

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยเรื่อง การศึกษาการใช้เวลาในระหว่างปิดภาคเรียนของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดสำนักงานการศึกษากรุงเทพมหานคร
และสังกัดทบวงมหาวิทยาลัยในกรุงเทพมหานคร การเสนอผลการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่
เกี่ยวข้อง เสนอผลตามลำดับดังนี้

1. ความหมายและความสำคัญของ เวลา
2. ลักษณะของการใช้เวลา
3. ประเภทของการใช้เวลา
 - 3.1 การใช้เวลาด้านการเรียน
 - 3.2 การใช้เวลาด้านการช่วยทำงานบ้าน
 - 3.3 การใช้เวลาด้านงานอดิเรก
 - 3.4 การใช้เวลาด้านการหารายได้พิเศษ
4. แนวคิดเกี่ยวกับองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการใช้เวลาของเด็ก
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้เวลา

ความหมายและความสำคัญของ เวลา

เมื่อกล่าวถึงคำว่า "เวลา" ทุกคนจะมีความเข้าใจตรงกัน แต่ถ้าจะให้ระบุชัดเจน
ว่า เวลา คืออะไร คำจำกัดความที่ได้จะแตกต่างกันไป โดยทั่วไปแล้ว เราจะใช้ "เวลา"
ในความหมายที่ว่า เป็นมาตราวัดที่มนุษย์กำหนดขึ้นเพื่อวัดช่วงระยะทั้งในอดีต ปัจจุบันและอนาคต
เวลา หมายถึง ช่วงระหว่างเหตุการณ์สองอย่างหรือช่วงระยะเหตุการณ์ แล้วยังใช้เวลาเป็น
เครื่องวัดคุณลักษณะอื่น ๆ ของบุคคลอีก เช่น ความฉลาด วุฒิภาวะ และความซื่อตรง เวลาเป็น
ทรัพยากรที่มีอยู่ สิ่งเดียวในโลก ที่เราไม่สามารถสะสมไว้เหมือนทรัพย์สินสมบัติอื่น ๆ เราถูกบังคับ

ทำให้ใช้เวลา ไม่ว่าจะเลือกใช้หรือไม่ก็ตาม เราไม่สามารถหยุดเวลาได้เหมือนเครื่องจักร และเราเรียกเวลากลับคืนมาไม่ได้ ซึ่งนักวิชาการและนักการศึกษาได้ให้ความหมายของเวลาไว้ดังนี้

วิทย์ เทียงบุรณธรรม (2536) ได้ให้ความหมายของคำว่า "เวลา" ในหนังสือพจนานุกรม ฉบับมหาวิทยาลัยไว้ว่า เวลา หมายถึง คราว กาล สมัย ชั่วโมง โอกาส แดน เขต ที่สุด ผังทะเล

แอดเลอร์ (Adler, 1955) ได้ให้เหตุผลว่า คงจะเป็นการยากที่จะหาคำตอบได้อย่างชัดเจนว่าเวลาคืออะไร เพราะเวลามีลักษณะเป็นนามธรรมที่เราไม่สามารถมองเห็นหรือสัมผัสได้ในบรรดาสิ่งที่มีค่าทั้งหลายในโลก ไม่มีอะไรที่มีค่าสูงสุดเท่ากับค่าของเวลา ของอื่นที่มีค่าเมื่อเสียหรือหายไป อาจจะค้นหาเอากลับคืนมาหรือหาของใหม่มาทดแทนได้ แต่ถ้าเวลาเสียไปแล้วไม่สามารถจะเอาคืนมาได้เลย เราสามารถจะวัดเวลาได้แน่นอน แต่เราไม่มีวันทราบว่าชีวิตของเราจะมีเวลาทำอะไรได้ทำอะไร ไม่มี ความสูญเสียอันใดในโลก จะเป็นการสูญเสียอย่างร้ายแรงเท่ากับการเสียเวลา เวลาเป็นของมีค่ายิ่งกว่าเงินหรือทอง ดังที่กล่าวกันว่า "เวลาเป็นเงินเป็นทอง" งานทุกอย่างจึงต้องใช้เวลา การสูญเสียเวลาจึงอาจทำให้ขาดประโยชน์และเสียอนาคต (ผู้ตั้งใจจะสร้างอนาคตต้องรู้จักคุณค่าของเวลา ไม่ปล่อยให้ผ่านไปโดยไร้ประโยชน์ เมื่อคิดจะทำสิ่งใดแล้วจะต้องรีบทำและทำให้เหมาะสมกับกาลเวลา พร้อมทั้งพิจารณาด้วยว่างานใดจะต้องใช้เวลามากน้อยเพียงใดจึงจะทำงานนั้นสำเร็จและได้ผลดี ดังคำกล่าวของชงจื้อที่ว่า ถ้ามีเวลา 1 เดือนให้ปลูกผัก ถ้ามีเวลา 10 ปี ให้ปลูกผลไม้ ถ้ามีเวลา 100 ปี ให้ปลูกคน) เพราะเวลาไหลผ่านไปเหมือนกระแสน้ำ คนมีโอกาสดำเนินการต่าง ๆ หลากอย่าง แต่มีเวลาไม่พอที่จะทำให้เสร็จได้ทุกอย่าง บางครั้งอยากให้เวลาหยุดนิ่ง แต่เวลาจะไม่หยุดนิ่งรอใครเลย เวลาเคลื่อนไหลตลอดเวลาและเคลื่อนไปในทิศทางเดียวเท่านั้น คือจากอดีต เป็นปัจจุบัน และอนาคต

เทลเลอร์ (Tailor, 1965) กล่าวว่า เวลาเป็นสิ่งที่ไม่ยอมประนีประนอมกับใคร และเป็นสิ่งที่ตายตัวที่สุดในโลก

จรินทร์ ธาณรัตน์ (2519) กล่าวว่าความสำคัญของเวลาคือว่า "เวลาเป็นของมีค่าสำหรับทุก ๆ คน จึงใช้เวลานั้นให้เกิดประโยชน์แก่ตนเองครอบครัวและสังคม"

ชัยณรงค์ สุวรรณสาร (2528) ให้ความหมายของเวลาคือว่า "เวลาเป็นทรัพยากรที่มีอยู่สิ่งเดียวในโลกที่ไม่สามารถสะสมไว้ได้เหมือนสะสมเงินหรือวัตถุ"

นอกจากนั้น ขจรศักดิ์ หาญรงค์ (2519) ได้อธิบายถึงลักษณะที่สำคัญของเวลาไว้รวม 9 ประการดังนี้

1. เวลาเป็นทรัพยากรที่มีความจำกัดที่สุด ถ้าจะเปรียบเทียบกันระหว่างทรัพยากรการบริหารด้วยกันแล้ว เวลาถือเป็นทรัพยากรที่จำกัดที่สุด จำกัดยิ่งกว่าคน เงิน หรือวัสดุสิ่งของ เพราะทรัพยากรเหล่านั้นเราอาจจะหามาเพิ่มเติมได้จากที่มีอยู่ ไม่ว่าจะโดยทางใดทางหนึ่ง แต่สำหรับเวลาแล้ว วันหนึ่งเรามีเวลาให้ใช้ได้เพียง 24 ชั่วโมง หรือ 1,440 นาที ไม่ขาดไม่เกิน และไม่มีหนทางใดที่จะหาเวลาที่เพิ่มเติมได้มากกว่านี้เลย

2. เวลาเป็นทรัพยากรอย่างเดียวกับทุกคนมีอยู่เท่ากัน ลักษณะที่สำคัญอีกประการหนึ่งของเราคือ ทุก ๆ คนจะมีเวลาเท่ากันในทุก ๆ วัน เท่าที่คนอื่นจะได้ไม่ว่าคนนั้นจะเป็นคนร่ำรวยหรือยากจน จะเป็นคนฉลาดหรือโง่ แต่เขาทุก ๆ คนก็มีเวลาเท่ากันสำหรับที่จะใช้ได้ ไม่ว่าจะ เป็นนายกรัฐมนตรี นักเขียน แม่บ้าน ช่างนา นายธนาคาร เด็กชายหนังสือพิมพ์ ฯลฯ ไม่ว่าจะ เป็นใคร หรือเราจะอยู่ที่ไหน นาฬิกาที่เราซื้อก็จะเคลื่อนไปข้างหน้าในอัตราเดียวกันหมด เรามีจำนวนชั่วโมงในหนึ่งวัน จำนวนนาทีในหนึ่งชั่วโมง เสมือนกับที่คนอื่นมี ไม่มีใครมีเวลามากกว่าที่เรามี สิ่งที่เราแตกต่างกันเกี่ยวกับเวลา คือใครจะใช้เวลาได้ดีกว่ากัน

3. เวลาเป็นทรัพยากรที่ไม่มีสิ่งใดอื่นมาทดแทน ถ้าพิจารณาดูให้ลึกซึ้ง แล้วเราจะต้องยอมรับว่า ไม่มีสิ่งใดในโลกที่จะมาทดแทนเวลาได้ เราอาจจะประหยัดเงินโดยไม่ใช้มันเลย หรือถ้ามีเงินไม่พอก็อาจเอาของหรือวัตถุอย่างอื่นแทนได้ เอาเงินไปหาซื้อวัสดุสิ่งของได้ ในบางกรณีถ้าไม่มีเงินซื้อสิ่งของ ได้ก็อาจใช้แรงงานทดแทนได้ แต่สำหรับเวลานั้นไม่มีอะไรเลยที่จะมาทดแทนได้ ไม่มีใครสามารถเอาเงินซื้อเวลาให้ได้มากกว่าที่เขามีอยู่ได้ ไม่ว่าจะร่ำรวยแค่ไหน จะซื้อหามาด้วยราคาแพงแค่ไหนหรือในทางตรงข้าม แม้ว่าบางคนอาจจะขายเวลา ก็จะไม่มีการใดเลยที่จะทำให้ เวลาที่มีอยู่น้อยกว่าเท่าที่มี

4. เวลาผ่านไปข้างหน้าตลอดเวลา จะผ่านไปเรื่อย ๆ และไม่มีวันกลับมาอีกเราไม่อาจเก็บเวลามาใช้ได้อีก เมื่อมันผ่านพ้นไปแล้วทุกสิ่งทุกอย่างที่เกิดขึ้นและผ่านพ้นไปพร้อมกับกาลเวลาเป็นอดีตที่ไม่มีใครสามารถเรียกกลับมาได้อีก นอกจากนั้นการเคลื่อนที่ของเวลาจะเป็นไปในอัตราคงที่สม่ำเสมออยู่ตลอดเวลา ไม่มีใครสามารถเร่งรัดเวลาให้เร็วขึ้นและหยุดเวลาให้อยู่กับที่ หรือทำให้เวลาเคลื่อนที่ไปให้ช้าลงกว่าที่เป็นจริงได้เลย

5. การกระทำทุกอย่างต้องใช้เวลา ในการกระทำอย่างหนึ่งอย่างใดเราอาจจะไม่ใช้ทรัพยากรอย่างอื่นได้ เช่น คน เงิน หรือวัสดุ แต่ไม่มีทางเป็นไปได้เลยที่จะเกิดการกระทำหรือกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งขึ้นโดยไม่ใช้เวลา แม้กระทั่งการนอน หรือการพักผ่อนร่างกายก็จะต้องอาศัยเวลา จึงอาจกล่าวได้อย่างสมบูรณ์ ทุกอย่างต้องใช้เวลา แม้แต่การนั่งเฉย ๆ เวลา ก็ยังจะผ่านไปเรื่อย ๆ การใช้เวลานั้นไม่มีข้อจำกัด หรือข้อกำหนดใด ๆ ขึ้นอยู่กับความพอใจของตนเองว่าจะใช้อย่างไร สิ่งที่เป็นข้อกำหนดอาจจะเป็นทางเลือก การกระทำเท่าที่จะมีให้เลือก แต่ไม่ใช่ตัวเวลาเอง

6. เวลา มีค่ายิ่งกว่าเงินหรือสำคัญยิ่งกว่าเงิน หลายคนคงได้ยินคำกล่าวที่ได้ยินได้ฟังกันอยู่อย่างคุ้นหูว่า เวลาเป็นเงินเป็นทอง นั่นคือ ถ้าเราใช้เวลาของเราดี ๆ หรือทำอะไรในช่วงที่ถูกจังหวะเวลาแล้ว ก็อาจจะทำให้ร่ำรวยได้ มีเงินมีทองมากขึ้น การเล่นเกมพนันอาจเป็นตัวอย่างที่ดีสำหรับเรื่องนี้ เช่นบางครั้งเพียงแต่เวลาผ่านไปสักกระยะหนึ่งก็อาจทำให้คนร่ำรวยขึ้นหรือหมดเนื้อหมดตัวไปเลยก็ได้ แต่ลองคิดดูอีกทีว่า จริงหรือเปล่าที่ว่า เวลาเป็นเงินเป็นทอง ความจริงถ้าวิเคราะห์ให้ดีเราต้องยอมรับว่า เวลา มีความสำคัญยิ่งกว่าเงิน เพราะเวลาอาจทำเงินได้ แต่เงินไม่สามารถจะซื้อเวลาได้เลย ดังที่กล่าวมาแล้วในข้อต้น ๆ

7. คนเรามีการคาดคะเนเกี่ยวกับเวลาที่แตกต่างกัน แม้ว่าอัตราการเคลื่อนไหวของเวลาจะอยู่ในลักษณะเดียวกัน และจะเป็นเช่นนั้นอยู่เรื่อย ๆ ไปก็ตาม ถ้าไม่ดูนาฬิกาคนเรามักจะคาดคะเนเกี่ยวกับเวลาแตกต่างกัน สำหรับคนอื่นที่อยู่ในฐานะลำบากอาจจะมีความรู้สึกว่านาฬิกาหนึ่ง ๆ ช่างผ่านไปช้าเหลือเกิน แต่ถ้าเป็นหนุ่มสาวที่เป็นคนรักกันและกำลังนั่งคุยกัน เขาก็ทั้งสองจะรู้สึกว่าชั่วโมงหนึ่ง ๆ ช่างผ่านไปรวดเร็วเหลือเกิน เราต้องมีความพยายามมีความรู้สึกเกี่ยวกับเวลาให้ใกล้เคียงกับของจริงให้มากที่สุด เพราะจะเป็นส่วนสำคัญที่เกี่ยวกับการกระทำของเรามากที่สุด วิธีการที่จะช่วยพัฒนาความสามารถในการคาดคะเนเกี่ยวกับเวลาได้ใกล้เคียงกับความจริงมากที่สุดนั้น อาจกระทำได้โดยกระทำตนเป็นนักดูนาฬิกาบ่อย ๆ พยายามตรวจสอบดูเวลาที่ถูกต้องเมื่อทำอะไรลงไปสักอย่าง ถ้าทำเช่นนั้นเสมอแล้วจะสามารถช่วยให้คาดคะเนการผ่านไปของเวลาและการใช้เวลาตามที่แท้จริงได้ดียิ่งขึ้น โดยทั่ว ๆ ไปแล้ว คนเรามักจะประมาณเวลาช้ากว่าความเป็นจริง เสมอสำหรับสิ่งที่เราต้องการหรือชอบกระทำและมักจะประมาณเวลาเร็วกว่าที่เป็นจริง ในสิ่งที่เราไม่ชอบ

8. เวลาที่มีความเกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงเสมอ เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในช่วงเวลาที่แตกต่างกันย่อมก่อให้เกิดผลที่แตกต่างกันไปด้วย สิ่งที่เกิดขึ้นในช่วงเวลาที่ผ่านไปแล้วกลายเป็นเหตุการณ์ในอดีต สิ่งที่เกิดขึ้นในขณะนี้ถือเป็นเหตุการณ์ปัจจุบัน สิ่งที่ยังไม่เกิดขึ้น และจะเกิดขึ้นในเวลาที่จะมาถึงซึ่งเราไม่มีทางรู้ล่วงหน้าได้แน่นอน จะเป็นเหตุการณ์ในอนาคต ซึ่งจะกลายเป็นปัจจุบันเมื่อเวลานั้นมาถึงจริง ๆ และจะกลายเป็นเหตุการณ์ในอดีตเมื่อผ่านไป ความแตกต่างของช่วงเวลาเพียงนิดเดียว บางทีก็เพียงเสี้ยววินาทีเดียว อาจทำให้เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นดีเลวต่างกัน ฉะนั้น การเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจะต้องเป็นผลมาจากเวลาเสมอ ยิ่งเวลาผ่านไปนานเท่าใด การเปลี่ยนแปลงของเวลาก็อยู่ในอัตราเพิ่มมากขึ้นด้วย โดยนัยนี้ในการปรับตัวให้เข้ากับการเปลี่ยนแปลงจึงเป็นภาระที่สำคัญยิ่งของผู้บริหารในองค์กรต่าง ๆ ที่จะต้องหมั่นติดตามการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นและทำการสำรวจความเป็นไปในหน่วยงาน ตลอดจนวิธีการปฏิบัติงานของตนเอง ให้สามารถปรับเข้ากับการเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นตามกาลเวลาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

9. เวลาสามารถวัดได้อย่างแน่นอน หน่วยที่ใช้วัดความผ่านไปของเวลามีหลายหน่วย ซึ่งได้แก่ วินาที นาที ชั่วโมง วัน สัปดาห์ เดือน ปี ศตวรรษ ฯลฯ แม้ว่าหน่วยต่าง ๆ นี้จะมีช่วงเวลาไม่เท่ากัน เช่น 60 วินาที เป็น 1 นาที แต่ในขณะเดียวกัน 24 ชั่วโมง เป็น 1 วัน ก็ตาม แต่เราก็สามารถใช้หน่วยเหล่านั้นบอกเราให้ได้ทราบถึงระยะเวลาที่ผ่านมาไป ที่น่าสังเกตก็คือ การวัดเวลานั้นไม่สามารถวัดได้ในแง่น้ำหนัก ปริมาณ หรือขนาด สิ่งที่สามารถวัดได้จากเวลาก็คือ ความ ผ่านผ่านไปของเวลา ซึ่งเป็นสิ่งที่ยืนยันสนับสนุนได้อีกทางหนึ่งว่า เวลาจะเคลื่อนไปข้างหน้าเรื่อย ๆ อย่างไม่หยุดยั้ง ดังคำพังเพยของไทยที่ว่า "เวลาและวาริไม่ยินดีจะคอยใคร" นั่นเอง

ความสำคัญของเวลาอีกประการหนึ่งก็คือ เป็นทรัพยากรที่มีจำกัดตายตัวแน่นอน ไม่สามารถจะผลิตเพิ่มขึ้นหรือทำให้ลดลงได้ตามความต้องการของมนุษย์ สภาจิตโบราณของไทยได้กล่าวถึงความสำคัญของเวลาไว้เช่น "ระยะทางนิสุจน์มา กาลเวลานิสุจน์คน", "เวลาและกระแสน้ำไม่เคยคอยใคร", "เวลาเป็นเงินเป็นทอง" ซึ่ง ศิริชัย กาญจนวาสิ (2526) วิเคราะห์สภาจิตเหล่านี้ว่า "ระยะทางนิสุจน์มา กาลเวลานิสุจน์คน" แสดงให้เห็นว่า เวลาเป็นเกณฑ์ตัดสินคุณค่าในอนาคตของความ เป็นมนุษย์ "เวลาและกระแสน้ำไม่เคยคอยใคร" เป็นการชี้ให้เห็นว่า เวลาเป็นทรัพยากรประเภทสูญสิ้น ถ้ามีอยู่เท่าไรจะต้องใช้ให้เสร็จสิ้น เก็บสะสมไว้ไม่ได้ "เวลาเป็นเงินเป็นทอง" เป็นการเน้นถึงคุณค่าของเวลาว่าเวลาเป็นสิ่งที่

มีค่า ควรใช้ในกิจการใดก็ตามให้เกิดประโยชน์คุ้มค่างับเวลาที่เสียไป การสูญเสียเวลาอาจทำให้ขาดประโยชน์และเสียอนาคต ผู้ตั้งใจจะสร้างอนาคตต้องรู้จักคุณค่าของเวลา ไม่ปล่อยให้เวลาให้ผ่านไปโดยไร้ประโยชน์ เมื่อคิดจะทำสิ่งใดแล้วนั้นจะต้องรับทำให้เหมาะสมกับเวลา พร้อมทั้งต้องพิจารณาด้วยว่างานใด จะต้องใช้เวลาอย่างน้อยเพียงใด จึงจะทำให้งานนั้นสำเร็จ และได้ผลดี

ลักษณะของการใช้เวลา

ชจรศักดิ์ ทาญรงค์ (2519) ได้สรุปถึงการใช้เวลาในการทำกิจกรรมแต่ละวันของคนเราว่า การใช้เวลาของมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนตลอดชีวิต ประมาณอายุ 70 ปี มนุษย์ใช้เวลาในเรื่องต่าง ๆ ต่างกัน ดังนี้

ใช้เวลาในการนอน ประมาณ 23 ปี คิดเป็นร้อยละ 39.2 ของเวลาที่มีหรือประมาณวันละ 6 ชั่วโมง 30 นาที

ใช้เวลาในการศึกษาและทำงาน ประมาณ 19 ปี คิดเป็นร้อยละ 27.2 ของเวลาที่มีหรือประมาณวันละ 3 ชั่วโมง 5 นาที

ใช้เวลาในการพักผ่อนรื่นเริง ประมาณ 19 ปี คิดเป็นร้อยละ 27.2 ของเวลาที่มีหรือประมาณวันละ 3 ชั่วโมง 5 นาที

ใช้เวลาในการรับประทานอาหาร ประมาณ 6 ปี คิดเป็นร้อยละ 8.6 ของเวลาที่มีหรือประมาณวันละ 2 ชั่วโมง 3 นาที

ใช้เวลาในการเดินทาง ประมาณ 6 ปี คิดเป็นร้อยละ 8.6 ของเวลาที่มีหรือประมาณวันละ 2 ชั่วโมง 3 นาที

ใช้เวลาในการเจ็บไข้ได้ป่วย ประมาณ 4 ปี คิดเป็นร้อยละ 5.7 ของเวลาที่มีหรือประมาณวันละ 1 ชั่วโมง 22 นาที

ใช้เวลาในการแต่งกาย ประมาณ 2 ปี คิดเป็นร้อยละ 2.8 ของเวลาที่มีหรือประมาณวันละ 41 นาที

ใช้เวลาในการทำพิธีทางศาสนา ประมาณ 1 ปี คิดเป็นร้อยละ 1.4 ของเวลาที่มีหรือประมาณวันละ 20 นาที

จากผลของการวิจัยชี้ให้เห็นว่า คนเรานั้นตลอดชีวิตใช้เวลาในการนอนมากที่สุดถึงร้อยละ 39.2 รองลงมาจะใช้เวลาในการศึกษาและการพักผ่อนร้อยละ 27.2 จึงต้องเห็นคุณค่าของเวลาให้มาก และต้องพยายามหาวิธีการใช้เวลาให้เกิดประโยชน์แก่ตนเองและแก่ส่วนรวมให้มากที่สุด

รัชนี ลาชโรจน์ (2529) กล่าวว่า การใช้เวลาของคนนั้นสามารถจำแนกออกเป็น 4 ทาง ได้แก่

1. เวลาที่ใช้ในการทำงาน คือ เวลาที่ใช้การประกอบอาชีพหากเป็นนักเรียน นักศึกษาก็คือ เวลาในการเรียนหนังสือ
2. เวลาที่ใช้ในการนอนหลับ
3. เวลาเพื่อการทำกิจวัตรประจำวัน
4. เวลาเพื่อการพักผ่อนหย่อนใจ

เมธี มีสินธนานนท์ (2525) ได้แบ่งกิจกรรมในการใช้เวลาของบุคคลไว้ 6 ชนิด คือ

1. กิจกรรมอาชีพ คือ กิจกรรมเพื่อการครองชีพของตนเองและครอบครัว ซึ่งเป็นกิจกรรมหลักที่คนเราใช้เวลาในการทำงานไม่มากนัก คือ ประมาณวันละ 6 ชั่วโมง
2. กิจกรรมของครอบครัว เป็นกิจกรรมที่ต้องใช้เวลาเพื่อความสุขสมบูรณ์สงบสุข ความมั่นคง ทั้งนี้รวมถึงการอบรมสั่งสอนสมาชิกในครอบครัวด้วย
3. กิจกรรมของชุมชน เป็นการใช้เวลาเพื่อความร่วมมือ และให้ความช่วยเหลือแก่องค์การ หรือสถาบันต่าง ๆ ในชุมชน
4. กิจกรรมการพักผ่อน และการสังสรรค์ เป็นกิจกรรมที่ใช้เวลามากที่สุดได้แก่ การนอน เที่ยวนั่งดูทีวี ฟังเพลง เป็นต้น
5. กิจกรรมส่วนตัว เป็นกิจกรรมที่ใช้เป็นการส่วนตัวที่จำเป็น ได้แก่ การทำผม ซักรีดของส่วนตัว เป็นต้น
6. กิจกรรมเพื่อสุขภาพ เป็นกิจกรรมที่ต้องใช้เวลาส่วนหนึ่งเพื่อการตรวจร่างกาย การรักษาความเจ็บไข้ การออกกำลังกาย เป็นต้น ส่วนใหญ่จะให้ความสำคัญของการใช้เวลาในด้านนี้เป็นอันดับสุดท้าย

จรัส สุวรรณเวลา (2521) ให้ความคิดเห็นว่า ปัญหาเกี่ยวกับการติดยาเสพติด ในหมู่วัยรุ่นเมืองไทยสาเหตุที่สำคัญคือ การใช้เวลาในการคบค้าสมาคมกับเพื่อนในโรงเรียน และเพื่อนแถวละแวกบ้าน หรือแหล่งมั่วสุมต่าง ๆ เช่น โรงภาพยนตร์ ศูนย์การค้า ร้านกาแฟ เชียงสะพาน หอพักและบ้านเพื่อน และสาเหตุสำคัญอีกประการหนึ่งที่ทำให้วัยรุ่นติดยาเสพติดคือ สภาพแวดล้อมซึ่งมีสาเหตุมาจากการเกิดความกดดันในครอบครัวและฐานะทางเศรษฐกิจ และการตอบสนองต่อความเครียด หรือความกดดันของแต่ละคนก็ไม่เหมือนกัน บางคนก็ทนต่อสู้ แต่บางคนก็ยอมแพ้หนีเข้าหายาเสพติด ฉะนั้นในการแก้ปัญหาจึงจำเป็นต้องอาศัยความร่วมมือจากบุคคลหลาย ๆ ฝ่าย คือ จากพ่อแม่ ผู้ปกครองและครูเป็นสำคัญ เพื่อนและชุมชนรองลงมา โดยใช้วิธีการกระตุ้นเด็กในเรื่องของการรู้จักหน้าที่ เคารพครู อาจารย์ พ่อแม่ผู้ปกครอง วางตนให้เหมาะสมกับกาลเทศะ ใช้เหตุผลและวิจารณญาณในการตัดสินใจต่าง ๆ แก้ปัญหาครอบครัว และการเรียนด้วยการไตร่ตรองหาเหตุผล ปรึกษาครู พ่อแม่ผู้ปกครอง และสุดท้ายคือ การใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ (สำนักนายกรัฐมนตรี้, 2522)

เมื่อก้าวถึงการใช้เวลาของนักเรียนในระหว่างปีภาคเรียน ซึ่งตามหลักสูตรประถมศึกษา 2521 (ฉบับปรับปรุง 2533) ได้กำหนดให้นักเรียนมีเวลาในการเรียนอย่างน้อย 200 วัน ในหนึ่งปีการศึกษา ในปีหนึ่งมี 365 วันหรือ 366 วัน จะเห็นว่านักเรียนมีเวลาว่างจากการเรียนการสอนตามหลักสูตรเป็นเวลานานถึง 166 วัน โดยเฉพาะในการปีภาคเรียนของนักเรียนจะเป็นการหยุดเรียนที่มีช่วงเวลาดูติดต่อกันเป็นระยะเวลานาน ถือว่านักเรียนมีเวลาว่างมาก ซึ่งในเรื่องของการใช้เวลาว่างของนักเรียนนี้ วัน สังข์สะอาด (2505) สรุปไว้ว่า ลักษณะในการใช้เวลาของเด็กแบ่งได้เป็น 3 ลักษณะ คือ

1. ใช้เวลาให้เป็นประโยชน์
2. ใช้เวลาด้วยการอยู่เฉย ๆ ไม่เป็นประโยชน์
3. ใช้เวลาไปในทางเสื่อมเสีย เกิดโทษ

ลักษณะการใช้เวลาของบุคคลนั้น สมบัติ กาญจนกิจ (2535) ให้เหตุผลว่าขึ้นอยู่กับความแตกต่างของบุคคลในเรื่อง ประสบการณ์ (Experience) ความจำเป็น (Necessity) อิสระภาพ (Freedom) การแสดงออกแห่งตน (Self Expression) ความพึงพอใจ (Self Satisfaction) ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ (Creativity) และความสนุกสนานพึงพอใจ (Enjoyment) ในการใช้เวลาคนเราจึงมีลักษณะการใช้เวลาที่แตกต่างกัน

ประเภทของการใช้เวลา

จากการศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องในเรื่องการใช้เวลา แม้ว่าการใช้เวลาจะมีลักษณะแตกต่างกันไป แต่พอสรุปเป็นประเภทได้ดังนี้

1. การใช้เวลาในด้านการเรียน

การใช้เวลาในด้านการเรียน หมายถึง การใช้เวลาของเด็กที่เกี่ยวข้องกับการเรียน ได้แก่ การทำการบ้าน การทบทวนบทเรียน การเตรียมตัวก่อนเรียน การอ่านหนังสือประกอบบทเรียน การเข้าห้องสมุด และการเรียนพิเศษ เป็นต้น ซึ่งมีนักการศึกษาและนักวิชาการ ได้ศึกษาไว้ เช่น

เฮอร์ล็อค (อ้างถึงใน บุญยิ่ง เจริญยิ่ง และดวงเดือน เลขยานนท์, 2510) พบว่า ความสนใจในการอ่านระหว่างเด็กอเมริกันและเด็กไทยคล้ายคลึงกันทั้งในด้านปริมาณในการอ่านและชนิดของข้อเขียนจะเปลี่ยนแปลงไปตามอายุของเด็กและแตกต่างกันระหว่างเพศด้วย โดยเด็กในช่วงอายุราว 14 ปี เด็กชายจะสนใจอ่านเรื่องเกี่ยวกับกีฬา การท่องเที่ยวและเรื่องที่เกี่ยวข้องกับงานอดิเรกของตน ส่วนเด็กหญิงจะสนใจอ่านนวนิยาย เรื่องลึกลับและเรื่องรัก สำหรับหนังสือประเภทนิตยสารนั้นเด็กวัยรุ่นจะสนใจและเลือกอ่านมากที่สุด คือ เรื่องสั้นและเรื่องตลก ขบขัน รองลงมาคือ เรื่องยาว เรื่องเกี่ยวกับวิทยาศาสตร์และเรื่องเกี่ยวกับการท่องเที่ยว

การศึกษาค้นคว้าภายในประเทศ สภาวิจัยแห่งชาติ (2509) พบว่า เด็กที่ต้องคดีได้อ่านหนังสือในเวลาว่างมากกว่าที่จะฟังวิทยุ ดูโทรทัศน์ หรือ ไปชมภาพยนตร์ เรื่องที่เด็กชอบอ่านมากที่สุดคือเรื่องตลก เรื่องร่นและเรื่องตื่นเต้นเป็นอันดับสอง ส่วนเรื่องรัก รวมทั้งเรื่องชีวิตและอาชญากรรมมักสืบได้เป็นอันดับสาม ในอัตราส่วน 9.58 ของเด็กที่ต้องคดีทั้งหมด สอดคล้องกับ วัน สังข์สะอาด (2505) รายงานไว้ว่า เด็กที่มีฐานะดีอ่านหนังสือมากกว่าเด็กที่มีฐานะต่ำ และอ่านหนังสือประเภทเบาสมอง ละคร นิทาน นิยายเรื่องตลกขบขัน ส่วนการค้นคว้าของ ทศนีย์ อ่องไพบูลย์ (2503) พบว่า เด็กหญิงนิยมการอ่านมากกว่าเด็กชายและเด็กในชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 สนใจอ่านหนังสือประเภทความรู้ สารคดี ในทำนองเดียวกับการวิเคราะห์นวนิยายที่อยู่ในความ

สนใจของเด็กวัยรุ่นของ บุญยั้ง เจริญยั้ง และดวงเดือน เลขยานนท์ (2510) พบว่า การอ่านเรื่องสั้นของวัยรุ่นทำให้เกิดความเพลิดเพลินเป็นเครื่องแก้เหงา ซึ่งเพศหญิงได้รับผลมากกว่าเพศชายและเรื่องที่วัยรุ่นสนใจเป็นพิเศษเป็นเรื่องสั้น ที่เกี่ยวกับความรักระหว่างเพศมาเป็นอันดับหนึ่ง และความรักระหว่างบิดามารดามาเป็นอันดับสอง

2. การใช้เวลาในด้านการช่วยทำงานบ้าน

การใช้เวลาในด้านการช่วยทำงานบ้าน หมายถึง การใช้เวลาในการช่วยทำงานภายในบ้าน ได้แก่ การช่วยจ่ายกับข้าว ซื้ของ การหุงหาอาหาร การเตรียมอาหาร การล้างภาชนะ การทำความสะอาดบ้าน การซัก-รีดเสื้อผ้า การซ่อมแซมเสื้อผ้า การเลี้ยงน้อง และการรดน้ำต้นไม้ เป็นต้น

การช่วยทำงานบ้าน เป็นหน้าที่ของบุคคลในบ้านที่จะต้องช่วยกัน ซึ่งในหลักสูตรประถมศึกษาพุทธศักราช 2521 (ฉบับปรับปรุง 2533) ได้กำหนดเนื้อหาไว้ในกลุ่มสร้างเสริม-ลักษณะนิสัย โดยมุ่งให้นักเรียนได้พัฒนาค่านิยม เจตคติ พฤติกรรม และบุคลิกภาพ ให้มีความรับผิดชอบ รักการทำงาน โดยเฉพาะในกลุ่มการงานและพื้นฐานอาชีพ ได้กำหนดเนื้อหาเรื่องงานบ้าน เป็นงานบังคับที่ต้องเรียนตั้งแต่ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1-6 รวมทั้งสอนหน้าที่ต่าง ๆ ที่บุคคลในบ้านควรมีความรับผิดชอบร่วมกัน เช่น การช่วยกันการรักษาความสะอาด การจัดบ้าน การตกแต่งบ้าน และการแบ่งเบาภาระอื่น ๆ ภายในบ้าน ได้แก่ การล้างถ้วยจาน การซัก-รีดเสื้อผ้า การประกอบอาหาร ฯลฯ โดยการให้ความรู้และมุ่งให้มีความสามารถพร้อมกันไปด้วยการสอนในกลุ่มการงานและพื้นฐานอาชีพนี้ จึงเน้นการสอนโดยการให้ความรู้พร้อมไปกับการฝึกปฏิบัติจริง เพื่อให้เด็กเรียนมีเจตคติที่ต่องาน เน้นให้นักเรียนมีความรับผิดชอบ ชยัน อดทน มีความเพียร ละเอียดถี่ถ้วน มีระเบียบ และทำงานร่วมกับผู้อื่นได้ และให้นักเรียนมีนิสัยรักการทำงาน นักเรียนในฐานะเป็นสมาชิกของบ้าน ฉะนั้นการช่วยทำงานภายในบ้าน จึงเป็นกิจกรรมหนึ่งที่นักเรียนระดับประถมศึกษาสามารถกระทำได้

3. การใช้เวลาในด้านงานอดิเรก

การใช้เวลาในด้านงานอดิเรก หมายถึง การใช้เวลาทำงานอดิเรก ได้แก่ การอ่านหนังสือ การดูโทรทัศน์ การฟังเพลง การเล่นดนตรี การท่องเที่ยว การสะสม สิ่งของต่าง ๆ การวาดรูประบายสี การเขียนบันทึกประจำวัน การเขียนจดหมาย การเขียนบันทึกย่อ การปลูกต้นไม้ การเลี้ยงสัตว์ การจักสาน การประดิษฐ์สิ่งของจากวัสดุและเศษวัสดุ และการปั้นแกะสลัก เป็นต้น ในด้านการใช้เวลาด้านงานอดิเรก มีผู้ศึกษาไว้เช่น

สมบัติ กาญจนกิจ และดำรัส ตาราศักดิ์. (2520) กล่าวว่า งานอดิเรก เป็นกิจกรรมสันทนาการอย่างหนึ่งของบุคคลในการสร้างความสมดุล และความเป็นอยู่ของชีวิต ให้ดีขึ้น ในการที่บุคคลจะเลือกทำกิจกรรมแต่ละประเภทนั้นขึ้นอยู่กับสภาพแวดล้อม ความสนใจ ฝักใฝ่ใจในสิ่งนั้น ซึ่งวิชิต สุวรรณโณภาส (2525) ให้ความเห็นว่า การทำงานอดิเรกจะช่วยผ่อนคลายความตึงเครียด และทำให้บุคคลนั้นมีสุขภาพทางกายและทางใจดี

การใช้เวลาในการเล่น เฮิร์ลล็อก (Hurlock, 1956) กล่าวว่า การเล่นโดยอิสระของเด็กเป็นการเล่นโดยไม่คำนึงถึงเวลาการเล่น แต่คำนึงถึงความสนใจในการเล่นเท่านั้น ซึ่งมาร์คีย์ (Markey, 1935) กล่าวถึงการเล่นโดยการสมมุติของของเด็กนั้นจะอยู่ในวัยเด็กเล็กมากกว่าเด็กโต เป็นการเล่นโดยการใช้ความคิดตามจินตนาการที่ทันต้องการให้เป็นไป ซึ่งการเล่นนี้อาจเรียนแบบการเล่นของผู้อื่นได้ โดยที่ สิชิลเลอร์ และ สเปนเซอร์ (อ้างถึงใน Crow and Crow, 1955) กล่าวว่า การเล่นเป็นการใช้พลังงานส่วนเกินของเด็กซึ่งจะใช้เวลาติดต่อกันนานในการเล่น แม้ในเวลาป่วยอยู่บนเตียงก็เล่น เช่น เล่นตุ๊กตา เล่นรถยนต์ และอื่น ๆ เช่นเดียวกับ ดิวอี้ (อ้างถึงใน Crow and Crow, 1955) มีความเห็นจากความเชื่อถือว่าการเล่นเป็นกิจกรรมของชีวิตและองค์ประกอบตามธรรมชาติของอินทรีย์ที่มีชีวิตคือการทำกิจกรรมต่าง ๆ โดยเมื่อเด็กเจริญวัยขึ้นจะมีส่วนร่วมในกิจกรรมหลาย ๆ ชนิด ซึ่งกิจกรรมแต่ละชนิดอาจนำแนวทางสู่เป้าหมายที่ต้องการได้ หรืออาจขาดแนวทางสู่เป้าหมายได้เช่นกัน สำหรับแพทรอค (อ้างถึงใน สมบัติ กาญจนกิจ และคณะ, 2535) กล่าวถึงการเล่นว่าเป็นการผ่อนคลายความตึงเครียดและเกิดความเพลิดเพลิน โดยผู้เล่นเล่นโดยไม่หวังผลตอบแทนอย่างอื่นนอกจากได้ร่วมเล่นเท่านั้น และ อริสโตเติล (อ้างถึงใน Sapora, 1961) กล่าวว่า การเล่นเป็น

การระบายอารมณ์ซึ่งถูกกดดัน บีบคั้น ซึ่งอารมณ์ดังกล่าวนี้ถ้าหากยังถูกกดดันไว้ต่อไปจะเป็นอันตรายต่อบุคคลนั้น สำหรับในเรื่องความสนใจของเด็กนั้น สมประสงค์ บินจินดาและคณะ (2526) เห็นว่า การเล่นในระดับเด็กวัยรุ่นชอบการเล่นที่มีการแข่งขันเป็นทีม โดยเด็กชายชอบเล่นในสิ่งที่ช่วยฝึกทักษะ เช่น การเล่นกีฬา ชอบเล่นผาดโผน ผจญภัย ส่วนเด็กหญิงชอบเล่นที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับความจริง เช่น การเล่นโดยการฝึกทำครัว การตัดเย็บ ฯลฯ รัช (Reece, 1954) กล่าวว่า การเล่นเกม การเล่นกีฬาของเด็กโต เด็กจะชอบเล่นเกมหรือกีฬาที่มีกฎเกณฑ์ และเป็นเกมที่ใช้เวลาสั้น ๆ ในการเล่น ซึ่งสอดคล้องกับเฮอร์ล็อก (Hurlock), 1956) ที่พบว่า การเล่นเกมหรือกีฬาของเด็กในวัย 10-11 ปี จะอยู่ในรูปการแข่งขัน การเล่นเป็นทีมเพื่อเป็นการฝึกทางด้านทักษะ และความเก่งในการเล่น การเล่นเกมและกีฬานี้มิใช่เป็นการพักผ่อนอย่างเดียว แต่ทำให้เกิดคุณค่าทางสังคมด้วย ซึ่ง สวัสดิ์ แสนทวีสุข ได้ทำการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับ ความสนใจในด้านกีฬาของเด็กวัยรุ่นชาย พบว่า ความสนใจทางด้านกีฬาของเด็กวัยรุ่นนั้น เด็กชอบเล่นกีฬาเป็นทีมมากกว่าเล่นเป็นรายบุคคล การเล่นกีฬาทำให้ได้พักผ่อน สมองใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์และมีความสุข เหตุผลในการเล่นกีฬาของเด็กมาจากความมีใจรักในการกีฬา การสนับสนุนจากทางโรงเรียน บิดามารดาเด็กมีความสนใจในกีฬาฟุตบอล บาสเกตบอล มากกว่ากีฬาการกรรม อันสอดคล้องกับการวิจัยของ วัน สังข์สะอาด (2505) พบว่า นักเรียนชายสนใจการเล่นกีฬามากกว่านักเรียนหญิง แต่ส่วนใหญ่มักจะชอบดูมากกว่าเล่นด้วยตนเอง

การใช้เวลาในด้านงานอดิเรกสำหรับการฟังวิทยุ โครและโคร (Crow and Crow, 1955) ได้ทำการศึกษาค้นคว้าพบว่า เด็กที่เรียนในโรงเรียนใช้เวลาว่างในการฟังวิทยุโดยเฉลี่ย 2-4 ชั่วโมงต่อวัน รายการที่ฟังในวิทยุเกี่ยวกับละครวิทยุ การผจญภัย ซึ่งส่วนใหญ่รายการที่เด็กจะฟังนั้นจะถูกเลือกโดยผู้ใหญ่ สำหรับ แมคเคลลาร์ และ แฮร์ริส (Mckellar and Harris, 1952) กล่าวว่า เมื่อเด็กโตขึ้นความสนใจในรายการวิทยุเกี่ยวกับเรื่องทางธรรมชาติ ตำนานสมัยเก่า รายการความรู้ต่าง ๆ รายการทางศาสนา หรือการอภิปรายในเรื่องราวต่าง ๆ จะด้อยลง แต่จะสนใจในเรื่องการผจญภัย การสืบสวน เรื่องตลกขบขัน เรื่องอาชญากรรม ซึ่งจะเกิดในเพศชาย ส่วนเพศหญิงสนใจ เพลงตามสมัย ละครตลกมากกว่าเรื่องราวเกี่ยวกับการผจญภัย และอาชญากรรม ส่วนคลีค (Clark, 1940)

พบว่า เด็กในชนบทมีโอกาสน้อยกว่าเด็กในเมืองในการฟังรายการฟังวิทยุ แต่ได้รับฟังเรื่องราวจากการเล่าของผู้ใหญ่ตามความเป็นจริงมากกว่าเด็กในเมือง การวิจัยในไทยของวัน สังก์สะอาด (2505) พบว่า ฐานะทางเศรษฐกิจ-สังคม จากครอบครัวของเด็กนั้น ทำให้ความแตกต่างในการฟังรายการวิทยุ โดยเด็กที่มีฐานะทางเศรษฐกิจ สังคมดี มีการฟังวิทยุมากกว่าเด็กที่มีฐานะทางเศรษฐกิจ สังคมไม่ดี และเพศชายฟังวิทยุน้อยกว่าเพศหญิง

การใช้เวลาในด้านงานอดิเรกสำหรับการดูโทรทัศน์ วิตตี้ (Witty, 1955) ได้ทำการศึกษาค้นคว้า พบว่า เรื่องราวของโทรทัศน์เป็นสิ่งใหม่สำหรับเด็ก โดยโทรทัศน์จะเป็นส่วนรวมของการฟังวิทยุและดูภาพยนตร์ไว้ด้วยกันอันเกี่ยวเนื่องกับฐานะทางเศรษฐกิจ-สังคมของครอบครัว ส่วน ฟอกซ์เลอร์ (Fogler, 1953) กล่าวถึงความสนใจทางโทรทัศน์ของเด็กในระดับวัยต่าง ๆ ดังนี้คือ เด็กในวัยเข้าเรียนสนใจรายการเกี่ยวกับนิทานง่าย ๆ เรื่องสัตว์ดนตรี และการ์ตูน เด็กในชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 ชอบรายการหุ่นกระบอกเรื่องโคบาล เรื่องตลกขบขัน การแข่งขันชิงรางวัล ฯลฯ เด็กในชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 สนใจเกี่ยวกับการใช้ความคิดสร้างสรรค์ เรื่องราวเกี่ยวกับจักรวาลอวกาศ การแสดงต่าง ๆ เรื่องราวสืบสวนอาชญากรรม ละคร และดนตรี เด็กในชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 สนใจเช่นเดียวกับเด็กชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โดยเพิ่มความสนใจเกี่ยวกับเรื่องราวทางวิทยาศาสตร์ และการแข่งขันทางวิชาการเพื่อฝึกสมองและทักษะแต่อย่างไรก็ตามความสนใจในเรื่องนี้ขึ้นกับระดับอายุเช่นกัน สอดคล้องกับความคิดเห็นของ สก็อท (Scott, 1953) กล่าวว่า รายการโทรทัศน์เกี่ยวกับรายการตลกขบขัน การ์ตูน และรายการดนตรี เป็นที่นิยมในทุกระดับวัย ระดับอายุ ส่วนอิทธิพลทางโทรทัศน์ต่อเด็กนั้น เอฟวี (Evry, 1952) กล่าวว่า เมื่อเด็กได้ชมรายการทางโทรทัศน์แล้วจะนำเรื่องราวที่ได้ชมเก็บไปคิดไปฝันเมื่อยามหลับนอนการฝันนี้อาจเป็นการฝันร้ายได้ ซึ่งคณะนิเทศศาสตร์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยได้ทำการวิจัยเรื่องอิทธิพลของโทรทัศน์ต่อเด็กไทยเช่นกัน (บำรุง สีหอำไพ และคณะ, 2519) พบว่า การดูโทรทัศน์เป็นการใช้เวลาว่างที่เด็กชอบที่สุด เด็กส่วนใหญ่ชอบดูโทรทัศน์ และเด็กจะเหงารวมทั้งไม่มีความสุข เมื่อไม่มีโทรทัศน์ เนื้อหาของโทรทัศน์อาจมีอิทธิพลต่อเด็กในเรื่องความปรารถนา เอกลักษณ์และแบบแผนอาชีพที่เด็กต้องการและชอบมากที่สุดคือ ทหาร ครู ตำรวจ และแพทย์ โดยเด็กผู้ชายต้องการเป็นตำรวจหรือทหาร เด็กผู้หญิงต้องการเป็นครูและ

พยาบาล จะเห็นว่าเด็กไทยดูเหมือนจะสามารถแยกความคิดฝันและความเป็นจริงได้ในเรื่องอาชีพ ซึ่งการเลียนแบบมนุษย์มหัศจรรย์ (Miracle Man) จะเกิดกับเด็กในฐานะระดับกลางมากกว่า เด็กในฐานะระดับต่ำ ส่วนรายการโทรทัศน์ที่เด็กชอบไม่ว่าของเพศชายหรือเพศหญิง ผลจากการวิจัยมีได้กล่าวไว้ และจากการวิจัยของ วัน สังข์สะอาด พบว่า เด็กในโรงเรียนวิสามนศึกษา ชอบดูรายการโทรทัศน์ประเภทเขาสมองมากกว่านักเรียนในโรงเรียนอาชีวศึกษา แต่ นักเรียนส่วนมากชอบดูโทรทัศน์รายการเขาสมอง นิทาน นิยาย ละคร เพลง ดนตรี ฯลฯ

การใช้เวลาในด้านงานอดิเรกสำหรับชมภาพยนตร์ แกริสสัน (อ้างถึงใน Hurlock, 1959) กล่าวว่า ความสนใจในการชมภาพยนตร์ขึ้นอยู่กับความแตกต่างระหว่างเพศ โดยเพศชายจะสนใจภาพยนตร์ประเภทผจญภัย สงคราม ฯลฯ ส่วนเพศหญิงจะสนใจภาพยนตร์ประเภทภาพยนตร์เพลง เรื่องเกี่ยวกับสัตว์ แต่ความสนใจที่ตรงกันคือ ภาพยนตร์ประเภทตลกขบขัน และภาพยนตร์การ์ตูน ส่วนการศึกษาค้นคว้าของ โปดอลสกี (Podolsky, 1952) พบว่า เด็กที่มาจากครอบครัวที่ขาดความอบอุ่น ในครอบครัวจะชอบภาพยนตร์เกี่ยวกับอาชญากรรม โดยการเรียนรู้และเรียนแบบจากภาพยนตร์ เพื่อให้หลุดพ้นจากสภาพแวดล้อมที่ตนประสบอยู่และคลายความเศร้าได้ ส่วนโครและโคร (Crow and Crow, 1955) พบว่าในอัตราส่วน 20:100 ของเด็กทุกอายุสนใจการชมภาพยนตร์ 2-3 ครั้งต่ออาทิตย์ ภาพยนตร์ตลกขบขัน เป็นความสนใจอันดับหนึ่ง และเด็กชายมีความสนใจในภาพยนตร์มากกว่าเด็กหญิง

สมประสงค์ ปิ่นจินดา ได้ทำการศึกษาค้นคว้า พบว่า ภาพยนตร์ เป็นสิ่งที่น่าสนใจของเด็กโดยเด็กในวัย 11-16 ปีนั้น เด็กชายชอบภาพยนตร์เรื่องโคบาล สงคราม ตลกขบขัน อาชญากรรม ฯลฯ เด็กหญิงชอบภาพยนตร์เพลงเรื่องตลกขบขัน เรื่องรัก ฯลฯ และจากการค้นคว้าวิจัยของ วัน สังข์สะอาด (2505) พบว่า เด็กที่อยู่ในครอบครัวที่มีฐานะทางเศรษฐกิจ-สังคมต่ำ จะดูภาพยนตร์น้อยกว่า เด็กที่อยู่ในฐานะเศรษฐกิจ-สังคมสูง โดยนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ชอบดูภาพยนตร์เขาสมอง และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 ชอบดูภาพยนตร์อาชญากรรม นักสืบ เรื่องตื่นเต้น การต่อสู้

การใช้เวลาว่างสำหรับการฟังดนตรี กีเซล และเอิร์ค (อ้างถึงใน Hurlock, 1956) กล่าวถึง ความสนใจทางด้านดนตรี ดังนี้คือ

- เด็กอายุ 2 ขวบ เมื่อฟังเสียงจากวิทยุ เครื่องเล่นแผ่นเสียงจะเต้นตามเพลงที่ได้ยิน



- เด็กอายุ 3 ขวบ สามารถเข้าใจจังหวะเพลงและจะเดินไปตามเพลงที่ตนเองสนใจ
- เด็กอายุ 4 ขวบ ชอบจะเล่นเพลงจากเครื่องเล่นแผ่นเสียงด้วยตนเองและทดลองเล่นเปียโน ร้องเพลง เล่นละครตามเพลง จังหวะเพลงที่ได้ยินและคิดขึ้นเอง
- เด็กอายุ 5 ขวบ สามารถเล่นดนตรีจากเสียงที่ได้ยิน ชอบร้องเพลง และเดินรำตามจังหวะที่ฟังจากวิทยุเครื่องเล่นแผ่นเสียง
- เด็กอายุ 6 ขวบ ขึ้นไป ความสนใจทางดนตรีของเด็กนั้นจะร้องเล่นละครเดินรำตามเพลงที่ได้ยิน โดยการเล่นดนตรีของเด็กหรือการทำกิจกรรมทางดนตรีนั้นจะให้มีผู้ดูแลให้ความสนใจในสิ่งที่ตนเองทำอยู่ด้วย

โอ ไบรอัน (O; Brien 1953) กล่าวว่า ความสนใจทางดนตรีของเด็กในระดับอายุน้อย ๆ นั้น เมื่อโตขึ้นเด็กจะได้แนวทางการใช้เวลาว่างการพักผ่อนจากดนตรีได้ทางหนึ่งเช่นกัน อันสอดคล้องกับ พิชเชอร์ (อ้างถึงใน Hurlock, 1956) กล่าวว่า ความแตกต่างทางฐานะเศรษฐกิจของครอบครัวในเด็กแต่ละคน ไม่เป็นผลสำคัญต่อการใช้เวลาว่างในการเล่นดนตรีหรือการฟังดนตรี ทั้งขึ้นอยู่กับความสนใจของเด็กแต่ละคน

การใช้เวลาว่างสำหรับงานศิลปกรรม กีฬาและทอมป์สัน (อ้างถึงใน Hurlock, 1956) กล่าวว่า การวาดภาพของเด็กในเวลาว่างเป็นการแสดงออกให้เห็นความสามารถของเด็กมากกว่าการวาดภาพเพื่อความสวยงามเช่นเดียวกับ ลีรอยส์ (อ้างถึงใน Hurlock, 1956) กล่าวว่า การวาดภาพของเด็กเป็นสัญลักษณ์เฉพาะตัวของเด็กโดยการจดจำสิ่งที่ไม่ได้พบเห็น โดยคำนึงถึงรูปร่างตามความจริง เมื่อเด็กมีความพร้อมและมีวุฒิภาวะมากขึ้นแล้ว การวาดภาพของเด็กจะแสดงให้เห็นรูปร่าง ขนาด และความถูกต้องตามความจริงของรูปภาพนั้น ๆ และสมประสงค์ ปีนจินดา (2516) กล่าวว่า การวาดภาพของเด็กนั้นเป็นการสร้างสรรค์ความคิดเห็นและช่วยผ่อนคลายความเครียดทางอารมณ์ด้วย ส่วนทางด้านงานฝีมือเด็กจะเกิดความสนุกเพลิดเพลินในการทำ เช่น การปั้นสิ่งต่าง ๆ จากดินเหนียวหรือดินน้ำมัน การเลื่อยไม้ ฉลุไม้ การพับหรือการตัดกระดาษ การประดิษฐ์สิ่งของจากผ้าไหมพรมการทำหัวหุ่น และอื่น ๆ ซึ่งการทำงานฝีมือนั้นช่วยให้เด็กเกิดทักษะในการใช้มือทำงานและสามารถสร้างสรรค์สิ่งที่น่าสนใจให้มีความมีประโยชน์ขึ้น

การใช้เวลาสำหรับการสนทนาการนอกสถานที่ และสนทนาการกลางแจ้ง
กาเมส และมูร์ส (อ้างถึงใน สมบัติ กาญจนกิจ (2520) กล่าวว่า กิจกรรมทางสนทนาการเป็น
การเปลี่ยนอิริยาบถตามธรรมชาติ ทำให้มนุษย์ เรามีสติความสดชื่น กระชุ่มกระชวย และฟื้นฟูพลัง
เช่นเดียวกับ แพทริค (อ้างถึงใน สมบัติ กาญจนกิจ (2520) ที่กล่าวว่ากิจกรรมทางสนทนาการ
เป็นการผ่อนคลายความตึงเครียดจากการทำงาน ความบีบคั้นทางอารมณ์ นอกจากจากนี้ยังได้
กล่าวถึงกิจกรรมสนทนาการทางด้านการศึกษานอกสถานที่ ทำให้เด็กได้รับประสบการณ์ โดยตรง
และเป็นการรวมเอาทักษะและคุณค่าต่าง ๆ อันทำให้เกิดความพอใจอย่างสูง การศึกษานอก
สถานที่ทำได้หลายอย่าง เช่น การเดินทางไกลทั้งทางบกและทางน้ำ การเที่ยวตามสวนสัตว์
พิพิธภัณฑ์ตามสวนสาธารณะ ฟาร์ม ฯลฯ นอกจากนั้นการออกค่ายพักแรมทำให้การพักผ่อนกลางแจ้ง
การร่วมกิจกรรมระหว่างเพื่อนที่อยู่ค่ายด้วยกัน อันสอดคล้องกับ จรินทร์ ธาณิรัตน์ (2519)
กล่าวถึงความมุ่งหมายในการอยู่ค่ายพักแรม เป็นการใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ที่ถูกต้อง เป็น
การฝึกการช่วยเหลือตนเองและผู้อื่น รวมทั้งทำให้เกิดความสามัคคี มีระเบียบวินัย และได้ศึกษา
ธรรมชาติภูมิประเทศด้วย

การใช้เวลาในการทำงานอดิเรกประเภทสะสมสิ่งของต่าง ๆ หรือการหาความรู้
ดูรอส์ (Durost, 1932) กล่าวว่าเด็กตั้งแต่ 6 ขวบ จนถึงวัยรุ่น มีความสนใจในการสะสม
สิ่งของต่าง ๆ โดยเกี่ยวข้องกับความสนใจของกลุ่มและเด็กหญิงจะมีการสะสมสิ่งของมากกว่า
เด็กชาย เช่นเดียวกับ วิทลีย์ (Whitely, 1929) กล่าวถึงความสนใจของเด็กวัยรุ่นใน
การสะสมสิ่งของนั้นจะเก็บของที่ตนสนใจและเก็บไว้ในที่เฉพาะ โดยจะไม่ให้ผู้อื่นเกี่ยวข้อง
ซึ่งสอดคล้องกับ สมบัติ กาญจนกิจ (2520) กล่าวว่า การสะสมสิ่งของในยามว่างเป็นความสุขใจ
โยการลงทุนเพียงเล็กน้อย และมีค่ามากในภายหลัง เช่น การสะสมแสตมป์ หนังสือที่หายาก
สินแร่ ตุ๊กตา เปลือกหอยต่าง ๆ ฯลฯ และ วัน สังข์สะอาด (2505) พบในการค้นคว้าวิจัย
ว่าการทำงานอดิเรกของเด็กจะอยู่ในประเภทฟังวิทยุ ดูโทรทัศน์ อ่านหนังสือ และการทำสวนครัว

การใช้เวลาในด้านงานอดิเรก จึงมีลักษณะแตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับลักษณะเฉพาะ
ตัวบ้าง สภาพแวดล้อมบ้าง และปัจจัยอื่น ๆ ด้วย

4. การใช้เวลาในด้านการหารายได้พิเศษ

การใช้เวลาในด้านการหารายได้พิเศษ หมายถึง การใช้เวลาในการขายของหน้าร้าน การรับจ้าง การขายดอกไม้ ขายหนังสือพิมพ์ การประดิษฐ์สิ่งของขาย และการปลูกผัก เป็นต้น การใช้เวลาในด้านนี้ถือเป็นกิจกรรมเสริมรายได้ทางหนึ่ง ซึ่งในยุคปัจจุบันนี้ ค่าครองชีพในแต่ละวันนั้นสูงขึ้น การหารายได้พิเศษจึงมีคนนิยมทำกันมาก

สำหรับการทำงานในสถานประกอบการนั้น กระทรวงมหาดไทยได้กำหนดไว้ในกฎหมายคุ้มครองการใช้แรงงานเด็ก โดยจะกำหนดในเรื่องอายุไว้อย่างชัดเจนว่าห้ามนายจ้างรับเด็กอายุต่ำกว่า 13 ปีบริบูรณ์เป็นลูกจ้าง (ประกาศกระทรวงมหาดไทย ฉบับที่ 12 วันที่ 18 มกราคม พ.ศ. 2533) (สถาบันวิจัยสังคม จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2538 : 115) โดยห้ามไม่ให้ทำทุกกรณีไม่ว่าจะเป็นงานในวันหยุดก็ตาม

ในการใช้เวลาสำหรับการหารายได้พิเศษนี้ นักเรียนจึงไม่สามารถทำในสถานประกอบการได้ นอกจากทำอาชีพส่วนตัวหรือรับจ้างพ่อแม่ หรือญาติพี่น้อง อาชีพของผู้ปกครองจึงมีส่วนโดยตรงในเรื่องนี้ โดยเฉพาะถ้าพ่อแม่มีอาชีพค้าขาย ในระหว่างปิดเทอมนักเรียนก็จะใช้เวลาในการช่วยผู้ปกครองตนเองในการขายของด้วย ทั้งนี้ฐานะของผู้ปกครองนักเรียนก็มีส่วนเกี่ยวข้องกับด้วยเช่นกัน ถ้าฐานะผู้ปกครองดี ก็จะไม่ส่งเสริมให้นักเรียนหารายได้พิเศษ แต่ถ้าผู้ปกครองฐานะไม่ดี ก็จะทำให้การส่งเสริมนักเรียนในการหารายได้พิเศษ เป็นต้น

แนวคิดเกี่ยวกับองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการใช้เวลาของเด็ก

ในการใช้เวลาของเด็กนั้น สิ่งที่มีอิทธิพลต่อการใช้เวลา ประกอบด้วยองค์ประกอบที่เกิดจากคุณลักษณะประจำตัวของบุคคล และสิ่งแวดล้อม ที่มีอิทธิพลต่อการใช้เวลา ดังนี้

1. ด้านลักษณะประจำตัวของบุคคล

จากการกล่าวอ้างของสไปรา (Sapora, 1961) (อ้างถึงในดวงใจ สิทธิไชย, 2521) ได้อธิบายไว้ดังนี้

1.1 ด้านจิตวิทยา

ในการเลือกทำกิจกรรมใดกิจกรรมหนึ่งนั้น อเล็กซานเดอร์ (Alexander) กล่าวว่า การเล่นต่าง ๆ เป็นองค์ประกอบส่วนหนึ่งของการพักผ่อนที่คลายความตึงเครียด รวมทั้งการผจญภัยการเสี่ยง การทดลอง ในการเล่นเป็นการใช้พลังงานส่วนเกินไปในทางที่ถูกต้อง สำหรับ ฟรอยด์ (Froed) เห็นว่า การใช้เวลาว่างจากการเล่น การทำกิจกรรมต่าง ๆ ของเด็กแม้จะไม่ได้ประสบการณ์ที่ถูกต้องก็ตาม แต่เด็กได้ใช้พลังงานของตนเองไปอย่างถูกต้อง โดยขึ้นกับสภาพแวดล้อมของเด็กแต่ละคน การเลือกทำกิจกรรมต่าง ๆ จึงเป็นลักษณะปกติธรรมดา

1.2 การถ่ายทอดทางกรรมพันธุ์

ลักษณะทางกรรมพันธุ์ เป็นสิ่งที่เด็กได้รับการถ่ายทอดมาแต่เกิด ไม่สามารถเลือกได้ ฮิวซิงกา (Huizinga) มีความเชื่อ การใช้เวลาว่างโดยการเล่น การทำกิจกรรมต่าง ๆ มาจากความต้องการตามสัญชาตญาณของแต่ละคน โดยปรากฏการณ์ของสภาพร่างกายหรือความผ่อนคลายความตึงเครียดทางจิตใจ

1.3 ทางด้านการเรียนรู้ (Learning)

การเรียนรู้เป็นกระบวนการพื้นฐานของพัฒนาการ ซึ่งพฤติกรรมของแต่ละบุคคลจะมีการเปลี่ยนแปลงอันเนื่องมาจากสิ่งแวดล้อม การเรียนรู้จะทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงในลักษณะที่ค่อนข้างถาวรไม่ว่าจะเป็นพฤติกรรมหรือความสามารถอันเป็นผลเนื่องมาจากประสบการณ์และการฝึกหัด การเรียนรู้มีรูปแบบต่าง ๆ กัน ดังนั้นพฤติกรรมที่เกิดจากการเรียนรู้นั้นจึงต่างกันด้วย ดั้งนักจิตวิทยา ได้สรุปขั้นตอนการเรียนรู้ไว้ดังนี้

เพียเจท์ (Piaget) ได้สรุปขั้นตอนการพัฒนาการเล่น การเคลื่อนไหว เมื่อเด็กมีเวลาว่าง เป็นแนวทางการเรียนรู้ไว้ดังนี้ คือ

ก. The practice Stage ในเด็กทารก เวลาว่างชอบการเคลื่อนไหว กล้ามเนื้อของแขน ขา มือ

ข. The Symbolic Stage นั้นเข้าใจเรื่องเวลาว่างโดยความสัมพันธ์ทางการเล่นกับผู้อื่น และสิ่งแวดล้อม

ค. The Rule Stage นั้น การใช้เวลาว่างโดยการเล่นเป็นความต้องการความจริงที่จะได้รับ โดยมีแบบแผนในการกระทำด้วย

2. ด้านสภาพแวดล้อม

สภาพแวดล้อมที่มีอิทธิพลต่อการใช้เวลาของเด็กในด้านต่าง ๆ ได้แก่

2.1 ครอบครัว เป็นสิ่งแวดล้อมที่ใกล้ชิดตัวเด็กมาก ตั้งแต่เริ่มเกิดจนถึงเข้าเรียนในโรงเรียน บุคคลในครอบครัว เช่น พ่อ แม่ ญาติ พี่น้อง เป็นต้น ซึ่งมีอิทธิพลในการใช้เวลาต่าง ๆ เช่น

2.1.1 การใช้เวลาทำงานอดิเรก จากการศึกษาของดวงใจ สิทธิไชย (2521) พบว่า นักเรียนที่ผู้ปกครองมีอาชีพรับจ้าง ค่าขายส่วนตัว และรับราชการ จะสนใจเล่นดนตรีมากกว่านักเรียนกลุ่มอื่นและนักเรียนที่ผู้ปกครองมีอาชีพรับจ้าง จะสนใจฟังวิทยุ ชมโทรทัศน์ และชมภาพยนตร์มากกว่ากลุ่มอื่น โดยชอบเลือกชมรายการประเภทเบาสวมอง ตลกขบขัน หรือการ์ตูนมากกว่ารายการอื่น ๆ ดังที่ สำเร็จ จันทรโณกุล (2524) พบว่า ระดับการศึกษาของผู้ปกครองเกี่ยวข้องกับการใช้เวลาของนักเรียนในเรื่อง การอ่านหนังสือ การเล่นกีฬาหรือเกม และอาชีพของผู้ปกครอง มีผลต่อการใช้เวลาในเรื่องการให้การสนับสนุนให้เด็กใช้เวลาต่างกัน ซึ่ง คาแพลน (Kaplan, 1975) พบว่า รายได้ของครอบครัวเป็นตัวที่กำหนดให้สมาชิกในครอบครัวใช้เวลาต่างกัน สอดคล้องกับ เฮอร์ล็อก (Hurlock, 1965) ที่พบว่า เด็กที่ทางบ้านมีฐานะดีเท่า่นั้นจะมีโอกาสเล่นเทนนิส ว่ายน้ำหรือเข้าชมการแข่งขันกีฬาต่าง ๆ ในสนามแข่งขัน

2.1.2 การใช้เวลาด้านการหารายได้พิเศษ จากการศึกษาของดวงใจ สิทธิไชย (2521) พบว่า นักเรียนที่ผู้ปกครองมีอาชีพรับราชการ และรับจ้างจะสนใจในการหารายได้พิเศษมากกว่ากลุ่มอื่น ในการหารายได้พิเศษนี้ ฮัมฟรีย์ (Humphrey, 1959) พบว่า เด็กที่มีฐานะเศรษฐกิจยากจนมักใช้เวลาในการทำงานเพื่อครอบครัวหรือเพื่อตนเองมากกว่าเด็กที่มีฐานะร่ำรวย

2.1.3 การใช้เวลาด้านการช่วยทำงานบ้าน ผกากรอง พุทธฉลิท (2517) ศึกษาพบว่า นักเรียนที่มีฐานะดี จะไม่ต้องใช้เวลาในการช่วยผู้ปกครองทำงานบ้านเลย

2.2 สถานศึกษา เปรียบเสมือนบ้านที่สองของนักเรียน เนื่องจากนักเรียนต้องอยู่ในโรงเรียนประมาณวันละ 8-10 ชั่วโมง การใช้เวลาในด้านต่าง ๆ ของนักเรียนจึงรับอิทธิพลจากโรงเรียน เช่น

การสอนของครู อาจารย์ ถ้าพิจารณาหลักการ จุดหมาย และโครงสร้างของหลักสูตรประถมศึกษาพุทธศักราช 2521 (ฉบับปรับปรุง พ.ศ. 2533) จะเห็นว่า มุ่งให้นักเรียนคิดเป็น ทำเป็น แก้ปัญหาเป็น โดยมีเนื้อหาแยกเป็นกลุ่มวิชา ซึ่งถ้าเราพิจารณาในกลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย และกลุ่มการงานและพื้นฐานอาชีพ จะมีเนื้อหาที่เกี่ยวกับการใช้เวลาของนักเรียน เช่น กลุ่มสร้างเสริมลักษณะนิสัย จะมีเรื่องเกี่ยวกับการออกกำลังกาย กิจกรรมนันทนาการ และกลุ่มการงานและพื้นฐานอาชีพ จะแยกเป็น งานบ้าน งานเกษตร งานช่าง และงานประดิษฐ์ ซึ่งเนื้อหาส่วนใหญ่จะเป็นกิจกรรมส่งเสริมในการใช้เวลาของนักเรียนทั้งสิ้น (กรมวิชาการ, 2534) สำหรับการใช้เวลาในด้านการเรียน ครูผู้สอน ที่มอบหมายงานให้นักเรียนทำในวันหยุด จึงมีส่วนในการใช้เวลาโดยตรง เช่น การมอบหมายให้ทำรายงาน ให้ไปค้นคว้างานเกี่ยวกับบทเรียน เป็นต้น

การจัดกิจกรรมเสริมของโรงเรียนในระหว่างปิดภาคเรียน เป็นส่วนหนึ่งในการเสริมการใช้เวลาของนักเรียนในช่วงปิดภาคเรียน เช่น โครงการกิจกรรมภาคฤดูร้อนของโรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยจัดขึ้น โดยเปิดอบรมเสริมความรู้ทางภาษาไทย ในด้านคอมพิวเตอร์ เรียนการว่ายน้ำ แบดมินตัน ฟุตบอล เทนนิส ดนตรีไทย งานประดิษฐ์ และรำไทย เป็นต้น ซึ่งโครงการเหล่านี้เป็นส่วนหนึ่งที่ส่งเสริมให้เด็กได้ใช้เวลาในระหว่างปิดภาคเรียนได้เข้าร่วมกิจกรรมของสถานศึกษาตามความสนใจของตนเอง

2.3 สภาพแวดล้อมทั่วไป เช่น สภาพทางภูมิศาสตร์ สภาพการเดินทาง ฯลฯ ซึ่งเป็นที่ยอมรับกันโดยทั่วไปว่า ปัจจุบันเด็กในกรุงเทพมหานคร ต้องใช้เวลาในการเดินทางถึงวันละ 4-5 ชั่วโมง โดยอาจจะอยู่บนรถโดยสารประจำทาง หรือรถส่วนตัว ทำให้นักเรียนต้องออกจากบ้านเพื่อมาเรียนแต่เช้า และกว่าจะกลับถึงบ้านก็เย็นหรือมืดค่ำ เด็กจึงไม่ได้ใช้เวลาในด้านอื่น ๆ ซึ่งสภาพการจราจรติดขัดนี้เกิดจากในกรุงเทพฯ มีรถมาก เกิดภาวะอากาศเป็นพิษ มีผลต่อสุขภาพร่างกาย โดยเฉพาะโรคทางเดินหายใจ (นิตยา มหาผล และคณะ, 2534) รายงานไว้เมื่อปี 2534 ว่าจากการตรวจสอบคุณภาพของกรมอนามัย มีสารพิษที่เกินมาตรฐานมากขณะรถติด เช่น ก๊าซคาร์บอนมอนนอกไซด์ สารตะกั่ว ก๊าซไนโตรเจนไดออกไซด์ ก๊าซซัลเฟอร์ไดออกไซด์ ก๊าซไฮโดรคาร์บอน ซึ่งสารเหล่านี้จะถูกสะสมไว้ในร่างกาย ในระยะนานปีจึงปรากฏอาการ

จากการศึกษาของ อมรากล อินโธซานนท์ อินทรา ปัทมินทร์ และ ลีริกุล จุลศิริ (2535) ได้ศึกษาสภาพชีวิตของคนกรุงเทพฯ พบว่า ร้อยละ 36.02 เกิดความเครียดเนื่องจากการจราจรติดขัด รองลงมา เครียดเนื่องจากควันท่อไอเสียและสภาพอากาศ ร้อน ร้อยละ 19.41 และเกิดจากคนเห็นแก่ตัว ร้อยละ 16.73 ซึ่งในการแก้ความเครียดนั้น ส่วนมากใช้ การฟังเพลง ฟังวิทยุ ร้องเพลง ร้อยละ 28.48 รองลงมา จะใช้คิดในเรื่องตลก หรือเรื่องที่ดี ๆ ร้อยละ 22.09

สภาพแวดล้อมจึงมีอิทธิพลต่อการใช้เวลาของเด็กทั้งที่เป็นทางตรงและทางอ้อม ส่งผลให้นักเรียนส่วนใหญ่จะใช้เวลาในระหว่างปิดภาคเรียนแตกต่างกันไป

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้เวลา

งานวิจัยในต่างประเทศ

มัลม (Malm, 1962) กล่าวถึงการใช้เวลาของนักเรียนไว้ สรุปได้ดังนี้ ในวันที่เด็กไปโรงเรียน เด็กใช้เวลาที่ต้นอยู่ไปในด้านกีฬาเป็นส่วนใหญ่ มีบางคนที่ใช้เวลาอ่านหนังสือ ฟังวิทยุ เล่นดนตรี และส่งหนังสือพิมพ์ ในขณะที่อยู่บ้านนักเรียนใช้เวลาเกี่ยวกับการเรียนเพียงเล็กน้อย เมื่อพิจารณาอายุ พบว่าเด็กอายุ 16-18 ปี มักจะใช้เวลานอกเวลาเรียน ดังนี้ ใช้เวลาในการเล่นกีฬา มีนักเรียนชายร้อยละ 59 และนักเรียนหญิงร้อยละ 31 นักเรียนหญิงทั้งหมดช่วยทำงานบ้านมีนักเรียนกว่าร้อยละ 90 ที่ใช้เวลาในการฟังวิทยุสัปดาห์ละ 7-8 ชั่วโมง รายการมหัศจรรย์เรื่องลึกลับ นักเรียนชายชอบเรื่องตลกขบขัน เรื่องการรบ การต่อสู้ เด็กวัยรุ่นตอนปลายใช้เวลาในการอ่านหนังสือ วารสาร หรือหนังสือประเภทบันเทิง วันละไม่น้อยกว่าครึ่งชั่วโมง

ผลการค้นคว้าของ ฮิคส์ และเฮลส์ (Hurlock, 1949, citing Hicks and Hays, 1931) ที่สำรวจเด็กระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย พบว่าเวลาที่อยู่บ้านเด็กใช้เวลาไปในการฟังวิทยุ อ่านหนังสือ ค้นคว้าเกี่ยวกับบทเรียน ส่วนเวลาที่ออกไปนอกบ้านมักจะไปหาเพื่อน ไปดูภาพยนตร์ และมีเด็กร้อยละ 11 ที่ใช้เวลาในการฟังวิทยุมากกว่า 3 ชั่วโมงต่อหนึ่งวัน เด็กร้อยละ 66 ฟังวิทยุวันละ 1-3 ชั่วโมง และมีเด็กร้อยละ 23 ที่ฟังวิทยุน้อยกว่า 1 ชั่วโมง รายการที่เด็กชอบมากที่สุดคือ เรื่องตลกขบขัน ละคร เพลง ดนตรี

เมอร์เรย์ (Murray, 1988) ศึกษาการใช้เวลาว่างของเด็กวัยรุ่นพบว่า ปัจจุบันเด็กวัยรุ่นประสบกับสภาพความกดดันจากการเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นจากสังคมและสิ่งแวดล้อม ซึ่งมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของเด็กวัยรุ่นโดยไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ ทำให้เกิดผลเสียติดตามมา ซึ่งมักแสดงให้เห็นในรูปของความเสื่อมของกิจกรรมต่าง ๆ เกิดปัญหาอาชญากรรม ความล่าช้าทางเพศ การติดยาเสพติด และปัจจัยสำคัญที่มีผลทำให้การใช้เวลาว่างของเด็กวัยรุ่นไม่เป็นประโยชน์เท่าที่ควร คือ การด้อยโอกาสทางการศึกษา อิทธิพลของกลุ่มเพื่อน และอิทธิพลของสื่อมวลชน

เมื่อเปรียบเทียบการศึกษาของ มอลล์, อีคส์ และ เฮล์กับเมอร์เรย์ ที่ได้ศึกษาการใช้เวลาว่างของเด็กวัยรุ่นในช่วงเวลาที่ห่างกันหลายปีพบว่า มีความแตกต่างกันมากในด้านกิจกรรมต่าง ๆ ที่เด็กวัยรุ่นทำซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาในประเทศไทยของสมศักดิ์ ลีลา และวันชัย มีกลาง (2530) ที่พบว่าแนวโน้มการทำกิจกรรมต่าง ๆ ของคนไทยเปลี่ยนไป การรับสื่อมวลชนมีมากขึ้นย่อมทำให้ได้รับอิทธิพลของสื่อมวลชนมากขึ้นด้วย

งานวิจัยภายในประเทศ

การศึกษาในประเทศไทยเกี่ยวกับการใช้เวลามีน้อยมาก ส่วนใหญ่จะเป็นการศึกษาวิจัยการใช้เวลาว่าง ซึ่งเป็นเพียงส่วนหนึ่งของเวลาทั้งหมด ผู้วิจัยค้นคว้ารวบรวมไว้ดังนี้คือ มาร์ตินสัน และคนอื่น ๆ (2503) สำนวจการใช้เวลาของนักเรียนวัยรุ่นไทยพบว่า ในหนึ่งสัปดาห์ หรือ 168 ชั่วโมง นักเรียนใช้เวลาในการนอน 56 ชั่วโมง การเข้าชั้นเรียนที่โรงเรียนตามปกติ 25 ชั่วโมง ดูหนังสือทำการบ้าน 35 ชั่วโมง และเหลืออีก 52 ชั่วโมงสำหรับการกิน ทำกิจวัตร พบปะเพื่อนฝูงและหาความเพลิดเพลิน ผลการศึกษาวิจัยนี้สอดคล้องกับการศึกษาของ สมบัติ กาญจนกิจ และดำรัส ดาราศักดิ์ (2520) ที่พบว่าในแต่ละวันเยาวชนจะมีเวลาว่างจริง ๆ คือ ว่างจากการนอน การทำงาน หรือการเรียน และการทำกิจวัตรประจำวัน เช่น การรับประทานอาหาร อาบน้ำ แต่งตัว ประมาณวันละ 5-7 ชั่วโมง เวลาที่เหลือออกนั้นเป็นเวลาสำหรับทำงาน

ระพี โสมภูติ (2506) สำนวจการใช้เวลาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ปีการศึกษา 2506 ในจังหวัดพระนคร โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง 615 คน เป็นเพศชาย 310 คน เพศหญิง 305 คน ผลการสำวจพบว่า นักเรียนหญิงช่วยทำงานบ้านในขณะที่นักเรียนชาย

ช่วยงานประเภทที่ต้องออกกำลังมาก นักเรียนอยู่ในโรงเรียนวันละประมาณ 7-8 ชั่วโมง ในวันหนึ่ง ๆ นักเรียนใช้เวลาในการพูดคุยกับเพื่อนมากทั้งก่อนเข้าเรียน ในระหว่างพักและ แม้แต่ในเวลาเรียนนักเรียนก็ยังพูดคุย ในการใช้เวลาส่วนตัว นักเรียนส่วนมากสนใจฟังวิทยุ ฟังเพลง ดูโทรทัศน์ การจราจรเป็นอุปสรรคในการเดินทางไปโรงเรียนของนักเรียน โดยนักเรียนจำนวนหนึ่งต้องใช้เวลาเดินทางประมาณวันละ 2 ชั่วโมง

นิลมัย ปโชติการ (2506) สํารวจการใช้เวลาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2506 ในจังหวัดนครสวรรค์ โดยใช้กลุ่มตัวอย่าง 662 คนเป็นนักเรียนชาย 315 คน นักเรียนหญิง 647 คน ผลการสำรวจพบว่า นักเรียนบางคนต้องตื่นนอนแต่เช้าเตรียมตัวไปโรงเรียน เพื่อหลีกเลี่ยงจราจรที่คับคั่ง หรือรถประจำทางที่แน่นขนัดในตอนสาย นักเรียนชาย-หญิงส่วนใหญ่ไม่ได้ช่วยทำงานเพื่อครอบครัว กิจกรรมก่อนนอนของนักเรียน ได้แก่ จัดตารางสอน สวดมนต์ ฟังวิทยุ ดูโทรทัศน์ และคุยกันในวันหยุด นักเรียนมักทำความสะอาดเครื่องใช้ส่วนตัวทำความสะอาดห้องของตน และนักเรียนบางส่วนใช้เวลาในวันหยุดด้วยการดูโทรทัศน์ และฟังวิทยุเกือบทั้งวัน

ประทีน สุภาพ (2508) สํารวจการใช้เวลาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ปีการศึกษา 2507 ในจังหวัดร้อยเอ็ด โดยใช้กลุ่มตัวอย่างในโรงเรียนราษฎร์ 2 แห่ง รวม 125 คน เป็นนักเรียนชาย 62 คน นักเรียนหญิง 63 คน ผลการสำรวจพบว่า โดยเฉลี่ยนักเรียนใช้เวลาอยู่ในโรงเรียนวันละ 7 ชั่วโมง ดูหนังสือ 1 ชั่วโมง และใช้เวลาเดินทางไป-กลับ ระหว่างบ้านและโรงเรียนวันละ 41 นาที มีนักเรียนส่วนน้อยที่มีโอกาสฟังวิทยุทั้งวัน สำหรับการใช้เวลาในตอนเช้าก่อนเข้าเรียน นักเรียนสนทนากับเพื่อน ๆ มากเป็นอันดับแรก ทำการบ้าน หรือดูตำราเป็นอันดับสอง นักเรียนส่วนใหญ่ทำงานเพื่อครอบครัวโดยนักเรียนชายทำงานประเภทที่ออกกำลังมาก คือ ตักน้ำใส่ตุ่ม รดน้ำต้นไม้ ให้อาหารสัตว์เลี้ยง สำหรับนักเรียนหญิงทำงานประเภทเบาแรง คือ ประกอบอาหาร ล้างถ้วยชาม กวาดบ้าน เลี้ยงน้อง มีนักเรียนส่วนน้อยที่ไม่ต้องช่วยทำอะไรเลย

ผกากรอง พุทธติลิก (2517) ได้สำรวจการใช้เวลาของนักเรียนกรุงเทพคริสเตียน-วิทยาลัย ปีการศึกษา 2517 โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นชายทั้งหมด จำนวน 270 คน เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น 210 คน นักเรียนชั้นมัธยมตอนปลาย 60 คน ผลการสำรวจพบว่า นักเรียนส่วนมากอาศัยอยู่กับบิดามารดา รองลงมา คือ อยู่ในโรงเรียนประจำ นักเรียนส่วนมาก

ไม่ต้องช่วยทำงานบ้านเลยเพราะ ครอบครัวมีฐานะดี การใช้เวลาว่างที่โรงเรียนนักเรียนส่วนใหญ่พูดคุยหยอกล้อกับเพื่อนมากที่สุด รองลงมาคือ รับประทานอาหารและชม ทบทวนบทเรียนหรือทำการบ้านในตอนเย็น นักเรียนส่วนใหญ่กลับบ้านทันที นักเรียนใช้เวลาอยู่ที่โรงเรียนวันละ 7-8 ชั่วโมง ใช้เวลาดูหนังสือน้อยมาก งานที่นักเรียนทำประจำในวันหยุดคือ การดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุมากที่สุด รองลงมาคือ ทำการบ้าน ดูภาพยนตร์ และให้ความสนใจด้านกีฬาอย่างมาก

จากผลการสำรวจการใช้เวลาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาที่กล่าวมานี้ จะพบว่า นักเรียนในกรุงเทพมหานครใช้เวลาเดินทางไปโรงเรียนมากกว่านักเรียนต่างจังหวัด กล่าวคือ นักเรียนในกรุงเทพมหานครใช้เวลาเดินทางไปและกลับประมาณวันละ 2 ชั่วโมง ขณะที่นักเรียนต่างจังหวัดใช้เวลาเพียง 41 นาที การใช้เวลารับข่าวสารจากสื่อมวลชน นักเรียนในกรุงเทพมหานคร ได้จากการดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุ ดูภาพยนตร์มากกว่านักเรียนต่างจังหวัด การช่วยทำงานบ้าน นักเรียนในกรุงเทพมหานครส่วนมากช่วยทำงานบ้านน้อยกว่านักเรียนต่างจังหวัด และในการใช้เวลาที่คล้ายคลึงกันก็คือ การพูดคุยสนทนากับเพื่อน ๆ นักเรียนทั้งในกรุงเทพมหานครและต่างจังหวัดใช้เวลาในการพูดคุยสนทนาเหมือนกัน

งานวิจัยเกี่ยวกับการใช้เวลาว่างซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของเวลาทั้งหมดนั้น มีผู้ทำการศึกษาวิจัยไว้ คือ ดวงใจ สิทธิไชย (2521) ศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นสังกัดกรมสามัญศึกษาในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 882 คน พบว่า นักเรียนส่วนมากใช้เวลาว่างในการอ่านหนังสือ เพื่อหาความรู้และความบันเทิง การหารายได้พิเศษมีน้อย โดยทำการฝีมือและพับถุงกระดาษชาย ด้านกีฬาสนใจเล่นฟุตบอลและบาสเกตบอลดนตรีที่ชอบคือ กีตาร์และกลอง ด้านการท่องเที่ยวชอบไปชายหาด ด้านการทำงานอดิเรกส่วนมากจะเป็นผู้รับบริการมากกว่าเป็นผู้ลงมือทำหรือสร้างสรรค์ด้วยตนเอง สอดคล้องกับงานวิจัยของ สำเร็จ จันทรโสภา (2524) ซึ่งศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 ในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนใช้เวลาว่างในด้านการเรียนและการอ่านหนังสือ การทำงานอดิเรกประเภทที่ต้องลงมือสร้างสรรค์เองมีน้อย นักเรียนส่วนใหญ่สนใจอ่านหนังสือนิรมัธยมและการ์ตูนมากกว่าหนังสือประเภทอื่น การใช้เวลาไปกับการรับข่าวสารจากสื่อมวลชนมาก ๆ นั้น ถ้าทำจนติดเป็นนิสัยย่อมมีผลเสียหายต่อการเรียน

ปัจจุบันแนวโน้มการรับสื่อมวลชนของคนไทยเพิ่มขึ้นมากกว่าเดิม ดังในรายงานการวิจัยของ สมศักดิ์ ลีลา และวันชัย มีกลาง (2530) ที่พบว่าในการใช้เวลาว่างและการพักผ่อนนั้น คนส่วนใหญ่มีเวลาในการพักผ่อนน้อยลงและมักพักผ่อนด้วยการดูโทรทัศน์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเยาวชนมีแนวโน้มจะใช้เวลาดูโทรทัศน์ มากกว่าที่ผ่านมา ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ชาญ จันทรเจียว (2522) และมนต์ชัย นินาพนนท์ (2526) ที่พบว่าในช่วงระยะเวลาที่ห่างกัน 4 ปี เด็กและเยาวชนใช้เวลาดูโทรทัศน์เพิ่มขึ้นประมาณ 7 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ สำหรับการบันเทิงหรือการพักผ่อนในลักษณะการเล่นพื้นเมือง ได้รับความนิยมน้อยลง หรือบางอย่างไม่เป็นที่รู้จักของคนรุ่นใหม่

จากการศึกษาของ โกเมศ จันทรเกษ (2523) เกี่ยวกับการใช้เวลาว่างของนักเรียนสองผลิตระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ที่เรียนในโรงเรียนส่วนกลาง และส่วนภูมิภาค 13 โรงเรียน จำนวน 944 คน ในปีการศึกษา 2521 พบว่า นักเรียนในส่วนภูมิภาคช่วยทำงานบ้านมากกว่านักเรียนในในส่วนกลาง ในขณะที่นักเรียนในส่วนกลางใช้เวลาทำการบ้าน และเรียนพิเศษมากกว่านักเรียนในส่วนภูมิภาค แต่บททบทวนบทเรียนและเตรียมบทเรียนน้อยกว่านักเรียนในส่วนภูมิภาค นักเรียนที่บิดามารดามีรายได้ต่ำ ช่วยทำงานมากกว่านักเรียนที่บิดามารดามีรายได้สูง นักเรียนที่บิดามารดามีรายได้สูงใช้เวลาว่างในการเรียนพิเศษ ดูโทรทัศน์ อ่านหนังสือพิมพ์และวารสาร เล่นดนตรี เข้าปรึกษาอาจารย์ รวมทั้งลอกการบ้านเพื่อนมากกว่านักเรียนที่บิดามารดามีรายได้ต่ำ นักเรียนหญิง ใช้เวลาทำการบ้านและเรียนพิเศษมากกว่านักเรียนชาย แต่เล่นกีฬาเล่นดนตรีน้อยกว่านักเรียนชาย นักเรียนสองผลิตชายหญิงส่วนกลาง เล่นกีฬาน้อยกว่านักเรียนสองผลิตส่วนภูมิภาค

ภิรมย์ รตินรเศรษฐ (2528) ศึกษาการใช้เวลาว่างเวลาเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นสองผลิตในเขตกรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2526 พบว่า นักเรียนในแต่ละระดับชั้นใช้เวลาว่างเวลาเรียนแตกต่างกันในด้านการเรียน การพักผ่อน การเล่นกีฬา การช่วยงานอาชีพของครอบครัว ส่วนปัญหาอันเกิดจากการใช้เวลาว่างเวลาเรียนไม่ปรากฏเด่นชัด เมื่อจำแนกตามผลิตพบว่าโดยส่วนรวมแล้วใช้เวลาแตกต่างกันทุกผลิตเรียน ซึ่งเกิดจากการมีเวลาว่างและสภาพแวดล้อมที่แตกต่างกัน

จากรายการงานวิจัยของ คณะอนุกรรมการเฉพาะกิจโครงการศึกษาเกี่ยวกับสภาพความต้องการ และกิจกรรมของเด็กและเยาวชนในชุมชนแออัดในเขตกรุงเทพมหานคร (2528) ซึ่งทำการวิจัยเรื่องความต้องการ ปัญหา กิจกรรมและการใช้เวลาของเด็กและเยาวชนในชุมชนแออัดในเขตกรุงเทพมหานคร โดยการใช้แบบสอบถามและการสังเกตกลุ่มตัวอย่าง 360 คน

จาก 4 ชุมชน คือ ชุมชนสามัคคีธรรม ชุมชนลับแล ชุมชนเชื้อเพลิง และชุมชนรัชฎาภิเศก ในด้านของกิจกรรมและการใช้เวลา พบว่า เด็กและเยาวชนมีเวลานอกเหนือจากเวลาอน 14-15 ชั่วโมง และ 12-13 ชั่วโมงต่อวัน ตามลำดับ ในวันธรรมดาเด็กส่วนใหญ่ไปโรงเรียนในตอนเช้าและกลับเข้าบ้านในช่วงบ่าย หลังเลิกเรียนเด็กใช้เวลาเล่นและสนทนาการตั้งแต่บ่ายจนถึงค่ำ ส่วนในวันหยุดจะทำงานบ้านในตอนเช้า เล่นและสนทนาการในตอนสายจนถึงดึก และกิจกรรมที่เด็กทำมาก คือดูโทรทัศน์ร้อยละ 87.6 อ่านหนังสือร้อยละ 71.6 อ่านหนังสือพิมพ์ร้อยละ 51.4 ฟังวิทยุร้อยละ 36.8 ทัศนศึกษาที่โรงพยาบาลร้อยละ 29.0 จะเห็นว่าเด็กใช้เวลาในการดูโทรทัศน์เป็นอันดับแรก และอ่านหนังสืออื่น ๆ เป็นอันดับต่อมา ส่วนเวลาที่ใช้ในการค้นคว้าด้านการเรียน ไม่มีเลย และปัญหาของเด็กคือ ไม่มีเวลาทำการบ้าน ส่วนปัญหาของเยาวชนคือ ไม่มีเวลาอ่านหนังสือ

จากผลการศึกษาที่กล่าวมาจะเห็นได้ว่า การใช้เวลาของนักเรียน ตั้งแต่ ปี พ.ศ. 2528 เป็นต้นมา ยังไม่มีผู้ทำการศึกษาใช้เวลาของนักเรียนอีกเลย โดยเฉพาะในช่วงเวลาการปิดภาคเรียนสุดท้าย ซึ่งโรงเรียนหยุดเป็นเวลานานประมาณ 1-2 เดือน โดยเฉพาะนักเรียนในเขตกรุงเทพมหานคร ซึ่งสภาพทั่ว ๆ ไปได้เปลี่ยนแปลงไปอย่างมาก ในเรื่องการเพิ่มของประชากร การเพิ่มปริมาณของรถ สถานมลภาวะเป็นพิษ การติดต่อหรือการเดินทางนั้นเป็นไปด้วยความยากลำบาก ในการเลือกศึกษานักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เนื่องจากเป็นนักเรียนที่กำลังจะขึ้นชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในวันเปิดภาคเรียนใหม่ ซึ่งเป็นชั้นสูงสุดของโรงเรียนในระดับประถมศึกษา ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาเกี่ยวกับการใช้เวลาในระหว่างปิดภาคเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนประถมศึกษาสังกัดสำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานครและสังกัดทบวงมหาวิทยาลัย ในกรุงเทพมหานคร ข้อความรู้เหล่านี้จะเป็นประโยชน์ในการให้การศึกษาแก่เด็กต่อไป

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย