

อิทธิพลของการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว และการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวต่อพฤติกรรม
การท่องเที่ยวในกลุ่มนักท่องเที่ยวสะพายเป้หญิง: บทบาทของการจัดการกับข้อจำกัดในฐานะ ตัวแปร
ส่งผ่าน และอิทธิพลกำกับของความมุ่งมั่นในตนเอง



วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาจิตวิทยา ไม่สังกัดภาควิชา/เทียบเท่า
คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ปีการศึกษา 2561
ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

EFFECTS OF PERCEIVED TRAVEL CONSTRAINTS AND PERCEIVED TRAVEL BENEFITS ON
FEMALE BACKPACKER'S TRAVEL BEHAVIOR: MEDIATING EFFECT OF CONSTRAINT
NEGOTIATION AND MODERATING EFFECT OF SELF-DETERMINATION



A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Degree of Master of Arts in Psychology
Common Course
Faculty of Psychology
Chulalongkorn University
Academic Year 2018
Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์	อิทธิพลของการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว และการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวในกลุ่มนักท่องเที่ยวสะพายเป้หญิง: บทบาทของการจัดการกับข้อจำกัดในฐานะ ตัวแปรส่งผ่าน และอิทธิพลกำกับของความมุ่งมั่นในตนเอง
โดย	น.ส.ฐิติวรรณ สีผึ้ง
สาขาวิชา	จิตวิทยา
อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก	ดร.หยกฟ้า อิศรานนท์

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้หัวข้อวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต

..... คณบดีคณะจิตวิทยา
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พรรณระพี สุทธิวรรณ)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วัชรภรณ์ บุญยศิริวัฒน์)

..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก
(ดร.หยกฟ้า อิศรานนท์)

..... กรรมการ
(ดร.ประพิมพ์า จรัลรัตนกุล)

..... กรรมการภายนอกมหาวิทยาลัย
(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.สิทธิพงศ์ วัฒนานนท์สกุล)

ฐิติวรรณ สี่ฝั่ง : อิทธิพลของการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว และการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวในกลุ่มนักท่องเที่ยวสะพายเป้หญิง: บทบาทของการจัดการกับข้อจำกัดในฐานะ ตัวแปรส่งผ่าน และอิทธิพลกำกับของความมุ่งมั่นในตนเอง. (EFFECTS OF PERCEIVED TRAVEL CONSTRAINTS AND PERCEIVED TRAVEL BENEFITS ON FEMALE BACKPACKER'S TRAVEL BEHAVIOR: MEDIATING EFFECT OF CONSTRAINT NEGOTIATION AND MODERATING EFFECT OF SELF-DETERMINATION) อ.ที่ปรึกษาหลัก : ดร.หยกฟ้า อิศรานนท์

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว และการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว ที่ส่งผลให้เกิดพฤติกรรมการท่องเที่ยว โดยมีการจัดการกับข้อจำกัดเป็นตัวแปรส่งผ่าน และมีความมุ่งมั่นในตนเองเป็นตัวแปรกำกับ ผู้เข้าร่วมการวิจัยในครั้งนี้คือ นักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้หญิง ชาวไทย จำนวนทั้งหมด 283 คน ทำมาตรวัดการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว มาตรวัดการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว มาตรวัดการจัดการกับข้อจำกัด มาตรวัดพฤติกรรมการท่องเที่ยว และมาตรวัดความมุ่งมั่นในตนเอง การตรวจสอบสมมติฐานด้วยการทดสอบตัวแปรส่งผ่านและตัวแปรกำกับ โดยการทดสอบตัวแปรส่งผ่านอย่างมีเงื่อนไข (moderated mediation) ผ่านโปรแกรมเสริม PROCESS ใน SPSS

ผลการวิจัยพบว่า การรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวสามารถทำนายพฤติกรรมการท่องเที่ยวได้ในทิศทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมีการจัดการกับข้อจำกัดเป็นตัวแปรส่งผ่านแบบสมบูรณ์ (full mediation) อย่างไรก็ตามผลการวิเคราะห์พบว่าการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวไม่สามารถทำนายการจัดการกับข้อจำกัดได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ จึงสรุปได้ว่าการจัดการกับข้อจำกัดไม่เป็นตัวแปรส่งผ่านระหว่างการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวและพฤติกรรมการท่องเที่ยว นอกจากนี้ยังพบว่าความมุ่งมั่นในตนเองไม่มีอิทธิพลกำกับในความสัมพันธ์ระหว่างการจัดการกับข้อจำกัดและพฤติกรรมการท่องเที่ยวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติอีกด้วย

สาขาวิชา จิตวิทยา

ปีการศึกษา 2561

ลายมือชื่อนิสิต

ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาหลัก

5977607038 : MAJOR PSYCHOLOGY

KEYWORD: Backpacking, Perceived travel constraints, Perceived travel benefits,
Constraint negotiation, Self-determination

Thitiwan Seephueng : EFFECTS OF PERCEIVED TRAVEL CONSTRAINTS AND
PERCEIVED TRAVEL BENEFITS ON FEMALE BACKPACKER'S TRAVEL
BEHAVIOR: MEDIATING EFFECT OF CONSTRAINT NEGOTIATION AND
MODERATING EFFECT OF SELF-DETERMINATION. Advisor: Yokfah Isaranon,
Ph.D.

This research aimed to examine a mediating effect of constraint negotiation on the association between perceived travel constraints and travel behavior as well as that between perceived travel benefits and travel behavior. This study also examined a moderating effect of self-determination on the association between constraint negotiation and travel behavior. Two hundred and eighty three Thai female backpackers completed measurements of perceived travel constraints, perceived travel benefits, constraint negotiation, travel behavior, and self-determination. Moderated mediation analysis was used to test the hypotheses of this study through PROCESS Macro by SPSS.

The results demonstrate that perceived travel constraints significantly negatively predicted travel behavior and the relationship was fully mediated by constraints negotiation (indirect effect = .09, $p < .05$). However, it was found that there was no statistically significant relationship between perceived travel benefits and constraint negotiation. Therefore, constraint negotiation was not a mediator of the relationship between perceived travel benefits and travel behavior. Moreover, self-determination had no moderating effect on the association between constraint negotiation and travel behavior.

Field of Study: Psychology

Student's Signature

Academic Year: 2018

Advisor's Signature

กิตติกรรมประกาศ

การเรียนในระดับมหาบัณฑิตนี้จะไม่สามารถบรรลุไปได้เลย หากขาดความช่วยเหลือ แรงสนับสนุนและกำลังใจอันดีจากบุคคลเหล่านี้

แม่ อี พ่อและครอบครัวที่ไม่เคยบังคับ ครอบครัวที่เคารพในการตัดสินใจและสนับสนุนในสิ่งที่ผู้วิจัยทำมาโดยตลอด อีกทั้งเป็นแรงผลักดันที่สำคัญที่สุดที่ทำให้ผู้วิจัยมาอยู่จนจุดนี้ได้ ขอบพระคุณสำหรับกำลังใจ ความรักและความห่วงใยที่มีให้ผู้วิจัยทั้งในวันที่ดีและวันที่แยเสมอ

อาจารย์ ดร.หยกฟ้า อิศรานนท์ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ผู้ซึ่งไม่เพียงแต่ถ่ายทอดความรู้ให้กับผู้วิจัย หากยังเป็นผู้ที่คอยชี้แนะแนวทาง ให้คำปรึกษาและคำแนะนำในการแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ ในการทำวิทยานิพนธ์เล่มนี้อย่างสมบูรณ์ อีกทั้งยังให้กำลังใจในการเรียน คอยเสริมแรงในทางบวกให้ผู้วิจัยในการทำวิทยานิพนธ์มาเสมอ

คณาจารย์สาขาวิชาจิตวิทยาสังคมทุกท่าน ที่ได้เอาใจใส่ ให้คำปรึกษา และถ่ายทอดความรู้ รวมไปถึงประสบการณ์ มากมายที่เป็นประโยชน์แก่ผู้วิจัย

คุณวัลลภ สีหเดชวิระ และบุคลากรฝ่ายกิจการนิสิตทุกท่าน ที่ช่วยดำเนินการธุระในด้านการเรียน และการทำวิทยานิพนธ์ได้อย่างราบรื่น จนทำให้ผู้วิจัยจบการศึกษาได้อย่างสมบูรณ์

เพื่อน ๆ พี่ ๆ ปริญญาโท/เอกทุกคนที่ฝ่าฟันมาด้วยกัน และคอยให้ความช่วยเหลือ คำแนะนำ ซึ่งกันและกันเสมอ ทำให้ผู้วิจัยไม่เคยรู้สึกที่ต้องสู้ยู่ลำพัง รวมไปถึงเพื่อนที่อยู่รอบข้างทุก ๆ คน ที่ไม่เพียงเป็นแหล่งกำลังใจที่ดีมาโดยตลอด แต่ยังให้ความช่วยเหลือในการเก็บข้อมูล ให้วิทยานิพนธ์นี้เสร็จสิ้นได้

นิพพิชฌน์ มงคลทอง ผู้ที่บางครั้งถึงจะไม่เข้าใจในสิ่งที่ผู้วิจัยทำ แต่ก็สนับสนุนกันมาเสมอ และเป็นที่พัก กำลังใจ พลังบวกให้ผู้วิจัยในเวลาที่ต้องการมาโดยตลอด

และท้ายที่สุด วิทยานิพนธ์นี้จะไม่สามารถสำเร็จไปได้ หากไม่มีผู้เข้าร่วมวิจัยทุกคนที่กรุณา สละเวลา กรอกแบบสอบถามให้แก่ผู้วิจัยอย่างครบถ้วนสมบูรณ์

ผู้วิจัยขอขอบคุณทุกท่านอย่างสูงมา ณ ที่นี้

ฐิติวรรณ สีผึ้ง

สารบัญ

	หน้า
.....	ค
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ค
.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	ง
กิตติกรรมประกาศ.....	จ
สารบัญ.....	ฉ
สารบัญตาราง.....	1
สารบัญรูปภาพ.....	2
บทที่ 1 บทนำ.....	3
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	3
แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง	6
แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับข้อจำกัดในการท่องเที่ยว (Travel Constraint)	12
แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการจัดการกับข้อจำกัด (Constraint negotiation)	19
แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความมุ่งมั่นในตนเอง (Self-determination).....	24
งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	29
วัตถุประสงค์ในการวิจัย	37
ขอบเขตของการวิจัย.....	37
สมมติฐานการวิจัย	38
คำจำกัดความที่ใช้ในงานวิจัย.....	39
ประโยชน์ที่ได้รับ.....	40
บทที่ 2 วิธีดำเนินการวิจัย	41

กลุ่มตัวอย่าง	41
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	43
การเก็บรวบรวมข้อมูล	54
วิธีการวิเคราะห์ข้อมูล	55
บทที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	56
ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย	57
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล และการตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้นในการวิเคราะห์โมเดล	57
การวิเคราะห์โมเดลความสัมพันธ์ที่ทดสอบการเป็นตัวแปรส่งผ่านอย่างมีเงื่อนไข (Moderated mediation)	59
การวิเคราะห์เพิ่มเติม	64
บทที่ 4 อภิปรายผล	67
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ	75
ข้อจำกัดและข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยในอนาคต	78
ข้อเสนอแนะเพื่อนำผลวิจัยไปประยุกต์ใช้	80
บรรณานุกรม	82
ภาคผนวก	92
ภาคผนวก ก	93
ภาคผนวก ข	100
ประวัติผู้เขียน	106

สารบัญตาราง

หน้า

ตารางที่ 1 แสดงสัดส่วนการจัดโควตาโดยพิจารณาจากจำนวนโฮสเทล.....	43
ตารางที่ 2 จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างในการพัฒนามาตรวัดการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว จำแนกตามข้อมูลพื้นฐานต่าง ๆ (N = 85).....	44
ตารางที่ 3 จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างในการพัฒนามาตรวัดการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว จำแนกตามข้อมูลพื้นฐานต่าง ๆ (N = 85).....	46
ตารางที่ 4 จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างในการพัฒนามาตรวัดการจัดการกับข้อจำกัด จำแนกตาม ข้อมูลพื้นฐานต่าง ๆ (N = 78).....	49
ตารางที่ 5 จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างในการพัฒนามาตรวัดความมุ่งมั่นในตนเอง จำแนกตาม ข้อมูลพื้นฐานต่าง ๆ (N = 74).....	52
ตารางที่ 6 ข้อมูลอายุ สถานภาพสมรส และอาชีพของผู้ร่วมการวิจัย.....	58
ตารางที่ 7 ค่ามัธยฐานเลขคณิต ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน คะแนนต่ำสุด คะแนนสูง และค่า ความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร (N = 283).....	59
ตารางที่ 8 ค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยมาตรฐาน ค่ากำลังสองของความสัมพันธ์พหุคูณ และค่าความต่าง ของความแปรปรวน ของตัวแปรการทำนายการจัดการกับข้อจำกัด และพฤติกรรมการท่องเที่ยว โดย มีความมุ่งมั่นในตนเองเป็นตัวแปรกำกับ (N = 283).....	60
ตารางที่ 9 ผลการวิเคราะห์ผลรวมของอิทธิพล อิทธิพลทางตรง และอิทธิพลทางอ้อมของการรับรู้ ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวโดยมีการจัดการกับข้อจำกัดเป็นตัวแปรส่งผ่าน (N=283).....	62
ตารางที่ 10 สหสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบของตัวแปรการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว ค่ามัธย คณิต และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (N = 283).....	65
ตารางที่ 11 การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) ในการทำนาย พฤติกรรมการท่องเที่ยว ด้วยวิธีใส่ตัวแปรอิสระเข้าสู่สมการทุกตัวพร้อมกัน (Enter, N = 283).....	66

สารบัญรูปภาพ

	หน้า
ภาพที่ 1 Hierarchy Model of Life Satisfaction	8
ภาพที่ 2 Constraint-Effects-Mitigation Model	21
ภาพที่ 3 ความต่อเนื่องของความมุ่งมั่นในตนเอง	27
ภาพที่ 4 กรอบแนวคิดในการวิจัย	38
ภาพที่ 5 เส้นอิทธิพลทำนายพฤติกรรมกรรมการท่องเที่ยว.....	64



บทที่ 1

บทนำ

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในปัจจุบัน นอกจากการท่องเที่ยวจะเป็นหนึ่งในส่วนสำคัญที่ช่วยกระตุ้นเศรษฐกิจ และช่วยในการพัฒนาประเทศในภาพรวมแล้ว การท่องเที่ยวยังส่งผลต่อตัวบุคคลที่ได้ออกเดินทางท่องเที่ยว ไม่ว่าจะทำให้เกิดความเพลิดเพลิน ได้พักผ่อนหย่อนใจ หรือทำให้เกิดการพัฒนาตนเอง ส่งผลให้นักท่องเที่ยวมีสุขภาพจิตที่ดีขึ้น มีความพึงพอใจในชีวิตเพิ่มขึ้น และมีสุขภาพที่ดีขึ้นได้ (Pols & Kroon, 2007; Sirgy, Kruger, Lee, & Yu, 2011; Toda, Makino, Kobayashi, Nagasawa, Kitamura, & Morimoto, 2004) ด้วยเหตุนี้ในช่วงปีที่ผ่านมาจึงได้มีโครงการที่ส่งเสริมการท่องเที่ยวในประเทศไทยเกิดขึ้นเป็นจำนวนมาก โดยมีเป้าหมายเพื่อเสริมสร้างให้คนไทยมีคุณภาพชีวิตที่ดีจากประสบการณ์การเรียนรู้ที่ได้จากการท่องเที่ยว เช่น โครงการท่องเที่ยววิถีไทย เก๋ไก๋สไตล์ลึกลับ ซึ่งได้รับการสนับสนุนโดยการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (ททท.) ซึ่งสามารถกระตุ้นให้คนไทยท่องเที่ยวในประเทศไทยมากขึ้นกว่าร้อยละ 80 (การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย, 2561) และการศึกษาถึงพฤติกรรมของนักท่องเที่ยวยังได้รับความสนใจในกลุ่มนักวิชาการในวงกว้างมากขึ้น เพื่อให้ทราบถึงแรงจูงใจและความต้องการของนักท่องเที่ยว อันจะนำไปสู่แนวทางในการพัฒนาสินค้าและบริการเกี่ยวกับการท่องเที่ยวให้ตรงกับความต้องการของนักท่องเที่ยว และส่งผลต่อให้ธุรกิจการท่องเที่ยวมีความก้าวหน้าไปมากขึ้น

การท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ (Backpacking) เป็นรูปแบบการท่องเที่ยวที่กำลังได้รับความนิยมจากนักท่องเที่ยวรุ่นใหม่ และได้มีการศึกษาถึงประโยชน์ที่นักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้สามารถรับรู้ได้หลังจากได้เดินทางท่องเที่ยว ไม่ว่าจะเป็นทักษะความสามารถที่เพิ่มขึ้น (Pearce, Murphy, & Brymer, 2009) มีการจัดการกับอารมณ์ของตนเองได้ดีมากขึ้น หรือมีมุมมองต่อโลกและคนรอบข้างที่เปลี่ยนไป (Chen, Bao, & Huang, 2014; Chen & Huang, 2017) และประเทศไทยเป็นหนึ่งใน 18 ประเทศที่ได้รับการเลือกจาก Hostelworld.com ให้เป็นประเทศที่ดีที่สุดสำหรับการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ในปี 2018 จึงทำให้ประเทศไทยเป็นแหล่งรวมนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้จากทั่วทุกมุมโลก และธุรกิจที่พักแบบโฮสเทล (hostel) ซึ่งเป็นรูปแบบที่พักที่ได้รับความนิยมจากนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้นั้นยังเติบโตขึ้นอย่างรวดเร็ว จากจำนวนของโฮสเทลในประเทศไทยที่มีอัตราเพิ่มมากขึ้น โดยในปัจจุบัน อ้างอิงจากโฮสเทลที่ได้ลงทะเบียนใน Hostelworld.com จำนวนโฮสเทลที่มีอยู่ประเทศไทยมีจำนวนโฮสเทลอยู่ประมาณ 900 แห่ง กระจายตัวอยู่ตาม 52 เมืองท่องเที่ยวที่สำคัญใน

ประเทศไทย เช่น กรุงเทพมหานคร เชียงใหม่ และภูเก็ต ซึ่งสามจังหวัดนี้เป็นบริเวณที่มีจำนวนโฮสเทลมากที่สุด โดยในกรุงเทพมหานครมีโฮสเทลจำนวนทั้งหมด 335 แห่ง เชียงใหม่ 178 แห่ง และภูเก็ต 65 แห่ง คิดเป็นร้อยละ 34 ร้อยละ 18 และร้อยละ 7 ของจำนวนโฮสเทลทั้งหมดในประเทศไทยตามลำดับ (Hostelworld, 2018) แต่อย่างไรก็ตามเมื่อพิจารณากลุ่มนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ที่ท่องเที่ยวในประเทศไทยแล้ว กลุ่มนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ที่เป็นคนไทยนั้นยังคงมีจำนวนที่น้อยกว่าเมื่อเปรียบเทียบกับนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ชาวต่างชาติ ซึ่งอาจมีสาเหตุเนื่องมาจากเหตุผล เช่น วัฒนธรรมการท่องเที่ยวของคนไทยที่ให้ความสำคัญกับการพักผ่อนที่สะดวกสบาย แตกต่างจากลักษณะการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ ด้วยเหตุนี้การวิจัยครั้งนี้จึงสนใจศึกษาถึงตัวแปรที่มีผลต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ชาวไทย ว่ามีปัจจัยใดที่เข้ามาเกี่ยวข้อง และปัจจัยใดที่ส่งเสริมพฤติกรรมการท่องเที่ยวในรูปแบบนี้ โดยสนใจศึกษาในกลุ่มนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้หญิงชาวไทย เนื่องจากเป็นกลุ่มนักท่องเที่ยวที่กำลังเริ่มขยายตัว และมีลักษณะที่ค่อนข้างเฉพาะตัว

ด้วยสาเหตุที่การท่องเที่ยวจัดเป็นหนทางหนึ่งในการที่บุคคลจะสามารถแสดงตัวตน สะท้อนลักษณะและคุณค่าของตนเองได้ การท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ ซึ่งจัดอยู่ในกลุ่มของการท่องเที่ยวเชิงผจญภัยจึงยังค่อนข้างจำกัดอยู่ในความนิยมของกลุ่มนักท่องเที่ยวชายเป็นส่วนใหญ่ เนื่องจากการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้นั้นมักเชื่อมโยงกับความแข็งแรง กล้าหาญ มุ่งมั่น และลักษณะอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับลักษณะเด่นของความเป็นชาย (Myers, 2010) อีกทั้งในยุคก่อน การท่องเที่ยวจะเน้นเฉพาะกิจกรรมสำหรับผู้ชายเท่านั้น เนื่องจากการที่ผู้หญิงตัดสินใจออกเดินทางยังไม่เป็นที่ยอมรับเท่าใดนัก จากข้อจำกัด และบรรทัดฐานทางสังคมที่ว่า หน้าที่ของผู้หญิงคือการรับผิดชอบกิจกรรมภายในบ้าน มากกว่าการออกเดินทาง (Agate, 2018) แต่อย่างไรก็ตามภาพของนักท่องเที่ยวหญิง โดยเฉพาะนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้หญิง สามารถพบเห็นได้มากขึ้น และเป็นที่ยอมรับของสังคมมากขึ้น ประกอบกับในประเทศไทยเองนั้นก็มียุคนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้หญิงรุ่นใหม่เพิ่มมากขึ้น อีกทั้งหลายคนที่ช่วยสร้างแรงบันดาลใจให้ผู้หญิงกล้าออกมาเดินทางโดยใช้สื่อบันทึกออนไลน์ (Online blog) เช่น I Roam Alone โดยมี มณฑล กสานติกุล (www.iroamalone.com) หรือ High On Dreams โดยตันอ้อ (www.highondreams.com) เป็นต้น และเมื่อปีที่ผ่านมา การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย (ททท.) ได้จัดทำโครงการ “การเดินทางของผู้หญิงแห่งประเทศไทย” (Women’s Journey Thailand) ขึ้นเพื่อเป็นการดึงดูด และกระตุ้นนักท่องเที่ยวหญิงจากทั้งในและต่างประเทศให้ตัดสินใจออกท่องเที่ยวกันมากขึ้น ส่งผลให้จำนวนนักท่องเที่ยวหญิงมีจำนวนเพิ่มสูงขึ้นอย่างต่อเนื่อง

นอกเหนือไปจากอิทธิพลของสื่อ และตัวอย่างต้นแบบของนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้หญิงที่มีให้เห็นมากขึ้นแล้วนั้น การรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว (Perceived travel constraints) เป็น

ปัจจัยหนึ่งที่ได้รับการศึกษาว่ามีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการตัดสินใจท่องเที่ยว ซึ่งการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว นั้นมักส่งผลทางลบต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยว ทำให้บุคคลตัดสินใจเดินทางท่องเที่ยว น้อยลง (Hung & Petrick, 2012; Kocak, 2017) การศึกษาที่ผ่านมาได้พบข้อจำกัดที่ยับยั้งพฤติกรรม การท่องเที่ยวของบุคคล เช่น ความกลัวต่ออันตรายที่อาจเกิดขึ้นจากการท่องเที่ยว หรือการไม่ สามารถจัดสรรเวลาเพื่อเดินทางท่องเที่ยวได้ (Hubbard & Mannell, 2001) และจากการศึกษาก่อน หน้าทำให้ทราบว่า นักท่องเที่ยวเพศหญิงมักมีแนวโน้มที่มีการรับรู้ถึงข้อจำกัดในการท่องเที่ยวใน ระดับที่สูงกว่านักท่องเที่ยวเพศชาย (Jackson & Henderson, 1995) ต่อมา Crawford, Jackson, และ Godbey (1991) ได้ศึกษาต่อไปถึงปัจจัยที่ช่วยลดและเอาชนะอิทธิพลของการรับรู้ข้อจำกัด ซึ่ง ส่งผลทำให้พฤติกรรมการท่องเที่ยวสามารถดำเนินต่อไปได้แม้ตัวบุคคลต้องเผชิญกับข้อจำกัดก็ตาม ตัวแปรนั้นคือการจัดการกับข้อจำกัด (Constraint negotiation) และในทางตรงกันข้ามกับการรับรู้ ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวนั้น ตัวแปรที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการท่องเที่ยวอีกตัวแปรหนึ่งคือ การรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว (Perceived travel benefits) ซึ่งเป็นตัวแปรที่ได้รับการศึกษา ในวรรณกรรมเกี่ยวกับการท่องเที่ยวในช่วงเวลาไม่นานมานี้ โดยการศึกษาพบว่าการรับรู้ถึงประโยชน์ ของการท่องเที่ยวนั้นมีอิทธิพลทำให้เกิดการใช้วิธีการจัดการกับข้อจำกัดได้ และยังส่งผลให้บุคคลมี พฤติกรรมการท่องเที่ยวที่เพิ่มมากขึ้น (Gitelson & Kerstetter, 1990)

ดังนั้นในงานวิจัยนี้ จึงสนใจศึกษาตัวแปรการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว การรับรู้ประโยชน์ ของการท่องเที่ยว และการจัดการกับข้อจำกัด ซึ่งเป็นตัวแปรที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรม การท่องเที่ยว เนื่องจากมองว่าตัวแปรเหล่านี้ยังไม่เคยได้รับการศึกษาในกลุ่มนักท่องเที่ยวชาวไทย และเป็นแนวความคิดเกี่ยวกับการท่องเที่ยวที่มักจะถูกนำไปใช้ศึกษาในนักท่องเที่ยวชาวตะวันตก และชาว จีนเสียเป็นส่วนใหญ่ (Wang, Deng, & Petrick, 2018) ผลการศึกษาในกลุ่มนักท่องเที่ยวกลุ่มอื่น ๆ ที่ มีความต่างทางเชื้อชาติ และวัฒนธรรมจะเป็นการเพิ่มองค์ความรู้ และยืนยันกรอบแนวคิดนี้ได้ โดยใน งานวิจัยนี้ได้อาศัยกรอบความคิดที่เสนอโดย Wang และคณะ (2018) ซึ่งได้ศึกษาความสัมพันธ์ ระหว่างการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว การรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว การจัดการกับข้อจำกัด และพฤติกรรมการท่องเที่ยว โดยผู้วิจัยได้ทำการการศึกษาเพิ่มเติมและเสนอว่าอีกหนึ่งตัวแปรที่มี ความสำคัญต่อการเกิดพฤติกรรมท่องเที่ยวนั้นคือความมุ่งมั่นในตนเอง (Self-determination) เนื่องจากความมุ่งมั่นในตนเองเป็นปัจจัยที่ได้รับการยอมรับว่าสามารถช่วยเพิ่มความสามารถ หรือ ความตั้งใจที่จะกระทำพฤติกรรมต่าง ๆ ได้ เช่น สมรรถนะในการทำงาน (Cerasoli, Nicklin, & Ford, 2014) ความพึงพอใจในรูปลักษณ์ของตนเอง (Pelletier, Dion, & Levesque, 2004) รวมถึง พฤติกรรมในการท่องเที่ยวของผู้พิการ (Zhang, Gao, Ricci, & Shen, 2017b) ด้วยเหตุนี้จึงมองว่า ความมุ่งมั่นในตนเองสามารถเป็นตัวแปรหนึ่งที่ทำให้บุคคลมีพฤติกรรมท่องเที่ยวที่ต่างกันได้

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้อง

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยว

ความหมายของการท่องเที่ยว (Tourism)

ในปี 1905 Guyer Feuler เป็นหนึ่งในบุคคลกลุ่มแรกที่ได้ให้นิยามของการท่องเที่ยว (Tourism) ว่าเป็นปรากฏการณ์ซึ่งมีลักษณะเฉพาะ ปรากฏขึ้นจากความต้องการการเปลี่ยนแปลง และการพักผ่อนที่เพิ่มขึ้นของบุคคล ความต้องการที่จะสัมผัสความงดงามของธรรมชาติและศิลปะ และความเชื่อที่ว่าธรรมชาติสามารถนำความสุขมาสู่มนุษย์ได้ การท่องเที่ยวนั้นยังสามารถช่วยให้สังคมที่มีความหลากหลายได้อยู่ร่วมกัน เนื่องด้วยการพัฒนาของอุตสาหกรรม และการคมนาคมมีความง่าย และสะดวกสบายมากขึ้น (Ricapito, 2015)

Bhatia (2002) ให้ความหมายของการท่องเที่ยวว่า การท่องเที่ยวนั้นไม่สามารถตั้งอยู่เองเดี่ยว ๆ ได้ แต่จะประกอบไปด้วยองค์ประกอบที่สำคัญจำนวนหนึ่ง ซึ่งองค์ประกอบพื้นฐานสามประการนั้นคือ การเดินทาง สถานที่จุดหมาย และที่พักอาศัย

สำนักพัฒนาการท่องเที่ยว (2560) ได้พูดถึงความหมายของการท่องเที่ยวตามองค์การการท่องเที่ยวแห่งสหประชาชาติ (The World Tourism Organization: WTO) ว่าหมายถึง การเดินทางที่มีเงื่อนไข 3 ประการ คือ **จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย**

1. การเดินทาง (Travel) หมายถึงการเดินทางที่ไม่ได้ถูกบังคับหรือเพื่อสินจ้าง โดยมีการวางแผนเดินทางจากสถานที่หนึ่งไปยังสถานที่หนึ่ง และใช้ยานพาหนะในการเดินทาง จะเป็นระยะทางใกล้หรือไกลก็ได้

2. จุดหมายปลายทาง (Destination) หมายถึง การมีจุดหมายปลายทางที่จะอยู่เพียงชั่วคราว และต้องเดินทางกลับที่อยู่เดิม หรือภูมิลำเนาเดิม โดยจุดหมายนั้นเป็นสถานที่ที่นักท่องเที่ยวเลือกที่จะเดินทางไป และใช้เวลาช่วงหนึ่งอยู่ที่นั่น ซึ่ง ณ จุดหมายนั้นมีสิ่งอำนวยความสะดวก และการบริการที่เพียงพอในการสนองความต้องการและความพอใจให้กับนักท่องเที่ยว

3. ความมุ่งหมาย (Purpose) หมายถึง วัตถุประสงค์ในการเดินทางใดก็ได้ ที่ไม่ใช่เพื่อประกอบอาชีพหรือหารายได้ โดยอาจมีความมุ่งหมายในการเดินทางมากกว่าหนึ่งประการก็ได้

วรรณ วรชวานิช (2546) กล่าวว่า การท่องเที่ยวไม่ได้มีความหมายเพียงแค่การเดินทางเพื่อการพักผ่อนหย่อนใจเท่านั้น แต่ยังหมายถึง การเคลื่อนย้ายประชากรจากแห่งหนึ่งไปสู่อีกแห่งหนึ่ง

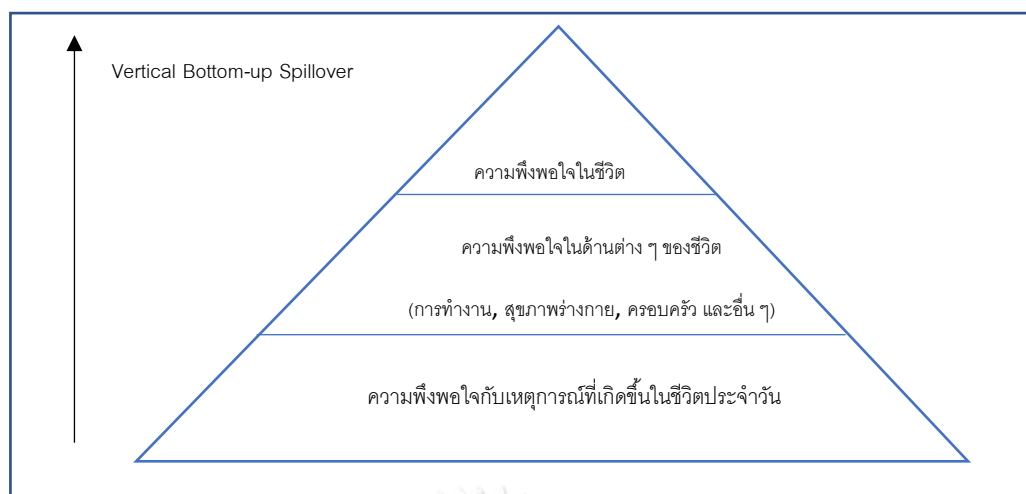
รวมถึงการเดินทางภายในประเทศและการเดินทางระหว่างประเทศ การท่องเที่ยวเป็นกระบวนการที่มีความสัมพันธ์ต่อกัน มีกิจกรรมร่วมกัน มีความสัมพันธ์อันดีต่อกัน ได้รับความรู้ ความสนุกสนาน เพลิดเพลิน ดังนั้น การท่องเที่ยวจึงมีความหมายโดยรวมที่ค่อนข้างกว้าง แต่อาจสรุปได้ว่า ความหมายของการท่องเที่ยวนั้นจะขึ้นอยู่กับเงื่อนไข 3 ประการ ดังต่อไปนี้

1. เดินทางจากที่อยู่อาศัยไปยังที่อื่นเป็นการชั่วคราว
2. เดินทางด้วยความสมัครใจ
3. เดินทางด้วยจุดหมายใด ๆ ก็ได้ที่ไม่ใช่เพื่อการประกอบอาชีพ หรือหารายได้

จากความหมายข้างต้นจึงอาจทำการสรุปได้ว่า การท่องเที่ยว หมายถึง กิจกรรมใด ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการเคลื่อนไหวของการเดินทางของบุคคลจากที่อยู่อาศัยปกติไปยังที่อื่นเป็นการชั่วคราว เพื่อวัตถุประสงค์ใดก็ตาม ที่ไม่ใช่เพื่อการหารายได้ โดยอาจเพื่อจุดประสงค์ในการพักผ่อนหย่อนใจ หรือเพื่อให้เกิดความสนุกสนาน

ประโยชน์ของการท่องเที่ยว (Benefits of Tourism)

ปัจจุบันการท่องเที่ยวได้เข้ามาเป็นส่วนสำคัญส่วนหนึ่งในชีวิตสมัยใหม่ของผู้คนจำนวนมาก (Dolnicar, Yanamandram, & Cliff, 2012) และการศึกษาถึงประโยชน์ที่ได้จากการออกเดินทางท่องเที่ยวนั้นได้รับความสนใจจากนักวิจัย และนักวิชาการจำนวนมาก มีหนึ่งในงานวิจัยที่ทำการศึกษาถึงประโยชน์ของการท่องเที่ยวโดยอิงกับทฤษฎี Bottom-up Spillover Theory (Neal, Uysal, & Sirgy, 2007) โดยทฤษฎีนี้เสนอว่า ความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมนั้นจะได้รับอิทธิพลจากการประเมินด้านต่าง ๆ ในชีวิตของแต่ละบุคคล เช่น สุขภาพร่างกาย การทำงาน การประกอบกิจกรรมใช้เวลาว่าง ดังในภาพที่ 1



ภาพที่ 1 Hierarchy Model of Life Satisfaction (Chen, 2012)

ทฤษฎี Bottom-up Spillover ช่วยให้นักวิจัยด้านการท่องเที่ยวเข้าใจถึงกระบวนการของความพึงพอใจในการออกเดินทางท่องเที่ยวที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตโดยรวมของบุคคลได้ Neal, Sirgy, และ Uysal (1999) เป็นหนึ่งในกลุ่มนักวิจัยกลุ่มแรก ที่ทำการศึกษาถึงอิทธิพลของการเดินทางท่องเที่ยวในฐานะประสบการณ์ในชีวิต ที่ส่งผลต่อความพึงพอใจในชีวิตของบุคคล การศึกษานี้ได้แสดงให้เห็นว่าความพึงพอใจในชีวิตได้รับอิทธิพลโดยตรงจากความพึงพอใจในการเดินทางท่องเที่ยว

นอกจากนี้ยังมีการศึกษาถึงประโยชน์ของการท่องเที่ยวผ่านมุมมองต่าง ๆ เช่นในมุมมองของพฤติกรรมองค์กร (organizational behavior) ที่ได้ศึกษาว่าการลาพักร้อนเพื่อออกเดินทางท่องเที่ยว สามารถลดความเครียดที่เกิดขึ้นจากการทำงานได้ อีกทั้งยังช่วยลดภาวะหมดไฟในงานและอัตราการหยุดงานได้อีกด้วย (Etzion, 2003; Kuhnel & Sonnentag, 2011) การศึกษาเหล่านี้ได้แสดงให้เห็นว่าการพักร้อน และการท่องเที่ยวเป็นสิ่งสำคัญ และก่อให้เกิดผลที่เป็นประโยชน์แก่ลูกจ้างและคนทำงานได้

ในมุมมองทางวิทยาศาสตร์สุขภาพ Gump และ Matthews (2000) ทำการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างความถี่ในการท่องเที่ยวของบุคคลและความเสี่ยงทางสุขภาพร่างกายในกลุ่มผู้ชายวัยกลางคน ที่ได้รับการตรวจพบว่ามีความเสี่ยงที่จะเป็นโรคหัวใจในระดับสูง ในประเทศสหรัฐอเมริกา ผลจากการศึกษา ซึ่งใช้ระยะเวลา 9 ปี พบว่า ผู้ที่ได้ออกไปท่องเที่ยวบ่อยครั้งจะมีอาการผิดปกติที่เกี่ยวข้องกับหัวใจน้อยกว่า เมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มที่ไม่ได้ออกไปท่องเที่ยวบ่อยครั้ง และนอกจากนี้ยังมีนักวิทยาศาสตร์สุขภาพ เช่น Toda และคณะ (2004) ที่ได้ทำการทดลองโดยใช้เครื่องตรวจวัดระดับคอร์ติซอล (salivary cortisol) ซึ่งเป็นเครื่องมือที่ใช้วัดระดับความเครียด เพื่อทดสอบว่าบุคคลจะสามารถมีระดับความเครียดที่ลดลงได้หลังจากได้ท่องเที่ยวในระยะเวลาสั้นสามวัน

ได้หรือไม่ ซึ่งผลจากการศึกษานี้ก็ได้ชี้ให้เห็นว่าการท่องเที่ยว แม้จะเป็นเพียงระยะเวลาสั้น แค่สองถึงสามวันนั้น สามารถช่วยบรรเทาความเครียดของบุคคลได้

ด้วยเหตุนี้จึงสามารถสรุปได้ว่าการท่องเที่ยวมีประโยชน์แก่ตัวบุคคลที่ได้เดินทางท่องเที่ยว เช่น ในเรื่องของการลดความเครียดที่เกิดขึ้นจากการทำงาน และเป็นส่วนหนึ่งที่ช่วยส่งเสริมให้สุขภาพกายและสุขภาพจิตดีขึ้น ถึงแม้จะมีการศึกษาพบว่าประโยชน์จากการท่องเที่ยวนั้นจะคงอยู่ไม่ถึงหนึ่งเดือนหลังจากที่ได้ท่องเที่ยว (Etzion, 2003; Kuhnel & Sonnentag, 2011) อย่างไรก็ตาม ผู้คนส่วนใหญ่ยังยืนยันว่าตนมีความสุขมากขึ้น มีสุขภาพร่างกายที่ดีขึ้น และรู้สึกผ่อนคลายมากขึ้นทั้งในช่วงระหว่างท่องเที่ยว และหลังการท่องเที่ยว

ผู้หญิงและการท่องเที่ยว

การออกเดินทางท่องเที่ยวนั้นถือเป็นกิจกรรมที่เอื้อให้แก่ผู้ชาย เนื่องด้วยการที่ผู้หญิงจะออกเดินทางท่องเที่ยวนั้น ยังไม่เป็นที่ยอมรับของสังคมในสมัยก่อนมากนัก แต่อย่างไรก็ตามด้วยยุคสมัยและเวลาที่เปลี่ยนไป ผู้หญิงในยุคปัจจุบันเกิดการตั้งคำถามถึงจุดยืนของตนเองในสังคม และค้นพบว่าการท่องเที่ยวเป็นหนึ่งในวิธีที่ทำให้ผู้หญิงรู้สึกได้ถึงอำนาจในตนเอง และกล้าที่จะสร้างความเปลี่ยนแปลงให้เกิดขึ้น (Khuo-Lattimore & Wilson, 2017)

การศึกษาประสบการณ์ของผู้หญิงในการท่องเที่ยวเชิงผจญภัย และการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ยังคงมีจำนวนไม่มากนักเมื่อพิจารณาในวรรณกรรมที่ผ่านมา แม้ว่าจะมีนักวิชาการในด้านสตรีนิยม (Feminism) ได้ให้ความสนใจในกิจกรรมและกีฬาบางชนิดในฐานะที่มีความสำคัญในการกระตุ้น และให้โอกาสผู้หญิงให้ทำในสิ่งที่สามารถเสริมสร้างพลัง และความมั่นใจในตนเองได้มากขึ้น (McDermott, 2004)

กิจกรรมเชิงผจญภัย และการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้มักถูกมองโดยคนส่วนมาก ว่าเป็นกิจกรรมที่เน้นความเป็นชาย หรือกิจกรรมที่มีลักษณะเน้นความเป็นชาย (male-dominated) เพราะการท่องเที่ยวในประเภทนี้ต้องอาศัยลักษณะของผู้เข้าร่วมประกอบกิจกรรมที่มีความแข็งแรง อดทน และพร้อมที่จะเผชิญหน้ากับความเสี่ยง หรืออันตรายที่อาจเกิดขึ้น ซึ่งเป็นลักษณะที่แสดงความเป็นชายอย่างแท้จริง ด้วยเหตุนี้ผู้หญิงที่ตัดสินใจออกเดินทางแบบสะพายเป้ และเข้าร่วมกิจกรรมเชิงผจญภัยจึงต้องพบกับข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมในระดับที่มากกว่าผู้ชาย (Alexandris & Carroll, 1997) โดยเฉพาะการต้องเผชิญกับข้อจำกัดภายในบุคคล เช่น บรรทัดฐานทางสังคมเกี่ยวกับเพศหญิงกับพฤติกรรมที่เสี่ยงอันตราย และข้อจำกัดระหว่างบุคคล เช่น การไม่สามารถหาเพื่อนผู้หญิงไปร่วมท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ได้ ซึ่งข้อจำกัดเหล่านี้มักรับรู้ได้ในกลุ่มนักท่องเที่ยวผู้หญิงมากกว่าผู้ชาย (Albayrak, Caber, & Crawford, 2007)

ในปัจจุบัน มีผู้หญิงจำนวนมากที่รักในการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้และการประกอบกิจกรรมเชิงผจญภัย ด้วยสาเหตุที่แตกต่างกันไป ซึ่งแต่ละคนก็ได้รับประสบการณ์ และประโยชน์ส่วนบุคคลหลากหลายรูปแบบ ส่วนใหญ่แล้วนอกจากความสนุกสนาน และความตื่นเต้น ผู้หญิงยังรายงานว่าตนเองสังเกตและรับรู้ได้ถึงความแข็งแกร่งและทักษะที่ได้รับจากการท่องเที่ยวและการประกอบกิจกรรมเชิงผจญภัยอีกด้วย (Mitten & Dance, 1992)

Bialeschki และ Henderson (1993) กล่าวถึงประโยชน์จากการออกไปท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ของผู้หญิงไว้ว่า ทำให้ความคิดที่เป็นบรรทัดฐานทางสังคมเกี่ยวกับผู้หญิงที่ว่า ผู้หญิงมักถูกมองเป็นเพศที่อ่อนแอ มีทักษะทางร่างกายที่ต่ำกว่าเพศชาย และมีกระบวนการตัดสินใจที่ไม่รอบคอบเท่าเทียมผู้ชายนั้น ได้รับการพิสูจน์ว่าไม่เป็นความจริง ซึ่งการที่ผู้หญิงได้พิสูจน์ความสามารถของตนเอง ทำให้เกิดความภูมิใจแห่งตน และมีความรู้สึกที่สามารถพึ่งพาตนเองได้สูงขึ้น ส่งผลต่อไปยังการรับรู้เกี่ยวกับการเสริมสร้างอำนาจในตนเองได้ในที่สุด

Yerkes และ Miranda (1982) ศึกษาการเลือกเดินทางท่องเที่ยวเกี่ยวกับกลุ่มนักท่องเที่ยวหญิงล้วน (all-female trip) และรายงานว่าผู้หญิงตัดสินใจเลือกเดินทางไปพร้อมกับกลุ่มที่ประกอบไปด้วยนักท่องเที่ยวหญิงเท่านั้น เนื่องจากเชื่อว่าจะเป็นโอกาสที่ดีกว่าในการเรียนรู้ และสามารถฝึกฝนทักษะของตนเองได้อย่างเต็มที่ และยังได้แบ่งปันความสนใจที่คล้ายคลึงกับเพื่อนร่วมทางที่เป็นเพศหญิงด้วยกันได้ ซึ่งหลังจากจบการเดินทางแล้วผู้หญิงส่วนใหญ่มีความรู้สึกที่พอใจตัวเองมากขึ้น และได้มีโอกาสที่ดีในการประกอบกิจกรรมในสภาพแวดล้อมที่ปราศจากอคติทางเพศ

Hillman (1999) ได้สัมภาษณ์นักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้เพศหญิงที่กำลังเดินทางเพื่อหาประสบการณ์การท่องเที่ยวในประเทศออสเตรเลีย นักท่องเที่ยวเหล่านั้นได้รับรู้ว่าการรับรู้ตนเอง (self-perception) เป็นสิ่งสำคัญหลักที่ตนได้รับรู้ และยังสามารถเชื่อมโยงไปถึงการออกไปผจญภัย การพบประสบการณ์ใหม่ ๆ และการหลบเลี่ยงความเป็นจริง (escapism)

Myers (2010) ทำการสัมภาษณ์นักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้หญิงที่เข้ามาท่องเที่ยวในประเทศนิวซีแลนด์ ซึ่งเป็นสถานที่ที่ได้รับการยอมรับจากนักท่องเที่ยวทั่วโลกว่าเป็นเมืองหลวงของการท่องเที่ยวเชิงผจญภัย (Newlands, 2004) โดยได้สัมภาษณ์เชิงลึกกับนักท่องเที่ยวจากนานาชาติจำนวน 60 คน ที่มีช่วงอายุแตกต่างกันตั้งแต่ 18-70 ปี ผลจากการศึกษานี้สรุปได้ว่า การท่องเที่ยวเชิงผจญภัย และการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้มีองค์ประกอบของความเสียว และอันตราย ซึ่งนักท่องเที่ยวหญิงมองว่าถือเป็นโอกาสที่ได้ท้าทายความสามารถของตนเอง และเมื่อตนเดินทางจบแล้ว ความรู้สึกของการประสบความสำเร็จ ความภาคภูมิใจในตนเอง และความมั่นใจในตนเองที่มากขึ้นได้เกิดขึ้นในผู้หญิงเหล่านี้ อีกทั้งการที่แต่ละคนได้เอาชนะความกลัวของตนเอง เช่น ความกลัวความสูง หรือความกังวลกับการที่ต้องเดินทางด้วยตนเอง ทำให้เกิดความรู้สึกว่าตนมีความสามารถ มีคุณค่า มี

ความสำเร็จที่สามารถนำไปบอกต่อให้ผู้อื่นได้รับรู้ได้ ซึ่งยิ่งเพิ่มความรู้สึกที่ดีต่อประสบการณ์และความสำเร็จของตนเอง

จากงานวิจัยที่ผ่านมา จึงอาจสรุปได้ว่าผู้หญิงตัดสินใจออกเดินทางแบบสะพายเป้ และในเชิงผจญภัยเพิ่มมากขึ้นจากในอดีต ซึ่งกิจกรรมในรูปแบบนี้มักถูกจำกัดเพียงแต่ผู้ชาย โดยส่วนใหญ่แล้ว หลังจากการเดินทาง นักท่องเที่ยวหญิงมักรายงานว่าตนรู้สึกถึงความมั่นใจในตนเองที่เพิ่มขึ้น จากการต้องเผชิญหน้ากับข้อจำกัดและอุปสรรคในการท่องเที่ยวเชิงผจญภัย ซึ่งเมื่อผู้หญิงสามารถข้ามผ่านข้อจำกัด และอุปสรรคเหล่านั้นมาได้แล้ว ผู้หญิงเหล่านั้นมีแนวโน้มที่จะรับรู้ถึงพลังที่ตนสร้างขึ้น ระหว่างการท่องเที่ยวเชิงผจญภัยได้ และนำพลังนั้นมาใช้ต่อไปในด้านอื่น ๆ ของชีวิตต่อไป

การท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ (Backpacking)

การท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ (backpacking) เป็นรูปแบบการท่องเที่ยวลักษณะเฉพาะรูปแบบใหม่ ที่มีความแตกต่างไปจากการท่องเที่ยวกระแสหลัก และเป็นที่ยอมรับในกลุ่มของนักท่องเที่ยวที่เข้าพักในโฮสเทล (hostel) หรือที่พักราคาประหยัด มักใช้เวลาในการท่องเที่ยวยาวนานในระดับหนึ่ง มีแผนการเดินทางที่ยืดหยุ่นและมีการเปลี่ยนแปลงเกิดขึ้นได้ตลอดเวลา นักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้เป็นกลุ่มนักท่องเที่ยวที่ชอบพบปะและทำความรู้จักกับเพื่อนใหม่ และนิยมเข้าร่วมกิจกรรมแปลกใหม่ที่ตนไม่เคยทำมาก่อน (Pearce & Foster, 2007) ซึ่งในช่วงหลายปีที่ผ่านมา การท่องเที่ยวในลักษณะนี้เริ่มเป็นที่นิยมเพิ่มมากขึ้น เห็นได้จากการเพิ่มขึ้นของการแบ่งปันประสบการณ์ในการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ออนไลน์ อันเป็นพื้นที่ที่กลุ่มนักท่องเที่ยวสะพายเป้ (backpacker) ได้เข้าไปร่วมแบ่งปันแลกเปลี่ยนประสบการณ์ของตนเองกับกลุ่มคนที่มีความชอบในการท่องเที่ยวที่คล้ายคลึงกัน

คำจำกัดความของการเป็นนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ ที่ได้รับการเสนอโดย Welk (2004) มีดังต่อไปนี้

1. นักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้มักเดินทางท่องเที่ยวด้วยงบประมาณที่ค่อนข้างต่ำ (traveling in relatively low budget)
2. นักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้มีความต้องการพบปะผู้คนที่หลากหลาย (meeting different people)
3. นักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้มีความต้องการที่จะรู้สึกถึงความเป็นอิสระ และการเปิดรับประสบการณ์ใหม่ (feeling free and open-minded)
4. นักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้มักจัดการกับการเดินทางด้วยตนเองอย่างเป็นอิสระ (organizing one's journey individually and independently)

5. นักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้มีความต้องการเดินทางท่องเที่ยวให้นานที่สุดเท่าที่จะเป็นไปได้ (traveling for as long as possible)

การท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ยังถูกจัดเป็นหนึ่งในรูปแบบของการท่องเที่ยวเชิงผจญภัย (ATTA, 2013) โดยการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้นั้นเป็นรูปแบบการท่องเที่ยวที่มีองค์ประกอบของความเสียว และอันตราย เนื่องจากการเดินทางไปยังสถานที่ที่อาจไม่คุ้นเคย มีความแปลกใหม่ และอาจไม่สะดวกสบายเท่ากับการเดินทางท่องเที่ยวแบบกระแสหลัก ซึ่งเป็นการท่องเที่ยวของคนหนุ่มมาก ที่เน้นความสะดวกสบายและการใช้จ่ายเงินเป็นหลัก อีกทั้งการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้นั้นยังถูกมองว่าเป็นรูปแบบการท่องเที่ยวที่เน้นความเป็นชาย (male-dominated) เนื่องจากการท่องเที่ยวที่เน้นความท้าทายในการออกไปพบเจอกับสิ่งใหม่ ต้องอาศัยทักษะเฉพาะบางประการที่ถูกมองว่าเป็นลักษณะเฉพาะของความเป็นเพศชาย เช่น ทักษะในการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า หรือการตัดสินใจที่รอบคอบ หรือความพร้อมที่จะต้องเผชิญหน้ากับอันตรายที่อาจจะเกิดขึ้น (Alexandris & Carroll, 1997) จึงเป็นสาเหตุให้จำนวนนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้เพศหญิงมีจำนวนที่น้อยกว่า เมื่อเปรียบเทียบกับจำนวนนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้เพศชาย

ด้วยเหตุนี้ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาถึงพฤติกรรมการท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้เพศหญิง เพื่อให้ทราบถึงปัจจัยที่เกี่ยวข้องในการตัดสินใจท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ อันจะนำไปสู่ความเข้าใจในสาเหตุที่อาจเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการท่องเที่ยวที่เกิดขึ้น และเพื่อเป็นข้อมูลที่จะนำไปใช้ส่งเสริมการท่องเที่ยวในลักษณะนี้ให้เปิดกว้างสู่กลุ่มนักท่องเที่ยวหญิงที่กำลังเป็นกลุ่มนักท่องเที่ยวที่ขยายตัวมากขึ้นในปัจจุบันได้มากขึ้น

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับข้อจำกัดในการท่องเที่ยว (Travel Constraint)

นับตั้งแต่ช่วงต้นทศวรรษ 1960 ที่นักวิจัยเริ่มทำการศึกษาในเรื่องของอุปสรรคที่มีส่วนขัดขวางการประกอบกิจกรรมยามว่างในลักษณะต่าง ๆ (Buchanan & Allen, 1985) การวิจัยเกี่ยวกับข้อจำกัดนั้นได้มีการเปลี่ยนแปลงอย่างต่อเนื่องในช่วงระยะ 30 ปีหลังจากเริ่มมีการศึกษากันอย่างแพร่หลาย

ในช่วงแรกของการศึกษานั้น ข้อจำกัด (constraints) ได้ถูกนิยามเบื้องต้นว่า เป็นอุปสรรคหรือการขัดขวางที่ยับยั้งการประกอบกิจกรรม หรือการใช้บริการที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมยามว่าง (Backman & Crompton, 1989) และงานวิจัยในอดีตที่ศึกษาเกี่ยวกับข้อจำกัดนั้นได้ถูกวางกรอบไว้เนื่องจากสมมติฐานที่ว่า ข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมยามว่างนั้น มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการ

ไม่เข้าร่วมกิจกรรมยามว่าง (Hung & Petrick, 2010) กล่าวคือยิ่งบุคคลรับรู้ถึงข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมนั้นมากเท่าใด ก็ยิ่งมีแนวโน้มที่จะตัดสินใจไม่เข้าร่วมกิจกรรมนั้นมากขึ้นเท่านั้น

Jackson (1988) เสนอว่า ข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมยามว่างนั้น หมายถึง ปัจจัยหรือสิ่งใดก็ตามที่หยุดยั้งความสามารถของบุคคลในการเข้าร่วมทำกิจกรรมเหล่านั้น ในการใช้เวลาในการทำกิจกรรมเหล่านั้นเพิ่มขึ้น หรือในการเข้าร่วมกิจกรรมเหล่านั้นเพื่อให้เกิดประโยชน์แก่ตนเอง และในการมุ่งสู่ระดับความพึงพอใจที่ตนเองต้องการ

Jackson และ Scott (1999) ได้ทำการจำแนกผลที่เกิดจากข้อจำกัดออกเป็นสี่ประเภท คือ การที่ไม่สามารถเข้าร่วมประกอบกิจกรรมต่อไปได้จนถึงจุดที่ตนเองต้องการ การหยุดร่วมกิจกรรมที่เคยทำมาก่อนหน้า การหยุดใช้บริการสาธารณะที่ส่งเสริมให้เกิดกิจกรรมยามว่าง และการไม่ได้รับความสนุกสนานที่เพียงพอในการร่วมกิจกรรม และเมื่อได้พิจารณาถึงผลที่สามารถเกิดขึ้นได้จากข้อจำกัดแล้ว คำนิยามของข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมยามว่าง จึงสามารถสรุปได้ว่า คือปัจจัยที่ยับยั้งการใช้บริการเกี่ยวกับกิจกรรมสันทนาการ และการพักผ่อน ทำให้บุคคลไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมใหม่ ๆ ได้ ซึ่งส่งผลให้บุคคลตัดสินใจลดความถี่ในการเข้าร่วมกิจกรรมลง และ/หรือ นำไปสู่ผลกระทบทางลบในเรื่องของคุณภาพของประสบการณ์ที่มีต่อกิจกรรมนั้น (Nadirova & Jackson, 2000)

Francken และ Van Raaij (1981) แบ่งประเภทของข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมยามว่างออกเป็นสองประเภทหลัก คือ ข้อจำกัดภายนอก (external constraints) เช่น การไม่มีเงิน หรือไม่มีเวลา อุปสรรคในเรื่องระยะทาง และการขาดแคลนสิ่งอำนวยความสะดวก เป็นต้น และข้อจำกัดภายใน (internal constraints) เช่น ความสามารถและสมรรถภาพส่วนบุคคล ความรู้ และความสนใจ เป็นต้น

การแบ่งประเภทของข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมยามว่างที่ถูกนำไปใช้ และได้รับการยอมรับมากที่สุดคือ แนวความคิดของ Crawford และ Godbey (1987) ซึ่งได้เสนอว่าข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมยามว่างนั้นมีมิติที่ต่างกันสามมิติ คือ

1. ข้อจำกัดภายในบุคคล (Intrapersonal constraints) หมายถึง ข้อจำกัดที่เกิดขึ้นอันเนื่องมาจากสภาวะส่วนบุคคลเชิงจิตวิทยา เกี่ยวเนื่องกับสภาวะจิตใจ ความสามารถทางกายภาพในการทำงานของร่างกาย และความสามารถทางกระบวนการความคิดสติปัญญาของบุคคล เช่น ความเครียด ความวิตกกังวล การขาดความรู้ความเข้าใจ ปัญหาทางด้านสุขภาพร่างกาย และการขาดประสิทธิภาพในการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม นอกจากนี้ยังมีปัจจัยในเรื่องของ ลักษณะบุคลิกภาพ ความสนใจส่วนบุคคลและเจตคติที่มีต่อกิจกรรมยามว่างอีกด้วย
2. ข้อจำกัดระหว่างบุคคล (Interpersonal constraints) คือ ข้อจำกัดซึ่งเป็นผลจากการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมหรือความสัมพันธ์ระหว่างคนในสังคม ไม่ว่าจะเป็นคู่สมรส ครอบครัว ผู้

ให้บริการ หรือคนแปลกหน้า อีกทั้งยังหมายถึงการรับรู้ถึงข้อจำกัดที่เกิดขึ้นเนื่องจากการขาดแคลนพันธมิตรในการเข้าร่วมประกอบกิจกรรมยามว่าง ซึ่งสามารถเกิดขึ้นได้จากการมีปฏิสัมพันธ์กับเครือข่ายสังคมของตนเอง การมีปฏิสัมพันธ์กับผู้ให้บริการหรือคนแปลกหน้า หรือเกิดจากการไม่มีผู้ร่วมทำกิจกรรมด้วย อันเป็นผลจากการที่มีระดับทักษะในการประกอบกิจกรรมที่แตกต่างกัน ตารางเวลาที่ไม่ตรงกัน หรือ ความชอบและความสนใจในกิจกรรมที่แตกต่างกัน เป็นต้น

3. ข้อจำกัดเชิงโครงสร้างและทางสภาพแวดล้อม (Structural constraints) หมายถึง ข้อจำกัดภายนอกที่เกิดขึ้นสอดแทรกระหว่างรสนิยมในการทำกิจกรรมยามว่างและการเข้าร่วมกิจกรรมยามว่าง ไม่ว่าจะเป็น อุปสรรคทางด้านการเงิน เวลา การเดินทาง กฎระเบียบ ฤดูกาล เป็นต้น

หลังจากนั้นในปี 1991 Crawford และคณะ ได้เสนอโมเดลลำดับชั้นของข้อจำกัด (Hierarchical model of constraints) ซึ่งเป็นการเชื่อมโยงความสัมพันธ์ของข้อจำกัดภายในบุคคล ข้อจำกัดระหว่างบุคคล และข้อจำกัดเชิงโครงสร้างและสภาพแวดล้อมเข้าไว้ด้วยกัน โดยเสนอว่า ข้อจำกัดทั้งสามประเภทนี้จะเกิดขึ้นต่อกันเป็นลำดับชั้น ลำดับแรกคือบุคคลจะรับรู้ถึงข้อจำกัดภายในบุคคลก่อน จากนั้นจึงเป็นข้อจำกัดระหว่างบุคคล และข้อจำกัดเชิงโครงสร้างและทางสภาพแวดล้อมต่อกันตามลำดับ อีกทั้งยังให้ความเห็นว่าข้อจำกัดภายในบุคคลนั้นเป็นประเภทของข้อจำกัดที่เกิดขึ้นได้ง่าย และใกล้ตัวมากที่สุด อีกทั้งยังเป็นข้อจำกัดที่มีอิทธิพลในการตัดสินใจประกอบกิจกรรมยามว่างมากที่สุดอีกด้วย และในทางกลับกัน ข้อจำกัดเชิงโครงสร้างและทางสภาพแวดล้อมถูกพิจารณาว่าเป็นปัจจัยที่ค่อนข้างไกลตัวที่สุด เนื่องด้วยข้อจำกัดประเภทนี้เกิดขึ้นแทรกระหว่างความชอบในการทำกิจกรรมที่บุคคลมีอยู่แล้ว และการเข้าร่วมทำกิจกรรมนั้น

Jackson, Crawford, และ Godbey (1993) ขยายโมเดลลำดับชั้นของข้อจำกัดให้มีความหมายกว้างขึ้น โดยการเพิ่มองค์ประกอบในเรื่องของการจัดการกับข้อจำกัด (constraint negotiation) โดยเสนอว่าการเข้าร่วมกิจกรรมยามว่างของบุคคลนั้นไม่ได้ขึ้นอยู่กับที่บุคคลนั้นไม่ได้เผชิญกับข้อจำกัดใด ๆ หรือกล่าวในอีกนัยหนึ่งคือ ข้อจำกัดไม่ได้เป็นสิ่งที่ยับยั้ง หรือลดความถี่ในการเข้าร่วมประกอบกิจกรรมยามว่างเสมอไป แต่อยู่ที่ว่าบุคคลนั้นจะสามารถจัดการและเอาชนะข้อจำกัดที่มีเพื่อให้เกิดพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมยามว่างได้หรือไม่ และนอกจากปัจจัยของการจัดการกับข้อจำกัดแล้ว ยังมีปัจจัยในเรื่องของแรงจูงใจ (motivation) ที่ถูกนำมาอธิบายในโมเดลด้วย โดยได้กล่าวถึงแรงจูงใจในมุมมองของความสัมพันธ์ระหว่างข้อจำกัดและแรงจูงใจว่า อาจจัดเป็นปัจจัยสำคัญในกระบวนการต่อรองกับข้อจำกัด และอาจเป็นตัวแปรที่กำหนดการเข้าร่วมกิจกรรม

การนำกรอบแนวความคิดในเรื่องของข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมยามว่างมาใช้ในบริบทของการท่องเที่ยวในรูปแบบต่าง ๆ นั้นเป็นที่นิยม และได้รับการยอมรับในกลุ่มผู้วิจัยเกี่ยวกับการท่องเที่ยวในปัจจุบัน (Hung & Petrick, 2010)

ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว นับว่าเป็นปัจจัยสำคัญที่ส่งผลให้บุคคลเลือก หรือตัดสินใจที่จะไม่ออกเดินทางท่องเที่ยว (Kerstetter, Yen, & Yarnal, 2005) โดยข้อจำกัดในการท่องเที่ยว คือ ปัจจัยที่จำกัดหรือยับยั้งการเดินทาง ทำให้ไม่สามารถดำเนินต่อไปได้ เป็นสิ่งที่ทำให้การท่องเที่ยวไม่สามารถเริ่มต้นขึ้นได้ ซึ่งส่งผลต่อไปยังการที่ไม่สามารถรักษาระดับความถี่ในการท่องเที่ยว หรือไม่สามารถเพิ่มความถี่ในการท่องเที่ยวให้มากขึ้นไปกว่าเดิมได้ และยังส่งผลทางลบต่อคุณภาพการท่องเที่ยวได้อีกด้วย (Hung & Petrick, 2010)

Timothy (2002) จัดกลุ่มของอุปสรรคที่นักท่องเที่ยวมักพบในการท่องเที่ยวในต่างประเทศไว้เป็นสองกลุ่มกว้าง ๆ คือ อุปสรรคที่รับรู้ (perceived barriers) และ อุปสรรคที่เกิดขึ้นจริง (real barriers) อุปสรรคที่รับรู้เกิดขึ้นจากความแตกต่างทางด้านภาษาและวัฒนธรรม ระบบทางการเมืองหรือเศรษฐกิจที่มีความต่างจากถิ่นที่อยู่ของนักท่องเที่ยว ซึ่งทำให้เกิดความลังเลใจที่จะออกไปท่องเที่ยวในต่างประเทศ ส่วนอุปสรรคที่เกิดขึ้นจริง ซึ่งมีอิทธิพลต่อการเกิดอุปสรรคที่รับรู้ได้ เกิดขึ้นจากปัจจัย เช่น กฎระเบียบการตรวจคนเข้าเมืองที่เข้มงวด การห้ามกระทำการบางอย่างที่เป็นการฝ่าฝืนกฎของประเทศนั้น ๆ เป็นต้น ซึ่งส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวในเชิงกายภาพ

Lepp และ Gibson (2003) ทำการประยุกต์ใช้กรอบความคิดเรื่องข้อจำกัดในการท่องเที่ยวต่างประเทศ เพื่อศึกษาอุปสรรคที่รับรู้ได้โดยบุคคลที่ท่องเที่ยวในต่างประเทศ ในการศึกษาข้อจำกัดได้ถูกกล่าวถึงโดยใช้คำว่า ปัจจัยเสี่ยง (risk factors) และจากการศึกษานี้ได้พบปัจจัยเสี่ยง 7 ข้อที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวต่างประเทศ คือ สุขภาพ ความไม่มั่นคงทางการเมืองและการเกิดสงคราม การก่อการร้าย อาหารการกินที่แปลกจากถิ่นเดิม ความขัดแย้งทางการเมืองและศาสนา ความแตกต่างทางวัฒนธรรม และอาชญากรรม

การรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวของผู้หญิง

การศึกษาข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมยามว่างได้ระบุว่าส่วนใหญ่นั้น ผู้หญิงจะเป็นเพศที่รับรู้ได้ถึงข้อจำกัดต่าง ๆ มากกว่าผู้ชาย (Jackson & Henderson, 1995) ด้วยสาเหตุที่ว่า ผู้หญิงมักต้องเผชิญกับข้อจำกัดในการแสวงหาประสบการณ์การท่องเที่ยวมากกว่าผู้ชาย ด้วยปัจจัยต่าง ๆ เช่น หน้าที่การงาน การดูแลครอบครัว ซึ่งปัจจัยเหล่านี้ล้วนเป็นสิ่งที่ขัดขวางไม่ให้คุณผู้หญิงบางคนได้ออกไปท่องเที่ยวตามที่ใจอยาก

ข้อจำกัดบางประการอาจทำให้ผู้หญิงไม่กล้า หรือไม่สามรถออกไปท่องเที่ยวเชิงผจญภัยได้ ซึ่งข้อจำกัดที่ผู้หญิงต้องเผชิญนั้น ในงานวิจัยของ Doran (2016) ได้ทำการแบ่งประเภทของข้อจำกัดออกเป็นสามประเภท ดังนี้

1. ข้อจำกัดส่วนบุคคล (Personal constraints) ข้อจำกัดส่วนตัวของผู้หญิงนั้นมีพื้นฐานจากการรับรู้ตนเอง (self-perception) ความเชื่อ และเจตคติ (Wilson & Little, 2005) ข้อจำกัดส่วนบุคคลมีอิทธิพลต่อการตัดสินใจ หรือการกระทำส่วนใหญ่ของผู้หญิง ซึ่งอาจประกอบไปด้วย
 - 1.1. ความรู้สึกผิด (sense of guilt) ในเรื่องของความรับผิดชอบของตนเองต่อครอบครัว เช่นเมื่อตัดสินใจออกเดินทางผู้หญิงอาจรู้สึกผิดที่ใช้เวลาไปเพื่อความสุขส่วนตัว แทนที่จะทำหน้าที่ของแม่ หรือภรรยา เป็นต้น
 - 1.2. ความสงสัยในตัวเอง (self-doubt) ในเรื่องความสามารถทางด้านร่างกาย เช่นกังวลว่าตนจะมีพลังกำลังพอหรือไม่ หรือหากอยู่ไกลจากสภาพแวดล้อมที่คุ้นเคยแล้ว จะสามารถควบคุมสถานการณ์ต่าง ๆ ได้หรือไม่ เป็นต้น
 - 1.3. ความกลัว (sense of fear) ซึ่งอาจเป็นได้ทั้งความกลัวในกิจกรรมที่ตนเองตัดสินใจเข้าร่วมว่าจะปลอดภัยมากน้อยเพียงใด กลัวว่าตนเองจะตกอยู่ในอันตรายในรูปแบบต่าง ๆ หรือกลัวโดนเพศตรงข้ามจ้องมองขณะเดินทาง เป็นต้น
 - 1.4. การรับรู้ว่าคุณไม่ใช่คนโลดโผน (perception of being unadventurous) คือการมองว่าการท่องเที่ยวแบบผจญภัยเป็นสิ่งที่ไม่ใช่ตัวตนเรา เราไม่สามารถทำได้
2. ข้อจำกัดทางสังคมและวัฒนธรรม (Socio-cultural constraints) เป็นข้อจำกัดที่มีอิทธิพลต่อการรับรู้ตนเองของผู้หญิง เจตคติต่อการท่องเที่ยวเชิงผจญภัย การตัดสินใจออกเดินทาง และประสบการณ์จากการท่องเที่ยวเชิงผจญภัย ซึ่งประกอบด้วย
 - 2.1. ความคาดหวังทางสังคม (social expectation) คือ ฐานะทางสังคมของผู้หญิง ซึ่งคาดหวังให้ผู้หญิงให้ความสำคัญกับหน้าที่การดูแลบ้านและครอบครัวมากกว่าการท่องเที่ยว ซึ่งส่งผลทำให้เวลาและกำลังในการที่จะออกเดินทางนั้นลดลง
 - 2.2. การขาดเพื่อนร่วมทาง (lack of companion) การขาดเพื่อนร่วมทางอาจจะทำให้ผู้หญิงเกิดความกลัวในด้านความปลอดภัย การต้องอยู่เพียงลำพัง นำไปสู่ความสงสัยในความสามารถของตัวเอง
 - 2.3. การหลีกเลี่ยงความสนใจจากเพศตรงข้าม (unwanted male attention) ซึ่งรวมไปถึงการเลี่ยงหลีกเลี่ยงการคุกคามทางเพศอีกด้วย

- 2.4. ภาพลักษณ์ความเป็นชายในกิจกรรมเชิงผจญภัย (masculine portrayal of adventure) เมื่อนึกถึงการท่องเที่ยวเชิงผจญภัย ความเป็นชายถูกนำมาเชื่อมโยง ทำให้ผู้หญิงรู้สึกว่าคุณเองมีความแปลกแยกหากเมื่อเข้าร่วมกิจกรรมในลักษณะเช่นนี้
3. ข้อจำกัดในทางปฏิบัติ (Practical constraints) มักเกิดขึ้นระหว่างการวางแผนเพื่อการท่องเที่ยว อันประกอบไปด้วย
- 3.1. ไม่มีเวลา (lack of time) เพราะภาระหน้าที่ทั้งในบ้าน และหน้าที่การทำงาน
 - 3.2. ไม่มีเงิน (lack of money) เนื่องจากการใช้บริการการท่องเที่ยวเชิงผจญภัยมีราคาที่สูง ค่อนข้างสูง ด้วยต้องอาศัยอุปกรณ์การเดินทางที่จำนวนมากกว่าการท่องเที่ยวประเภทอื่น ๆ อีกทั้งผู้หญิงยังรายงานว่าตนได้รับเงินค่าจ้างรายเดือนในระดับที่ต่ำกว่าผู้ชาย (Fendt & Wilson, 2012) จึงเป็นอีกสาเหตุหนึ่งที่ทำให้ไม่สามารถใช้เงินไปเพื่อการท่องเที่ยวได้
 - 3.3. ขาดบุคคลตัวอย่าง (lack of role model) ผู้หญิงมักพยายามที่จะมองหาตัวอย่างในการท่องเที่ยวเชิงผจญภัย แต่ในสื่อส่วนใหญ่เมื่อนำเสนอการท่องเที่ยวเชิงผจญภัยแล้ว จะใช้ภาพของนักท่องเที่ยวชายมากกว่า ทำให้เป็นการยากที่ผู้หญิงจะหาบุคคลต้นแบบในการออกเดินทาง
 - 3.4. ความไม่คุ้นเคยกับจุดหมายปลายทาง (unfamiliarity of the destination) ทั้งในเรื่อง ภาษา วัฒนธรรม และลักษณะทางภูมิศาสตร์ ความไม่คุ้นเคยนี้ส่งผลให้เกิดความกลัว และความสงสัยในความสามารถของตนเองได้

งานวิจัยของ Hudson (2000) ถือเป็นหนึ่งในงานวิจัยแรก ๆ ที่ทำการศึกษาในเรื่องข้อจำกัดที่เกี่ยวข้องกับเพศในบริบทของการท่องเที่ยวและบริการ โดยได้ศึกษากับนักท่องเที่ยวสกี เนื่องจากสกีเป็นกิจกรรมเชิงผจญภัยที่ผู้เล่นส่วนใหญ่เป็นผู้ชาย และเป็นกิจกรรมที่อาศัยความแข็งแรงของร่างกายซึ่งถูกมองว่าเป็นลักษณะเด่นของผู้ชาย จำนวนผู้หญิงที่เล่นสกีจึงมีจำนวนค่อนข้างน้อย เมื่อเปรียบเทียบกับผู้ชาย ในการศึกษา Hudson ทำการศึกษาข้อจำกัดในการเล่นสกีทั้งในผู้ชายและผู้หญิงเพื่อทำการเปรียบเทียบ โดยใช้กรอบแนวคิดในเรื่องลำดับขั้นของข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมยามว่างตามแบบของ Crawford และ Godbey (1987) ผลปรากฏว่าในกิจกรรมการเล่นสกีนั้นผู้หญิงรับรู้ถึงข้อจำกัดส่วนบุคคลมากกว่าผู้ชาย โดยเฉพาะข้อจำกัดในเรื่องความกลัว อันตราย และการได้รับบาดเจ็บจากการทำกิจกรรม ในขณะที่ข้อจำกัดที่ผู้ชายรับรู้มากที่สุดในการเล่นสกี คือ การที่คู่รักของตนไม่ยอมเล่นสกีด้วย ซึ่งเป็นข้อจำกัดระหว่างบุคคล ข้อสรุปนี้ยังเป็นการเน้นย้ำให้เห็นถึงความสำคัญของการศึกษาข้อจำกัดในผู้หญิง

Wilson และ Little (2005) ศึกษาข้อจำกัดในการท่องเที่ยวในกลุ่มนักท่องเที่ยวหญิงที่ออกเดินทางคนเดียว (solo traveler) โดยใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึกกับนักท่องเที่ยวหญิงชาวออสเตรเลียที่เคยมีประสบการณ์ท่องเที่ยวลำพังจำนวน 40 คน จากการสัมภาษณ์ ข้อจำกัดที่นักท่องเที่ยวเหล่านั้นต้องเจอสามารถแบ่งออกได้เป็น 4 ประเภท ประกอบไปด้วย 1) ข้อจำกัดทางสังคมและวัฒนธรรม เช่น อิทธิพลจากบรรทัดฐานทางสังคม หน้าที่และความรับผิดชอบในฐานะเพศหญิง 2) ข้อจำกัดส่วนบุคคล เช่น ข้อจำกัดภายในที่เกี่ยวข้องกับการรับรู้ตนเองของบุคคล ความเชื่อ และลักษณะทางอารมณ์ 3) ข้อจำกัดในทางปฏิบัติ เช่น การไม่มีเวลา ขาดแคลนเรื่องเงิน หรือไม่มีความรู้เกี่ยวกับจุดหมายปลายทางที่จะไป และ 4) ข้อจำกัดที่เกี่ยวกับสถานที่ เช่น ตัวเลือกของสถานที่ท่องเที่ยวที่มีจำนวนจำกัด เป็นต้น ข้อจำกัดทั้งสี่ประเภทนี้สามารถรับรู้ได้ทั้งในช่วงระยะเวลาก่อนเริ่มออกเดินทาง และในช่วงที่อยู่ระหว่างการเดินทาง และข้อจำกัดเหล่านี้ได้ส่งผลกระทบต่อประสบการณ์การเดินทางของผู้หญิง และต่อชีวิตประจำวัน

Fendt และ Wilson (2012) ศึกษาข้อจำกัดของนักโต้คลื่นหญิงในการประกอบกิจกรรมโต้คลื่น ซึ่งจัดเป็นกิจกรรมของการท่องเที่ยวเชิงผจญภัย และวิธีการที่ผู้หญิงเหล่านั้นจัดการกับข้อจำกัดต่าง ๆ โดยทำการศึกษาดังกล่าวด้วยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึกกับกลุ่มนักโต้คลื่นหญิงในประเทศออสเตรเลียจำนวน 20 คน ถึงข้อจำกัดที่ประสบในการประกอบกิจกรรมโต้คลื่น และวิธีการที่ใช้ในการเอาชนะและข้ามผ่านอุปสรรคต่าง ๆ มาได้ ซึ่งผลจากการศึกษาพบว่าข้อจำกัดที่พบในการประกอบกิจกรรมโต้คลื่นนั้นสามารถแบ่งออกได้เป็นสามประเภท คือ 1) ข้อจำกัดส่วนบุคคล เช่น ความไม่มั่นใจว่าตนต้องเจอกับสิ่งใดบ้างเมื่อประกอบกิจกรรม และความคิดที่ว่าตนจะเป็นคนส่วนน้อยในกลุ่มนักโต้คลื่น 2) ข้อจำกัดทางสังคมและวัฒนธรรม เช่น การต้องเผชิญหน้ากับกลุ่มนักโต้คลื่นที่ชำนาญแล้ว ที่มักจะมีพฤติกรรมล้อเลียน หรือ ไม่ต้อนรับนักโต้คลื่นนอกกลุ่ม หรือนักโต้คลื่นหญิง เป็นต้น 3) ข้อจำกัดในทางปฏิบัติ เช่น ปัญหาในเรื่องการเงิน และการเดินทาง เป็นต้น แต่อย่างไรก็ตามนักโต้คลื่นหญิงสามารถข้ามผ่านอุปสรรค และเอาชนะข้อจำกัดได้ด้วยวิธีการจัดการกับข้อจำกัดสามวิธีหลัก คือ การคงไว้ซึ่งเจตคติทางบวกของตนเอง การวางแผนและการเตรียมตัว ความรักและความกระตือรือร้นที่จะประกอบกิจกรรมการโต้คลื่น โดยหลังจากที่นักโต้คลื่นหญิงสามารถจัดการกับข้อจำกัดได้แล้วนั้น ส่งผลดีทั้งต่อตนเองในเรื่องของความเติบโตในตนเอง (self-growth) อีกทั้งยังทำให้เกิดประสบการณ์ที่ดีในการทำกิจกรรมอีกด้วย

แม้ว่าผู้หญิงจะรับรู้ หรือเผชิญกับข้อจำกัดเหล่านี้ในกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงผจญภัย และการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ แต่ในทางเดียวกันการท่องเที่ยวรูปแบบนี้เป็นหนึ่งในพื้นที่ที่ทำให้ผู้หญิงสามารถใช้ความพยายามและความสามารถของตนเองในการต่อสู้ หรือหาวิธีการที่จะเอาชนะข้อจำกัดเหล่านั้นได้ เพื่อจะทำให้ตนสามารถทำในสิ่งที่ต้องการได้ มากกว่าที่จะทำใจยอมรับข้อจำกัดเหล่านั้น ซึ่งกลวิธีในการเอาชนะข้อจำกัดนั้นมีอยู่หลายประการ เช่นการวางแผนล่วงหน้าก่อนออก

เดินทางเพื่อกำจัดหรือลดความกลัวที่เกิดขึ้นก่อนเดินทาง เป็นต้น ซึ่งการใช้วิธีการต่าง ๆ เพื่อเอาชนะข้อจำกัด หรือการจัดการกับข้อจำกัดนั้น นอกจากจะมีแนวโน้มที่จะเพิ่มพละกำลังในการเข้าร่วมกิจกรรมเชิงผจญภัยได้แล้ว ยังช่วยกระตุ้นให้ผู้หญิงดึงศักยภาพของตนเองออกมา และมีความกล้าที่จะข้ามผ่านข้อจำกัดทางเพศที่สังคมกำหนดไว้ได้มากขึ้น (Harris & Wilson, 2007)

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับการจัดการกับข้อจำกัด (Constraint negotiation)

ในช่วงก่อนทศวรรษ 1990 งานวิจัยที่ทำการศึกษเกี่ยวกับข้อจำกัด และการประกอบกิจกรรมยามว่าง เสนอให้เห็นว่าข้อจำกัด (constraints) และการเข้าร่วมกิจกรรม (participation) มีความสัมพันธ์กันในทิศทางที่ตรงกันข้าม คือเชื่อว่ายิ่งบุคคลรับรู้ หรือประสบกับข้อจำกัดมากเท่าใด ก็ยิ่งมีแนวโน้มที่จะตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมน้อยลงเท่านั้น (Jackson & Scott, 1999) และมองว่าข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมยามว่างถือเป็นปัจจัยกีดขวางบุคคลในการประกอบกิจกรรมที่ตนสนใจ (Jackson, 1988) ถึงแม้จะมีงานวิจัยจำนวนหนึ่งที่สนับสนุนความคิดนี้ นักวิจัยบางกลุ่มพบว่าบุคคลยังคงเข้าร่วมกิจกรรมที่ตนสนใจต่อไป แม้จะมีข้อจำกัดก็ตาม แสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ที่ซับซ้อนของข้อจำกัด และการเข้าร่วมกิจกรรม (Kay & Jackson, 1991; Scott, 1991; Shaw, Bonen, & McCabe, 1991)

Crawford และคณะ (1991) ให้ความเห็นว่า การเข้าร่วมกิจกรรมยามว่างของบุคคลขึ้นอยู่กับความสามารถในการจัดการกับข้อจำกัดเพื่อเอาชนะปัจจัยข้อจำกัดที่หลากหลายของแต่ละบุคคลนำไปสู่การศึกษาเพิ่มเติมของ Jackson และคณะ (1993) เพื่อขยายกรอบโมเดลลำดับขั้นของข้อจำกัด (Hierarchical leisure constraints model) (Crawford และคณะ, 1991) ซึ่งพัฒนาด้วยการเพิ่มเติมในส่วนบทบาทของกระบวนการจัดการกับข้อจำกัด (negotiation) และ แรงจูงใจ (motivation) เข้าไปด้วย และหลังจากนั้นความพยายามที่จะศึกษาเพื่อระบุปัจจัยและวิธีการที่บุคคลใช้เพื่อการจัดการกับข้อจำกัดจึงเกิดขึ้น

แนวคิดเกี่ยวกับการจัดการกับข้อจำกัด (negotiation) ได้รับการคิดค้นขึ้นเพื่อใช้อธิบายถึงวิธีการที่ข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมยามว่างนั้นถูกเอาชนะ หรือข้ามผ่านไปได้ การจัดการกับข้อจำกัด หมายถึงวิธีการต่าง ๆ ที่บุคคลนำไปใช้เพื่อหลีกเลี่ยง หรือลดอิทธิพลของข้อจำกัดที่มีต่อการเข้าร่วมกิจกรรมของบุคคลนั้น (Jackson, 2005; Mannell & Kleiber, 1997) สมมติฐานสำคัญที่เกี่ยวข้องกับการจัดการกับข้อจำกัดมาจากทฤษฎีการรับรู้ทางสังคม (Social Cognitive Theory) ซึ่งเชื่อว่าบุคคลมีแนวโน้มที่จะเลือก หรือเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อมต่าง ๆ ที่ส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมของตนได้ด้วยตนเอง มากกว่าที่จะยอมรับ และไม่โต้ตอบต่อสภาวะที่ไม่น่าพึงพอใจนั้น (Maddux, 1993) หรืออาจกล่าวได้ว่า ข้อตกลงพื้นฐานของการจัดการกับข้อจำกัดนั้น มีที่มาจากมุมมองอยู่

ร่วมกันมากกว่าแข่งกัน (compatible rather than competing perspective) ซึ่งมองว่ามนุษย์เป็นผู้ก่อ (active shapers) มากกว่าที่จะเป็นเพียงผู้รับ (passive reactors) (Mannell & Loucks-Atkinson, 2005)

Jackson และคณะ (1993) ได้ทำการศึกษาถึงบทบาทและความสำคัญของการจัดการกับข้อจำกัด และได้เสนอว่าการประกอบกิจกรรมยามว่างจะเกิดขึ้นได้นั้น ไม่ใช่เพียงเพราะบุคคลนั้นปราศจากข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรม ซึ่งก็อาจเป็นจริงได้ในบางบุคคล แต่ยังขึ้นอยู่กับที่บุคคลนั้นจัดการกับข้อจำกัดนั้นได้มากน้อยเพียงใด ซึ่งการจัดการกับข้อจำกัดเป็นปัจจัยที่ช่วยในการตัดสินใจประกอบกิจกรรม ไม่ใช่ปัจจัยกีดขวาง และนอกจากนั้นยังตั้งสมมติฐานว่าเป้าหมายของแต่ละบุคคลในการจัดการกับข้อจำกัดนั้น เป็นไปได้ว่าจะได้รับอิทธิพลจากแรงจูงใจส่วนบุคคลเกี่ยวกับกิจกรรมนั้น ๆ และการคาดหวังว่าตนมีแนวโน้มสูงที่จะจัดการกับข้อจำกัดนั้นได้สำเร็จ ซึ่งจากสมมติฐานนี้ จึงก่อให้เกิดการศึกษาเพื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างข้อจำกัด การจัดการกับข้อจำกัด แรงจูงใจ (Hubbard & Mannell, 2001; Son, Mowen, & Kerstetter, 2008) และปัจจัยอื่น ๆ เช่น ความสามารถในการจัดการกับข้อจำกัด (negotiation-efficacy) (Ridinger, Funk, Jordan, & Kaplanidou, 2012; White, 2008) และ อัตลักษณ์ส่วนบุคคล (identity) (Jun & Kyle, 2011)

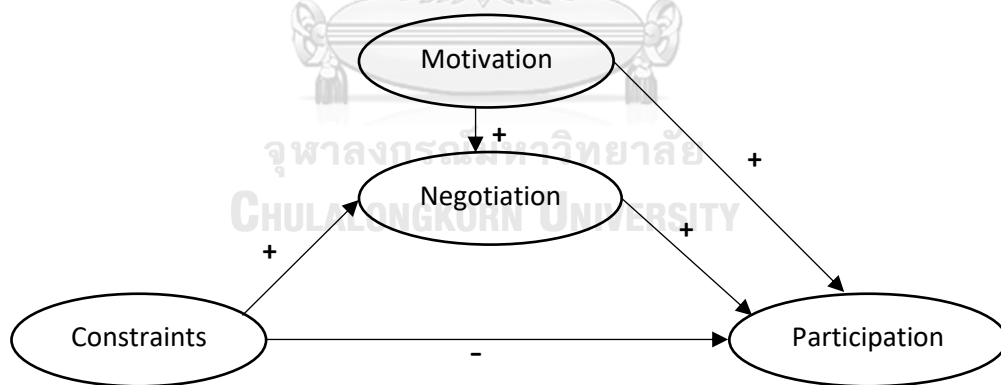
White (2008) ได้สรุปความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยต่าง ๆ ข้างต้นไว้ว่า แรงจูงใจที่จะเข้าร่วมประกอบกิจกรรมในระดับสูง และความมั่นใจในผลลัพธ์ของการจัดการกับข้อจำกัดของตนเองสามารถกระตุ้นให้เกิดการใช้กลยุทธ์การจัดการกับข้อจำกัดได้ อีกทั้งความเข้มข้นของข้อจำกัด และทักษะการใช้วิธีการจัดการกับข้อจำกัดของบุคคลก็ยังสามารถส่งผลต่อประสิทธิภาพของการจัดการกับข้อจำกัดได้เช่นกัน (Hubbard & Mannell, 2001)

รูปแบบของกระบวนการจัดการกับข้อจำกัด (Model of Constraint Negotiation Process)

หลังจากที่มีนักวิจัยจำนวนมากให้ความสนใจและศึกษาเกี่ยวกับการจัดการกับข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมยามว่าง งานวิจัยที่นำเสนอรูปแบบต่าง ๆ ของที่มาและกลยุทธ์ที่บุคคลมักใช้ในการเอาชนะข้อจำกัดที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมยามว่างก็ปรากฏให้เห็นเพิ่มขึ้นเช่นเดียวกัน นอกจากนี้ยังมีการศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่าง ข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมยามว่าง และการจัดการกับข้อจำกัด ร่วมกับปัจจัยเสริมอื่น ๆ อีก โดยเฉพาะปัจจัยในเรื่องแรงจูงใจ (motivation) ซึ่ง Hubbard และ Mannell (2001) ได้ศึกษาค้นคว้า และพัฒนาโมเดลกระบวนการจัดการกับข้อจำกัดขึ้นจากพื้นฐานความคิดว่า ถึงแม้บุคคลจะเผชิญกับข้อจำกัด นั้นไม่ได้หมายความว่าบุคคลนั้นจะไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมได้ ซึ่งโมเดลนั้นประกอบไปด้วยตัวแปรหลัก คือ ข้อจำกัด (constraint) การจัดการกับข้อจำกัด (negotiation) แรงจูงใจ (motivation) และ การเข้าร่วมกิจกรรม (participation) ซึ่งใน

การศึกษานี้ ผู้วิจัยอาศัยแนวคิดจาก Constraint-Effects-Mitigation Model มาใช้ประกอบการศึกษานี้

Constraint-Effects-Mitigation Model เป็นโมเดลที่ได้รับการกล่าวถึง และถูกนำไปทดสอบในงานวิจัยต่าง ๆ มากที่สุด เป็นโมเดลที่แสดงถึงอิทธิพลโดยตรงของตัวแปรข้อจำกัด และการจัดการกับข้อจำกัดต่อการเข้าร่วมกิจกรรม ซึ่งมีอิทธิพลทางลบ และอิทธิพลทางบวก ตามลำดับ นอกจากนี้ในโมเดลนี้ ข้อจำกัดและการจัดการกับข้อจำกัดมีความสัมพันธ์ต่อกันโดยตรง และโมเดลนี้ตั้งอยู่บนสมมติฐานที่ว่า การเผชิญกับข้อจำกัดนั้นจะกระตุ้นให้เกิดความพยายามในการจัดการกับข้อจำกัด และการใช้กลยุทธ์เพื่อจัดการกับข้อจำกัดมากขึ้น สังเกตได้จากความสัมพันธ์ทางบวก ระหว่างข้อจำกัดและการจัดการกับข้อจำกัด ถึงแม้ว่าข้อจำกัดจะมีบทบาทในการลดระดับของการเข้าร่วมกิจกรรม จากเส้นความสัมพันธ์ทางลบระหว่างข้อจำกัดและการเข้าร่วมกิจกรรม แต่เมื่อการจัดการกับข้อจำกัดได้รับการกระตุ้น จะส่งผลให้อิทธิพลทางลบนั้นมีระดับลดลงไป สังเกตจากเส้นความสัมพันธ์ทางบวกระหว่างการจัดการกับข้อจำกัด และการเข้าร่วมกิจกรรม (ภาพที่ 2) กล่าวคือ การเผชิญกับข้อจำกัดนั้นสามารถส่งผลได้สองทาง คือ ยับยั้งการเข้าร่วมกิจกรรม (inhibiting participation) ที่เกิดจากการข้อจำกัดต่าง ๆ ที่บุคคลต้องเจอโดยตรง และส่งเสริมการเข้าร่วมกิจกรรม (facilitating participation) ที่เกิดจากการจัดการกับข้อจำกัดได้รับการกระตุ้นให้ถูกนำมาใช้



ภาพที่ 2 Constraint-Effects-Mitigation Model

เมื่อแนวคิดของการจัดการกับข้อจำกัดได้ถูกพัฒนาในรูปแบบที่ชัดเจนขึ้น นักวิจัยจึงเริ่มสนใจศึกษาถึงกลยุทธ์ และวิธีการต่าง ๆ ที่ใช้ในการจัดการกับข้อจำกัดในรูปแบบที่ต่างกัน ดังเช่นงานวิจัยของ Kay และ Jackson (1991) นำเสนอวิธีการจัดการกับข้อจำกัดในเรื่องเงินและเวลา เช่น ลดความบ่อยครั้งในการประกอบกิจกรรม ออมเงินเพื่อนำไปใช้ประกอบกิจกรรม ค้นหาทางเลือกในการประกอบกิจกรรมที่ราคาไม่สูงนัก และลดเวลาในการทำงานลง เป็นต้น Scott (1991) นำเสนอวิธีการจัดการกับข้อจำกัดในนักเรียนไฟเบรด์จ์ โดยจำแนกออกเป็นสามประเภท ได้แก่ การค้นคว้าหาข้อมูลเกี่ยวกับกิจกรรมเพื่อเพิ่มโอกาสให้ตนเอง การปรับเปลี่ยนตารางเวลาเวลาให้เหมาะสมและเข้ากับผู้เล่นคนอื่น ๆ และการพัฒนาทักษะในการเล่นเพื่อเพิ่มโอกาสในการเข้าร่วมกิจกรรม เป็นต้น

Jackson และคณะ (1993) ได้เสนอว่ากลยุทธ์ในการจัดการกับข้อจำกัด สามารถแบ่งออกได้เป็น 2 ประเภทหลัก คือ กลยุทธ์ทางการรู้คิด (cognitive strategies) และกลยุทธ์ทางพฤติกรรม (behavioral strategies)

1. กลยุทธ์ทางการรู้คิด (Cognitive negotiation strategies) มีเป้าหมายเพื่อลดความไม่สอดคล้องในการรู้คิด หรือความไม่แน่นอนของสภาวะการรู้คิดของบุคคล โดยการเปลี่ยนแปลงความคิด หรือพฤติกรรมของตนเอง (Jackson & Rucks, 1995) ตัวอย่างวิธีการจัดการกับข้อจำกัดจากงานของ Li และ Stodolska (2007) ประกอบด้วย การมองว่าปัญหาหรืออุปสรรคนั้นเป็นสิ่งชั่วคราว การมุ่งความสนใจไปที่อนาคต (เช่น ช่วงเวลาที่กิจกรรมสามารถเกิดขึ้นได้) การให้ความสนใจกับปัจจัยทางบวก (เช่น การให้รางวัลตัวเองจากการเรียน หรือการทำงานด้วยการประกอบกิจกรรมยามว่าง) และการลดคุณค่าของการประกอบกิจกรรมยามว่าง โดย Jackson และคณะเสนอว่า กิจกรรมยามว่างที่บุคคลต้องการเข้าร่วม แต่เชื่อว่าตนไม่สามารถเข้าร่วมได้ จะถูกลดคุณค่าลงเพื่อลดความไม่สบายใจที่เกิดขึ้นนั่นเอง และนอกจากนั้นตัวอย่างกลยุทธ์ทางการรู้คิดยังมีในเรื่องของการปรับเปลี่ยนความตั้งใจในการประกอบกิจกรรม (Jackson & Rucks, 1995) การยอมรับว่าข้อจำกัดเป็นหนึ่งในความจริงของชีวิต (Samdahl & Jekubovich, 1997) และการยอมรับในความท้าทายที่ต้องเผชิญ (Fendt & Wilson, 2012)

2. กลยุทธ์ทางพฤติกรรม (Behavioral negotiation strategies) ประกอบด้วยการเปลี่ยนแปลงในพฤติกรรมสองรูปแบบ คือ พฤติกรรมที่ข้องเกี่ยวกับกิจกรรมยามว่าง และพฤติกรรมที่ไม่ข้องเกี่ยวกับกิจกรรมยามว่าง (Jackson, 1993) ตัวอย่างของการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ข้องเกี่ยวกับกิจกรรมยามว่าง คือ การเปลี่ยนแปลงเวลาและความถี่ในการเข้าร่วมกิจกรรม (เช่น เลื่อนหรือลดการประกอบกิจกรรม) และการเพิ่มพูนทักษะในการทำกิจกรรมใหม่ ๆ (Jackson & Rucks, 1995) ในการศึกษาของ Li และ Stodolska (2007) ซึ่งทำการศึกษาเกี่ยวกับนักศึกษาชาวจีน พบว่าผู้เข้าร่วมการวิจัยส่วนใหญ่เลือกที่จะปรับเปลี่ยนการประกอบกิจกรรมยามว่างของตนเอง เพื่อไปทำสิ่งอื่นที่ไม่เกี่ยวกับกิจกรรมยามว่าง แต่มีความสำคัญมากกว่า โดยเฉพาะในเรื่องของการศึกษา แต่ในทาง

กลับกัน Jackson และ Rucks พบว่านักเรียนมัธยมปลายชาวแคนาดาจะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมที่ไม่ข้องเกี่ยวกับกิจกรรมยามว่างเพื่อที่จะประกอบกิจกรรมยามว่างมากกว่า โดยใช้วิธี เช่น วางตารางเพื่อทำกิจกรรมอื่นนอกเหนือจากกิจกรรมยามว่างใหม่ และลดรายจ่ายเพื่อออมเงินในการใช้จ่ายเกี่ยวกับกิจกรรมยามว่าง (Jackson & Rucks, 1995)

การจัดการกับข้อจำกัดของผู้หญิง

สำหรับการจัดการกับข้อจำกัดในผู้หญิงนั้น มีการศึกษาถึงวิธีการ และกลยุทธ์ที่ผู้หญิงนำมาใช้เมื่อต้องเผชิญกับข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรม ดังในงานของ Fendt และ Wilson (2012) ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับข้อจำกัด และกลยุทธ์ที่นักเล่นกระดานโต้คลื่นหญิงใช้ เพื่อให้ตนสามารถข้ามผ่านข้อจำกัด และสามารถเข้าร่วมกิจกรรมโต้คลื่น ซึ่งเป็นหนึ่งในกิจกรรมที่ผู้เล่นส่วนใหญ่มักเป็นผู้ชายได้ในที่สุด Fendt และ Wilson ทำการสัมภาษณ์นักเล่นกระดานโต้คลื่นหญิงจำนวน 20 คนเกี่ยวกับวิธีการที่พวกเขาใช้ในการจัดการกับข้อจำกัดที่ต้องเจอในการเล่นกระดานโต้คลื่นร่วมกับผู้เล่นส่วนใหญ่ที่เป็นผู้ชาย ผลจากการศึกษาครั้งนี้พบว่าวิธีการที่ถูกนำมาใช้ในกลุ่มนักโต้คลื่นที่ได้รับการสัมภาษณ์นั้น แบ่งได้ออกเป็นสามประเภทหลัก คือ 1) การคงไว้ซึ่งเจตคติทางบวก หมายความว่า นักโต้คลื่นหญิงส่วนใหญ่จัดการกับข้อจำกัด ด้วยการมองว่าเป็นสิ่งที่ท้าทาย และเสริมสร้างให้เกิดการพัฒนาตนเอง อีกทั้งยังเป็นการเพิ่มประสบการณ์ให้แก่ตนเองในระหว่างร่วมกิจกรรม 2) การวางแผนและเตรียมตัว โดยการวางแผนและเตรียมตัวให้พร้อม ทั้งในเรื่องของสิ่งที่ตนต้องเจอ และการเตรียมพร้อมทางด้านร่างกายและจิตใจ ทำให้ให้นักโต้คลื่นหญิงมีความมั่นใจในตนเองว่าจะสามารถฝ่าฟันอุปสรรค หรือข้อจำกัดต่าง ๆ ไปได้ 3) การมีความรู้สึกหลงใหล และกระตือรือร้นในการเล่นกระดานโต้คลื่น ความรู้สึกเช่นนี้ทำให้นักโต้คลื่นหญิงไม่ได้รู้สึกว่ตนกำลังเผชิญกับข้อจำกัดด้วยซ้ำไป นอกจากนี้ยังพบว่าการที่ผู้หญิงเหล่านี้ได้จัดการกับข้อจำกัด ส่งผลให้พวกเขาได้รับประสบการณ์ทางบวกในการประกอบกิจกรรมมากกว่าการที่ไม่ได้เผชิญกับข้อจำกัดใดเลย

Laurendeau และ Sharara (2008) ศึกษาข้อจำกัด และกลยุทธ์การจัดการกับข้อจำกัดในนักดิ่งพสุธาและนักสโนว์บอร์ดหญิงชาวแคนาดา ด้วยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก พบว่านักกีฬาหญิงเหล่านี้เอาชนะข้อจำกัดที่ตนพบเจอในการประกอบกิจกรรมที่ผู้เข้าร่วมกิจกรรมส่วนมากเป็นผู้ชาย ด้วยวิธีการ เช่น การมองว่าเรื่องเพศเป็นเรื่องที่ไม่ได้มีส่วนเกี่ยวข้องในการประกอบกิจกรรม โดยมองว่าตนเป็นนักดิ่งพสุธา และนักสโนว์บอร์ดที่มีความสามารถเช่นเดียวกับคนอื่น ๆ ถึงแม้ว่าจะรับรู้ว่าเป็นกลุ่มชายขอบในการประกอบกิจกรรมก็ตาม หรือการพยายามไม่ระบุเพศ และไม่แสดงออกถึงความ เป็นเพศหญิงด้วยการเลือกสวมใส่เสื้อผ้าที่มีลักษณะปิดบังรูปร่าง เพื่อสร้างความเป็นนิรนามจากเพศสภาพของตนเอง ทำให้นักดิ่งพสุธาหญิงจัดการกับข้อจำกัดด้วยการ

ใช้ประโยชน์จากความเป็นผู้หญิงของตนเอง กล่าวคือ เมื่อพบว่าตนได้รับการปฏิบัติด้วยวิธีการที่ต่างจากนักกึ่งพสุธาชาย พวกเขาอาศัยโอกาสนี้ที่ผู้ดูแลกิจกรรมให้ความดูแลอย่างใกล้ชิด ในการพัฒนาทักษะของตนเอง และสร้างความมั่นใจในเรื่องความปลอดภัยมากขึ้น

การศึกษาการจัดการกับข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมผจญภัยของผู้หญิงซึ่งศึกษาโดย Little และ Wilson (2005) พบว่าผู้หญิงชาวออสเตรเลียมีวิธีการในการเอาชนะข้อจำกัด เพื่อให้ตนสามารถออกไปประกอบกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงผจญภัยที่ต้องการ ด้วยวิธีการ คือ ใช้การวางแผนล่วงหน้า และเตรียมตัวให้พร้อมสำหรับกิจกรรมที่ตนมุ่งหมายไว้ อีกทั้งการตั้งเป้าหมายในการทำกิจกรรมผจญภัย เพื่อเป็นการคงความสัมพันธ์ของตัวตนกับการผจญภัย และยังเป็นวิธีคงไว้ซึ่งตัวตนในฐานะนักผจญภัยไว้ นอกจากการวางแผนแล้ว ผู้หญิงส่วนใหญ่จัดการบริหารเวลาในชีวิตของตน และแบ่งสรรปันส่วนไว้ให้สำหรับกิจกรรมผจญภัยที่ตนต้องการ หรือถ้าหากมีเวลาเพียงเล็กน้อยในการทำกิจกรรมแล้ว ผู้หญิงจะจัดการกับปัญหานี้ด้วยการลดความถี่ในการประกอบกิจกรรมลง และมีความยืดหยุ่นในการประกอบกิจกรรม เพื่อให้การเข้าร่วมกิจกรรมผจญภัยยังคงดำเนินไปอย่างต่อเนื่องในชีวิต

ถึงแม้ว่าผู้หญิงอาจต้องเผชิญกับข้อจำกัดในการท่องเที่ยวเชิงผจญภัยมากกว่าผู้ชาย ด้วยเหตุผลหลายประการตามที่กล่าวไปข้างต้น แต่ข้อจำกัดเหล่านั้นก็ไม่สามารถหยุดยั้งผู้หญิงไม่ให้เข้าร่วมกิจกรรมได้หากผู้หญิงมีการจัดการกับข้อจำกัดเพื่อให้ตนเองสามารถเอาชนะอุปสรรคที่ขัดขวางไปได้ การที่ผู้หญิงสามารถจัดการเอาชนะข้อจำกัดจะนำไปสู่ผู้หญิงสามารถเข้าร่วมกิจกรรม หรือการท่องเที่ยวตามที่ตนต้องการได้

แนวคิดและทฤษฎีเกี่ยวกับความมุ่งมั่นในตนเอง (Self-determination)

Ward (1988) ให้นิยามของความมุ่งมั่นในตนเอง (self-determination) ว่าเป็นเจตคติที่ทำให้บุคคลสามารถระบุและให้ความหมายของเป้าหมายและความสามารถของตนเองในการเริ่มต้นกระทำการบางอย่างเพื่อสามารถนำไปสู่เป้าหมายของตน

Wehmeyer และ Sands (1996 อ้างถึงใน Wehmeyer, 2004) ให้ความหมายของความมุ่งมั่นในตนเองว่า คือกระบวนการที่สามารถพัฒนาได้ตลอดชีวิต เป็นกระบวนการที่เกิดขึ้นเพื่อให้ตนเองเป็นเจ้าของความคิด และการตัดสินใจของตน และมีความสามารถในการเลือกได้ตามใจของตน โดยปราศจากความคิดเห็นของผู้อื่น หรืออิทธิพลจากสังคมภายนอกเข้ามาเกี่ยวข้อง กล่าวคือ ความมุ่งมั่นในตนเอง หมายถึง ความสามารถและสิทธิในการมีอำนาจและการควบคุมชีวิตของตนเอง

ความมุ่งมั่นในตนเองนั้นมีความแตกต่างกับความเป็นอิสระ (independence) หรือความมีเอกลักษณ์ (uniqueness) โดยที่ความมุ่งมั่นในตนเองจะสะท้อนถึงประสบการณ์ส่วนบุคคลในเรื่องการเลือกและการตัดสินใจด้วยตนเอง (Zhou, 2015)

Zhang, Cole, Hirt, และ Bilgihan (2017a) กล่าวถึงความมุ่งมั่นในตนเองว่า เมื่อบุคคลมีแรงจูงใจที่จะกำหนดการกระทำด้วยตนเองแล้วนั้น บุคคลจะตัดสินใจที่เข้าร่วมประกอบกิจกรรมใด กิจกรรมหนึ่งอย่างอิสระ ด้วยความสนใจและการให้คุณค่ากับกิจกรรมนั้นของตน แทนที่จะคาดหวังถึงรางวัล หรือปัจจัยภายนอกอื่น ๆ ที่จะได้รับ เช่น การได้รับความสนใจจากคนรอบข้าง การได้รับการยอมรับ ซึ่งเป็นรูปแบบของการกระทำที่ถูกควบคุม (controlled motivation) ไม่ใช่การกระทำที่มีความมุ่งมั่นในตนเอง (self-determined motivation)

ลักษณะของบุคคลที่มีการความมุ่งมั่นในตนเอง เมื่ออ้างอิงจาก Wehmeyer และ Sands (Wehmeyer, 2004) นั้นประกอบไปด้วย 4 คุณลักษณะสำคัญ ดังนี้

1. ความมีอิสระในพฤติกรรม (Behavioral autonomy) คือการที่บุคคลมีการแสดงออกที่เป็นอิสระ สามารถตัดสินใจได้อย่างเสรี ไม่มีการบีบบังคับใด ๆ โดยบุคคลเป็นผู้ที่รับผิดชอบต่อการกระทำของตนเอง
2. การกำกับตนเอง (Self-regulation) หมายถึง บุคคลสามารถประเมินลักษณะของสภาพแวดล้อม และตัดสินใจในเรื่องของการกระทำของตนเอง มีการประมาณการณ์หรือคาดการณ์ถึงผลลัพธ์ที่อาจเกิดขึ้นจากพฤติกรรม และอาจมีการเปลี่ยนแปลงรูปแบบพฤติกรรมถ้าจำเป็น
3. การเสริมสร้างพลังอำนาจในเชิงจิตวิทยา (Psychological empowerment) คือความเชื่อของบุคคลว่าตนเองมีความสามารถในการทำพฤติกรรมที่มีความมุ่งมั่นในตนเอง
4. การตระหนักถึงตนเอง (Self-realization) หมายถึง บุคคลมีการแสดงออกที่เกิดจากการรับรู้ และรู้จักตัวตน จุดแข็ง และจุดอ่อนของตนเอง

Wehmeyer (1999) กล่าวต่อไปว่า การระบุว่าพฤติกรรมใดเป็นพฤติกรรมที่มีความมุ่งมั่นในตนเองนั้น ควรจะต้องมีระดับของลักษณะทั้งสี่ข้างต้นปรากฏอยู่ ซึ่งการมีทักษะเหล่านี้จะทำให้บุคคลสามารถตัดสินใจเกี่ยวกับเรื่องใดในชีวิตได้ และกระทำสิ่งต่าง ๆ โดยมีพื้นฐานจากความชอบและความสามารถของตนเอง

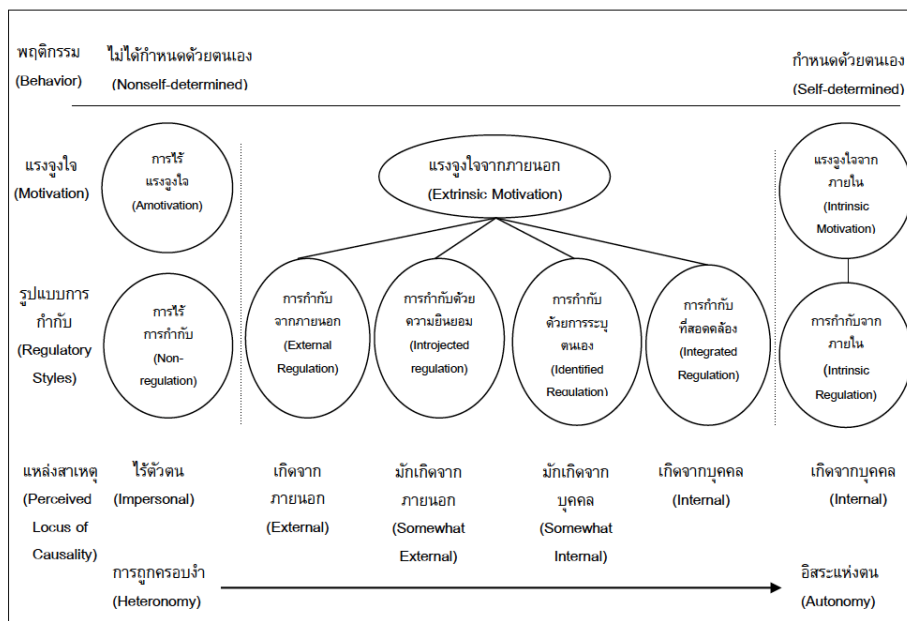
ทักษะสำคัญที่ต้องอาศัยในการแสดงออกถึงความมุ่งมั่นในตนเอง คือ การเลือก การตัดสินใจ การแก้ไขปัญหา การกำหนดเป้าหมายที่ชัดเจนและการไปถึงเป้าหมายนั้น การสังเกตตนเอง การประเมินตนเองและการเสริมแรง ความเชื่ออำนาจภายในตน การรับรู้ความสามารถตนเองและการคาดการณ์ถึงผลทางบวกที่เกิดขึ้น และการรู้จักตนเอง นอกจากนั้นสภาพแวดล้อมที่ส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาทักษะเหล่านี้ก็มีความสำคัญด้วยเช่นเดียวกัน (Wehmeyer, 2004)

ทฤษฎีความมุ่งมั่นในตนเอง (Self-determination theory)

ทฤษฎีความมุ่งมั่นในตนเอง (Self-determination theory) ถูกสร้างเพื่อเป็นกรอบแนวคิดของการศึกษาจากจิตวิทยาสมัยใหม่ และเป็นรากฐานสำหรับแนวคิดทางการศึกษาทางการกีฬา การประกอบกิจกรรมยามว่าง เช่นการท่องเที่ยว โดยอธิบายถึงการพัฒนาบุคลิกภาพ และการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการสร้างแรงจูงใจให้กับตนเอง โดยมีการสันนิษฐานว่า มนุษย์มีการเรียนรู้ความสามารถ การพัฒนาตนเอง ประสบการณ์ และสุขภาวะที่ดีมาตั้งแต่กำเนิด

Deci และ Ryan (1985) กล่าวว่า โดยปกติแล้วบุคคลแต่ละคนจะมีแนวโน้มที่จะได้รับการกระตุ้น และควบคุมพฤติกรรมผ่านการเลือกในรูปแบบที่แสดงความเป็นตัวของตัวเอง หรืออาจถูกจูงใจจากการได้รับแรงกดดันจากปัจจัยภายนอกก็ได้ ซึ่งในกรณีแรกนั้น บุคคลมีแรงจูงใจที่จะกระทำพฤติกรรมจากสิ่งที่คุณมีความสนใจ ไม่ได้เป็นเพราะเป็นสิ่งที่ผู้อื่นต้องการให้ทำ ลักษณะการควบคุมพฤติกรรมเช่นนี้เกิดจากการเลือกกระทำของตัวบุคคลเอง และถือว่าเป็นพฤติกรรมที่แสดงถึงความมุ่งมั่นในตนเอง (self-determined behaviors) ขณะที่ในอีกกรณีนั้น พฤติกรรมของบุคคลไม่ได้มาจากการเลือกด้วยตนเอง หรือมาจากแรงจูงใจภายใน จึงถือว่าเป็นพฤติกรรมในลักษณะนี้เป็นพฤติกรรมที่ปราศจากความมุ่งมั่นในตนเอง (non-self-determined behaviors)

เมื่ออ้างอิงจากทฤษฎีความมุ่งมั่นในตนเอง การควบคุมพฤติกรรมสามารถเป็นได้หลายรูปแบบ ซึ่งสามารถแยกออกจากกันได้ด้วยเส้นความต่อเนื่องของความมุ่งมั่นในตนเอง (Continuum of self-determination) ดังในภาพที่ 3 โดยเริ่มที่การไร้ความอิสระ หรือการถูกครอบงำจากปัจจัยภายนอก (heteronomy) ไปจนถึงความมีอิสระแห่งตนหรือการกำหนดการกระทำด้วยตนเองที่แท้จริง (autonomy) โดยการควบคุมพฤติกรรมสามารถแบ่งกลุ่มได้ออกเป็น 3 กลุ่มคือ แรงจูงใจภายใน แรงจูงใจภายนอก และการขาดแรงจูงใจ ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้



ภาพที่ 3 ความต่อเนื่องของความมุ่งมั่นในตนเอง (เสรี ใหม่จันทร์, 2553)

1. แรงจูงใจภายใน (Intrinsic motivation) หมายถึงความปรารถนาของบุคคลในการกระทำพฤติกรรม หรือกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่ง ไม่ว่าจะกิจกรรมนั้นบุคคลอื่นจะมองว่ามีคุณค่าหรือไม่ก็ตาม เมื่อบุคคลมีแรงจูงใจที่มาจากภายในตนเอง บุคคลจะเลือกที่จะเข้าร่วมในกิจกรรมด้วยความสมัครใจ เพื่อความเพลิดเพลินและความพึงพอใจที่จะได้จากการเข้าร่วมกิจกรรมนั้น อีกทั้งยังเพื่อประสบการณ์ที่เกี่ยวกับความสามารถและการกำหนดการกระทำของตนเองซึ่งมาจากการต้องเผชิญกับความท้าทายต่าง ๆ และการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นในสังคม

2. แรงจูงใจภายนอก (Extrinsic motivation) หมายถึงปัจจัยภายนอกที่กระตุ้นให้บุคคลประกอบกิจกรรม หรือมีพฤติกรรมใดพฤติกรรมหนึ่ง เมื่อบุคคลมีแรงจูงใจที่มาจากภายนอก บุคคลนั้นไม่ได้มีความสนใจส่วนตัวกับกิจกรรม แต่หากกระทำกิจกรรมนั้นเพื่อผลลัพธ์ที่น่าชื่นชม หรือเพื่อหลีกเลี่ยงผลลัพธ์ที่ไม่ต้องการ ซึ่งแรงจูงใจภายนอกยังสามารถแบ่งย่อยได้เป็น 4 ประเภท เรียงลำดับจากที่มีระดับการกำหนดการกระทำด้วยตนเองน้อยที่สุดไปยังมากที่สุด คือ การกำกับจากภายนอก การกำกับด้วยความยินยอม การกำกับด้วยการระบุตนเอง และการกำกับที่สอดคล้อง

2.1 การกำกับจากภายนอก (External regulation) คือรูปแบบแรงจูงใจจากภายนอกที่มีการกำหนดการกระทำด้วยตนเองที่น้อยที่สุด ซึ่งพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจากแรงจูงใจในลักษณะนี้เป็นไปเพื่อผลลัพธ์ที่น่าพึงพอใจหลังจากพฤติกรรมนั้นหรือเพื่อหลีกเลี่ยงผลลัพธ์ที่ไม่ต้องการ แต่ไม่ใช่เพื่อความพึงพอใจส่วนตัวจากการประกอบกิจกรรม หรือพฤติกรรมนั้น

2.2 การกำกับด้วยความยินยอม (Introjected regulation) คือรูปแบบแรงจูงใจที่มีการแทรกแซงด้วยการควบคุมจากภายนอกบางส่วน กระทำไปเพื่อหลีกเลี่ยงความรู้สึกผิด หรือความกังวลใจ หรือเพื่อให้ตนเองเกิดความภาคภูมิใจ ให้เกิดความรู้สึกว่าตนเองมีคุณค่า แต่สิ่งที่กระทำไปนั้น ไม่ได้เป็นสิ่งที่สัมพันธ์กับตัวตนที่แท้จริง ถึงแม้ว่าจะเป็นแรงขับที่มาจากภายใน แต่พฤติกรรมที่เกิดขึ้นจากการยินยอมนั้น ยังเป็นพฤติกรรมที่มีสาเหตุมาจากภายนอก และไม่ได้เป็นประสบการณ์ที่เกิดขึ้นจากความต้องการของตนเองอย่างแท้จริง

2.3 การกำกับด้วยการระบุตนเอง (Identified regulation) เป็นรูปแบบแรงจูงใจของพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจากค่านิยมส่วนบุคคล ซึ่งเป็นรูปแบบของแรงจูงใจภายนอกที่มีการกำหนดการกระทำด้วยตนเองมากขึ้น การกระทำด้วยการระบุตนเองสะท้อนให้เห็นถึงการสร้างคุณค่า และการรับรู้ว่าคุณค่าเป็นผู้เลือกกระทำพฤติกรรมนั้น บุคคลตัดสินใจจะทำพฤติกรรมหนึ่งด้วยตนเอง ด้วยเหตุผลว่าพฤติกรรมนั้นสอดคล้องกับคุณค่าและเป้าหมายที่บุคคลให้ความสำคัญ

2.4 การกำกับที่สอดคล้อง (Integrated regulation) คือพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจากการระบุตัวตนไปกับแรงจูงใจของบุคคลนั้นมีระดับที่สูงจนกระทั่งพฤติกรรมนั้นกลายเป็นตัวตนที่แท้จริงของบุคคล กล่าวคือ การควบคุมพฤติกรรมนั้นได้ผสมรวมไปกับความรู้สึกของบุคคลเกี่ยวกับตนเองทั้งหมด

3. การขาดแรงจูงใจ (Amotivation) หมายถึงสถานะที่บุคคลไม่รับรู้ถึงความสัมพันธ์ของการกระทำและผลจากการกระทำนั้น เป็นเหตุให้บุคคลไม่สามารถทำนายถึงสิ่งที่จะเกิดขึ้นตามมา หลังจากพฤติกรรมของพวกเขาได้ เมื่อบุคคลขาดแรงจูงใจ บุคคลจะมองว่าการกระทำต่าง ๆ เกิดขึ้นจากปัจจัยอื่นที่ไม่สามารถควบคุมได้ อีกทั้งไม่รับรู้ถึงความสามารถของตนเอง ขาดการควบคุมตนเอง และรู้สึกไม่เป็นตัวเองเมื่อกระทำพฤติกรรม หรือกล่าวได้ว่าบุคคลไม่เห็นคุณค่าใด ๆ จากการกระทำ ไม่ได้เกิดความรู้สึกว่ามีความสามารถที่จะทำได้ หรือไม่ได้มีการคาดหวังผลใด

ลักษณะการควบคุมพฤติกรรมที่แตกต่างกันทั้งหกประเภท ได้แก่ แรงจูงใจภายใน การกำกับที่สอดคล้อง การกำกับด้วยการระบุตนเอง การกำกับด้วยความยินยอม แรงจูงใจภายนอก และการขาดแรงจูงใจ มีความสัมพันธ์กับผลลัพธ์ในด้านต่าง ๆ ที่แตกต่างกันไป เนื่องจากความมุ่งมั่นในตนเองนั้น มีสมมติฐานว่ามีความสัมพันธ์กับปัจจัยเชิงจิตวิทยาทางบวก การควบคุมพฤติกรรมในรูปแบบที่มีการกำหนดการกระทำด้วยตนเอง (แรงจูงใจภายใน การกำกับที่สอดคล้อง และการกำกับด้วยการระบุตนเอง) จึงมีความสัมพันธ์กับผลลัพธ์เชิงบวก ขณะที่การควบคุมพฤติกรรมในรูปแบบที่มีความมุ่งมั่นในตนเองน้อยที่สุดหรือไม่มีความมุ่งมั่นในตนเองเลยนั้น (แรงจูงใจภายนอก การกำกับด้วยความยินยอม และการขาดแรงจูงใจ) จึงมีความสัมพันธ์กับผลลัพธ์เชิงลบมากกว่า กล่าวคือ หากพฤติกรรมที่เกิดขึ้นนั้นมีรูปแบบการควบคุมที่มีความมุ่งมั่นในตนเองมาก ก็จะมีผลสัมฤทธิ์ทางบวกกับการเรียนรู้ที่เพิ่มขึ้น ความพึงพอใจในชีวิตที่เพิ่มขึ้น สุขภาวะทางจิตที่ดี ความพยายามและความอดทนอดกลั้น

และสุขภาพกายที่ดี ขณะที่รูปแบบที่มีความมุ่งมั่นในตนเองน้อยก็จะมีความสัมพันธ์ทางลบกับปัจจัยต่าง ๆ ที่กล่าวไปข้างต้น (Vallerand, 1997)

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1. ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวและพฤติกรรมการท่องเที่ยว

การศึกษาเกี่ยวกับข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมยามว่าง และการท่องเที่ยวที่ได้รับการศึกษาในช่วงเวลาที่ผ่านมา ได้พบความสัมพันธ์ทางลบระหว่างการรับรู้ข้อจำกัด และการเข้าร่วมกิจกรรมทั้งในบริบทของการประกอบกิจกรรมยามว่าง และในมุมมองการท่องเที่ยวลักษณะต่าง ๆ ดังเช่นการศึกษาของ Hung และ Petrick (2012) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ของการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว และความตั้งใจหรือการตัดสินใจเดินทางท่องเที่ยวในกลุ่มนักท่องเที่ยวล่องเรือ (Cruise tourists) ผลการศึกษาพบว่าข้อจำกัดในการท่องเที่ยวล่องเรือที่รับรู้โดยนักท่องเที่ยวมีความสัมพันธ์ทางลบกับความตั้งใจที่จะท่องเที่ยวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ .001 หมายความว่าข้อจำกัดในการท่องเที่ยวเป็นปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการตัดสินใจท่องเที่ยวของบุคคล หากบุคคลรู้สึกถึงข้อจำกัดในการท่องเที่ยวท่องเที่ยวมากเท่าใด ก็มีแนวโน้มที่จะไม่ท่องเที่ยวมากขึ้นเท่านั้น

นอกจากนั้น Kocak (2017) ยังได้ศึกษาเกี่ยวกับข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมกายบริหาร (physical activity) ในกลุ่มนักศึกษา วิธีการที่ใช้ในการจัดการกับข้อจำกัด รวมถึงความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยเอื้อเพื่อความสะดวก (facilitators) และการเข้าร่วมกิจกรรม โดยใช้แบบสอบถามที่ประกอบไปด้วยมาตรวัดการรับรู้ข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมยามว่าง มาตรวัดการจัดการกับข้อจำกัด และมาตรวัดปัจจัยเอื้อเพื่อความสะดวก ผลจากการทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรด้วยสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันพบว่าการรับรู้ถึงข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมนั้นมีความสัมพันธ์ทางลบต่อการเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 กล่าวคือ หากบุคคลรับรู้ถึงข้อจำกัดในระดับสูงแล้วนั้น จะยิ่งลดระดับ หรือความถี่ในการเข้าร่วมกิจกรรมกายบริหารน้อยลง

Gu (2017) ทำการศึกษาถึงการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวเพื่อจุดประสงค์ที่เกี่ยวกับไวน์ (Wine tourism) โดยทำการศึกษาในกลุ่มนักท่องเที่ยวชาวจีนที่เดินทางท่องเที่ยวในพื้นที่ที่ทำการผลิตไวน์ในประเทศออสเตรเลีย Gu ใช้วิธีการวิจัยแบบผสมผสาน ทั้งการศึกษาเชิงคุณภาพด้วยการสัมภาษณ์เชิงลึก ประกอบกับการศึกษาเชิงปริมาณด้วยการใช้แบบสอบถามเชิงสำรวจ ผลจากการศึกษานี้แสดงให้เห็นถึงความสัมพันธ์ทางลบระหว่างข้อจำกัดที่รับรู้ในการท่องเที่ยว และระดับในการเข้าร่วมกิจกรรมการท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวชาวจีนที่ออกเดินทางไปต่างประเทศ

การศึกษาในรูปแบบความสัมพันธ์ที่คล้ายคลึงกันนี้ยังได้รับความสนใจศึกษาเพิ่มเติม โดย Frost (2017) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ของการรับรู้ข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมกลางแจ้ง (outdoor activity) และความถี่ในการเข้าร่วมกิจกรรมของแต่ละบุคคล ด้วยกระบวนการวิจัยเชิงคุณภาพ ผ่านการกรอกข้อมูลทางจดหมาย และการสัมภาษณ์ปากเปล่า ซึ่งผลจากการศึกษาพบว่า ข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมกลางแจ้งด้านต่าง ๆ ส่งผลต่อการตัดสินใจในการประกอบกิจกรรมยามว่างของผู้คนในช่วงอายุที่ต่างกัน โดยข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมที่ส่งผลกระทบต่อการเข้าร่วมกิจกรรมมากที่สุดคือ ข้อจำกัดในด้านความมั่นใจในตนเอง เช่น การขาดเพื่อนที่จะไปประกอบกิจกรรมร่วมกัน การขาดทักษะในการประกอบกิจกรรม หรือการไม่มีความมั่นใจในตนเองที่จะประกอบกิจกรรมกลางแจ้ง

จากงานวิจัยที่กล่าวไปข้างต้น ผู้วิจัยจึงตั้งสมมติฐานข้อแรก คือ

สมมติฐาน 1 การรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวมีอิทธิพลทางตรงต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยว

2. ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว พฤติกรรมการท่องเที่ยว และการจัดการกับข้อจำกัด

ถึงแม้ว่าการรับรู้ข้อจำกัดของนักท่องเที่ยวแต่ละบุคคลนั้นจะได้รับการศึกษาว่ามีความสัมพันธ์ทางลบต่อพฤติกรรมท่องเที่ยว (Gu, 2017; Hung & Petrick, 2012; Kocak, 2017) แต่การศึกษาในเวลาต่อมาได้พบว่าข้อจำกัดที่นักท่องเที่ยวรับรู้สามารถกระตุ้นให้เกิดการจัดการกับข้อจำกัด ส่งผลทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงอิทธิพลทางลบของการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวต่อพฤติกรรมท่องเที่ยว ซึ่งแสดงให้เห็นว่าการจัดการกับข้อจำกัดนั้นมีความสำคัญในฐานะที่เป็นตัวแปรส่งผ่านทางบวกให้ระหว่างการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวและพฤติกรรมท่องเที่ยว ในงานของ Hubbard และ Mannell (2001) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ข้อจำกัด การจัดการกับข้อจำกัด การเข้าร่วมกิจกรรม และแรงจูงใจในการประกอบกิจกรรมยามว่าง เพื่อทดสอบว่าปัจจัยทั้งสี่มีความเกี่ยวข้องต่อกันในลักษณะใด โดยทำการศึกษาในกลุ่มพนักงานบริษัท 4 บริษัทที่มีการเข้าถึงบริการในด้านการประกอบกิจกรรมยามว่างที่คล้ายคลึงกัน ผ่านการกรอกแบบสอบถามในเรื่องความถี่การประกอบกิจกรรมยามว่าง การรับรู้ข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมยามว่าง การจัดการกับข้อจำกัด และแรงจูงใจที่ทำให้ตัดสินใจประกอบกิจกรรมยามว่าง ซึ่งผลจากการศึกษานี้พบความสัมพันธ์ของการรับรู้ข้อจำกัด และการจัดการกับข้อจำกัดในรูปแบบที่ว่า ยิ่งบุคคลต้องเผชิญหน้ากับข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมยามว่างมากเท่าใด ก็จะเพิ่มการใช้ทักษะทรัพยากร หรือวิธีในการจัดการกับข้อจำกัด เพิ่มมากขึ้นเท่านั้น อีกทั้ง Hubbard และ Mannell ยัง

ได้ทดสอบโมเดลที่เกี่ยวข้องกับข้อจำกัด การจัดการกับข้อจำกัด และการเข้าร่วมกิจกรรม พบว่า ข้อมูลที่ได้จากการสำรวจในงานวิจัยนี้ สนับสนุนโมเดล Constraint-effect-mitigation ซึ่งหมายความว่า ถึงแม้ข้อจำกัดในการเข้าร่วมกิจกรรมจะมีอิทธิพลทางลบต่อการเข้าร่วมกิจกรรม แต่หากข้อจำกัดนั้นกระตุ้นการใช้การจัดการกับข้อจำกัดของบุคคลแล้ว ก็มีแนวโน้มที่ระดับการเข้าร่วมกิจกรรมจะสูงขึ้น กล่าวคือข้อจำกัดนั้นมีอิทธิพลต่อการเข้าร่วมกิจกรรมสองรูปแบบ ได้แก่ อิทธิพลขัดขวาง (inhibitory influence) เกิดขึ้นจากอิทธิพลทางลบโดยตรงจากข้อจำกัดต่อการเข้าร่วมกิจกรรม และอิทธิพลช่วยเหลือ (facilitatory influence) ที่เกิดขึ้นเมื่อการจัดการกับข้อจำกัดได้รับการกระตุ้นให้ถูกนำมาใช้ ส่งผลให้อิทธิพลทางลบของข้อจำกัดต่อข้อจำกัดนั้นลดระดับลงได้

ต่อมา Loucks-Atkinson และ Mannell (2007) ได้ทดสอบโมเดลความสัมพันธ์ระหว่าง ข้อจำกัด การจัดการกับข้อจำกัด และการเข้าร่วมกิจกรรม ในกลุ่มของผู้ป่วยโรคปวดกล้ามเนื้อ (Fibromyalgia) ได้ผลคล้ายคลึงกับงานวิจัยของ Hubbard และ Mannell (2001) คือ พบว่า ข้อจำกัดมีอิทธิพลทางบวกโดยตรงต่อการจัดการกับข้อจำกัด หมายความว่าเมื่อบุคคลประสบกับ ข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมยามว่างแล้ว การรับรู้ข้อจำกัดนั้นจะไปกระตุ้นให้เกิดการนำกลยุทธ์ และวิธีการในการข้ามผ่านอุปสรรคต่าง ๆ มาใช้ในการจัดการกับข้อจำกัดได้ตามไปด้วย และถึงแม้ ข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมจะมีอิทธิพลทางลบต่อการเข้าร่วมกิจกรรม หรือหมายความว่า ข้อจำกัดที่แต่ละบุคคลพบเจอนั้นเป็นสิ่งที่ขัดขวาง หรือลดการเข้าร่วมประกอบกิจกรรมของตัวบุคคล แต่ก็อาจไม่ได้เป็นเช่นนั้นเสมอไป เนื่องจากเมื่อข้อจำกัดได้ถูกโต้ตอบ หรือแก้ไขด้วยการใช้การจัดการ กับข้อจำกัดในรูปแบบต่าง ๆ แล้วการจัดการกับข้อจำกัดนั้นจะช่วยลดอิทธิพลทางลบของข้อจำกัดที่มี ต่อการเข้าร่วมกิจกรรม ส่งผลให้ถึงแม้ว่าจะต้องเผชิญกับข้อจำกัดในระดับมากน้อยเพียงใด ก็จะไม่ ส่งผลกระทบต่อการเข้าร่วมกิจกรรมหากบุคคลนำวิธีการจัดการกับข้อจำกัดมาใช้

Hung และ Petrick (2012) ยังได้ศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ข้อจำกัดในการ ท่องเที่ยวและการจัดการกับข้อจำกัดในกลุ่มนักท่องเที่ยวล่องเรือที่มีระดับการรับรู้ความสามารถของ ตนเองที่ต่างกัน โดยถึงแม้ผลจากการศึกษานั้นจะไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แต่ก็พบว่า การรับรู้ข้อจำกัด ในการท่องเที่ยวมีความสัมพันธ์ทางบวกกับการจัดการกับข้อจำกัดในกลุ่มของนักท่องเที่ยวที่มีระดับ การรับรู้ความสามารถของตนเองต่ำ กล่าวคือเมื่อนักท่องเที่ยวกลุ่มนี้รับรู้ถึงข้อจำกัดในเรื่องต่าง ๆ แล้วก็จะมีความพยายามใช้วิธีการ หรือกลยุทธ์เพื่อทำการจัดการและเอาชนะข้อจำกัดในระดับ มากเท่ากับข้อจำกัดที่ตนรับรู้

นอกจากนั้นในงานของ Little (2002) ที่ศึกษาข้อจำกัดในการเข้าร่วมกิจกรรมเชิงผจญภัย ของผู้หญิง และการจัดการกับข้อจำกัด ด้วยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึกกับผู้หญิงที่มีประสบการณ์ในการ เข้าร่วมกิจกรรมผจญภัยจำนวน 42 คน พบว่า ถึงแม้ว่าในบางครั้งผู้หญิงต้องเผชิญกับข้อจำกัดที่ ขัดขวางการเข้าร่วมกิจกรรมผจญภัยในลักษณะต่าง ๆ แต่การนำวิธีการ หรือกลยุทธ์ในการจัดการกับ

ข้อจำกัดมาใช้เพื่อเอาชนะอุปสรรคที่พบ ช่วยให้ผู้หญิงสามารถเข้าร่วมกิจกรรมเชิงผจญภัยต่อไปได้ในที่สุด

จากการศึกษาข้างต้น แสดงให้เห็นว่าการรับรู้ข้อจำกัดสามารถกระตุ้นให้เกิดการใช้การจัดการกับข้อจำกัดเพื่อลดอิทธิพลหรือเอาชนะข้อจำกัดที่มีผลต่อพฤติกรรมนั้นไปได้ ซึ่งให้เห็นได้ว่าการจัดการกับข้อจำกัดนั้นมีบทบาทในฐานะปัจจัยส่งผ่านระหว่างการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว และพฤติกรรมการท่องเที่ยวได้ ดังนั้นผู้วิจัยจึงตั้งสมมติฐานข้อที่ 2 ว่า

สมมติฐาน 2 การรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวมีอิทธิพลทางอ้อมต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยว โดยมีการจัดการกับข้อจำกัดเป็นตัวแปรส่งผ่าน

3. ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว และพฤติกรรมการท่องเที่ยว

การรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว (Perceived travel benefits) หมายถึง การรับรู้ถึงผลลัพธ์ทางบวกที่น่าพึงพอใจ และเป็นที่ปรารถนาซึ่งเป็นสิ่งที่นักท่องเที่ยวต้องการได้รับจากประสบการณ์การท่องเที่ยว (Chen & Petrick, 2016; Gitelson & Kerstetter, 1990) การศึกษาในเรื่องของการรับรู้ประโยชน์ที่ส่งผลต่อการตัดสินใจเลือกใช้บริการ และพฤติกรรมการใช้สินค้าและบริการในรูปแบบต่าง ๆ นั้นมีปรากฏในวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมผู้บริโภคในการใช้สินค้าและบริการในหลากหลายรูปแบบ ดังเช่นการศึกษาพฤติกรรมของผู้บริโภคในการทำธุรกรรมธนาคารโดยผ่านระบบอินเทอร์เน็ต (Online/Internet banking) (Lee, 2009) ในงานวิจัยชิ้นนี้ Lee ทำการศึกษาปัจจัยทางบวก คือ การรับรู้ประโยชน์ และปัจจัยทางลบ คือ การรับรู้ความเสี่ยง ว่าทั้งสองปัจจัยนี้ส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมการใช้บริการธุรกรรมออนไลน์ในทิศทางใดบ้าง ผลจากการศึกษานี้พบว่าการรับรู้ประโยชน์ของการใช้บริการธุรกรรมออนไลน์นั้นมีอิทธิพลทางบวกกับเจตนาในการใช้บริการ อีกทั้งผลจากการวิเคราะห์ทางสถิติยังแสดงให้เห็นว่าการรับรู้ประโยชน์นั้นเป็นตัวแปรเชิงบวกสำคัญที่สามารถทำนายพฤติกรรมในการใช้ธุรกรรมออนไลน์ได้ดีที่สุด เมื่อเปรียบเทียบกับตัวแปรอื่น ๆ อันได้แก่ เจตคติ ความมีประโยชน์ที่รับรู้ (perceived usefulness) และความสามารถในการควบคุมพฤติกรรม (perceived behavioral control)

นอกจากนั้น Tingchi Liu, Brock, Cheng Shi, Chu, และ Tseng (2013) ได้ทำการศึกษาในลักษณะเดียวกัน คือศึกษาถึงอิทธิพลของการรับรู้ประโยชน์ และการรับรู้ความเสี่ยง ที่มีต่อพฤติกรรมของผู้บริโภค โดยมุ่งศึกษาในกลุ่มของการซื้อขายออนไลน์แบบเป็นกลุ่มก้อน (online group buying) และผลจากการศึกษานี้เป็นไปในทิศทางเดียวกันกับงานของ Lee (2009) ที่แสดงให้เห็นว่าการรับรู้ประโยชน์มีอิทธิพลทางบวกต่อเจตคติของผู้บริโภคในการประกอบพฤติกรรมการซื้อ

ขายออนไลน์แบบกลุ่มก้อน หมายความว่าเมื่อผู้บริโภครับรู้ถึงผลประโยชน์ และข้อดีของการใช้บริการมากเท่าใด ก็มีแนวโน้มที่จะมีเจตคติที่ดีต่อการใช้บริการมากขึ้นเท่านั้น และสามารถส่งผลต่อให้เกิดการใช้บริการจริงที่เพิ่มขึ้นได้

ในส่วนของการรับรู้ประโยชน์ที่ส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมซึ่งเกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวนั้น Liu, Huang, และ Li (2018) ศึกษาปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวด้วยการปั่นจักรยานสาธารณะของชาวจีน (Intelligence sharing bicycles) ซึ่งเป็นกิจกรรมการท่องเที่ยวที่ได้รับความนิยมในประเทศจีน พบว่าการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวด้วยการปั่นจักรยานนั้นมีผลทางบวกต่อการมีประสบการณ์ที่ดีในการประกอบกิจกรรมนี้ ไม่ว่าจะเป็นประสบการณ์ในด้านความเพลิดเพลิน ประสบการณ์ทางการเรียนรู้ ประสบการณ์ด้านการหลุดพ้นออกจากความเป็นจริง และประสบการณ์ทางสุนทรียภาพ ซึ่งประสบการณ์เหล่านี้จะส่งผลต่อไปยังระดับความพึงพอใจในการท่องเที่ยวรูปแบบนี้ได้อีกด้วย ทำให้นักท่องเที่ยวและผู้ที่ได้ทำกิจกรรมมีความพึงพอใจกับประสบการณ์การท่องเที่ยวด้วยจักรยานในระดับที่สูงขึ้น

การศึกษาถึงอิทธิพลการรับรู้คุณค่าและการรับรู้ประโยชน์ที่เกี่ยวกับสินค้าและบริการเกี่ยวกับการท่องเที่ยว ยังปรากฏในมุมมองของพฤติกรรมการเลือกใช้บริการจากผู้แทนบริษัทนำเที่ยวหรือที่รู้จักกันว่า Travel agents งานวิจัยนี้ศึกษาโดย Terblanche และ Taljaard (2018) โดยศึกษาในกลุ่มนักท่องเที่ยวชาวแอฟริกาใต้ที่มีการออกเดินทางท่องเที่ยวอยู่เป็นประจำ ผลจากการศึกษานี้พบว่า การรับรู้ประโยชน์ของการใช้บริการผู้แทนบริษัทนำเที่ยวในด้านการเงิน ด้านอารมณ์ ด้านการได้รับความช่วยเหลือ และด้านทักษะความเชี่ยวชาญ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความผูกพันของลูกค้ากับบริการ (customer loyalty) แสดงให้เห็นว่าระดับของการรับรู้ประโยชน์ของบริการนั้นมีผลกระทบต่อความตัดสินใจเลือกใช้บริการ ความเชื่อใจ และความผูกพันของลูกค้า ซึ่งสามารถส่งผลต่อไปยังพฤติกรรมการใช้บริการของลูกค้าที่เกิดขึ้นได้ต่อไปอีกด้วย

อิทธิพลของการรับรู้คุณค่า (perceived value) ของการท่องเที่ยวทางเรือ (Cruise tourism) ที่มีผลต่อแรงจูงใจในการออกเดินทางท่องเที่ยวด้วยเรือ ยังถูกนำมาศึกษาโดย Shen, Fan, Zhan, และ Zhao (2014) ซึ่งทำการศึกษากับนักท่องเที่ยวชาวจีน ด้วยวิธีการสัมภาษณ์เพื่อทราบถึงการรับรู้คุณค่าของการท่องเที่ยวรูปแบบนี้ในความคิดของนักท่องเที่ยวเอง และใช้แบบสอบถามประกอบด้วย เพื่อนำมาวิเคราะห์ค่าสถิติและหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ซึ่งผลจากการศึกษานี้พบว่า การรับรู้คุณค่าของการท่องเที่ยวทางเรือในด้านต่าง ๆ ที่สำคัญ ได้แก่ ด้านอารมณ์และความรู้สึก ด้านสังคม และด้านการบริการ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความตั้งใจเชิงพฤติกรรมของนักท่องเที่ยวทางเรืออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 แสดงให้เห็นว่ายิ่งนักท่องเที่ยวมีการรับรู้ถึงคุณค่าของการท่องเที่ยวทางเรือทั้งสามด้านนั้นมากเพียงใด ก็จะมีแนวโน้มที่จะทำพฤติกรรม

ทางบวกที่เกี่ยวข้องการท่องเที่ยวทางเรือมากขึ้นเท่านั้น เช่น เลือกใช้บริการการท่องเที่ยวทางเรือในอนาคต หรือแนะนำการท่องเที่ยวทางเรือให้กับผู้อื่น

จากการศึกษาในความสัมพันธ์ของการรับรู้ประโยชน์และพฤติกรรมของผู้ใช้บริการที่กล่าวไปข้างต้น จึงนำมาสู่สมมติฐานในข้อที่ 3 คือ

สมมติฐาน 3 การรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวมีอิทธิพลทางตรงกับพฤติกรรมการท่องเที่ยว

4. ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว พฤติกรรมการท่องเที่ยว และการจัดการกับข้อจำกัด

นอกเหนือไปจากการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวแล้ว ปัจจัยอีกประการหนึ่งที่มีอิทธิพลทางบวกต่อการจัดการกับข้อจำกัด คือแรงจูงใจของบุคคลในการแสวงหาประโยชน์ของกิจกรรม เช่น ประโยชน์ด้านความสนุกสนาน หรือ ด้านสุขภาพ (Hubbard & Mannell, 2001) โดยในงานวิจัยของ Shu (2014) ได้ทำการศึกษารับรู้ประโยชน์และผลพลอยได้ของการเข้าร่วมรับชมกีฬาเบสบอล พบว่าประโยชน์ในด้านความสนุกสนานเพลิดเพลินที่ได้จากการรับชมกีฬาเบสบอลนั้น มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการจัดการกับข้อจำกัดที่อาจต้องเผชิญในการตัดสินใจเข้าร่วมการรับชม แสดงให้เห็นว่าระดับของการรับรู้ถึงประโยชน์ที่ตนจะได้จากการประกอบกิจกรรม ซึ่งในที่นี้คือการเข้าร่วมรับชมกีฬาเบสบอล มีผลต่อการจัดการกับข้อจำกัด โดยที่ยังรับรู้ถึงประโยชน์มากเท่าใด ก็จะใช้ความพยายามในการเอาชนะข้อจำกัดมากขึ้นเท่านั้น

การศึกษาของ Alexandris, Kouthouris, และ Girgolas (2007) ที่ได้ทำการศึกษาเกี่ยวกับกลยุทธ์ในการเอาชนะหรือลดอิทธิพลของข้อจำกัดในกลุ่มของนักสกีมือสมัครเล่นในทางตอนเหนือของประเทศกรีซ โดยเก็บข้อมูลด้วยการใช้แบบสอบถาม ได้ผลพบว่าการจัดการกับข้อจำกัด ด้วยวิธีการ ดังเช่น การบริหารจัดการเวลา และการพัฒนาและฝึกฝนทักษะความชำนาญมีอิทธิพลเป็นตัวกลางระหว่างแรงจูงใจภายในในการรับรู้ถึงประโยชน์ และความตั้งใจที่จะเข้าร่วมเล่นสกี แสดงให้เห็นว่า การจัดการกับข้อจำกัด มีความสำคัญในฐานะที่สามารถเป็นตัวแปรที่ส่งผ่านอิทธิพลจากการรับรู้ประโยชน์ของการประกอบกิจกรรมหรือการท่องเที่ยวไปสู่พฤติกรรมในการท่องเที่ยวได้

นอกจากนั้น Wang และคณะ (2018) ยังได้ศึกษาถึงอิทธิพลของการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว และการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว ต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยว ของประชากรในเมืองเฉิงซา ประเทศจีน พบว่านักท่องเที่ยวมีการจัดการกับข้อจำกัดในกระบวนการตัดสินใจท่องเที่ยว และการรับรู้ถึงประโยชน์จากการท่องเที่ยวส่งผลทางบวกต่อการจัดการกับข้อจำกัด ซึ่งส่งผลทางบวกต่อไปยังพฤติกรรมการท่องเที่ยว จึงสามารถสรุปได้ว่าการจัดการกับข้อจำกัดนั้นเป็น

ตัวแปรส่งผ่านในความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ประโยชน์ในการท่องเที่ยว และพฤติกรรมการท่องเที่ยว

จากการศึกษาและงานวิจัยที่ได้กล่าวถึงไปในข้างต้นนั้น ผู้วิจัยจึงตั้งสมมติฐานข้อที่ 4 คือ

สมมติฐาน 4 การรับรู้ประโยชน์จากการท่องเที่ยวมีอิทธิพลทางอ้อมต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยว โดยมีการจัดการกับข้อจำกัดเป็นตัวแปรส่งผ่าน

5. ความสัมพันธ์ระหว่างความมุ่งมั่นในตนเอง และพฤติกรรมการท่องเที่ยว

งานวิจัยที่ศึกษาเกี่ยวกับอิทธิพลของความมุ่งมั่นในตนเอง ในบริบทของพฤติกรรมการท่องเที่ยว และการประกอบกิจกรรมยามว่างนั้นยังไม่ปรากฏให้เห็นในวรรณกรรมเท่าใดนัก Mannell และ Kleiber (1997 อ้างถึงใน (Heo, Lee, Lundberg, McCormick, & Chun, 2008) มองว่าการกำหนดการกระทำด้วยตนเองนั้นคือการปราศจากข้อจำกัดใด ๆ ขณะที่ Bourque และ Vallerand (1993 อ้างถึงใน (Heo และคณะ, 2008) กล่าวว่าข้อจำกัดนั้นสามารถเข้าใจได้อีกในความหมายหนึ่ง คือ การปราศจากความมุ่งมั่นในตนเอง ซึ่งทั้งสองความคิดนี้ต่างมีสมมติฐานในลักษณะเดียวกัน คือ มองว่าบุคคลที่มีความมุ่งมั่นในตนเองสูงกว่านั้น จะมีความพร้อม และความสามารถในการจัดการกับข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมยามว่างมากกว่าผู้ที่มีระดับความมุ่งมั่นในตนเองต่ำ (Heo และคณะ, 2008)

ความมุ่งมั่นตนเองได้ถูกนำไปศึกษาร่วมกับปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยว และกิจกรรมยามว่าง ดังเช่นในงานของ Zhang และคณะ (2017b) ซึ่งได้กล่าวว่า การเดินทางท่องเที่ยวในยามว่างเป็นกิจกรรมที่ส่งผลดีต่อความเป็นอยู่ที่ดีของมนุษย์ในด้านต่าง ๆ และได้ทำการศึกษาอิทธิพลของความมุ่งมั่นในตนเองต่อการท่องเที่ยวของผู้พิการทางการเคลื่อนไหว และพบว่าความมุ่งมั่นในตนเองนั้นเป็นเครื่องมือหนึ่งที่จะช่วยให้เกิดความพยายามในผู้พิการทางการเคลื่อนไหวให้มีแรงกระตุ้น และแรงจูงใจที่จะออกเดินทางท่องเที่ยว แม้ต้องเผชิญกับข้อจำกัด หรืออุปสรรคในการท่องเที่ยวก็ตาม กล่าวคือบุคคลจะมีแนวโน้มที่จะมีความตั้งใจ และยืนยันความต้องการท่องเที่ยวของตนเองเมื่อบุคคลนั้นมีระดับความมุ่งมั่นในตนเองสูง คือเป็นบุคคลที่ตัดสินใจในเรื่องบางอย่างด้วยตนเองอย่างอิสระ และมีแรงจูงใจภายใน มากกว่าบุคคลที่มีความมุ่งมั่นในตนเองต่ำ หรืออาจตัดสินใจทำไปเพียงเพราะต้องการรางวัล หรือผลลัพธ์ภายนอก

Doran (2016) กล่าวว่า สำหรับนักท่องเที่ยวหญิงบางคน การมีแรงจูงใจและความหลงใหลในการท่องเที่ยวเชิงผจญภัย ซึ่งจัดเป็นรูปแบบหนึ่งของความมุ่งมั่นในตนเอง สามารถทำหน้าที่เป็นกลยุทธ์หนึ่งที่ใช้ในการจัดการกับข้อจำกัดได้ เช่น การที่ผู้หญิงมีความมุ่งมั่นและตั้งใจที่จะเดินทางตาม

ความปรารถนาของตนเอง จะเป็นตัวช่วยหนึ่งที่ทำให้สามารถเอาชนะข้อจำกัดทั้งที่เป็นข้อจำกัดส่วนบุคคล หรือข้อจำกัดที่เกี่ยวข้องกับบรรทัดฐานทางสังคมก็ตาม

นอกเหนือไปจากนั้น ความมุ่งมั่นในตนเองยังเป็นตัวแปรที่ได้รับความสนใจนำไปศึกษา ร่วมกับการรับรู้ และความพึงพอใจในรูปลักษณะของตนเองในผู้หญิง โดย Pelletier และคณะ (2004) เสนอว่าความมุ่งมั่นในตนเองนั้นเป็นปัจจัยหนึ่งที่สามารถช่วยอธิบายได้ว่าเหตุใดผู้หญิงที่อยู่ในสังคม และวัฒนธรรมที่คล้ายคลึงกัน จึงมีการยึดถือ และให้คุณค่ากับบรรทัดฐานทางสังคมในระดับที่ต่างกัน ซึ่งในงานนี้ได้ผลพบว่า ความมุ่งมั่นในตนเองมีอิทธิพลทางลบโดยตรงกับแรงกดดันทางสังคมเกี่ยวกับรูปลักษณะ กล่าวคือ ผู้หญิงที่มีระดับความมุ่งมั่นในตนเองสูงนั้น จะมีการรับรู้ถึงแรงกดดันที่เกี่ยวข้องกับค่านิยมรูปลักษณะผู้หญิงในสังคมที่ต่ำกว่า และไม่ให้ความใส่ใจกับความคิดของสังคมเท่าใดนัก แต่จะให้ความสำคัญกับคุณค่าที่ตนเองยึดถือมากกว่า แสดงให้เห็นว่าความมุ่งมั่นในตนเอง มีหน้าที่สำคัญในการช่วยให้ผู้หญิงสามารถรับแรงกดดันทางสังคม และยึดมั่นในคุณค่าที่ตนเองยึดถือได้

Cerasoli และคณะ (2014) ศึกษาอิทธิพลของความมุ่งมั่นในตนเองต่อสมรรถภาพในการทำงาน พบว่าความมุ่งมั่นในตนเองมีอิทธิพลช่วยเสริมสร้างคุณภาพในการทำงาน และยังเป็นปัจจัยส่งเสริมความตั้งใจในการมุ่งสู่เป้าหมาย กล่าวคือ เมื่อบุคคลมีความมุ่งมั่นในตนเองสูง และเลือกกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งด้วยแรงจูงใจภายในของตนเอง บุคคลนั้นจะมีแนวโน้มที่จะใช้ความตั้งใจ และความมุ่งมั่นที่จะไปสู่เป้าหมายที่ตนคาดหวังไว้มากกว่าบุคคลที่มีความมุ่งมั่นในตนเองต่ำ

ดังนั้นผู้วิจัยจึงตั้งสมมติฐานข้อ 5 โดยอิงจากผลการศึกษาในข้างต้นว่า

สมมติฐาน 5 ความมุ่งมั่นในตนเองมีอิทธิพลกำกับในความสัมพันธ์ระหว่างการจัดการกับข้อจำกัด และพฤติกรรมการท่องเที่ยว

วัตถุประสงค์ในการวิจัย

1. เพื่อศึกษาอิทธิพลทางตรงของการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว และการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยว
2. เพื่อศึกษาอิทธิพลทางอ้อมของข้อจำกัดในการท่องเที่ยวและการรับรู้ผลประโยชน์ของการท่องเที่ยวต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยว โดยมีการจัดการกับข้อจำกัดเป็นตัวแปรส่งผ่าน
3. เพื่อศึกษาอิทธิพลของความมุ่งมั่นในตนเอง ในการกำกับความสัมพันธ์ระหว่างการจัดการกับข้อจำกัดและพฤติกรรมการท่องเที่ยว
4. เพื่อพัฒนามาตรวัดการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว มาตรวัดการจัดการกับข้อจำกัด มาตรวัดการรับรู้ผลประโยชน์ของการท่องเที่ยว และมาตรวัดความมุ่งมั่นในตนเอง

ขอบเขตของการวิจัย

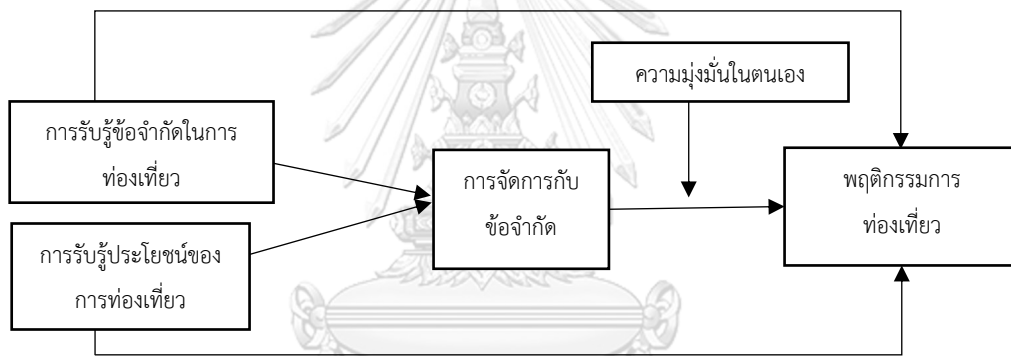
งานวิจัยครั้งนี้เป็นงานวิจัยเชิงสำรวจเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ของการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว การรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว การจัดการกับข้อจำกัด พฤติกรรมการท่องเที่ยว และความมุ่งมั่นในตนเอง โดยมีกลุ่มตัวอย่างคือนักท่องเที่ยวสะพายเป้เพศหญิงชาวไทย เหตุผลที่เลือกกลุ่มตัวอย่างนี้ เพราะการศึกษาเกี่ยวกับข้อจำกัดในการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ในบริบทของผู้หญิงไทยนั้นยังไม่พบในวรรณกรรม การศึกษาเรื่องของข้อจำกัดในการท่องเที่ยวมักได้รับการศึกษาในบริบทของชาวตะวันออกมากกว่าซึ่งอาจมีลักษณะทางวัฒนธรรมบางประการที่เกี่ยวข้องให้เกิดความแตกต่างได้ (Samdahl, 2005)

ตัวแปรในการวิจัย

ตัวแปรอิสระ	คือ	การรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว การรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว
ตัวแปรตาม	คือ	พฤติกรรมการท่องเที่ยว
ตัวแปรส่งผ่าน	คือ	การจัดการกับข้อจำกัด
ตัวแปรกำกับ	คือ	ความมุ่งมั่นในตนเอง

สมมติฐานการวิจัย

- สมมติฐาน 1** การรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวมีอิทธิพลทางตรงกับพฤติกรรมการท่องเที่ยว
- สมมติฐาน 2** การรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวมีอิทธิพลทางอ้อมต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยว โดยมีการจัดการกับข้อจำกัดเป็นตัวแปรส่งผ่าน
- สมมติฐาน 3** การรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวมีอิทธิพลทางตรงกับพฤติกรรมการท่องเที่ยว
- สมมติฐาน 4** การรับรู้ประโยชน์จากการท่องเที่ยวมีอิทธิพลทางอ้อมต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยว โดยมีการจัดการกับข้อจำกัดเป็นตัวแปรส่งผ่าน
- สมมติฐาน 5** ความมุ่งมั่นในตนเองมีอิทธิพลกำกับในความสัมพันธ์ระหว่างการจัดการกับข้อจำกัด และพฤติกรรมการท่องเที่ยว



ภาพที่ 4 กรอบแนวคิดในการวิจัย

คำจำกัดความที่ใช้ในงานวิจัย

นักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ หมายถึง นักท่องเที่ยวอิสระที่พักอยู่ในโฮสเทล และมีการใช้กระเป๋าเป้เป็นกระเป๋าสัมภาระหลักในการเดินทาง

การรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว หมายถึง การรับรู้ถึงปัจจัยใดก็ตามที่ส่งผลกระทบต่อผลกระทบในการยับยั้ง หรือเป็นอุปสรรคต่อการตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ หรือการใช้เวลาเพื่อทำกิจกรรมการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ โดยอาจขึ้นก่อน หรือระหว่างการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ก็ได้

ในงานวิจัยนี้ การรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว หมายถึง คะแนนที่ได้จากการตอบมาตรวัดการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว โดยให้ผู้ตอบประเมินตนเองบนมาตรฐานค่าแบบลิเคิร์ต 5 ช่วง ตั้งแต่ 1 คือ ไม่มีความสำคัญเลย ถึง 5 คือ สำคัญมากที่สุด การคิดคะแนนการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว คือหากผู้ตอบมีคะแนนจากการตอบมาตรวัดนี้มากเท่าใด จะยิ่งแสดงว่าเป็นผู้ที่มีระดับการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้มากเท่านั้น

การรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว หมายถึง การรับรู้ผลประโยชน์จากการท่องเที่ยวที่บุคคลเสาะหาจากประสบการณ์ในการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้

ในงานวิจัยนี้การรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว หมายถึง คะแนนที่ได้จากการตอบมาตรวัดการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว โดยให้ผู้ตอบประเมินตนเองบนมาตรฐานค่าแบบลิเคิร์ต 5 ช่วง ตั้งแต่ 1 คือ ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ถึง 5 คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง การคิดคะแนนการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว คือหากผู้ตอบมีคะแนนจากการตอบมาตรวัดนี้มากเท่าใด จะแสดงว่าเป็นผู้ที่รับรู้ถึงประโยชน์ของการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้มากเท่านั้น

การจัดการกับข้อจำกัด หมายถึง กลยุทธ์หรือวิธีการต่าง ๆ ที่บุคคลนำมาใช้เพื่อจัดการกับข้อจำกัดและอุปสรรคที่เผชิญในการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ หรือเพื่อลดอิทธิพลของข้อจำกัดในการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ ทำให้บุคคลสามารถตัดสินใจเข้าร่วมกิจกรรมได้มากขึ้น

ในงานวิจัยนี้ การจัดการกับข้อจำกัด หมายถึง คะแนนที่ได้จากการตอบมาตรวัดการจัดการกับข้อจำกัด โดยให้ผู้ตอบประเมินตนเองบนมาตรฐานค่าแบบลิเคิร์ต 5 ช่วง ตั้งแต่ 1 คือ ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ถึง 5 คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง การคิดคะแนนการจัดการกับข้อจำกัด คือหากผู้ตอบมีคะแนนจากการตอบมาตรวัดนี้มากเท่าใด จะแสดงว่าเป็นผู้ที่มีการจัดการกับข้อจำกัด มากเท่านั้น

พฤติกรรมกรรมการท่องเที่ยว หมายถึง พฤติกรรมความถี่ในการเข้าร่วมกิจกรรมการท่องเที่ยวแบบสัปดาห์ของแต่ละบุคคลในช่วงระยะเวลา 1 ปีที่ผ่านมา

ในงานวิจัยนี้ พฤติกรรมกรรมการท่องเที่ยว หมายถึง คะแนนที่ได้จากการตอบมาตรวัดพฤติกรรมกรรมการท่องเที่ยว โดยให้ผู้ตอบประเมินตนเองบนมาตราประมาณค่าแบบลิเคิร์ต 5 ช่วง ตั้งแต่ 1 คือ ไม่เคยเลย ถึง 5 คือ มากกว่า 6 ครั้ง การคิดคะแนนคือ หากผู้ตอบได้คะแนนจากการตอบมาตรามากเท่าใด แสดงว่าผู้นั้นมีพฤติกรรมกรรมการท่องเที่ยวแบบสัปดาห์เป็่มากเท่านั้น

ความมุ่งมั่นในตนเอง หมายถึง คุณลักษณะการเป็นเจ้าของความคิดของตนเอง การมีอำนาจในการเลือกและตัดสินใจในตนเอง โดยปราศจากความคิดเห็นของผู้อื่น หรืออิทธิพลจากภายนอก

ในงานวิจัยนี้ ความมุ่งมั่นในตนเอง หมายถึง คะแนนที่ได้จากการตอบมาตรวัดความมุ่งมั่นในตนเอง จำนวนทั้งหมด 10 ข้อ แบ่งเป็นข้อกระทงทางบวก 5 ข้อ และข้อกระทงทางลบ 5 ข้อ โดยให้ผู้ตอบประเมินตนเองบนมาตราลิเคิร์ต 5 ช่วง เพื่อประเมินว่าตนเองมีคุณสมบัติไปในทิศทางใดจากข้อความที่กำหนดให้ การคิดคะแนนความมุ่งมั่นในตนเอง หากผู้ตอบได้คะแนนจากการตอบมาตรามากเท่าใด หมายถึงบุคคลดังกล่าวเป็นผู้ที่มีความมุ่งมั่นในตนเองมากเท่านั้น

ประโยชน์ที่ได้รับ

1. ทราบถึงอิทธิพลของการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวและการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวต่อพฤติกรรมกรรมการท่องเที่ยว โดยผ่านการจัดการกับข้อจำกัด
2. ทราบถึงอิทธิพลของความมุ่งมั่นในตนเองในฐานะตัวแปรกำกับของความสัมพันธ์ระหว่างการจัดการกับข้อจำกัด และพฤติกรรมกรรมการท่องเที่ยว
3. ได้เครื่องมือที่ใช้ในการวัดการรับรู้ถึงข้อจำกัดในการท่องเที่ยว การรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว การจัดการกับข้อจำกัด และความมุ่งมั่นในตนเองซึ่งยังไม่มีงานวิจัยใดพัฒนาในประเทศไทย
4. องค์ความรู้ที่ได้รับจากการวิจัยในครั้งนี้ สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในธุรกิจการท่องเที่ยว เพื่อให้เกิดความเข้าใจถึงลักษณะและพฤติกรรมของนักท่องเที่ยวเพศหญิง และส่งเสริมให้เกิดพฤติกรรมกรรมการท่องเที่ยวในนักท่องเที่ยวกลุ่มนี้ เพื่อเป็นการขับเคลื่อนการท่องเที่ยวในประเทศไทยขึ้นอีกระดับหนึ่ง

บทที่ 2

วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ (Correlational study) เพื่อศึกษาอิทธิพลของตัวแปรการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว และการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยว โดยมีการจัดการกับข้อจำกัดเป็นตัวแปรส่งผ่าน และความมุ่งมั่นในตนเองเป็นตัวแปรกำกับ

กลุ่มตัวอย่าง

ประชากรในงานวิจัยนี้ คือ นักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้เพศหญิงชาวไทย โดยคำนวณจากอัตราส่วนเพศของคนไทย คือ เพศชาย 49 เปอร์เซ็นต์ เพศหญิง 51 เปอร์เซ็นต์ จากจำนวนประชากร 66,188,503 คน (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2560) และจากจำนวนนักท่องเที่ยวไทยเที่ยวภายในประเทศไทย จำนวน 22,297,642 คน (กองเศรษฐกิจการท่องเที่ยวและกีฬา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา, 2561) โดยตั้งสมมติฐานว่าทั้งสองเพศมีอัตราการท่องเที่ยวเท่ากัน พบว่านักท่องเที่ยวชาวไทยเป็นเพศหญิงจำนวน 11,371,794 คน และเนื่องจากยังไม่มีเก็บข้อมูลจำนวนนักท่องเที่ยวแบบแยกประเภทของการท่องเที่ยว จึงได้มีการประมาณตัวเลขจากข้อมูลการสำรวจจาก Facebook page “Backpacker หาเพื่อนเที่ยวในและต่างประเทศ” ประกอบกับการสำรวจด้วยการสอบถามผู้ประกอบการ Hostel จากข้อมูลการสำรวจดังกล่าวประเมินว่ามีนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้หญิงเป็น 1 เปอร์เซ็นต์ ของนักท่องเที่ยวหญิงไทยทั้งหมด ซึ่งนำมาคำนวณได้จำนวนนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้หญิงไทยทั้งหมด 113,717 คน

กลุ่มตัวอย่างในงานวิจัย ได้แก่ นักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้เพศหญิง ชาวไทย ที่กำลังท่องเที่ยวและพักอยู่ในกรุงเทพมหานคร เชียงใหม่ และภูเก็ต เนื่องจากเป็นจังหวัดที่มีจำนวนโฮสเทลอยู่มาก สื่อถึงจำนวนของนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ที่พักอยู่ โดยความหมายของนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ที่ใช้ในงานวิจัยนี้ อ้างอิงจากความหมายเชิงปฏิบัติการที่นิยมใช้ในการศึกษา นักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ (Chen และคณะ, 2014; Chen & Huang, 2017; Zhang และคณะ, 2017b) ที่ได้รับการนิยามโดย Chen และคณะ (2014) คือ นักท่องเที่ยวอิสระที่พักอยู่ในโฮสเทล และมีการใช้กระเป๋าเป้เป็นกระเป๋าสัมภาระหลักในการเดินทาง จำนวนกลุ่มตัวอย่างได้มาจากการคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างโดยใช้สูตรของ Taro Yamane (1973) ดังนี้

$$n = \frac{N}{1 + N(e)^2}$$

เมื่อ	n	แทน	ขนาดของกลุ่มตัวอย่าง
	N	แทน	ขนาดประชากร คือ 113,717 คน
	e	แทน	ค่าความคลาดเคลื่อนของการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง สำหรับงานวิจัยนี้ ยอมรับให้เกิดความคลาดเคลื่อนได้ 6%

แทนค่า

$$n = \frac{113,717}{1 + (113,717)(0.06)(0.06)} = 278 \text{ คน}$$

จากการคำนวณขนาดกลุ่มตัวอย่างข้างต้นทำให้ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างที่เหมาะสมทั้งหมด 278 คน ในการเก็บข้อมูลผู้วิจัยได้ทำการแจกแบบสอบถามทั้งหมด 300 ชุด เพื่อกรณีการขาดหายของข้อมูล และได้แบบสอบถามที่มีความครบถ้วนสมบูรณ์ทั้งหมด 283 ชุด จึงเพียงพอต่อการวิเคราะห์ข้อมูล

วิธีการเลือกตัวอย่าง

การวิจัยเชิงสำรวจครั้งนี้ ผู้วิจัยใช้วิธีการเลือกตัวอย่างแบบหลายลักษณะ ประกอบไปด้วย การเลือกแบบเฉพาะเจาะจง (Purposive sampling) ในการเลือกบริเวณจังหวัดที่ทำการเก็บข้อมูล โดยเลือกสามจังหวัดที่มีจำนวนโฮสเทลตั้งอยู่มากที่สุด และมีแนวโน้มที่จะมีนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้หญิงชาวไทยไปเข้าพักมากที่สุด ได้แก่ กรุงเทพมหานคร เชียงใหม่ และภูเก็ต จากนั้นใช้วิธีการเลือกแบบโควตา (Quota sampling) โดยพิจารณาจากสัดส่วนของจำนวนโฮสเทลในบริเวณ กรุงเทพมหานคร เชียงใหม่ และภูเก็ตในปี พ.ศ. 2561 ซึ่งมีสัดส่วนต่อกันอยู่ที่ 6 : 3 : 1 ได้มาซึ่งโควตาในการเก็บข้อมูลในแต่ละจังหวัด ที่ในตารางที่ 1 และเมื่อได้จำนวนโควตาของแต่ละจังหวัดแล้วจึงใช้วิธีการเลือกตามสะดวก (Convenient sampling) เพื่อทำการเก็บข้อมูลจากนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้หญิงที่เข้าพักในโฮสเทล ด้วยการให้แบบสอบถามให้กลุ่มตัวอย่างเป็นผู้กรอกด้วยตนเอง

ตารางที่ 1

แสดงสัดส่วนการจัดโควตาโดยพิจารณาจากจำนวนโฮสเทล

จังหวัด	จำนวนโฮสเทล	ร้อยละ	จำนวนโควตา แบบสอบถาม (ชุด)
กรุงเทพมหานคร	335	58	174
เชียงใหม่	178	31	93
ภูเก็ต	65	11	33
รวม	578	100	300

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยนี้ (สามารถดูรูปแบบข้อคำถามได้ในภาคผนวก ข) ประกอบไปด้วย

1. มาตรการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว
2. มาตรการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว
3. มาตรการจัดการกับข้อจำกัด
4. มาตรการพฤติกรรมกรรมการท่องเที่ยว
5. มาตรการความมุ่งมั่นในตนเอง

การสร้างเครื่องมือ การพัฒนา และการหาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. มาตรการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว

มาตรการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวที่ใช้ในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้ทำการพัฒนาขึ้นโดยประยุกต์จากมาตรการข้อจำกัดในการท่องเที่ยวเชิงนิเวศ: การขี่ม้า และการล่องแก่ง ที่ได้รับการพัฒนาขึ้นโดย Nyaupane, Morais, และ Graefe (2004) ประกอบกับมาตรการข้อจำกัดในการท่องเที่ยวล่องเรือ จากการพัฒนาของ Hung และ Petrick (2010) โดยผู้วิจัยได้ทำการพัฒนาตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. เปรียบเทียบมาตรการทั้งสอง และคัดเลือกข้อกระทงที่มีความเกี่ยวข้องกันระหว่างสองมาตรนี้ จากนั้นทำการแปล และปรับเปลี่ยนเนื้อหาเพื่อให้มีความสอดคล้องกับกิจกรรมการท่องเที่ยวแบบสัพพายเป้ และคิดข้อกระทงเพิ่มเติม โดยอาศัยข้อมูลจากการสัมภาษณ์ เพื่อให้มาตรที่ได้มีความสอดคล้องกับบริบทของนักท่องเที่ยวหญิงชาวไทย จนได้ข้อกระทงรวมทั้งหมด 12 ข้อ

จากนั้นจึงนำมาตรที่ได้ไปให้กับอาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบความถูกต้องของการแปลและความชัดเจนของภาษา แล้วจึงส่งให้อาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิอีกท่านหนึ่งทำการตรวจสอบความถูกต้องและเหมาะสมของข้อกระทงอีกครั้ง

- นำมาตรวัดมาตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ โดยนำไปเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างนิสิตนักศึกษา และบุคคลทั่วไป จำนวน 85 คน ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างดังแสดงในตารางที่ 2

ตารางที่ 2

จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างในการพัฒนามาตรวัดการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว จำแนกตามข้อมูลพื้นฐานต่าง ๆ (N = 85)

รายการ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	16	19
หญิง	64	75
อื่น ๆ	5	6
รวม	85	100
2. อายุ		
ต่ำกว่า 18 ปี		
18- 24 ปี	43	50
25 – 30 ปี	37	44
31 – 40 ปี	3	4
41 – 50 ปี	1	1
50 ปีขึ้นไป	1	100
รวม	85	
3. สถานภาพสมรส		
โสด	79	93
สมรส	6	7
แยกกันอยู่		
หย่าร้าง		
รวม	85	100

รายการ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
4. อาชีพ		
รับราชการ/ รัฐวิสาหกิจ	11	13
พนักงานเอกชน	24	28
รับจ้างทั่วไป	1	1
อาชีพอิสระ	12	14
นักเรียน นิสิต นักศึกษา	28	33
อื่น ๆ	9	11
รวม	85	100
5. เคยท่องเที่ยวแบบสะพายเป้		
เคย	57	67
ไม่เคย	28	33
รวม	85	100

ลักษณะของมาตรวัดข้อจำกัดในการท่องเที่ยวเชิงผจญภัยเป็นมาตรฐานค่าแบบลิเคิร์ตที่มีระดับการตอบ 5 ระดับ โดยมีความหมายดังนี้

- | | | |
|---|---------|----------------------|
| 1 | หมายถึง | ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง |
| 2 | หมายถึง | ค่อนข้างไม่เห็นด้วย |
| 3 | หมายถึง | สองข้างพอ ๆ กัน |
| 4 | หมายถึง | ค่อนข้างเห็นด้วย |
| 5 | หมายถึง | เห็นด้วยอย่างยิ่ง |

2. มาตรวัดการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว

มาตรวัดการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวที่ถูกนำมาใช้ในงานวิจัยนี้ เป็นมาตรวัดที่ได้รับการพัฒนาขึ้นโดยอ้างอิงจากมาตรวัดการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวที่พัฒนาขึ้นในงานของ Chen และ Petrick (2016) โดยผู้วิจัยได้ทำการพัฒนามาตรตามขั้นตอนต่อไปนี้

1. ทำการแปลข้อกระทงเป็นภาษาไทย หลังจากนั้นนำไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบความถูกต้องของการแปล ความชัดเจน และความเหมาะสมของการใช้ภาษา

2. นำมาตราที่แปลเป็นภาษาไทยไปให้ผู้เชี่ยวชาญทางด้านภาษาไทยและภาษาอังกฤษแปลกลับ (Back-translation) เป็นภาษาอังกฤษ จากนั้นจึงนำมาตรต้นฉบับและมาตราที่ได้ทำการแปลกลับมาเปรียบเทียบกัน และทำการแก้ไขข้อความในภาษาไทยให้ถูกต้อง และสอดคล้องกับมาตรต้นฉบับให้มากที่สุด
3. นำมาตรวัดภาษาไทยที่ได้ทำการตรวจสอบความถูกต้องแล้ว ไปใช้เก็บกับกลุ่มตัวอย่างเพื่อทำการทดสอบคุณภาพของเครื่องมือ โดยกลุ่มตัวอย่างที่เก็บคือกลุ่มนิสิต นักศึกษา และบุคคลทั่วไป จำนวนทั้งหมด 84 คน ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างดังแสดงในตารางที่ 3

ตารางที่ 3

จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างในการพัฒนามาตรวัดการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว จำแนกตามข้อมูลพื้นฐานต่าง ๆ (N = 85)

รายการ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	16	19
หญิง	63	75
อื่น ๆ	5	6
รวม	84	100
2. อายุ		
ต่ำกว่า 18 ปี		
18- 24 ปี	43	51
25 – 30 ปี	37	44
31 – 40 ปี	3	4
41 – 50 ปี		
50 ปีขึ้นไป	1	1
รวม	84	100
3. สถานภาพสมรส		
โสด	79	94
สมรส	5	6
แยกกันอยู่ หย่าร้าง		
รวม	84	100

รายการ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
4. อาชีพ		
รับราชการ/ รัฐวิสาหกิจ	10	12
พนักงานเอกชน	24	29
รับจ้างทั่วไป	1	1
อาชีพอิสระ	12	14
นักเรียน นิสิต นักศึกษา	28	33
อื่น ๆ	9	11
รวม	84	100
5. เคยท่องเที่ยวแบบสะพายเป้		
เคย	57	68
ไม่เคย	27	32
รวม	84	100

4. หาความเที่ยง (Reliability) ของมาตร ด้วยการวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับข้อกระทงที่เหลือทั้งหมด (Corrected Item-Total Correlation หรือ CITC) ผลพบว่าข้อกระทงทั้ง 12 ข้อผ่านเกณฑ์ทั้งหมด และมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) เท่ากับ .890
5. หาความตรง (Validity) ด้วยวิธีการวิเคราะห์ความตรงเชิงโครงสร้าง (Construct validity) โดยใช้สถิติการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (Confirmatory Factor Analysis: CFA) ด้วยโปรแกรม LISREL ได้ผลพบว่าจากการวิเคราะห์เบื้องต้น จะได้ค่าไค-สแควร์ (Chi-square) เท่ากับ 23.50 , $df = 37$, $p < .05$, RMSEA = 0.00 ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (GFI) คือ 0.95 และค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนเปรียบเทียบ (CFI) คือ 1.00 ซึ่งจากการพิจารณาค่าสถิติดังกล่าว พบว่า โมเดลมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์

ลักษณะของมาตรการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวเป็นมาตรฐานค่าแบบลิเคิร์ต มีระดับการตอบ 5 ระดับ โดยมีความหมายดังนี้

1	หมายถึง	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
2	หมายถึง	ค่อนข้างไม่เห็นด้วย
3	หมายถึง	สองข้างพอ ๆ กัน
4	หมายถึง	ค่อนข้างเห็นด้วย
5	หมายถึง	เห็นด้วยอย่างยิ่ง

3. มาตรการจัดการกับข้อจำกัด

มาตรการจัดการกับข้อจำกัดที่ใช้ในงานวิจัยนี้ ถูกพัฒนาโดยอ้างอิงจากมาตรการจัดการกับข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมยามว่างของ Hubbard และ Mannell (2001) และมาตรการจัดการกับข้อจำกัดในการเล่นสกีที่ได้รับการพัฒนาโดย Alexandris และคณะ (2007) มาตรการจัดการกับข้อจำกัดที่ใช้ในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยจะได้ทำการพัฒนาตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. คัดเลือกข้อกระทงจากมาตรทั้งสองที่ตรงกับสิ่งที่ต้องการวัดในงานวิจัยนี้มาจำนวนหนึ่ง จากนั้นจึงทำการแปลข้อกระทงที่ได้คัดเลือกมาเป็นภาษาไทยและปรับเปลี่ยนข้อความให้เข้ากับบริบทของการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้หลังจากนั้นนำไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบความถูกต้องของการแปลและความชัดเจนของภาษา แล้วจึงส่งให้อาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิอีกท่านหนึ่งทำการตรวจสอบความถูกต้องเหมาะสมของข้อกระทงอีกครั้ง
2. นำมาตรที่แปลเป็นภาษาไทยไปให้ผู้เชี่ยวชาญทางด้านภาษาไทยและภาษาอังกฤษแปลกลับ (Back-translation) เป็นภาษาอังกฤษ จากนั้นจึงนำมาตรต้นฉบับและมาตรที่ได้ทำการแปลกลับมาเปรียบเทียบกัน และทำการแก้ไขข้อความในภาษาไทยให้ถูกต้อง และสอดคล้องกับมาตรต้นฉบับให้มากที่สุด
3. นำมาตรวัดภาษาไทยที่ได้ทำการตรวจสอบแล้วนั้น ไปใช้เก็บกับกลุ่มตัวอย่างเพื่อทำการทดสอบคุณภาพของเครื่องมือ โดยกลุ่มตัวอย่างที่เก็บคือกลุ่มนิสิต นักศึกษา และบุคคลจำนวน 78 คน ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างดังแสดงในตารางที่ 4

ตารางที่ 4

จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างในการพัฒนามาตรวัดการจัดการกับข้อจำกัด จำแนกตามข้อมูลพื้นฐานต่าง ๆ (N = 78)

รายการ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	16	21
หญิง	57	73
อื่น ๆ	5	6
รวม	78	100
2. อายุ		
ต่ำกว่า 18 ปี		
18- 24 ปี	38	49
25 – 30 ปี	36	46
31 – 40 ปี	3	4
41 – 50 ปี		
50 ปีขึ้นไป	1	1
รวม	78	100
3. สถานภาพสมรส		
โสด	73	94
สมรส	5	6
แยกกันอยู่		
หย่าร้าง		
รวม	78	100
4. อาชีพ		
รับราชการ/ รัฐวิสาหกิจ	10	13
พนักงานเอกชน	21	27
รับจ้างทั่วไป	1	1
อาชีพอิสระ	11	14
นักเรียน นิสิต นักศึกษา	26	33
อื่น ๆ	9	12
รวม	78	100

รายการ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
5. เคยท่องเที่ยวแบบสะพายเป้		
เคย	54	69
ไม่เคย	24	31
รวม	78	100

1. หาความเที่ยง (Reliability) ของมาตร ด้วยการวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับข้อกระทงที่เหลือทั้งหมด (Corrected Item-Total Correlation หรือ CITC) ผลพบว่ามีข้อกระทงที่ผ่านเกณฑ์ทั้งหมด 13 ข้อ และมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) เท่ากับ .794
2. หาความตรง (Validity) ด้วยวิธีการวิเคราะห์ความตรงเชิงโครงสร้าง (Construct validity) โดยใช้สถิติการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (Confirmatory Factor Analysis: CFA) ด้วยโปรแกรม LISREL ได้ผลพบว่า มีข้อกระทงที่ผ่านเกณฑ์ 11 ข้อ และเมื่อนำไปวิเคราะห์เบื้องต้น จะได้ค่าไค-สแควร์ (Chi-square) เท่ากับ 17.37 , $df = 27$, $p < .05$, RMSEA = 0.00 ค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืน (GFI) คือ 0.96 และค่าดัชนีวัดระดับความกลมกลืนเปรียบเทียบ (CFI) คือ 1.00 ซึ่งจากการพิจารณาค่าสถิติดังกล่าว พบว่า โมเดลมีความสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์

ลักษณะของมาตรวัดข้อจำกัดในการท่องเที่ยวเชิงผจญภัยเป็นมาตรประมาณค่าแบบลิเคิร์ต มีระดับการตอบ 5 ระดับ โดยมีความหมายดังนี้

1	หมายถึง	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง
2	หมายถึง	ค่อนข้างไม่เห็นด้วย
3	หมายถึง	สองข้างพอ ๆ กัน
4	หมายถึง	ค่อนข้างเห็นด้วย
5	หมายถึง	เห็นด้วยอย่างยิ่ง

4. มาตรวัดพฤติกรรมกรรมการท่องเที่ยว

มาตรวัดพฤติกรรมกรรมการท่องเที่ยวในงานวิจัยนี้ได้ประยุกต์ใช้จากมาตรวัดพฤติกรรมกรรมการท่องเที่ยว (Travel behavior scale) ที่ได้รับการพัฒนาขึ้นโดย Kerstetter, Confer, และ Graefe (2001) ซึ่งประกอบไปด้วยข้อกระทงจำนวน 3 ข้อที่ถามถึงความถี่ในการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ของ

ผู้ตอบแบบสอบถาม ตัวอย่างคำถาม เช่น ท่านเดินออกเดินทางท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ (backpacking) เป็นจำนวนเท่าใดในระยะเวลา 12 เดือนที่ผ่านมา เป็นต้น

ลักษณะของมาตรวัดการเข้าร่วมกิจกรรมการท่องเที่ยวเชิงผจญภัยเป็นมาตรประมาณค่าแบบ ลิเคิร์ต ซึ่งมีระดับการตอบ 5 ระดับ ได้แก่

1	หมายถึง	ไม่เคยเลย
2	หมายถึง	1-2 ครั้ง
3	หมายถึง	3-4 ครั้ง
4	หมายถึง	5-6 ครั้ง
5	หมายถึง	6 ครั้งขึ้นไป

5. มาตรวัดความมุ่งมั่นในตนเอง

มาตรวัดความมุ่งมั่นในตนเอง (Self-Determination Scale) จากการพัฒนาของ Sheldon และ Deci (1993) มีทั้งหมด 10 ข้อ ประกอบด้วยข้อกระทงทางบวก 5 ข้อ และข้อกระทงทางลบ 5 ข้อ ซึ่งมาตรนี้ประกอบไปด้วยมาตรย่อย 2 มาตรคือ การรับรู้ตนเอง (Awareness of self) และการรับรู้ทางเลือก (Perceived choice in one's action) เมื่อนำไปทดสอบกับกลุ่มนักศึกษาจำนวน 60 คนพบว่ามาตรมีความตรงภายในที่น่าพอใจ และมีค่าความเชื่อมั่นจากการทดสอบซ้ำ (Test-retest reliability) หลังจากเวลาผ่านไป 8 สัปดาห์อยู่ในเกณฑ์ที่ดี ($r = .77$) (Sheldon & Deci, 1993) ผู้วิจัยมีขั้นตอนในการพัฒนามาตรวัดต่อไปนี้

1. แปลข้อกระทงของมาตรวัดความมุ่งมั่นในตนเองเป็นภาษาไทย หลังจากนั้นนำไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาตรวจสอบความถูกต้องของการแปลและความชัดเจนของภาษา
2. นำมาตรที่แปลเป็นภาษาไทยไปให้ผู้เชี่ยวชาญทางด้านภาษาไทยและภาษาอังกฤษแปลกลับ (Back-translation) เป็นภาษาอังกฤษ จากนั้นจึงนำมาตรต้นฉบับและมาตรที่ได้ทำการแปลกลับมาเปรียบเทียบกัน และทำการแก้ไขข้อความในภาษาไทยให้ถูกต้อง และสอดคล้องกับมาตรต้นฉบับให้มากที่สุด
3. นำมาตรวัดมาตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ โดยนำมาตรวัดไปเก็บกับกลุ่มตัวอย่างบุคคลทั่วไปจำนวน 74 คน ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างดังแสดงในตารางที่ 5

ตารางที่ 5

จำนวนร้อยละของกลุ่มตัวอย่างในการพัฒนามาตรวัดความมุ่งมั่นในตนเอง จำแนกตามข้อมูลพื้นฐานต่าง ๆ (N = 74)

รายการ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. เพศ		
ชาย	14	19
หญิง	56	76
อื่น ๆ	4	5
รวม	74	100
2. อายุ		
ต่ำกว่า 18 ปี		
18- 24 ปี	36	49
25 – 30 ปี	34	46
31 – 40 ปี	3	4
41 – 50 ปี		
50 ปีขึ้นไป	1	1
รวม	74	100
3. สถานภาพสมรส		
โสด	69	93
สมรส	5	7
แยกกันอยู่		
หย่าร้าง		
รวม	74	100
4. อาชีพ		
รับราชการ/ รัฐวิสาหกิจ	8	11
พนักงานเอกชน	21	28
รับจ้างทั่วไป	1	1
อาชีพอิสระ	11	15
นักเรียน นิสิต นักศึกษา	24	32
อื่น ๆ	9	12
รวม	74	100

รายการ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
5. เคยท่องเที่ยวแบบสะพายเป้		
เคย	53	73
ไม่เคย	21	28
รวม	74	100

4. หาความเที่ยง (Reliability) ของมาตรโดยการวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงนั้น ๆ กับข้อกระทงที่เหลือทั้งหมด (Corrected Item-Total Correlation หรือ CITC) พบว่ามีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) เท่ากับ .834

5. หาความตรง (Validity) ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ความตรงเชิงโครงสร้าง (Construct validity) เนื่องจากมีงานวิจัยสนับสนุนว่าความมุ่งมั่นในตนเองมีความสัมพันธ์กับการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-efficacy) (Gist & Mitchell, 1992; Mojoudi & Tabatabaei, 2014; Sousa, Coelho, & Guillamon-Saorin, 2012) ผู้วิจัยจึงหาความตรงของมาตรโดยการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ (Correlation) ระหว่างมาตรวัดความมุ่งมั่นในตนเองจำนวน 10 ข้อ และมาตรวัดการรับรู้ความสามารถของตนเอง จำนวน 10 ข้อ ของ Schwarzer และ Jerusalem (1995) ที่ได้รับการแปลเป็นภาษาไทยและทดสอบคุณภาพของมาตรวัดโดย มิ่งขวัญ ขอบบุญ และคณะ (2558) ซึ่งมีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในเท่ากับ .840 โดยนำไปเก็บกลุ่มตัวอย่างที่เป็นบุคคลทั่วไปจำนวน 74 คน เมื่อนำมาตรวัดทั้งสองมาหาค่าสหสัมพันธ์ พบว่ามาตรวัดความมุ่งมั่นในตนเองมีความสัมพันธ์ทางบวกกับมาตรวัดการรับรู้ความสามารถในตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ, $r(74) = .419, p < .01$ (สองหาง)

ลักษณะของมาตรวัดความมุ่งมั่นในตนเองเป็นมาตรประเมินค่าแบบลิเคิร์ท 5 ช่วง ตั้งแต่ 1-5 โดยมีความหมายดังนี้

1	หมายถึง	ข้อความ A เท่านั้นที่ตรงกับตัวฉันมากที่สุด
2	หมายถึง	ข้อความ A ค่อนข้างตรงกับตัวฉัน
3	หมายถึง	ทั้งสองข้อความตรงกับตัวฉันพอ ๆ กัน
4	หมายถึง	ข้อความ B ค่อนข้างตรงกับตัวฉัน
5	หมายถึง	ข้อความ B เท่านั้นที่ตรงกับตัวฉันมากที่สุด

การเก็บรวบรวมข้อมูล

หลังจากได้รับการพิจารณาจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในคน กลุ่มสห-สถาบันชุดที่ 1 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยแล้ว ผู้วิจัยได้ดำเนินการต่อไปดังนี้

ขั้นเตรียมการ

1. ผู้วิจัยทำจดหมายขอเก็บรวบรวมข้อมูลถึงเจ้าของกิจการโฮสเทลแต่ละแห่งที่จะเข้าไปเก็บข้อมูล โดยจะทำการชี้แจงรายละเอียดการวิจัย และขออนุญาตดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล
2. ผู้วิจัยเตรียมผู้ช่วยวิจัย ซึ่งจะเป็นนิสิต นักศึกษา จำนวน 15 คน ทำหน้าที่ช่วยผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลในสถานที่โฮสเทลต่าง ๆ ซึ่งผู้ช่วยวิจัยจะได้รับการอบรมเกี่ยวกับการเก็บข้อมูล อธิบายขั้นตอนวิธีการในการเก็บข้อมูล โดยเริ่มตั้งแต่การแนะนำตัว การชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่างโดยให้กลุ่มตัวอย่างอ่านใบข้อมูลสำหรับประชากร ตัวอย่างเพื่อขอความร่วมมือในการวิจัย วิธีการเก็บข้อมูลโดยใช้เครื่องมือที่จะใช้ในการเก็บข้อมูล เพื่อให้ผู้ช่วยวิจัยมีความเข้าใจในเครื่องมือถูกต้องตรงกับผู้วิจัย
3. ผู้วิจัยนัดหมายวันและเวลากับผู้ช่วยวิจัย เพื่อลงเก็บรวบรวมข้อมูลจริง

ขั้นดำเนินการ

1. ผู้วิจัย และผู้ช่วยวิจัยเริ่มดำเนินการเก็บข้อมูลกับนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้เพศหญิง ชาวไทย ที่กำลังท่องเที่ยวและพักอยู่ในโฮสเทลบริเวณกรุงเทพมหานคร เชียงใหม่ และภูเก็ต โดยทำการแนะนำตนเอง ชี้แจงรายละเอียดเกี่ยวกับงานวิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ของการวิจัย และขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล เพื่อขอความร่วมมือในการทำวิจัย พร้อมทั้งแจ้งการพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่างในการเข้าร่วมการวิจัย และขอความยินยอมในการร่วมการวิจัย จากนั้นจึงให้แบบสอบถามแก่ผู้ที่สมัครใจเข้าร่วมการวิจัย โดยจะใช้เวลาทำประมาณ 10-15 นาทีต่อชุด
2. หลังจากผู้เข้าร่วมการวิจัย ได้ทำการกรอกแบบสอบถามจนสมบูรณ์แล้ว จึงกล่าวขอบคุณ และมอบของที่ระลึกเพื่อเป็นการตอบแทนน้ำใจแก่ผู้เข้าร่วมการวิจัย

วิธีการวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรมเสริม PROCESS Macro ใน SPSS เพื่อทดสอบอิทธิพลของการจัดการกับข้อจำกัดในฐานะตัวแปรส่งผ่านและอิทธิพลของความมุ่งมั่นในตนเองในฐานะตัวแปรกำกับ ในความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว การรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว และพฤติกรรมการท่องเที่ยว ด้วยการทดสอบตัวแปรส่งผ่านอย่างมีเงื่อนไข (Moderated mediation)



บทที่ 3

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาเรื่องอิทธิพลของการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวและการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวในกลุ่มนักท่องเที่ยวสะพายเป้หญิงชาวไทย: บทบาทของการจัดการกับข้อจำกัดในฐานะตัวแปรส่งผ่าน และอิทธิพลกำกับของความมุ่งมั่นในตนเองนี้ ผู้วิจัยได้รายงานผลการวิเคราะห์ค่าสถิติของกลุ่มตัวอย่างในงานวิจัย ผลการวิเคราะห์ข้อมูล และการตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้นในการวิเคราะห์โมเดล การวิเคราะห์โมเดลความสัมพันธ์ที่ทดสอบการเป็นตัวแปรส่งผ่านอย่างมีเงื่อนไข อันมีรายละเอียดของผลการวิจัยดังนี้

สัญลักษณ์ที่ใช้ในงานวิจัย

สัญลักษณ์ทางสถิติ

M	แทน	ค่าเฉลี่ย
MIN	แทน	ค่าต่ำสุด
MAX	แทน	ค่าสูงสุด
CV	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์การกระจาย
SD	แทน	ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
SE	แทน	ค่าความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน
SK	แทน	ค่าความเบ้
KU	แทน	ค่าความโด่ง
R^2	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์การพยากรณ์
r	แทน	ค่าสหสัมพันธ์
χ^2	แทน	ค่าสถิติไค-สแควร์
df	แทน	ค่าระดับความเป็นอิสระ
β	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์ของตัวแปรทำนายในรูปแบบคะแนนมาตรฐาน
b	แทน	ค่าสัมประสิทธิ์ของตัวแปรทำนายในรูปแบบคะแนนดิบ
p	แทน	ค่าระดับนัยสำคัญทางสถิติ
t	แทน	คะแนนการทดสอบค่าสถิติที (t-score)
CFI	แทน	ค่าดัชนีวัดความกลมกลืนเปรียบเทียบ (Comparative Fit Index)

TLI	แทน	ค่าดัชนีวัดระดับความสอดคล้องเปรียบเทียบ (Tucker-Lewis Index)
RMSEA	แทน	ค่าดัชนีรากของกำลังสองเฉลี่ยของการประมาณค่าความคลาดเคลื่อน (Root Mean Square Error of Approximation)
SRMR	แทน	ค่าดัชนีรากของกำลังสองเฉลี่ยของความแปรปรวนส่วนเหลือ (Standardized Root Mean Square Residual)

ผลการวิเคราะห์ค่าสถิติพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้ได้แก่ นักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ เพศหญิง ชาวไทย ที่กำลังท่องเที่ยวและเข้าพักในโฮสเทลบริเวณกรุงเทพมหานคร เชียงใหม่ และภูเก็ตในช่วงเดือนธันวาคม 2561 ถึงเดือนมกราคม 2562 จำนวนทั้งสิ้น 283 คน ตัดออกไป 2 คน จาก 285 คน เนื่องจากหลังจากทดสอบด้วย Mahalanobis distance พบว่ามีข้อมูลสุดโต่งอยู่ 2 คน (Tabachnick, Fidell, & Ullman, 2007)

จากการรวบรวมข้อมูลอายุ อาชีพ และสถานภาพสมรสของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีอายุระหว่าง 18 ปีถึง 50 ปีขึ้นไป โดยอยู่ในช่วงอายุ 31-40 ปีมากที่สุด จำนวน 89 คน (ร้อยละ 31.4) และช่วงอายุ 18-24 ปีน้อยที่สุดจำนวน 61 คน (ร้อยละ 21.6) นอกจากนี้พบว่ามีกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ประกอบอาชีพพนักงานเอกชน จำนวน 124 คน (ร้อยละ 43.8) และมีสถานภาพสมรสโสดมากที่สุด จำนวน 235 คน (ร้อยละ 83) รายละเอียดการแจกแจงความถี่และร้อยละลักษณะประชากรศาสตร์ของกลุ่มตัวอย่างแสดงดังตารางที่ 6

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล และการตรวจสอบข้อตกลงเบื้องต้นในการวิเคราะห์โมเดล

เพื่อเป็นการสำรวจความสมบูรณ์ของข้อมูลก่อนที่จะนำไปวิเคราะห์ ผู้วิจัยได้ทำการตรวจสอบข้อมูลสูญหาย (Missing data) ของข้อมูลทั้งหมด พบว่าชุดข้อมูลมีการขาดหายไม่เกินร้อยละ 2 ซึ่งไม่เกินร้อยละ 5 ผู้วิจัยจึงทำการวิเคราะห์รูปแบบการขาดหายของข้อมูลด้วยวิธี Little's MCAR test ผลที่ได้คือ ข้อมูลเป็นการขาดหายแบบสุ่มทั้งหมด (Missing completely at random - MCAR) ($\chi^2(218) = 220.644, p > .01$) ดังนั้นผู้วิจัยจึงเลือกใช้วิธีการแทนค่าด้วยวิธีการหาค่าคาดหวังสูงสุด (Expectation-maximization: EM) ซึ่งเป็นวิธีที่เหมาะสมสำหรับการดำเนินการกับข้อมูลที่ขาดหายแบบสุ่ม (Hair, 2010)

ตารางที่ 6

ข้อมูลอายุ สถานภาพสมรส และอาชีพของผู้ร่วมการวิจัย

รายการ	จำนวน (คน)	ร้อยละ
1. อายุ (ปี)		
18 - 24 ปี	61	21.6
25 - 30 ปี	78	27.6
31 - 40 ปี	89	31.4
41 - 50 ปี	41	14.5
50 ปีขึ้นไป	14	4.9
รวม	283	100
2. สถานภาพสมรส		
โสด	235	83.0
สมรส	30	10.6
แยกกันอยู่	11	3.9
หย่าร้าง	7	2.5
รวม	283	100
3. อาชีพ		
รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ	40	14.1
พนักงานเอกชน	124	43.8
รับจ้างทั่วไป	15	5.3
อาชีพอิสระ	41	14.5
นักเรียน นิสิต นักศึกษา	40	14.1
อื่น ๆ	23	8.1
รวม	283	100

ก่อนจะทำการวิเคราะห์โมเดลความสัมพันธ์ที่ทดสอบการเป็นตัวแปรส่งผ่านอย่างมีเงื่อนไข (Moderated mediation) ผู้วิจัยได้คำนวณค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่ามัชฌิมเลขคณิต (M) ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (SD) ค่าต่ำสุด (MIN) และ ค่าสูงสุด (MAX) ของตัวแปรที่ศึกษาในงานวิจัยนี้ทั้ง 5 ตัวแปร พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยที่ค่อนข้างใกล้เคียงกัน โดยการรับรู้ประโยชน์ของการ

ท่องเที่ยวมีคะแนนเฉลี่ยสูงสุด ($M = 4.58$, $SD = .41$) และตัวแปรความมุ่งมั่นในตนเองมีคะแนนเฉลี่ยต่ำสุด ($M = 3.80$, $SD = .60$) ดังแสดงในตารางที่ 7

เมื่อวิเคราะห์ค่าสถิติสหสัมพันธ์แบบเพียร์สันระหว่างตัวแปรที่ศึกษา พบว่าตัวแปรทั้งหมดมีความสัมพันธ์กันทั้งทางบวกและทางลบแตกต่างกันไปในแต่ละคู่ ดังแสดงในตารางที่ 7 และตัวแปรอิสระทั้งหมดไม่มีความสัมพันธ์ต่อกันมากจนเกินไป ซึ่งเป็นไปตามข้อตกลงเบื้องต้นที่สำคัญในการวิเคราะห์โมเดล นอกจากนี้ยังพบว่าคู่ที่มีสหสัมพันธ์กันมากที่สุดมีสองคู่ด้วยกัน คือคู่ความสัมพันธ์ของพฤติกรรมการท่องเที่ยว และการจัดการกับข้อจำกัด และคู่ของการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว และการจัดการกับข้อจำกัด โดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์เท่ากับ $.24$ ($p < .01$)

ตารางที่ 7

ค่ามัธยฐานเลขคณิต ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน คะแนนต่ำสุด คะแนนสูง และค่าความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ($N = 283$)

ตัวแปร	M	SD	Min	Max	1	2	3	4	5
1. BEH	4.16	0.84	1.33	5.00	(.88)				
2. CON	4.10	0.60	2.22	5.00	-.08	(.84)			
3. BENE	4.58	0.41	2.83	5.00	.01	-.07	(.87)		
4. NEGO	4.09	0.62	1.82	5.00	.24**	.24**	.11*	(.87)	
5. SD	3.80	0.60	2.00	5.00	.07	-.10*	.22**	.08	(.79)

* $p < .05$, ** $p < .01$

หมายเหตุ. ตัวเลขในวงเล็บแนวทแยง คือ ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคของแต่ละองค์ประกอบ; BEH = พฤติกรรมการท่องเที่ยว, CON = การรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว, BENE = การรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว, NEGO = การจัดการกับข้อจำกัด, SD = ความมุ่งมั่นในตนเอง

การวิเคราะห์โมเดลความสัมพันธ์ที่ทดสอบการเป็นตัวแปรส่งผ่านอย่างมีเงื่อนไข (Moderated mediation)

หลังจากผู้วิจัยได้ทำการตรวจสอบว่าข้อมูลเป็นไปตามข้อตกลงเบื้องต้นในการวิเคราะห์โมเดลแล้ว จึงทำการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ที่ทดสอบการเป็นตัวแปรส่งผ่านอย่างมีเงื่อนไข โดยใช้โปรแกรมเสริม PROCESS MACRO (Hayes, 2013) ใน SPSS ผู้วิจัยเลือกรูปแบบความสัมพันธ์ที่ 14 (Model

14) เพื่อวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว การรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว และพฤติกรรมการท่องเที่ยว โดยมีการจัดการกับข้อจำกัด เป็นตัวแปรส่งผ่าน และ ความมุ่งมั่นในตนเองเป็นตัวแปรกำกับ ผลการวิเคราะห์ข้อมูลดังตารางที่ 8

การวิเคราะห์ผลทางตรง (ที่ควบคุมอิทธิพลของตัวแปรส่งผ่าน) ในความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว และพฤติกรรมการท่องเที่ยว

เมื่อควบคุมอิทธิพลทางอ้อมของตัวแปรส่งผ่าน คือ การจัดการกับข้อจำกัด แล้ว การวิเคราะห์โมเดลในการวิจัยครั้งนี้พบอิทธิพลทางตรงของการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวเกี่ยวกับพฤติกรรมการท่องเที่ยวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($b = -.20$, $t(277) = -2.36$, 95% ของช่วงชั้นความเชื่อมั่น [-.37, -.03], $p < .05$) **สนับสนุนสมมติฐานที่ 1** ของงานวิจัย ซึ่งอธิบายได้ว่า เมื่อนักท่องเที่ยวรับรู้ข้อจำกัดมากขึ้นเท่าใด จะส่งผลให้มีพฤติกรรมการท่องเที่ยวลดลงเท่านั้น

ตารางที่ 8

ค่าสัมประสิทธิ์ถดถอยมาตรฐาน ค่ากำลังสองของความสัมพันธ์พหุคูณ และค่าความต่างของความแปรปรวน ของตัวแปรการทำนายการจัดการกับข้อจำกัด และพฤติกรรมการท่องเที่ยว โดยมีความมุ่งมั่นในตนเองเป็นตัวแปรกำกับ ($N = 283$)

ตัวแปรตาม	ตัวแปรต้น	t	β
การจัดการกับข้อจำกัด (NEGO) (ตัวแปรส่งผ่าน)	$R^2 = .07$, $F(280, 2) = 9.92$	-	-
	การรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว (CON)	4.03**	.24
	การรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว (BENE)	1.62	.14
พฤติกรรมการท่องเที่ยว (BEH)	$R^2 = .08$, $F(277, 5) = 4.83$	-	-
	การรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว (CON)	-2.36*	-.20
	การรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว (BENE)	-.39	-.05
	การจัดการกับข้อจำกัด (NEGO)	4.57**	.37
	ความมุ่งมั่นในตนเอง (SD)	.68	.06
	ปฏิสัมพันธ์ (NEGO x SD)	-.34	-.05

หมายเหตุ ** $p < .001$, * $p < .05$

ปฏิสัมพันธ์ = การจัดการกับข้อจำกัด x ความมุ่งมั่นในตนเอง

การทดสอบตัวแปรส่งผ่านและการวิเคราะห์อิทธิพลทางอ้อมผ่านการจัดการกับข้อจำกัด ใน ความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว และพฤติกรรมการท่องเที่ยว

จากตารางการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ ในตารางที่ 8 พบว่าการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวที่มีอิทธิพลทางลบกับพฤติกรรมการท่องเที่ยวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($b = -.20$, $p < .05$) ซึ่งเป็นไปตามเงื่อนไขแรกของการทดสอบอิทธิพลของตัวแปรส่งผ่าน คือ ตัวแปรต้นทำนายตัวแปรตามอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ และการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวที่มีอิทธิพลทางบวกกับการจัดการกับข้อจำกัดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($b = .24$, $p < .001$) ซึ่งเป็นไปตามเงื่อนไขที่ 2 คือตัวแปรต้นทำนายตัวแปรส่งผ่านอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

เมื่อใส่การจัดการกับข้อจำกัดซึ่งเป็นตัวแปรส่งผ่านเข้าไปในโมเดล พบว่า การรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวที่มีอิทธิพลทางบวกกับพฤติกรรมการท่องเที่ยวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($b = .09$, $p < .05$) และการจัดการกับข้อจำกัดที่มีอิทธิพลทางบวกต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 ($b = .37$, $p < .001$) ซึ่งสนับสนุนเงื่อนไขที่ 3 คือตัวแปรส่งผ่านทำนายตัวแปรตามอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากการวิเคราะห์ข้อมูลโดยวิธีการสุ่มกลุ่มตัวอย่างซ้ำ (Bootstrapping) โดยกำหนดการสุ่มกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 5,000 ชุดข้อมูล ผลการวิเคราะห์อิทธิพลทางอ้อมของการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว ต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยว พบว่าการจัดการกับข้อจำกัดที่มีอิทธิพลส่งผ่านความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว และพฤติกรรมการท่องเที่ยวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($b(.24 \times .37) = .09$, $t(277) = 4.57$, 95% ของช่วงชั้นความเชื่อมั่น [.21, .53], $p < .05$) โดยพบวก่อนใส่ตัวแปรการจัดการกับข้อจำกัดเข้าไปวิเคราะห์ในฐานะตัวแปรส่งผ่าน การรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวที่มีอิทธิพลทางตรงกับพฤติกรรมการท่องเที่ยวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($b = -.20$, $p < .05$) แต่ภายหลังการใส่ตัวแปรการจัดการกับข้อจำกัดเข้าไปร่วมวิเคราะห์ กลับพบว่าการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวนั้นไม่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวอีกต่อไป ($b = -.11$, ns) จึงสามารถสรุปได้ว่าการจัดการกับข้อจำกัดเป็นตัวแปรส่งผ่านความสัมพันธ์แบบสมบูรณ์ (Full mediation) ระหว่างการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว และพฤติกรรมการท่องเที่ยว ดังตารางที่ 9 สนับสนุนสมมติฐานที่ 2 ของงานวิจัย

ตารางที่ 9

ผลการวิเคราะห์ผลรวมของอิทธิพล อิทธิพลทางตรง และอิทธิพลทางอ้อมของการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวโดยมีการจัดการกับข้อจำกัดเป็นตัวแปรส่งผ่าน (N=283)

	Total effect	Direct effect	Indirect effect	Mediation
CON → NEGO → BEH	-.11	-.20*	.09*	Full mediation

หมายเหตุ. * $p < .05$

BEH = พฤติกรรมการท่องเที่ยว, CON = การรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว,
NEGO = การจัดการกับข้อจำกัด

การวิเคราะห์ผลทางตรง (ที่ควบคุมอิทธิพลของตัวแปรส่งผ่าน) ในความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว และพฤติกรรมการท่องเที่ยว

เมื่อควบคุมอิทธิพลทางอ้อมของตัวแปรส่งผ่าน คือ การจัดการกับข้อจำกัด แล้ว การวิเคราะห์โมเดลในการวิจัยครั้งนี้ไม่พบอิทธิพลทางตรงของการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวกับพฤติกรรมการท่องเที่ยวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($b = -.05$, $t(277) = -.39$, 95% ของช่วงชั้นความเชื่อมั่น [-.29, .19], $p = .69$) แสดงให้เห็นว่าการรับรู้ประโยชน์ในการท่องเที่ยวนั้น ไม่ได้มีส่วนเกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการท่องเที่ยวของบุคคล **ไม่สนับสนุนสมมติฐานที่ 3** ของงานวิจัย

การทดสอบตัวแปรส่งผ่านและการวิเคราะห์อิทธิพลทางอ้อมผ่านการจัดการกับข้อจำกัด ในความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว และพฤติกรรมการท่องเที่ยว

เมื่อทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว และการจัดการกับข้อจำกัดแล้ว ไม่พบความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($b = .14$, $t(280) = 1.62$, 95% ของช่วงชั้นความเชื่อมั่น [-.03, .31], $p = .11$) จึงสามารถสรุปได้ว่าการจัดการกับข้อจำกัดไม่ได้เป็นตัวแปรส่งผ่านระหว่างการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว และพฤติกรรมการท่องเที่ยว

ผลการวิเคราะห์นี้ แสดงให้เห็นว่าการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวไม่มีอิทธิพลให้เกิดการจัดการกับข้อจำกัดที่เพิ่มขึ้น หรือลดลงแต่อย่างใด หมายความว่า การรับรู้ประโยชน์ในการท่องเที่ยวไม่ได้เป็นปัจจัยกระตุ้นให้บุคคลเกิดการใช้กลยุทธ์ในการจัดการกับข้อจำกัด แสดงให้เห็นว่าถึงแม้

บุคคลจะรู้ว่าการท่องเที่ยวมีประโยชน์ต่อตนมากเพียงใด ก็ไม่ได้ทำให้เกิดความพยายามที่จะเอาชนะข้อจำกัดที่ต้องเผชิญ ผลการวิเคราะห์นี้จึง**ไม่สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 4** ของการวิจัย

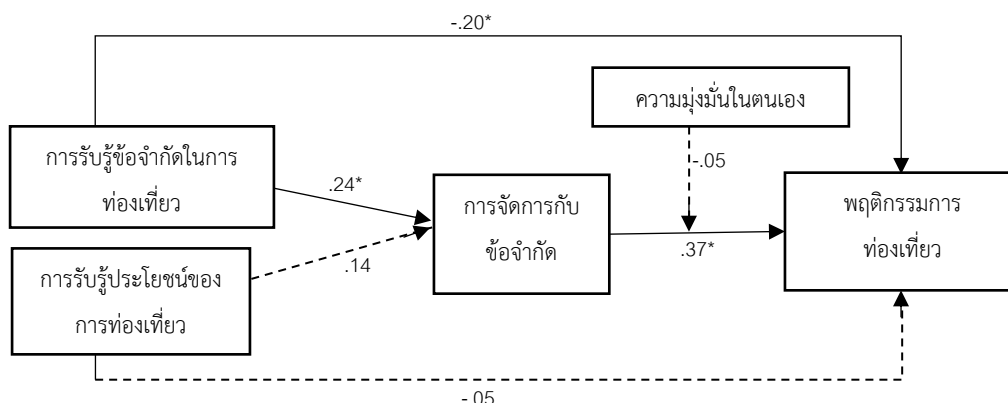
การทดสอบอิทธิพลกำกับของความมุ่งมั่นในตนเอง

การทดสอบความเป็นตัวแปรกำกับในงานวิจัยนี้ ใช้แนวคิดในการวิเคราะห์อิทธิพลปฏิสัมพันธ์ (Interaction effect) ของการจัดการกับข้อจำกัด และความมุ่งมั่นในตนเองในการทำนายพฤติกรรมการท่องเที่ยว โดยอ้างอิงจากแนวคิดของ (Hayes, 2013)

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพบว่า ความมุ่งมั่นในตนเองไม่เป็นตัวแปรกำกับในความสัมพันธ์ระหว่างการจัดการกับข้อจำกัด และพฤติกรรมการท่องเที่ยว ($b = -.05$, $t(277) = -.34$, 95% ของช่วงชั้นความเชื่อมั่น $[-.31, .22]$, $p = .76$) **ไม่สนับสนุนสมมติฐานที่ 5** ของงานวิจัยกล่าวคือความมุ่งมั่นในตนเองไม่มีผลทำให้เกิดความเปลี่ยนแปลงใด ๆ กับความสัมพันธ์ระหว่างการจัดการกับข้อจำกัด และพฤติกรรมการท่องเที่ยว หมายความว่าไม่ว่าบุคคลจะมีความมุ่งมั่นในตนเองในระดับใดก็ตาม ก็ไม่ได้ทำให้อิทธิพลของการจัดการกับข้อจำกัดต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยว มีความแตกต่างกัน

การวิเคราะห์โมเดลโดยรวมของตัวแปรทั้งหมด

ในการวิจัยครั้งนี้ เมื่อนำอิทธิพลของตัวแปรทุกตัวมารวมในโมเดล (ภาพที่ 5) สามารถอธิบายพฤติกรรมการท่องเที่ยวได้ดังที่สรุปไปในข้างต้น คือ พฤติกรรมการท่องเที่ยวได้รับอิทธิพลโดยตรงจากการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว และโดยทางอ้อมผ่านการจัดการกับข้อจำกัด โดยสามารถร่วมกันทำนายพฤติกรรมการท่องเที่ยวได้ 8% (Cohen, 1992)



ภาพที่ 5 เส้นอิทธิพลทำนายพฤติกรรมการท่องเที่ยว $R^2 = .08$ ($*p < .05$)

จากการวิเคราะห์ข้างต้น สามารถสรุปได้ดังในภาพที่ 5 และอธิบายได้ว่าความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ข้อจำกัดมีอิทธิพลทางตรงกับพฤติกรรมการท่องเที่ยว อีกทั้งยังมีอิทธิพลทางอ้อมผ่านตัวแปรส่งผ่านคือ การจัดการกับข้อจำกัด นอกจากนี้ยังพบว่า การรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว ไม่มีอิทธิพลต่อการจัดการกับข้อจำกัด ส่งผลให้ไม่พบอิทธิพลทางอ้อมของการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยว โดยผ่านตัวแปรส่งผ่านคือ การจัดการกับข้อจำกัด รวมไปถึงอิทธิพลทางอ้อมของตัวแปรส่งผ่านการจัดการกับข้อจำกัดนั้น ไม่มีการเปลี่ยนแปลงไปตามกำกับข้อความมุ่งมั่นในตนเอง

การวิเคราะห์เพิ่มเติม

นอกจากผลการทดสอบสมมติฐานการวิจัยแล้ว ผู้วิจัยได้ทำการวิเคราะห์ผลเพิ่มเติม เพื่อศึกษาว่าการรับรู้ข้อจำกัดทั้งสามด้าน (ข้อจำกัดภายในบุคคล ข้อจำกัดระหว่างบุคคล และข้อจำกัดเชิงโครงสร้างและสภาพแวดล้อม) จะร่วมกันทำนายพฤติกรรมการท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้หญิงไทยในลักษณะใด โดยวิเคราะห์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ด้วยค่าสหสัมพันธ์แบบเพียร์สัน ค่ามัชฌิมเลขคณิต และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ดังตารางที่ 10

จากการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ของตัวแปรในตารางที่ 10 พบว่าพฤติกรรมการท่องเที่ยว (BEH) มีความสัมพันธ์ทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับข้อจำกัดเชิงโครงสร้างและสภาพแวดล้อม (STRUC) ($p < .05$) ทั้งนี้ ไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมท่องเที่ยว (BEH) กับข้อจำกัดส่วนบุคคล (INTRA) และข้อจำกัดระหว่างบุคคล (INTER)

ตารางที่ 10

สหสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบของตัวแปรการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว ค่าสัมประสิทธิ์และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน (N = 283)

ตัวแปร	M	SD	1	2	3	4
1. BEH	4.16	0.84	(.88)			
2. INTRA	4.22	0.70	.02	(.69)		
3. INTER	4.06	0.83	-.06	.44**	(.78)	
4. STRUC	4.04	0.76	-.12*	.37**	.44**	(.66)

* $p < .05$, ** $p < .01$

หมายเหตุ. ตัวเลขในวงเล็บแนวทแยง คือ ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคของแต่ละองค์ประกอบ; BEH = พฤติกรรมการท่องเที่ยว, INTRA = ข้อจำกัดส่วนบุคคล, INTER = ข้อจำกัดระหว่างบุคคล, STRUC = ข้อจำกัดเชิงโครงสร้างและสภาพแวดล้อม

หลังจากนั้น จึงวิเคราะห์ข้อมูลโดยการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Linear Regression) ด้วยวิธีใส่ตัวแปรอิสระเข้าสมการทุกตัวพร้อมกัน (enter) ซึ่งมีตัวแปรอิสระคือ ข้อจำกัดส่วนบุคคล (INTRA) ข้อจำกัดระหว่างบุคคล (INTER) และ ข้อจำกัดเชิงโครงสร้างและสภาพแวดล้อม (STRUC) ร่วมกันทำนายตัวแปรตามคือ พฤติกรรมการท่องเที่ยว (BEH) ผลการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณแสดงในตารางที่ 11

เมื่อพิจารณาผลการวิเคราะห์ในตารางที่ 11 แล้วพบว่า เมื่อนำตัวแปรอิสระทุกตัวเข้าสมการถดถอย เพื่อควบคุมอิทธิพลอันเนื่องมาจากการที่ตัวแปรอิสระมีความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน ตัวแปรอิสระที่ยังคงมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 มีเพียงตัวเดียวคือข้อจำกัดเชิงโครงสร้างและสภาพแวดล้อม โดยเป็นอิทธิพลทางลบ ($\beta = -.14$) กล่าวคือ ยิ่งนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้หญิงมีการรับรู้ข้อจำกัดเชิงโครงสร้างและสภาพแวดล้อมสูง ก็จะทำให้มีพฤติกรรมการท่องเที่ยวต่ำลง ดังนั้นจึงอาจสรุปได้ว่าการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวในเชิงโครงสร้างและสภาพแวดล้อมซึ่งเกี่ยวข้องกับภาระหน้าที่ในการทำงาน การดูแลครอบครัว และภาระในด้านการเงิน นับเป็นปัจจัยสำคัญที่สุดที่ทำให้ผู้หญิงมีพฤติกรรมการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ต่ำ

ตารางที่ 11

การวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple Regression Analysis) ในการทำนายพฤติกรรมกา
 ท้องเที่ยว ด้วยวิธีใส่ตัวแปรอิสระเข้าสู่สมการทุกตัวพร้อมกัน (Enter, N = 283)

ตัวแปรอิสระ	B	SE	β	Co-linearity Statistic	
				Tolerance	VIF
วิเคราะห์ด้วยวิธี Enter					
ข้อจำกัดภายในบุคคล (INTRA)	.10	.08	.09	.77	1.30
ข้อจำกัดระหว่างบุคคล (INTRA)	-.04	.07	-.04	.72	1.39
ข้อจำกัดเชิงโครงสร้างและสภาพแวดล้อม (STRUC)	-.16	.08	-.14*	.77	1.31
ค่าคงที่	4.49**	.35			

หมายเหตุ. $R^2 = .02$, $F = 1.99$

* $p < .05$, ** $p < .01$

บทที่ 4

อภิปรายผล

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลของงานวิจัยเรื่อง “อิทธิพลของการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว และการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวในกลุ่มนักท่องเที่ยวสะพายเป้หญิง: บทบาทของการจัดการกับข้อจำกัดในฐานะตัวแปรส่งผ่าน และอิทธิพลกำกับของความมุ่งมั่นในตนเอง” ผู้วิจัยอภิปรายผลตามสมมติฐานแต่ละข้อได้ดังนี้

สมมติฐาน 1 การรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวมีอิทธิพลทางตรงกับพฤติกรรมการท่องเที่ยว

จากผลการวิเคราะห์พบว่า การรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวมีอิทธิพลทางตรงในทางลบต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 1

ผลการวิจัยข้างต้นสอดคล้องกับงานวิจัยของ Hung และ Petrick (2012) ที่ศึกษาพบว่าในกลุ่มของนักท่องเที่ยวเรือสำราญ (cruiser) นั้นการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวเรือสำราญส่งผลกระทบต่อความตั้งใจในการเข้าร่วมกิจกรรมการเล่นเรือสำราญอย่างมีนัยสำคัญ หมายความว่ายิ่งนักท่องเที่ยวรับรู้ถึงข้อจำกัดที่ตนเองต้องเผชิญในการท่องเที่ยวเล่นเรือสำราญมากเท่าใด ก็จะทำให้มีความตั้งใจที่จะไปท่องเที่ยวเล่นเรือสำราญน้อยลงเท่านั้น นอกจากนี้ผลการวิเคราะห์ยังเป็นไปในทิศทางเดียวกันกับงานวิจัยของ Kocak (2017) ที่ทำการศึกษาในกลุ่มนักศึกษา เกี่ยวกับการประกอบกิจกรรมกายบริหาร โดยพบว่า การรับรู้ถึงข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมนั้นมีความสัมพันธ์ทางลบต่อการเข้าร่วมกิจกรรมอย่างมีนัยสำคัญ กล่าวคือ หากบุคคลรับรู้ถึงข้อจำกัดในระดับสูงแล้วนั้น จะยิ่งลดระดับ หรือความถี่ในการเข้าร่วมกิจกรรมกายบริหารน้อยลง

จากผลการวิเคราะห์ในข้อนี้ สามารถอธิบายได้ว่านักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้หญิงชาวไทยนั้น เมื่อรับรู้ได้ว่าตนมีข้อจำกัดที่ต้องเผชิญเมื่อตัดสินใจจะไปท่องเที่ยวมากเท่าใด ก็จะทำให้มีพฤติกรรมท่องเที่ยวแบบสะพายเป้หญิงน้อยลงเท่านั้น เช่นเดียวกันกับนักท่องเที่ยวชาวจีนในการท่องเที่ยวศึกษาไวน์ (Wine tourism) (Gu, 2017) และการท่องเที่ยวของนักเรียนแลกเปลี่ยนในประเทศออสเตรเลีย (Xie & Ritchie, 2019)

สมมติฐาน 2 การรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวมีอิทธิพลทางอ้อมต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยว โดยมีการจัดการกับข้อจำกัด เป็นตัวแปรส่งผ่าน

นอกเหนือไปจากผลการวิเคราะห์ข้อมูลในการทดสอบสมมติฐานข้อแรกที่ได้แสดงถึงอิทธิพลทางตรงของการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวที่มีต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวแล้ว ในงานวิจัยนี้ยังพบอิทธิพลทางอ้อมของการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว ผ่านตัวแปรส่งผ่านคือ การจัดการกับข้อจำกัดไปยังพฤติกรรมการท่องเที่ยวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งจากผลการวิจัยนี้ **สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 2** และเป็นที่น่าสังเกตว่าการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวนั้นมีอิทธิพลทางตรงในทางลบกับพฤติกรรมการท่องเที่ยวอย่างมีนัยสำคัญ แต่เมื่อมีตัวแปรส่งผ่านการจัดการกับข้อจำกัดเข้ามา กลับทำให้อิทธิพลระหว่างการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว และพฤติกรรมการท่องเที่ยวจากที่เป็นทางลบ กลายเป็นทางบวกได้ แสดงให้เห็นว่าพฤติกรรมการท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้หญิง ชาวไทยนั้นสามารถอธิบายได้ภายใต้กรอบแนวความคิดกระบวนการจัดการกับข้อจำกัด (Constraint Negotiation Process) ของ Hubbard และ Mannell (2001) ที่ได้พัฒนากรอบแนวความคิดกระบวนการจัดการกับข้อจำกัดจากพื้นฐานความคิดว่า ถึงแม้การรับรู้ข้อจำกัดของบุคคลจะเป็นอุปสรรคต่อการประกอบกิจกรรมยามว่าง หรือพฤติกรรมในการท่องเที่ยว แต่นั่นก็ไม่ได้หมายความว่า การรับรู้ถึงข้อจำกัดจะเป็นการขัดขวางการเกิดพฤติกรรมไปเสียทั้งหมด ซึ่ง Hubbard และ Mannell ได้อธิบายว่าการเผชิญกับข้อจำกัดนั้นสามารถกระตุ้นให้เกิดความพยายามของบุคคลในการเอาชนะหรือจัดการกับข้อจำกัดที่ตนเองต้องเผชิญได้มากขึ้น และเมื่อบุคคลได้จัดการกับข้อจำกัดที่ตนเผชิญแล้ว จะส่งผลต่อไปให้เกิดพฤติกรรมที่เพิ่มขึ้นในที่สุด หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งคือ การรับรู้ข้อจำกัดนั้นส่งผลต่อพฤติกรรม หรือการประกอบกิจกรรมยามว่างได้ในสองรูปแบบ ได้แก่อิทธิพลทางตรง ในฐานะปัจจัยยับยั้ง และอิทธิพลทางอ้อมในฐานะปัจจัยส่งเสริม โดยผ่านการจัดการกับข้อจำกัด

การรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวของบุคคลสามารถอธิบายพฤติกรรมการท่องเที่ยว และการจัดการกับข้อจำกัดได้ตามที่กล่าวไว้ข้างต้น แสดงถึงความสัมพันธ์ของการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว และการจัดการกับข้อจำกัดในแง่มุมที่ว่า เมื่อนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้รับรู้ถึงข้อจำกัดที่ตนต้องเผชิญ จะเป็นการกระตุ้นให้เกิดการใช้กลยุทธ์ หรือวิธีการต่าง ๆ ในการแก้ปัญหา และเอาชนะข้อจำกัดนั้นจนสำเร็จ โดยยังมีข้อจำกัดที่รับรู้ได้มากเท่าใด บุคคลก็จะยิ่งใช้แสวงหาวิธีการในการจัดการกับข้อจำกัดมากขึ้นเท่านั้น และจากการที่การรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว สามารถอธิบายพฤติกรรมในการท่องเที่ยวได้โดยตรงนั้น แสดงให้เห็นว่าเมื่อบุคคลตัดสินใจจะเดินทางท่องเที่ยว การรับรู้ข้อจำกัดเป็นตัวแปรหนึ่งที่มีอิทธิพลทางลบโดยตรงกับพฤติกรรมที่จะเกิดขึ้น เป็นไปได้ว่าการที่บุคคลรับรู้ถึงข้อจำกัดมากเท่าใด เป็นการแสดงถึงอุปสรรค หรือความยากลำบากที่บุคคลนั้นต้องเผชิญ ทำให้เมื่อมีข้อจำกัดมากขึ้น ตัวบุคคลจึงรู้สึกว่าการประกอบกิจกรรมนั้นเป็นการ

ยากเกินไปสำหรับตนเอง ทำให้พฤติกรรมดังกล่าวไม่เกิดขึ้น หรือเกิดขึ้นน้อยลง แปรผันตามข้อจำกัดที่รับรู้ได้ (Jackson & Scott, 1999) นอกจากนี้ การเป็นตัวแปรส่งผ่านของการจัดการกับข้อจำกัด ในความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว และพฤติกรรมการท่องเที่ยวยังเป็นการบ่งบอกถึงการใช้กลไกการจัดการกับข้อจำกัดของกลุ่มตัวอย่างนักท่องเที่ยวแบบสหายเป่ ชาวไทยในกระบวนการตัดสินใจอีกด้วย (Wang และคณะ, 2018)

นอกจากนี้ ผลการวิจัยในครั้งนี้อย่างสอดคล้องกับงานของ Loucks-Atkinson และ Mannell (2007) ที่ได้ศึกษาและทดสอบโมเดลความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ข้อจำกัด การจัดการกับข้อจำกัด และการเข้าร่วมกิจกรรมยามว่างในกลุ่มตัวอย่างผู้ป่วยโรคปวดกล้ามเนื้อ และรายงานว่าการศึกษาค้นพบความสัมพันธ์ของการรับรู้ข้อจำกัดและการจัดการกับข้อจำกัดในทางบวก แสดงให้เห็นว่าในการตัดสินใจเข้าร่วมประกอบกิจกรรมยามว่างนั้น เมื่อผู้ป่วยรับรู้ หรือเผชิญกับข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมใด ๆ แล้ว จะเกิดการกระตุ้นให้บุคคลนั้นนำการจัดการกับข้อจำกัดมาใช้เพื่อแก้ปัญหา หรือเพื่อให้ข้อจำกัดที่ตนพบเจอนั้นคลี่คลายลง ซึ่งการจัดการกับข้อจำกัดนี้เองที่เป็นปัจจัยส่งผ่าน ช่วยลดอิทธิพลทางลบของการรับรู้ข้อจำกัดต่อพฤติกรรมเข้าร่วมกิจกรรมได้ ผลการศึกษานี้เป็นไปในลักษณะเช่นเดียวกันกับของวิจัยของ (Hubbard & Mannell, 2001) และสอดคล้องไปในทิศทางเดียวกับผลวิจัยในครั้งนีเช่นกัน

สมมติฐาน 3 การรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวมีอิทธิพลทางตรงกับพฤติกรรมการท่องเที่ยว

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลในการศึกษานี้ ไม่พบอิทธิพลทางตรงจากการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว ต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยว ดังนั้นผลการศึกษานี้จึงไม่สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 3

ผลการวิจัยนี้ไม่สอดคล้องกับงานวิจัยของ Lee (2009) ที่ศึกษาอิทธิพลของปัจจัยทางบวก คือการรับรู้ประโยชน์ ต่อพฤติกรรมการทำธุรกรรมออนไลน์ โดยพบว่า การรับรู้ประโยชน์ของการใช้บริการธุรกรรมออนไลน์นั้นมีอิทธิพลทางบวกกับเจตนาในการใช้บริการ อีกทั้งผลจากการวิเคราะห์ทางสถิติยังแสดงให้เห็นว่าการรับรู้ประโยชน์นั้นเป็นตัวแปรเชิงบวกสำคัญที่สามารถทำนายพฤติกรรมในการใช้ธุรกรรมออนไลน์ได้ดีที่สุด เมื่อเปรียบเทียบกับตัวแปรอื่น ๆ

นอกจากนั้น Shen และคณะ (2014) ได้ทำการศึกษากลุ่มนักท่องเที่ยวเล่นเรือ (cruiser) ด้วยวิธีการสัมภาษณ์เพื่อทราบถึงการรับรู้คุณค่าของการท่องเที่ยวรูปแบบนี้ในความคิดของนักท่องเที่ยวเอง และใช้แบบสอบถามประกอบ เพื่อนำมาวิเคราะห์ค่าสถิติและหาความสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร ซึ่งผลจากการศึกษานี้พบว่าการรับรู้คุณค่าของการท่องเที่ยวทางเรือในด้านต่าง ๆ ที่สำคัญ ได้แก่ ด้านอารมณ์และความรู้สึก ด้านสังคม และด้านการบริการ มีความสัมพันธ์ทางบวกกับความตั้งใจเชิงพฤติกรรมของนักท่องเที่ยวทางเรือ แสดงให้เห็นว่ายิ่งนักท่องเที่ยวมีการรับรู้ถึงคุณค่า

ของการท่องเที่ยวทางเรือทั้งสามด้านนั้นมากเพียงใด ก็จะมีแนวโน้มที่จะทำพฤติกรรมทางบวกที่เกี่ยวข้องการท่องเที่ยวมากขึ้นเท่านั้น แต่ต่างจากผลที่ได้จากงานวิจัยนี้ที่พบว่า การรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ของนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้หญิงชาวไทยนั้น ไม่ได้ส่งอิทธิพลต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวที่เกิดขึ้นอย่างมีนัยสำคัญ อาจเป็นไปได้เนื่องจากทำการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่ต่างกัน

อย่างไรก็ตามในการศึกษาของ Wang และคณะ (2018) ได้ผลการศึกษาที่เป็นไปในทิศทางที่คล้ายคลึงกันกับการศึกษานี้โดยได้ทำการศึกษาในกลุ่มของนักท่องเที่ยวชาวจีน และพบว่า การรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวชาวจีน ไม่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวกลุ่มนี้อย่างมีนัยสำคัญ สื่อถึงการที่นักท่องเที่ยวกลุ่มนี้ไม่มีการใช้กลไกการประมวลถึงประโยชน์โดยตรง (direct benefits-driven mechanism) เพื่อก่อให้เกิดพฤติกรรมการท่องเที่ยวขึ้น

ผลการวิจัยครั้งนี้ไม่เป็นไปตามแนวความคิดของ Zeng และ Ma (2011) ที่เสนอว่าการรับรู้ประโยชน์ของการประกอบกิจกรรม หรือสินค้า และบริการใด ๆ ก็ตามนั้นจะสามารถนำไปสู่พฤติกรรมการใช้ที่เกิดขึ้นจริง หรือพฤติกรรมอื่น ๆ ที่เกี่ยวกับผู้บริโภคได้ ซึ่งเป็นไปทิศทางเดียวกับการศึกษาของ Gitelson และ Kerstetter (1990) ซึ่งพบว่า การรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวก่อให้เกิดความผูกพันและการมีส่วนร่วมในการท่องเที่ยว และยังส่งผลต่อระยะเวลาที่บุคคลใช้ในการท่องเที่ยวครั้งหนึ่ง และความถี่ในการท่องเที่ยวของบุคคลอีกด้วย ซึ่งการที่ผลในครั้งนี้ไม่เป็นไปตามแนวคิดดังกล่าวนั้น อาจมีปัจจัยมาจากลักษณะของกลุ่มตัวอย่างที่ใช้ศึกษา คือ นักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้หญิง ชาวไทย โดยเป็นไปได้ว่าผู้เข้าร่วมการวิจัยนี้ เป็นนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ที่ได้ออกเดินทางท่องเที่ยวอยู่เป็นประจำ จนกระทั่งการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้นั้นรวมเข้ากันกับอัตลักษณ์ส่วนตัวอื่น ๆ กล่าวคือ นักท่องเที่ยวเหล่านี้เกิดการนิยามตนเองว่าเป็นนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ และให้คำนิยามนี้เป็นหนึ่งในการให้ความหมายตัวตนของตนเอง จนกระทั่งการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวนั้นไม่ได้มีผลต่อการท่องเที่ยวแต่อย่างใด ดังนั้นตัวแปรที่น่าจะมีความเกี่ยวข้อง หรือมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวได้ อาจจะเป็นตัวแปรความเกี่ยวพันในตนเอง (ego involvement) อันเป็นตัวแปรที่หมายถึง ความเกี่ยวพัน หรือความผูกพันส่วนตัวของแต่ละบุคคลต่อกิจกรรม กีฬาหรือ สินค้าบางอย่าง โดยความเกี่ยวพันในตนเองนี้เป็นตัวแปรที่ได้รับการศึกษาว่ามีความสัมพันธ์ทั้งต่อตัวบุคคลทั้งในเชิงทางสังคม และส่วนบุคคล มากไปกว่าแรงจูงใจ (motivation) อีกทั้งยังพบว่าความเกี่ยวพันในตนเองยังมีความสัมพันธ์ทางบวกกับความถี่ในการประกอบกิจกรรมยามว่างของบุคคลอีกด้วย (Wood, 2011)

สมมติฐาน 4 การรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวมีอิทธิพลทางอ้อมต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยว โดยมีการจัดการกับข้อจำกัดเป็นตัวแปรส่งผ่าน

ผลการวิจัยนี้ไม่พบอิทธิพลทางอ้อมของการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวผ่านตัวแปรส่งผ่านคือ การจัดการกับข้อจำกัด ไปยังพฤติกรรมการท่องเที่ยว เนื่องจากเมื่อพิจารณาความสัมพันธ์ของการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว และการจัดการกับข้อจำกัดแล้ว ไม่พบความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ กล่าวคือ การรับรู้ประโยชน์ในการท่องเที่ยว ไม่มีอิทธิพลต่อการจัดการกับข้อจำกัดของบุคคล ดังนั้นผลการวิเคราะห์นี้จึงไม่สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 4

การนำตัวแปร การจัดการกับข้อจำกัด มาเป็นตัวแปรส่งผ่านในความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวและพฤติกรรมการท่องเที่ยว นั้น เนื่องจากในการศึกษาของ Wang และคณะ (2018) พบว่านักท่องเที่ยวมีการใช้กลวิธีในการจัดการกับข้อจำกัดในกระบวนการตัดสินใจท่องเที่ยว และการรับรู้ถึงประโยชน์จากการท่องเที่ยวส่งผลทางบวกต่อการจัดการกับข้อจำกัด ซึ่งส่งผลทางบวกต่อไปยังพฤติกรรมการท่องเที่ยวในที่สุด แสดงให้เห็นว่าการจัดการกับข้อจำกัดนั้นเป็นตัวแปรส่งผ่านในความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ประโยชน์ในการท่องเที่ยว และพฤติกรรมการท่องเที่ยว แต่ในทางกลับกัน ผลการศึกษานี้ไม่ได้เป็นไปตามผลการศึกษาของ Wang และคณะ ตามที่กล่าวไปข้างต้น โดยผลการวิจัยจากการศึกษานี้ไม่พบว่าการรับรู้ประโยชน์ในการท่องเที่ยวมีอิทธิพลต่อการจัดการกับข้อจำกัดในกลุ่มนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้หญิงชาวไทย

นอกจากนี้ผลการวิจัยนี้ยังไม่สอดคล้องกับผลจากงานวิจัยของ Shu (2014) ที่ทำการศึกษารับรู้ประโยชน์และผลพลอยได้ในกลุ่มของผู้เข้าร่วมชมการแข่งขันกีฬาเบสบอล พบว่าประโยชน์ในด้านความสนุกสนานเพลิดเพลินที่ได้จากการเข้าชมกีฬาเบสบอลนั้น ความสัมพันธ์ทางบวกกับการจัดการกับข้อจำกัดที่อาจต้องเผชิญในการตัดสินใจเข้าร่วมการเข้าชม แสดงให้เห็นว่าระดับของการรับรู้ถึงประโยชน์ที่ตนจะได้จากการประกอบกิจกรรม ซึ่งในที่นี้คือการเข้าร่วมชมกีฬาเบสบอล มีผลต่อการจัดการกับข้อจำกัด ยิ่งรับรู้ถึงประโยชน์มากเท่าใด ก็จะใช้ความพยายามในการเอาชนะข้อจำกัดมากขึ้นเท่านั้น ซึ่งได้ผลในลักษณะเดียวกันกับการศึกษาโดย Alexandris และคณะ (2007) ที่ทำการศึกษาในกลุ่มนักสกีมือสมัครเล่นชาวกรีซ

จากการที่ผลวิเคราะห์ในงานวิจัยชิ้นนี้ ไม่พบอิทธิพลระหว่างการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวต่อการจัดการกับข้อจำกัด ไม่ว่าจะเป็นประโยชน์รายด้านใดก็ตามนั้น เป็นไปได้ว่ากลุ่มตัวอย่าง คือ นักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้หญิงชาวไทย เป็นกลุ่มที่มีพฤติกรรมท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ยู่ค่อนข้างเป็นประจำอยู่แล้ว การรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวจึงไม่มีส่วนเสริมให้เกิดการจัดการกับข้อจำกัดที่มากขึ้น อย่างไรก็ตาม ในการศึกษาของ Miao (2016) ได้ศึกษาการใช้สื่อสังคมออนไลน์ (social media) ในฐานะแหล่งที่สามารถก่อให้เกิดการจัดการกับข้อจำกัดได้ โดยจาก

การศึกษานี้ ได้เสนอแนวคิดว่า ผู้คนในยุคปัจจุบันใช้เวลาส่วนใหญ่บนโลกออนไลน์ ซึ่งพบว่าสังคมออนไลน์สามารถนำมาซึ่งกระบวนการจัดการกับข้อจำกัด ที่ทำให้พฤติกรรมประกอบกิจกรรมใด ๆ เพิ่มขึ้นได้ จากการที่บุคคลสามารถติดต่อสื่อสาร แลกเปลี่ยนประสบการณ์กับคนที่มีความสนใจคล้ายกัน และยังเป็นพื้นที่ให้กับกลุ่มผู้ที่ชื่นชอบในกิจกรรมที่อาจจะไม่ได้รับความนิยมนัก ได้มาปฏิบัติสัมพันธ์ แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ดังนั้นจึงเป็นไปได้ว่าการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวโดยมาจากสังคมออนไลน์นั้น น่าจะมีอิทธิพลต่อการจัดการกับข้อจำกัดได้มากขึ้น

สมมติฐาน 5 ความมุ่งมั่นในตนเองมีอิทธิพลกำกับในความสัมพันธ์ระหว่างการจัดการกับข้อจำกัด และพฤติกรรมการท่องเที่ยว

ผลการวิจัยครั้งนี้ **ไม่สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 5** คือ ความมุ่งมั่นในตนเอง ไม่ได้เป็นตัวแปรกำกับในความสัมพันธ์ระหว่างการจัดการกับข้อจำกัด และพฤติกรรมการท่องเที่ยว

ในการนำตัวแปรความมุ่งมั่นในตนเองมาทำการทดสอบการเป็นตัวแปรกำกับในความสัมพันธ์ระหว่างการจัดการกับข้อจำกัด และพฤติกรรมการท่องเที่ยวในงานวิจัยนี้ มีเหตุผลมาจากในงานของ Doran (2016) ได้รายงานไว้สำหรับนักท่องเที่ยวหญิงบางคน การมีแรงจูงใจและความหลงใหลในการท่องเที่ยวเชิงผจญภัย ซึ่งจัดเป็นรูปแบบหนึ่งของความมุ่งมั่นในตนเอง สามารถทำหน้าที่เป็นกลยุทธ์หนึ่งที่ใช้ในการจัดการกับข้อจำกัดได้ เช่น การที่ผู้หญิงมีความมุ่งมั่นและตั้งใจที่จะเดินทางตามความปรารถนาของตนเอง จะเป็นตัวช่วยหนึ่งที่ทำให้สามารถเอาชนะข้อจำกัดทั้งที่เป็นข้อจำกัดส่วนบุคคลหรือข้อจำกัดที่เกี่ยวข้องกับบรรทัดฐานทางสังคมได้ กล่าวได้ว่าความมุ่งมั่นในตนเอง เป็นตัวแปรที่สามารถช่วยให้บุคคลสามารถเอาชนะอุปสรรคปัญหา หรือจัดการกับข้อจำกัดที่ตนเองเจอได้ ยิ่งบุคคลมีความมุ่งมั่นในตนเองมากเท่าใด จะยิ่งทำให้บุคคลนั้นมีการนำกลยุทธ์ในการแก้ปัญหามาใช้ เพื่อให้ตนเองสามารถไปสู่พฤติกรรมที่ตนเองพึงประสงค์ได้ในที่สุด

ผลการวิจัยในการศึกษานี้ ไม่สอดคล้องกับการศึกษาของ Cerasoli และคณะ (2014) ที่ได้ศึกษาอิทธิพลของความมุ่งมั่นในตนเองต่อสมรรถภาพในการทำงาน โดยพบว่าความมุ่งมั่นในตนเองมีอิทธิพลช่วยเสริมสร้างคุณภาพในการทำงาน และยังเป็นปัจจัยส่งเสริมความตั้งใจในการมุ่งสู่เป้าหมาย กล่าวคือ เมื่อบุคคลมีความมุ่งมั่นในตนเองสูง และเลือกกระทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งด้วยแรงจูงใจภายในของตนเอง บุคคลนั้นจะมีแนวโน้มที่จะใช้ความตั้งใจ และความมุ่งมั่นที่จะไปสู่เป้าหมายที่ตนวาดหวังไว้มากกว่าบุคคลที่มีความมุ่งมั่นในตนเองต่ำ ซึ่งเป็นไปเป็นในทิศทางเดียวกันกับงานของ Zhang และคณะ (2017b) ที่ศึกษาความมุ่งมั่นในตนเองในบริบทของการประกอบกิจกรรมยามว่าง และการท่องเที่ยวของผู้พิการทางการเคลื่อนไหว พบว่าความมุ่งมั่นในตนเองนั้นเป็นเครื่องมือหนึ่งที่ช่วยให้เกิดความพยายามในผู้พิการทางการเคลื่อนไหวให้มีแรงกระตุ้น และแรงจูงใจที่จะออกเดินทาง

ท่องเที่ยว แม้ต้องเผชิญกับข้อจำกัด หรืออุปสรรคในการท่องเที่ยวก็ตาม กล่าวคือบุคคลจะมีแนวโน้มที่จะมีความตั้งใจ และยืนยันความต้องการท่องเที่ยวของตนเองเมื่อบุคคลนั้นมีระดับความมุ่งมั่นในตนเองสูง คือเป็นบุคคลที่ตัดสินใจในเรื่องบางอย่างด้วยตนเองอย่างอิสระ และมีแรงจูงใจภายในมากกว่าบุคคลที่มีความมุ่งมั่นในตนเองต่ำ หรืออาจตัดสินใจทำไปเพียงเพราะต้องการรางวัล หรือผลลัพธ์ภายนอก

อย่างไรก็ตาม การที่ความมุ่งมั่นในตนเองไม่ได้กำกับอิทธิพลของการจัดการกับข้อจำกัด และพฤติกรรมการท่องเที่ยวในงานวิจัยนี้ อาจเป็นเพราะปัจจัยแทรกซ้อนเกี่ยวกับกลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยที่เป็นนักท่องเที่ยวหญิง ชาวไทย โดยเป็นไปได้ว่า อาจจะมีปัจจัยเรื่องของการตีความตัวตน (self-construal) ของบุคคลเข้ามาเกี่ยวข้องได้ โดยคนไทยอาศัยอยู่ในสังคมที่มีรูปแบบเป็นกลุ่มนิยม (collectivism) คือให้ความสำคัญกับส่วนรวมมากกว่าที่จะให้ความสำคัญกับตนเอง ซึ่งประเทศส่วนใหญ่ในเอเชียก็มีลักษณะของมิติทางวัฒนธรรมในรูปแบบที่คล้ายกัน โดยคนที่อยู่ในสังคมกลุ่มนิยมนั้นส่วนใหญ่ก็มีอัตมโนทัศน์ที่ขึ้นกับผู้อื่น ซึ่งให้ความสำคัญกับความสัมพันธ์ระหว่างกันในสังคม ความเป็นห่วงเป็นใยซึ่งกันและกัน และการคล้อยตามบรรทัดฐานทางสังคม ซึ่งมีลักษณะต่างกับผู้คนในตะวันตกที่อยู่ในสังคมแบบปัจเจกนิยม (individualism) ซึ่งมีอัตมโนทัศน์ที่ขึ้นกับตนเอง ให้ความสำคัญกับเสรีภาพของตนเอง และมีการกำหนดการกระทำด้วยตนเอง (Neff, Pisitsungkagarn, & Hsieh, 2008) ด้วยเหตุนี้ ความมุ่งมั่นในตนเอง ซึ่งนับได้ว่าเป็นปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับความเป็นปัจเจกบุคคล จึงไม่ส่งอิทธิพลต่อการตัดสินใจแก้ปัญหา หรือการจัดการกับข้อจำกัดในกลุ่มของนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้หญิง ชาวไทย ซึ่งเป็นกลุ่มที่อาจมีการตัดสินใจในการแก้ปัญหาที่ต้องคำนึงถึงผู้อื่น มากกว่าที่จะเป็นการกระทำที่มาจากการตัดสินใจของตนเอง ดังนั้นตัวแปรที่น่าจะมีความเกี่ยวข้องกับบริบทไทยมากกว่าอาจเป็นตัวแปรแรงสนับสนุนทางสังคม (social support) ดังที่ในงานวิจัยของ Brown, Brown, Miller, และ Hansen (2001) อธิบายว่า การได้รับการสนับสนุนทางสังคม ไม่ว่าจะเป็นจากคู่รัก ครอบครัว หรือเพื่อน เป็นปัจจัยสำคัญที่มีอิทธิพลต่อการจัดการกับข้อจำกัดของผู้หญิง กล่าวคือ การได้รับการสนับสนุนทางสังคมสูง จะทำให้เกิดการจัดการกับข้อจำกัดมากกว่าบุคคลที่ได้รับการสนับสนุนต่ำกว่า ซึ่งจะส่งผลต่อไปยังพฤติกรรมการเข้าร่วมกิจกรรมยามว่างได้

นอกจากในเรื่องของการตีความตัวตนของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นชาวไทยทั้งหมดแล้ว การที่ความมุ่งมั่นในตนเองไม่มีอิทธิพลกำกับความสัมพันธ์ระหว่างการจัดการกับข้อจำกัด และพฤติกรรมการท่องเที่ยว นั้น เป็นไปได้ว่าอาจเป็นผลมาจากการที่ความมุ่งมั่นในตนเองของกลุ่มตัวอย่าง ไม่ได้เป็นปัจจัยสำคัญในกระบวนการแก้ปัญหา หรือกระบวนการตัดสินใจ หากแต่ตัวแปรที่น่าจะมีผลมากกว่า คือ การรับรู้ความสามารถของตนเอง (self-efficacy) ซึ่งหมายถึง ความมั่นใจในความสามารถของบุคคลในการกระทำบางสิ่งบางอย่าง มั่นใจว่าตนจะสามารถบรรลุผลไปได้อย่างสำเร็จ โดยในงานของ

Hung และ Petrick (2012) ได้ศึกษาพบว่า การรับรู้ความสามารถในตนเองเป็นหนึ่งในปัจจัยสำคัญของการจัดการกับข้อจำกัดได้อย่างสำเร็จ โดยพบว่าเมื่อบุคคลมีความมั่นใจในความสามารถของตนเองในการจัดการกับปัญหา มาก จะทำให้เกิดแรงจูงใจในตนเองในการพยายามจัดการกับข้อจำกัดหรือปัญหาต่าง ๆ ซึ่งสามารถส่งผลต่อไปยังพฤติกรรมที่เพิ่มขึ้น (Hung & Petrick, 2012)

การวิจัยครั้งนี้สรุปได้ว่า พฤติกรรมการท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้หญิงชาวไทยนั้นได้รับอิทธิพลมาจากปัจจัยในเรื่องของการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว ซึ่งมีอิทธิพลทางตรงในทางลบต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยว กล่าวคือ การที่บุคคลรับรู้ถึงข้อจำกัดที่ตนต้องเผชิญในการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ในระดับที่สูงเท่าใด ก็จะส่งผลให้พฤติกรรมการท่องเที่ยวน้อยลงเท่านั้น หรืออาจไม่เกิดขึ้นเลย แต่ขณะเดียวกันการรับรู้ข้อจำกัดของบุคคลก็มีอิทธิพลทางอ้อมผ่านตัวแปรส่งผ่านการจัดการกับข้อจำกัด โดยการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวนั้น มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการจัดการกับข้อจำกัด คือเมื่อบุคคลมีการรับรู้ถึงข้อจำกัดมากเท่าใด ก็จะทำให้บุคคลเกิดการใช้กลวิธีการจัดการกับข้อจำกัดมากขึ้นตามไปด้วย และการจัดการกับข้อจำกัดก็จะส่งผลต่อไปในทางบวกต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยว ทำให้บุคคลมีพฤติกรรมการท่องเที่ยวเพิ่มขึ้นตามระดับของการจัดการกับข้อจำกัดของบุคคลนั้น อีกทั้ง เมื่อพิจารณาผลการวิเคราะห์การเป็นตัวแปรกำกับของความมุ่งมั่นในตนเองแล้ว ไม่พบว่าความมุ่งมั่นในตนเองมีอิทธิพลในการกำกับความสัมพันธ์ระหว่างการจัดการกับข้อจำกัดและพฤติกรรมการท่องเที่ยว ซึ่งอาจเกิดขึ้นจากลักษณะทางประชากรของกลุ่มตัวอย่างที่เป็นคนไทยทั้งหมด และสังคมไทยถูกจัดเป็นสังคมแบบกลุ่มนิยม (collectivism) ดังนั้นความมุ่งมั่นในตนเองซึ่งเป็นตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับความเป็นปัจเจกจึงไม่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยว นอกจากนี้ในการศึกษานี้ไม่พบว่าการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวมีอิทธิพลต่อการจัดการกับข้อจำกัด และพฤติกรรมการท่องเที่ยว ซึ่งเป็นผลที่แตกต่างจากการศึกษาที่ผ่านมา ผู้วิจัยสันนิษฐานว่า อาจเกิดจากลักษณะของกลุ่มตัวอย่างดังที่อภิปรายไปในข้างต้น

บทที่ 5

สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาอิทธิพลของการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว และการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยว โดยมีการจัดการกับข้อจำกัดเป็นตัวแปรส่งผ่าน และเพื่อศึกษาถึงอิทธิพลกำกับของความมุ่งมั่นในตนเองในความสัมพันธ์ระหว่างการจัดการกับข้อจำกัด และพฤติกรรมการท่องเที่ยวในกลุ่มนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้หญิง ชาวไทย

สมมติฐานการวิจัย

1. การรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวมีอิทธิพลทางตรงกับพฤติกรรมการท่องเที่ยว
2. การรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวมีอิทธิพลทางอ้อมต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยว โดยมีการจัดการกับข้อจำกัดเป็นตัวแปรส่งผ่าน
3. การรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวมีอิทธิพลทางตรงกับพฤติกรรมการท่องเที่ยว
4. การรับรู้ประโยชน์จากการท่องเที่ยวมีอิทธิพลทางอ้อมต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยว โดยมีการจัดการกับข้อจำกัดเป็นตัวแปรส่งผ่าน
5. ความมุ่งมั่นในตนเองมีอิทธิพลกำกับในความสัมพันธ์ระหว่างการจัดการกับข้อจำกัด และพฤติกรรมการท่องเที่ยว

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษา

นักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้เพศหญิง ชาวไทย ที่กำลังท่องเที่ยวและพักอยู่ใน กรุงเทพมหานคร เชียงใหม่ และภูเก็ต ในช่วงเดือนธันวาคม 2561 ถึง เดือนมกราคม 2562 จำนวนทั้งหมด 283 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบไปด้วย มาตรฐานการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว มาตรฐานการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว มาตรฐานการจัดการกับข้อจำกัด มาตรฐานพฤติกรรมกรรมการท่องเที่ยว และมาตรฐานความมุ่งมั่นในตนเอง

1. มาตรฐานการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว พัฒนาขึ้นโดยประยุกต์จากมาตรฐานข้อจำกัดในการท่องเที่ยวเชิงนิเวศ: การขี่ม้า และการล่องแก่ง ที่ได้รับการพัฒนาขึ้นโดย Nyaupane, Morais, และ Graefe (2004) ประกอบกับมาตรฐานข้อจำกัดในการท่องเที่ยวล่องเรือ จากการพัฒนาของ Hung และ Petrick (2010) มีจำนวนข้อกระทงทั้งหมด 9 ข้อ มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) เท่ากับ .734
2. มาตรฐานการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว พัฒนาขึ้นโดยอ้างอิงจากมาตรฐานการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวที่พัฒนาขึ้นในงานของ Chen และ Petrick (2016) มีจำนวนข้อกระทงทั้งหมด 12 ข้อ ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) เท่ากับ .890
3. มาตรฐานการจัดการกับข้อจำกัด พัฒนาโดยอ้างอิงจากมาตรฐานการจัดการกับข้อจำกัดในการประกอบกิจกรรมยามว่างของ Hubbard และ Mannell (2001) และมาตรฐานการจัดการกับข้อจำกัดในการเล่นสกีที่ได้รับการพัฒนาโดย Alexandris และคณะ (2007) ประกอบไปด้วยข้อกระทงจำนวนทั้งหมด 11 ข้อ มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) เท่ากับ .794
4. มาตรฐานพฤติกรรมกรรมการท่องเที่ยว ประยุกต์ใช้จากมาตรฐานพฤติกรรมกรรมการท่องเที่ยว (Travel behavior scale) ที่ได้รับการพัฒนาขึ้นโดย Kerstetter, Confer, และ Graefe (2001) ซึ่งประกอบไปด้วยข้อกระทงจำนวน 3 ข้อที่ถามถึงความถี่ในการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ของผู้ตอบแบบสอบถาม
5. มาตรฐานความมุ่งมั่นในตนเอง ผู้วิจัยนำมาตราวัดความมุ่งมั่นในตนเอง (Self-Determination Scale) จากการพัฒนาของ Sheldon และ Deci (1993) มาแปลเป็นภาษาไทย โดยประกอบไปด้วยคำถามจำนวนทั้งหมด 10 ข้อ มีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's Alpha Coefficient) เท่ากับ .834

ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล

ขั้นเตรียมการ

1. ผู้วิจัยทำจดหมายขอเก็บรวบรวมข้อมูลถึงเจ้าของกิจการโฮสเทลแต่ละแห่งที่จะเข้าไปเก็บข้อมูล โดยจะทำการชี้แจงรายละเอียดการวิจัย และขออนุญาตดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล
2. ผู้วิจัยเตรียมผู้ช่วยวิจัย ซึ่งจะเป็นนิสิต นักศึกษา จำนวน 15 คน ทำหน้าที่ช่วยผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลในสถานที่โฮสเทลต่าง ๆ ซึ่งผู้ช่วยวิจัยจะได้รับการอบรมเกี่ยวกับการเก็บข้อมูล อธิบายขั้นตอนวิธีการในการเก็บข้อมูล โดยเริ่มตั้งแต่การแนะนำตัว การชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่างโดยให้กลุ่มตัวอย่างอ่านใบข้อมูลสำหรับประชากร ตัวอย่างเพื่อขอความร่วมมือในการวิจัย วิธีการเก็บข้อมูลโดยใช้เครื่องมือที่จะใช้ในการเก็บข้อมูล เพื่อให้ผู้ช่วยวิจัยมีความเข้าใจในเครื่องมือถูกต้องตรงกับผู้วิจัย
3. ผู้วิจัยนัดหมายวันและเวลากับผู้ช่วยวิจัย เพื่อลงเก็บรวบรวมข้อมูลจริง

ขั้นดำเนินการ

1. ผู้วิจัย และผู้ช่วยวิจัยเริ่มดำเนินการเก็บข้อมูลกับนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้เพศหญิง ชาวไทย ที่กำลังท่องเที่ยวและพักอยู่ในโฮสเทลบริเวณกรุงเทพมหานคร เชียงใหม่ และภูเก็ต โดยทำการแนะนำตนเอง ชี้แจงรายละเอียดเกี่ยวกับงานวิจัยอธิบายวัตถุประสงค์ของการวิจัย และขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล เพื่อขอความร่วมมือในการทำวิจัย พร้อมทั้งแจ้งการพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่างในการเข้าร่วมการวิจัย และขอความยินยอมในการร่วมการวิจัย จากนั้นจึงให้แบบสอบถามแก่ผู้ที่สมัครใจเข้าร่วมการวิจัย โดยจะใช้เวลาทำประมาณ 10-15 นาทีต่อชุด
2. หลังจากผู้เข้าร่วมการวิจัย ได้ทำการกรอกแบบสอบถามจนสมบูรณ์แล้ว จึงกล่าวขอบคุณ และมอบของที่ระลึกเพื่อเป็นการตอบแทนน้ำใจแก่ผู้เข้าร่วมการวิจัย

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยโปรแกรม PROCESS Macro ใน SPSS เพื่อศึกษาอิทธิพลของการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว และการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวโดยมีการจัดการกับข้อจำกัด เป็นตัวแปรส่งผ่าน รวมถึงมีอิทธิพลกำกับของความมุ่งมั่นในตนเอง

ผลการวิจัย

1. ผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า การรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวสามารถทำนายพฤติกรรมการท่องเที่ยวได้ในทางลบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คือยิ่งมีระดับการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวมาก ก็จะมีพฤติกรรมการท่องเที่ยวที่น้อยลง ดังนั้นการวิจัยนี้สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 1
2. การทดสอบอิทธิพลส่งผ่านของตัวแปรการจัดการกับข้อจำกัด พบว่าเป็นตัวแปรส่งผ่านระหว่างการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว และพฤติกรรมการท่องเที่ยว ผลการวิเคราะห์จึงสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 2
3. การรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวไม่สามารถทำนายพฤติกรรมการท่องเที่ยวได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้นจึงไม่สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 3
4. การทดสอบอิทธิพลส่งผ่านของตัวแปรการจัดการกับข้อจำกัด พบว่าการจัดการกับข้อจำกัดไม่มีอิทธิพลส่งผ่านระหว่างการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว และพฤติกรรมการท่องเที่ยว เนื่องจากการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว และพฤติกรรมการท่องเที่ยว ไม่มีความสัมพันธ์ต่อกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ อีกทั้งยังพบว่าการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยวไม่มีความสัมพันธ์ต่อการจัดการกับข้อจำกัดอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้นจึงไม่สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 4
5. ความมุ่งมั่นในตนเอง ไม่มีอิทธิพลก้ำกั้ระหว่าง การจัดการกับข้อจำกัด และพฤติกรรมการท่องเที่ยว ผลการศึกษาจึงไม่สนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 5

ข้อจำกัดและข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยในอนาคต

งานวิจัยนี้มีข้อจำกัดในเรื่องปัญหาในการเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่าง รวมไปถึงข้อจำกัดและอุปสรรคในการทำวิจัย โดยผู้วิจัยได้แจกแจงรายละเอียดของข้อจำกัดในการศึกษาครั้งนี้ และได้ข้อเสนอแนะเพื่อเป็นแนวทางแก่งานวิจัยที่อาจเกิดขึ้นในอนาคต

งานวิจัยนี้มีข้อจำกัดในการเก็บข้อมูล ที่ทำให้ข้อมูลที่ได้มามีความหลากหลายไม่มากพอ เนื่องจากระยะเวลาที่ใช้ในการเก็บข้อมูลและงบประมาณค่อนข้างจำกัด ทำให้ผู้วิจัยไม่สามารถเก็บข้อมูลได้จากหลายพื้นที่ จำเป็นต้องเลือกเฉพาะจังหวัดที่คาดว่าจะมีนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้เป็นจำนวนมาก และเก็บได้เฉพาะนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ที่ท่องเที่ยวในประเทศไทยเท่านั้น ดังนั้นการเก็บข้อมูลในอนาคตควรพิจารณาเลือกใช้วิธีการแบบ Multi-model process คือใช้วิธีการหลาย ๆ วิธีประกอบกัน เช่น เก็บข้อมูลด้วยการลงพื้นที่ ประกอบกับการกระจายแบบสอบถามออนไลน์ไปใน

กลุ่มของนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ร่วมด้วย เพื่อให้ได้ข้อมูลจากผู้ตอบแบบสอบถามที่ทั่วถึงและมีความหลากหลายมากขึ้น อีกทั้งกลุ่มตัวอย่างในงานวิจัยนี้คือกลุ่มนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้หญิงชาวไทยเท่านั้น การศึกษาด้วยวิธีการเปรียบเทียบระหว่างกลุ่ม เช่น กลุ่มเพศชายและเพศหญิง หรือกลุ่มที่เป็นนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้และกลุ่มที่ไม่เคยท่องเที่ยวแบบสะพายเป้มาก่อน อาจจะทำให้ผลที่ได้จากการศึกษามีความชัดเจน และเห็นความแตกต่างได้ดีมากขึ้น

นอกจากนั้นในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยเลือกใช้คำนิยามของนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ คือนักท่องเที่ยวที่พักอาศัยในโฮสเทล และมีการใช้กระเป๋าเป้ ประกอบการเดินทาง ซึ่งเป็นคำนิยามที่นิยมใช้อย่างแพร่หลายในงานวิจัยเกี่ยวกับนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ แต่ในปัจจุบันรูปแบบของโฮสเทลมีการเปลี่ยนแปลงไป โฮสเทลบางแห่งไม่ได้เป็นที่พักที่สร้างขึ้นสำหรับนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้เพียงเท่านั้น ทำให้กลุ่มตัวอย่างที่ได้มาอาจไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะที่ต้องการศึกษาอย่างแท้จริง งานวิจัยในอนาคตควรทำการศึกษาเพื่อกำหนดคำนิยามของนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ให้มีความแม่นยำ และตรงกับจุดประสงค์ของงานวิจัยให้มากขึ้นกว่าเดิม และในเรื่องของการวัดพฤติกรรมการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ในงานวิจัยนี้ วัดเพียงความถี่ในการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ ซึ่งอาจยังไม่ครอบคลุมพฤติกรรมเกี่ยวกับการท่องเที่ยวเท่าที่ควร ดังนั้นงานวิจัยในอนาคตอาจเพิ่มตัวแปรเกี่ยวกับพฤติกรรมการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้อื่น ๆ เช่น ระยะเวลาที่ใช้ในการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ (จำนวนวันต่อครั้ง) หรืองบประมาณที่ใช้ในการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ เป็นต้น

จากผลการวิจัยที่ไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างการรับรู้ประโยชน์ในการท่องเที่ยว การจัดการกับข้อจำกัด และพฤติกรรมในการท่องเที่ยวนั้น มีความเป็นไปได้ว่าอาจมีปัจจัยอื่น ๆ ที่มีอิทธิพล ซึ่งอาจถูกมองข้ามไป เช่น การรับรู้ความสามารถในตนเอง (self-efficacy) ความเกี่ยวพันในตนเอง (ego involvement) หรือลักษณะบุคลิกภาพบางอย่าง ฉะนั้นงานวิจัยที่ทำการศึกษาในเรื่องนี้ควรเพิ่มตัวแปรเหล่านี้ในการศึกษา เพื่อให้ทราบถึงอิทธิพลจากตัวแปรอื่นที่มีต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวได้ชัดเจนยิ่งขึ้น

การศึกษาถึงข้อจำกัดในการท่องเที่ยว หรือการประกอบกิจกรรมยามว่าง และการจัดการกับข้อจำกัดนั้น ยังไม่ได้รับการศึกษามากนักในวรรณกรรมของไทย งานวิจัยที่เกิดขึ้นต่อไปควรนำโมเดลที่ใช้ในการวิจัยนี้ไปทดสอบในกลุ่มตัวอย่างที่แตกต่างกันออกไป เพื่อเป็นการทำความเข้าใจถึงพฤติกรรมของผู้บริโภค หรือนักท่องเที่ยวให้ครอบคลุมในกลุ่มตัวอย่างที่หลากหลาย และเป็นแนวทางในการพัฒนาวิธีการที่จะตอบสนองความต้องการของนักท่องเที่ยวได้อย่างตรงจุด

ข้อเสนอแนะเพื่อนำผลวิจัยไปประยุกต์ใช้

การท่องเที่ยวในปัจจุบัน นับว่าเป็นหนึ่งในกิจกรรมที่ได้รับความนิยมเพิ่มสูงขึ้น เนื่องมาจากการพัฒนาทางด้านการคมนาคม ที่ทำให้การเข้าถึงสถานที่ท่องเที่ยวต่าง ๆ เป็นไปได้ง่ายตายมากขึ้น และผู้คนในปัจจุบันให้ความสำคัญกับการออกไปหาประสบการณ์ชีวิต มากกว่าการลงทุนกับทรัพย์สิน อีกทั้งการท่องเที่ยวยังเป็นปัจจัยที่สามารถเสริมสร้างสุขภาพร่างกาย และทางจิตใจที่ดีให้แก่ผู้ที่ออกเดินทางท่องเที่ยวได้ มากไปกว่านั้นการท่องเที่ยวยังถือเป็นโครงสร้างขนาดใหญ่ที่ไม่ได้เกี่ยวข้องกับอุตสาหกรรมการท่องเที่ยวอย่างเดียวเท่านั้น แต่ยังเกี่ยวข้องกับอีกหลายส่วนของประเทศอย่างมีนัยสำคัญ ดังนั้นการสนับสนุนการท่องเที่ยวจึงไม่เพียงแต่ก่อให้เกิดประโยชน์แก่ตัวบุคคล แต่ยังสามารถนำไปสู่การพัฒนาประเทศในด้านอื่น ๆ ได้ และประเทศไทยเป็นแหล่งทรัพยากร ไม่ว่าจะในด้านที่พัก หรือด้านสถานที่ท่องเที่ยวมากมายที่สามารถดึงดูดนักท่องเที่ยว โดยเฉพาะนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ได้เป็นอย่างดี จนได้รับการจัดอันดับให้เป็นหนึ่งในประเทศยอดนิยมสำหรับนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ ดังนั้นการส่งเสริมการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ โดยเฉพาะในกลุ่มนักท่องเที่ยวหญิง ซึ่งปัจจุบันมีจำนวนเพิ่มสูงขึ้นจึงเป็นส่วนสำคัญที่จะพัฒนาการท่องเที่ยวให้เดินหน้าไปได้ไกลมากขึ้น

ผลจากการศึกษาครั้งนี้ แสดงให้เห็นถึงอิทธิพลของการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว และการจัดการกับข้อจำกัดที่มีต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวของนักท่องเที่ยวแบบสะพายเป้หญิงชาวไทย โดยพบว่าการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยวนั้นเป็นปัจจัยที่ยับยั้งให้ผู้หญิงไม่กล้าออกเดินทาง แต่อย่างไรก็ตามตัวแปรสำคัญหนึ่งที่สามารถช่วยให้ผู้หญิงเอาชนะข้อจำกัดเหล่านั้นไปได้ คือ การจัดการกับข้อจำกัด ไม่ว่าจะด้วยการแสวงหาข้อมูลที่เกี่ยวข้อง การบริหารจัดการเวลา การเสริมสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น การบริหารเงินและการใช้จ่าย และการฝึกฝนตนเอง ซึ่งกลยุทธ์เหล่านี้จะช่วยทำให้ข้ามผ่านข้อจำกัดต่าง ๆ ไปได้ ด้วยเหตุนี้องค์กร หรือบริษัทที่เกี่ยวข้องกับการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ ทั้งภาครัฐและเอกชน ควรคิดค้นหาวิธีการที่จะช่วยเหลือให้ผู้หญิงสามารถเอาชนะข้อจำกัดในการท่องเที่ยว เพื่อเป็นการกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมท่องเที่ยวที่สูงขึ้น อาทิ การสร้างสังคมออนไลน์ (Online community) ให้กับกลุ่มนักท่องเที่ยวหญิง โดยอาจทำขึ้นโดยใช้แอปพลิเคชัน (application) ซึ่งสังคมออนไลน์นี้จะเป็นสถานที่พบปะ พูดคุย แลกเปลี่ยนข้อมูลและประสบการณ์ของนักท่องเที่ยวหญิงจากทั่วประเทศ และยังเป็นช่องทางในการสร้างเพื่อนใหม่ที่มีความสนใจคล้ายคลึงกัน ซึ่งสามารถนำไปสู่การประกอบกิจกรรมการท่องเที่ยวร่วมกันได้ในอนาคต หรืออาจจัดโปรแกรมการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ที่เข้ากับวิถีชีวิต (lifestyle) ของผู้หญิง เพื่อกระตุ้นให้ผู้หญิงได้มีโอกาสออกมาเดินทางท่องเที่ยวมากขึ้น หรือสร้างกลุ่มท่องเที่ยวที่ประกอบไปด้วยผู้หญิงเท่านั้น เพื่อให้ผู้หญิงบางคนที่อาจจะมีความกดดัน หรืออึดอัดหากต้องเดินทางร่วมกับเพศตรงข้าม ได้ลอง

เดินทาง และได้รับรู้ถึงความสามารถของตนเอง และมีความกล้าที่จะออกเดินทาง เพื่อเป็นแรงผลักดันในการเดินทางท่องเที่ยวในครั้งต่อ ๆ ไป นอกจากนั้นการจัดกิจกรรม (workshop) ให้กับผู้หญิงเพื่อสร้างเสริมทักษะต่าง ๆ ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ เช่น การวางแผนการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้อย่างมีประสิทธิภาพ เคล็ดลับการท่องเที่ยวแบบผู้หญิงถึงผู้หญิง หรือทักษะอื่น ๆ ที่เป็นประโยชน์ เป็นต้น ซึ่งจะช่วยสร้างความมั่นใจในความสามารถของตนเองให้แก่ผู้หญิง และทำให้เกิดความกล้าที่จะออกเดินทางท่องเที่ยวได้ และจากการวิเคราะห์เพิ่มเติมพบว่าข้อจำกัดเชิงโครงสร้างและสิ่งแวดล้อมเป็นข้อจำกัดที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการท่องเที่ยวมากที่สุด ซึ่งเป็นข้อจำกัดที่เกี่ยวข้องกับภาระหน้าที่และการเงิน ดังนั้นผู้จัดการท่องเที่ยว หรือบริษัททัวร์อาจจัดแพคเกจ (package) หรือโปรโมชั่นราคาพิเศษ (promotion) สำหรับกลุ่มเพื่อนสาว หรือครอบครัว เพื่อเป็นการกระตุ้นให้ผู้หญิงบางกลุ่มที่อาจมีข้อจำกัดเชิงโครงสร้างและสภาพแวดล้อม เช่น คุณแม่ หรือผู้หญิงทำงานประจำที่มีงบประมาณไม่มาก ได้มีโอกาสท่องเที่ยวและเปิดประสบการณ์ใหม่ให้ตนเอง อีกทั้งยังเป็นการสร้างเสริมความสัมพันธ์กับคนในครอบครัว หรือเพื่อนสนิทได้อีกด้วย

ถึงแม้ว่าในงานวิจัยนี้จะไม่พบว่าการรับรู้ประโยชน์ในการท่องเที่ยว มีอิทธิพลต่อการจัดการกับข้อจำกัด และพฤติกรรมการท่องเที่ยว แต่การสร้างความเข้าใจในประโยชน์ของการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ก็ยังคงเป็นสิ่งที่ควรนำไปพิจารณาปรับใช้ โดยอาจใช้กลวิธีในการสร้างความเข้าใจในรูปแบบที่มีความน่าสนใจ และใช้สื่อที่สามารถเข้าถึงผู้คนจำนวนมาก เพื่อเป็นการกระตุ้นให้กลุ่มคนบางกลุ่มที่อาจจะไม่เคยเดินทางท่องเที่ยวในรูปแบบนี้มาก่อน ได้ทราบถึงประโยชน์ของการท่องเที่ยวในรูปแบบนี้มากยิ่งขึ้น

บรรณานุกรม

ภาษาไทย

กองเศรษฐกิจการท่องเที่ยวและกีฬา กระทรวงการท่องเที่ยวและกีฬา. (2561). สรุปสถานการณ์พักผ่อน จำนวนผู้เยี่ยมชมเยือน และรายได้จากผู้เยี่ยมชมเยือน. Retrieved 23 มีนาคม 2562

https://www.mots.go.th/ewt_dl_link.php?nid=10596

การท่องเที่ยวแห่งประเทศไทย. (2561). แผนปฏิบัติการ ททท. ปี 2561. Retrieved วันที่สืบค้นเมื่อ 28 มิถุนายน 2561

<http://www.tourismthailand.org>

มิ่งขวัญ ขอบบุญ, วันชพร พิพัฒน์ธนาวงศ์ and ณัฐฉิ ศรีสังข์. (2558). ความสัมพันธ์ระหว่างความรู้สึกชอบซึ่งชอบคุณ ความเชื่อในความสามารถของตน และการพักผ่อน. (โครงการทางจิตวิทยาหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย,

วรรณมา วงษ์วานิช. (2546). ภูมิศาสตร์การท่องเที่ยว. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2560). สถิติประชากรศาสตร์ ประชากรและเคหะ. Retrieved 23 มีนาคม 2562

<http://statbbi.nso.go.th/staticreport/page/sector/th/01.aspx>

สำนักพัฒนาการท่องเที่ยว. (2560). คำนิยามของการท่องเที่ยว. Retrieved วันที่สืบค้นเมื่อ 2 ธันวาคม 2560

<http://www.tourism.go.th>

ภาษาอังกฤษ

Agate, S. T. (2018). Women and travel: historical and contemporary perspectives.

Annals of Leisure Research, 21(4), 526-528. doi:10.1080/11745398.2017.1388745

Albayrak, T., Caber, M. and Crawford, D. (2007). Leisure Constraints and the Pursuit of Adventure Activities in Turkey. *Anatolia*, 18(2), 243-254.

doi:10.1080/13032917.2007.9687204

Alexandris, K. and Carroll, B. (1997). An analysis of leisure constraints based on different recreational sport participation levels: Results from a study in Greece. *Leisure Sciences*, 19(1), 1-15. doi:10.1080/01490409709512236

Alexandris, K., Kouthouris, C. and Girgolas, G. (2007). Investigating the relationships among motivation, negotiation, and alpine skiing participation. *Journal of Leisure Research*, 39(4), 648-667.

ATTA. (2013). Adventure Tourism Market Study 2013. September, 24, 2014. Retrieved

from <http://files.adventuretravel.biz/docs/research/adventure-tourism-market-study-2013-web.pdf>

- Backman, S. J. and Crompton, J. L. (1989). Discriminating between continuers and discontinuers of two public leisure services. *Journal of Park and Recreation Administration*, 7(4), 56-71.
- Bhatia, A. K. (2002). *Tourism development: Principles and practices*: Sterling Publishers Pvt. Ltd.
- Bialeschki, M. D. and Henderson, K. A. (1993). Expanding outdoor opportunities for women. *Parks & Recreation (Arlington)*, 28(8), 36-40.
- Brown, P. R., Brown, W. J., Miller, Y. D. and Hansen, V. (2001). Perceived constraints and social support for active leisure among mothers with young children. *Leisure Sciences*, 23(3), 131-144.
- Buchanan, T. and Allen, L. R. (1985). Barriers to recreation participation in later life cycle stages. *Therapeutic Recreation Journal*, 19(3), 39-50.
- Cerasoli, C. P., Nicklin, J. M. and Ford, M. T. (2014). Intrinsic motivation and extrinsic incentives jointly predict performance: a 40-year meta-analysis. *Psychol Bull*, 140(4), 980-1008. doi:10.1037/a0035661
- Chen, C.-C. and Petrick, J. F. (2016). The Roles of Perceived Travel Benefits, Importance, and Constraints in Predicting Travel Behavior. *Journal of Travel Research*, 55(4), 509-522. doi:10.1177/0047287514563986
- Chen, G., Bao, J. and Huang, S. (2014). Developing a Scale to Measure Backpackers' Personal Development. *Journal of Travel Research*, 53(4), 522-536. doi:10.1177/0047287513500392
- Chen, G. and Huang, S. S. (2017). Toward a theory of backpacker personal development: Cross-cultural validation of the BPD scale. *Tourism Management*, 59, 630-639. doi:10.1016/j.tourman.2016.09.017
- Cohen, J. J. C. d. i. p. s. (1992). Statistical power analysis. 1(3), 98-101.
- Crawford, D. W. and Godbey, G. (1987). Reconceptualizing barriers to family leisure. 9(2), 119-127.
- Crawford, D. W., Jackson, E. L. and Godbey, G. (1991). A hierarchical model of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 13(4), 309-320. doi:10.1080/01490409109513147

- Deci, E. L. and Ryan, R. M. (1985). The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of Research in Personality*, 19(2), 109-134.
- Dolnicar, S., Yanamandram, V. and Cliff, K. (2012). The Contribution of Vacations to Quality of Life. *Annals of Tourism Research*, 39(1), 59-83.
doi:10.1016/j.annals.2011.04.015
- Doran, A. (2016). Empowerment and women in adventure tourism: a negotiated journey. 20(1), 57-80.
- Etzion, D. (2003). Annual vacation: Duration of relief from job stressors and burnout. *Anxiety Stress and Coping*, 16(2), 213-226. doi:10.1080/1061580021000069425
- Fendt, L. S. and Wilson, E. (2012). 'I just push through the barriers because I live for surfing': how women negotiate their constraints to surf tourism. *Annals of Leisure Research*, 15(1), 4-18.
- Francken, D. A. and Van Raaij, W. F. J. J. o. L. R. (1981). Satisfaction with leisure time activities. 13(4), 337-352.
- Frost, A. (2017). Perceived Outdoor Activity Constraints and Negotiation Strategies in Greenville, NC.
- Gist, M. E. and Mitchell, T. R. (1992). Self-efficacy: A theoretical analysis of its determinants and malleability. *Academy of Management review*, 17(2), 183-211.
- Gitelson, R. J. and Kerstetter, D. L. (1990). The relationship between sociodemographic variables, benefits sought and subsequent vacation behavior: A case study. *Journal of Travel Research*, 28(3), 24-29.
- Gu, Q. (2017). *Facilitators, constraints and constraint negotiations in wine tourism: Evidence from China outbound tourists to Australia*. The Hong Kong Polytechnic University,
- Gump, B. B. and Matthews, K. A. (2000). Are vacations good for your health? The 9-year mortality experience after the multiple risk factor intervention trial. *Psychosomatic Medicine*, 62(5), 608-612. doi:Doi 10.1097/00006842-200009000-00003
- Hair, J. F. (2010). *Multivariate data analysis* (7th ed.). Upper Saddle River, NJ: Prentice Hall.
- Harris, C. and Wilson, E. (2007). Travelling beyond the boundaries of constraint: Women,

- travel and empowerment. *Tourism gender: Embodiment, sensuality experience* 235-250.
- Hayes, A. F. J. K. E. (2013). Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: Methodology in the Social Sciences. 193.
- Heo, J. et al. (2008). Adaptive sport as serious leisure: Do self-determination, skill level, and leisure constraints matter. *Annual in Therapeutic Recreation*, 16, 31-38.
- Hillman, W. (1999). *Searching for authenticity in touristic experience: Female backpackers in North Queensland*. (Doctoral Dissertation), James Cook University,
- Hostelworld. (2018). Corporate Social Responsibility. Retrieved from <http://www.hostelworldgroup.com/~media/Files/H/Hostelworld-v2/reports-and-presentations/hostelworld-annual-report-2017-interactive.pdf>
- Hubbard, J. and Mannell, R. C. (2001). Testing competing models of the leisure constraint negotiation process in a corporate employee recreation setting. *Leisure Sciences*, 23(3), 145-163. doi:10.1080/014904001316896846
- Hudson, S. (2000). The segmentation of potential tourists: Constraint differences between men and women. *Journal of Travel Research*, 38(4), 363-368.
- Hung, K. and Petrick, J. E. (2012). Testing the effects of congruity, travel constraints, and self-efficacy on travel intentions: An alternative decision-making model. *Tourism Management*, 33(4), 855-867. doi:10.1016/j.tourman.2011.09.007
- Hung, K. and Petrick, J. F. (2010). Developing a Measurement Scale for Constraints to Cruising. *Annals of Tourism Research*, 37(1), 206-228. doi:10.1016/j.annals.2009.09.002
- Jackson, E. L. (1988). Leisure constraints: A survey of past research. 10(3), 203-215.
- Jackson, E. L. (1993). Recognizing Patterns of Leisure Constraints - Results from Alternative Analyses. *Journal of Leisure Research*, 25(2), 129-149.
- Jackson, E. L. (2005). *Leisure constraints research: Overview of a developing theme in leisure studies*.
- Jackson, E. L., Crawford, D. W. and Godbey, G. (1993). Negotiation of Leisure Constraints. *Leisure Sciences*, 15(1), 1-11. doi:10.1080/01490409309513182
- Jackson, E. L. and Henderson, K. A. (1995). Gender-Based Analysis of Leisure Constraints. *Leisure Sciences*, 17(1), 31-51. doi:10.1080/01490409509513241

- Jackson, E. L. and Rucks, V. C. (1995). Negotiation of Leisure Constraints by Junior-High and High-School-Students - an Exploratory-Study. *Journal of Leisure Research*, 27(1), 85-105.
- Jackson, E. L. and Scott, D. (1999). Constraints on leisure and recreation. In E. L. Jackson & T. L. Burton (Eds.), *Leisure studies: Prospects for the twenty-first century* (pp. 299-321). State College, PA: Venture Publishing.
- Jun, J. and Kyle, G. T. (2011). The Effect of Identity Conflict/Facilitation on the Experience of Constraints to Leisure and Constraint Negotiation. *Journal of Leisure Research*, 43(2), 176-204.
- Kay, T. and Jackson, G. (1991). Leisure despite constraint: The impact of leisure constraints on leisure participation. *Journal of Leisure Research*, 23(4), 301-313.
- Kerstetter, D. L., Confer, J. J. and Graefe, A. R. (2001). An exploration of the specialization concept within the context of heritage tourism. *Journal of Travel Research*, 39(3), 267-274.
- Kerstetter, D. L., Yen, I.-Y. and Yarnal, C. M. (2005). Plowing uncharted waters: A study of perceived constraints to cruise travel. *10(2)*, 137-150.
- Khoo-Lattimore, C. and Wilson, E. (2017). *Women and travel: Historical and contemporary perspectives*: CRC Press.
- Kocak, F. (2017). The relationship between leisure constraints, constraint negotiation strategies and facilitators with recreational sport activity participation of college students. *College Student Journal*, 51(4), 491-497.
- Kuhnel, J. and Sonnentag, S. (2011). How long do you benefit from vacation? A closer look at the fade-out of vacation effects. *Journal of Organizational Behavior*, 32(1), 125-143. doi:10.1002/job.699
- Laurendeau, J. and Sharara, N. (2008). "Women Could Be Every Bit As Good As Guys" - Reproductive and resistant agency in two "Action" sports. *Journal of Sport & Social Issues*, 32(1), 24-47. doi:10.1177/0193723507307819
- Lee, M. C. (2009). Factors influencing the adoption of internet banking: An integration of TAM and TPB with perceived risk and perceived benefit. *Electronic Commerce Research and Applications*, 8(3), 130-141. doi:10.1016/j.elerap.2008.11.006
- Lepp, A. and Gibson, H. (2003). Tourist roles, perceived risk and international tourism.

- Annals of Tourism Research*, 30(3), 606-624. doi:10.1016/S0160-7383(03)00024-0
- Li, M. Z. and Stodolska, M. (2007). Working for a dream and living for the future: Leisure constraints and negotiation strategies among Chinese international graduate students. *Leisure/Loisir*, 31(1), 105-132.
- Little, D. E. (2002). Women and adventure recreation: Reconstructing leisure constraints and adventure experiences to negotiate continuing participation. *Journal of Leisure Research*, 34(2), 157-177.
- Little, D. E. and Wilson, E. (2005). Adventure and the gender gap: Acknowledging diversity of experience. *Loisir et societe / Society and Leisure*, 28(1), 185-208.
- Liu, X. Y., Huang, D. and Li, Z. Y. (2018). Examining relationships among perceived benefit, tourist experience and satisfaction: the context of intelligent sharing bicycle. *Asia Pacific Journal of Tourism Research*, 23(5), 437-449. doi:10.1080/10941665.2018.1466814
- Loucks-Atkinson, A. and Mannell, R. C. (2007). Role of self-efficacy in the constraints negotiation process: The case of individuals with fibromyalgia syndrome. *Leisure Sciences*, 29(1), 19-36. doi:10.1080/01490400600983313
- Mannell, R. C. and Kleiber, D. A. (1997). *A social psychology of leisure*: Venture Publishing Inc.
- Mannell, R. C. and Loucks-Atkinson, A. (2005). Why don't people do what's "good" for them? Cross-fertilization among the psychologies of nonparticipation in leisure, health, and exercise behaviors. *Constraints to Leisure*, 221-232.
- McDermott, L. J. L. S. (2004). Exploring intersections of physicality and female-only canoeing experiences. 23(3), 283-301.
- Miao, Y. (2016). The Role of Social Media as a Constraint Negotiation Resource: Implication for Collegiate Women's Sporting Event Attendance.
- Mitten, D. J. J. o. P. E., Recreation and Dance. (1992). Empowering girls and women in the outdoors. 63(2), 56-60.
- Mojoudi, A. and Tabatabaei, O. (2014). The relationship between self-efficacy beliefs and autonomy among Iranian intermediate and upper intermediate EFL learners. *International Journal of Applied Linguistics English Literature*, 3(6), 22-28.

- Myers, L. (2010). Women travellers' adventure tourism experiences in New Zealand. *13*(1-2), 116-142.
- Nadirova, N. and Jackson, E. L. (2000). Alternative criterion variables against which to assess the impacts of constraints to leisure. *Journal of Leisure Research*, *32*(4), 396-405.
- Neal, J. D., Sirgy, M. J. and Uysal, M. (1999). The role of satisfaction with leisure travel/tourism services and experience in satisfaction with leisure life and overall life. *Journal of Business Research*, *44*(3), 153-163. doi:10.1016/S0148-2963(97)00197-5
- Neal, J. D., Uysal, M. and Sirgy, M. J. (2007). The effect of tourism services on travelers' quality of life. *46*(2), 154-163.
- Neff, K. D., Pisitsungkagarn, K. and Hsieh, Y.-P. (2008). Self-compassion and self-construal in the United States, Thailand, and Taiwan. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, *39*(3), 267-285.
- Newlands, K. (2004). Setting out on the road less travelled: a study of backpacker travel in New Zealand. 217-236.
- Nyaupane, G. P., Morais, D. B. and Graefe, A. R. (2004). Nature tourism constraints - A cross-activity comparison. *Annals of Tourism Research*, *31*(3), 540-555. doi:10.1016/j.annals.2004.01.006
- Pearce, P., Murphy, L. and Brymer, E. (2009). *Evolution of the backpacker market and the potential for Australian tourism*: CRC for Sustainable Tourism Gold Coast.
- Pearce, P. L. and Foster, F. (2007). A "University of travel": Backpacker learning. *Tourism Management*, *28*(5), 1285-1298. doi:10.1016/j.tourman.2006.11.009
- Pelletier, L. G., Dion, S. and Levesque, C. (2004). Can self-determination help protect women against sociocultural influences about body image and reduce their risk of experiencing bulimic symptoms? *Journal of Social and Clinical Psychology*, *23*(1), 61-88. doi:10.1521/jscp.23.1.61.26990
- Pols, J. and Kroon, H. (2007). The importance of holiday trips for people with chronic mental health problems. *Psychiatric Services*, *58*(2), 262-265. doi:10.1176/appi.ps.58.2.262
- Ricapito, F. (2015). *Analysis and perspectives of tourism in Azerbaijan*. Università

Ca'Foscari Venezia,

- Ridinger, L. L., Funk, D. C., Jordan, J. S. and Kaplanidou, K. (2012). Marathons for the Masses: Exploring the Role of Negotiation-Efficacy and Involvement on Running Commitment. *Journal of Leisure Research*, 44(2), 155-178.
- Samdahl, D. M. (2005). *Making room for "silly" debate: Critical reflections on leisure constraints research*.
- Samdahl, D. M. and Jekubovich, N. J. (1997). A critique of leisure constraints: Comparative analyses and understandings. *Journal of Leisure Research*, 29(4), 430-452.
- Schwarzer, R. and Jerusalem, M. (1995). Generalized Self-Efficacy scale. In J. Weinman, S. Wright, & M. Johnston (Eds.), *Causal and control beliefs* (pp. 35-37). Windsor, UK: NFER-NELSON.
- Scott, D. (1991). The problematic nature of participation in contract bridge: A qualitative study of group-related constraints. *Leisure Sciences*, 13(4), 321-336.
- Shaw, S. M., Bonen, A. and McCabe, J. F. (1991). Do more constraints mean less leisure? Examining the relationship between constraints and participation. *Journal of Leisure Research*, 23(4), 286-300.
- Sheldon, K. and Deci, E. L. (1993). *The Self-Determination Scale*. University of Rochester, Rochester, NY.
- Shen, H., Fan, S., Zhan, J. and Zhao, J. (2014). A Study of the Perceived Value and Behavioral Intentions of Chinese Marine Cruise Tourists. *Tourism, Leisure and Global Change*, 1, CUHK-97.
- Shu, Z. Y. (2014). *Research on the disposal strategy model of constraints for spectator sports leisure*. (Unpublished doctoral Dissertation), National Cheng Kung University, Tainan.
- Sirgy, M. J., Kruger, P. S., Lee, D. J. and Yu, G. B. (2011). How Does a Travel Trip Affect Tourists' Life Satisfaction? *Journal of Travel Research*, 50(3), 261-275.
doi:10.1177/0047287510362784
- Son, J. S., Mowen, A. J. and Kerstetter, D. L. (2008). Testing alternative leisure constraint negotiation models: An extension of Hubbard and Mannell's study. *Leisure Sciences*, 30(3), 198-216. doi:10.1080/01490400802017308

- Sousa, C. M., Coelho, F. and Guillamon-Saorin, E. (2012). Personal Values, Autonomy, and Self-efficacy: Evidence from frontline service employees. *International Journal of Selection Assessment*, 20(2), 159-170.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S. and Ullman, J. B. (2007). *Using multivariate statistics* (Vol. 5): Pearson Boston, MA.
- Terblanche, N. S. and Taljaard, A. (2018). The perceived value and perceived benefits experienced by customers using travel agents. *South African Journal of Business Management*, 49(1). doi:UNSP a710.4102/sajbm.v49i1.7
- Timothy, D. J. (2002). *Tourism and political boundaries*: Routledge.
- Tingchi Liu, M. et al. (2013). Perceived benefits, perceived risk, and trust: Influences on consumers' group buying behaviour. *Asia Pacific Journal of Marketing Logistics*, 25(2), 225-248.
- Toda, M. et al. (2004). Medical assessment of the health effects of short leisure trips. *Archives of Environmental Health*, 59(12), 717-724. doi:Doi10.1080/00039890409602958
- Vallerand, R. J. (1997). Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. *Advances in Experimental Social Psychology*, Vol 29, 29, 271-360. doi:Doi10.1016/S0065-2601(08)60019-2
- Wang, F., Deng, Z. and Petrick, J. F. (2018). Exploring the formation mechanisms of urban residents' travel behaviour in China: perceptions of travel benefits and travel constraints. *Journal of Travel & Tourism Marketing*, 35(7), 909-921. doi:10.1080/10548408.2018.1445575
- Ward, M. J. (1988). The many facets of self-determination. *Transition summary*, 5, 2-3.
- Wehmeyer, M. L. (1999). A functional model of self-determination: Describing development and implementing instruction. *Focus on autism other developmental disabilities*, 14(1), 53-61.
- Wehmeyer, M. L. (2004). Self-determination and the empowerment of people with disabilities.
- White, D. D. (2008). A structural model of leisure constraints negotiation in outdoor

- recreation. *Leisure Sciences*, 30(4), 342-359. doi:10.1080/01490400802165131
- Wilson, E. and Little, D. (2005). A “relative escape”? The impact of constraints on women who travel solo. *Tourism Review International*, 9(2), 155-175.
- Wood, L. (2011). Continued sport participation and the negotiation of constraints.
- Xie, L. and Ritchie, B. W. (2019). The motivation, constraint, behavior relationship: A holistic approach for understanding international student leisure travelers. *Journal of Vacation Marketing*, 25(1), 111-129.
- Yerkes, R. and Miranda, W. (1982). Outdoor adventure courses for women: Implications for new programming. *Journal of Health, Physical Education, and Dance*, 53(4), 82-85.
- Zeng, Y. R. and Ma, Y. (2011). Perceived risks, perceived benefits and the use of online banking business of consumers. *Financial Forum*, 16(1), 70-75.
- Zhang, Y., Cole, S., Hirt, E. and Bilgihan, A. (2017a). Self-determined travel facilitation with mental construal priming. *Tourism Management*, 61, 472-483. doi:10.1016/j.tourman.2017.03.014
- Zhang, Y., Gao, J., Ricci, P. and Shen, Y. S. (2017b). Would Self-determination Intervention Facilitate Leisure Travel Pursuit at Different Challenge Levels?—The Exploration among People with Mobility Impairments.
- Zhou, M. M. (2015). Moderating effect of self-determination in the relationship between Big Five personality and academic performance. *Personality and Individual Differences*, 86, 385-389. doi:10.1016/j.paid.2015.07.005



ภาคผนวก

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ภาคผนวก ก

การพัฒนามาตรวัด

ตารางที่ ก 1

ผลการวิเคราะห์ข้อกระทงและค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ของมาตรวัดการ
รับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว

ข้อ	CITC ครั้งที่ 1	ข้อที่ผ่านการ คัดเลือก	CITC ครั้งที่ 2	ข้อที่ผ่านการ คัดเลือก	CITC ครั้งที่ 3
INTRA1	.430	✓	.404	✓	.380
INTRA2	.145	-	-	-	-
INTRA3	.340	✓	.235	-	-
INTRA4	.383	✓	.350	✓	.342
INTRA5	.436	✓	.460	✓	.470
INTRA6	.215	-	-	-	-
INTER7	.350	✓	.381	✓	.376
INTER8	.442	✓	.438	✓	.444
STRUC9	.392	✓	.434	✓	.445
STRUC10	.383	✓	.392	✓	.384
STRUC11	.415	✓	.461	✓	.458
STRUC12	.345	✓	.377	✓	.382
α	.722		.735		.734

ตารางที่ ก 2

ผลการวิเคราะห์ข้อกระทงและค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ภายในแต่
องค์ประกอบของมาตรวัดการรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว

องค์ประกอบ	ข้อกระทง	CITC
ข้อจำกัดภายใน บุคคล	INTRA1: ฉันกลัวว่าจะได้รับอันตรายจากการท่องเที่ยว	.459
	INTRA4: สุขภาพร่างกายของฉันไม่เอื้อต่อการท่องเที่ยว	.494
	INTRA5: ฉันเกรงว่าจะได้รับบาดเจ็บ หรือไม่สบายเมื่อไปท่องเที่ยว	.553
ข้อจำกัดระหว่าง บุคคล	INTER7: ฉันหาเพื่อนไปท่องเที่ยวด้วยกันไม่ได้	.639
	INTER8: ไม่มีใครในครอบครัวหรือกลุ่มเพื่อนที่ชอบไปท่องเที่ยว	.639
ข้อจำกัดเชิง โครงสร้างและ สภาพแวดล้อม	STRUC9: ฉันมักจะยุ่งอยู่กับการทำงานหรือการเรียน	.403
	STRUC10: ฉันไม่มีเงินเพียงพอสำหรับการไปเที่ยว	.346
	STRUC11: ฉันหาเวลาว่างไปเที่ยวไม่ได้	.565
	STRUC12: ฉันมีภาระต้องอยู่ดูแลบ้าน และดูแลครอบครัว	.444

ตารางที่ ก 3

ผลการวิเคราะห์หาค่าความเที่ยงแบบแยกองค์ประกอบและแบบรวมทั้งมาตรของมาตรวัดการรับรู้
ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว

องค์ประกอบ	α
ข้อจำกัดภายในบุคคล	.686
ข้อจำกัดระหว่างบุคคล	.779
ข้อจำกัดเชิงโครงสร้างและสภาพแวดล้อม	.658
แบบรวมทั้งมาตร	.734

ตารางที่ ก 4

ผลการวิเคราะห์ข้อกระทบและค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ของมาตรวัดการ
รับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว

ข้อ	CITC ครั้งที่ 1	ข้อที่ผ่านการคัดเลือก
RELAX1	.636	✓
RELAX2	.617	✓
RELAX3	.745	✓
RELAX4	.639	✓
RELAX5	.776	✓
HEAL1	.526	✓
HEAL2	.756	✓
EXP1	.681	✓
EXP2	.481	✓
EXP3	.536	✓
EXP4	.352	✓
EXP5	.793	✓
α	.890	

ตารางที่ ก 5

ผลการวิเคราะห์ข้อกระทงและค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ภายในแต่ละองค์ประกอบของมาตรวัดการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว

องค์ประกอบ	ข้อกระทง	CITC
ด้านการพักผ่อนและการผ่อนคลาย	RELAX1: ฉันรู้สึกได้ผ่อนคลาย	.721
	RELAX2: ฉันรู้สึกสดชื่น กระปรี้กระเปร่า	.760
	RELAX3: ฉันได้ผ่อนคลายความตึงเครียด	.848
	RELAX4: ฉันได้หลีกเลี่ยงหนีไปจากชีวิตประจำวันที่แสนน่าเบื่อ	.612
	RELAX5: ฉันได้ชาร์ตพลังให้ตัวเอง	.726
ด้านสุขภาพ	HEAL1: ฉันมีสุขภาพกายที่ดีขึ้น	.487
	HEAL2: ฉันมีสุขภาพจิตที่ดีขึ้น	.487
ด้านประสบการณ์	EXP1: ฉันได้เจอกับประสบการณ์ใหม่ ๆ	.613
	EXP2: ฉันได้เรียนรู้สิ่งใหม่ และพัฒนาความรู้/ทักษะของตนเอง	.743
	EXP3: ฉันได้ออกไปผจญภัย	.585
	EXP4: ฉันได้ทำในสิ่งที่ปกติฉันไม่กล้าทำมาก่อน	.665
	EXP5: ฉันมีมุมมองต่อโลก และผู้อื่นที่กว้างขึ้น	.616

ตารางที่ ก 6

ผลการวิเคราะห์หาค่าความเที่ยงแบบแยกองค์ประกอบและแบบรวมทั้งมาตรของมาตรวัดการรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว

องค์ประกอบ	α
ด้านการพักผ่อนและการผ่อนคลาย	.889
ด้านสุขภาพ	.644
ด้านประสบการณ์	.837
แบบรวมทั้งมาตร	.890

ตารางที่ ก 7

ผลการวิเคราะห์ข้อกระทบและค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ของมาตรวัดการจัดการกับข้อจำกัด

ข้อ	CITC ครั้งที่ 1	ข้อที่ผ่านการคัดเลือก	CITC ครั้งที่ 2
INFO1	.335	✓	.362
INFO2	.424	✓	.423
TIME1	.493	✓	.498
TIME2	.308	✓	.336
TIME3	.574	✓	.603
RELA1	.449	✓	.415
RELA2	.483	✓	.471
RELA3	.529	✓	.531
FINAN1	.396	✓	.376
FINAN2	.292	✓	.281
FINAN3	.169	-	-
SKILL1	.470	✓	.492
SKILL2	.510	✓	.528
SKILL3	.235	✓	.231
α	.785		.794

ตารางที่ ก 8

ผลการวิเคราะห์ข้อกระทงและค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ภายในแต่ละองค์ประกอบของมาตรวัดการจัดการกับข้อจำกัด

องค์ประกอบ	ข้อกระทง	CITC
แสวงหาข้อมูลที่เกี่ยวข้อง	INFO1:ฉันศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับจุดหมายปลายทางที่จะไป	.560
	INFO2: ฉันหาข้อมูลเกี่ยวกับปัญหาที่อาจเกิดระหว่างการเดินทางท่องเที่ยว	.560
บริหารและจัดการเวลา	TIME1: ฉันจัดสรรเวลาในช่วงวันหยุดเพื่อออกไปท่องเที่ยว	.457
	TIME3: ฉันให้ความสำคัญกับการท่องเที่ยวเป็นอันดับต้นๆ	.457
เสริมสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น	RELA2: ฉันชักชวนเพื่อน/คนในครอบครัวไปท่องเที่ยวด้วย	.249
	RELA3:ฉันพบปะและทำความรู้จักคนที่ชอบท่องเที่ยวเหมือนกัน	.249
บริหารเงินและการใช้จ่าย	FINAN1:ฉันใช้จ่ายอย่างประหยัด เพื่อออมเงินไปท่องเที่ยว	.487
	FINAN2:ฉันท่องเที่ยวไปในสถานที่ที่ไม่จำเป็นต้องใช้เงินเยอะ	.487
การฝึกฝนตนเอง	SKILL1:ฉันพยายามเรียนรู้ทักษะใหม่ ๆ	.505
	SKILL2:ฉันพัฒนาสมรรถภาพทางกายของตนเองให้พร้อมเพื่อการท่องเที่ยว	.465
	SKILL3:ฉันขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น หากรู้สึกว่าคุณเองยังไม่มีความสามารถในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง	.329

ตารางที่ ก 9

ผลการวิเคราะห์หาค่าความเที่ยงแบบแยกองค์ประกอบและแบบรวมทั้งมาตรของมาตรวัดการจัดการจัดการกับข้อจำกัด

องค์ประกอบ	α
แสวงหาข้อมูลที่เกี่ยวข้อง	.691
บริหารและจัดการเวลา	.607
เสริมสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น	.453
บริหารเงินและการใช้จ่าย	.653
การฝึกฝนตนเอง	.616
แบบรวมทั้งมาตร	.770

ตารางที่ ก 10

ผลการวิเคราะห์ข้อกระทงและค่าสหสัมพันธ์ระหว่างข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่น ๆ ของมาตรฐานความมุ่งมั่นในตนเอง

ข้อ	CITC ครั้งที่ 1	ข้อที่ผ่านการคัดเลือก
SD1	.502	✓
SD2	.453	✓
SD3	.548	✓
SD4	.755	✓
SD5	.642	✓
SD6	.350	✓
SD7	.600	✓
SD8	.330	✓
SD9	.590	✓
SD10	.545	✓
α	.834	

ตารางที่ ก 11

ผลการวิเคราะห์หาค่าความเที่ยงแบบแยกองค์ประกอบและแบบรวมทั้งมาตรของมาตรวัดความมุ่งมั่นในตนเอง

องค์ประกอบ	α
การรับรู้ตนเอง	.808
การรับรู้ทางเลือก	.715
แบบรวมทั้งมาตร	.834

ภาคผนวก ข

แบบสอบถามเพื่อเก็บข้อมูลในงานวิจัย

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

1. อายุ _____ ปี
2. สถานภาพสมรส
- โสด สมรส แยกกันอยู่ หย่าร้าง
3. อาชีพ
- นักเรียน/นักศึกษา รับราชการ/รัฐวิสาหกิจ
- พนักงานเอกชน/ลูกจ้าง อาชีพอิสระ (Freelancer)
- รับจ้างทั่วไป อื่น ๆ (โปรดระบุ) _____

ตอนที่ 2 พฤติกรรมการท่องเที่ยว

คำชี้แจง ขอให้ท่านพิจารณาข้อความแต่ละข้อด้านล่าง และประเมินตัวท่านตามความเป็นจริง

ในช่วงเวลา 12 เดือนที่ผ่านมา	ไม่เคย เลย	1-2 ครั้ง	3-4 ครั้ง	5-6 ครั้ง	6 ครั้ง ขึ้นไป
1. ฉันได้เดินทางท่องเที่ยวแบบสะพายเป้เป็นจำนวน...					
2. ฉันได้เดินทางท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ที่มีการพักค้างคืน ระหว่างการท่องเที่ยวเป็นจำนวน...					
3. ฉันได้เดินทางท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ไปยังสถานที่ที่ไกลกว่าที่ อยู่ของฉัน มากกว่า 80 กม. เป็นจำนวน...					

ตอนที่ 3 การรับรู้ข้อจำกัดในการท่องเที่ยว

คำชี้แจง ก่อนการท่องเที่ยว และระหว่างการท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ ท่านอาจต้องเผชิญกับข้อจำกัด หรือความยากลำบากต่าง ๆ ขอให้ท่านพิจารณาข้อจำกัดในแต่ละข้อด้านล่าง และประเมินว่าท่านเห็น ด้วยกับข้อความในแต่ละข้อมากน้อยเพียงใด

ฉันมักเผชิญกับปัญหาเหล่านี้	ไม่เห็นด้วย อย่างยิ่ง	ค่อนข้าง ไม่เห็น ด้วย	สองข้าง พอกๆกัน	ค่อนข้าง เห็นด้วย	เห็นด้วย อย่างยิ่ง
ข้อจำกัดภายในบุคคล (Intrapersonal constraints)					
1. ฉันกลัวว่าจะได้รับอันตรายจากการท่องเที่ยว					
2. สุขภาพร่างกายของฉันไม่เอื้อต่อการท่องเที่ยว					
3. ฉันเกรงว่าจะได้รับบาดเจ็บ หรือไม่สบายเมื่อไป ท่องเที่ยว					
ข้อจำกัดระหว่างบุคคล (Interpersonal constraints)					
4. ฉันหาเพื่อนไปท่องเที่ยวด้วยกันไม่ได้					
5. ไม่มีใครในครอบครัวหรือกลุ่มเพื่อนที่ชอบไป ท่องเที่ยว					
ข้อจำกัดเชิงโครงสร้างและสภาพแวดล้อม (Structural constraints)					
6. ฉันมักจะยุ่งอยู่กับการทำงาน หรือการเรียน					
7. ฉันไม่มีเงินเพียงพอสำหรับไปเที่ยว					
8. ฉันหาเวลาว่างไปเที่ยวไม่ได้					
9. ฉันมีการะต้องอยู่ดูแลบ้าน และดูแลครอบครัว					

ตอนที่ 4 การรับรู้ประโยชน์ของการท่องเที่ยว

คำชี้แจง ขอให้ท่านพิจารณาประโยชน์ของการท่องเที่ยวในแต่ละข้อด้านล่าง และประเมินว่าท่านเห็นด้วยกับข้อความในแต่ละข้อมากน้อยเพียงใด

การท่องเที่ยวแบบสะพายเป้ทำให้...	ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง	ค่อนข้างไม่เห็นด้วย	สองข้างพอกๆกัน	ค่อนข้างเห็นด้วย	เห็นด้วยอย่างยิ่ง
ประโยชน์ด้านการพักผ่อนและการผ่อนคลาย (Relaxation Benefits)					
1.ฉันรู้สึกได้ผ่อนคลาย					
2.ฉันรู้สึกสดชื่น กระปรี้กระเปร่า					
3.ฉันได้ผ่อนคลายความตึงเครียด					
4.ฉันได้หลีกเลี่ยงไปจากชีวิตประจำวันที่น่าเบื่อ					
5.ฉันได้ชาร์ตพลังให้ตัวเอง					
ประโยชน์ด้านสุขภาพ (Health Benefits)					
6.ฉันมีสุขภาพกายที่ดีขึ้น					
7.ฉันมีสุขภาพจิตที่ดีขึ้น					
ประโยชน์ด้านประสบการณ์ (Experiential Benefits)					
8.ฉันได้เจอกับประสบการณ์ใหม่ๆ					
9.ฉันได้เรียนรู้สิ่งใหม่ และพัฒนาความรู้/ทักษะของตนเอง					
10.ฉันได้ออกไปผจญภัย					
11.ฉันได้ทำในสิ่งที่ปกติฉันไม่กล้าทำมาก่อน					
12.ฉันมีมุมมองต่อโลก และผู้อื่นที่กว้างมากขึ้น					

ตอนที่ 5 การจัดการกับข้อจำกัด

คำชี้แจง ขอให้ท่านพิจารณาวิธีการจัดการกับข้อจำกัดในแต่ละข้อด้านล่าง และประเมินว่าท่านเห็นด้วยกับการใช้กลวิธีเหล่านั้นในการเอาชนะข้อจำกัดหรืออุปสรรคที่ต้องเผชิญในการท่องเที่ยวของท่าน มากน้อยเพียงใด

ฉันมักจะใช้วิธีการนี้ในการแก้ปัญหา ที่ต้องเจอในการท่องเที่ยว	ไม่เห็น ด้วย อย่างยิ่ง	ค่อนข้าง ไม่เห็น ด้วย	สองข้าง พอกๆกัน	ค่อนข้าง เห็นด้วย	เห็น ด้วย อย่างยิ่ง
แสวงหาข้อมูลที่เกี่ยวข้อง (Acquire Information)					
1.ฉันศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับจุดหมายปลายทางที่จะไป					
2.ฉันหาข้อมูลเกี่ยวกับปัญหาที่อาจจะเกิดระหว่างการเดินทางท่องเที่ยว					
บริการและจัดการเวลา (Time Management)					
3.ฉันจัดสรรเวลาในช่วงวันหยุดเพื่อออกไปท่องเที่ยว					
4.ฉันให้ความสำคัญกับการท่องเที่ยวเป็นอันดับต้นๆ					
เสริมสร้างความสัมพันธ์กับผู้อื่น (Inter-Personal Relation)					
5.ฉันชักชวนเพื่อน/คนในครอบครัวไปท่องเที่ยวด้วย					
6.ฉันพบปะและทำความรู้จักกับคนที่ชอบท่องเที่ยวเหมือนกัน					
บริหารเงินและการใช้จ่าย (Financial Management)					
7.ฉันใช้จ่ายอย่างประหยัด เพื่อออมเงินไปท่องเที่ยว					
8.ฉันท่องเที่ยวไปในสถานที่ที่ไม่จำเป็นต้องใช้เงินเยอะ					
การฝึกฝนตนเอง (Skill Acquisition)					
9.ฉันพยายามเรียนรู้ทักษะใหม่ ๆ					
10.ฉันพัฒนาสมรรถภาพทางกายของตนเองให้พร้อมเพื่อการท่องเที่ยว					
11.ฉันขอความช่วยเหลือจากผู้อื่น หากรู้สึกว่าตนเองยังไม่มีความสามารถในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง					

ตอนที่ 6 ลักษณะบุคลิกภาพทั่วไป

คำชี้แจง กรุณาอ่านคู่มือข้อความในแต่ละข้อ และพิจารณาว่าข้อความใดในข้อนั้นที่ท่านคิดว่าตรงกับท่านมากที่สุดในตอนนี จากนั้นวงกลมตัวเลขเพื่อระบุระดับว่าข้อความ A ตรงกับตัวท่านมากน้อยเพียงใด เมื่อเปรียบเทียบกับข้อความ B เช่น หากท่านคิดว่าข้อความ A ตรงกับท่านมากที่สุด และข้อความ B ไม่ตรงกับท่านมากที่สุด ให้วงกลมเลข 1 หรือถ้าท่านคิดว่าทั้งสองข้อความตรงกับท่านพอ ๆ กัน ให้วงกลมเลข 3 เป็นต้น

ตัวอย่างการตอบคำถาม

A: ฉันรู้สึกว่าเป็นคนเลือกในสิ่งที่ทำไปเสมอ

B: บางครั้งฉันรู้สึกว่ามีไม่ใช่ตัวฉันที่เลือกในสิ่งที่ทำ

หากในข้อนี้ท่านคิดว่าทั้งสองข้อความตรงกับท่านพอ ๆ กัน ให้วงกลมเลข 3

ข้อความ A เท่านั้นที่

ตรงกับตัวฉันที่สุด
ที่สุด

1

2

3

4

5

ข้อความ B เท่านั้นที่

ตรงกับตัวฉัน

1. A: ฉันรู้สึกว่าเป็นคนเลือกในสิ่งที่ทำไปเสมอ

B: บางครั้งฉันรู้สึกว่ามีไม่ใช่ตัวฉันที่เลือกในสิ่งที่ทำ

2. A: บางครั้งอารมณ์ของฉันดูแปลกไป และไม่เป็นตัวเอง

B: อารมณ์ของฉันดูจะเป็นอารมณ์ที่แท้จริงของตัวเองเสมอ

3. A: ฉันเลือกที่จะทำในสิ่งที่ต้องทำ

B: ฉันทำในสิ่งที่ต้องทำ แต่ฉันไม่ได้รู้สึกว่าเป็นคนเลือกทำสิ่งเหล่านั้น

4. A: ฉันรู้สึกว่าไม่ค่อยได้เป็นตัวของตัวเองสักเท่าใด

B: ฉันรู้สึกเป็นตัวของตัวเองเสมอ

5. A: ฉันทำสิ่งที่ทำลงไปเพราะมันเป็นสิ่งที่ฉันสนใจ

B: ฉันทำสิ่งที่ทำลงไปเพราะจำเป็นต้องทำ

6. A: เมื่อฉันประสบความสำเร็จในสิ่งใด ฉันมักจะรู้สึกว่าเป็นคนทำสิ่งนั้นจริง ๆ

B: เมื่อฉันประสบความสำเร็จในสิ่งใด ฉันคิดว่าเป็นเพราะตัวเองที่ทำสิ่งนั้นเสมอ

7. A: ฉันมีอิสระที่จะทำในสิ่งที่ตนเองตัดสินใจเลือกทำ
B: ส่วนใหญ่สิ่งที่คุณทำไม่ได้เป็นสิ่งที่ฉันเลือกอยากทำ
8. A: บางครั้งฉันรู้สึกว่าร่างกายตนเองเป็นเหมือนคนแปลกหน้า
B: ฉันรู้สึกว่าร่างกายนี้เป็นของตัวเองเสมอ
9. A: ฉันค่อนข้างรู้สึกอิสระในการเลือกที่จะทำอะไรก็ได้
B: ฉันมักจะต้องทำในสิ่งที่ไม่ได้เลือกเอง
10. A: บางครั้งเมื่อฉันส่องกระจก ฉันเหมือนเห็นคนอื่นที่ไม่ใช่ฉัน
B: เมื่อฉันส่องกระจก ฉันเห็นตัวเอง



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY

ประวัติผู้เขียน

ชื่อ-สกุล	ฐิติวรรณ สีผึ้ง
วัน เดือน ปี เกิด	4 ตุลาคม 2535
สถานที่เกิด	เชียงใหม่
วุฒิการศึกษา	อักษรศาสตรบัณฑิต (อ.บ.) สาขาวิชาภาษาอังกฤษ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
ที่อยู่ปัจจุบัน	211/1 หมู่ 6 ต.ป่าไผ่ อ.สันทราย จ.เชียงใหม่ 50210



จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
CHULALONGKORN UNIVERSITY