

การเที่ยวกลางคืนของนักศึกษา: กรณีศึกษานักศึกษามหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในจังหวัดนครศรีธรรมราช

The Night Life of The Students' University: A Case Study of the Students' University in Nakhon Si Thammarat Province

ปิยธิดา ปานทอง^{1,*}, จิรวรรณ จันทรศิริ², เชษฐา มุหะหมัด³, พงศ์ประสิทธิ์ อ่อนจันทร์⁴ และ อุดมศักดิ์ เดโชชัย⁵

Piyatida Panthong^{1,*}, Jirawan Jansiri², Chetha Muhammad³, Pongprasit Onchan⁴ and Udomsak Dechochai⁵

¹ สาขาวิชาการพัฒนาชุมชน, คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช; Department of Community Development, Faculty of Humanities and Social Sciences, Nakhon Si Thammarat Rajabhat University; email: 6411215024@nstru.ac.th

² สาขาวิชาการพัฒนาชุมชน, คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช; Department of Community Development, Faculty of Humanities and Social Sciences, Nakhon Si Thammarat Rajabhat University; email: humanities@nstru.ac.th

³ สาขาวิชาการพัฒนาชุมชน, คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช; Department of Community Development, Faculty of Humanities and Social Sciences, Nakhon Si Thammarat Rajabhat University; email: chettha_muh@nstru.ac.th

⁴ สาขาวิชาการพัฒนาชุมชน, คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช; Department of Community Development, Faculty of Humanities and Social Sciences, Nakhon Si Thammarat Rajabhat University; email: pongprasit_onc@nstru.ac.th

⁵ สาขาวิชาการพัฒนาชุมชน, คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์, มหาวิทยาลัยราชภัฏนครศรีธรรมราช; Department of Community Development, Faculty of Humanities and Social Sciences, Nakhon Si Thammarat Rajabhat University; email: udomsak_dec@nstru.ac.th

* Corresponding author email: 6411215024@nstru.ac.th

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์: 1) เพื่อศึกษาถึงสาเหตุการเที่ยวกลางคืนของนักศึกษา และ 2) เพื่อศึกษาถึงผลกระทบการเที่ยวกลางคืนของนักศึกษา: กรณีศึกษานักศึกษามหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในจังหวัดนครศรีธรรมราช

วิธีการศึกษา: เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ โดยใช้วิธีการสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth interview) ด้วยคำถามกึ่งโครงสร้าง (Semi-structured interview) และการสังเกตพฤติกรรม (Observation) จากผู้ให้ข้อมูลหลัก ได้แก่ 1) นักศึกษาระดับปริญญาตรี อายุระหว่าง 19-22 ปี จำนวน 5 คน โดยมีเกณฑ์การคัดเลือก คือ ต้องเป็นผู้ที่มีประสบการณ์การเที่ยวกลางคืนอย่างน้อย 3 ครั้งต่อเดือน ในช่วง 6 เดือนที่ผ่านมา และ 2) อาจารย์ที่ปรึกษา จำนวน 2 คน วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้การวิเคราะห์แก่นสาระ (Thematic analysis) และการเขียนรายงานผล

ผลการศึกษา: ผลการวิจัย มีดังนี้ 1) ความเครียดและการคลายความเครียด: นักศึกษาส่วนใหญ่ระบุว่า การเที่ยวกลางคืนเป็นวิธีผ่อนคลายจากความเครียด ทั้งจากการเรียนและปัญหาครอบครัว 2) อิทธิพลของเพื่อนและการเข้าสังคม: เพื่อนมีอิทธิพลอย่างมากในการชักชวนนักศึกษาไปเที่ยวกลางคืน โดยเฉพาะการกลัวถูกตัดออกจากกลุ่ม 3) การสร้างภาพลักษณ์และตัวตน: นักศึกษาบางคนมองว่าการเที่ยวกลางคืนเป็นการแสดงความเป็นผู้ใหญ่ และบ่งบอกถึงความทันสมัย และ 4) ผลกระทบจากการเที่ยวกลางคืน: การเที่ยวกลางคืนส่งผลหลายด้าน ทั้งผลต่อสุขภาพ การเรียน และความสัมพันธ์กับครอบครัว

การนำไปใช้ประโยชน์: ผลการศึกษานี้สามารถใช้เป็นแนวทางในการพัฒนาโครงการให้คำปรึกษา ส่งเสริมทักษะชีวิต และกำหนดนโยบายในระดับมหาวิทยาลัยให้เหมาะสมกับบริบทท้องถิ่น

คำสำคัญ: การเที่ยวกลางคืน; นักศึกษา; จังหวัดนครศรีธรรมราช

Abstract

Purpose: 1) To study the causes of students' nightlife, and 2) To study the impact of students' nightlife: A case study of students at a university in Nakhon Si Thammarat Province.

Methods: This is qualitative research using the In-depth interview method with Semi-structured interview and Observation from key informants, namely 1) undergraduate students aged 19-22 years of 5 people, with the selection criteria being that they must have experience of going out at night at least 3 times per month in the past 6 months, and 2) advisors of 2 people. Data were analyzed using Thematic analysis and writing a report.

Results: The research results are as follows: 1) Stress and stress relief: most students stated that going out at night was a way to relieve stress from both academics and family problems. 2) Influence of friends and socializing: friends have a great influence on persuading students to go out at night, especially the fear of being excluded from the group. 3) Image and identity building: some students see going out at night as a way to show maturity and indicate modernity. 4) Impact of going out at night: going out at night has many effects, including health, academics, and relationships with family.

Application: The study findings can serve as guidelines for developing mentoring programs, promoting life skills, and formulating university-level policies appropriate to the local context.

Keywords: Nightlife; Students' university; Nakhon Si Thammarat province

1. บทนำ

ในปัจจุบัน สังคมไทยกำลังเผชิญกับความเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วทั้งทางเศรษฐกิจ เทคโนโลยี และวัฒนธรรม โดยเฉพาะในกลุ่มเยาวชนระดับอุดมศึกษา ซึ่งอยู่ในช่วงวัยเปลี่ยนผ่านจากวัยรุ่นไปสู่ผู้ใหญ่ ทำให้มีความต้องการแสวงหาประสบการณ์ใหม่ ๆ และการยืนยันตัวตนผ่านกิจกรรมต่าง ๆ หนึ่งในพฤติกรรมที่เป็นที่นิยมในกลุ่มนักศึกษา คือ การเที่ยวกลางคืน ซึ่งมักเกี่ยวข้องกับการไปสถานบันเทิงยามค่ำคืน เช่น ผับ บาร์ หรือสถานที่แสดงดนตรี เพื่อความสนุกสนาน การพักผ่อน และการเข้าสังคมกับเพื่อนฝูง

อย่างไรก็ตาม พฤติกรรมดังกล่าวอาจส่งผลกระทบต่อหลายมิติ ทั้งด้านการเรียน สุขภาพกาย และจิตใจ การบริหารเวลา รวมถึงพฤติกรรมเสี่ยง เช่น การดื่มแอลกอฮอล์ การใช้สารเสพติด และการเกิดอุบัติเหตุ จากข้อมูลของสำนักงานสถิติแห่งชาติ (2566) พบว่า วัยรุ่นไทยมากกว่าร้อยละ 30 มีพฤติกรรมท่องเที่ยวสถานบันเทิงกลางคืน อย่างน้อยเดือนละ 1 ครั้ง โดยกลุ่มนักศึกษามหาวิทยาลัยเป็นสัดส่วนที่สูงที่สุด โดยเฉพาะในเขตเมืองที่มีสถานบันเทิงเข้าถึงได้ง่าย อย่างไรก็ตาม งานวิจัยส่วนใหญ่มักมุ่งศึกษาในบริบทของเมืองหลวงหรือจังหวัดใหญ่ เช่น กรุงเทพมหานคร เชียงใหม่ ขณะที่บริบทในจังหวัดนครศรีธรรมราช ซึ่งมีองค์ประกอบด้านวัฒนธรรม ความเชื่อ และโครงสร้างครอบครัวที่แตกต่าง ยังขาดการศึกษาเชิงลึก

นอกจากนี้ การทบทวนวรรณกรรมที่ผ่านมา พบว่า มีงานวิจัยที่กล่าวถึงปัจจัยต่าง ๆ เช่น แรงกดดันจากเพื่อน สื่อออนไลน์ หรือปัญหาครอบครัวที่อาจผลักดันให้เยาวชนเลือกเที่ยวกลางคืน (Kolind, 2010; Smith & Jones, 2021) แต่ยังขาดงานวิจัยที่ศึกษาเชิงคุณภาพในกลุ่มนักศึกษามหาวิทยาลัย โดยเฉพาะจังหวัดนครศรีธรรมราช ซึ่งมีบริบททางสังคมและวัฒนธรรมที่เป็นเอกลักษณ์

ดังนั้น งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาสาเหตุและผลกระทบของการเที่ยวกลางคืนของนักศึกษามหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในจังหวัดนครศรีธรรมราช ซึ่งจะนำไปสู่การสร้างแนวทางหรือโมเดลในการเฝ้าระวัง และการส่งเสริมพฤติกรรมที่เหมาะสมในระดับมหาวิทยาลัยและครอบครัว เพื่อเสริมสร้างสุขภาวะทางกาย จิตใจ และสังคมของเยาวชนไทยอย่างยั่งยืน

2. นิยามคำศัพท์เฉพาะ

งานวิจัยเรื่อง การเที่ยวกลางคืนของนักศึกษา: กรณีศึกษานักศึกษามหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในจังหวัดนครศรีธรรมราช มีนิยามคำศัพท์เฉพาะ ดังนี้

2.1 การเที่ยวกลางคืน หมายถึง กิจกรรมหรือพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับการออกไปใช้เวลาหรือสังสรรค์ในสถานที่ต่าง ๆ เช่น บาร์ ผับ หรือสถานบันเทิงอื่น ๆ ในช่วงเวลากลางคืน

2.2 นักศึกษา หมายถึง นักศึกษาทั้งชายและหญิงของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในจังหวัดนครศรีธรรมราช

2.3 สาเหตุ หมายถึง ปัจจัยหรือเหตุการณ์ที่ทำให้นักศึกษาเกิดการเที่ยวกลางคืน เช่น ครอบครัว การได้รับข่าวสาร สิ่งแวดล้อม การพักผ่อนและผ่อนคลาย แรงกดดันจากเพื่อน

2.4 ผลกระทบ หมายถึง ผลลัพธ์หรือผลที่เกิดขึ้นจากการเที่ยวกลางคืนของนักศึกษา ซึ่งอาจมีทั้งเชิงบวกและเชิงลบ เช่น ด้านการเรียน ด้านสุขภาพ ด้านสังคมและเศรษฐกิจ ด้านการเสพสารมีนเมาและความเสี่ยง ด้านการบริหารเวลา

2.5 กรณีศึกษา หมายถึง วิธีการวิจัยที่เน้นการสำรวจรายละเอียดลึกซึ้งเกี่ยวกับเหตุการณ์ หรือกลุ่มบุคคลเฉพาะ เช่น นักศึกษามหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในจังหวัดนครศรีธรรมราช

2.6 สาเหตุจากครอบครัว หมายถึง การที่บิดา มารดา หรือ ผู้ปกครองขาดความเอาใจใส่ เนื่องจาก มีภารกิจมากเกินไป มีความคิดเห็นขัดแย้งกัน หรือรักลูกไม่เท่ากัน ไม่รับฟังความคิดเห็นของบุตรหลาน ก็เป็นเหตุหนึ่งที่ทำให้ นักศึกษาออกเที่ยวกลางคืน

2.7 สาเหตุจากการได้รับข่าวสาร หมายถึง การโฆษณา หรือการบอกกล่าวจากเพื่อน เกี่ยวกับลักษณะของ สถานะเจริญวัยประเภทต่าง ๆ ทำให้นักศึกษาอยากรู้ อยากลอง จึงเป็นสาเหตุที่ทำให้ออกไปเที่ยวกลางคืน

2.8 สาเหตุจากสิ่งแวดล้อม หมายถึง เป็นสาเหตุสำคัญ เนื่องจากนักศึกษาส่วนหนึ่งต้องแยกตัวออกมาจาก ครอบครัว เพื่อเข้ามศึกษาต่อ บุคคลเหล่านี้มาอาศัยอยู่ตามหอพักหรือบ้านญาติ ทำให้ได้รับอิสระมากขึ้น ทำให้ไป ออกไปเที่ยวกลางคืนได้ง่ายขึ้น

2.9 สาเหตุจากการพักผ่อนและผ่อนคลาย หมายถึง เป็นอีกหนึ่งสาเหตุที่ทำให้นักศึกษาอยากไปเที่ยวกลางคืน เพราะช่วงเวลาที่ต้องเรียนหนักในระหว่างวัน ทำให้นักศึกษาต้องการเวลาที่จะผ่อนคลาย การเที่ยวกลางคืนมักให้ความรู้สึกสนุกสนานและช่วยคลายเครียดจากการเรียน เป็นโอกาสที่พวกเขาสามารถหลีกเลี่ยงจากความกดดันได้

2.10 แรงกดดันจากเพื่อน หมายถึง นักศึกษาอาจรู้สึกถึงแรงกดดันจากเพื่อนร่วมรุ่น ที่ทำให้พวกเขารู้สึก จำเป็นต้องออกไปเที่ยว เพื่อไม่ให้รู้สึกโดดเดี่ยวหรือแตกต่าง การมีส่วนร่วมในกิจกรรมที่เพื่อน ๆ ทำ ช่วยสร้างความกลมเกลียวและความเป็นหนึ่งเดียว

2.11 ผลกระทบด้านการเรียน หมายถึง การเที่ยวกลางคืนอาจส่งผลให้การเรียน ของนักศึกษาถดถอย เช่น การขาดเรียน หรือการมีประสิทธิภาพในการเรียนต่ำลง เนื่องจากการพักผ่อนไม่เพียงพอ

2.12 ผลกระทบด้านสุขภาพ หมายถึง การเที่ยวกลางคืนบ่อย ๆ อาจส่งผลต่อสุขภาพร่างกาย เช่น นอนหลับไม่เพียงพอ หรือเสี่ยงต่อการเกิดโรคเรื้อรัง และสุขภาพจิต เช่น ภาวะซึมเศร้า ที่อาจเกิดจากพฤติกรรมกาเที่ยวกลางคืน

2.13 ผลกระทบด้านสังคมและเศรษฐกิจ หมายถึง การใช้จ่ายเงินในการเที่ยวกลางคืน อาจส่งผลต่อสถานะทางการเงินของนักศึกษา โดยเฉพาะในกลุ่มนักศึกษาที่พึ่งพาค่าใช้จ่ายจากผู้ปกครอง

2.14 ผลกระทบด้านการเสพยาเสพติดและความเสี่ยง หมายถึง การเที่ยวกลางคืนมักมีพฤติกรรมที่จะทำให้ ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ของมีเมาต่าง ๆ รวมไปถึงยาเสพติด และพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องอื่น ๆ เช่น การขับรถยนต์ เมา หรือการมีพฤติกรรมเสี่ยงอื่น ๆ

2.15 ผลกระทบด้านการบริหารเวลา หมายถึง การเที่ยวกลางคืนอาจส่งผลต่อการบริหารเวลาของนักศึกษา ทำให้เวลาในการทำการบ้าน หรือเตรียมตัวสอบลดลง

3. วัตถุประสงค์

3.1 เพื่อศึกษาถึงสาเหตุการเที่ยวกลางคืนของนักศึกษา: กรณีศึกษานักศึกษามหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในจังหวัด นครศรีธรรมราช

3.2 เพื่อศึกษาถึงผลกระทบการเที่ยวกลางคืนของนักศึกษา: กรณีศึกษานักศึกษามหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งใน จังหวัดนครศรีธรรมราช

4. ทบทวนวรรณกรรม/เอกสารงานที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมกาเที่ยวกลางคืนของวัยรุ่นและนักศึกษา พบว่า มีหลายปัจจัยที่ผลักดันให้เกิด พฤติกรรมดังกล่าว ทั้งด้านส่วนบุคคล ครอบครัว สังคม และวัฒนธรรม ทั้งนี้ Domjan (1996) อธิบายว่า ความเครียด

ในชีวิตประจำวัน เป็นแรงผลักดันที่ทำให้บุคคลแสวงหาพฤติกรรมที่ให้ความสุขชั่วคราว เช่น การเที่ยวกลางคืน เพื่อหลีกเลี่ยงความเครียด และยืนยันตัวตนในสังคม ขณะเดียวกัน Bronfenbrenner (1979) ในทฤษฎีระบบนิเวศทางสังคม (Ecological systems theory) ชี้ให้เห็นว่าพฤติกรรมของคนเกิดจากปัจจัยหลายระดับ ทั้งครอบครัว เพื่อน สถาบันการศึกษา และสังคมรอบข้าง

งานวิจัยในประเทศไทย ส่วนใหญ่เน้นศึกษาในเขตเมืองใหญ่ เช่น กรุงเทพมหานคร และเชียงใหม่ เช่น ผลักดันให้เยาวชนเลือกเที่ยวกลางคืน (Steinberg, 2005; Kolind, 2010) พบว่า สื่อออนไลน์ โดยเฉพาะแพลตฟอร์มที่เกี่ยวข้องกับการบันเทิง มีบทบาทสำคัญในการกระตุ้นพฤติกรรมเสี่ยงของเยาวชน ทั้งในแง่การเข้าถึงสถานบันเทิง และการสร้างค่านิยมการเข้าสังคมยามค่ำคืน ขณะที่ Kolind (2010) ศึกษากลุ่มวัยรุ่นในต่างประเทศ พบว่า แม้วัยรุ่นบางส่วนจะให้ความสำคัญกับการพักผ่อนและการนอนหลับมากกว่า แต่กลุ่มที่ต้องการเข้าสังคมยังคงเลือกเที่ยวกลางคืนเพื่อตอบสนองความต้องการด้านจิตใจและสังคม

อย่างไรก็ตาม งานวิจัยที่ศึกษาพฤติกรรมกาเที่ยวกลางคืนในพื้นที่ภาคใต้ โดยเฉพาะในจังหวัดนครศรีธรรมราช ยังมีจำนวนจำกัด ส่วนใหญ่เน้นการศึกษาเชิงปริมาณ มากกว่าการเก็บข้อมูลเชิงลึกจากประสบการณ์จริงของนักศึกษา และยังขาดการอธิบายความสัมพันธ์ระหว่างวัฒนธรรมท้องถิ่น ความเชื่อ และการตัดสินใจเที่ยวกลางคืน

ช่องว่างทางองค์ความรู้ (Research gap) ที่สำคัญคือ ยังไม่มีงานวิจัยเชิงคุณภาพที่ศึกษาเชิงลึกในกลุ่มนักศึกษามหาวิทยาลัยในจังหวัดนครศรีธรรมราช ที่สะท้อนถึงปัจจัยส่วนบุคคล ปัจจัยสังคม และอิทธิพลทางวัฒนธรรมที่อาจแตกต่างจากบริบทจังหวัดอื่น งานวิจัยฉบับนี้จึงมุ่งเติมเต็มช่องว่างดังกล่าว เพื่อสร้างองค์ความรู้ที่เหมาะสมกับบริบทท้องถิ่น และสามารถนำไปสู่การออกแบบมาตรการป้องกันพฤติกรรมเสี่ยงได้อย่างมีประสิทธิภาพ

5. วิธีการศึกษา

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) โดยใช้การวิจัยแบบกรณีศึกษา (Case study) ผู้วิจัยได้เลือกนักศึกษามหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในจังหวัดนครศรีธรรมราช ที่มีประสบการณ์กาเที่ยวกลางคืนเป็นกลุ่มตัวอย่าง เพื่อทำความเข้าใจทั้งในด้านเหตุผล แรงจูงใจ และผลกระทบที่เกิดขึ้นในมิติส่วนบุคคล ครอบครัว และสังคม

5.1 ผู้ให้ข้อมูลหลัก

ผู้ให้ข้อมูลหลัก เป็นนักศึกษาระดับปริญญาตรี อายุระหว่าง 19-22 ปี จำนวน 5 คน และอาจารย์ที่ปรึกษา จำนวน 2 คน ซึ่งมีความใกล้ชิดและสามารถให้ข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมกาเที่ยวกลางคืนได้อย่างละเอียด โดยมีเกณฑ์การคัดเลือก คือ ต้องเป็นผู้ที่มีประสบการณ์กาเที่ยวกลางคืนอย่างน้อย 3 ครั้งต่อเดือน ในช่วง 6 เดือนที่ผ่านมา และยินดีให้ข้อมูลอย่างเปิดเผย ข้อจำกัดคือ ไม่มีผู้ให้ข้อมูลเพศชายเนื่องจากปฏิเสธเข้าร่วม

5.2 การเก็บข้อมูล

ใช้วิธีสัมภาษณ์เชิงลึก (In-depth Interview) และการสังเกตพฤติกรรม (Observation) โดยเครื่องมือที่ใช้ ได้แก่ แนวคำถามกึ่งโครงสร้าง (Semi-structured interview) เนื่อหาในการสัมภาษณ์ครอบคลุมหัวข้อ เช่น เหตุผลในการเที่ยวกลางคืน ความรู้สึก ผลกระทบต่อการเรียน สุขภาพ ภาพลักษณ์ และความสัมพันธ์กับครอบครัว และสังคม การสัมภาษณ์ใช้เวลาประมาณ 45-60 นาทีต่อคน บันทึกข้อมูลด้วยการอัดเสียงและจดบันทึกภาคสนาม

5.3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ใช้การวิเคราะห์แก่นสาระ (Thematic analysis) ตามขั้นตอนของ Braun & Clarke (2006) ได้แก่ การอ่านข้อมูลซ้ำเพื่อทำความเข้าใจ การระบุรหัส (Coding) การจัดกลุ่มรหัสเป็นธีม การทบทวนธีม และการเขียนรายงาน

ผล โดยมีการตรวจสอบความถูกต้องของข้อมูลด้วยวิธีการ การตรวจสอบความถูกต้องจากผู้ให้ข้อมูล (Member checking) เพื่อให้ข้อมูลมีความน่าเชื่อถือ (Trustworthiness)

5.4 จริยธรรมการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ได้รับการพิจารณาอนุมัติจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในจังหวัดนครศรีธรรมราช

6. ผลการศึกษาและอภิปรายผล

ผลการศึกษาพบประเด็นสำคัญเกี่ยวกับ เหตุผลและแรงจูงใจในการเที่ยวกลางคืน ของนักศึกษา ดังนี้

6.1 ความเครียดและการคลายความเครียด

นักศึกษาส่วนใหญ่ระบุว่า การเที่ยวกลางคืนเป็นวิธีผ่อนคลายจากความเครียด ทั้งจากการเรียนและปัญหาครอบครัว เช่น นักศึกษาหญิง ปีที่ 2 กล่าวว่า “...เวลาไปเที่ยวกลางคืน รู้สึกเหมือนได้ปลดปล่อย ไม่ต้องคิดอะไร เครียดเรื่องเรียนก็ลืมไปเลย แต่พอกลับมาก็รู้สึกผิด เพราะมันกระทบเวลาเรียน...” ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีของ Domjan (1996) ที่กล่าวว่า ความเครียดเป็นแรงผลักดันสำคัญให้บุคคลมองหากิจกรรมที่ให้ความสุขชั่วคราว เพื่อหลีกเลี่ยงความรู้สึกด้านลบ

6.2 อิทธิพลของเพื่อนและการเข้าสังคม

เพื่อนมีอิทธิพลอย่างมากในการชักชวนนักศึกษาไปเที่ยวกลางคืน โดยเฉพาะการกลัวถูกตัดออกจากกลุ่ม เช่น นักศึกษาหญิง ปีที่ 3 กล่าวว่า “...ไม่ไปก็กลัวเพื่อนไม่ชวนอีก รู้สึกว่าต้องไปจะได้ไม่ตกกระแส...” ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีพัฒนาการทางจิตสังคม (Psychosocial Development Theory) ของ Erikson (1968) ที่ระบุว่า “วัยรุ่นต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อนเพื่อสร้างอัตลักษณ์ทางสังคม”

6.3 การสร้างภาพลักษณ์และตัวตน

นักศึกษาบางคนมองว่าการเที่ยวกลางคืนเป็นการแสดงความเป็นผู้ใหญ่ และบ่งบอกถึงความทันสมัย เช่น นักศึกษาหญิง ปีที่ 4 กล่าวว่า “...ไปเที่ยวมันทำให้รู้สึกว่าได้แล้ว ดูเป็นคนมีสังคมทันสมัย ไม่เชย...” ซึ่งสะท้อนแนวคิดทฤษฎีพฤติกรรมที่วางแผนไว้ (Theory of Planned Behavior) ของ Ajzen (1991) ที่กล่าวว่า ทศคติ (Attitude) และบรรทัดฐานทางสังคม (Subjective norms) มีผลต่อพฤติกรรมการตัดสินใจ

6.4 ผลกระทบจากการเที่ยวกลางคืน

การเที่ยวกลางคืนส่งผลหลายด้าน ทั้งผลต่อสุขภาพ การเรียน และความสัมพันธ์กับครอบครัว เช่น นักศึกษาหญิง ปีที่ 1 กล่าวว่า “...พอกลับดึก ตื่นเช้าไม่ได้ เข้าเรียนไม่ทัน บางทีก็ทะเลาะกับพ่อแม่ เพราะเขาไม่ชอบที่เรากลับดึก...” นอกจากนี้ ยังมีความเสี่ยงในการดื่มแอลกอฮอล์มากเกินไป ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของศิริภาพ จิตรนำทรัพย์ และนวลละออ วิวัฒน์วรพันธ์ (2553) พบว่า การเที่ยวกลางคืนสัมพันธ์กับพฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่น เช่น การดื่มแอลกอฮอล์ การใช้สารเสพติด และพฤติกรรมทางเพศที่ไม่ปลอดภัย เพราะสภาพแวดล้อมยามค่ำคืนเอื้อต่อการเข้าถึงสารเสพติดและการเข้าสังคมกับกลุ่มเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง

7. สรุปผลการศึกษา

พฤติกรรมเที่ยวกลางคืนในกลุ่มนักศึกษามีความเชื่อมโยงกับปัจจัยหลายด้าน ทั้งความเครียด ความต้องการเข้าสังคม การสร้างตัวตน และแรงกดดันจากเพื่อน ซึ่งสอดคล้องกับทฤษฎีทางจิตวิทยาและสังคมหลายทฤษฎี

นอกจากนี้ บริบททางวัฒนธรรมในจังหวัดนครศรีธรรมราช ซึ่งเป็นสังคมที่ยังค่อนข้างอนุรักษ์นิยม อาจทำให้พฤติกรรมดังกล่าวถูกมองว่าเป็นเรื่องไม่เหมาะสม และส่งผลให้ผู้ที่มีพฤติกรรมนี้รู้สึกผิดหรือมีความขัดแย้งภายในตนเอง ซึ่งแตกต่างจากบริบทในเมืองใหญ่ โดยข้อค้นพบจากงานวิจัยนี้สามารถนำไปใช้เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมหรือโครงการรณรงค์เพื่อลดพฤติกรรมเสี่ยง รวมถึงการให้คำปรึกษาแก่นักศึกษา โดยเน้นความเข้าใจในสาเหตุที่แท้จริงของพฤติกรรม มากกว่าการใช้มาตรการห้ามปรามเพียงอย่างเดียว ทั้งนี้พฤติกรรมเหล่านี้เกิดจากปัจจัยหลายด้าน ทั้งความเครียด แรงกดดันทางสังคม การสร้างภาพลักษณ์ตนเอง และอิทธิพลของกลุ่มเพื่อน ผลที่เกิดขึ้นไม่เพียงแต่กระทบต่อการเรียนและสุขภาพ แต่ยังเกี่ยวข้องกับความสัมพันธ์ในครอบครัว และการรับรู้ของสังคมรอบข้าง

ข้อค้นพบนี้สามารถใช้เป็นข้อมูลสำหรับอาจารย์ที่ปรึกษา นักจิตวิทยา หรือผู้บริหารมหาวิทยาลัยในการวางแผนเชิงป้องกันพฤติกรรมเสี่ยง และสนับสนุนให้นักศึกษามีคุณภาพชีวิตที่สมดุลทั้งด้านการเรียน การพักผ่อน และความสัมพันธ์ทางสังคม

8. ข้อเสนอแนะการวิจัย

8.1 ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติ

8.1.1 มหาวิทยาลัยควรจัดกิจกรรมให้คำปรึกษาเชิงรุก เพื่อช่วยให้นักศึกษามีช่องทางระบายความเครียดโดยไม่ต้องพึ่งพาการเที่ยวกลางคืน

8.2.2 ควรพัฒนาหลักสูตรหรือโครงการแนะแนวที่ให้ความสำคัญกับการสร้างทักษะชีวิต การบริหารเวลา และการตัดสินใจที่เหมาะสม

8.2.3 หน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรสื่อสารกับผู้ปกครองให้เข้าใจบริบทและความต้องการของนักศึกษา เพื่อลดความขัดแย้ง

8.2 ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

8.2.1 พัฒนามาตรการเฝ้าระวังพฤติกรรมเสี่ยงในสถานศึกษา โดยอาศัยข้อมูลเชิงคุณภาพและความเข้าใจต่อบริบทท้องถิ่น

8.2.2 สนับสนุนการวิจัยเพิ่มเติมที่ศึกษาความแตกต่างระหว่างเพศ หรือกลุ่มชาติพันธุ์ต่าง ๆ ในพื้นที่ภาคใต้

เอกสารอ้างอิง

- ศิริภาพ จิตรนาทรพย์ และนวนลละออ วิวัฒน์วรพันธ์. (2553). การสำรวจพฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่นในเขต อ.เมือง จ. นครราชสีมา. *วารสารสุขภาพและการศึกษาพยาบาล*, 16(2), 51-64.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2566). *รายงานสถานการณ์เยาวชนไทย พ.ศ. 2566*. กรุงเทพฯ: สำนักงานสถิติแห่งชาติ.
- Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179-211.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Cambridge: Harvard University Press.

Domjan, M. (2010). **Principles of learning and behavior**. 6th edition. Massachusetts: Wadsworth Cengage Learning Publisher.

Kolind, T. (2010). Young people, drinking and social class. Mainstream and counterculture in the everyday practice of Danish adolescents. **Journal of Youth Studies**, 14(3), 295-314.