

## นันทนิจิต (LEISURE): แนวคิดที่ควรทำความเข้าใจให้ต้องแท้

ประพัฒน์ ลักษณะพิสุทธิ<sup>1</sup>

### ความนำ


หลังจากที่ได้เคยนำเสนอบทความทางวิชาการเรื่อง “นันทนิจิต (Leisure): คำไทยคำใหม่” ไปเมื่อหลายปีที่ผ่านมา มีการปรับปรุงเล็กน้อยเมื่อปีสองปีที่ผ่านมา สำหรับครั้งนี้ วัตถุประสงค์สำคัญของการเขียนบทความเรื่องนี้ ก็เพื่อที่จะได้นำเสนอรายละเอียดในองค์ประกอบของคำว่า “นันทนิจิต (Leisure)” ให้มากขึ้น เพื่อที่ผู้ที่อยู่ในวงวิชาการนันทนาการ (Recreation) ปัจจุบัน จะได้เข้าใจความหมายและความคิดรวบยอดเกี่ยวกับคำคำนี้ให้เป็นที่เข้าใจ มองเห็นความต่างระหว่างคำนี้กับคำว่า นันทนาการ อันจะเป็นแนวทางสำคัญในการส่งเสริมและพัฒนาวิชาการด้านนันทนิจิตศึกษา (Leisure Study) ในอนาคต ให้เป็นที่เข้าใจกันอย่างแพร่หลายและลึกซึ้งยิ่งขึ้น และเพื่อเป็นแนวทางสำหรับการนำวิชาการด้านนี้ไปใช้ในการพัฒนาประชากรของชาติให้เจริญก้าวหน้าเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติในโอกาสต่อไป ดังที่เคยกล่าวไว้แล้วในบทความข้างต้น

### นันทนาการ นันทนิจิต นันทนิจิตศึกษา หมายถึงอะไร

ผู้เขียนจะไม่ขอกล่าวถึงความหมายของคำว่า นันทนาการ ที่มีนักวิชาการหลายท่านได้ให้ความหมายไว้แต่ใคร่ขอสรุปประเด็นในหัวข้อนี้เพื่อเป็นความคิดรวบยอด (Concept) ตามแนวคิดและปรัชญาของผู้เขียน ซึ่งก่อนที่จะกล่าวถึงในรายละเอียด ผู้เขียนใคร่ขอนำเสนอผลการค้นคว้าเกี่ยวกับคำ “นันทนาการ” (ซึ่งเป็นคำที่ใช้ก่อนหน้าคำว่า “นันทนาการ”) ที่มีผู้อ้างอิงว่าท่านนั้นท่านนี้เป็นผู้คิดคำขึ้น จากการขอความอนุเคราะห์จาก *ฝ่ายบริการช่วยค้นคว้าวิจัย หอสมุดกลาง ศูนย์วิทย-ทรัพยากร จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย* เพื่อตรวจสอบว่าท่านใดเป็นคิดคำคำนี้ขึ้น ซึ่งจากหนังสืองานพระราชทานเพลิงศพ หม่อมพริ้วสุพิณ วรวรรณ ณ อยุธยา วันที่ 16 สิงหาคม 2525 พบว่า คำว่า “นันทนาการ” เป็นคำที่ พลตรี พระเจ้าวรวงศ์เธอ กรมหมื่นนราธิปพงศ์ประพันธ์ เป็นผู้ทรงคิดคำนี้ขึ้น (ดังสำเนาเอกสารในหน้าถัดไป)

---

<sup>1</sup> เจ้าหน้าที่ของรัฐผู้รับบำเหน็จบำนาญ คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



**กรมพระราชทานเพลิงศพ**

**หม่อมท้าวสุเทิน ทรเทศ ณ อุทยาน น.ว.ม., ป.ช., ท.อ.ว.**

**ณ เมรุหน้าพลับพลาอิสริยาภรณ์ วัดเทพศิรินทราวาส**

**16 สิงหาคม 2525**

เลขที่ ๓๓๓๕  
423.4591  
3339  
2525

**ตัวอย่างศัพท์ ที่ทรงคิด**

- |                    |                |
|--------------------|----------------|
| 1. กัมมันตภาพรังสี | Radio-Activity |
| 2. ซัดคิด          | Thought        |
| 3. ความคุ้มกัน     | Immunity       |
| 4. จักรกษ          | Commonwealth   |
| 5. แฉ่ง            | Campaign       |
| 6. โทรภาพ          | Telephoto      |
| 7. โทรทัศน์        | Television     |
| 8. โทรทัศน์        | Teletype       |
| 9. นโยบาย          | Policy         |
| 10. บรรษัท         | Corporation    |
| 11. บริการ         | Service        |
| 12. ประชาชาติ      | Nation         |
| 13. ประชากร        | Population     |
| 14. ประชาคม        | Community      |
| 15. ประสิทธิภาพ    | Efficiency     |
| 16. ประสิทธิ์      | Effect         |
| 17. ประสิทธิภาพ    | Effective      |
| 18. ปรัชญา         | Philosophy     |
| 19. ปฏิวัติ        | Revolution     |
| 20. ปฏิรูป         | Reform         |
| 21. ปฏิกรรม        | Reparation     |
| 22. ผลิต           | Produce        |

- |                       |                        |
|-----------------------|------------------------|
| 48. สื่อสารมวลชน      | Mass Communication     |
| 49. สถาบัน            | Institution, Institute |
| 50. เสรีภาพ           | Liberty                |
| 51. สัญลักษณ์         | Symbol                 |
| 52. ทัศนวิสัย         | Scientific             |
| 53. องค์การ           | Organization           |
| 54. สิทธิพิเศษ        | Prerogative            |
| 55. เอกสิทธิ์         | Privilege              |
| 56. โฉมหน้า           | Aspect                 |
| 57. โฉม               | Shape                  |
| 58. รูปโฉม            | Figure                 |
| 59. ภาพ               | Image                  |
| 60. ปณิภาพ            | Conception             |
| 61. จินตนาการ         | Imagination            |
| 62. จุดยืน            | Standpoint             |
| 63. บรรณารักษศาสตร์   | Library Science        |
| 64. สันทนาการ         | Recreation             |
| 65. พหุศึกษา          | Physical Education     |
| 66. สำนึกจิต          | Esprit de Corps        |
| 67. วิทยาลัย          | Campus                 |
| 68. ศัพท์คำราชา       | Bookish Term           |
| 69. ศาสตร์ภาวะแวดล้อม | Environic              |
| 70. นามสงเคราะห์      | Directory              |
| 71. มรดก              | Pollution              |
| 72. มรดกทางทะเล       | Marine Pollution       |

**ภาพถ่ายอย่างศัพท์ที่ทรงคิดในหนังสือจากพระราชทานเพลิงศพ**

คำว่า นันทนาการ (Recreation) หมายถึง กิจกรรม (Activity) ที่บุคคลเข้าร่วม ทั้งด้วยความสมัครใจและไม่สมัครใจ ทั้งในเวลาว่างหรือในเวลาที่ไม่ว่าง (หมายถึงเวลาที่เป็นความจำเป็นที่จะต้องเข้าร่วมในกิจกรรมนันทนาการ (Recreation Activity) ที่มีผู้นำกิจกรรมนันทนาการ (Recreation Leader) มาจัดดำเนินการ เพราะเป็นส่วนหนึ่งของโครงการการฝึกอบรม หรือเป็นส่วนหนึ่งของกิจกรรมที่ผู้สอนนำมาให้ผู้เรียนได้เข้าร่วม เพื่อสร้างความผ่อนคลาย และอื่น ๆ) ผลจากการเข้าร่วมในกิจกรรมที่มีผู้จัดให้ นั้น อาจจะทำให้ได้รับความสนุกสนาน บางครั้งอาจทำให้ได้รับความรู้ ทักษะ และประสบการณ์เพิ่มเติม จนนำไปสู่ภาวะที่เรียกว่า นันทนิจิต (Leisure) ผู้ที่อยู่ในภาวะ (State) นี้จะเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการที่ตนเองมีเสรีที่จะเลือก (Freedom of Choice) อันเกิดขึ้นจากแรงจูงใจภายใน (Intrinsic Motivation) ของตนเอง กิจกรรมนันทนาการที่เลือกเข้าร่วมนั้นเหมาะสม หรืออาจมีความท้าทายกับทักษะและความสามารถของตนเอง ทำให้การเข้าร่วมกิจกรรมนั้น ๆ ดำเนินไปด้วยความพึงพอใจอย่างมีประสิทธิภาพและประสิทธิผล (Flow) และผู้เข้าร่วมเองนั้นจะเป็นผู้กำหนดหรือจะเป็นผู้ที่ตัดสินใจด้วยตนเองว่าจะเข้าร่วมกิจกรรมนั้น ๆ ต่อไป หรือจะหยุดการเข้าร่วมกิจกรรมนั้น ๆ ทันทีหรือไม่ก็ได้ (Self Determination) กิจกรรมที่เข้าร่วมนั้น ต่อไปจะขอเรียกว่า กิจกรรมนันทนิจิต (Leisure Activity) อันเป็นกิจกรรมที่มีลักษณะเดียวกันกับการมีภาวะนันทนิจิตนั้น

จากที่กล่าวข้างต้น ประสบการณ์นันทนิจิต (Leisure Experiences) ที่ผู้เข้าร่วมได้รับจะมีคุณภาพมากกว่าที่จะได้รับจากการเข้าร่วมในกิจกรรมนันทนาการ ที่เรียกว่า ประสบการณ์นันทนาการ (Recreation Experiences)

คำสุดท้ายที่จะขอกล่าวถึงคือคำว่า นันทนิจิตศึกษา (Leisure Study) ซึ่งอาจมีความหมายออกไปเป็น 2 แนวทาง แนวทางแรกจะหมายถึง ศาสตร์สาขาหนึ่งในระดับปริญญาบัณฑิตหรือระดับบัณฑิตศึกษาในบางมหาวิทยาลัย ที่เรียกว่า นันทนิจิตศาสตร์ (Leisure Studies) หรือในบางมหาวิทยาลัย อาจเรียกสาขาวิชานี้ว่า พฤติกรรมนันทนิจิต (Leisure Behavior) เช่น สำนักวิชาสุขศึกษาพลศึกษาและนันทนาการ ของมหาวิทยาลัยอินเดียน่า แห่งเมืองบลูมมิงตัน จัดการศึกษาในระดับบัณฑิตศึกษาสาขาวิชานี้ ส่วนแนวทางที่สองนั้น ความหมายของนันทนิจิตศึกษาจะออกไปในแง่ของการจัดการศึกษาทางด้านนันทนิจิตให้แก่กลุ่มบุคคลผู้ด้อยความสามารถ (Persons with Disabilities) ซึ่งกลุ่มบุคคลนี้ไม่จำเป็นว่าจะต้องเป็นคนพิการ (ที่พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน ฉบับปี พ.ศ. 2542 ให้คำแปลคำพิการ ว่า เป็นคำวิเศษณ์ (ว.) แปลว่า เสียอวัยวะมีแขนขาเป็นต้น, เสียไปจากสภาพเดิม, เช่น แขนพิการ ตาพิการ, บางทีใช้เข้ากับคำ พิกล เป็น พิกลพิการ. (ป., ส. วิการ)) แต่อาจจะหมายถึง ผู้สูงวัย เด็กไร้บ้าน ผู้ป่วยในโรงพยาบาล ผู้ต้องขังในเรือนจำหรือในสถานกักกัน เป็นต้น ผู้เขียนมีความคิดเห็นว่า นันทนิจิตศึกษาควรเป็นรายวิชาหนึ่งสำหรับนักเรียนในโรงเรียนที่จะให้ความรู้ความเข้าใจทักษะและ

ประสบการณ์ทางด้านนันทนจิตแก่นักเรียน เพื่อที่นักเรียนจะได้มีความตระหนักในเรื่องของเวลาว่าง (เวลาว่าง เป็นคำแปลหนึ่งของคำว่า Leisure) (Leisure awareness)

คงมีหลายคนอาจสงสัยว่า ทำไมต้องเป็น “นันทนาการศาสตร์” และ “นันทนาการศาสตร์” เป็นกลุ่มวิชาหนึ่งในหลักสูตรวิทยาศาสตร์บัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาได้อย่างไร ทำไมไม่เป็น นันทนาการการกีฬา หรือกีฬานันทนาการ เหมือนกลุ่มวิชาอื่น ๆ ที่มีคำว่า “กีฬา” อยู่ต่อท้ายชื่อกลุ่มวิชา (ยกเว้น กลุ่มวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพ) เพราะเป็นกลุ่มวิชาที่อยู่ในสำนักวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาที่มีคำว่า “กีฬา” อยู่ในชื่อของสำนักวิชา (คำว่า “สำนักวิชา” หรือภาษาอังกฤษใช้คำว่า “School” เป็นการแบ่ง และเรียกชื่อหน่วยงานภายในของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ตามพระราชบัญญัติจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย พ.ศ. 2522 โดย ศาสตราจารย์ ดร. เทียนฉาย กีระนันทน์ อธิการบดีในขณะนั้น สำนักวิชาฯ มีฐานะเทียบเท่ากับคณะ อื่น ๆ ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย สามารถผลิตบัณฑิตได้ตั้งแต่ระดับปริญญา บัณฑิต จนถึงระดับปริญญาคุณวุฒิบัณฑิต เพียงแต่ไม่มีภาควิชาเท่านั้น ปัจจุบัน ได้เปลี่ยนสถานภาพเป็น คณะวิทยาศาสตร์การกีฬา ตามมติที่ประชุมสภาจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยครั้งที่ 718 เมื่อวันที่ 26 พฤศจิกายน 2552 ซึ่งได้ลงประกาศในราชกิจจานุเบกษา เล่มที่ 127 ตอนพิเศษ 16 ง ลงวันที่ 1 กุมภาพันธ์ 2553 ทำให้มีผลบังคับใช้ตั้งแต่วันที่ 2 กุมภาพันธ์ 2553) จากการสอบถามผู้มีส่วนเกี่ยวข้องกับการจัดตั้งสำนักวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาและหลักสูตรวิทยาศาสตร์บัณฑิตของสำนักวิชา วิทยาศาสตร์การกีฬา ทำให้ทราบความเป็นมาเป็นไปของการมีกลุ่มวิชานันทนาการศาสตร์อยู่ในหลักสูตร [ทั้งหลักสูตรวิทยาศาสตร์บัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา พ.ศ. 2541 และหลักสูตร วิทยาศาสตร์บัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา (หลักสูตรปรับปรุง พ.ศ. 2546)] พอสรุปได้ว่า เนื่องจาก สำนักวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาได้รับการพัฒนาขึ้นมาจากภาควิชาพลศึกษา คณะครุศาสตร์ ที่ประกอบไปด้วยโปรแกรมวิชาพลศึกษา โปรแกรมวิชาสุขศึกษา และโปรแกรมวิชานันทนาการ เมื่อได้รับการพัฒนาแล้วก็ควรจะมีสาขาวิชาของทั้งสามโปรแกรมอยู่ด้วย โดยโปรแกรมวิชาพลศึกษาก็เป็นกลุ่มวิชาวิทยวิธีการกีฬา โปรแกรมวิชาสุขศึกษาก็เป็นกลุ่มวิชาวิทยาศาสตร์สุขภาพประยุกต์ และ โปรแกรมวิชานันทนาการก็เป็นกลุ่มวิชานันทนาการศาสตร์ (มีคำว่า “ศาสตร์” มาต่อ ข้างท้ายคำว่า “นันทนาการ” เพราะสังกัดคณะที่เกี่ยวข้องกับ “วิทยาศาสตร์” นั้นประการหนึ่ง-ผู้เขียน แต่เหตุผลที่สำคัญกว่าก็คือความเป็นมาและพัฒนาการของการศึกษาค้นคว้าที่ยาวนานจนกลายมาเป็นศาสตร์ที่มีความสำคัญในปัจจุบัน สามารถผลิตบัณฑิตเข้าสู่อาชีพทางด้านนันทนาการอันมีลักษณะของความเป็นอาชีพที่เป็นที่ยอมรับ ซึ่งเป็นไปตามเกณฑ์ 5 ประการ ได้แก่ (1) มีองค์ความรู้ที่เป็นระบบ (Systematic Body of Knowledge) (2) มี Professional Authority ที่ได้รับจากองค์ความรู้ในข้อที่ (1) (3) เป็นที่ยอมรับของสังคม in which it functions (4) มีจรรยาบรรณวิชาชีพ และ (5) มี Professional culture based on

shared values and traditions (Hartsoe, C. (1973). Recreation: A Professional Transition. **Park & Recreation** 8(6). อ้างถึงใน คอรัส และ อิบราฮิม, **Applications in Recreation & Leisure for Today and the Future**, 1996) แม้จะไม่มีคำว่า “การกีฬา” แต่ “นันทนาการ” ก็เป็นศาสตร์ที่สำคัญสำหรับการส่งเสริมและพัฒนาการแสดงความสามารถของนักกีฬาให้ถึงจุดสูงสุด (Peak Performance) ได้เช่นกัน หากได้นำสาระสำคัญ (Essences) ของศาสตร์ด้านนันทนาการมาใช้อย่างถูกต้อง นอกจากนั้น ตัวอย่างปัญหา เช่น การเลิกเล่นกีฬากลางคันของนักกีฬาที่มีความสามารถสูงบางคน ที่เรียกกันว่า เบอร์น เอาท์ (Burn Out) ทำให้เป็นนักกีฬาที่ขาดความกระฉับกระเฉง มีความสามารถลดลงเหมือนไฟที่มอดดับ ไม่สามารถเล่นกีฬานั้น ๆ ได้อีกต่อไป นับเป็นปัญหาประการหนึ่งที่ทำให้ความหนักใจให้กับผู้บริหารสมาคมกีฬาของชาติ ตัวนักกีฬาเองและผู้เกี่ยวข้อง ปัญหาดังกล่าวอาจเกิดขึ้นขณะที่กำลังเป็นนักกีฬาที่สามารถสร้างชื่อเสียงให้แก่ประเทศชาติและสมาคม อาจจะเริ่มต้นจากปัญหาเล็ก ๆ ที่ไม่สามารถสังเกตเห็นได้ จนมีอาการกำเริบรุนแรง เมื่อแสดงออกหรือปรากฏอาการขึ้นก็สายไปเสียแล้ว ซึ่งจากปัญหาที่กล่าว หากได้มีการพูดคุยกับนักกีฬา ซักถามทุกข์สุขกันอาจทำให้ทราบปัญหา จะได้หาทางป้องกันและแก้ไข ซึ่งนันทนาการศาสตร์ก็มีศาสตร์ที่เกี่ยวกับการบำบัดที่เรียกว่า “นันทนาการบำบัด” (Therapeutic Recreation) ที่จะนำมาใช้ในการบำบัดรักษา อีกทั้ง นักกีฬาที่เบอร์น เอาท์ ไปแล้ว ก็อาจมีปัญหานั้น ๆ ติดตัวไปด้วย นับเป็นความทุกข์ใจที่ควรได้รับการแก้ไขเป็นอย่างยิ่ง ก็สามารถนำนันทนาการบำบัด มาใช้ในการบำบัดรักษาได้ ทำให้การผลิตบัณฑิตวิทยาศาสตร์การกีฬาทำได้ครบวงจรสมบูรณ์แบบมากยิ่งขึ้น อีกประการหนึ่ง กีฬาซึ่งถือเป็นกิจกรรมนันทนาการที่มีความจำเป็นและมีคุณค่าและประโยชน์อย่างมากมาสำหรับการสร้างความพึงพอใจ การพัฒนาอารมณ์สุข ลดความเครียด เป็นต้น จำเป็นต้องมีการบริหารจัดการที่ดี ดังที่ภาควิชาการจัดการพื้นที่สำหรับนันทนาการและนันทนาการ (Department of Recreation and Park Administration) สำนักวิชาสุศึกษาพลศึกษาและนันทนาการ มหาวิทยาลัยอินเดียนา ณ เมืองบลูมมิงตัน ได้จัดให้มีหลักสูตรการจัดการกีฬานันทนาการ (Recreational Sports Management) ระดับบัณฑิตศึกษาขึ้น แสดงว่ากิจกรรมของนันทนาการจำเป็นต้องมีศาสตร์ที่มีปรัชญา หลักการและการปฏิบัติ (Philosophies, Principles and Practices) หรือพูดง่าย ๆ ว่า มี “ศาสตร์” ที่ต้องนำมาใช้ในการจัดการ ต้องมีการศึกษาค้นคว้าวิเคราะห์สังเคราะห์และวิจัย และสามารถนำมาประยุกต์ใช้ได้เช่นเดียวกับ กลุ่มวิชาการจัดการการกีฬาที่สำนักวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา จัดให้มีการเรียนการสอนอยู่ ทำให้สำนักวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬาเป็นสถาบันการศึกษาแห่งแรกและมีความภาคภูมิใจที่เรียก “นันทนาการ” ว่า “นันทนาการศาสตร์” (Recreation Sciences) และกำหนดให้กลุ่มวิชา “นันทนาการศาสตร์” เป็นกลุ่มวิชาหนึ่งในหลักสูตรวิทยาศาสตรบัณฑิต สาขาวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา ดังกล่าว

## ทำไมต้อง “นันทนจิต”

ผู้เขียนได้พยายามคิดวิเคราะห์สาระของคำจากทฤษฎีปรัชญาและหลักการที่เกี่ยวข้อง ความคิดก็มาสะดุดอยู่ที่คำในภาษาอังกฤษที่เป็นแนวคิดของคำคำไทยคำใหม่หนึ่งในแง่หนึ่ง นั่นคือ State of Mind หรือภาวะของจิต ที่คิดว่าน่าจะเป็นสาระของคำไทยที่เหมาะสมที่สุด ก็เลยสรุปว่าน่าจะเป็นคำไทยคำนี้สำหรับคำภาษาอังกฤษ Leisure คือคำว่า นันทนจิต เนื่องจากเรามีคำว่า “นันทนาการ” ที่มีคำว่า “นันทน” ซึ่งมีความหมายเดียวกันกับคำว่า “นันทน” ใน “นันทนจิต” อยู่แล้ว ส่วนเหตุผลที่ว่าทำไมต้องเป็นคำนี้ ผู้เขียนก็จะพยายามกล่าวถึงเพื่อเป็นจุดเริ่มต้นสำหรับการวิพากษ์ของผู้ที่เกี่ยวข้องกับวงวิชาการด้านนันทนาการศาสตร์กันไป ประเด็นสำคัญต่อมาก็คือ ผู้เขียนมีความคิดเห็นว่าเราน่าจะต้องมาทำความเข้าใจกับคำว่า “นันทนาการ” และ “นันทนจิต” กันอีกมาก เพราะความเข้าใจของคนส่วนมากเมื่อกล่าวถึงคำคำนี้ก็มักจะมองภาพว่าเป็นการให้ผู้ที่มาอยู่ร่วมกันได้เล่นเกมหรือร้องเพลงหรือมีกิจกรรมที่สร้างความสนุกสนานครึกครื้นเฮฮาในเวลาว่าง หรือมีความคิดรวบยอดเกี่ยวกับคำว่า “นันทนาการ” ว่าเป็นกิจกรรมที่สร้างความสนุกสนาน เป็นงานอดิเรก ที่มีกิจกรรมอยู่ประมาณสิบกลุ่มกว่าหรือขึ้นอยู่กับแนวความคิดของแต่ละคนว่าจะเป็นที่กลุ่มกิจกรรม รวมทั้ง อีกหลายคนที่ผู้เขียนได้เคยพูดคุยด้วยมักจะกล่าวว่า “ไม่เห็นมีอะไร” เป็นต้น ซึ่งเป็นจุดที่ทำให้ผู้เขียนคิดว่าน่าจะต้องมีการทำความเข้าใจกันให้ถ่องแท้และถูกต้อง และผู้เขียนถือเป็นโอกาสดีในการเสนอคำไทยคำใหม่เพื่อใช้ในวงวิชานันทนาการศาสตร์กันต่อไปด้วย

## นันทนจิต ต่างกันหรือเหมือนกันกับ นันทนาการ หรือไม่ อย่างไร

ในภาษาต่างประเทศมีการใช้คำสองคำนี้สลับหรือใช้แทนกันบ่อย ๆ คำว่า นันทนจิต หรือ Leisure นี้ พจนานุกรมออนไลน์ของ MSN Encarta-Dictionary กล่าวว่า เป็นคำนาม แปลว่า เวลาว่างจากการทำงาน สามารถเข้าร่วมกิจกรรมที่สร้างความสนุกสนานได้ เป็นคำที่มีการใช้มาตั้งแต่ศตวรรษที่ 13 เป็นคำในภาษาท้องถิ่นของฝรั่งเศส (Via Old French dialect) คือคำว่า *leisour* ที่แปลว่า การอนุญาตยินยอม หรือถ้าแปลตามตัวอักษรก็แปลว่า “ได้รับอนุญาต” เป็นคำที่ผันแปรมาจากคำว่า *leisi* ซึ่งเป็นคำในภาษาลาตินว่า *licere* ซึ่งเกี่ยวกับความเป็นมาและความหมายของคำนี้ ผู้เขียนจะได้กล่าวให้ละเอียดยิ่งขึ้นในตอนต่อไป เพราะเป็นประเด็นหลักที่ผู้เขียนต้องการจะเสนอในการเขียนบทความครั้งนี้

ส่วนคำว่า นันทนาการ หรือ Recreation ซึ่งเป็นคำนามเช่นกัน เพิ่งมีใช้ในศตวรรษที่ 14 แปลว่า กิจกรรมที่บุคคลเข้าร่วมเพื่อการบันเทิงและการผ่อนคลาย หรือสิ่งที่ทำให้ใจและกายสดชื่นหลังจากการ

ทำงาน โดยเฉพาะอย่างยิ่งหากได้เข้าร่วมในกิจกรรมที่สร้างความสนุกสนานเพลิดเพลินใจ (Amusement) ดังนั้น จากคำแปลตามพจนานุกรมดังกล่าวจึงถือได้ว่า ความหมายที่คนส่วนใหญ่เข้าใจ นั้นถูกต้องแล้ว และเพื่อเป็นการปูพื้นฐานสำหรับประเด็นที่ผู้เขียนต้องการเสนอ จึงใคร่ขอเสนอ ความหมายและแนวคิดของนันทนาการ เพื่อที่ท่านผู้อ่านจะได้ทบทวนถึงคำที่เราใช้กันมาก่อน

#### ความหมายและแนวคิดที่เกี่ยวข้องกับนันทนาการ

นันทนาการเป็นศาสตร์ที่ว่าด้วยการพัฒนาคุณภาพชีวิต โดยการเข้าร่วมในกิจกรรมที่มีรูปแบบ/ประเภทต่าง ๆ ที่มีอยู่อย่างมากมายและหลากหลาย ตามความต้องการความสนใจและสมัครใจ และใน เวลาว่างหรือในเวลาอิสระ

ความหมายของนันทนาการนั้นมีผู้กล่าวถึงมากมายและแตกต่างกันไป ดังนี้

1. นันทนาการ หมายถึง การทำให้ร่างกายสดชื่น หรือการทำให้ร่างกายได้สร้างพลังขึ้นมา ใหม่ (Re-fresh or Re-create) อันเป็นความหมายดั้งเดิม
2. นักการศึกษา และนักสังคมศาสตร์ให้ความหมายว่า “นันทนาการ” หมายถึง กิจกรรม (Activities) ซึ่งมีชนิดประเภทและรูปแบบกิจกรรมที่หลากหลาย
3. นันทนาการ หมายถึง กระบวนการ (Process) กล่าวคือ ในการพัฒนาประสบการณ์ หรือพัฒนาคุณภาพชีวิตของบุคคลหรือสังคมโดยอาศัยนันทนาการต้องกระทำเป็นกระบวนการ ผลจากการ เข้าร่วมในกระบวนการ เรียกว่า ประสบการณ์
4. นันทนาการ หมายถึง สวัสดิการสังคม (Social Welfare) ที่รัฐและผู้บริหารท้องถิ่นจะต้อง มีหน้าที่จัดให้บริการแก่ชุมชน เพื่อให้ประชาชนมีความเป็นอยู่ที่ดี

ความหมายของคำว่า นันทนาการที่คนส่วนมากรู้จักกันดี มีความเกี่ยวข้องกับกิจกรรม หรือการ มีกิจกรรมเป็นองค์ประกอบที่สำคัญของความหมาย ซึ่งโดยเนื้อแท้แล้ว นันทนาการมีความหมาย มากกว่าการเป็นกิจกรรม เพราะนันทนาการช่วยทำให้เกิดการฟื้นคืนสู่สภาพเดิมของพลังร่างกายและ จิตใจ ทำให้ร่างกายและจิตใจเกิดความสมดุล

#### ที่มาของคำ “นันทนจิต” แนวคิด ความหมายและคำที่เกี่ยวข้อง

นันทนจิต เป็นคำที่ผู้เขียนคิดขึ้น ได้เมื่อครั้งไปเข้ารับการศึกษาอบรมเกี่ยวกับ “นันทนาการ บำบัด” ที่มหาวิทยาลัยอินเดียนา บลูมมิงตัน รัฐอินเดียนา ประเทศสหรัฐอเมริกา ระหว่างเดือนสิงหาคม ถึงธันวาคม 2546 เป็นคำมาจากคำในภาษาไทยว่า “นันทน์” อันเป็นคำที่เป็นทั้งคำในภาษาบาลีและ ภาษาสันสกฤต และเป็นคำนาม มีคำแปลว่า ความสนุก ความยินดี ความรื่นเริง (พจนานุกรมฉบับเฉลิม พระเกียรติ พ.ศ. 2530, หน้า 272) มาสมานกับคำว่า “จิต” ที่เป็นคำนาม มีคำแปลว่า ใจ สิ่งที่มีหน้าที่รู้

คิด และนี่ก็ (พจนานุกรมฉบับเฉลิมพระเกียรติ พ.ศ. 2530, หน้า 144) เมื่อนำคำแปลของคำทั้งสองมา รวมกันน่าจะแปลว่า “ใจที่มีแต่ความสนุกสนานรื่นเริงยินดี”

### ความหมายของนันทนจิต

ดังที่ได้เคยกล่าวถึงเกี่ยวกับคำว่า Leisure ที่ผู้ใช้คำนี้ส่วนใหญ่มักจะคิดกันถึงแต่ความหมายที่ว่า “เวลาว่าง” ยกเว้น นิสิตนักศึกษาในสถาบันการศึกษาต่าง ๆ ที่มีการผลิตบัณฑิตในสาขาวิชาพลศึกษา ซึ่งจะหมายรวมถึงบัณฑิตในสาขาวิชาสุขศึกษาและสาขาวิชานันทนาการ และนิสิตนักศึกษาที่ ลงทะเบียนเรียนรายวิชาที่เกี่ยวข้องกับนันทนาการ เช่น นันทนาการขั้นนำ ค่ายพักแรม การเป็นผู้นำ นันทนาการ เป็นต้น รวมถึงผู้ที่มีความสนใจใฝ่รู้เท่านั้นที่ (บางคนอาจ) จะทราบถึงความหมายของคำว่า Leisure (ซึ่งผู้เขียนจะเขียนคำนี้เป็นภาษาไทยว่า นันทนจิต ตั้งแต่บัดนี้เป็นต้นไป) ที่ลึกซึ้งมากกว่าคำว่า “เวลาว่าง” และมากกว่าความหมายอื่น

ในปี 1899 เว็บบ์ (Veblen, 1953 อ้างถึงใน Kelly, 1996) ให้คำจำกัดความของคำ นันทนจิต ว่าเป็นการใช้เวลาไปโดยเปล่าประโยชน์

คาเพลน (Kaplan, 1975) ได้ให้คำจำกัดความของคำนันทนจิต โดยแบ่งออกเป็น 6 ประเภท คาเพลนยอมรับว่าคำจำกัดความที่จะกล่าวไม่ได้เริ่มมาจากพื้นฐานที่จะนำไปสู่การสรุปเดียวกัน ตัวอย่างเช่น คำจำกัดความที่เกี่ยวข้องกับ Humanistic or Classic เริ่มต้นจากความคิดรวบยอดของ Humanity และต้องการอิสระจากสิ่งที่เป็นความจำเป็น ในแง่ของการบำบัด (Therapeutic Approach) มี สมมติฐานว่า คนบางคนมีสุขภาพดีน้อยกว่า และนันทนจิตจะดีสำหรับพวกเขา ในแง่ของรูปแบบที่เน้น ปริมาณ (Quantitative Model) จะกล่าวถึงเวลาที่ถูกใช้ว่าใช้ไปอย่างไร ในแง่ที่เกี่ยวกับความคิดด้าน สถาบัน (Institutional Concept) จะกล่าวถึงหน่วยงานที่ทำหน้าที่ต่าง ๆ ภายในระบบของสังคมที่นันทน จิตควรจัดให้บริการโดยโรงเรียน ครอบครัว โบสถ์ เศรษฐกิจ และจังหวัด/รัฐ ในแง่ของความคิดรวบ ยอดที่เกี่ยวกับทฤษฎีความรู้ (Epistemological Conception) มีพื้นฐานอยู่ที่คุณค่าทางวัฒนธรรม และในแง่ของสังคม (Sociological Approach) เริ่มต้นจากความเชื่อที่ว่า คำว่า นันทนจิตและคำอื่น ๆ ถูกให้คำ จำกัดความในบริบททางสังคม โดยผู้มีบทบาททางสังคม (Social Actors) เป็นผู้กำหนดความหมายให้ คาเพลนกล่าวให้ชัดเจนขึ้นว่า คำจำกัดความมักจะแตกต่างกันอย่างลิบลิบตามวิสัยทัศน์ที่แตกต่างกัน ของมนุษย์และโลก

เมอร์ฟี (Murphy, 1974) ได้จัดประเภทคำจำกัดความของคำว่า นันทนจิต ไว้ 6 ประเภท คล้าย กับที่คาเพลนได้กล่าวมาแล้ว ได้แก่

1. เวลาที่สามารถใช้ได้ตามต้องการ (Discretionary Time) นันทนจิตในฐานะของเวลาที่เหลือ จากการทำงานในหน้าที่และภาระกิจตามความจำเป็นของมนุษย์



2. เครื่องมือทางสังคม (Social Instrument) นันทนจิตในฐานะสื่อไปสู่เป้าหมายทางสังคม เช่น การบำบัดการเจ็บป่วย (Therapy for the ill) เป็นหนทางไปสู่การมีส่วนร่วมทางสังคม เป็นการพัฒนาทักษะ และเป็นการทำหน้าที่ทางสังคมให้สมบูรณ์ (Fulfillment of Social Functions)
3. ชั้นทางสังคม เชื้อชาติ และอาชีพ (Social Class, Race, and Occupation) นันทนจิตในฐานะที่ถูกกำหนดโดยสังคมและมรดกทางสังคม รูปแบบการกำหนดเป็นพื้นฐานของการวิจัยเกี่ยวกับการทำนายการเข้าร่วมกิจกรรม และ ดังนั้น ที่กล่าวนี้จึงมิใช่คำจำกัดความแต่เป็นสมมติฐานทางสังคม (Sociological Assumption)
4. ความหมายดั้งเดิม (Classic) นันทนจิตในฐานะที่เป็นภาวะของความเป็นอิสระ “สภาวะ” ของจิตวิญญาณ และ เป้าหมายที่บรรลุได้ยาก
5. การต่อต้านผู้ถือลัทธิเอาประโยชน์ (Antiutilitarian) นันทนจิตในฐานะที่เป็นจุดจบในตัวเอง ไม่ใช่ สิ่งที่เป็นรองจากการงาน (Not Secondary to Work) เช่น การแสดงออกส่วนตน (Self-Expression) และ การทำให้ตนเองได้รับความพึงพอใจอย่างเต็มที่ (Self-Fulfilling Satisfaction)
6. โดยภาพรวม (Holistic) นันทนจิตในฐานะของสิ่งที่สามารถค้นพบได้ในสิ่งที่ไม่เคยได้พบหรือไม่เคยรู้มาก่อนจากกิจกรรมใดใด ในทุกสถานที่ ดังที่ เมอร์ฟี ได้แสดงความคิดเห็นว่า นันทนจิตที่แท้จริงก็คือ ความเป็นอิสระจากการสนับสนุนของตนเองที่แสดงออกในกิจกรรม (Murphy's premise is that true leisure is person-enhancing freedom expressed in activity)

จากพจนานุกรมเวิร์ดเน็ต (WordNet Dictionary) ได้ให้คำจำกัดความของคำว่า “นันทนจิต” ในฐานะที่เป็น คำคุณศัพท์ (adj) ว่า เป็นการว่างจากหน้าที่หรือความรับผิดชอบ

จากการสัมมนานานาชาติเกี่ยวกับนันทนจิตศึกษา (Leisure Education) ที่เมืองเชรูชาเต็ม ประเทศอิสราเอล เมื่อปี ค.ศ. 1993 ได้ให้ความหมายคำ นันทนจิตไว้ว่า นันทนจิตเป็นบริเวณเฉพาะ (Specific Area) ของประสบการณ์ของมนุษย์ที่พร้อมด้วยคุณประโยชน์ของตัวมันเอง อันรวมไปถึง ความเป็นอิสระที่จะเลือก (Freedom of Choice) ความสร้างสรรค์ (Creativity) ความพึงพอใจ (Satisfaction) ความร่าเริง (Enjoyment) และความพึงพอใจและความสุขที่เพิ่มมากขึ้น (Increased pleasure and happiness)

นันทนจิต เป็นการรวบรวมรูปแบบของการแสดงออกหรือกิจกรรมที่มีองค์ประกอบทาง กายภาพ สติปัญญา สังคม ศิลปะ หรือจิตใจที่มีสภาพเป็นธรรมชาติด้วยความตั้งใจที่แรงกล้าให้เข้ามา ก่อให้เกิดประโยชน์สำหรับการดำรงชีวิตในฐานะที่เป็น “วิถีแห่งชีวิต” (WLRA International Charter for Leisure Education. Drafted and Approved at the WLRA International Seminar on Leisure

Education, Jerusalem, Israel, August 2-4 1993 and ratified by the WLRA Board, Jaipur, India, Dec. 3 1993.)

นอกจากนั้น นันทนจิต ในฐานะที่เป็นค่านาม อาจแปลว่า เวลาที่มีอยู่เพื่อใช้ในการทำสิ่งที่ทำให้มีความสุขสบายและความผ่อนคลาย ดังประโยคตัวอย่างที่ว่า "His job left him little leisure" โดยมีความหมายในคำภาษาอังกฤษว่า leisure time หรือ free time, หรือ spare time ที่มีความหมายว่า - to that is free for leisure activities หรือที่ใช้เป็นภาษาไทยว่า “เวลาว่าง” ที่ส่วนใหญ่เข้าใจและใช้กันอยู่ในปัจจุบัน

นันทนจิต อาจหมายถึง เวลาที่ผู้เข้าร่วมสามารถเลือกได้อย่างอิสระ และ/หรือเป็นกิจกรรมที่คัดสรรสำหรับแต่ละบุคคลที่ไม่เกี่ยวข้องกับงานหรือรูปแบบกิจกรรมอื่น ๆ ที่นับว่าเป็นความจำเป็นหรือว่าถูกบังคับให้กระทำ และเป็นสิ่งที่คาดว่า หลังจากการเข้าร่วมหรือประกอบกิจกรรมนั้น ๆ ไปแล้วจะทำให้เกิดความรู้สึกที่พึงพอใจ มีความผูกพัน มีความสุข เป็นไปเอง โดยตนเอง โดยที่ไม่ต้องมีใครมากระตุ้น ที่เกิดขึ้นทันที เป็นความประหลาดมหัศจรรย์ที่เกิดขึ้นในใจ หรือเกิดจินตนาการ ทำให้บรรลุมหาความปรารถนา ได้แสดงออกซึ่งตัวตนของตน และมีการพัฒนาตนเอง อาจกล่าวได้ว่า นันทนจิต เป็นอาณาจักรของกิจกรรมที่สำคัญของชีวิต เป็นสาระที่จำเป็นสำหรับการพัฒนาตลอดชีวิต (lifelong development) และเป็นความเจริญรุ่งโรจน์ความผาสุกความสุขใจของบุคคล (personal well-being)

คอร์ดส และ อิบราฮิม (Cordes and Ibrahim, 1996) ได้กล่าวถึงการให้คำจำกัดความของค่านันทนจิตว่า เป็นการยากที่จะให้คำจำกัดความ เพราะแนวโน้มของผู้ให้จะกล่าวถึงคำจำกัดความในเชิงอัตนัยระดับสูง และความหมายของนันทนจิตจะแตกต่างกันออกไปในแต่ละวัฒนธรรม นักวิชาการด้านนันทนาการศาสตร์จำนวนมากก็รู้สึกเสียใจกับความยากที่จะให้คำจำกัดความของค่านันทนจิตให้เป็นที่พึงพอใจได้ อย่างไรก็ตาม คอร์ดส และ อิบราฮิม ก็ได้สรุปความหมายของนันทนจิตไว้เพื่อให้เป็นไปตามจุดประสงค์ของการเขียนหนังสือ เรื่อง Applications in Recreation and Leisure ว่า “นันทนจิต คือ ความยินยอมที่จะกระทำสิ่งใดใดตามความพึงพอใจตามอัตภาพ การเข้าร่วมในกิจกรรมตามการเลือกของตน และการยกเลิกการเข้าร่วมกิจกรรมตามความตั้งใจของตนเอง”

อิวาซากิและแมนเนลล์ (Iwasaki & Mannell, 2000), แมนเนลล์และไคลเบอร์ (Mannell & Kleiber, 1997) ได้สรุปความหมายของคำว่า นันทนจิต ว่ามีความหมายที่หลากหลายแตกต่างกันไปตามมุมมองของแต่ละคน เป็นความหมายที่เกี่ยวข้องกับ อิสระของการเลือก (Freedom of Choice) หรือ การเลือกอย่างมีอิสระ และเกิดจากแรงจูงใจภายใน (Intrinsic Motivation) ซึ่งพฤติกรรมที่จะแสดงให้เห็นหรือพฤติกรรมที่สะท้อนกลับมาก็คือ ความสนุกสนานเพลิดเพลิน และความพึงพอใจที่แต่ละคนได้รับ

ยังมีผู้แสดงทัศนะเกี่ยวกับ นันทนจิต ไว้อีกมากมาย (Mannell, R.C., & Kleiber, D.A., 1997) รวมทั้ง ออสติน (Austin, 1999) ผู้เขียนหนังสือนันทนาการบำบัดขั้นนำ (Therapeutic Recreation: An introduction) และคนอื่น ๆ (e.g., Iso-Ahola, 1980; Neulinger, 1980; Smith & Theberge, 1987) ที่ได้กล่าวถึงปัจจัยเกี่ยวกับ ความเป็นอิสระที่แต่ละคนสามารถรับรู้/เข้าใจ (perceived freedom) และ แรงจูงใจภายใน (intrinsic motivation) ที่ถือว่าเป็น **คุณสมบัติกลาง** ของคำว่า นันทนจิต ไว้ กล่าวคือ “ความเป็นอิสระที่ตนเองสามารถรับรู้/เข้าใจ” เป็นความสามารถของบุคคลในการจัดการบางสิ่งตามที่ตนเองเลือกไว้ หรือตามที่ตนเองกำหนด ที่เรียกว่า “self-determination” นอกเหนือจากการแสดงพฤติกรรมปกติของตัวเอง และสิ่งที่เป็นอยู่จะไม่มีการรบกวนหรือได้รับแรงกดดันจากภายนอก ส่วน “แรงจูงใจจากภายใน” เป็นปัจจัยที่ทำให้เกิดพลัง ซึ่งในทางจิตวิทยาถือว่าเป็นรางวัลภายใน (internally rewarding) เป็นพฤติกรรมที่เป็นแรงกระตุ้นจากภายในให้เข้าไปตามความต้องการของตนเอง และเพื่อตนเอง มากกว่าที่จะเป็นหนทางไปสู่การได้รับรางวัลภายนอก ดังนั้น แรงจูงใจภายในจึงนับว่าเป็นปัจจัยที่สำคัญของนันทนจิตสำหรับการเข้าร่วมและดำเนินกิจการทุกสิ่งให้ประสบผลสำเร็จได้อย่างมีประสิทธิภาพ

อิโซ-อาโฮลา (Iso-Ahola, 1984) ได้กล่าวถึง รางวัลอันแท้จริง (intrinsic reward) ของนันทนจิต ว่า

รางวัลอันแท้จริง ที่บุคคลแสวงหาจากการเข้าร่วมในกิจกรรมนันทนจิต อาจแบ่งออกได้เป็นรางวัลส่วนตัว และรางวัลระหว่างบุคคล (personal and interpersonal rewards) รางวัลส่วนตัว อาจหมายถึงสิ่งที้นอกจากความสามารถที่จะทำอะไรตามที่ตนกำหนดด้วยตัวเองแล้ว ยังรวมถึงความรู้สึกถึงสมรรถภาวะ (competence) หรือการมีความสามารถ (mastery) การท้าทาย (challenge) การเรียนรู้ (learning) การสำรวจค้นหา (exploration) ความพยายาม (efforts) และการผ่อนคลาย (relaxation) อีกด้วย และในอีกประการหนึ่ง การเข้าร่วมในกิจกรรมของนันทนจิต ที่เขาคิดว่าเป็นสิ่งดีมีประโยชน์สำหรับเขา เป็นความท้าทาย และทำให้เขาได้ใช้และพัฒนาทักษะและความสามารถส่วนตัว การได้เรียนรู้สิ่งใหม่หรือกิจกรรมใหม่ การได้รับทักษะใหม่ การได้ใช้ความพยายาม และการสำรวจสิ่งที่เป็นรางวัลภายในทุกอย่างที่บุคคลจะได้รับจากการเข้าร่วมในกิจกรรมนันทนจิตตามความต้องการของตนเองเพื่อตนเอง (for their own sake) ส่วนรางวัลระหว่างบุคคล (interpersonal rewards) อาจหมายถึงสิ่งหนึ่งหรือหลายสิ่งที่ได้รับ เช่น การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม ก็เป็นรางวัลภายในที่สำคัญที่ผู้คนที่ต้องการ

นอกจากนั้น ยังได้กล่าวถึงนันทนจิตว่าเป็นแหล่งสำคัญสำหรับการพัฒนาส่วนบุคคล สังคมและเศรษฐกิจ และเป็นแง่มุมที่สำคัญของคุณภาพชีวิต นอกจากนี้ ยังเป็นสินค้าและ

อุตสาหกรรม (commodity and industry) ทางวัฒนธรรมที่สร้างสรรค์การทำงาน สินค้าและบริการอีกด้วย อย่างไรก็ตาม ปัจจัยด้านการปกครอง เศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรมและสิ่งแวดล้อมก็สามารถสร้างเสริม หรือถ่วง/ขัดขวาง/เป็นอุปสรรคสำหรับการพัฒนาหรือความเจริญก้าวหน้าของนันทนิจได้เช่นกัน

นันทนิจในแง่ที่ดีและในภาพรวมสามารถที่จะสร้างเสริมสุขภาพและความผาสุก (Well-being) ได้ โดยการเสนอโอกาสที่หลากหลายที่จะทำให้บุคคลหรือกลุ่มสามารถเลือกกิจกรรมและประสบการณ์ที่เหมาะสมสำหรับความต้องการ ความสนใจและความปรารถนาของตนเอง ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถบรรลุศักยภาพทางนันทนิจที่สูงที่สุดได้ เมื่อเขาได้มีส่วนร่วมในการตัดสินใจที่แสดงให้เห็นถึงสถานะภาพทางนันทนิจของพวกเขาทั้งหลายเองอีกด้วย

นันทนิจเป็นสิทธิมนุษยชนขั้นพื้นฐาน เช่นเดียวกับการมีสิทธิทางการศึกษา การทำงาน และการมีสุขภาพที่ดี และไม่ควรมีใครก็ตามที่จะไม่ได้รับสิทธินี้ อันเนื่องมาแต่ เพศ อายุ เชื้อชาติ ความเชื่อ ศาสนา สภาวะสุขภาพ สถานะภาพทางเศรษฐกิจ และ/หรือความพิการ โดยเด็ดขาด

นันทนิจเป็นมากกว่าปรากฏการณ์ทางประวัติศาสตร์ เป็นสิ่งที่กำลังเป็นอยู่และกำลังจะเป็น เป็นความเป็นไปได้ของปฏิบัติการที่สร้างสรรค์ (Kelly, 1996)

### แรงกระตุ้นของนันทนิจ

ปัจจัยที่เป็นแรงกระตุ้นของนันทนิจมีมากมายหลากหลายและแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ขึ้นอยู่กับบุคลิกภาพของคนนั้น ๆ รูปแบบการดำเนินชีวิต เป้าหมายและความต้องการ แต่โดยทั่วไป ปัจจัยที่ทำให้บุคคลเข้าร่วมในนันทนิจก็คือ ความสนุกสนาน (Fun) และ ความร่าเริงยินดี (Enjoyment) (Kraus, 1994) ส่วน ไดรเวอร์ และบราวน์ (Driver and Brown, In Edginton, Jordan, DeGraaf, and Edginton. **Leisure and life satisfaction**, 1995) ได้ทำการสำรวจวรรณคดีที่เกี่ยวข้องกับการดำเนินงานในคณะกรรมการของประธานาธิบดีสหรัฐอเมริกาเกี่ยวกับกิจกรรมกลางแจ้งของคนอเมริกัน พบว่ามีปัจจัยหลายประการที่ทำให้บุคคลเข้าร่วมในนันทนิจ พอสรุปได้ดังนี้

1. สนุกสนานเพลิดเพลินกับธรรมชาติ (Enjoy Nature)
2. สมรรถภาพทางกาย (Physical Fitness)
3. ลดความตึงเครียด (Reduce Tension)
4. หลีกหนีฝูงชนและเสียงที่อึกทึก (Escape Noise and Crowds)
5. การเรียนรู้กลางแจ้ง (Outdoor Learning)
6. แลกเปลี่ยนค่านิยมที่คล้ายคลึงกัน (Share Similar Values)

7. ความเป็นอิสระ (Independence)
8. ความสัมพันธ์ในครอบครัว (Family Kinship)
9. การทดสอบความรู้สึก (Introspection)
10. การได้อยู่กับคนที่มีความพร้อมและมีความตั้งใจ (Be With Considerate People)
11. การกระตุ้นความสัมฤทธิ์ผล (Achievement Stimulation)
12. พักผ่อนร่างกาย (Physical Rest)
13. สอน/นำผู้อื่น (Teach/Lead Others)
14. อยากเสี่ยงผจญภัย (Risk Taking)
15. ลดความเสี่ยงภัย (Risk Reduction)
16. พบคนหน้าใหม่ (Meet New People)
17. ฟื้นความหลัง (Nostalgia)

ปัจจัยดังกล่าวอาจแสดงให้เห็นถึงความหมายของนันทนจิตได้บ้าง หรืออย่างน้อยก็แสดงให้เห็นความคิดหลักที่เป็นแกนของนันทนจิตก็คือ การมีอิสระในการเลือกกิจกรรมและแรงจูงใจภายในในการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนจิตเพื่อให้บรรลุซึ่งความพึงพอใจในชีวิต (Life Satisfaction) ของบุคคลนั่นเอง

### นันทนจิตเกี่ยวข้องกับการเมืองการปกครองหรือไม่?

ความหลากหลายทางนันทนจิต (Leisure Diversity) ในสังคมที่มากหลายวัฒนธรรม (Multicultural Society) ในสังคมอเมริกัน ทำให้ชนกลุ่มน้อย (Minorities) กำลังกลายเป็นชนกลุ่มใหญ่ (Majorities) ขึ้นมา ประเด็นของนันทนจิตก็เริ่มขยายขอบเขตมากขึ้น โดยประเด็นที่เกี่ยวกับความหลากหลายทาง เชื้อชาติ เผ่าพันธุ์ และชนชั้นทางสังคม จะไปรวมตัวกับปัจจัยทางเพศ และธรรมชาติของความพึงพอใจทางเพศ (Sexual Orientation) ขึ้น นอกจากนั้น ประเด็นของนันทนจิตในธุรกิจและการตลาด เช่น การใช้จ่ายที่สัมพันธ์กับนันทนจิต คิดเป็นร้อยละ 97 ของการตลาดหมายความว่าอะไร นันทนจิตกับสังคมของผู้สูงวัยที่เริ่มมีจำนวนมากขึ้น นันทนจิตในยุคเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารควรเป็นเช่นไร นันทนจิตในฐานะประเด็นทางการเมืองการปกครองที่จะกล่าวต่อไปนี้เป็นเช่นไร ซึ่งประเด็นการเมืองการปกครองที่จะยกขึ้นมากล่าวถึงนี้เป็นเพียงตัวอย่างที่ผู้เขียนกำลังจะอธิบายถึงความคิดรวบยอดเกี่ยวกับนันทนจิตเท่านั้น หากเป็นไปได้ในโอกาสต่อไป ผู้เขียนจะได้พยายามเสนอข้อคิดเห็นต่าง ๆ เกี่ยวกับนันทนจิตทางบทความให้มากยิ่งขึ้น

นันทนจิตเกี่ยวข้องกับการเมืองการปกครองในแง่ที่ว่าองค์กรหรือหน่วยงานของรัฐเป็นเจ้าของและผู้จัดบริหารแหล่งนันทนาการและนันทนจิตส่วนใหญ่ กล่าวคือ รัฐเป็นผู้กำหนดเขตป่าไม้ เขต

วนอุทยาน/อุทยานแห่งชาติ แหล่งน้ำ ภูเขา และแหล่งนันทนาการอื่น ๆ หลายชุมชนซึ่งงบประมาณเพื่อการบริหารโครงการนันทนาการและสิ่งอำนวยความสะดวกต่าง ๆ จึงมีความเป็นไปได้ที่โอกาสและความสมหวังของผู้เข้ารับบริการอาจจะไม่บรรลุ เพราะงบประมาณเป็นสิ่งที่ต้องมาก่อนหรือเป็นสิ่งที่รัฐหรือชุมชนให้ความสนใจเป็นพิเศษ ดังนั้น การกำหนดสิ่งที่ต้องมาก่อนหรือสิ่งที่ต้องให้ความสนใจเป็นพิเศษจึงเป็นกระบวนการทางการเมืองและการปกครอง

กิจกรรมนันทนาการบางประเภทในบางประเทศ หรือตัวอย่างที่เห็นได้ชัดเจนในประเทศก็คือการกำหนดเวลาเปิดปิดสถานบันเทิงและการห้ามผู้มีอายุต่ำกว่า 20 ปี เข้าในสถานบันเทิงบางประเภท หรือตัวอย่างกิจกรรมนันทนาการหลายประเภท รวมทั้ง การผิวกาย/เป่าปาก จะกระทำมิได้ในวัน แซบแบทซ์ (Sabbath) ซึ่งเป็นวันเข้าโบสถ์ในวันอาทิตย์ของชาวคริสต์ส่วนใหญ่ หรือวันเสาร์สำหรับศาสนาของชาวยิวที่เรียกว่า “Judaism” และชาวคริสต์บางกลุ่ม (Christian Denominations) หรือ เมืองในอาณานิคมของ นิวอิงแลนด์ (Colonial New England) กิจกรรมประเภทกีฬาจะเริ่มเล่นก่อนเที่ยงวันในวันอาทิตย์ไม่ได้ นอกจากนั้น การเก็บภาษีสำหรับเครื่องดื่มประเภทแอลกอฮอล์ และภาษีสำหรับการดื่มเครื่องดื่มจะสูงมาก แต่จะเก็บภาษีต่ำสำหรับอาหารที่มีไขมันสูงและอาหารที่มีใย/กากอาหารต่ำ (High-fat, low-fiber foods)

การจัดสรรงบประมาณของรัฐสำหรับการสนับสนุนการจัดให้มีระบบสาธารณูปโภคพื้นฐาน (Infrastructure) เพื่อที่จะให้กิจกรรมนันทนาการหลายชนิดสามารถดำเนินการได้ เช่น การให้ทุนสนับสนุนระบบทางด่วนระหว่างรัฐ ระบบการสัญจรทางอากาศ และการก่อสร้างเครื่องบินเพื่อส่งเสริมการท่องเที่ยว

จากที่กล่าวมา อาจสรุปได้ว่านันทนาการทั้งในแง่การเมืองการปกครองหรือการศึกษาที่มีนโยบายที่กำหนดขึ้นเป็นเพียงปลายยอดของก้อนน้ำแข็งที่ลอยอยู่ในทะเล (Only the Tip of the Iceberg) เช่น การให้คำแนะนำ ภาษี การออกใบอนุญาต และการสนับสนุนด้านสาธารณูปโภคพื้นฐาน เท่านั้น

พัฒนาการนันทนาการจะเป็นไปได้ก็โดยการจัดสภาพความเป็นอยู่ขั้นพื้นฐาน ได้แก่ ความปลอดภัย การมีที่อยู่อาศัย อาหาร รายได้ การศึกษา การให้มีแหล่งให้การสนับสนุนค่าจูน ความยุติธรรม และสังคมที่เท่าเทียมกัน

จากการศึกษาพบว่า นันทนาการมีความสัมพันธ์กับกิจกรรมต่าง ๆ ที่ผู้เข้าร่วมตัดสินใจด้วยตนเอง ร่วมกับการอาศัยประสบการณ์ที่มีอยู่ด้วยการไตร่ตรองอย่างสุขุมรอบคอบ รวมทั้งการคำนึงถึงรายได้ เวลา และพฤติกรรมทางสังคมของผู้เข้าร่วมด้วย กิจกรรมต่าง ๆ ดังกล่าวข้างต้นนั้น เป็น “กิจกรรมนันทนาการ” ที่อาจเป็นกิจกรรมทางกาย (Physical) ทางสังคม (Social) หรือทางสติปัญญา/การใช้ความคิดและเหตุผล (Intellectual) กระทำหรือเข้าร่วมด้วยความสมัครใจ (Volunteer) และด้วยความ

สร้างสรรค์ (Creative) หรือ เป็นกิจกรรมที่มีห้าลักษณะดังกล่าวมาเกี่ยวข้องร่วมด้วยกันทั้งหมดหรือเป็นบางส่วนก็ได้

ประสบการณ์นันทนิจิต (Leisure Experiences) เป็นอีกคำหนึ่งที่มีการใช้นันทนิจิต อันมีความหมายถึงสิ่งที่เกิดขึ้นหลังจากการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม เป็นประสบการณ์ที่เหมือนกับประสบการณ์ที่เป็นแบบอย่างอื่น ๆ ทั่วไป ที่รวมกิจกรรมการเล่นที่ชักจูงใจผู้เข้าร่วม ทำให้ผู้เข้าร่วมเกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน เป็นกิจกรรมประเภทสร้างสรรค์และศิลปะ (art and creative activities) กิจกรรมที่ท้าทายและผจญภัย (adventure challenges activities) กิจกรรมประเภทเกมและกีฬา (sports and games) กิจกรรมการเดินทางและการท่องเที่ยว (travel and vacations) และ/หรือเป็นกิจกรรมสำหรับการเฉลิมฉลองเนื่องในวันหยุด (holiday celebrations) ซึ่งที่กล่าวมานี้เป็นเพียงตัวอย่างเล็กน้อยของประสบการณ์ นันทนิจิต ซึ่ง คอว์เคสและอิวราฮิม (1996) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบสำคัญของประสบการณ์นันทนิจิตไว้ 3 องค์ประกอบ ดังนี้

1. **ความมีอิสระที่รับรู้เข้าใจได้ (Perceived Freedom)** หมายถึง บุคคลสามารถลงมือกระทำหรือเข้าร่วมกิจกรรมใดที่จะสร้างเสริมประสบการณ์ของตน และสามารถละเลิกการกระทำหรือการเข้าร่วมกิจกรรมนั้น ๆ ได้ตามที่ตั้งใจ ตัวอย่างเช่น เรามีอิสระที่จะขับรถยนต์ไปเที่ยวชายทะเลในวันอาทิตย์ พักผ่อนหย่อนใจอยู่ที่บริเวณชายหาดได้นานเท่าที่เราต้องการ หลังจากนั้นเราก็ขับรถกลับ เมื่อรู้สึกว่าจะอยากกลับ อย่างไรก็ตาม ในวันทำงานเราก็ไม่สามารถกระทำดังกล่าวได้

2. **กิจกรรมที่เข้าร่วมมีจุดจบ/ความมุ่งหมายในตัวเองและเพื่อตัวเอง (Autotelic Activity)** หมายถึง กิจกรรมนั้น ๆ มีความมุ่งหมายหรือผลประโยชน์อยู่ในตัวเอง (possessing internal purpose) และการเข้าร่วมในกิจกรรมของบุคคลใดก็เป็นไปเพื่อการเข้าร่วมในกิจกรรมนั้น ๆ เท่านั้น โดยมีได้มุ่งถึงการที่จะให้ได้รับรางวัลหรือเพื่อการหลีกเลี่ยงจากการถูกกระทำโทษ (done for its own sake)

3. **ผลที่ได้รับเป็นสิ่งมีประโยชน์ (Beneficial Outcome)** หมายถึง การที่บุคคลเข้าร่วมในกิจกรรม บุคคลย่อมรับรู้ว่าการกระทำดังกล่าวเป็นสิ่งที่ประ โยชน์แก่ตัวเขา เช่น เขาเข้าไปออกกำลังกาย/เล่นกีฬาในสถานที่สำหรับการออกกำลังกายเพื่อลดน้ำหนัก สร้างเสริมสมรรถภาพทางกาย หรือเพื่อการพัฒนาระบบไหลเวียนโลหิตและระบบหายใจ เป็นต้น

ความหมายของนันทนิจิตจึงอาจสรุปได้เป็น 3 ลักษณะ ลักษณะแรก นันทนิจิตในฐานะเวลาที่เหลืออยู่ (Leisure as Residual Time) อันหมายถึงเวลาที่ว่าง (Free Time) จากการปฏิบัติภารกิจที่จำเป็นประจำวันสำหรับร่างกาย (Time for Existence) และเวลาที่ต้องประกอบอาชีพ (Time for Subsistence) ระหว่างเวลาทั้งสามนี้จะมีเวลาที่คาบเกี่ยวกันอยู่ ไม่สามารถแยกออกจากกันได้โดย

เดือดขาด (เป็นลักษณะวงกลมสามวงวางทับกัน จะเกิดส่วนที่ทับซ้อนกัน/เหลื่อมกันอยู่) ลักษณะที่สอง นั้นทนจิตในฐานะกิจกรรม (Leisure as Activity) อันหมายถึงปฏิบัติการในพฤติกรรมเฉพาะ (Specific Deed or Act) ซึ่งแม้ว่าพฤติกรรมของมนุษย์จะมีมากมาย แต่ก็จะมีลักษณะที่เป็นของแน่นอนร่วมกันอยู่ ยกตัวอย่างจากการวิเคราะห์ของนักจิตวิทยาสังคม (เชื้อสาย อเมริกัน-ญี่ปุ่น) คนหนึ่งที่ชื่อ ทาโมทสึ ชิบุทานิ (Tamotsu Shibutani) ที่กล่าวว่า พฤติกรรมใดใดของบุคคลมักเกิดจากการที่สภาพของร่างกาย อยู่ในสภาวะของการขาดสมดุล (Condition of Disequilibrium) เมื่อสภาพดังกล่าวเกิดขึ้นแล้ว บุคคลนั้น จะต้องทำให้ร่างกายกลับสู่สภาพที่มีสมดุลให้ได้ เช่น กรณีที่จะเล่นหกล้ม ก็ต้องมีการปรับแต่งส่วนต่าง ๆ ของร่างกายให้อยู่ในสภาวะที่จะช่วยให้ร่างกายมีการทรงตัวที่ดีมีความมั่นคงโดยเร็ว หรือ ถ้าหิว ก็ต้องรีบไปหาอาหารมารับประทาน และถ้าในขณะที่หิวนั้น กำลังอยู่กับเพื่อน ๆ ด้วยก็ต้องคิดว่า เรามีเงินที่จะไปซื้ออาหารมาทานไหม เพื่อนจะรู้ไหมว่าถึงเวลาที่จะต้องทานอาหารแล้ว จะไปหาอาหารรับประทานได้ที่ไหน หรือถ้าแต่งกายไม่เรียบร้อยก็จะรู้สึกกังวลไม่สบายใจ เป็นต้น และนั่นทนจิตในฐานะสุดท้ายคือในฐานะภาวะของจิตใจ (Leisure as State of Mind) ซึ่งเป็นประเด็นที่ทำให้ผู้เขียนนำมาคิดเป็นคำไทยคำใหม่ รายละเอียดดังที่ได้กล่าวมาแล้วตั้งแต่ต้น อันมีความหมายว่า ภาวะของจิตใจของแต่ละบุคคลจะเป็นตัวกำหนดว่ากิจกรรมแท้จริงใดเป็นนั่นทนจิต บางท่านอาจคิดว่าการเล่นปล้ำกับเพื่อนในดิน โคลนเป็นนั่นทนจิตที่สุดยอดของเขา ในขณะที่ท่านอื่นอาจชอบสะสมแสตมป์ สะสมของเก่า ปลูกผักชีวภาพ หรือเพียงให้ได้นอนในเปลญวนเท่านั้นก็เป็นความพึงพอใจอย่างที่สุดแล้ว

จากที่กล่าวมาแต่ต้น ท้ายที่สุด คำถามสำคัญที่ตามมาหลังจากมีความพยายามที่จะทำความเข้าใจนั้นทนจิตในวัฒนธรรมใดวัฒนธรรมหนึ่งก็คือ ทำไมบุคคลจึงประกอบกิจกรรมนั้น ๆ? ผู้เข้าร่วมทำการตัดสินใจเลือกได้อย่างไร? และอะไรเป็นผลที่ตามมา? จาก “นั่นทนจิต” ไม่ว่าจะเป็นการมีส่วนร่วม หรือการตัดสินใจที่จะเลือกเข้าร่วมอย่างมีอิสระในนั่นทนจิต ด้วยนั่นทนจิต และเพื่อนนั่นทนจิต ด้วยก็ตาม

## สรุป

เรื่องราวรายละเอียดเกี่ยวกับนั่นทนจิต ยังมีอีกมากมายที่ต้องมีการทำการศึกษาค้นคว้าและวิจัย เพื่อความเข้าใจนั่นทนจิตให้มากกว่านี้ จากการศึกษา พบว่า นั่นทนจิตมีความเป็นมาที่ลึกซึ้งและยาวนาน มีคำราที่เสนอรายละเอียดเกี่ยวกับนั่นทนจิตอย่างลึกซึ้ง มีการผลิตบัณฑิตในสาขาวิชานั่นทนจิตในระดับบัณฑิตศึกษาหลายสถาบันการศึกษาในต่างประเทศ นั้นย่อมเป็นการแสดงว่า นั่นทนจิต หรือ Leisure มีความหมายมากกว่าและลึกซึ้งกว่าคำแปลหรือความหมายว่า “เวลาว่าง” ที่ใช้กันอยู่ในปัจจุบันมากนัก ในความคิดเห็นของผู้เขียน หากต้องการจะกล่าวถึงคำว่า “เวลาว่าง” และต้องการใช้คำ



ภาษาอังกฤษ “Leisure” ควรใช้คำภาษาอังกฤษ “Time” ประกอบเป็น “Leisure Time” ลงไปด้วย ส่วนความคิดรวบยอด (Concept) ของ “นันทนิจิต” ในขณะนี้ เท่าที่ผู้เขียนได้ทำการศึกษามาพบว่ายังมีบ้าง และถือเป็นความคิดของแต่ละคนที่จะบัญญัติความหมายขึ้นมา จะครอบคลุมความหมายที่แท้จริงหรือไม่ หรือผู้ใดจะเห็นด้วยมากน้อยเพียงใด ก็ขึ้นอยู่กับวิจารณ์ญาณของแต่ละคนเช่นกัน อย่างไรก็ตาม ผู้ที่เกี่ยวข้องกับสาขาวิชานันทนาการศาสตร์ในประเทศยังจะต้องพยายามศึกษาค้นคว้าวิเคราะห์และสังเคราะห์ และเผยแพร่ความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับนันทนิจิตอย่างจริงจัง ให้มากกว่าและอย่างกว้างขวางกว่าที่เป็นอยู่ เพื่อให้เกิดความกระจ่างว่า นันทนิจิตคืออะไร หรือหมายความอย่างไร แตกต่างกับนันทนาการหรือไม่ อย่างไร ทำไมไม่ใช้คำใดคำหนึ่งให้เจาะจงลงไป จะเป็นการยุ่งยากหรือไม่ถ้าจะใช้คำทั้งสองไปด้วยกัน และจะยุ่งยากอย่างไร

ท้ายที่สุด ขอเสนอและชวนเชิญให้ใช้คำไทยคำใหม่สำหรับคำภาษาอังกฤษ Leisure ว่า “นันทนิจิต” เพื่อความเจริญก้าวหน้าของวงวิชาการนันทนาการศาสตร์ และเพื่อเป็นการแสดงถึงความ เป็นไทยมากขึ้น และผู้เขียนจะรู้สึกเป็นเกียรติและยินดีเป็นอย่างยิ่งหากจะมีผู้คิดเสนอคำอื่นที่เหมาะสมกว่าคำ “นันทนิจิต” ขึ้นมา และมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกันก็จะเป็นการดียิ่ง.

#### บรรณานุกรม

- คณิต เขียววิชัย. **หลักนันทนาการ (Principles of Recreation)**. นครปฐม: โรงพิมพ์มหาวิทยาลัย ศิลปากร นครปฐม, 2539.
- ณัฐพล อันตรเสน. **การศึกษาปัญหาการจัดและดำเนินการโครงการนันทนาการในโรงเรียน สำหรับเด็กพิเศษ**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต ภาควิชาพลศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย, 2542.
- ประพัฒน์ ลักษณ์พิสุทธิ. **นันทนาการเพื่อกลุ่มบุคคลพิเศษ**. กรุงเทพมหานคร: โครงการพัฒนา รายวิชา เพื่อการเรียนการสอน สำนักวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2546.
- Austin, D.R. **Therapeutic recreation processes and techniques**. Champaign, IL: Sagamore, 1999.
- Austin, D.R. and Crawford, M.E. **Therapeutic recreation: An introduction**. Boston: Allyn and Bacon, 2001.
- Cordes, K.A. and Ibrahim, H.M. **Applications in recreation and leisure for today and the future**. St. Louis: Mosby-Year Book, Inc., 1996.

- Edginton, C.R., Hanson, C.R., and Edginton, S.F. **Leisure programming concepts, trends and professional practice.** Dubuque, IA: Wm.C. Brown Communications, Inc., 1992.
- Edginton, C.R., Jordan, D.J., DeGraaf, D.G., and Edginton, S.R. **Leisure and life satisfaction: Foundational perspectives.** Madison Dubuque, IA: Brown and Benchmark Publishers, 1995.
- [http://encarta.msn.com/dictionary\\_/leisure.html](http://encarta.msn.com/dictionary_/leisure.html)
- <http://www.thefreedictionary.com/leisure>
- Jordan, D.J. **Leadership in leisure service: Making a difference.** State College, PA: Venture Publishing, Inc., 1993.
- Kaplan, M. **Leisure: Theory and policy.** New York: John Wiley, 1975.
- Kelly, J.R. **Leisure.** 3rd Ed. Boston: Allyn and Bacon, 1996.
- Kraus, R. **Leisure in a changing America.** New York: Macmillan, 1994.
- Kraus, R., Barber, E., and Shapiro, I. **Introduction to leisure services: Career perspectives.** Champaign, IL: Sagamore Publishing Inc., 2001.
- Kraus, R. G. and Curtis, J.E. **Creative management in recreation, parks, and leisure services.** Boston: McGraw-Hill, 2000.
- Mannell, R.C. and Kleiber, D.A. **A social psychology of leisure.** State College, PA: Venture, 1997.
- Murphy, J. **Concepts of leisure: Philosophical implications.** Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1974.
- Murphy, J.E. **Recreation and leisure service: A humanistic perspectives.** Dubuque, IA: Wm. C. Brown Communications, Inc., 1975.
- Neulinger, J. Introduction. In S.E. Iso-Aloha (Ed.), **Social psychological perspectives on leisure and recreation.** (pp. 5-18). Springfield, IL: Thomas, 1980.
- Smith, D.H. and Theberge, N. **Why people recreate.** Champaign, IL: Life Enhancement Publications, 1987.
- Torkildsen, G. **Leisure and recreation management.** London: E and FN Spon, 1986.
- Veblen, T. **The theory of the leisure class.** New York: New American Library, 1953.

**WLRA International Charter for Leisure Education.** Drafted and Approved at the WLRA

International Seminar on Leisure Education, Jerusalem, Israel, August 2-4 1993 and ratified  
by the WLRA Board, Jaipur, India, Dec. 3 1993.

oooooooooooooooo

21/04/1994

ปรับปรุง 17/11/2010