชนในปัจจุบันส่วนใหญ่นิยมทำกิจกรรมการใช้เวลาว่างในรูปแบบที่เน้นความสุข ความเพลิดเพลิน ความสนุกสนาน การผ่อนคลายความเครียด เช่น การเล่นเกม การออกไปข้างนอกกับเพื่อน การฟังเพลง ร้องเพลง การเที่ยวห้างสรรพสินค้า กินอาหาร ดูหนัง ดูละคร เกาหลี ได้หวัน หรือการนอนอยู่เฉยๆ ไม่ได้ทำอะไร มีเพียงส่วนน้อยที่ทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์ เช่น การออกกำลังกาย และอ่านหนังสือ นอกจากนี้บางครั้งการทำกิจกรรมในเวลาว่างยังพบว่าส่วนหนึ่งมีการทำกิจกรรมที่มีโทษ เกิดผลเสียต่อตนเองและผู้อื่น เช่น การเสพยาเสพติด การจับกลุ่มมั่วสุม การทำความผิดเกี่ยวกับทรัพย์สิน การทำความผิดเกี่ยวกับชีวิตและร่างกาย การทำความผิดเกี่ยวกับเพศ โดยพบว่าเยาวชนที่ทำความผิดส่วนใหญ่มีอายุอยู่ระหว่าง 15 ถึง 18 ปี (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2562) ซึ่งปัญหาที่เกิดขึ้นเหล่านี้สามารถแพร่มาสู่เยาวชนคนอื่นๆ ที่อยู่ใกล้ชิดในกลุ่ม ชุมชน โรงเรียน และสังคมได้อีกด้วย ซึ่งส่งผลเสียต่อตัวเยาวชน ครอบครัว ชุมชน รวมทั้งเกิดผลเสียต่อการพัฒนาประเทศชาติในอนาคตผลการศึกษาคณะผู้วิจัยของหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2560) ด้านคุณลักษณะอันพึงประสงค์ พบว่าผู้เรียนจำนวนมากยังมีพฤติกรรมที่ยังไม่เหมาะสม ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลของกระทรวงศึกษาธิการ (2563) และปัญจนาฏ วรวิวัฒน์ชัย (2563) ที่กล่าวว่าในปัญหาการใช้เวลาว่างของเยาวชน เป็นปัญหาที่สำคัญและยังพบได้มาก รัฐบาลได้ใช้งบประมาณในการแก้ปัญหาโดยการจัดการเรียนรู้ ปรับปรุงหลักสูตร ฝึกอบรมครูอาจารย์ให้รู้วิธีแก้ปัญหา จัดค่ายอบรมคุณธรรมนักเรียนเยาวชน เพิ่มงบประมาณมายังโรงเรียน โดยใช้งบประมาณด้านการศึกษาที่เพิ่มขึ้นทุกปี และมีจำนวนมากกว่า 2 เท่าของงบประมาณเมื่อ 10 ปีที่แล้ว (สำนักงานงบประมาณ, 2562) แต่ผลที่ได้พบว่าปัญหาไม่ได้ลดลง แต่กลับดูเพิ่มมากขึ้นด้วย

เนื่องมาจากสภาพสังคมเทคโนโลยีที่เปลี่ยนแปลงไป ดังนั้นการแก้ปัญหาด้านพฤติกรรมของเยาวชน จึงไม่ใช่เกิดจากการขาดเงินสนับสนุน ซึ่งหน่วยงานต่างๆ ที่เกี่ยวข้องควรจะได้หาแนวทางในการแก้ปัญหา และพัฒนาพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของเยาวชนให้ถูกต้อง โดยใช้ตัวแปรสำคัญซึ่งได้จากการศึกษาค้นคว้าจากงานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศ เช่น วิพงษ์ชัย ร้องขันแก้ว และคณะ (2557), ศักดิภัทร์ เฉลิมพุดพิงศ์ (2554), มันดี (Mundy, 1998), แดททิโล (Dattilo, 2011), เบิร์น (Byrne, 2006), เพสซาเวนโต และแอสตัน (Pesavento & Ashton, 2011), ฟาวเซทท์ (Fawcett, 2007), ฟินน์ (Finn, 2006), ลิน (Lin, 2011), สตัมโบ และปีเตอร์สัน (Stumbo & Peterson, 2009) และฮัทชินสัน (Hutchinson, 2012) ซึ่งพบว่า ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม การตระหนักรู้กิจกรรมการใช้เวลาว่าง การตระหนักรู้ตนเองต่อการใช้เวลาว่าง และทักษะการใช้เวลาว่าง เป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลไปยังการตัดสินใจเลือกกิจกรรมการใช้เวลาว่าง และส่งผลต่อไปยังการการแสดงพฤติกรรมการใช้เวลาว่าง หากเยาวชนได้รับการพัฒนาปัจจัยดังกล่าวอย่างถูกต้องเหมาะสม ย่อมทำให้เกิดการแสดงพฤติกรรมการใช้เวลาว่างที่ถูกต้องเหมาะสมต่อไปด้วย

พฤติกรรมการใช้เวลาว่างของเยาวชน

พฤติกรรมการใช้เวลาว่างของเยาวชน หมายถึง การแสดงออกของเยาวชนในการทำกิจกรรมในช่วงเวลาที่อยู่นอกเหนือเวลาที่จำเป็น เช่น เวลาเรียน เวลาทำงาน เวลาทำกิจวัตรที่จำเป็น โดยมีอิสระในการเลือกและทำกิจกรรม ไม่มีการบังคับหรือกดดันจากบุคคลอื่น กิจกรรมถูกกำหนดโดยปัจจัยภายในตัวเยาวชนคนนั้น โดยมีวัตถุประสงค์ของการทำกิจกรรมและการทำกิจกรรมที่เป็นไปในทางที่ดี ตอบสนองความรู้สึกด้านจิตใจ เช่น ความพึงพอใจ ความสุข สนุกสนานเพลิดเพลิน อีกทั้งก่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง หรือผู้อื่น ซึ่งการทำกิจกรรมนั้นสามารถสังเกต วัด เปลี่ยนแปลง และพัฒนาได้ (Mundy, 1998)

จากการศึกษาและการสังเคราะห์งานวิจัยทั้งในประเทศและต่างประเทศของ ชวิตรา ตันติมาลา (2560), อาร์ริตัน สูงสมสกุล (2557), เคราส์ (Kraus, 2001), เคลลี (Kelly, 2012), โซล และคณะ (Zeijl et al., 2001), เดซี และไรอัน (Deci & Ryan, 2000), พาวไร และคณะ (Powrie et al., 2015), ฟาวเซต (Fawcett, 2007), แมนเนลล์ และ ไคลเบอร์ (Mannell & Kleiber, 1997), วอส (Voss, 1967), ฮัทชินสัน (Hutchinson, 2012) และ เฮนเดอร์สัน

(Henderson, 2017) พบว่ามีความสอดคล้องกันขององค์ประกอบหลักของพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของเยาวชน 3 อย่าง ได้แก่

1) เป็นกิจกรรมที่ดี คือ การทำกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ควรจะเป็นกิจกรรมที่ไม่สร้างความเดือดร้อนให้กับตนเอง หรือผู้อื่น ไม่ผิดกฎหมาย ไม่ผิดศีลธรรม และควรก่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง หรือผู้อื่น

2) มีความเป็นอิสระ คือ การทำกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ควรมีการเลือกกิจกรรม และทำกิจกรรมด้วยตนเอง โดยไม่ถูกบังคับ หรือกดดันจากบุคคลอื่น

3) ตอบสนองจิตใจ คือ การทำกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ควรก่อให้เกิดความรู้สึกที่ดี ความพึงพอใจ ความสุข ความสนุกสนาน เกิดขึ้นกับตนเอง

สรุป องค์ประกอบของพฤติกรรมการใช้เวลาว่างจึงประกอบไปด้วยองค์ประกอบหลัก 3 อย่างที่สำคัญ ได้แก่ เป็นกิจกรรมที่ดี มีความเป็นอิสระ และตอบสนองจิตใจ ดังนั้นการทำกิจกรรมการใช้เวลาว่างของเยาวชนควรได้มีการคำนึงถึงองค์ประกอบเหล่านี้เพื่อความเหมาะสม และเกิดผลดีในการทำกิจกรรมการใช้เวลาว่าง

ขอบเขตด้านตัวแปร

จากการศึกษาการพัฒนาพฤติกรรมการใช้เวลาว่าง พบว่ามีแนวคิดทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของเยาวชน เช่น แนวคิดการเรียนรู้สู่การปฏิบัติในการใช้เวลาว่าง (Leisure Education Theory and Practice) ของ มันดี (Mundy, 1998) ซึ่งได้กล่าวถึงปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อพฤติกรรมการใช้เวลาว่าง 5 ปัจจัย ซึ่งประกอบด้วย 1. ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social interaction) 2. การตระหนักรู้กิจกรรมการใช้เวลาว่าง (Leisure awareness) 3. การตระหนักรู้ตนเองต่อการใช้เวลาว่าง (Self-awareness) 4. ทักษะการใช้เวลาว่าง (Leisure skills) และ 5. การตัดสินใจเลือกกิจกรรม (Decision Making) นอกจากนี้ยังมีผู้ที่ได้ศึกษาถึงปัจจัยที่มีผลต่อการพัฒนาพฤติกรรมการใช้เวลาว่าง ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดการเรียนรู้สู่การปฏิบัติในการใช้เวลาว่างของ มันดี (Mundy, 1998) เช่น สตัมโบ และพีเตอร์สัน (Stumbo & Petersonl, 2009), แดททิโล (Dattilo, 2011), ฟาวเซทท์ (Fawcett, 2007), เพสซาเวนโต และแอสตัน (Pesavento & Ashton, 2011) และ ฮัทชินสัน (Hutchinson, 2012) เป็นต้น

จากแนวคิด ในทฤษฎีปัญญาทางสังคม (Social Cognitive theory) ของ อัลเบิร์ต แบนดูรา (Bandura, 1986) ซึ่งได้พัฒนามาจากทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคม (Social Learning Theory) ซึ่งได้กล่าวว่า พฤติกรรมของคนเกิดขึ้น หรือเปลี่ยนแปลงได้ เนื่องจากปัจจัย 2 อย่าง ซึ่งได้แก่ ปัจจัยที่อยู่รอบตัวบุคคล (Environmental) และปัจจัยที่อยู่ภายในตัวบุคคล (Personal) โดยเป็นการเกิดพฤติกรรมอย่างมีปฏิสัมพันธ์กัน

ดังนั้นปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการใช้เวลาว่าง สามารถแบ่งออกได้เป็น 2 กลุ่ม ได้แก่ ปัจจัยภายนอก และปัจจัยภายใน ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

ปัจจัยภายนอก ปัจจัยภายนอกที่สำคัญและมีผลต่อพฤติกรรมการใช้เวลาว่าง ได้แก่

1) ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (Social interaction)

ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม หมายถึง การที่เยาวชนมีความสัมพันธ์ มีการติดต่อสื่อสาร พูดคุยกับบุคคลรอบข้าง เพื่อให้ได้รับความรู้ ความเข้าใจ แนวคิด ความช่วยเหลือ อุปกรณ์ เงิน สถานที่ การสนับสนุน ด้านการทำกิจกรรมใช้เวลาว่าง และนำไปสู่การตัดสินใจเลือก กิจกรรมการใช้เวลาว่าง หากสิ่งที่ได้รับเข้ามาเป็นสิ่งที่ดี ย่อมส่งผลให้มีพฤติกรรมใช้เวลาว่างที่ดี เหมาะสมด้วย

จากการประมวลผลงานวิจัยเกี่ยวข้อง พบว่า ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม เป็นปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของเยาวชน เช่นงานวิจัยของ แมคเคย์ (McKay, 2012), ฟาวเซต (Fawcett, 2007), เพสซาเวนโต และแอสตัน (Pesavento & Ashton, 2011), ฮัทชินสัน (Hutchinson, 2012), ธอร์ลินด์สัน และกันนาร์ (Thorlindsson & Gunnar, 2006), เบิร์น (Byrne, 2006) และ ลิน (Lin, 2011) ซึ่งได้ผลที่สอดคล้องกัน โดยพบว่า เยาวชนที่ได้รับปฏิสัมพันธ์ทางสังคมในทางที่ดี จากบุคคลรอบข้าง เช่น พ่อแม่ ผู้ปกครอง บุคคลในครอบครัว ครู อาจารย์ เพื่อน คนรู้จัก บุคคลในชุมชน เพื่อนบ้าน เจ้าหน้าที่รัฐ หากบุคคลเหล่านี้มีการเอาใจใส่ดูแล ให้ความรู้ ให้การชี้แนะสนับสนุนด้านต่างๆ ชักชวนทำกิจกรรมการใช้เวลาว่างในทางที่ดี ย่อมส่งผลให้เยาวชนมีการตัดสินใจเลือกกิจกรรมที่ดีเหมาะสม และส่งผลต่อการมีพฤติกรรมใช้เวลาว่างในทางที่ดีด้วย

ดังนั้น สามารถสรุปได้ว่า ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม มีผลต่อการตัดสินใจเลือก กิจกรรม และส่งผลไปยังพฤติกรรมใช้เวลาว่างของเยาวชน หากเยาวชนได้รับปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่ดี ย่อมส่งผลต่อการตัดสินใจเลือกกิจกรรม และการมีพฤติกรรมใช้เวลาว่างในทางที่ดี ดังนั้นหากต้องการพัฒนาพฤติกรรมใช้เวลาว่างของเยาวชน บุคคลรอบข้างควร

มีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมด้านการใช้เวลาว่างที่ดีกับเยาวชน ตัวอย่างเช่น นักเรียนมีผู้ปกครอง หรือครูอาจารย์ที่คอยแนะนำเอาใจใส่ในการทำกิจกรรมในเวลาว่างเป็นประจำ ย่อมทำให้นักเรียนได้รับความรู้ แนวคิดที่ดี และเกิดการตัดสินใจทำกิจกรรมการใช้เวลาว่างในทางที่ดี ตามที่ผู้ปกครอง และครูอาจารย์แนะนำ

ปัจจัยภายใน ปัจจัยภายในที่สำคัญและมีผลต่อพฤติกรรมการใช้เวลาว่าง ได้แก่

2) การตระหนักรู้กิจกรรมการใช้เวลาว่าง (Leisure Awareness)

การตระหนักรู้กิจกรรมการใช้เวลาว่าง หมายถึง การรับรู้เกี่ยวกับลักษณะการใช้เวลาว่างที่ดี และประโยชน์ที่จะเกิดขึ้นจากการทำกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ซึ่งการตระหนักรู้กิจกรรมการใช้เวลาว่างจะเกิดขึ้นได้เมื่อมีสิ่งเร้า แล้วทำให้เกิดการรับรู้ (Perceptions) จากนั้นนำไปสู่การเกิดความคิดรวบยอด เกิดการเรียนรู้ และเกิดความตระหนักรู้ต่อการทำกิจกรรมการใช้เวลาว่างตามลำดับ ซึ่งการตระหนักรู้กิจกรรมการใช้เวลาว่างเป็นภาวะทางจิตใจที่เกี่ยวข้องกับประเมินคุณค่าของกิจกรรมการใช้เวลาว่าง และจะนำไปสู่การการตัดสินใจเลือกกิจกรรมการใช้เวลาว่าง และส่งผลต่อไปยังการแสดงพฤติกรรมการใช้เวลาว่าง

การประมวลผลงานวิจัยเกี่ยวข้อง พบว่า การตระหนักรู้กิจกรรมการใช้เวลาว่าง ส่งผลต่อการตัดสินใจเลือกกิจกรรม และส่งผลต่อไปยังพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของเยาวชน เช่น วิพงษ์ชัย ร้องขันแก้ว และคณะ (2557) ได้ศึกษาพบว่า การตระหนักรู้กิจกรรมการใช้เวลาว่าง มีผลต่อการตัดสินใจเลือกกิจกรรม และส่งผลต่อไปยังการพัฒนาพฤติกรรมการใช้เวลาว่างสำหรับเยาวชน นอกจากนี้ยังมีงานวิจัยในต่างประเทศ ที่ศึกษาพบว่าในทำนองเดียวกัน เช่น ฟาวเซต (Fawcett, 2007), เพสซาเวนโต และแอสตัน (Pesavento & Ashton, 2011), มันดี (Mundy, 1998), โรมเมน (Romain, 2016), สตัมโบ และปีเตอร์สัน (Stumbo & Peterson, 2009) และฮัทชินสัน (Hutchinson, 2012) โดยศึกษา พบว่า การตระหนักรู้กิจกรรมการใช้เวลาว่าง (Leisure Awareness) มีผลสำคัญต่อการตัดสินใจเลือกกิจกรรม และส่งผลให้เกิดพฤติกรรมการใช้เวลาว่าง โดยการตระหนักรู้กิจกรรมการใช้เวลาว่าง สามารถสร้างแรงจูงใจ ทำให้เกิด อัตมโนทัศน์ การรับรู้ประโยชน์ การมองเห็นความสัมพันธ์ระหว่างเวลาว่างกับชีวิต การพัฒนาทักษะความสามารถด้านต่างๆ โดยเยาวชนที่มีการตระหนักรู้กิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ดี จะรู้ เข้าใจ เห็นประโยชน์ความสำคัญของกิจกรรมการใช้เวลาว่างในทางที่เป็นจริงและถูกต้อง ซึ่งจะเป็นตัวกระตุ้นการการตัดสินใจเลือกกิจกรรม และแสดงพฤติกรรมการใช้เวลาว่างที่ดี

การตระหนักรู้กิจกรรมการใช้เวลาว่าง (Leisure Awareness) มีผลสำคัญต่อการตัดสินใจเลือกกิจกรรมการใช้เวลาว่าง และจะส่งผลต่อไปยังการแสดงพฤติกรรมการใช้เวลาว่าง ดังนั้นในการพัฒนาพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของเยาวชนจำเป็นต้องพัฒนาการตระหนักรู้กิจกรรมการใช้เวลาว่างด้วย ตัวอย่างเช่น เยาวชนรับรู้ว่าการใช้เวลาว่างในการเล่นกีฬาเป็นสิ่งที่มีความหมาย ทำให้สดชื่น แจ่มใส ร่างกายแข็งแรง รูปร่างสัดส่วนดูดี เยาวชนคนนั้นย่อมที่จะตัดสินใจที่จะใช้เวลาว่างเพื่อการออกกำลังกาย และนำไปสู่การทำกิจกรรมออกกำลังกายในที่สุด

3) การตระหนักรู้ตนเองต่อการใช้เวลาว่าง (Self-awareness)

การตระหนักรู้ตนเองต่อการใช้เวลาว่าง หมายถึง การที่เยาวชนรับรู้ลักษณะของตนเอง ซึ่งได้แก่ ความสนใจ จุดเด่น ข้อจำกัด เป้าหมายของตนเอง และการรับรู้ความรู้สึกของตนเองที่มีต่อการทำกิจกรรมการใช้เวลาว่าง เมื่อเยาวชนมีการรับรู้ตนเองต่อการใช้เวลาว่างแล้วจะเกิดการตัดสินใจเลือกกิจกรรมการใช้เวลาว่างให้ เหมาะสมกับความสนใจ จุดเด่น ข้อจำกัด เป้าหมายของตนเอง และจะทำกิจกรรมได้อย่างมีประสิทธิภาพตามการรับรู้ตนเอง

ผลการศึกษางานวิจัยเกี่ยวข้อง พบว่า การตระหนักรู้ตนเองต่อการใช้เวลาว่าง จะส่งผลต่อการตัดสินใจเลือกกิจกรรม และส่งผลไปยังพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของเยาวชน เช่นงานวิจัยในประเทศของ วิพงษ์ชัย ร้องขันแก้ว และคณะ (2557) และ ศักดิ์ภัทร์ เฉลิมพุดพิงศ์ (2554) พบว่าเยาวชนที่มีความตระหนักรู้ในตนเองต่อการใช้เวลาว่างในทางที่ดี ก็จะสามารถตัดสินใจเลือกกิจกรรมในทางที่ดี เหมาะกับตนเอง และสามารถพัฒนาการใช้เวลาว่าง ให้ดีขึ้นและเหมาะสมกับตนเองยิ่งขึ้น นอกจากนี้ยังมีงานวิจัยในต่างประเทศที่ศึกษา และได้ข้อค้นพบในลักษณะเดียวกัน เช่น เพสซาเวนโต และแอสตัน (Pesavento & Ashton, 2011), ฟินน์ (Finn, 2006), ฮัทชินสัน (Hutchinson, 2012), มันดี้ (Mundy, 1998) และ เบิร์น (Byrne, 2006) ได้ศึกษาพบว่า การตระหนักรู้ตนเองต่อการใช้เวลาว่าง ทำให้เยาวชนรู้จักตนเองในด้านต่างๆ เช่น ความรู้สึก ความพึงพอใจ ความต้องการ ความคาดหวัง เป้าหมาย ผลลัพธ์ ทักษะ ความสามารถ จุดเด่น จุดด้อย ข้อได้เปรียบ ข้อจำกัด ทำให้สามารถตัดสินใจเลือกกิจกรรมที่เหมาะสมกับตนเองอย่างมีประสิทธิภาพ ถ้าเยาวชนได้รับการพัฒนาการตระหนักรู้ตนเองต่อการใช้เวลาว่างที่ดีแล้ว จะทำให้เกิดพฤติกรรมการใช้เวลาว่างไปในทางที่ดี นำไปสู่การพัฒนาด้านสุขภาพ ความสุข การมีชีวิตชีวา การมีส่วนร่วมในชุมชน

ทักษะความสามารถ และยังทำให้เยาวชนเกิดแรงจูงใจที่ดี มีความรู้สึกที่ดี ส่งผลทำให้พฤติกรรม การใช้เวลากว้างเป็นไปในทางที่ดีขึ้น

จากงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สามารถสรุปได้ว่า การตระหนักรู้ตนเองต่อการใช้เวลา กว้าง เป็นปัจจัยภายในที่ทำให้เยาวชนรู้จัก ความสนใจ จุดเด่น ข้อจำกัด เป้าหมายของตนเอง และการรับรู้ความรู้สึกของตนเองนี้ จะทำให้สามารถตัดสินใจเลือกทำกิจกรรมการใช้เวลา กว้าง ที่เหมาะสมกับตนเอง และเกิดประสิทธิภาพ ตัวอย่างเช่น เยาวชนที่รับรู้ว่าคุณค่าตนเองมีจุดเด่น ของตัวเองในด้านการเป็นคนชอบความสวยงามศิลปะ เป็นคนละเอียดอ่อน ย่อมทำให้ เยาวชนตัดสินใจเลือกทำกิจกรรมด้านศิลปะ วาดภาพ ระบายสี ประดิษฐ์สิ่งของสวยงาม และนำไปสู่การแสดงพฤติกรรมการใช้เวลากว้างตามกิจกรรมที่เลือก ดังนั้นในการพัฒนา พฤติกรรมการใช้เวลากว้างควรมีการพัฒนาการตระหนักรู้ตนเองต่อการใช้เวลา กว้างด้วย

4) ทักษะการใช้เวลากว้าง (Leisure skills)

ทักษะการใช้เวลากว้าง (Leisure skills) หมายถึง ความสามารถ ความชำนาญ ในการทำกิจกรรมการใช้เวลา กว้างของเยาวชน ซึ่งเกิดขึ้นจากการฝึกฝน หรือการกระทำบ่อยๆ โดยทักษะเหล่านั้นอาจแบ่งได้เป็นทักษะที่เกี่ยวข้องกับการส่งเสริมการทำกิจกรรมการ ใช้เวลา กว้าง เช่น การวางแผน การแก้ปัญหา การประเมินผล หรือทักษะในการทำกิจกรรม ด้านกีฬา การเต้นรำ ศิลปะ งานฝีมือ เลี้ยงสัตว์ ปลูกพืช คอมพิวเตอร์ ซึ่งทักษะเหล่านี้จะเป็นปัจจัย ส่งเสริมการทำกิจกรรมการใช้เวลา กว้าง เยาวชนจะใช้ทักษะการใช้เวลากว้างที่มีอยู่เป็นปัจจัยที่ สำคัญอย่างหนึ่งในการตัดสินใจเลือกกิจกรรมการใช้เวลา กว้างของตนเอง และส่งผลต่อไปยัง การแสดงพฤติกรรมการใช้เวลากว้าง

จากการศึกษางานวิจัยเกี่ยวข้องในประเทศไทย พบว่า ทักษะการใช้เวลากว้าง (Leisure skills) ส่งผลต่อการตัดสินใจเลือกกิจกรรม และส่งผลให้เกิดพฤติกรรมการใช้เวลา กว้างของเยาวชนในทางที่ดี เช่น งานวิจัยของ ศักดิ์สิทธิ์ เฉลิมพุฒิพงษ์ (2554) ซึ่งพบว่าทักษะ การใช้เวลากว้าง เป็นปัจจัยหนึ่งส่งผลต่อการตัดสินใจเลือกกิจกรรม และมีผลต่อพฤติกรรม การใช้เวลากว้างของเยาวชน นอกจากนี้ยังมีงานวิจัยในต่างประเทศที่ศึกษาได้ข้อค้นพบใน ทำนองเดียวกัน เช่น คลอดเวลล์ และวิทท์ (Caldwell & Witt, 2011), เพสซาเวนโต และ แอชตัน (Pesavento & Ashton, 2011), ฟินน์ (Finn, 2006), ฮัทชินสัน (Hutchinson, 2012) โดยพบว่า ทักษะการใช้เวลากว้างมีผลต่อพฤติกรรมการใช้เวลากว้าง โดยทักษะที่เอื้อต่อ การทำกิจกรรมการใช้เวลากว้าง และทักษะในการทำกิจกรรม ซึ่งทักษะเหล่านี้มีส่วนส่งเสริม

และมีผลต่อการตัดสินใจเลือกกิจกรรมการใช้เวลาว่างของเยาวชน และการฝึกฝนเพื่อเพิ่มทักษะการใช้เวลาว่าง สามารถทำให้พฤติกรรมการใช้เวลาว่างของเยาวชนเป็นไปอย่างมีประสิทธิภาพ

จากการงานวิจัยที่กล่าวมาแล้วสามารถสรุปได้ว่า ทักษะการใช้เวลาว่าง (Leisure skills) เป็นปัจจัยภายในที่สำคัญอย่างหนึ่งของเยาวชนที่ช่วยส่งเสริมพฤติกรรมการใช้เวลาว่างให้มีประสิทธิภาพ และส่งผลต่อการตัดสินใจเลือกกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ตัวอย่าง เช่น เยาวชนเป็นผู้ที่มีทักษะในการแก้ปัญหาที่เกิดขึ้นจากการใช้เวลาว่างได้เป็นอย่างดี เมื่อเขาเกิดปัญหาในการทำกิจกรรมการใช้เวลาว่าง เขาย่อมสามารถแก้ไขปัญหาได้ ส่งผลให้เขากลับตัดสินใจที่จะทำกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่หลากหลายและท้าทาย เพราะเมื่อมีปัญหาและอุปสรรคเกิดขึ้นแล้วเขาสามารถแก้ไขได้ ดังนั้นในการพัฒนาพฤติกรรมการใช้เวลาว่างจึงควรพัฒนาทักษะการใช้เวลาว่างด้วย

5) การตัดสินใจเลือกกิจกรรม (Decision Making)

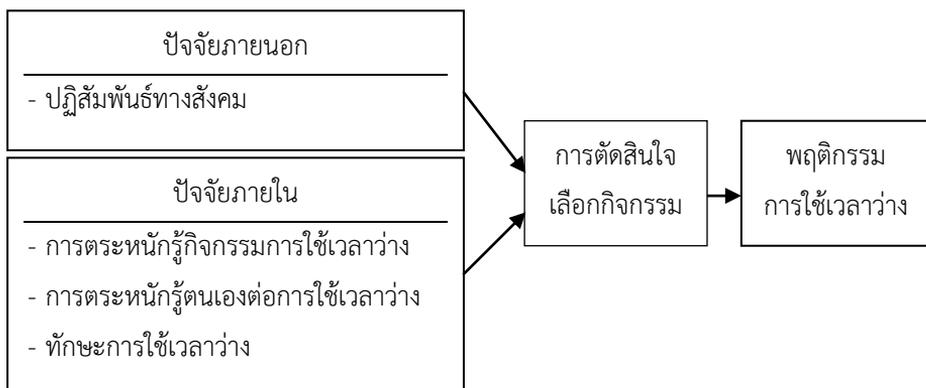
การตัดสินใจเลือกกิจกรรม (Decision Making) หมายถึง การที่เยาวชนพิจารณา กิจกรรมการใช้เวลาว่าง และเลือกทำกิจกรรมอย่างมีเหตุผล โดยใช้กระบวนการรวบรวมข้อมูล สร้างทางเลือก เปรียบเทียบทางเลือก จากนั้นจึงเลือกกิจกรรม โดยมีหลักการในการเลือกที่สำคัญ ได้แก่ กิจกรรมนั้นเป็นกิจกรรมในทางที่ดี มีความเป็นอิสระในการเลือกและทำกิจกรรม และตอบสนองต่อความรู้สึกและจิตใจของตนเอง

จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการตัดสินใจเลือกกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ในประเทศไทย มีผู้ที่ได้ศึกษา เช่น วิพงษ์ชัย ร้องขันแก้ว และคณะ (2557) พบว่า การตัดสินใจเลือกกิจกรรมเป็นปัจจัยที่สำคัญที่มีผลโดยตรงต่อพฤติกรรมการใช้เวลาว่าง ที่จะทำให้นักเรียนตัดสินใจเลือกกิจกรรมโดยใช้เหตุผล และส่งผลถึงการแสดงพฤติกรรมการใช้เวลาว่าง ส่วนงานวิจัยในต่างประเทศ เช่น มันดี (Mundy, 1998), โอปเพนแฮม (Oppenheim, 1979), แม็คกรู และวิลสัน (McGrew & Wilson, 1982) และ ดาตทิลโล (Dattilo, 2011) ได้ศึกษาเกี่ยวกับการเลือกกิจกรรม และได้ข้อค้นพบที่มีความสอดคล้องกัน โดยพบว่า การตัดสินใจเลือกกิจกรรมการใช้เวลาว่าง เป็นกระบวนการใช้เหตุผล โดยมีผลสืบเนื่องมาจากหลายด้าน เช่น การตระหนักถึงความสัมพันธ์ระหว่างตนเองกับกิจกรรมการใช้เวลาว่าง ประโยชน์ที่จะเกิดขึ้น การพัฒนาตนเอง การมีส่วนร่วมในกิจกรรม เป้าหมายที่ต้องการ การจัดการกับปัญหา และส่งผลโดยตรงมายังพฤติกรรมการใช้เวลาว่าง

ดังนั้นสามารถสรุปได้ว่า การตัดสินใจเลือกกิจกรรม (Decision Making) เป็นกระบวนการสำคัญของบุคคลที่ได้มาจากกรรวบรวมข้อมูล การสร้างทางเลือก การเปรียบเทียบทางเลือก และเลือกกิจกรรม ซึ่งมีผลต่อกิจกรรมที่ทำ อีกทั้งเป็นการควบคุมพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของเยาวชนให้เป็นไปในทิศทางที่เหมาะสมถูกต้อง โดยยึดหลัก เป็นการทำกิจกรรมที่ดี มีความเป็นอิสระ และสามารถตอบสนองจิตใจของตนเอง ซึ่งจะส่งผลโดยตรงต่อพฤติกรรมใช้เวลาว่างของเยาวชน ตัวอย่างเช่น เยาวชนที่มีปัจจัยต่างๆ ในทางที่ดี ได้แก่ ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม การตระหนักรู้กิจกรรมใช้เวลาว่าง การตระหนักรู้ตนเองต่อใช้เวลาว่าง ทักษะใช้เวลาว่าง จะก็นำปัจจัยต่างๆ เหล่านี้มาพิจารณา สร้างทางเลือก เปรียบเทียบทางเลือก และตัดสินใจเลือกกิจกรรมอย่างมีเหตุผล หากเยาวชนมีการตัดสินใจที่ดี ย่อมเลือกกิจกรรมที่เหมาะสม เกิดประโยชน์สูงสุดได้ และนำไปสู่การทำกิจกรรมที่ดีมีความเหมาะสม ดังนั้นในการพัฒนาพฤติกรรมใช้เวลาว่างจึงควรมีการพัฒนาการการตัดสินใจเลือกกิจกรรมใช้เวลาว่างด้วย

ความสัมพันธ์ของปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมใช้เวลาว่าง

จากแนวคิดของปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมใช้เวลาว่างที่กล่าวมาแล้ว สามารถนำไปสร้างเป็นกรอบแนวคิดเพื่อใช้ในการพัฒนาพฤติกรรมใช้เวลาว่างได้ดังภาพที่ 1



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดความสัมพันธ์ของตัวแปรที่มีผลต่อพฤติกรรมใช้เวลาว่าง

ปัจจัยที่สำคัญที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการใช้เวลาว่างแบ่งออกได้เป็น 2 กลุ่มได้แก่ปัจจัยภายนอก ซึ่งได้แก่ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม และปัจจัยภายใน ได้แก่การตระหนักรู้กิจกรรมการใช้เวลาว่าง การตระหนักรู้ตนเองต่อการใช้เวลาว่าง และทักษะการใช้เวลาว่าง ซึ่งปัจจัยเหล่านี้มีผลโดยตรงต่อการตัดสินใจเลือกกิจกรรม หากเยาวชนได้รับการพัฒนาปัจจัยเหล่านี้ให้ดีแล้ว ย่อมส่งผลต่อไปยังพฤติกรรมการใช้เวลาว่างที่ดีด้วย

บทสรุป

จากการทบทวนแนวคิดทฤษฎี และการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของเยาวชน แสดงให้เห็นว่า มีปัจจัยเชิงสาเหตุของพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของเยาวชนที่สำคัญ 5 ปัจจัยซึ่งประกอบด้วย ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม การตระหนักรู้กิจกรรมการใช้เวลาว่าง การตระหนักรู้ตนเองต่อการใช้เวลาว่าง และทักษะการใช้เวลาว่าง ซึ่งปัจจัยดังกล่าวจะส่งผลโดยตรงต่อ การตัดสินใจเลือกกิจกรรม และส่งผลต่อไปยังพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของเยาวชน ดังนั้นในการที่จะพัฒนาพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของเยาวชน ควรมีการศึกษาและพัฒนาปัจจัยต่างๆ เหล่านี้ให้เข้าใจอย่างถ่องแท้ เพื่อนำมาใช้ เช่น ปฏิสัมพันธ์ทางสังคม อาจพัฒนาได้โดยการฝึกให้เยาวชนเป็นผู้รู้จักซักถาม พุดคุย ขอคำแนะนำ ความช่วยเหลือ จากบุคคลรอบข้าง เพื่อที่จะได้รับสิ่งของ ความรู้ มาใช้ในการทำกิจกรรมการใช้เวลาว่าง การตระหนักรู้กิจกรรมการใช้เวลาว่าง อาจพัฒนาโดยการชี้แนะให้เยาวชนได้ฝึกคิด ถึงลักษณะของการใช้เวลาว่างที่ดีและประโยชน์ที่เกิดขึ้นจากการใช้เวลาว่าง การตระหนักรู้ตนเองต่อการใช้เวลาว่าง อาจพัฒนาได้โดยการชี้แนะให้เยาวชนมองตนเอง พิจารณถึงจุดเด่น ข้อจำกัด ของตนเองที่เกี่ยวกับการทำกิจกรรมการใช้เวลาว่าง และทักษะการใช้เวลาว่าง อาจใช้การให้เยาวชนได้รับการพัฒนาทักษะต่างๆ ทั้งทักษะที่ส่งเสริมการทำกิจกรรม และทักษะความสามารถในการทำกิจกรรมต่างๆ เมื่อเยาวชนได้รับการพัฒนาในทุกปัจจัยแล้ว ย่อมพิจารณาใช้เหตุผลเลือกกิจกรรมที่ดีมีประโยชน์เหมาะสมกับตนเอง และทำกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่ดี มีอิสระ และตอบสนองต่อจิตใจของเยาวชน

นอกจากนี้ควรมีการศึกษา เพื่อหานำหนักความสำคัญของแต่ละปัจจัย และนำผลที่ได้ไปใช้ในการพัฒนาพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของเยาวชนตามความสำคัญของน้ำหนัก และอาจมีการ การสร้างโปรแกรมการพัฒนาพฤติกรรมการใช้เวลาว่าง ซึ่งใช้ตัวแปรที่สำคัญ ทั้ง 5 ตัวแปร และออกแบบกิจกรรมตามค่าน้ำหนักความสำคัญของตัวแปรทั้ง 5 ตัวแปร

เพื่อให้หน่วยงาน หรือบุคคลที่เกี่ยวข้อง นำไปใช้ในการพัฒนาพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของเยาวชนให้มีประสิทธิภาพสูงสุด เพื่อเป็นประโยชน์ต่อเยาวชน สังคม และประเทศชาติต่อไป

เอกสารอ้างอิง

กระทรวงศึกษาธิการ. (2563). **สภากรรมการจัดการเรียนรู้เชิงพื้นที่ในบริบทประเทศไทย.**

สำนักคณะกรรมการศึกษาขั้นพื้นฐานกระทรวงศึกษาธิการ, กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.

ชวิตรา ตันติมาลา. (2560). **การสร้างอัตลักษณ์ของตลาดนัดภายในมหาวิทยาลัยของรัฐ**

เขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาการวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ประยุกต์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ.

ปัญญาญ วรวัฒนชัย. (2563). พฤติกรรมที่เป็นปัญหาของสังคม. **วารสารสารสนเทศ, 19(2), 1-16.**

วิพงษ์ชัย ร้องขันแก้ว, อุษากร พันธุ์วานิช, มยุรี ศุภวิบูลย์ และ สุวิมล ตั้งสัจจงจน์. (2557).

การพัฒนาโปรแกรมการศึกษาการใช้เวลาว่างสำหรับเด็กชั้นประถมศึกษาตอนปลายในสถานสงเคราะห์. **วารสารคณะพลศึกษา, 17(1), 67-78.**

ศักดิ์ภักดิ์ เฉลิมพุมพิงศ์. (2554). การศึกษาการใช้เวลาว่างเพื่อการส่งเสริมคุณภาพชีวิต.

วารสารคณะพลศึกษา, 14(2), 10-21.

สำนักงานประมาณ. (2562). **งบประมาณโดยสังเขปประจำปีงบประมาณ พ.ศ. 2562.**

กรุงเทพฯ: สำนักนายกรัฐมนตรี.

สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2562). **การใช้เวลาว่างของเยาวชน พ.ศ. 2562.** กรุงเทพฯ:

สำนักงานสถิติแห่งชาติ.

อารีรัตน์ สูงสมสกุล. (2557). **รูปแบบการเข้าร่วมการใช้เวลาว่างของประชาชนในจังหวัด**

ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ. วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชานันทนาการ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

Bandura, A. (1986). **Social foundations of thought and action: A social cognitive theory.** Englewood Cliffs: Prentice-Hall.

Byrne, T. (2006). **Free-time and leisure needs of young people living in disadvantaged communities.** Dublin: Combat Poverty Agency.

- Caldwell, L. L., & Witt, P. A. (2011). Leisure, recreation, and play from a developmental context. *New directions for youth development*, **2011**(130), 13-27.
- Dattilo, J. (2011). **Facilitation Techniques in Therapeutic Recreation**. Pennsylvania: Venture Publishing.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, **11**, 227-268.
- Fawcett, L. M. (2007). **School's Out: Adolescent Leisure Time Activities, Influences and Consequences**. Australia: Faculty of Computing, Health and Science, Edith Cowan University.
- Finn, P. R. (2006). **An evaluation of the effects of a leisure education Curriculum**. Philosophy in Public College of Health and Public Affairs, University of Central Florida Orlando, USA.
- Henderson, A. (2017). Context and dialogue in research on women and leisure. *Journal of Leisure Research*, **34**(3), 253-271.
- Hutchinson, S. (2012). Leisure Education: A New Goal for An Old Idea Whose Time Has Come *Pedagogía Social. Revista Interuniversitaria*, **19**, 127-139.
- Kelly, J. R. (1987). **Freedom to be: A new sociology of leisure**. State College, PA: Venture Publishing.
- Kraus, R. (2001). **Recreation and Leisure in Modern Society**. (6th ed.). Sudbury, MA: Jones & Bartlett.
- Lin, T. C. (2011). Leisure activities' selection and motivation. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, **1**(3), 308.
- Mannell, R. C., & Kleiber, D. A. (1997). **A social psychology of leisure**. State College, PA: Venture.

- McGrew, A. G., & Wilson M. J. (1982). **Decision Making: Approaches and Analysis**. Manchester, UK: Manchester University Press.
- McKay, C. (2012). **The psychological benefits of participation in leisure pursuits for adolescents**. New Hampshire: University of New Hampshire.
- Mundy, J. (1998). **Leisure education: Theory and practice**. Champaign, IL: Sagamore.
- Oppenheim, A. N. (1979). **Questionnaire design and attitude measurement** (2nd ed.). New York: Basic Book.
- Pesavento, L., & Ashton, C. (2011). **Leisure education in the schools: Promoting healthy lifestyles for all children and youth**. San Diego, CA: American Association for Physical Activity and Recreation (AAPAR).
- Powrie, B., Kolehmainen, N., Turpin, M., Ziviani, J., & Copley, J. (2015). The meaning of leisure for children and young people with physical disabilities: a systematic evidence synthesis. **Developmental Medicine & Child Neurology**, 57(11), 993-1010.
- Romain, R., Royer, C., Auger, D., & Adjizian, J. M. (2016). Development of adolescents' leisure interests and social involvement. **Annals of Leisure Research**, 19(1), 1-15.
- Stumbo, N. J. & Peterson, C. A. (2009). **Therapeutic recreation program design: Principles and procedures**. (5th ed.). San Francisco, CA: Paerson Benjamin Cummings.
- Thorlindsson, T. & Gunnar, B. J. (2006). Peer groups and substance use: examining the direct and interactive effect of leisure activity. **Adolescence**, 41(162), 321-339.
- Voss, J. (1967). The definition of leisure. **Journal of Economic issues**, 1(1-2), 91-106.
- Zeijl, E., du Bois-Reymond, M., & Te Poel, Y. (2001). Young Adolescents' Leisure Patterns. **Society and Leisure**, 24(2), 379-402.