



รายงานฉบับสมบูรณ์
ความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน: เด็กประถมศึกษา (6 – 12 ปี)

ชุดโครงการ
“การศึกษาเพื่อพัฒนาเด็กและเยาวชนเพื่อก้าวทันการเปลี่ยนแปลงของโลกศตวรรษที่ 21”

โดย
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ยศวีร์ สายฟ้า
คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

โครงการพัฒนาและปฏิบัติการ
สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)

สารบัญ

	หน้า
บทที่ 1 บทนำ.....	1
ความเป็นมา.....	1
วัตถุประสงค์.....	9
นิยามศัพท์ที่เกี่ยวข้อง.....	9
เป้าหมายที่ได้รับ.....	9
บทที่ 2 การทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง.....	10
พัฒนาการและการเรียนรู้ของเด็กประถมศึกษา (อายุ 6 – 12 ปี).....	10
แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับความสุข.....	16
แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับการเล่น.....	22
กรอบแนวคิดในการศึกษา.....	27
บทที่ 3 วิธีดำเนินการวิจัย.....	28
กลุ่มผู้ให้ข้อมูล.....	28
การคัดเลือกกลุ่มผู้ให้ข้อมูล.....	28
เครื่องมือที่ใช้รวบรวมข้อมูล.....	30
การวิเคราะห์ข้อมูล.....	31
บทที่ 4 ผลการศึกษา.....	36
ผลการศึกษาระดับความสุขและปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน.....	36
ผลการศึกษาสภาพปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน.....	37
ผลการศึกษารูปแบบการเปรียบเทียบระดับความสุขของเด็กไทยในวัยเรียนกลุ่มต่างๆ ที่จำแนกตามปัจจัยที่มีผลต่อความสุข.....	83
ผลการศึกษาารูปแบบกิจวัตรประจำวันของเด็กไทยในวัยเรียนในวันที่มาโรงเรียน.....	133
ผลการศึกษาารูปแบบการเรียนพิเศษเชิงวิชาการของเด็กไทยในวัยเรียน.....	134
ผลการศึกษาารูปแบบพฤติกรรมการรับประทานอาหารเข้าของเด็กไทยในวัยเรียน.....	135
ผลการศึกษาสถานการณ์การทำกิจกรรมการเล่นของเด็กไทยในวัยเรียน.....	136
ผลการศึกษาสภาพการทำกิจกรรมการเล่นของเด็กไทยในวัยเรียน.....	136
ผลการศึกษาารูปแบบการทำกิจกรรมการเล่นของเด็กไทยในวัยเรียน.....	151
ผลการศึกษาช่วงระยะเวลาในการทำกิจกรรมการเล่นของเด็กไทยในวัยเรียน.....	151
ผลการสังเคราะห์ชุดความรู้ที่เกี่ยวข้องเพื่อยกระดับความสุขให้กับเด็กไทยในวัยเรียน.....	152
ปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน.....	152
บทบาทของผู้ปกครองในการสร้างความสุขให้เด็กไทยในวัยเรียน.....	155

	หน้า
บทบาทของครูในการสร้างความสุขให้เด็กไทยในวัยเรียน.....	155
บทที่ 5 สรุปผลการศึกษา อภิปรายผลการศึกษา และข้อเสนอแนะ.....	158
สรุปผลการศึกษา.....	158
อภิปรายผลการศึกษา.....	165
ข้อเสนอแนะสำหรับการขับเคลื่อนเพื่อสร้างความสุขให้กับเด็กไทยในวัยเรียน.....	168
รายการอ้างอิง.....	175
ภาคผนวก.....	180
รายชื่อวิทยานิพนธ์.....	189

บทที่ 1

บทนำ

1. ความเป็นมา

การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ (human resource) ยังคงเป็นกระบวนการสำคัญสำหรับประเทศไทยในการพัฒนาเพื่อก้าวสู่การเป็นประเทศที่พัฒนา (developed country) แล้ว ด้วยเหตุเพราะทรัพยากรมนุษย์เป็นกำลังหลักสำคัญที่จะสามารถขับเคลื่อนประเทศให้เกิดการพัฒนาในทุกภาคส่วนได้ หากพิจารณาในแง่ทางเศรษฐศาสตร์แล้ว ทรัพยากรมนุษย์ถือเป็นทุนสำคัญประเภทหนึ่ง เรียกว่าทุนมนุษย์ (human capital) ซึ่งเป็นปัจจัยการผลิตที่มีคุณค่าอย่างมาก การที่บุคคลจะได้รับการพัฒนาให้เป็นทุนมนุษย์ที่มีคุณภาพและมีความสมบูรณ์พร้อมได้นั้น จำเป็นต้องอาศัยกระบวนการที่เหมาะสมมากเพียงพอที่จะทำให้บุคคลเกิดการสั่งสมความรู้ความสามารถ ทักษะ และประสบการณ์ จนหล่อหลอมกลายเป็นทุนมนุษย์ที่มีคุณภาพได้ในที่สุด การพัฒนาบุคคลให้เป็นทุนมนุษย์ที่มีคุณภาพจึงเป็นกระบวนการที่ใช้เวลาและจำเป็นต้องเริ่มต้นโดยเร็วที่สุด เพราะการพัฒนาบุคคลได้เร็วเท่าใด ย่อมเป็นการเพิ่มการพัฒนาขีดความสามารถของบุคคลให้เร็วมากยิ่งขึ้นเท่านั้น ดังนั้นการพัฒนาทุนมนุษย์จึงมีความจำเป็นต้องเริ่มตั้งแต่วัยแรกเกิดของบุคคลนั้นและดำเนินต่อเนื่องไปจวบจนบุคคลนั้นเติบโตเป็นผู้ใหญ่ การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์จึงเป็นกระบวนการในการพัฒนาประเทศที่สำคัญอย่างยิ่งยวด สำหรับการขับเคลื่อนการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ของประเทศไทยนั้น ดังสาระสำคัญที่ปรากฏในยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปีสะท้อนให้เห็นถึงการกำหนดยุทธศาสตร์ในการพัฒนาประเทศไทยในช่วงระยะเวลาตั้งแต่ พ.ศ. 2560 - 2579 ที่ได้ให้ความสำคัญกับการวางรากฐานการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ให้เป็นมนุษย์ที่มีความสมบูรณ์พร้อมทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ตลอดจนมีคุณสมบัติพร้อมสำหรับการเป็นสมาชิกของสังคมศตวรรษที่ 21 อันประกอบด้วย ความสามารถในการเรียนรู้ได้ตลอดชีวิต การมีทักษะการคิดขั้นสูง และนวัตกรรม การเป็นผู้ประกอบการ การรู้คุณค่าความเป็นไทย การมีคุณธรรมจริยธรรม มีวินัย และความรับผิดชอบต่อสังคม และการมีสุขภาวะที่ดี การบรรลุเป้าหมายดังกล่าวได้นั้นจำเป็นต้องอาศัยการพัฒนาศักยภาพบุคคลตลอดช่วงชีวิต รวมทั้งการจัดการศึกษาในระดับตั้งแต่ระดับการศึกษาปฐมวัยจนถึงการเรียนรู้ตลอดชีวิต (สำนักนายกรัฐมนตรี, 2560) เมื่อเชื่อมโยงสาระสำคัญในแผนยุทธศาสตร์ชาติ 20 ปีข้างต้นกับแนวคิดในการจัดการศึกษาจะพบว่าเป้าหมายในการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ของประเทศได้ให้ความสำคัญกับการพัฒนาแบบองค์รวม (holistic development) เพราะแนวคิดดังกล่าวมุ่งเน้นการพัฒนาบุคคลบนพื้นฐานของความสมดุลในการส่งเสริมการเรียนรู้และพัฒนาการทุกด้านไปพร้อมกัน ดังนั้นการพัฒนาบุคคลที่เหมาะสมนั้นควรตั้งอยู่บนพื้นฐานของความสมดุลในการส่งเสริมการเรียนรู้และพัฒนาการในทุกด้าน มิใช่การมุ่งเน้นการพัฒนาในด้านใดด้านหนึ่งอย่างสุดโต่งเท่านั้น

ในแง่ของการจัดการศึกษานั้น แนวคิดการพัฒนาแบบองค์รวมได้ถือเป็นแนวคิดแม่บทหลักในการกำหนดเป้าหมายการจัดการศึกษา เพราะการศึกษาโดยแท้แล้วหมายถึงกระบวนการหล่อหลอมบุคคลให้เติบโตขึ้นถึงพร้อมด้วยความรู้ความสามารถและความดีงามตามวัย แนวคิด การพัฒนาแบบองค์รวมเมื่อนำมาใช้ในบริบทของการจัดการศึกษาจะถูกล่ามึงถึงภายใต้แนวคิดการพัฒนาผู้เรียนแบบองค์รวม (whole-

child development) อย่างไรก็ตาม นอกจากแนวคิดการพัฒนาแบบองค์รวมจะถูกขับเคลื่อนในบริบทของการพัฒนาผู้เรียนด้วยการจัดการศึกษาแล้ว แนวคิดดังกล่าวยังสอดคล้องกับการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ในสังคมภายใต้การขับเคลื่อนโดยภาคส่วนอื่นๆ ที่มีใช้สถาบันการศึกษา ดังเช่นการขับเคลื่อนการพัฒนาประชากรไทยภายใต้แนวคิด 4H (Head, Heart, Hand, Health) ของสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) แนวคิดนี้ถูกนำไปขับเคลื่อนในการพัฒนาคุณภาพชีวิตของคนในช่วงวัยต่างๆ ของสังคมไทยอย่างเป็นวงกว้าง โดยเฉพาะอย่างยิ่งการพัฒนาเด็กและเยาวชน ดังที่ได้กล่าวไปข้างต้น แนวคิด 4H มีความสอดคล้องกับแนวคิดการพัฒนาผู้เรียนแบบองค์รวม ด้วยเหตุที่มีการมุ่งเน้นในการส่งเสริมพัฒนาการการเรียนรู้ของบุคคลทั้ง 4 ด้าน ได้แก่ ด้านร่างกาย ด้านอารมณ์-จิตใจ ด้านสังคม และด้านสติปัญญา ในทิศทางเดียวกัน ยกตัวอย่างเช่น การส่งเสริมพัฒนาการด้านร่างกาย ด้านอารมณ์-จิตใจ และด้านสังคมเชื่อมโยงกับการพัฒนาด้าน Health ด้าน Hand และด้าน Heart ภายใต้แนวคิด 4H เช่นเดียวกันกับการส่งเสริมพัฒนาการด้านสติปัญญาที่เชื่อมโยงกับการพัฒนาด้าน Head เป็นต้น ความสอดคล้องกันของแนวคิดทั้งสองประการข้างต้นเป็นสิ่งที่สะท้อนให้เห็นว่าการพัฒนาบุคคลในช่วงวัยต่างๆ ในสังคมไทยจำเป็นต้องพัฒนาให้บุคคลนั้นเป็นผู้มีสุขภาวะ (well-being) นั้นหมายความว่ากระบวนการใดๆ ที่จะนำมาใช้ในการพัฒนาบุคคลในช่วงวัยต่างๆ ของสังคมไทยจำเป็นต้องเน้นการพัฒนาแบบองค์รวมและการพัฒนาภายใต้แนวคิด 4H ซึ่งในที่นี่ย่อมต้องครอบคลุมทั้งในการจัดการศึกษาในระบบและนอกระบบ ตลอดจนการพัฒนาประชากรไทยในทุกเพศวัย โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ประชากรที่อยู่ในวัยเด็กและเยาวชน

การพัฒนาประชากรในวัยเด็กและเยาวชนนับเป็นหนึ่งในกระบวนการสำคัญของการพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ เพราะประชากรกลุ่มนี้เป็นกลุ่มที่จะเติบโตไปเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติต่อไปในอนาคต การพัฒนาเด็กและเยาวชนจึงจำเป็นต้องตั้งอยู่บนฐานของความสมดุลในการส่งเสริมการเรียนรู้และพัฒนาการในทุกด้านดังเช่นแนวคิดการพัฒนาผู้เรียนแบบองค์รวมและแนวคิด 4H ด้วยเช่นกัน หากพิจารณาจากหลักการแนวคิด และทฤษฎีทางการศึกษาแล้ว ประชากรที่อยู่ในช่วงปฐมวัย (แรกเกิด – 5 ปี) และช่วยวัยเรียน (school age) ระดับชั้นประถมศึกษา (6 – 12 ปี) ยังคงมีความต้องการที่จะได้รับการพัฒนาแบบองค์รวมอยู่ กล่าวคือด้วยการพัฒนาตัวตนตามธรรมชาติของเด็กทั้งสองกลุ่มนี้เกิดขึ้นพร้อมๆ กันในทุกด้าน ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์-จิตใจ สังคม และสติปัญญา (Copple & Bredekamp, 2014) นั่นจึงเป็นเหตุผลที่อธิบายว่าเพราะเหตุใดเด็กกลุ่มนี้จึงจำเป็นต้องได้รับการพัฒนาแบบองค์รวมเพื่อจะสามารถเติบโตไปเป็นมนุษย์ที่มีความสมบูรณ์พร้อมทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา การพัฒนาเด็กและเยาวชนในช่วงวัยนี้จึงไม่เป็นการสมควรอย่างยิ่งที่จะมุ่งเน้นที่การพัฒนาความรู้ความสามารถด้านวิชาการหรือการเพิ่มผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนรู้เพียงมิติเดียว แต่สมควรมุ่งเน้นการพัฒนาทักษะอื่นๆ ที่สำคัญและจำเป็น ด้วย อาทิ พัฒนาการด้านสังคม-อารมณ์จิตใจ (social-emotional development) และความสามารถในการกำกับตนเอง (self-regulated) หรือแม้แต่ทักษะชีวิต (life skills) เป็นต้น (Liew & McTigue, 2010) เพราะการพัฒนาทักษะอื่นๆ ที่สำคัญและจำเป็นเหล่านี้จะเป็นเครื่องมือสำคัญที่ช่วยทำให้เด็กและเยาวชนเติบโตและใช้ชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีคุณภาพ สามารถพึ่งพาตนเอง ไม่ทำให้ตนเองกลายเป็นภาระของสังคม อีกทั้งยังเป็นการเพิ่มศักยภาพในการทำสิ่งต่างๆ ที่จะช่วยพัฒนาสังคมได้ต่อไปด้วย และด้วยเหตุที่การพัฒนาเด็กและเยาวชนควรตั้งอยู่บนพื้นฐานของการ

พัฒนาผู้เรียนแบบองค์รวมและแนวคิด 4H นี้เอง การให้ความสำคัญกับการพัฒนาให้เด็กและเยาวชนมีความสุข (happiness) จึงเป็นมิติที่สำคัญอีกมิติหนึ่ง เพราะการที่เด็กและเยาวชนเติบโตมาอย่างมีความสุขย่อมเป็นเครื่องยืนยันถึงระดับสุขภาวะเชิงบวกและการเติบโตที่มีคุณภาพได้ในระดับหนึ่ง

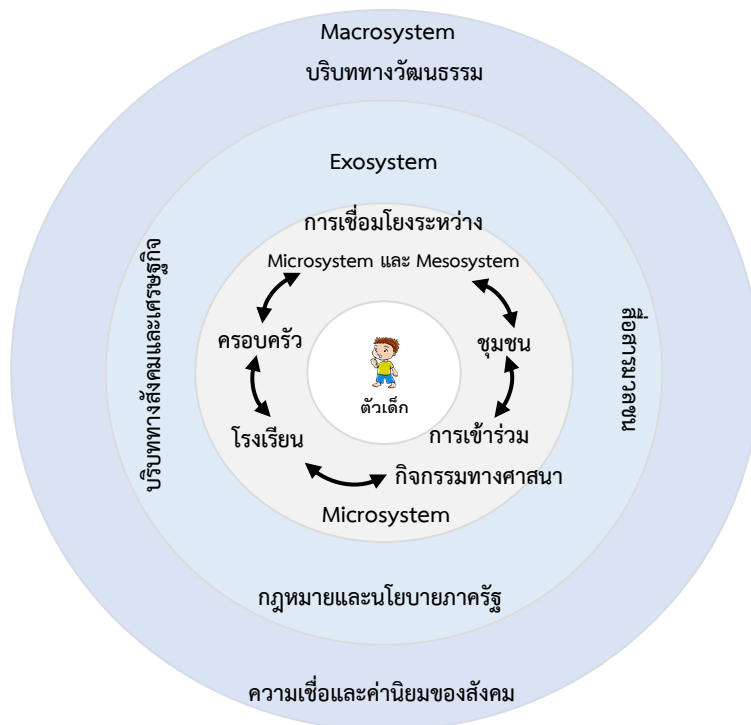
อริสโตเติลเคยกล่าวว่า “การแสวงหาความสุขคือเป้าหมายสำคัญสูงสุดของการเป็นมนุษย์” คำกล่าวนี้สะท้อนให้เห็นว่าความสุขเป็นปัจจัยสำคัญที่มีผลต่อการมีและเป็นอยู่ของมนุษย์อย่างยิ่ง หากพิจารณาในแง่ของการพัฒนาเด็กวัยเรียนหรือเด็กที่มีอายุระหว่าง 6 – 18 ปีที่กำลังศึกษาอยู่ในโปรแกรมการศึกษาในระบับโรงเรียน (ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 – ชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6) จะพบว่าความสุขของเด็กวัยเรียนเป็นวาระที่ได้รับ ความสนใจและถูกให้ความสำคัญเป็นอย่างมาก ทั้งจากครอบครัวและนักการศึกษาที่มีบทบาทหน้าที่ในการพัฒนาเด็กวัยนี้โดยตรง รวมถึงนักวิจัยที่มุ่งศึกษาคำอธิบายและพัฒนาแนวทางที่ชัดเจนเพื่อการพัฒนาเด็กในวัยนี้ให้มีความสุขด้วยเช่นกัน (López-Pérez & Wilson, 2015) จากการทบทวนวรรณกรรมเบื้องต้นพบว่า ข้อความรู้นี้ใหม่อันเป็นผลมาจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสุขนั้น โดยมากจะเป็นการศึกษาวิจัยในประชากรกลุ่มเด็กปฐมวัยและกลุ่มผู้ใหญ่เสียเป็นส่วนใหญ่ ดังเช่นงานวิจัยของ Somboonsook, Yiengprugsawan, Sleigh and Seubsman (2012) ที่ศึกษาดัชนีชี้วัดความสุขและความพึงพอใจในชีวิตกับปัจจัยต่างๆ ของ นักศึกษาผู้ใหญ่ในประเทศไทย เช่นเดียวกับกับงานวิจัยของ Rukumnuaykit and Pholphirul (2016) ที่ศึกษาผลกระทบของทุนทางสังคม (social capital) ที่มีต่อสุขภาวะหรือความเป็นอยู่ที่ดีของบุคคลซึ่งเป็นดัชนีชี้วัดความสุขของบุคคลทั่วไป หรืองานวิจัยของ Lersilp, Putthinoi, Chakpitak and Pananpang (2016) ที่ศึกษาดัชนีความสุขของเด็กปฐมวัยที่มีอายุระหว่าง 3 – 6 ปีจากปัจจัยที่สะท้อนสภาพความเป็นอยู่ที่ดี เป็นต้น ข้อสังเกตที่เห็นชัดเจนประการหนึ่งคือข้อความรู้ที่มาจากงานวิจัยในประเทศไทยเกี่ยวกับความสุขของเด็กไทยในวัยเรียนนั้นมีจำนวนน้อย ทั้งๆ ที่ความสุขนั้นเป็นอารมณ์ความรู้สึกประการแรกๆ ที่เด็กในวัยเรียนรู้จักและสามารถรับรู้ด้วยตนเองได้ (Pollak & Sinha, 2002) ประเด็นดังกล่าวมีความแตกต่างอย่างยิ่งกับในบริบทต่างประเทศซึ่งมีการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับความสุขของเด็กในวัยเรียนอย่างต่อเนื่อง โดยเฉพาะในระยะ 10 ปีที่ผ่านมา (Holder, Coleman & Wallace, 2010; Holder & Klassen, 2010; López-Pérez & Wilson, 2015) ด้วยเหตุนี้เอง ข้อความรู้เกี่ยวกับความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน โดยเฉพาะอย่างยิ่งสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับความสุขของเด็กไทยในวัยเรียนในปัจจุบัน จึงเป็นข้อความรู้ที่เป็นที่ต้องการและจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับสังคมไทย ข้อความรู้นี้ดังกล่าวมีความสำคัญอย่างมาก โดยเฉพาะกับการพัฒนาเด็กไทยในวัยเรียนให้มีคุณภาพชีวิตที่ดี ตลอดจนได้รับการพัฒนารากฐานความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์พร้อมสมกับที่กำลังจะเป็นทรัพยากรมนุษย์สำคัญของประเทศไทยต่อไปในอนาคต โครงการวิจัยนี้จึงมีวัตถุประสงค์หลักเพื่อสังเคราะห์ชุดความรู้และพัฒนาสื่อประชาสัมพันธ์ที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับสถานการณ์ความสุขในปัจจุบันของเด็กไทยในวัยเรียน โดยโครงการนี้จะมุ่งเน้นการศึกษาสถานการณ์ความสุขของกลุ่มเด็กประถมศึกษาที่มีอายุระหว่าง 6 – 12 ปี เท่านั้น เนื่องจาก Holder and Klassen (2010) ระบุว่าเด็กในช่วงวัยดังกล่าวมีความสามารถที่จะรับรู้และบ่งบอกอารมณ์ความรู้สึกของตนเองได้ เด็กวัยนี้จึงมีความสามารถเพียงพอที่จะรับรู้และระบุระดับความสุขของตนเองได้แล้ว ดังนั้นเด็กไทยในวัยเรียนที่ถูกกล่าวถึงในโครงการวิจัยนี้จึงหมายถึงเด็กประถมศึกษา นอกจากนี้ตามแนวคิดทางพัฒนาการและการเรียนรู้แล้ว เด็กประถมศึกษาเป็นผู้ที่ยังคงมีความต้องการภายใน

เช่นเดียวกันกับเด็กปฐมวัยอยู่ อาทิ ความต้องการความรักความอบอุ่นหรือการใส่ใจจากผู้ใหญ่ที่อยู่แวดล้อม การปลดปล่อยพลังทางร่างกายด้วยการทำกิจกรรมต่างๆ โดยเฉพาะการเล่น การเรียนรู้สิ่งต่างๆ ที่ตนเองสนใจ และไม่อยู่ภายใต้ความกดดัน เป็นต้น อย่างไรก็ตาม เด็กประถมศึกษาอาจไม่สามารถได้รับการตอบสนองความต้องการภายในดังกล่าวได้เนื่องจากบริบทการจัดการศึกษาไทยที่เด็กประถมศึกษาต้องเผชิญ

เด็กประถมศึกษาเป็นช่วงวัยที่เข้าสู่การเรียนรู้ในระบบโรงเรียนแล้ว ในแง่ของการจัดการศึกษาในระบบโรงเรียน แนวคิดการพัฒนาผู้เรียนแบบองค์รวมจะปรากฏให้เห็นอย่างชัดเจนอย่างมากในการจัดการศึกษาระดับปฐมวัย (early childhood education) ซึ่งเป็นการจัดการสำหรับเด็กที่อายุครอบคลุมตั้งแต่แรกเกิดจนถึง 5 ปี เนื่องจากปรัชญาการศึกษา ตลอดจนรูปแบบและลักษณะการจัดการเรียนรู้ของตามหลักสูตรการศึกษาระดับปฐมวัยค่อนข้างเอื้อต่อการพัฒนาผู้เรียนแบบองค์รวม ตรงข้ามกับการจัดการเรียนรู้ในระดับชั้นประถมศึกษา ซึ่งมีรูปแบบและลักษณะการจัดการเรียนรู้ค่อนข้างเป็นทางการและเน้นการจัดกิจกรรมการเรียนรู้เชิงวิชาการเป็นสำคัญ (ยศวีร์ สายฟ้า, 2557) ทั้งที่ในความเป็นจริงแล้ว ถึงแม้ว่าเด็กประถมศึกษากำลังอยู่ช่วงวัยเรียน (school age) แต่เด็กในช่วงวัยดังกล่าวยังมีความจำเป็นต้องได้รับการพัฒนาในมิติอื่นๆ ที่นอกเหนือไปจากความสามารถทางวิชาการ เป้าหมายที่แท้จริงของการจัดการประถมศึกษาจึงให้ความสำคัญกับการสร้างรากฐานความเป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ให้กับเด็กประถมศึกษา ซึ่งในที่นี้ครอบคลุมถึงการทำให้เด็กวัยนี้มีความสุขด้วย อย่างไรก็ตาม การเรียนรู้ในระดับชั้นประถมศึกษาที่มีรูปแบบและลักษณะที่ค่อนข้างมีความเป็นทางการและเน้นเชิงวิชาการ การศึกษาความสุขของเด็กในวัยนี้จึงมีความน่าสนใจอย่างยิ่ง เพราะเป็นที่มาของคำถามสำคัญว่าความสุขของเด็กไทยที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษานั้นเป็นอย่างไร มีมากหรือน้อยเพียงใด รวมถึงความสุขของเด็กไทยในกลุ่มนี้นั้นเกิดขึ้นมาจากสิ่งใดได้บ้าง คำตอบของคำถามสำคัญเหล่านี้จึงเป็นชุดความรู้ที่น่าสนใจและเป็นประโยชน์อย่างยิ่ง โดยเฉพาะกับการพัฒนาเด็กประถมศึกษาของประเทศไทยต่อไป เพราะจะเป็นคำตอบสำคัญที่ช่วยทำให้การพัฒนาเด็กประถมศึกษาไทยนับแต่บัดนี้ไปจะเกิดขึ้นบนฐานที่เด็กมีความสุขกับการได้รับการศึกษาหรือการพัฒนาได้

สำหรับขอบเขตในการศึกษาความสุขของเด็กไทยในวัยเรียนนี้ จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องพบว่า มีปัจจัยหลายประการที่มีผลต่อความสุขของเด็ก ได้แก่ การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (social relationships) (Holder & Coleman, 2009) การมีสุขภาวะที่ดี (well-being) (DeNeve & Cooper, 1998) และการมีพื้นอารมณ์เชิงบวก (positive temperament) (Holder & Klassen, 2010) ปัจจัยเหล่านี้ล้วนได้รับการพิสูจน์ทางวิจัยว่ามีผลต่อความสุขของเด็กในวัยเรียนแทบทั้งสิ้น อาจกล่าวได้ว่าปัจจัยเหล่านี้เป็นเหมือนดัชนีชี้วัดความสุขของเด็กในวัยเรียนได้เป็นอย่างดี ปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของเด็กวัยเรียนดังกล่าวข้างต้นนั้นสัมพันธ์กับแนวคิดตามทฤษฎีเชิงนิเวศวิทยา (Ecological Theory) ของ Bronfenbrenner (1979) นักจิตวิทยาชาวสหรัฐอเมริกา เพราะเมื่อพิจารณาเชื่อมโยงปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของเด็กวัยเรียนกับแนวคิดตามทฤษฎีดังกล่าวจะพบว่าความสุขของเด็กคนหนึ่งสามารถเกิดขึ้นได้จากบุคคล สังคม วัฒนธรรม ตลอดจนบริบทรอบตัวของเด็กเองได้ ดังที่ Bronfenbrenner ได้อธิบายว่าสังคมและวัฒนธรรมมีอิทธิพลต่อการพัฒนาการของมนุษย์ การเจริญเติบโตของเด็กก็มีผลโดยตรงมาจากบริบทแวดล้อม โดยเฉพาะอย่างยิ่งความสัมพันธ์และการเชื่อมโยงระหว่างพัฒนาการและการเจริญเติบโตของเด็กกับบริบทแวดล้อมระบบต่างๆ ที่สามารถอธิบายได้

เป็น 4 ระบบ (ดังที่นำเสนอในรูปภาพ 1.1) ประกอบด้วย (1) ระบบจุลภาค (microsystem) คือ ระบบความสัมพันธ์ระหว่างเด็กกับบุคคลและสิ่งต่างๆ ที่อยู่รอบตัว ได้แก่ ครอบครัว โรงเรียน ชุมชน และกลุ่มคนที่มีความเชื่อเดียวกันหรือนับถือศาสนาเดียวกับ บุคคลเหล่านั้นเป็นผู้ที่เด็กจะมีปฏิสัมพันธ์โดยตรง ดังนั้นปฏิสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นระหว่างเด็กกับบุคคลกลุ่มนี้จึงทำให้เกิดอิทธิพลสองทาง (bi-directional influences) นั่นหมายถึงการที่เด็กมีปฏิสัมพันธ์โดยตรงและใกล้ชิดกับกลุ่มบุคคลกลุ่มนี้ การเรียนรู้และการเจริญเติบโตของเด็กจะได้รับอิทธิพลและมีอิทธิพลต่อกลุ่มบุคคลเหล่านั้นด้วยเช่นกัน (2) ระบบกึ่งกลางระหว่างกลุ่มบุคคลที่อยู่ในระบบจุลภาค (mesosystem) กล่าวคือ เป็นปฏิสัมพันธ์ระหว่างกลุ่มบุคคลที่อยู่ในระบบจุลภาคที่ไม่ได้มีเด็กเข้ามาเกี่ยวข้อง ปฏิสัมพันธ์ของระบบนี้เกิดขึ้นเป็นผลมาจากปฏิสัมพันธ์ที่เด็กมีกับกลุ่มบุคคลต่างๆ ภายในระบบจุลภาค เช่น การมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ผู้ปกครองและครูเกี่ยวกับการเลี้ยงดูเด็ก เป็นต้น (3) ระบบภายนอก (exosystem) เป็นปฏิสัมพันธ์ที่ไม่ได้เกิดขึ้นโดยตรงกับเด็กแต่นับว่ามีอิทธิพลต่อเด็ก ส่วนใหญ่เป็นปฏิสัมพันธ์ที่มีต่อสิ่งต่างๆ ที่อยู่ไกลตัวเด็กและกลายเป็นมาจะมีผลกับเด็กอีกทอดหนึ่ง เช่น สถานการณ์บ้านเมือง เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวัน สภาพสังคมและเศรษฐกิจ กฎหมาย และนโยบายของรัฐบาล เป็นต้น และ (4) ระบบมหภาค (macrosystem) เป็นปฏิสัมพันธ์ที่อยู่ชั้นไกลที่สุดจากตัวเด็ก ส่วนมากจะโครงสร้างที่มีลักษณะไม่ตายตัว สามารถเปลี่ยนแปลงได้ เช่น บริบททางวัฒนธรรม ความเชื่อและค่านิยมต่างๆ ที่สังคมพึงประสงค์ ถึงแม้ว่าปฏิสัมพันธ์ที่เด็กมีในชั้นนี้จะไม่ได้เกิดขึ้นโดยตรงเช่นเดียวกับระบบภายนอก แต่ผลกระทบของชั้นนี้สามารถมีอิทธิพลไปสู่ตัวเด็ก ตลอดจนระดับชั้นอื่นๆ ได้เช่นเดียวกัน



รูปภาพ 1.1 โมเดลเชิงนิเวศวิทยาของ Bronfenbrenner (Bredekamp, 2012 อ้างถึงใน ยศวีร์ สายฟ้า, 2557)

ทฤษฎีเชิงนิเวศวิทยาสามารถนำมาใช้ในการอธิบายปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของเด็กได้ เพราะหากพิจารณาจากปฏิสัมพันธ์ที่ตัวเด็กมีต่อบุคคลในระบบจุลภาค (microsystem) ย่อมเป็นเหตุที่ทำให้เด็กประสบกับความสุขได้ ปฏิสัมพันธ์ที่เด็กมีต่อบุคคลในครอบครัว ชุมชน หรือโรงเรียน ที่ย่อมสามารถทำให้เด็กรู้สึกพึงพอใจทั้งในทางบวกและทางลบได้ ยกตัวอย่างเช่น การมีสัมพันธภาพที่ดีกับเพื่อนที่โรงเรียนย่อมเป็นเหตุให้เด็กรู้สึกทางบวกซึ่งเป็นลักษณะหนึ่งของการมีความสุขได้ ในขณะที่กลับกัน การมีปฏิสัมพันธ์กับพ่อแม่หรือสมาชิกในครอบครัวที่มีความขัดแย้งกันทางความคิดย่อมทำให้เด็กเกิดความรู้สึกทางลบได้ เป็นต้น ดังนั้นปฏิสัมพันธ์ที่เด็กมีกับบุคคลในระบบจุลภาคจึงเป็นเหตุปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของเด็กได้ ในทางเดียวกัน ปฏิสัมพันธ์ที่เด็กมีต่อสิ่งเร้าหรือบริบทในระบบภายนอก (exosystem) และในระบบระบบมหภาค (macrosystem) ที่แม้ว่าจะเป็นปฏิสัมพันธ์ที่ไม่ได้เกิดขึ้นกับเด็กโดยตรง แต่มีผลต่อความสุขของเด็กได้เช่นกัน ยกตัวอย่างเช่น การมีประเทศมีสถานภาพทางเศรษฐกิจที่ไม่ค่อยดีจนทำให้คุณภาพชีวิตความเป็นอยู่ของครอบครัวและเด็กค่อนข้างจำกัด หรือข่าวสารบ้านเมืองที่มีแต่ความตึงเครียด สิ่งเหล่านี้เป็นปฏิสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นระหว่างเด็กกับระบบภายนอกและระบบมหภาค แต่ล้วนแล้วมีผลต่อความรู้สึกของเด็กทั้งในทางบวกและทางลบได้เช่นกัน กล่าวโดยสรุปแล้ว ทฤษฎีเชิงนิเวศวิทยาได้อธิบายว่าปฏิสัมพันธ์ที่เด็กมีโดยตรงกับกลุ่มบุคคลในระบบจุลภาค ระบบภายนอก รวมถึงระบบมหภาคล้วนสะท้อนถึงที่มาของการมีความสุขของเด็กได้

นอกเหนือจากปัจจัยที่มีผลต่อการมีความสุขของเด็กตามแนวคิดทฤษฎีเชิงนิเวศวิทยาแล้ว การทำกิจกรรมการเล่น (play) ของเด็กนับเป็นดัชนีสำคัญที่ชี้วัดความสุขของเด็กวัยเรียนได้อีกเช่นกัน เพราะการเล่นเป็นงานของเด็กทุกคนตามธรรมชาติ ไม่มีเด็กคนใดปฏิเสธการเล่น รวมทั้งเด็กประถมศึกษาด้วย นอกจากนี้การเล่นยังเป็นกิจกรรมที่ทำให้เด็กประถมศึกษาเกิดการเรียนรู้และได้รับการพัฒนาความสามารถหรือทักษะตามพัฒนาการด้านต่างๆ ข้อค้นพบจากงานวิจัยจำนวนมากยืนยันว่าการเล่นนั้นมีผลต่อพัฒนาการทางภาษา การกำกับตนเอง สมาธิและความสามารถในการจดจ่อ การคิดสร้างสรรค์ การแก้ปัญหา และความสามารถทางอารมณ์-สังคม รวมถึงการเตรียมพร้อมเด็กสำหรับการเรียนรู้ในระบบโรงเรียนอีกด้วย (Berk, Mann, & Ogan, 2006; Bodrova & Leong, 2003; Bowman, Donovan, & Burns, 2001; Shonkoff & Phillips, 2000; Smilansky & Shefatya, 1990) อย่างไรก็ตาม ข้อสังเกตของ Bredekamp (2011) ที่มีต่อสถานการณ์การจัดการศึกษาปฐมวัยและประถมศึกษาสะท้อนให้เห็นว่ากิจกรรมการเล่นของเด็กปฐมวัยและประถมศึกษาในปัจจุบันถูกลดทอนความสำคัญและเกิดขึ้นน้อยลงในชีวิตประจำวันของเด็กในบริบททวีปอเมริกาเหนือ และดูเหมือนว่าประเด็นดังกล่าวจะปรากฏให้เห็นในบริบทประเทศไทยเช่นกัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งกิจกรรมการเล่นแบบ Active Play ซึ่ง Australian Government Department of Health and Ageing (2009) ได้อธิบายว่าเป็นกิจกรรมที่เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายตามธรรมชาติ โดยไม่มีการกำหนดรูปแบบกติกาหรือโครงสร้างที่เป็นทางการในการเล่นแต่อย่างใด ซึ่งเด็กจะใช้พลังงานปริมาณมากในการเคลื่อนไหวร่างกายผ่านการเล่น การเล่นแบบ Active Play นี้้อาจเป็นได้ทั้งการเล่นที่เป็นกิจกรรมกลางแจ้งหรือกิจกรรมในร่ม และยังครอบคลุมทั้งกิจกรรมที่เด็กเล่นคนเดียวหรือเล่นร่วมกันกับเพื่อนหรือสมาชิกในครอบครัวอีกด้วย สอดคล้องกับสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) (2560) ที่ระบุว่าการเล่นแบบ Active Play เป็นกิจกรรมการเล่นที่เด็กเป็นผู้ร่วมเล่นด้วยตนเองด้วยความสนุกสนาน และไม่ได้เป็นส่วนหนึ่งของการทำกิจกรรมในช่วงเืองพล

ศึกษา การเล่นแบบ Active Play ยังรวมถึงการละเล่นพื้นบ้าน เช่น วิ่งเปี้ยว ม้าแข่ง ม้าก้านกล้วย อีกด้วย ข้อค้นพบในการวิจัยจำนวนมากระบุว่ากิจกรรมที่สัมพันธ์กับการเล่นแบบ Active Play ของเด็กประถมศึกษาที่มีอายุระหว่าง 6 – 12 ปี มีแนวโน้มลดน้อยลงอย่างมาก ส่วนหนึ่งเป็นเพราะระบบการศึกษาไทยที่เกี่ยวข้องกับเด็กในช่วงวัยนี้เริ่มมุ่งเน้นการเรียนรู้เชิงวิชาการและให้ความสำคัญกับการสอบอย่างมาก โดยเฉพาะการสอบทดสอบทางการศึกษาระดับชาติต่างๆ รวมถึงความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีสารสนเทศที่ทำให้เด็กประถมศึกษาในปัจจุบันใช้เวลาหมดไปกับสื่อสังคมออนไลน์ต่างๆ อาทิ Facebook YouTube เป็นต้น ดังที่ DQ Institute (2018) ระบุว่าเด็กประถมศึกษาที่มีอายุระหว่าง 8 - 12 ปี จำนวน 1,300 คน ทั่วประเทศมีโอกาเสี่ยงภัยจากการใช้งานสื่อสังคมออนไลน์ถึงร้อยละ 60 ซึ่งสูงกว่าเด็กกลุ่มเดียวกันทั่วโลกซึ่งมีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ร้อยละ 56 และกลุ่มประเทศอาเซียน ได้แก่ ประเทศฟิลิปปินส์ซึ่งมีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ร้อยละ 73 ประเทศอินโดนีเซียมีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ร้อยละ 71 ประเทศเวียดนามมีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ร้อยละ 68 และประเทศสิงคโปร์มีค่าเฉลี่ยอยู่ที่ร้อยละ 54 นอกจากนี้ รายงานวิจัยดังกล่าวยังระบุว่าเด็กประถมศึกษาใช้เวลากับการใช้งานอินเทอร์เน็ตมากถึง 35 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ ซึ่งสูงกว่าค่าเฉลี่ยของเด็กกลุ่มเดียวกันทั่วโลกถึง 3 ชั่วโมง โดยแบ่งเป็นการใช้งานอินเทอร์เน็ตผ่านสมาร์ตโฟนสูงสุดร้อยละ 73 และคอมพิวเตอร์ของโรงเรียนร้อยละ 48 ทั้งนี้กิจกรรมที่เด็กประถมศึกษานิยมใช้เมื่อใช้งานอินเทอร์เน็ตมากที่สุด 5 ลำดับ ได้แก่ การชมวิดีโอออนไลน์ร้อยละ 73 การค้นหาข้อมูลร้อยละ 58 การฟังเพลงร้อยละ 56 การเล่นเกมร้อยละ 52 และการรับส่งอีเมลหรือแชทข้อความผ่านแอปพลิเคชันบนมือถือร้อยละ 42 นอกจากนี้ ข้อมูลดังกล่าวยังระบุว่าเด็กประถมศึกษาใช้งานสื่อสังคมออนไลน์ถึงร้อยละ 98 ซึ่งสูงกว่าค่าเฉลี่ยทั่วโลกถึงร้อยละ 12 และในจำนวนนี้มีการใช้งานอย่างสม่ำเสมอ (highly active user) มากถึงร้อยละ 50 เช่น โฟสรูป โฟสคอมเมนต์ ช้อปหรือขายของออนไลน์สำหรับสื่อสังคมออนไลน์ที่เด็กประถมศึกษานิยมใช้มากที่สุด ได้แก่ YouTube (ร้อยละ 77) Facebook (ร้อยละ 76) Line (ร้อยละ 61) Instagram (ร้อยละ 24) Twitter (ร้อยละ 12) และ Snapchat (ร้อยละ 4) ข้อค้นพบข้างต้นแสดงให้เห็นว่าเด็กประถมศึกษาใช้เวลาส่วนใหญ่ไปกับการใช้งานอินเทอร์เน็ตและสื่อสังคมออนไลน์ ทำให้ไม่มีเวลาในการทำกิจกรรมการเล่น โดยเฉพาะการเล่นแบบ Active Play หรือกิจกรรมการเล่นที่มีการเคลื่อนไหวร่างกาย ประเด็นดังกล่าวเป็นไปในทิศทางเดียวกันกับข้อมูลของสถาบันวิจัยประชากรและสังคม (2557) ที่ระบุว่าเด็กวัยเรียนในปัจจุบัน ซึ่งรวมถึงเด็กประถมศึกษาด้วยนั้น กำลังขาดกิจกรรมทางกาย โดยเฉพาะวัยเรียนที่อาศัยอยู่ในพื้นที่เขตในเมือง เนื่องจากจะใช้เวลาเฉลี่ยไม่น้อยกว่า 3.1 ชั่วโมงต่อวันในการใช้งานอินเทอร์เน็ตและสื่อสังคมออนไลน์ ทำให้มีกิจกรรมทางกายที่ลดน้อยลงและยังมีภาวะเฉื่อย (sedentary) เพิ่มมากยิ่งขึ้น มีภาวะเสี่ยงต่อการเกิดโรคต่างๆ และขาดทักษะในการเข้าสังคม โดยในการศึกษาการทำกิจกรรมทางกายของเด็กประถมศึกษาไทยในช่วงระหว่างปี พ.ศ. 2555 พบว่าลดลงจากร้อยละ 67.6 เป็นร้อยละ 64.8 ในปี พ.ศ. 2558 ด้วยสถานการณ์ดังที่ปรากฏในข้อค้นพบนี้สะท้อนให้เห็นว่าเด็กประถมศึกษาในปัจจุบันมีแนวโน้มในการทำกิจกรรมการเล่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเล่นแบบ Active Play หรือกิจกรรมทางกายน้อยลงอย่างเห็นได้ชัด เนื่องจากเวลาส่วนใหญ่ของเด็กประถมศึกษาหมดไปกับการใช้งานอินเทอร์เน็ต เกม และสื่อสังคมออนไลน์ ตลอดจนระบบการศึกษาที่มุ่งเน้นการเรียนรู้และการแข่งขันเชิงวิชาการ

ข้อค้นพบจากการวิจัยข้างต้นสะท้อนให้เห็นว่าการเล่นในบริบทโรงเรียนประถมศึกษาถูกให้ความสำคัญน้อยมาก ทั้งๆ ที่การจัดการประถมศึกษาจำเป็นต้องตั้งอยู่บนพื้นฐานของแนวคิดการพัฒนาเด็กแบบองค์รวม ซึ่งกิจกรรมการเล่นเป็นกิจกรรมที่สามารถตอบสนองแนวคิดดังกล่าวได้ดีที่สุด รูปแบบและลักษณะการจัดการเรียนรู้ที่จัดขึ้นสำหรับเด็กวัยเรียนจึงต้องเป็นการปฏิบัติที่เหมาะสมตามพัฒนาการ (Developmentally Appropriate Practice: DAP) ของผู้เรียนตามช่วงวัยเช่นเดียวกับการจัดการศึกษาปฐมวัย (ยศวีร์ สายฟ้า, 2559; Copple & Bredekamp, 2014) ซึ่งหลักการข้อหนึ่งตามแนวคิดการปฏิบัติที่เหมาะสมตามพัฒนาการได้ให้ความสำคัญกับการเล่นว่าเป็นเครื่องมือสำคัญสำหรับการพัฒนาภาษา สติปัญญา และทักษะทางสังคม สอดคล้องกับข้อมูลจากการพัฒนาสมองถูกระบุไว้อย่างชัดเจนว่าการเล่นทุกรูปแบบมีผลต่อทางบวกพัฒนาการและการเรียนรู้ของเด็กเสมอ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเจริญเติบโตของสมอง (Goldstein, 2012) (Copple & Bredekamp, 2009) ด้วยความสำคัญของการเล่นในเด็กวัยเรียน สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) (2560) ระบุว่าเด็กวัยเรียนควรใช้เวลาในการเล่นอย่างน้อยวันละ 60 นาทีต่อวันและได้ดำเนินการขับเคลื่อนเพื่อกระตุ้นการเล่นของเด็กไทยภายใต้โครงการ “ออกมาเล่น แอคทีฟ 60 นาทีทุกวัน” ทั้งในระดับครอบครัวและสถานศึกษา โดยในระดับสถานศึกษานั้นได้รณรงค์ให้มีการดำเนินการภายใต้ 3 องค์ประกอบ ได้แก่ (1) การจัดสรรพื้นที่ที่มีอยู่ให้เอื้อต่อการเล่น ทั้งการระดมความคิดการจัดตารางเรียนที่เอื้อต่อการเคลื่อนไหวร่างกาย และการปรับเปลี่ยนชั้นเรียนใหม่ให้สามารถเคลื่อนย้ายโต๊ะเรียนและเก้าอี้ได้ง่ายขึ้น (2) การจัดสรรเวลาให้เด็กมีโอกาสเล่น ด้วยการสอดแทรกการเล่นไปในกิจกรรมการเรียนรู้อย่างบูรณาการ รวมถึงการหาเครือข่ายผู้ปกครองมาจัดกิจกรรมการเล่นร่วมกับบุตรหลานที่โรงเรียน และ (3) การจัดหาอุปกรณ์เพื่อส่งเสริมการเล่นของเด็ก ด้วยการหากิจกรรมที่ไม่ต้องพึ่งอุปกรณ์ หรือการขอความร่วมมือจากหน่วยงานภายในชุมชนใกล้เคียง การขับเคลื่อนการกระตุ้นการเล่นของเด็กวัยเรียนด้วยโครงการดังกล่าวเป็นเครื่องยืนยันให้เห็นว่าการเล่นในโรงเรียนประถมศึกษาเป็นสิ่งที่มีความจำเป็นอย่างยิ่งสำหรับพัฒนาการและการเรียนรู้ของเด็กประถมศึกษา อย่างไรก็ตาม ข้อค้นพบทางการวิจัยเกี่ยวกับสถานการณ์ในเรื่องกิจกรรมการเล่นของเด็กวัยเรียนในโรงเรียนประถมศึกษาในบริบทประเทศไทยที่เป็นปัจจุบันมีน้อยมาก งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเล่นในบริบทโรงเรียนส่วนมากจะเป็นกิจกรรมการเล่นของเด็กปฐมวัย

ด้วยความสำคัญของการเล่นข้างต้น ประกอบกับดัชนีชี้วัดความสุขของเด็กวัยเรียน อันประกอบด้วย การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (social relationships) การมีสุขภาวะที่ดี (well-being) พื้นอารมณ์เชิงบวก (positive temperament) โครงการนี้จึงมีเป้าหมายอีกประการหนึ่งเพื่อศึกษาสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมการเล่นของเด็กไทยในวัยเรียน โดยมุ่งศึกษาเพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูลที่เป็นภาพใหญ่ที่สามารถสะท้อนสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมการเล่นของเด็กวัยเรียนทั่วประเทศไทย โดยเฉพาะอย่างยิ่งข้อมูลสถานการณ์ในเชิงปริมาณที่สะท้อนให้เห็นปริมาณช่วงระยะเวลาและความถี่ที่เด็กวัยเรียนในประเทศไทยทำกิจกรรมการเล่นในกิจวัตรประจำวันในแต่ละวัน และข้อมูลสถานการณ์ในเชิงคุณภาพที่สะท้อนให้เห็นว่าเด็กวัยเรียนได้ทำกิจกรรมการเล่นในลักษณะการเล่นแบบ Active Play หรือการทำกิจกรรมทางกาย รวมทั้งกิจกรรมการเล่นประเภทต่างๆ มากน้อยเพียงใด และกิจกรรมการเล่นในรูปแบบใดที่ทำให้เด็กประถมศึกษามีความสุข

ได้ ข้อค้นพบจากการวิจัยข้างต้นจะเป็นข้อความรู้ที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่ง โดยเฉพาะในการพัฒนาเด็กวัยเรียน ให้เติบโตขึ้นอย่างมีคุณภาพ

กล่าวโดยสรุป โครงการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อสังเคราะห์ชุดความรู้และพัฒนาสื่อเพื่อเผยแพร่ ประชาสัมพันธ์ที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับสถานการณ์ความสุขในปัจจุบันของเด็กไทยในวัยเรียน โดยศึกษาปัจจัยต่างๆ ที่มีผลต่อการมีความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน ประกอบด้วย (1) การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม (social relationships) (2) การมีสุขภาวะที่ดี (well-being) (3) การมีพื้นอารมณ์เชิงบวก (positive temperament) และ (4) การทำกิจกรรมการเล่น นอกจากนี้ โครงการนี้ยังมุ่งสังเคราะห์ชุดความรู้ที่สะท้อนสถานการณ์ที่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมการเล่นของเด็กวัยเรียนในประเทศไทย กล่าวได้ว่าโครงการนี้มุ่งเน้นการตอบสนองการพัฒนาเด็กวัยเรียนในประเทศไทยในทุกมิติแบบองค์รวม ทั้งด้านสติปัญญา ด้านอารมณ์-จิตใจ ด้านสังคม รวมถึงด้านร่างกายและสุขภาวะ นับเป็นการตอบสนองการพัฒนาตามแนวคิด 4H (Head Heart Hand Health) ได้อย่างครบถ้วน

2. วัตถุประสงค์

- 2.1. เพื่อศึกษาระดับความสุขและปัจจัยที่มีผลต่อการมีความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน
- 2.2. เพื่อศึกษาสถานการณ์การทำกิจกรรมการเล่นของเด็กไทยในวัยเรียน
- 2.3. เพื่อพัฒนาชุดความรู้และสื่อเผยแพร่ประชาสัมพันธ์การยกระดับความสุขให้กับเด็กไทยในวัยเรียน

3. นิยามศัพท์ที่เกี่ยวข้อง

ความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน หมายถึง ภาวะอารมณ์หรือความรู้สึกทางบวกที่นักเรียนชั้น ประถมศึกษามีทั้งต่อตนเองและต่อสิ่งต่างๆ รอบตัว โดยอาจเป็นความรู้สึกพึงพอใจในชีวิตในมิติต่างๆ

4. เป้าหมายที่ได้รับ

- 4.1. ได้ข้อความรู้ที่อธิบายสถานการณ์เกี่ยวกับความสุขของเด็กประถมศึกษาไทย
- 4.2. ได้ข้อเสนอแนะเชิงวิชาการและเชิงนโยบายสำหรับการขับเคลื่อนการส่งเสริมการทำกิจกรรมการเล่นของเด็กประถมศึกษาไทย รวมถึงการลดกิจกรรมบางอย่างที่ขัดขวางการทำกิจกรรมการเล่นของเด็กประถมศึกษาไทย
- 4.3. ได้ชุดความรู้และสื่อเผยแพร่ประชาสัมพันธ์ที่สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริม สุขภาพ (สสส.) สามารถนำไปใช้ในการจัดกิจกรรมต่อยอดเพื่อยกระดับความสุขให้กับเด็กไทยในวัยเรียนได้ต่อไป

บทที่ 2

การทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

โครงการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) ศึกษาระดับความสุขและปัจจัยที่มีผลต่อการมีความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน (2) ศึกษาสถานการณ์การทำกิจกรรมการเล่นของเด็กไทยในวัยเรียน และพัฒนาชุดความรู้และสื่อเผยแพร่ประชาสัมพันธ์การยกระดับความสุขให้กับเด็กไทยในวัยเรียน ดังนั้นโครงการจึงมุ่งศึกษาและทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับแนวคิดความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน ตลอดจนปัจจัยต่างๆ ที่มีผลต่อความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน และกิจกรรมต่างๆ ที่เกิดขึ้นในกิจวัตรประจำวันของเด็กประถมศึกษาไทย รวมถึงสถานการณ์เชิงปริมาณและเชิงคุณภาพในการทำกิจกรรมการเล่นของเด็กประถมศึกษาไทย รูปแบบการจัดการเรียนการสอนของครูประถมศึกษาที่เปิดโอกาสให้เด็กประถมศึกษาไทยได้ทำกิจกรรมการเล่น ดังนั้นการนำเสนอสาระสำคัญจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องจึงประกอบด้วยโครงสร้างดังต่อไปนี้

- (1.) พัฒนาการและการเรียนรู้ของเด็กประถมศึกษา (อายุ 6 – 12 ปี)
- (2.) แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับความสุข
- (3.) แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับการเล่น โดยมีรายละเอียดดังนี้
- (4.) กรอบแนวคิดการศึกษา

1. พัฒนาการและการเรียนรู้ของเด็กประถมศึกษา (อายุ 6-12 ปี)

หลายคนอาจคุ้นเคยกับประโยคที่ว่า “เด็กในวันนี้ คือผู้ใหญ่ในวันหน้า” ซึ่งเป็นหลักคิดที่สะท้อนให้เห็นถึงความสำคัญของเด็กผู้ที่จะเติบโตไปเป็นแรงงานสำคัญในการพัฒนาประเทศให้เจริญก้าวหน้า เด็กจึงเปรียบเสมือนทรัพยากรที่มีค่าสำหรับประเทศ ดังนั้นผู้ใหญ่ควรให้ความสำคัญกับการพัฒนาเด็ก โดยเฉพาะเด็กประถมศึกษาซึ่งหมายถึงเด็กที่มีอายุระหว่าง 6-12 ปี เป็นวัยที่พร้อมที่จะเรียนรู้ในทุกด้านจากทั้งภายในและภายนอกโรงเรียน เด็กจะได้รับการพัฒนาทั้งด้านร่างกาย อารมณ์-จิตใจ สังคม และสติปัญญา อีกทั้งนำความรู้ที่ได้ไปปรับใช้ในการดำเนินชีวิตอย่างมีความสุขและเป็นฐานให้กับวัยรุ่นที่กำลังจะมาถึง (อรชา ตูลานนท์และสมพงษ์ จิตระดับ, 2551) แนวคิดเกี่ยวกับพัฒนาการเด็กจึงเป็นแนวคิดที่สำคัญประการหนึ่งสำหรับครูประถมศึกษา พัฒนาการเป็นสิ่งที่บ่งบอกว่าเด็กวัยประถมศึกษามีแนวทางการเจริญเติบโตอย่างไร รวมถึงช่วยให้เราทราบว่าเด็กวัยประถมศึกษานั้นมีความสามารถหรือศักยภาพในการทำสิ่งใดได้หรือทำสิ่งใดไม่ได้บ้าง ดังนั้นครูประถมศึกษาจำเป็นต้องมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องพัฒนาการของเด็กวัยประถมศึกษาอย่างลึกซึ้งเพื่อที่จะได้วางแผนจัดการเรียนการสอนให้กับผู้เรียนวัยนี้ได้เหมาะสม รวมทั้งสามารถเข้าใจธรรมชาติและความรู้สึกนึกคิดของผู้เรียนในวัยนี้ได้ Copple and Bredekamp (2009) ได้นำเสนอพัฒนาการของเด็กวัยประถมศึกษา ซึ่งแบ่งออกเป็น 4 ด้าน คือ (1) ด้านร่างกาย (2) ด้านอารมณ์-จิตใจ (3) ด้านสังคม และ (4) ด้านสติปัญญา โดยพัฒนาการของเด็กวัยประถมศึกษาในแต่ละด้าน มีดังต่อไปนี้

พัฒนาการด้านร่างกาย

เด็กวัยนี้มีการเปลี่ยนแปลงของร่างกายอย่างชัดเจน โดยเฉพาะช่วงขาและแขนที่ยาวขึ้น ความสูงเพิ่มขึ้นอย่างสม่ำเสมอ เค้าโครงของใบหน้าเริ่มเปลี่ยนรูป การเจริญเติบโตของอวัยวะส่วนต่างๆ มีการเจริญเติบโตเกือบเต็มที่ มีฟันแท้ขึ้นแทนฟันน้ำนม สมอหนักเกือบเต็มที่ มีกระดูกข้อมือ 6-7 ชิ้น ลักษณะและขนาดของดวงตายังไม่เจริญถึงขีดสูงสุด สายตายังเป็นสายตาวาว อย่างไรก็ตาม ข้อบกพร่องนี้เป็นไปตามธรรมชาติ เมื่ออายุ 8 - 10 ปี นัยน์ตาจึงจะได้ขนาดเป็นไปตามลักษณะนัยน์ตาของผู้ใหญ่ เด็กอายุ 6 ปี แม้ว่าจะใช้สายตาและมือทำกิจกรรมได้ดีก็จริง แต่การประสานการทำงานระหว่างตาและมือในการเคลื่อนไหวต่างๆ ยังประสานกันไม่ได้ดีนัก เพราะพัฒนาการของกล้ามเนื้อไม่เท่ากัน เมื่อเด็กอายุ 7 ปี ขึ้นไปจึงจะสามารถใช้กล้ามเนื้อทำงานประสานกันได้ดีขึ้น เด็กวัยนี้สามารถใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กและมัดใหญ่ได้คล่องแคล่วขึ้น เช่น การเขียนหนังสือและวาดรูปได้เป็นระเบียบ เตะบอลได้มีทิศทางมั่นคง ชอบการเคลื่อนไหวร่างกายและใช้ส่วนต่างๆ ของร่างกาย ตลอดจนชอบเรียนรู้และผ่านการทำกิจกรรมการเล่น เช่น เล่นไล่จับ ปิงปอง บาสเกตบอล เป็นต้น (โสธยา ชัชวาลานนท์และคณะ, 2560) อย่างไรก็ตาม ร่างกายของเด็กวัยนี้อาจเริ่มมีแนวโน้มในการเปลี่ยนแปลงเข้าสู่วัยรุ่น โดยเฉพาะเด็กผู้หญิงที่มีจะมีการเติบโตทางร่างกายเร็วกว่าเด็กผู้ชาย

พัฒนาการด้านร่างกายของเด็กแต่ละคนจะขึ้นอยู่กับ การได้รับการดูแล การเลี้ยงดู และกิจกรรมที่ส่งเสริมพัฒนาการที่ดี ดังนั้นเพื่อให้เด็กได้รับการพัฒนาด้านร่างกายอย่างสมบูรณ์และแข็งแรง เด็กจึงต้องการอาหารครบทุกหมู่ถูกต้องตามหลักโภชนาการ การออกกำลังกายสม่ำเสมอ ตลอดจนการทำกิจกรรมการเล่น และการพักผ่อนหย่อนใจในสถานที่ที่มีความปลอดภัย เพื่อให้การเจริญเติบโตเป็นไปอย่างปกติและเกิดขึ้นภายใต้บรรยากาศที่ผ่อนคลาย ปราศจากความตึงเครียด (อรชา ตูลานนท์และสมพงษ์ จิตระดับ, 2551)

ในภาพรวมแล้ว พัฒนาการด้านร่างกายของเด็กในช่วงอายุ 6 - 8 ปี มีการเจริญเติบโตทางร่างกายในอัตราที่ช้าลงเมื่อเทียบกับเด็กวัยอนุบาล มีส่วนสูงเพิ่มขึ้นเฉลี่ยปีละ 2-3 นิ้ว และมีน้ำหนักเพิ่มขึ้นเฉลี่ย 1-2 กิโลกรัมต่อปี จากนั้นจะอยู่ในอัตราที่สม่ำเสมอมากขึ้น เริ่มมีภาวะฟันน้ำนมหลุด ซึ่งอาจจะทำให้เค้าโครงหน้าเปลี่ยนรูปได้เล็กน้อย (น้ำหนัก/ส่วนสูงเพิ่มขึ้นเท่ากันทุกปี) อย่างไรก็ตาม ในช่วงอายุ 9 ปีขึ้นไป มีการเจริญเติบโตที่เพิ่มมากขึ้นเพราะเริ่มปรับเข้าสู่วัยรุ่นตอนต้น ในระยะแรกเด็กผู้หญิงและเด็กผู้ชายในวัยนี้จะมีอัตราการเจริญเติบโตไม่ต่างกัน แต่ต่อมาเด็กผู้หญิงจะมีการเจริญเติบโตเร็วกว่าเด็กผู้ชาย

พัฒนาการด้านอารมณ์-จิตใจ

การพัฒนาทางด้านอารมณ์-จิตใจเป็นพัฒนาการสำคัญอีกด้านหนึ่งสำหรับเด็กประถมศึกษาในการดำรงชีวิตเมื่อเผชิญต่อเหตุการณ์และปัญหาต่างๆ ทำให้สามารถปรับตัวอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ ในช่วงวัยตอนต้นนั้น เด็กวัยนี้จะมีอารมณ์รุนแรง ทำอะไรตามใจตนเองโดยไม่มีเหตุผล ควบคุมตัวเองไม่ได้ เมื่อเกิดความเครียดอาจจะแสดงออกโดยการแกล้งทำ กัดเล็บ ทำหน้าตา นอกจากนี้ยังมีพฤติกรรมโต้เถียงเก่ง อิจฉา บางทีขู่เข็ญและมักเล่นรุนแรง จนกระทั่งอายุประมาณ 8 ปี เริ่มทะเลาะกับเพศตรงข้าม ชอบฟังผู้ใหญ่คุยกัน ต้องการคำชมเชย คำชื่นชมจากพ่อแม่ ต้องการความรัก น้อยใจต่อคำวิจารณ์ รักชีวิต รู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่น เมื่ออายุ 9 ขวบ จะมีอารมณ์กลัวในเรื่องต่างๆ มากขึ้น เช่น กลัวถูกว่าวางตัวไม่สมกับเพศของตน กลัวถูกหัวเราะเยาะ กลัวถูกพ่อแม่ดู กลัวคนอื่นไม่รัก กลัวร่างกายจะได้รับอันตราย เมื่อมีอายุ 10 - 11 ปี จะมีความกังวลเกี่ยวกับ

สุขภาพของคนในครอบครัว ความกลัวเริ่มน้อยลง แต่ยังคงกลัวธรรมชาติ เช่น ความมืด พายุ เสียงฟ้า จากที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่า โดยลักษณะส่วนใหญ่แล้วเด็กจะสามารถควบคุมการกระทำของตนเองได้ในวัยเด็กตอนปลาย จำกฎ กติกา ข้อตกลงได้โดยผู้ใหญ่ไม่ต้องเตือนตลอดเวลา สามารถควบคุมความโกรธและการกระทำที่ไม่เหมาะสมได้อย่างมีเหตุมีผลมากขึ้น อีกทั้งยังสามารถเข้าใจถึงมุมมองของคนอื่นอย่างมีเหตุผล (อรชา ตูลานันท์และสมพงษ์ จิตระดับ, 2551) ในขณะเดียวกันเด็กต้องการรู้สึกว่าเป็นคนที่มีคุณค่า มีความสามารถ มีความภูมิใจในตัวเอง สร้างพฤติกรรมที่เหมาะสมที่ทำให้ตัวเองพอใจและเป็นที่ยอมรับของคนในสังคม (ศิริกุล อิศรานุรักษ์, 2549) ซึ่งพฤติกรรมเหล่านี้จะส่งผลต่อการพัฒนาในช่วงวัยรุ่นและทำให้เด็กประสบความสำเร็จในอนาคต

สำหรับพัฒนาการด้านการรับรู้อารมณ์ความรู้สึกของตน เด็กวัยนี้จะมี การตระหนักรู้ตนเอง (self-awareness) ซึ่งหมายถึงความเข้าใจความรู้สึกของตนเองและประเมินความรู้สึกของตนเองได้ถูกต้อง ศิริกุล อิศรานุรักษ์ (2549) ได้อธิบายเพิ่มเติมว่าประกอบด้วยความสามารถย่อย 3 ประการ ประกอบด้วย (1) Emotional Self-awareness คือ การรู้จักอารมณ์ความรู้สึกของตนเองและรู้ว่าอารมณ์หรือความรู้สึกเหล่านี้จะมีผลต่อความสามารถหรือการกระทำของตนเองอย่างไร ทำให้บุคคลสามารถควบคุมตนเองในการที่จะมีปฏิกริยาโต้ตอบกับสิ่งแวดล้อม (2) Accurate Self-assessment คือ ความตระหนักถึงจุดแข็งและจุดอ่อนของตนเองรู้จักข้อจำกัดของตนเอง ทำให้มองเห็นแนวทางหรือข้อเสนอแนะที่จะช่วยให้ตนเองสามารถเรียนรู้จากข้อผิดพลาดต่างๆ เพื่อการปรับปรุงแก้ไขให้ดีขึ้น มีอารมณ์ขัน และ (3) Self-confidence คือความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง เด็กวัยนี้จะมี Self-efficacy และมีความมั่นใจที่จะกระทำการต่างๆ ไม่ขาดความมั่นใจในความตั้งใจของตน ในขณะเดียวกันไม่ได้ยึดถือความคิดตนเองเป็นใหญ่ โดยมากแล้วเด็กประถมศึกษาในช่วงชั้นประถมศึกษาตอนปลายจะมีความสามารถในการตระหนักรู้ตนเอง รวมถึงสามารถแสดงออกและสื่อสารอารมณ์ความรู้สึกของตนเองได้มากขึ้นด้วย

นอกจากนี้ เด็กวัยนี้สามารถรับรู้และทำความเข้าใจอารมณ์ ความคิด ความคาดหวัง และความรู้สึกของผู้อื่นได้มากยิ่งขึ้น ลดการยึดตนเองเป็นศูนย์กลาง (egocentric) ทำให้สามารถเปิดใจรับรู้และทำความเข้าใจความรู้สึกนึกคิดของผู้อื่นได้ นอกจากนี้ยังสามารถควบคุมตนเอง (self-control) ควบคุมพฤติกรรมตนเองโดยปราศจากคำแนะนำหรือการควบคุมของผู้อื่น เริ่มพึ่งพาผู้ใหญ่ลดลงแต่จะพึ่งตัวเองด้วยการทำสิ่งต่างๆ ด้วยตนเองมากขึ้น

พัฒนาการด้านสังคม

การที่เด็กจะอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคมได้ดีนั้นจะต้องมาจากรากฐานครอบครัวที่มีความรัก เอื้ออาทร และมีความสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน ความรู้สึกว่ามีคนรัก ห่วงใยและมีผู้ที่อยู่เคียงข้าง ช่วยเหลือในยามที่ต้องการหรือเมื่อประสบกับปัญหา ชื่นชมยินดีเมื่อเด็กทำได้ ประสบการณ์ที่ดีจะช่วยให้เด็กรู้สึกตนเองมีคุณค่า ภูมิใจและเชื่อมั่นตนเอง รวมถึงมีจิตใจมั่นคงและมองผู้อื่นดีตามมา (โสธยา ชัชวาลานันท์และคณะ, 2560) เด็กในวัยนี้ใช้เวลาส่วนใหญ่นอกบ้านกับเด็กคนอื่นๆ หรืออยู่นอกบ้านมากกว่าอยู่กับผู้ใหญ่ เพื่อนจึงมีความสำคัญมากขึ้นต่อการคิด ความรู้สึก และทัศนคติ (อรชา ตูลานันท์และสมพงษ์ จิตระดับ, 2551) เด็กจะต้องการเป็นส่วนหนึ่งของหมู่คณะ ต้องการเป็นที่ยอมรับของเพื่อน การคบเพื่อนของเด็กวัยนี้ มักคบเพื่อนเพศเดียวกัน คบเพื่อนที่มี

ความสนใจเหมือนกัน มีการช่วยเหลือกันและกัน วิธีการเล่นกับเพื่อนมักจะเป็นการเล่นเกมหรือกีฬาต่างๆที่มีกฎเกณฑ์ การเล่นของเด็กชายมักจะรุนแรงและใช้แรงมากกว่าเด็กหญิง

ทักษะทางสังคมอื่นที่มีความสำคัญต่อเด็กในการที่จะอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข ได้แก่ ความสามารถในการปรับตัวกิจกรรมให้สอดคล้องกับสถานการณ์ต่างๆ และความสามารถในการพิจารณาคุณลักษณะ และความสามารถในการพิจารณาคุณลักษณะจำเพาะของบุคคลในสังคม เช่น อายุ เพศ นอกจากนี้ในวัยนี้ยังพัฒนาทักษะทางสังคมอื่นๆ ได้แก่ การแบ่งปัน การร่วมมือ การเจรจาต่อรอง ความสามารถในการแสดง และควบคุมพฤติกรรมและอารมณ์ของตน เป็นต้น และเนื่องจากทักษะทางสังคมมีพัฒนาการที่ซับซ้อน ดังนั้น จึงไม่สามารถวัดได้โดยเครื่องมือที่ง่ายๆ ต้องใช้เครื่องมือจากหลายแหล่ง ยกตัวอย่างเช่น การประเมินจากครูเกี่ยวกับสัมพันธภาพของเด็กกับเพื่อนๆ การสังเกตความสามารถเด็กในการปฏิบัติตามกฎกติกาในห้องเรียน การสังเกตระยะเวลาที่เด็กใช้ปฏิสัมพันธ์กับเพื่อนและความสามารถในการแสดงบทบาทหน้าที่ และการทำที่และอารมณ์ที่เด็กแสดงออก เป็นต้น (ศิริกุล อิศรานุรักษ์, 2549)

สิ่งสำคัญที่จะช่วยให้เด็กปรับตัวทางสังคมได้ดีขึ้น เกิดจาก (1) *ประสบการณ์ทางบ้าน* เด็กที่สามารถปรับตัวได้ดีที่โรงเรียนคือเด็กที่เติบโตขึ้นในครอบครัวที่มีบรรยากาศอบอุ่น เป็นมิตร พ่อแม่แสดงความรัก และเสริมสร้างบุคลิกภาพที่ดีให้แก่เด็ก เด็กที่มีบุคลิกภาพดีแสดงให้เห็นว่าเป็นผู้ที่มีร่างกายแข็งแรง มีทักษะในการใช้ว้อยวะต่างๆ ในการเคลื่อนไหว การมีอารมณ์แจ่มใสโอ้ออมอารี หรือแม้แต่การมีเพื่อนมากเพราะสามารถปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่นได้ง่าย (2) *สถานที่เด็กวิ่งเล่น* นับได้ว่าเป็นสิ่งสำคัญอย่างหนึ่งในการช่วยทำให้เด็กมีพัฒนาการทางสังคม นอกจากจะเป็นสถานที่ที่ทำกิจกรรมเพื่อความสนุกสนานแล้ว ยังเป็นที่ทำให้เด็กได้เกิดการเรียนรู้ที่จะรักษาสิทธิของตนเองที่จะปรับตัวให้เข้ากับผู้อื่นได้ดีขึ้นเรื่อยๆ (3) *บทบาทของครู* ครูประถมศึกษาที่มีอิทธิพลสูงที่จะช่วยให้เด็กมีพัฒนาการทางสังคม เป็นผู้ช่วยให้เด็กเปลี่ยนแปลงความสัมพันธ์ต่อพ่อแม่ ผู้ใหญ่อื่นและเด็กวัยเดียวกัน สำหรับเด็กนั้นโรงเรียนเป็นสถานที่ที่ฝึกหัดการใช้ชีวิตนอกบ้านและการอยู่ร่วมกันเป็นกลุ่ม เด็กจะได้ฝึกการทำตามกฎของโรงเรียนหรือต้องทำงานตามที่ได้รับมอบหมาย การจัดให้เด็กทำงานเป็นกลุ่มเป็นวิธีการที่ช่วยให้เด็กมีพัฒนาการทางสังคม และมีพฤติกรรมทางสังคมที่เหมาะสม

อย่างไรก็ตาม จุดเน้นสำคัญของพัฒนาด้านสังคมสำหรับเด็กประถมศึกษานั้นคือความต้องการความรู้สึกลดอดภัยและการสนับสนุนจากทางสังคม เด็กวัยนี้เริ่มมีความชัดเจนในเรื่องอัตลักษณ์ทางเพศ (gender identity) ค่อนข้างมาก เริ่มเข้าใจบทบาทหน้าที่ของเพศตนเอง เริ่มเปรียบเทียบตนเองกับผู้อื่น ซึ่งบางครั้งความรู้สึกเชิงลบอาจจะเกิดขึ้นได้ เด็กวัยนี้สามารถในการเล่นแบบร่วมมือ (cooperative play) มากขึ้น รู้จักเคารพและปฏิบัติตามกฎ กติกา หรือข้อตกลงในการเล่นได้ค่อนข้างดี เด็กผู้หญิงในวัยนี้มักจะมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดีกว่าเด็กผู้ชายในวัยเดียวกัน ตลอดจนรู้จักเคารพและปฏิบัติตามกฎ กติกา และข้อตกลงที่กำหนดได้

พัฒนาการด้านสติปัญญา

เด็กวัยนี้มีการเจริญเติบโตของสมองเต็มที่ ทั้งความสามารถในการคิด การจำ การแก้ปัญหาและการคิดเชิงเหตุผลเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็ว มีสมาธิ และช่วงความสนใจที่ยาวขึ้น เริ่มที่จะวางแผนได้ด้วยตนเองโดยอาจมีผู้ใหญ่คอยช่วยเหลือบ้างบางครั้ง สามารถคิดกลับไปกลับมาเพื่อทดสอบ ตรวจสอบความคิดของตัวเอง ทดสอบและฝึกทักษะต่างๆ เด็กประถมศึกษาที่มีความคิดที่แยบยลมากยิ่งขึ้น สามารถคิดเรียงลำดับ

(sequencing) และคิดหลายมิติ (multidimensional) และมีความสามารถในการคิดเชิงอนุรักษ์ (concept of conservation) สามารถในการตั้งคำถามที่ลึกซึ้ง มักจะตั้งคำถามระดับสูง นอกจากนี้ยังมีความสามารถทางสมองที่เรียกว่า Executive Function โดยสามารถคิดเปรียบเทียบ วางแผนจัดการ มีความสนใจหรือมีสมาธิจดจ่ออยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งได้ยาวนานขึ้น ในด้านการพัฒนาทักษะภาษาตามธรรมชาติอย่างต่อเนื่องทั้งการอ่าน การเขียน การพูด กระตือรือร้นในการอ่าน เขียน หรือบอกเล่าประสบการณ์หรือเรื่องราวต่างๆ ที่ตรงกับความสนใจของตัวเอง เด็กวัยนี้ยังเข้าใจเหตุและผล สามารถคิดและไตร่ตรองพฤติกรรมของตนเอง แยกแยะผิดชอบชั่วดี ควบคุมตนเองไม่ให้กระทำผิดได้ แม้ว่าจะไม่มีผู้ใหญ่ควบคุมหรือมีสิ่งของล่อใจเลยก็ตาม

สำหรับแนวคิดเกี่ยวกับทฤษฎีการเรียนรู้ของเด็กวัยประถมศึกษา (6 – 12 ปี) ซึ่งมีความสำคัญอย่างมากเพราะอธิบายถึงรูปแบบการเรียนรู้และลักษณะเฉพาะตัว ตลอดจนธรรมชาติของเด็กประถมศึกษา กล่าวคือ ทฤษฎีการเรียนรู้เป็นสิ่งที่ยืนยันว่าเด็กประถมศึกษาเกิดการเรียนรู้ได้อย่างไร ซึ่งทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญา (Piaget’s Stages of Cognitive Development) ของ Jean Piaget นั้นเป็นทฤษฎีการเรียนรู้หนึ่งที่ได้รับการยอมรับอย่างแพร่หลาย และถูกอ้างอิงมายาวนาน โดยทฤษฎีดังกล่าวได้อธิบายถึงรูปแบบการรับรู้และการเรียนรู้ของเด็กในแต่ละช่วงวัย โดยมีรายละเอียดดังนี้ (Bredenkamp, 2012)

ตารางที่ 2.1 พัฒนาการการเรียนรู้ตามแนวคิดของ Jean Piaget

ระยะพัฒนาการ	ช่วงอายุ	ลักษณะสำคัญ
Sensorimotor	แรกเกิด – 2 ปี	เรียนรู้ผ่านประสาทสัมผัสทั้ง 5 และการใช้/เคลื่อนไหวส่วนต่างๆ ของร่างกาย
Preoperational	2 – 7 ปี	เรียนรู้ผ่านการใช้ภาษาและสัญลักษณ์ที่แสดงความคิดที่เป็นนามธรรม ความรู้สึกนึกคิดจะอิงอยู่กับการรับรู้มากกว่าหลักการและเหตุผล
Concrete Operational	7 – 11 ปี	เรียนรู้ผ่านสิ่งที่เป็นรูปธรรม จับต้องได้จริง ความคิดความเข้าใจในสิ่งที่เป็นนามธรรมยังค่อนข้างจำกัด แต่สามารถคิดและแก้ปัญหาต่างๆ โดยใช้หลักการและเหตุผลได้มากขึ้น
Formal Operational	11 ปีขึ้นไป	คิดและแก้ปัญหาอย่างเป็นนามธรรมได้ มีกระบวนการคิดเชิงสัญลักษณ์ที่เป็นนามธรรมและมีความซับซ้อนได้

หากพิจารณาทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญาของ Piaget ข้างต้น จะเห็นว่าเด็กประถมศึกษาอยู่ในระยะพัฒนาการที่เรียกว่า Concrete Operational Stage ซึ่งเด็กในวัยนี้จะเรียนรู้ผ่านสิ่งต่างๆ ที่เป็นรูปธรรม เช่น สื่อของจริง สถานที่จริง เป็นต้น จากหลักคิดดังกล่าว หากการจัดการเรียนการสอนจึงต้องวางแผนหลักสูตรและจัดประสบการณ์การเรียนรู้สำหรับเด็กประถมศึกษา ย่อมจำเป็นจะต้องคำนึงถึงหลักการดังกล่าว กล่าวคือ หลักสูตรและประสบการณ์การเรียนรู้ต้องเป็นเรื่องที่ใกล้ตัวผู้เรียน ทั้งนี้เพื่อที่ผู้เรียนจะได้สามารถเรียนรู้จากสื่อของจริงที่เป็นรูปธรรมได้

ดังที่ได้กล่าวไปแล้วว่า ทฤษฎีการเรียนรู้ที่เกี่ยวข้องกับเด็กวัยประถมศึกษา นั้นมีมากมาย และแต่ละทฤษฎีก็มีหลักคิดหรือจุดเน้นที่แตกต่างกันออกไป นอกจากทฤษฎีพัฒนาการทางสติปัญญาของ Piaget แล้ว ยังมีทฤษฎีการเรียนรู้อื่นๆ ที่น่าสนใจ อาทิ ทฤษฎีการเรียนรู้ของ Vygotsky ที่เน้นกระบวนการเรียนรู้ผ่านการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม หรือทฤษฎีการเรียนรู้ของ Bandura ที่เชื่อว่าการเรียนรู้เป็นผลมาจากการสังเกตและเรียนรู้จากพฤติกรรมของบุคคลรอบตัว เป็นต้น เนื่องจากทฤษฎีการเรียนรู้แต่ละทฤษฎีมีจุดเน้นที่แตกต่างกันออกไป ครูประถมศึกษาและผู้ปฏิบัติที่ทำหน้าที่พัฒนาเด็กประถมศึกษาจึงจำเป็นต้องศึกษาทฤษฎีการเรียนรู้อื่นๆ ที่หลากหลายและทำความเข้าใจอย่างลึกซึ้ง ทั้งนี้เพื่อที่จะสามารถออกแบบหลักสูตรและประสบการณ์การเรียนรู้ได้อย่างเหมาะสม

กล่าวโดยสรุป ดังที่นำเสนอในตารางที่ 2.1 พัฒนาการ 4 ด้านมีความสัมพันธ์และเชื่อมโยงกับความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน นั้นหมายถึงพัฒนาการแต่ละด้านอาจมีผลหรือไม่มีผลต่อพัฒนาการอีกด้าน ด้วยเหตุนี้เอง การส่งเสริมพัฒนาการสำหรับเด็กนั้นจึงมีความจำเป็นต้องจัดกระทำทุกด้านบนพื้นฐานของความสมดุล การพัฒนาเด็กประถมศึกษาให้เติบโตอย่างสมบูรณ์และมีคุณภาพนั้นนั้นไม่ได้เกิดขึ้นจากการพัฒนาเพียงด้านใดด้านหนึ่งเท่านั้น แต่ควรพัฒนาเด็กในทุกๆ ด้าน ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์-จิตใจ สังคม และสติปัญญา นอกจากนี้ พัฒนาการในแต่ละด้านยังมีความสัมพันธ์ต่อเนื่องกัน เช่น การพัฒนาด้านร่างกายโดยการให้เด็กได้ออกไปเล่นในสนามได้ใช้กล้ามเนื้อ ได้ออกแรง แต่ในขณะที่ออกไปเล่นนั้น เด็กจะได้เล่นกับกลุ่มเพื่อนและได้พัฒนาด้านสังคม เรียนรู้การปรับตัว กฎ กติกาของกลุ่ม และปฏิบัติตนให้เป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อนซึ่งสอดคล้องกับพัฒนาการด้านอารมณ์-จิตใจ และเมื่อเจอปัญหาสามารถใช้สติปัญญาในการแก้ไขปัญหาเหล่านั้นได้ ดังนั้นเมื่อเด็กได้รับการพัฒนาครบทุกด้าน เด็กในวันนี้ก็จะสามารถเติบโตไปเป็นวัยรุ่น และวัยผู้ใหญ่ที่มีความสุขและสมบูรณ์

ตารางที่ 2.2 สรุปพัฒนาการการเรียนรู้ของเด็กประถมศึกษา

สรุปพัฒนาการทั้ง 4 ด้านของเด็กประถมศึกษา			
ด้านร่างกาย	ด้านอารมณ์ – จิตใจ	ด้านสังคม	ด้านสติปัญญา
แขนขายาว ความสูงเพิ่มขึ้น ฟันแท้ขึ้นแทน ฟันน้ำนม ร่างกายเติบโตเต็มที่ ใช้กล้ามเนื้อมือมัดใหญ่และมัดเล็กได้	เริ่มควบคุมตนเองได้ ต้องการคำชื่นชม ต้องการเป็นที่ยอมรับ	ให้ความสำคัญกับเพื่อน คบเพื่อนเพศเดียวกัน หรือมีความสนใจเหมือนกัน ต้องการเป็นที่ยอมรับในกลุ่มเพื่อน	มีความสามารถในการคิด การจดจำ การแก้ปัญหาโดยใช้เหตุผล มีช่วงความสนใจที่ยาวขึ้น สามารถจัดหมวดหมู่
คล่องแคล่ว เด็กหญิงเติบโตมากกว่าเด็กชาย		ชอบเล่นเกมหรือกีฬาต่างๆ เด็กชายมักเล่นแรงกว่าเด็กหญิง	เรียงลำดับ มีสมาธิมากขึ้น

2. แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับความสุข

แนวคิดเกี่ยวกับความสุข (happiness) เป็นเรื่องที่มีความเป็นนามธรรมมาก ดังนั้นการนำเสนอผลการ ทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับความสุขโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อการวิจัยนั้นสามารถแบ่งหัวออก ออกเป็น 3 หัวข้อ ได้แก่ (1) ความหมายและความสำคัญของความสุข (2) องค์ประกอบของความสุข (3) พฤติกรรมที่สะท้อนความสุขของและปัจจัยที่มีผลต่อการมีความสุข และ (4) แนวทางการวัดระดับความสุขของ บุคคลและเครื่องมือในการวัดระดับความสุข

2.1. ความหมายและความสำคัญของความสุข

อัลเบิร์ต ไอน์สไตน์เคยอธิบายทฤษฎีแห่งความสุขไว้ว่า “ชีวิตที่เรียบง่ายและเรียบง่ายนำไปสู่ความสุข มากกว่าการแสวงหาความสำเร็จที่มีแต่ความวุ่นวายอยู่ตลอด” สอดคล้องกับแนวคิดหนุ่ม เมืองจันท์ (2561) ที่ ระบุว่าความสุขคือการที่ไม่ทำอะไรให้ซับซ้อนวุ่นวาย อย่างไรก็ตาม ในมุมมองของนักวิชาการหลายท่าน ได้ อธิบายความหมายของความสุขซึ่งสามารถสรุปได้ 3 ประการ ได้แก่ (1) ความพึงพอใจ (satisfaction) ความ พึงพอใจในที่นี้อาจเป็นความพึงพอใจในชีวิต โดยความพึงพอใจนี้มีความสัมพันธ์หลักๆ เกี่ยวกับเป้าหมาย ในชีวิต ที่มีทั้งทางบวกและทางลบกับความจริงที่ต้องพบในชีวิตประจำวัน ซึ่งขึ้นอยู่กับแต่ละบุคคลถ้าเกิดความ คาดหวังแล้วไม่เป็นดังที่คาดหวังความพึงพอใจอาจลดน้อยลง ความพึงพอใจจึงมีตัวแปรเป็น อดีต ปัจจุบันและ อนาคต (2) ประสบการณ์ที่เป็นอารมณ์ของบุคคลในแต่ละวัน สิ่งนี้เป็นปัจจัยส่งผลซึ่งมีได้ทั้งอารมณ์ที่ดี และไม่ ดี สามารถปรับตัวขึ้นลงได้ตามเวลา ขึ้นอยู่กับว่ากำลังใช้เวลาทำอะไรอยู่ในขณะนั้น อารมณ์นี้มีตัวแปรที่ไม่ เกี่ยวกันกับความคาดหวังหรือแม้แต่สถานะต่างๆ นานา ตัวอย่างเช่น ผู้ที่รำรวยแล้วต้องอยู่ในสถานะยากจน สามารถมีอารมณ์ความรู้สึกมีความสุขได้เท่ากับผู้ที่รำรวย (positive emotional experiences) และ (3) ความหมายของชีวิต (meaningfulness) ความหมายของชีวิต คือการที่รู้สึกว่าการใช้ชีวิตอย่างมีคุณค่าหรือไม่ มักพบในหลายๆ กิจกรรมที่ใช้เวลาแต่ไม่ค่อยให้ผลสุทธิกับประสบการณ์ของอารมณ์ (net affects) ที่เป็นด้าน บวก ตัวอย่างเช่น การสอนหนังสือนักเรียนในแต่ละวัน แต่กลับมีผลลัพธ์ที่ค่อนข้างดีต่อความรู้สึกว่าชีวิตนี้มี ความหมายจริงๆ ที่ได้ทำประโยชน์การให้คุณค่า การให้ความรู้แก่ผู้อื่น ในทางเดียวกัน (ปัทมา ทองสม, 2553; ภูริต โสภณคณาภรณ์, 2555; นิเวศน์ เหมวชิรวารกร, 2560; ณัฐวุฒิ เผ่าทวี, 2561; ศุภสุตา สุขเจริญผล, 2554) นอกจากนี้ เจริญชัย ไชยไพบูลย์วงศ์ (2560) กล่าวว่า ความสุขคือความเรียบง่าย การสูดอากาศบริสุทธิ์ ียามเช้า การสัมผัสความเขียวขจีของต้นไม้ใบหญ้า และการเฝ้ามองสายฝนที่ค่อยๆ ตกลงมาอย่างเชื่องช้า ความรู้สึกอิมเมจช่วยให้เกิดความสุขได้เพราะการเสพความสุขทางวัตถุนั้นสุดท้ายย่อมถึงจุดอิ่มตัวทำให้ต้อง เกิดการแสวงหาสิ่งใหม่เสมอ ทำให้คนส่วนใหญ่ต้องการที่จะต้องก้าวผ่านจุดนี้ไปได้ ดังคำว่า สูงสุด คินส์ สามีญ สอดคล้องกับ กรมสุขภาพจิต (2562) ที่มีข้อสรุปจากการศึกษาด้านเศรษฐศาสตร์ความสุขว่า เงินไม่ได้ ซื้อความสุข เงินเป็นเพียงแค่ซื้อสิ่งอำนวยความสะดวกมาให้ เพราะเมื่อใดที่พึงพาความสุขจากเงินมากขึ้นเรื่อยๆ ความสุขที่เคยได้ง่ายๆ จะค่อยๆ ลดหายไป ซึ่งสามารถกล่าวได้ว่า เงินสามารถซื้อความพึงพอใจในชีวิตได้แค่ เพียงแค่ระดับเดียว อาจเป็นเพราะความสุขของแต่ละคนไม่ได้เพิ่มขึ้นตามรายได้ แต่ในขณะเดียวกันการมี รายได้น้อยก็ไม่สามารถสร้างความสุขได้ทั้งหมด เพราะเงินสามารถซื้อความพึงพอใจในชีวิตได้ ซึ่งรายได้เป็น สาเหตุหนึ่งที่เป็นตัวกระตุ้นให้ความพึงพอใจในชีวิตลดลงหากรายได้ต่ำ แต่อย่างไรก็ตาม ความเป็นจริงที่ว่า

ความสุขจะเกิดขึ้นได้ ถ้าคนเราสามารถที่จะพอยู่พอกินและพึงพอใจในชีวิตที่เป็นอยู่นั้นคือความสุข (กรมสุขภาพจิต, 2562) ซึ่งสอดคล้องกับ ประเวศ ต้นติพิวัฒนสกุลและเอกอนงค์ สีตลาภินันท์ (2554) ที่กล่าวว่าความสุข เท่ากับ ความพึงพอใจ การมีสมรรถภาพจิตใจดี คุณภาพจิตใจดีและปัจจัยสนับสนุนดี

โดยสรุป ความสุขหมายถึงความรู้สึกอย่างหนึ่ง เป็นอารมณ์ของแต่ละบุคคล และมีแต่ตนเองเท่านั้นที่สามารถบอกความรู้สึกของความสุขนั้นได้ ความสุขขึ้นอยู่กับปัจจัยภายในมากกว่าภายนอก รวมทั้งการมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันกับผู้อื่น รู้จักปรับตัวให้เข้ากับสภาวะสังคมและการเปลี่ยนแปลง มีความสามารถในการเผชิญหน้าความทุกข์ได้อย่างมีสติ พึงพอใจกับสถานะของตนเอง มีความมั่นคงในตนเอง การมีสุขภาวะที่ดีทั้งร่างกายและจิตใจ ประกอบด้วยความสุขกายที่มีสุขภาพแข็งแรง ความสุขใจที่มีความเข้าใจจิตใจตนเองและร่าเริงแจ่มใส แต่อย่างไรก็ตาม ความสุขไม่ได้ขึ้นอยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่ง มีเงินมากหรือมีเงินน้อยไม่ได้แปลว่าผู้ที่มีความสุขมาก ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับแต่ละบุคคลเพราะไม่มีผู้ใดได้กำหนดแบบแผนไว้ ซึ่งบางคนมีความสุขเพราะความร่ำรวยในขณะที่บางคนมีความสุขเพราะพบรักแท้ จะเห็นได้ว่าความสุขของแต่ละบุคคลมีความแตกต่างกันออกไปโดยมีที่มาของความสุขที่แตกต่างกัน ถ้าถามถึงที่มาของความสุขในเด็กแต่ละวัยจะได้คำตอบที่หลากหลาย เช่นความสุขมาจากบุคคลอื่นเป็นที่รัก งานอดิเรก ของมีค่าและการประสบความสำเร็จ

ในแง่ของความสำคัญของความสุข ความสุขคือความรู้สึกที่ดี อันเกิดจากกระบวนการที่ก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม เป็นผลมาจากการได้รับประสบการณ์ต่างๆ และความสุขที่แท้จริงของชีวิตเกิดจาก 3 ประการ ดังนี้ (1) ความสุขจากธรรมชาติ สิ่งแวดล้อม จากการที่ได้สัมผัสกับ ดิน น้ำ อากาศ สัตว์ ป่าไม้ ดอกไม้ ต้นไม้ (2) ความสุขจากเพื่อนมนุษย์ การได้มีปฏิสัมพันธ์กับเพื่อน ผู้ใหญ่ โดยเฉพาะคนในครอบครัว ที่สร้างความรัก ความปลอดภัย ความอบอุ่น และ (3) ความสุขจากกิจกรรมในชีวิต การเรียน โรงเรียน ครอบครัว และชุมชน (ณัฐฐา วรธนะวิโรจน์, 2561) ทั้งนี้ความสุข 3 ประการข้างต้นเป็นสิ่งรอบตัวทั้งจากธรรมชาติ สภาพแวดล้อม และกิจกรรมในโรงเรียน ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญพื้นฐานที่มนุษย์พึงมีตั้งแต่วัยเด็ก เพราะความสุขมีความสำคัญต่อการดำรงชีวิตเพราะความสุขที่พึงประสงค์ต้องได้รับการพัฒนาอย่างสมดุล คือพัฒนาทั้งด้านร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญา โดยคำนึงถึงปัจจัยสภาพแวดล้อมที่เกี่ยวข้อง ร่วมไปกับการสร้างสังคมแห่งความพอเพียง ทั้งในระดับบุคคล ครอบครัวและชุมชน (กิตติพัฒน์ ตามาพงษ์, 2559) ความสุขจึงควรถูกสร้างตั้งแต่เด็ก เพราะเมื่อเด็กมีความสุขในการเรียนรู้จะสามารถมีชีวิตได้อย่างมีประสิทธิภาพ ดำรงชีวิตที่คิดถึงประโยชน์ต่อบุคคลอื่นและประเทศชาติมากกว่าประโยชน์ส่วนตน เป็นคนที่มีมีความสุขในการที่ได้ช่วยเหลือผู้อื่น อีกทั้งมีความสุขพร้อมที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ ตลอดเวลา (ศรีวิไล เชาว์ปรีชา, 2550) ด้วยเหตุนี้เองความสุขจึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างมากในการพัฒนาบุคคล ดังที่ได้ถูกกล่าวถึงไว้อย่างชัดเจนในพระราชบัญญัติการศึกษาในหมวดที่ 1 มาตรา 6 การจัดการศึกษาต้องเป็นไปเพื่อพัฒนาคนไทยให้เป็นมนุษย์ที่สมบูรณ์ทั้งร่างกาย จิตใจ สติปัญญา ความรู้ และคุณธรรม มีจริยธรรมและวัฒนธรรมในการดำรงชีวิตสามารถอยู่ร่วมกับผู้อื่นได้อย่างมีความสุข (พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ, 2542) เนื่องจากเจตนารมณ์ของการจัดการศึกษาไทยนั้นต้องการให้คนไทยทุกคนสามารถดำรงชีวิตได้อย่างมีความสุขตั้งแต่วัยเด็กตามวิถีชีวิตของตนเอง เพราะความสุขจำเป็นต้องมีความรู้ประกอบกันไปเพื่อช่วยให้มีเหตุผลในการตัดสินใจในชีวิตประจำวันได้ ซึ่งการตัดสินใจต้องตั้งอยู่บนพื้นฐานของคุณธรรมและจริยธรรม (กิตติพัฒน์ ตามาพงษ์, 2559) นอกจากนี้ การสร้าง

ความสุขให้กับคนไทยยังถูกกำหนดไว้ในวิสัยทัศน์ของแผนพัฒนาการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ. 2560-2579 คนไทยทุกคนได้รับการศึกษาและเรียนรู้ตลอดชีวิตอย่างมีคุณภาพ ดำรงชีวิต อย่างเป็นสุข สอดคล้องกับหลักปรัชญาของเศรษฐกิจพอเพียง และการเปลี่ยนแปลงของ โลกศตวรรษที่ 21 (แผนพัฒนาการศึกษาแห่งชาติ พุทธศักราช 2560 – 2579, 2560)

ความสุขเป็นเรื่องเกี่ยวกับอารมณ์ ความรู้สึก อยู่ที่มุมมองของชีวิตของแต่ละบุคคล ดังนั้นแต่ละประเทศจึงมีความสุขที่แตกต่างกันออกไป ซึ่งประเทศเนเธอร์แลนด์เป็นประเทศที่ร่วมงานวิจัยเกี่ยวกับความสุขของคนไว้ โดยการวัดความสุขในประเทศมีการวัดที่หลากหลาย แต่วิธีที่ได้ผลดีคือการวัดจากการบอกหมายเลขว่ามีความสุขระดับใดจาก 1 ถึง 10 เพราะเมื่อใดก็ตามที่รู้ตนเองว่าไม่มีความสุขเมื่อนั้นจะพบว่าตนเองไม่มีความสุข นอกจากนี้ประเทศสวิตเซอร์แลนด์ เป็นประเทศที่ทุกอย่างมีประสิทธิภาพ มีชื่อเสียงของความสะอาดของถนน ทางเดินและห้องน้ำ การมีรถไฟที่ตรงเวลาทำให้คนในประเทศสามารถกำจัดเหตุผลของการที่จะไม่มีความสุขในชีวิตออกไปได้ อีกทั้งภูมิประเทศของสวิตเซอร์แลนด์เป็นพื้นที่ที่ผูกพันกับธรรมชาติงานวิจัยพบว่าการได้เห็นทัศนียภาพที่สวยงามช่วยทำให้อาการป่วยดีขึ้นอาจเป็นเหตุผลหนึ่งที่ส่งผลให้คนในประเทศนี้เป็นประเทศที่มีความสุข ทั้งจากธรรมชาติ จากสังคมที่มีประสิทธิภาพ และหน้าที่การงาน ในทางเดียวกันประเทศไอซ์แลนด์เป็นประเทศที่มีอากาศหนาว เด็กๆ ที่ประเทศนี้ไม่คาดหวังความสำเร็จ เพราะมุ่งเน้นแต่ความพยายามเท่านั้นที่สนใจ เพราะคิดว่าเมื่อใดที่ทำพลาดมีโอกาสแก้ตัวเสมอ ไม่มีใครคอยบอกว่าการที่ทำนั้นดีหรือไม่ดีแต่จะปล่อยให้เด็กๆ ได้รู้จักการผิดพลาดและการแก้ตัว จึงเกิดนักคิดสร้างสรรค์อยู่ในประเทศนี้มาก (ซินเนอร์, 2553) ซึ่งจากการรายงานอันดับของประเทศที่ประชากรในประเทศมีความสุขมากที่สุดในโลกในปี 2019 จากการจัดอันดับของ world happiness report หกอันดับแรก ได้แก่ประเทศ ฟินแลนด์ นอร์เวย์ เดนมาร์ก ไอซ์แลนด์ สวิตเซอร์แลนด์และ เนเธอร์แลนด์ (Helliwell, Layard & Jeffrey, 2018) ในส่วนของทางเอเชียตะวันออกเฉียงใต้ ในประเทศที่พัฒนาแล้ว อาทิ ประเทศสิงคโปร์ เป็นประเทศที่มีความหลากหลายทางวัฒนธรรมแต่นำมาซึ่งประเทศที่ประชากรในประเทศมีความสุขเป็นอันดับที่ 1 ของเอเชีย และอันดับที่ 26 ของโลก (Helliwell, Layard & Jeffrey, 2018) องค์ประกอบสำคัญที่ทำให้สิงคโปร์เป็นประเทศที่มีความสุขคือ พื้นฐานของครอบครัวและการศึกษา นักวิชาการต่างร่วมกันวิเคราะห์สาเหตุที่สิงคโปร์เป็นประเทศในเอเชียที่มีความสุขเป็นอันดับ 1 โดยการเปรียบเทียบปัจจัยร่วมกันระหว่างประเทศระดับสูงอื่น ๆ ในโลกที่มีความสุข สิ่งที่ค้นพบในประเทศต่างๆ ที่มีความสุขเช่นเดียวกับสิงคโปร์ล้วนมีความรู้สึกร่วมกันด้านความปลอดภัยและความรู้สึกมีเป้าหมายในชีวิต หลีกเลียงความตึงเครียดในชีวิต (Pearson, 2018) ในทางตรงกันข้ามประเทศกาตาร์เป็นประเทศที่ร่ำรวยจากการค้าน้ำมันและก๊าซธรรมชาติ แต่กลับพบว่าประชากรในประเทศนี้มีความสุขน้อยเพราะคิดว่าสิ่งที่ตนมีนั้นยังไม่เพียงพอที่จะทำให้มีความสุข ซึ่งความมั่งคั่ง ร่ำรวยอาจเป็นส่วนหนึ่งที่ทำให้ประชากรในประเทศไม่มีความสุข รวมทั้งการไม่มีวัฒนธรรมเป็นของตนเอง อีกทั้งประชากรในประเทศนี้ส่วนใหญ่ไม่ได้ทำงาน อาจขาดความสุขที่เกิดจากการการทำงาน ขาดคุณค่าหรือความพึงพอใจในตนเอง ที่เป็นสาเหตุหนึ่งของความสุขได้ (อ้างอิง) ดังนั้นความสุขสามารถส่งผลได้กับคุณภาพชีวิตของคนในทุกช่วงวัย และเป็นพื้นฐานสำคัญในการขับเคลื่อนที่จะพัฒนาประเทศ ซึ่งความสุขเป็นสิ่งที่สร้างได้ไม่ยาก ไม่มีความซับซ้อนเกิดขึ้นตามธรรมชาติของแต่ละบุคคล

2.2. องค์ประกอบของการเกิดความสุข

นักจิตวิทยาหลายท่านได้ให้ความสนใจกับคำว่า ความสุข และได้ทำการศึกษาค้นคว้าเพื่อหาคำตอบว่าความสุขคืออะไร บางท่านกล่าวว่าความสุขคืออารมณ์เชิงบวก ความรู้สึกที่ดี ชีวิตที่ดี อารมณ์ที่ร่าเริงสดใส ความพอใจ ความสุขจึงเป็นสิ่งที่ทุกคนต่างปรารถนา แต่กลับพบว่าความสุขของแต่ละคนแตกต่างกัน เช่น บางคนมีเงินเท่ากันแต่มีความสุขต่างกัน ขึ้นอยู่กับความพึงพอใจของแต่ละบุคคล Seligman (2000) ได้อธิบายความสุขที่เกิดจากการใช้ชีวิต 3 ระดับได้แก่

(1.) ชีวิตที่สนุกสนาน (The Pleasant Life) เป็นความสุขระดับแรกที่เราชอบทำบ่อยๆ เช่น การมีความสุขจากการได้กินดี อยู่ดี การได้หัวเราะ การได้นอนหลับฝันดี ได้ดูหนังสนุกๆ ได้ออกไปวิ่ง ได้เล่นกับเพื่อนๆ แต่ความสุขระดับนี้มักจะเกิดขึ้นและหายไปอย่างรวดเร็ว เช่น การรอคอยที่จะได้โทรศัพท์รุ่นใหม่ล่าสุด พอได้มาใช้ทำให้รู้สึกมีความสุขมาก แต่เมื่อเวลาผ่านไปจะรู้สึกว่าไม่ได้พิเศษอะไรหรือแตกต่างอะไรจากโทรศัพท์รุ่นอื่นๆ

(2.) ชีวิตที่ดี (The Good Life) หมายถึงการมีความสุขกับสิ่งที่เรารัก ทำให้เราทุ่มเท ใช้ความสามารถ มีความพึงพอใจจากการทำงานสำเร็จ ความพึงพอใจในฝีมือตัวเอง ทำให้สามารถจดจ่อทำสิ่งนั้นได้เป็นเวลานานโดยไม่รู้สึกเบื่อหน่าย มีความมุ่งมั่นทำงานจนสำเร็จ ไม่ว่าจะ เป็นกิจกรรมที่ทำคนเดียวหรือทำงานร่วมกับผู้อื่น หรือทำกิจกรรมร่วมกับคนในครอบครัว

(3.) ชีวิตที่มีความหมาย (The Meaningful Life) ความสุขระดับนี้เป็นความสุขที่ทำให้ชีวิตมีคุณค่า และมีความหมาย คือการทำให้สิ่งที่เรารักและชอบแล้วสิ่งนั้นส่งผลให้เกิดประโยชน์หรือความสุขกับคนรอบข้าง ความสุขที่กล่าวมาข้างต้นนั้นไม่ได้เกิดจากสิ่งใดสิ่งหนึ่งซึ่ง Seligman (2011) อธิบายทฤษฎี "P.E.R.M.A." เป็นแนวคิดในการพัฒนาความสุข (Happiness) และสุขภาวะ (Well-being) โดยมีคำย่อขององค์ประกอบหลักของความสุขที่มีอยู่ 5 องค์ประกอบ คือ

(1.) สภาวะของอารมณ์ที่ดี (Positive Emotion) เป็นความรู้สึกและอารมณ์ที่มีผลดีต่อบุคคล เช่น ความสุข ความเพลิดเพลิน ความตื่นเต้น ความพอใจ ความภูมิใจ และความอัศจรรย์ใจ

(2.) สติรู้ตื่นตื่นไหลในกิจกรรม (Engagement) เป็นความรู้สึกเพลิดเพลินกับการทำกิจกรรม จนกระทั่งลืมเวลาที่กำลังผ่านไป โดยกิจกรรมต้องใช้ทักษะความสามารถที่มีความท้าทายแต่ก็ยังเป็นสิ่งที่เป็นไปได้ ทำให้มีความปรารถนาที่แรงกล้าที่จะทำกิจกรรมนั้นให้บรรลุเป้าหมาย

(3.) ความสัมพันธ์ที่ดี (Relationships) เป็นความรู้สึกได้รับการยอมรับจากสังคมรอบข้าง ไม่ว่าจะเกี่ยวกับ อาชีพการงาน ครอบครัว คู่ชีวิต และความสัมพันธ์แบบอื่นๆ สอดคล้องกับงานวิจัยของจิตแพทย์ของ Harvard Medical School พบว่าความร่ำรวย หรือการทำงานหนัก ไม่ใช่คำตอบของการมีชีวิตที่ดี มีความสุข แต่เป็นความสัมพันธ์ที่ดีต่างหากที่นำมาซึ่งคำตอบ ความสัมพันธ์ที่ดีทำให้เรามีความสุขเพิ่มขึ้นและมีสุขภาพดีขึ้น (วรารกรณ์ สามโกเศศ, มปป.)

(4.) การรู้สึกว่าชีวิตมีความหมาย (Meaning) เป็นการค้นหาความหมายของชีวิตและการเรียนรู้ว่ามีอะไรที่ยิ่งใหญ่กว่าตนเพื่อช่วยให้พยายามทำตามเป้าหมาย

(5.) การบรรลุถึงเป้าหมาย (Accomplishments) เป็นการสร้างความสำเร็จและความเชี่ยวชาญให้บรรลุถึงเป้าหมายความต้องการที่ตั้งไว้อย่างเป็นรูปธรรม

นอกจากนี้ชุดิมา พงศ์วรินทร์ (2554) ได้อธิบายขอบเขตและองค์ประกอบของการเกิดความสุขตามแนวคิดจิตวิทยาที่สามารถแบ่งได้เป็น 3 ด้าน คือ

(1.) ภาวะอารมณ์หรือความรู้สึกทางบวก เป็นความรู้สึกของแต่ละบุคคลซึ่งแต่ละบุคคลจะมีแตกต่างกันขึ้นอยู่กับ (1) ลักษณะส่วนบุคคล เช่น ความสามารถ สุขภาพ และบุคลิกภาพ (2) สถานภาพในสังคม เช่น อาชีพ รายได้ การศึกษา ความสัมพันธ์ทางสังคม และ (3) สภาพสังคม เช่น วัฒนธรรม ความเท่าเทียม การพัฒนาให้ทันสมัย

(2.) ความพึงพอใจในชีวิต เป็นองค์ประกอบเกี่ยวข้องกับลักษณะด้านบวกภายในตัวบุคคลทั้งในอดีต ปัจจุบัน และอนาคต ซึ่งสามารถทำให้บุคคลเกิดความรู้สึกว่ามีความสุข เช่น อารมณ์ดี มีความยินดี และการไม่มีความรู้สึกทางลบ เช่น ความซึมเศร้า วิตกกังวล

(3.) คุณลักษณะด้านบวกภายในจิตใจ เป็นองค์ประกอบของความสุขที่เกิดขึ้นโดยอาศัยปัจจัยส่งเสริมจากภายนอก อาทิ การมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับผู้อื่น การได้รับการสนับสนุนทางสังคม และการได้ใช้ชีวิตอย่างมีความหมาย องค์ประกอบของความสุขด้านนี้สอดคล้องกับศุภสุตา สุขเจริญผล (2554) ที่ได้ศึกษาสาระสำคัญเกี่ยวกับที่มาของความสุขของเด็ก โดยใช้การสัมภาษณ์กับเด็กระดับชั้นอนุบาล 3 ชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยคำตอบส่วนใหญ่มีที่มาจากภายนอกและส่งเสริมให้เกิดด้านบวกภายในจิตใจ เช่น การได้รับอ้อมกอดจากพ่อแม่ การได้ทานอาหารกับครอบครัว การได้เป็นที่ยอมรับของเพื่อน การได้เล่นกับเพื่อน การได้ทำในสิ่งที่ต้องการ

จากข้อมูลข้างต้นสามารถสรุปได้ว่า องค์ประกอบของความสุข ประกอบด้วย 1) ภาวะอารมณ์หรือความรู้สึกทางบวก เป็นความรู้สึกหรืออารมณ์ที่ดีต่อบุคคล 2) ความพึงพอใจในชีวิต 3) ความสัมพันธ์ที่ดี และ 4) การได้ใช้ชีวิตอย่างมีความหมาย

2.3. พฤติกรรมที่สะท้อนความสุขของและปัจจัยที่มีผลต่อการมีความสุข

พฤติกรรมที่บุคคลสะท้อนว่าตนเองมีความสุขนั้นพิจารณาจากพฤติกรรมที่ระบุไว้ในแบบวัดระดับความสุขของ Oxford Happiness Questionnaire ที่ถูกพัฒนาโดย (Hills & Argyle, 2002) ซึ่งสะท้อนถึงความรู้สึกเชิงบวกที่มีต่อความพึงพอใจรวมถึงการมีสุขภาวะที่ดีของตนเอง รวมถึงพฤติกรรมต่างๆ ที่วิเคราะห์มาจากข้อคำถามของเครื่องมือวัดอื่นๆ ที่ถูกใช้เพื่อการวัดระดับความสุขของบุคคล อาทิ แบบวัด General Happiness Scale และแบบวัดปัจจัยที่มาจากพฤติกรรมที่แสดงถึงความสุขจากวินิตา แก้วแก้ว (2554) ซึ่งทั้งหมดนี้สามารถอธิบายได้ในลักษณะ (1) ความรู้สึกเชิงบวกที่มีต่อความพึงพอใจกับสิ่งต่างๆ และ (2) ความรู้สึกเชิงบวกและ/หรือเชิงลบที่บุคคลมีในช่วงเวลาหนึ่งๆ

สำหรับปัจจัยที่มีผลต่อความสุข มาร์ติน เซลิกแมน ได้กล่าวว่า ความสุขของคนเรานั้นมาจากปัจจัยทางด้านพันธุกรรมถึงร้อยละ 50 แต่สามารถเรียนรู้และฝึกฝนเพื่อเปลี่ยนแปลงให้ดีขึ้นได้ เช่น นิสัยซึ่กลัว การมองโลกในแง่ร้าย ซึ่งส่งผ่านทางพันธุกรรม นอกจากปัจจัยทางด้านพันธุกรรมแล้วยังมีอีกสองปัจจัยที่สำคัญคือ 1) สถานการณ์ชีวิต หรือ ปัจจัยภายนอก เช่น ความจนความรวย ความสวยความหล่อ สุขภาพดีหรือไม่ดี เรียน

ตก ออกหัก หย่าร้าง เลื่อนตำแหน่ง ซึ่งปัจจัยเหล่านี้กำหนดระดับความสุขของคนเราได้ประมาณร้อยละ 10-15

2) วิธีคิดและกิจกรรมที่เลือกทำ หรือ ปัจจัยภายใน เป็นสิ่งที่อยู่ภายใต้การควบคุมของเรา เป็นความคิด การกระทำและรูปแบบชีวิตที่เราเลือกโดยตั้งใจ เช่น เวลาที่เราให้กับครอบครัว การช่วยเหลือผู้อื่น การมองโลกในแง่ดี การออกกำลังกาย การมีจุดหมายที่มีคุณค่าในชีวิต การเผชิญหน้ากับปัญหาในชีวิตด้วยความเข้มแข็ง ปัจจัยเหล่านี้จะหมายถึงสมรรถภาพของจิตใจ และคุณภาพของจิตใจ มีส่วนกำหนดระดับความสุขคนเราได้ประมาณร้อยละ 35-40 อาจกล่าวได้ว่านอกเหนือจากปัจจัยทางพันธุกรรมแล้ว ปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อความสุขที่เหลือคือปัจจัยภายนอกและปัจจัยภายใน (ประเวช ตันติพิวัฒนสกุล และเอกอนงค์ สิตลาภินันท์, 2554) ซึ่งสอดคล้องกับศุภสุตา สุขเจริญผล (2554) ได้ศึกษาเกี่ยวกับมโนทัศน์ความสุขของเด็กไทยและได้แบ่งที่มาของความสุขเป็น 2 ประเภท คือ (1) ความสุขที่เกิดจากภายนอก ได้แก่ การได้เป่าเค้กวันเกิด ได้ร้องเพลง ได้เล่นกับคนในครอบครัว ได้กอดคนในครอบครัว ได้ของขวัญ ได้ออกกำลังกาย ได้กินของที่ชอบ ได้เป็นที่ยอมรับ ได้เล่นกับเพื่อน ได้ไปเที่ยว ไม่ทะเลาะกับเพื่อน ได้รับคำชื่นชม ได้ดูหนัง ได้กินข้าวนอกบ้าน เรียนเก่ง/สอบได้คะแนนดี รับคำชมจากคนในครอบครัว แบ่งปันสิ่งของให้ผู้อื่น ไม่ทะเลาะกับเพื่อน มีคนรักและเข้าใจ หัวเราะกับคนอื่น (2) ความสุขที่เกิดจากภายใน ได้แก่ การได้รับความรักจากคนในครอบครัว เป็นที่ยอมรับ แบ่งปันสิ่งต่าง ๆ ให้ผู้อื่น ได้ทำในสิ่งที่ต้องการ ทำสิ่งดีๆ ให้ผู้อื่น ช่วยเหลือและมีน้ำใจต่อผู้อื่น ไม่รู้สึกเหงา ได้หัวเราะ ยิ้ม ได้เป็นคนดี ตัวชีวิตพฤติกรรมที่สะท้อนความสุขของเด็กประถมศึกษา (อายุ 6 – 12 ปี) จากงานวิจัยของ (ศุภสุตา สุขเจริญผล, 2554) เด็กอนุบาลส่วนใหญ่อธิบายความสุขเกี่ยวกับปัจจัยภายนอก โดยจะเกี่ยวข้องกับเหตุการณ์หรือกิจกรรมที่ชอบ เช่น การที่พ่อแม่พาไปเที่ยว การกินขนม การเล่นเกม แตกต่างกับเด็กประถมศึกษา อายุ 8 – 9 ปี และ 10 – 12 ปี ที่จะมีลักษณะของความสัมพันธ์มากกว่าเหตุการณ์ เช่น การได้คุยเล่นกับเพื่อน การที่พ่อแม่ไม่ทะเลาะกัน การที่มีครอบครัวที่อบอุ่น

จากข้อมูลข้างต้นสามารถสรุปได้ว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อความสุขของเด็กประถมศึกษามาจาก 3 ปัจจัยสำคัญได้แก่ 1) ปัจจัยด้านพันธุกรรม เช่น ความกลัว การมองโลกในแง่ร้าย 2) ปัจจัยภายนอก เช่น ความสวย ความรวย การได้ทำในสิ่งที่ต้องการ การได้กินของอร่อย 3) ปัจจัยภายใน เช่น การได้เป็นที่ยอมรับ การช่วยเหลือผู้อื่น การมองโลกในแง่ดี การแบ่งปันผู้อื่น เป็นต้น

นอกจากนี้ วินิตา แก้วแก้ว (2554) ได้สร้างแบบสอบถามถึงปัจจัยความสุขของนักเรียน มีจำนวนทั้งสิ้น 81 ข้อ โดยใช้เกณฑ์ 5 ระดับ ดังต่อไปนี้ 5 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง 4 หมายถึง เห็นด้วย 3 หมายถึง ไม่แน่ใจ 2 หมายถึง ไม่เห็นด้วย 1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง จากนั้นได้นำที่มาของความสุขของศุภสุตา สุขเจริญผล (2554) กับแบบสอบถามปัจจัยความสุขของนักเรียนของวินิตา แก้วแก้ว (2554) จากข้อมูลข้างต้นนำมาสังเคราะห์และจัดหมวดหมู่ได้ 4 ด้าน ประกอบด้วย (1) ด้านตนเอง (2) ด้านครอบครัว (3) ด้านเพื่อน (4) ด้านครู นอกจากนี้ ยังสามารถจัดกลุ่มประเภทปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของนักเรียนได้จากที่มาของปัจจัย ประกอบด้วย (1) ปัจจัยด้านบวกภายในจิตใจ ได้แก่ ความพึงพอใจในชีวิต สุขภาพ ความรู้ รายได้ต่อหัว ความมั่นคงในงาน สวัสดิการสังคม และ (2) ปัจจัยส่งเสริมจากภายนอก ได้แก่ การมีความสัมพันธ์ใกล้ชิดกับผู้อื่น การได้รับการสนับสนุนทางสังคม และการใช้ชีวิตอย่างมีความหมาย การทำในสิ่งที่เพลิดเพลิน

2.4. แนวทางการวัดระดับความสุขของบุคคลและเครื่องมือในการวัดระดับความสุข

เนื่องจากการวัดระดับความสุขเป็นการวัดในสิ่งที่เป็นการรับรู้และเป็นนามธรรมสูงมาก การวัดระดับความสุขของเด็กจึงสามารถวัดได้จากเครื่องมือที่หลากหลายแบบและสามารถพิจารณาได้จากข้อมูลที่ได้มาจากครูผู้ปกครอง และตัวเด็กเอง อย่างไรก็ตาม จากการศึกษาสาระสำคัญของเครื่องมือวัดระดับความสุขจาก (1) แบบวัด General Happiness Scale (2) แบบวัด Oxford Happiness Questionnaire และ (3) แบบวัดความสุขของวินิตา แก้วแก้ว (2554) ซึ่งเป็นแบบวัดที่ได้รับการยอมรับว่ามีคุณภาพ โดยสามารถสรุปรายละเอียดของแนวทางการวัดระดับความสุขได้ ดังนี้

(1.) แบบวัดความสุขโดยภาพรวม (General Happiness Scale) มีจำนวน 4 ข้อคำถาม ยกตัวอย่างเช่น (1) ในทั่วไปฉันพิจารณาตัวเอง ฉันเป็นอย่างไร โดยมีระดับให้เลือก 7 ระดับ ตั้งแต่ 1 หมายถึง เป็นคนที่ไม่มีความสุขเลย ไปจนถึงระดับที่ 7 หมายถึง เป็นคนที่มีความสุขมาก (2) เปรียบเทียบกับเพื่อนส่วนใหญ่ ฉันเป็นอย่างไร โดยมีระดับให้เลือกตั้งแต่ 1 หมายถึง ไม่มีความสุขเลย ไปจนถึง ระดับที่ 7 หมายถึง มีความสุขมาก (3) บางคนมีความสุขมากเพราะสนุกกับชีวิตโดยไม่คำนึงถึงสิ่งที่เกิดขึ้น โดยมีระดับให้เลือกตั้งแต่ 1 หมายถึง ไม่ใช่เลย ไปจนถึงระดับที่ 7 หมายถึง ใช่เลย (4) บางคนไม่มีความสุขถึงแม้จะไม่พบเรื่องที่ทำให้หดหู่ก็ไม่มีความสุข โดยมีระดับให้เลือกตั้งแต่ 1 หมายถึง ไม่ใช่เลย ไปจนถึงระดับที่ 7 หมายถึง ใช่เลย

(2.) แบบวัดความสุขได้มาจาก Oxford Happiness Questionnaire ที่พัฒนาโดยนักจิตวิทยาชื่อ Michael Argyle และ Peter Hills จำนวน 29 ข้อ ซึ่งเป็นการถามคำถามเพื่อสอบถามความรู้สึกของนักเรียน โดยให้ใส่ระดับความคิดเห็น 6 ระดับ ตั้งแต่ระดับที่ 1 ถึงระดับที่ 6 ดังนี้ 1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง 2 หมายถึง ไม่เห็นด้วยมาก 3 หมายถึง ค่อนข้างไม่เห็นด้วย 4 หมายถึง ค่อนข้างเห็นด้วย 5 หมายถึง เห็นด้วยมาก 6 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง ตัวอย่างคำถาม เช่น ฉันรู้สึกยินดีอย่างยิ่งกับสิ่งที่ฉันเป็น ฉันให้ความสนใจในผู้อื่น ฉันรู้สึกว่าชีวิตมีค่า ฉันรู้สึกอบอุ่นกับผู้อื่น ฉันตื่นนอนเหมือนได้พักผ่อน

(3.) แบบวัดความสุขของวินิตา แก้วแก้ว (2554) ได้ทำแบบสอบถามที่ใช้ถามความรู้สึกทางบวกและทางลบ จำนวน 30 ข้อ แบ่งเป็น 3 ช่วงเวลา ประกอบด้วย 1) ความรู้สึกในสัปดาห์ที่แล้ว 2) ความรู้สึกขณะนี้ 3) ความรู้สึกโดยทั่วไป ซึ่งในที่นี่เพื่อไม่ให้เกิดความสับสนในนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 จึงเลือกใช้เพียง 2 ช่วงเวลา ได้แก่ 1) ความรู้สึกในขณะนี้ 2) ความรู้สึกโดยทั่วไป พิจารณาจากค่าที่แสดงความรู้สึก เช่น สนใจ บางสิ่งบางอย่าง โศกเศร้า ตื่นเต้น เข้มแข็ง แข็งแกร่ง ว่าวุ่นใจ ผิดหวัง หวาดระแวง เป็นต้น โดยใช้เกณฑ์ในการตอบแบบสอบถามดังนี้ 5 หมายถึง รู้สึกมากที่สุด 4 หมายถึง รู้สึกค่อนข้างมาก 3 หมายถึง รู้สึกปานกลาง 2 หมายถึง รู้สึกน้อย 1 หมายถึง รู้สึกน้อยหรือแทบไม่รู้สึกเลย

3. แนวคิดพื้นฐานเกี่ยวกับการเล่น

การเล่น คือ กิจกรรมที่เด็กลงมือกระทำหรือมีส่วนร่วมด้วยความสมัครใจในรูปแบบที่หลากหลาย การเล่นเป็นกิจกรรมที่เกิดขึ้นพร้อมกับกระบวนการเรียนรู้ของเด็กเสมอ เพราะการเล่นของเด็กสามารถช่วยส่งเสริมพัฒนาการทั้ง 4 ด้าน รวมทั้งเสริมสร้างความคิดสร้างสรรค์และทักษะอื่นๆ ที่จำเป็นให้กับเด็กได้ถึงแม้ว่าการเรียนรู้ของเด็กประถมศึกษาจะให้น้ำหนักกับการเรียนรู้เชิงวิชาการค่อนข้างมาก แต่การเล่นสำหรับ

เด็กวัยนี้ยังคงเป็นสิ่งจำเป็นอยู่มาก Bredekamp (2012) อธิบายว่าการเล่นเป็นเครื่องมือที่สำคัญมากสำหรับการเรียนรู้ของเด็ก เด็กทำกิจกรรมการเล่นเพราะมีแรงจูงใจที่เกิดขึ้นโดยธรรมชาติ เช่นเดียวกันกับที่ Gordon and Browne (2008) ระบุว่าการเล่นเป็นหัวใจสำคัญของเด็กในการเรียนรู้และสร้างสรรค์สิ่งต่างๆ เปรียบเสมือนกับหน้าต่างบานใหญ่ที่นำเด็กไปการเรียนรู้โลกกว้าง โดยสรุปแล้ว การเล่นเป็นเครื่องมือที่สำคัญของเด็กในการเรียนรู้ ครูประณศศึกษาจึงมีหน้าที่สำคัญในการจัดการเรียนการสอนที่คำนึงถึงหลักการดังกล่าวด้วย ดังนั้นการจัดกิจกรรมการเรียนรู้ในชั้นเรียนจึงไม่ควรปล่อยให้เด็กนั่งอยู่กับที่ แต่ควรออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ที่มีการเคลื่อนไหวและเปิดโอกาสให้เด็กได้มีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันกับผู้อื่นด้วย เพื่อให้กิจกรรมการเรียนรู้นั้นใกล้เคียงกับกิจกรรมการเล่นให้มากที่สุด

การเล่นสามารถแบ่งได้ออกเป็น 2 ประเภท Johnson et al (1987 อ้างถึงในปีทมาวดี เล่ห์มงคล, 2556) คือ (1) การเล่นเชิงสติปัญญา หมายถึง การเล่นที่เป็นไปตามลักษณะพัฒนาการทางสติปัญญา แบ่งเป็น 1) การเล่นที่เกิดจากการฝึกซ้อมทำซ้ำแล้วซ้ำอีก (practice play) เนื่องจากเด็กช่วงวัยแรกเกิดถึง 2 ปี ยังไม่สามารถแยกตนเองและสิ่งแวดล้อมให้ออกจากกันได้ เด็กเชื่อว่าทุกอย่างจะต้องรวมอยู่ที่ตนเอง ตนต้องมีส่วนเกี่ยวข้อง ต้องเป็นผู้กระทำ เช่น มีความเข้าใจว่าความคงที่ของวัตถุจะไม่มีถ้าตนเองไม่ได้รับรู้ มองเห็น หรือจับต้องวัตถุนั้นอยู่ ประกอบกับกล้ามเนื้อ แขน ขา และอวัยวะส่วนต่างๆ ต้องการถูกฝึกฝน ถูกใช้เพื่อให้พัฒนาการเล่นของเด็กในระยษนี้จึงมุ่งที่การทำตัวออกไปประสพกับสิ่งที่ต้องการเรียนรู้ต่างๆ ด้วยตนเอง บางครั้งจึงเรียการเล่นนี้ว่าการเล่นที่ใช้ประสาทสัมผัส (sensory play) ลักษณะการเล่นของเด็กในระยษนี้จึงเป็นการกระทำที่เคลื่อนไหว มีอิริยาบถ มีการใช้ประสาทรับรู้มาก และมีการย้ายตำแหน่งการกระทำหรือการเล่นนั้นบ่อยๆ โดยไม่เบื่อหน่าย การเล่นในระยษนี้เด็กจะแสดงพฤติกรรมเลียนแบบ สำรวจ ทดสอบ และพฤติกรรมจะซับซ้อนขึ้น เมื่อเด็กมีความเจริญเติบโตทางวุฒิภาวะ 2) การเล่นเชิงสัญลักษณ์ (symbolic play) เมื่อเด็กมีพัฒนาการในด้านสติปัญญาเพิ่มขึ้นตามวุฒิภาวะ เด็กจะมีความสามารถในการตอบสนองความกระตือรือร้นใคร่รู้ ใคร่เรียน และความต้องการใช้ความสามารถที่มีเพิ่มขึ้น เป็นไปในแนวที่เริ่มรู้จักใช้ความคิด มโนภาพ และจินตนาการ ให้เข้ามาเกี่ยวข้องกับกิจกรรมการเล่นของตนระหว่างอายุ 2 – 7 ปี จะเป็นระยะที่ความคิดในด้านสัญลักษณ์ของเด็กจะก่อรูปและพัฒนาขึ้น เด็กจะเอาใจใส่กับการเล่นที่มีการสมมติหรือกำหนดให้สิ่งเร้าต่างๆ รวมทั้งวัตถุของเล่นและตัวบุคคล มีฐานะเป็นตัวแทนของสิ่งและสภาพที่เป็นจริงในชีวิต อายุ 4 – 7 ปี การเล่นซึ่งเกิดจากความคิดคำนึงจะเริ่มลดน้อยลง เนื่องจากสังคมของเด็กกว้างขวางขึ้น เด็กจะเล่นเลียนแบบตามความเป็นจริงของสิ่งแวดล้อม และ 3) การเล่นที่มีกฎเกณฑ์ (games with rules) เมื่อเด็กอายุประมาณ 7 ปี การต่อเติมความคิด การเกิดความคิดรวบยอดมีมากขึ้นและสลับซับซ้อนขึ้น เด็กจะมีพัฒนาการการรับรู้ที่สามารถจัดหมวดหมู่หรือประเภทของวัตถุและเหตุการณ์ต่างๆ ได้ ตลอดจนมีพัฒนาการทางภาษามากพอที่จะสื่อความเข้าใจกับบุคคลอื่น การเล่นส่วนใหญ่ในระยษนี้จึงเป็นไปในรูปแบบของการเล่นที่มีกฎเกณฑ์และขั้นตอนเข้ามาเกี่ยวข้อง เช่น การเล่นบทบาทสมมติ พ่อ แม่ ลูก และหมอ จะมีการเขียนบทละคร เป็นเรื่อง มีการขึ้นต้น ดำเนินเรื่อง และสรุปลงท้ายเรื่อง ภาษาที่ใช้ การลำดับบท และขั้นตอนของเรื่อง สะท้อนให้เห็นถึงการที่เด็กต้องรวบรวมและวางแนวความคิด เพื่อให้สอดคล้องกันอย่างมีเหตุผลและความเป็นไปได้ และเพื่อสื่อความคิดของตนเองให้ผู้อื่นรับรู้และเข้าใจ (2) การเล่นเชิงเชิงสังคม ประกอบด้วยพฤติกรรมการเล่นเชิงสังคม

ออกเป็น 6 แบบ ได้แก่ 1) ชั้นการอยู่เฉยๆ (unoccupied behavior) หมายถึงการที่เด็กไม่เล่นกับใคร และไม่ได้เล่นกับของเล่น แต่จะสนใจดูสิ่งใดสิ่งหนึ่งที่เกิดขึ้นชั่วระยะเวลาสั้นๆ เมื่อไม่ได้มีสิ่งใดน่าสนใจ เด็กก็จะเล่นกับร่างกายของตนเอง บางครั้งอาจปีนขึ้นลงเก้าอี้ ยืนเฉยๆ เดินตามครู หรือนั่งอยู่ที่ใดที่หนึ่งแล้วมองไปรอบๆ ห้อง 2) ชั้นมองดูคนอื่นเล่น (onlooker behavior) หมายถึง การที่เด็กใช้เวลาส่วนใหญ่มองดูการเล่นของเด็กอื่น ในบางครั้งเด็กอาจจะพูดคุยซักถามหรือให้ข้อเสนอแนะแก่กลุ่มที่ตนมองดูอยู่ แต่ไม่เข้าไปร่วมเล่นด้วย เด็กจะอยู่ในระยะห่างพอที่จะพูดคุยกับกลุ่มได้ เพื่อตนจะได้เห็นและได้ยินทุกอย่างที่เกิดขึ้นในกลุ่ม 3) ชั้นเล่นคนเดียว (solitary play) หมายถึง การที่เด็กเล่นตามลำพังและเล่นกับของเล่นเพียงคนเดียว ซึ่งของเล่นนั้นแตกต่างจากเด็กอื่นซึ่งอยู่ใกล้เคียงกัน เด็กไม่พยายามเข้าใกล้หรือพูดกับเด็กอื่น ไม่สนใจต่อการเล่นของเด็กอื่น และไม่ทำตามการเล่นของเด็กอื่น 4) ชั้นต่างคนต่างเล่น (parallel play) หมายถึง การที่เด็กเล่นอย่างอิสระ แต่เด็กเล่นกับของเล่นที่เหมือนกับที่เด็กอื่นๆ รอบข้างเล่นอยู่ เด็กเล่นตามความต้องการของตน ไม่พยายามแทรกแซงหรือเปลี่ยนแปลงการเล่นของเพื่อนที่อยู่ใกล้ๆ เด็กเล่นอยู่ข้างๆ เพื่อนมากกว่าที่จะเล่นด้วยกัน และไม่แสดงความสนใจในการเข้ามาหรือออกไปจากกลุ่มของเพื่อนที่อยู่รอบข้าง 5) ชั้นเล่นร่วมกับเพื่อน (associate play) หมายถึง การที่เด็กร่วมเล่นกับเพื่อน มีความสนใจสมาชิกของกลุ่ม มีการพูดคุยเรื่องเดียวกัน เล่นคล้ายกันในกลุ่ม มีการขอยืมและให้ยืมของเล่น ไม่มีการแบ่งหน้าที่หรือจัดกลุ่มเพื่อนให้บรรลุจุดประสงค์ของการเล่น เด็กเล่นตามความสนใจของตนเป็นหลัก และ 6) ชั้นเล่นร่วมกับเพื่อนอย่างมีจุดหมายหมาย (cooperative or organized supplementary play) หมายถึง การที่เด็กเล่นในกลุ่มเพื่อน มีการสร้างกิจกรรมการเล่นอย่างมีจุดหมายหมาย มีการสมมติบทบาท มีการสร้างสถานการณ์การเล่น มีการแข่งขันในเกมนการเล่น และมีผู้นำกลุ่มหนึ่งหรือสองคนที่จะขึ้นนำการเล่นของสมาชิกคนอื่นๆ ในกลุ่ม

อย่างไรก็ตาม ประเภทของการเล่นทั้งหมดสะท้อนให้เห็นว่ากิจกรรมการเล่นสามารถช่วยพัฒนาเด็กประถมศึกษาตามกรอบพัฒนาการทุกด้าน โดยเฉพาะอย่างยิ่งพัฒนาการด้านร่างกาย พัฒนาการด้านสังคม และพัฒนาการด้านสติปัญญา กิจกรรมบางกิจกรรมของเด็กประถมศึกษาในปัจจุบันไม่จัดว่าเป็นกิจกรรมการเล่น เพราะเป็นกิจกรรมที่เด็กประถมศึกษาใช้เวลาหมดไปแต่ไม่เกิดการพัฒนาในพัฒนาทุกด้าน เช่น การเล่นอินเทอร์เน็ต สื่อสังคมออนไลน์ หรือเกมออนไลน์ เป็นต้น ดังนั้นกิจกรรมการเล่นที่เหมาะสมกับการพัฒนาเด็กประถมศึกษามากที่สุดควรจะเป็นกิจกรรมการเล่นแบบ Active Play ซึ่ง สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) (2560) ได้อธิบายว่าหมายถึงกิจกรรมการเล่นที่เด็กเป็นผู้ร่วมเล่นด้วยตนเอง ทำให้เด็กได้รับความสนุกสนาน เป็นการเล่นที่ไม่มีการกำหนดรูปแบบกติกาที่เป็นทางการ และอยู่นอกเหนือชั่วโมงพลศึกษา กิจกรรมการเล่นแบบ Active Play เกี่ยวข้องกับการทำกิจกรรมทางกาย (physical activities) โดยเด็กที่เป็นผู้เล่นจะมีโอกาสในการเคลื่อนไหวร่างกาย โดยใช้กล้ามเนื้อโครงสร้างและทำให้มีการใช้พลังงานของร่างกาย ซึ่งสามารถแบ่งได้ 3 ระดับ (1) ระดับเบา คือระดับที่มีการเคลื่อนไหวน้อยมาก เช่น การยืน การนั่ง (2) ระดับปานกลาง คือการเคลื่อนไหวออกแรงที่ใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่ที่มีความหนักและเหนื่อยในระดับเดียวกับการเดินเร็ว ขี่จักรยาน การทำงานบ้าน มีชีพจรเต้น 120-150 ครั้ง/นาที ระหว่างที่เล่นยังสามารถพูดเป็นประโยคได้ และมีเหงื่อซึมๆ และ (3) ระดับหนัก คือการเคลื่อนไหวร่างกายที่มีการทำซ้ำและต่อเนื่อง โดยใช้กล้ามเนื้อมัดใหญ่ เช่น การวิ่ง การเดินขึ้นบันได การออกกำลังกาย มีระดับชีพจร 150 ครั้ง/นาทีขึ้นไปจนทำให้

หอบเหนื่อยและพูดเป็นประโยคไม่ได้ การเล่นแบบ Active Play ที่ถือว่าได้ประโยชน์สูงและได้ผลดีต่อสุขภาพ คือการมีกิจกรรมทางกายในระดับปานกลาง-หนัก

Brockman, Jago, and Fox (2010) อธิบายว่าการทำกิจกรรมการเล่นของเด็กปฐมวัย โดยเฉพาะการเล่นแบบ Active Play มีความสำคัญต่อพัฒนาการด้านร่างกายและสภาวะของเด็กปฐมวัยอย่างมาก โดยประโยชน์ที่เกิดขึ้นนั้นประกอบด้วย (1) การเพิ่มและ/หรือรักษาน้ำหนักส่วนสูงให้เป็นไปตามเกณฑ์ (2) การพัฒนาความสามารถในการเคลื่อนไหวร่างกาย ทั้งการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็กและกล้ามเนื้อมัดใหญ่ (3) การสร้างความแข็งแรงให้กับโครงสร้างกระดูกทั้งร่างกาย (4) สภาวะที่แข็งแรงทั้งเชิงจิตใจและสังคม (5) การป้องกันโรคที่เกี่ยวข้องกับทางเดินหายใจและโรคอื่นๆ ที่เป็นผลมาจากภาวะน้ำหนักเกินหรือโรคอ้วน (6) การปรับปรุงประสิทธิภาพในการทำงานของสติปัญญา และ (7) การพัฒนาความสามารถในการทำกิจกรรมทางกายเมื่ออายุเพิ่มมากขึ้น

อย่างไรก็ตาม Bodrova and Leong (2003) ได้สรุปปัจจัยที่มีผลต่อการเล่นแบบ Active Play ของเด็ก ประกอบด้วย (1) ปัจจัยด้านกายภาพ ได้แก่ เด็กผู้ชายจะมีแนวโน้มที่จะเล่นแบบ Active Play มากกว่าเด็กผู้หญิง อายุของเด็กมีอิทธิพลน้อยมากต่อปริมาณการทำกิจกรรมการเล่นแบบ Active Play และเชื้อชาติและค่าดัชนีมวลกาย (Body Mass Index: BMI) อาจมีผลต่อการทำกิจกรรมการเล่นแบบ Active Play (2) ปัจจัยทางด้านสังคมและวัฒนธรรม ได้แก่ การเสริมแรงจากพ่อแม่ผู้ปกครองไม่พบว่าเป็นปัจจัยที่สามารถเปลี่ยนแปลงการทำกิจกรรมการเล่นแบบ Active Play ในเด็กเล็กมากนัก เนื่องจากเด็กเล็กมีความต้องการในการทำกิจกรรมการเล่นลักษณะนี้อยู่ในตัวเองอยู่แล้ว แต่การมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันระหว่างพ่อแม่และลูกขณะทำกิจกรรมการเล่นแบบ Active Play ตลอดจนการเป็นต้นแบบที่ดีในการทำกิจกรรมทางกายของพ่อแม่เป็นปัจจัยที่มีผลต่อการทำกิจกรรมการเล่นแบบ Active Play ของเด็กอย่างเห็นได้ชัด ในขณะเดียวกันค่าดัชนีมวลกายและน้ำหนักของพ่อแม่ผู้ปกครอง ตลอดจนปริมาณการทำกิจกรรมทางกายมีผลต่อการทำกิจกรรมการเล่นแบบ Active Play ของเด็ก นอกจากนี้พ่อแม่ผู้ปกครองที่มีพื้นความรู้เกี่ยวกับการศึกษาจะมีแนวโน้มที่จะเป็นปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการทำกิจกรรมการเล่นแบบ Active Play ของเด็กได้ รวมถึงสถานภาพทางสังคมและเศรษฐกิจของครอบครัวไม่มีผลต่อการทำกิจกรรมการเล่นแบบ Active Play ของเด็ก ในทางเดียวกันเด็กที่ใช้เวลาในการดูโทรทัศน์หรือนั่งอยู่กับที่เพื่อเล่นคอมพิวเตอร์หรือเกมเป็นระยะเวลาอันนานมีแนวโน้มที่จะทำกิจกรรมการเล่นแบบ Active Play ลดน้อยลงอย่างมาก และ (3) ปัจจัยทางสภาพแวดล้อม ได้แก่ เด็กที่ใช้เวลามากในการทำกิจกรรมการเล่นกลางแจ้งมีแนวโน้มที่จะทำกิจกรรมการเล่นแบบ Active Play มาก รวมถึงชั้นเรียนที่อยู่ภายใต้บริบทที่มีเด็กจำนวนน้อยๆ และมีระยะเวลาพักสำหรับนักเรียนบ่อยๆ จะมีผลต่อการทำกิจกรรมการเล่นแบบ Active Play ของเด็ก นอกจากนี้ เด็กที่อยู่ภายใต้บริบทเดียวกัน มีแนวโน้มที่จะทำกิจกรรมการเล่นแบบ Active Play ที่เป็นไปในทิศทางเดียวกัน ปัจจัยอีกประการหนึ่งคือสภาพอากาศที่มีผลต่อปริมาณการทำกิจกรรมการเล่นแบบ Active Play ของเด็ก

สำหรับงานวิจัยที่ศึกษาการทำกิจกรรมการเล่นในบริบทประเทศไทยนั้น สินีนาถ นรินทร์สรศักดิ์ (2539) ได้ศึกษาการเล่นของเด็กวัยอนุบาลในกรุงเทพมหานครในแต่ละสมัยระหว่าง (1) ช่วงเวลาระหว่าง พ.ศ. 2485-2500 (2) ช่วงเวลาระหว่าง พ.ศ. 2501-2531 และ (3) ช่วงเวลาระหว่าง พ.ศ. 2532-2538 โดยมุ่งศึกษา

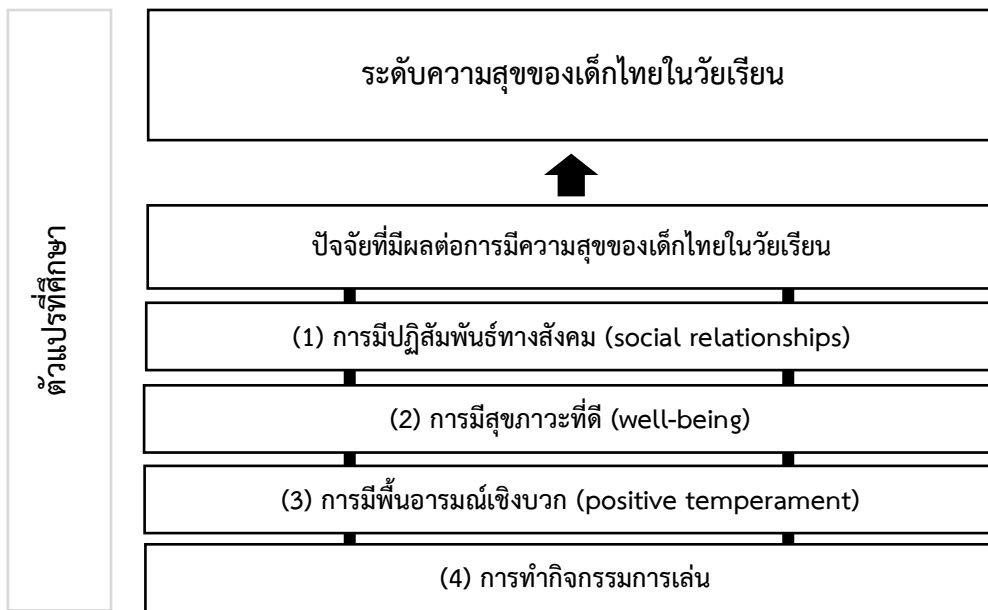
ลักษณะการเล่น ลักษณะสถานที่เล่น ลักษณะปฏิสัมพันธ์ของผู้เล่น และลักษณะของของเล่นหรืออุปกรณ์ประกอบการเล่น ผลการวิจัยพบว่าการเล่นของเด็กอนุบาลในกรุงเทพมหานครในช่วงระหว่าง พ.ศ. 2485-2538 สามารถแบ่งได้เป็น 3 ช่วง ตามบริบททางเศรษฐกิจ การเมือง และสังคม ซึ่งมีอิทธิพลต่อการเล่นของเด็กสรุปได้ดังนี้คือ ช่วงที่ 1 พ.ศ. 2485-2500 ลักษณะการเล่น การเล่นในช่วงนี้ประกอบด้วยการเล่นแบบเป็นกลุ่ม การเล่นเพื่อความเพลิดเพลิน และการละเล่นพื้นบ้าน โดยเป็นการเล่นในร่มและกลางแจ้ง ไม่มีการจัดสถานที่เฉพาะเพื่อการเล่น ช่วงที่ 2 พ.ศ. 2501-2531 ลักษณะการเล่นเป็นการเล่นเป็นกลุ่ม การเล่นเพื่อความเพลิดเพลิน การละเล่นพื้นบ้าน และการเล่นเพื่อการศึกษา ลักษณะสถานที่เป็นการเล่นในร่มและกลางแจ้ง ไม่มีการจัดสถานที่เฉพาะเพื่อการเล่น ช่วงที่ 3 พ.ศ. 2532-2538 ลักษณะการเล่นในช่วงนี้เป็นการเล่นเป็นกลุ่ม และการเล่นเดี่ยว การเล่นแทบทั้งหมดจัดสถานที่โดยเฉพาะ ลักษณะปฏิสัมพันธ์แทบทั้งหมดใช้ท่าทางอย่างมีอิสระกับของเล่น ลักษณะของของเล่นหรืออุปกรณ์ประกอบการเล่น ส่วนใหญ่ของของเล่นได้จากการซื้อและประดิษฐ์

หากพิจารณาสาระสำคัญที่ประมวลจากเอกสารและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง สามารถสรุปได้ว่า “กิจกรรมการเล่นของเด็กประถมศึกษา” ซึ่งเป็นตัวแปรสำคัญที่งานวิจัยนี้มุ่งศึกษา หมายถึง กิจกรรมที่เด็กประถมศึกษาลงมือกระทำหรือมีส่วนร่วมด้วยความสมัครใจ โดยครอบคลุมประเภทของการเล่นทั้งการเล่นเชิงสติปัญญาและการเล่นเชิงสังคม ทั้งนี้ต้องเป็นกิจกรรมการเล่นที่เปิดโอกาสให้เด็กประถมศึกษาได้เคลื่อนไหวร่างกายหรือทำกิจกรรมทางกาย รวมถึงมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมแบบตัวต่อตัวร่วมกับผู้อื่นขณะที่ทำกิจกรรมการเล่นด้วย หรือเป็นการเล่นแบบ Active Play ดังนั้น การเล่นอินเทอร์เน็ตหรือสื่อสังคมออนไลน์ ตลอดจนการเล่นเกมของเด็กประถมศึกษาไม่ได้เคลื่อนไหวร่างกายและไม่ได้มีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมแบบตัวต่อตัวจึงไม่นับเป็นกิจกรรมการเล่นของเด็กประถมศึกษาในงานวิจัยนี้

นอกจากนี้ “การจัดการเรียนการสอนของครูประถมศึกษาแบบการเล่นเพื่อการเรียนรู้” ซึ่งเป็นอีกตัวแปรงานหนึ่งที่วิจัยนี้มุ่งศึกษา หมายถึง กิจกรรมการเรียนรู้ที่ครูประถมศึกษาออกแบบและระบุไว้อย่างชัดเจนในแผนการจัดการเรียนรู้ โดยเป็นกิจกรรมการเรียนรู้ที่เชื่อมโยงเนื้อหาสาระของบทเรียนกับกิจกรรมที่เด็กประถมศึกษาได้ลงมือกระทำหรือมีส่วนร่วมด้วยความสมัครใจ อีกทั้งยังเป็นกิจกรรมการเรียนรู้ที่เปิดโอกาสให้เด็กประถมศึกษาได้เคลื่อนไหวร่างกายหรือทำกิจกรรมทางกายและมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมแบบตัวต่อตัวกับเพื่อนในชั้นเรียน กล่าวอีกนัยหนึ่งคือการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบเชิงรุก (Active Learning)

4. กรอบแนวคิดในการศึกษา

โครงการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความสุขและปัจจัยที่มีผลต่อการมีความสุขของเด็กไทยในวัยเรียนศึกษาสถานการณ์การทำกิจกรรมการเล่นของเด็กไทยในวัยเรียน และพัฒนาชุดความรู้และสื่อเผยแพร่ประชาสัมพันธ์การยกระดับความสุขให้กับเด็กไทยในวัยเรียน ดังนั้นจากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องสามารถสรุปกรอบแนวคิดในการศึกษา ดังที่นำเสนอในรูปภาพ 2.1 ตัวแปรหลักที่ศึกษาคือระดับความสุขของเด็กประถมศึกษา ซึ่งในที่นี้หมายถึงกลุ่มเด็กไทยในวัยเรียน รวมทั้งปัจจัยที่มีผลต่อการมีความสุขของเด็กกลุ่มนี้ โดยกำหนดกรอบการศึกษาปัจจัยดังกล่าวประกอบด้วย 4 ปัจจัยเท่านั้น ได้แก่ การมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคม การมีสุขภาวะที่ดี การมีพื้นอารมณ์เชิงบวก และการทำกิจกรรมการเล่น โดยในการศึกษาของโครงการนั้นจะเป็นการศึกษาศาณการณ์ความสุขของเด็กไทยในวัยเรียนที่เกิดขึ้นหรือมีผลมาจากทั้ง 4 ปัจจัย นอกจากนี้โครงการนี้ยังมุ่งศึกษาศาณการณ์การทำกิจกรรมการเล่นของเด็กไทยในวัยเรียนด้วย โดยเป็นการศึกษาทั้งรูปแบบการเล่น ระยะเวลาในการเล่น ช่วงเวลาในการเล่น และคุณภาพของการเล่นในเด็กไทยในวัยเรียน โดยเฉพาะอย่างยิ่งเด็กประถมศึกษา



รูปภาพ 2.1 กรอบแนวคิดในการศึกษา

บทที่ 3 วิธีดำเนินการศึกษา

โครงการนี้มุ่งเน้นศึกษาข้อมูลเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพเพื่อวิเคราะห์ระดับความสุขและสถานการณ์กิจกรรมการเล่นของเด็กประถมศึกษาไทย เพื่อให้การดำเนินการศึกษาได้มาซึ่งข้อมูลเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพที่สมบูรณ์ครบถ้วนและตอบวัตถุประสงค์ของการโครงการได้มากที่สุด วิธีดำเนินการศึกษาที่ใช้ในโครงการนี้จึงประกอบไปด้วยรายละเอียดดังต่อไปนี้

1. กลุ่มผู้ให้ข้อมูล

กลุ่มผู้ให้ข้อมูลที่ใช้ในโครงการนี้ประกอบด้วยนักเรียนประถมศึกษาที่อยู่ภายใต้สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) และโรงเรียนเอกชนที่อยู่ภายใต้สังกัดสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน (สช.)

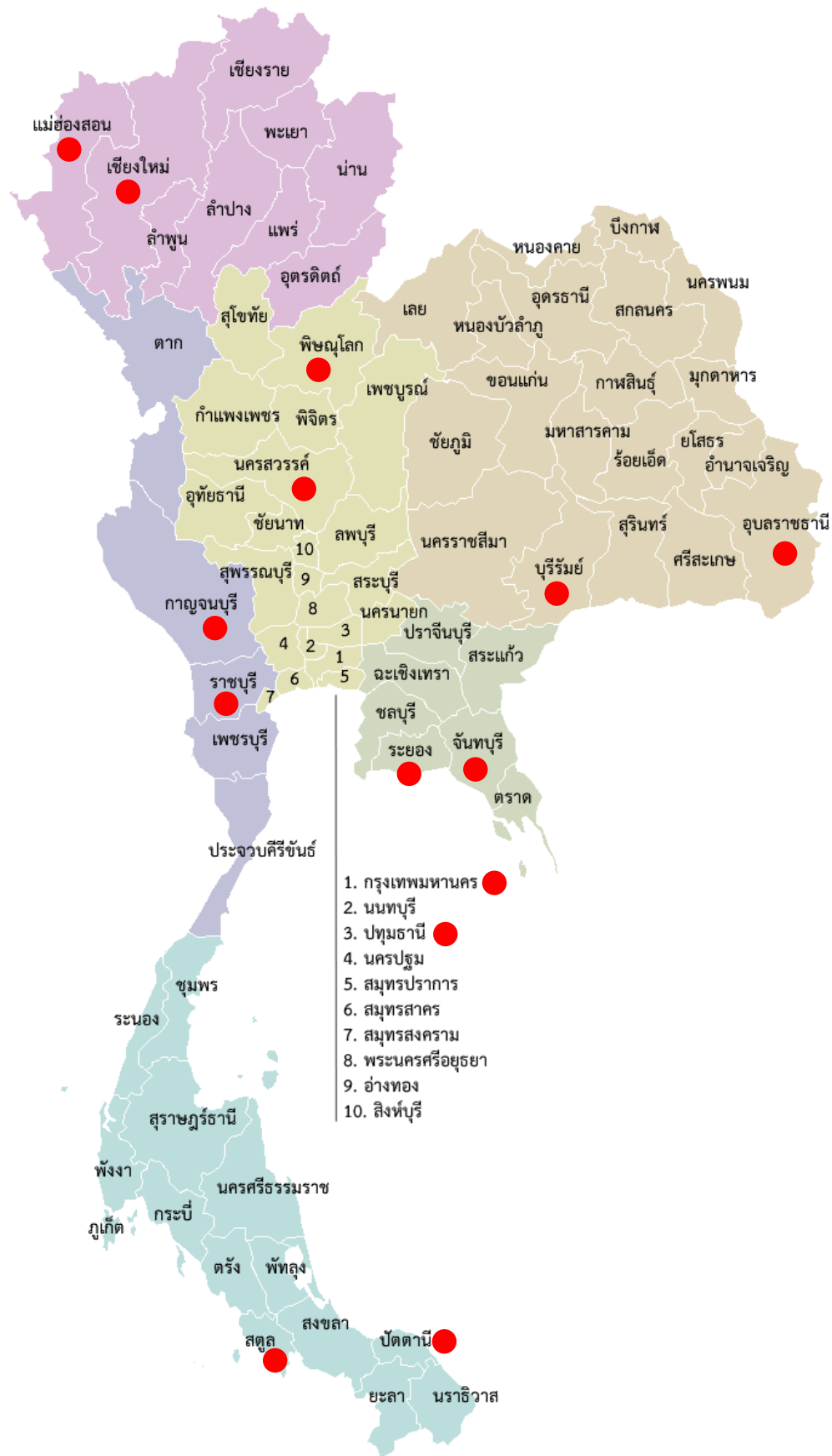
2. การคัดเลือกกลุ่มผู้ให้ข้อมูล

กลุ่มผู้ให้ข้อมูลที่ใช้นักเรียนประถมศึกษาโรงเรียนรัฐบาลที่อยู่ภายใต้สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) และโรงเรียนเอกชนที่อยู่ภายใต้สังกัดสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน (สช.) โดยการเก็บรวบรวมข้อมูลใน 1 โรงเรียนจะเลือกศึกษานักเรียนประถมศึกษา 2 ระดับชั้น คือนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1/1 และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/1 ทุกคน อย่างไรก็ตาม โครงการนี้กำหนดพื้นที่ที่ศึกษาออกเป็น 7 ภูมิภาค ได้แก่ กรุงเทพมหานครและปริมณฑล ภาคกลาง ภาคตะวันออก ภาคตะวันตก ภาคเหนือ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ และภาคใต้ โดยเลือก 2 จังหวัดเป็นตัวแทนภูมิภาค มีแนวคิดการเลือกกลุ่มผู้ให้ข้อมูล ดังนี้

ตาราง 3.1 แนวคิดการเลือกกลุ่มผู้ให้ข้อมูล

ชั้นภูมิที่ 1	ภูมิภาคทั้ง 7 ภาค ภูมิภาคละ 2 จังหวัด															
	จังหวัดที่ 1								จังหวัดที่ 2							
ชั้นภูมิที่ 2	ในเขตเทศบาล				นอกเขตเทศบาล				ในเขตเทศบาล				นอกเขตเทศบาล			
	รร.รัฐบาล		รร.เอกชน		รร.รัฐบาล		รร.เอกชน		รร.รัฐบาล		รร.เอกชน		รร.รัฐบาล		รร.เอกชน	
ชั้นภูมิที่ 4 (ระดับชั้น)	ป.1	ป.6	ป.1	ป.6	ป.1	ป.6	ป.1	ป.6	ป.1	ป.6	ป.1	ป.6	ป.1	ป.6	ป.1	ป.6
ชั้นภูมิที่ 5 (นักเรียน)	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
	คน	คน	คน	คน	คน	คน	คน	คน	คน	คน	คน	คน	คน	คน	คน	คน

ชั้นภูมิที่ 1 แบ่งภูมิภาคในประเทศไทยออกเป็น 7 ภูมิภาค ได้แก่ กรุงเทพมหานครและปริมณฑล ภาคกลาง ภาคเหนือ ภาคใต้ ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ภาคตะวันออก ภาคตะวันตก โดยสุ่มเลือก 2 จังหวัดจากแต่ละภูมิภาคด้วยวิธีจับสลากเพื่อให้เป็นตัวแทนของแต่ละภูมิภาคจำนวนรวม 12 จังหวัด ดังที่แสดงในรูปภาพ 3.1



รูปภาพ 3.1 จังหวัดที่ถูกกำหนดสำหรับคัดเลือกกลุ่มผู้ให้ข้อมูล

ชั้นภูมิที่ 2 แบ่งพื้นที่จังหวัดแต่ละจังหวัดออกเป็น 2 เขต ได้แก่ (1) พื้นที่ในเขตเทศบาล และ (2) พื้นที่นอกเขตเทศบาล

ชั้นภูมิที่ 3 แบ่งโรงเรียนในแต่ละเขตออกเป็น 2 ประเภท ดังนี้ (1) โรงเรียนรัฐบาล โดยเป็นโรงเรียนประถมศึกษาที่สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) จำนวน 1 โรงเรียน และ (2) โรงเรียนเอกชนที่สังกัดสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน (สช.) จำนวน 1 โรงเรียน

ชั้นภูมิที่ 4 แบ่งโรงเรียนในแต่ละสังกัดออกเป็น 2 ระดับชั้น ได้แก่ (1) ชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 และ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

ชั้นภูมิที่ 5 กำหนดเลือกนักเรียนด้วยวิธีเจาะจงตามระดับชั้นที่กำหนด โดยเลือกนักเรียนทุกคนในชั้นประถมศึกษาปีที่ 1/1 และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6/1

ดังนั้น ด้วยแนวคิดในการเลือกตัวอย่างข้างต้นจะมีโรงเรียนที่ตกเป็นตัวอย่างทั้งสิ้น 56 แห่งจากพื้นที่ทั่วประเทศ และมีนักเรียนที่เป็นผู้ให้ข้อมูลจำนวน 3,282 คน มีรายละเอียดดังนี้

โรงเรียนระดับประถมศึกษา 56 แห่ง แบ่งเป็น

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 1,580 คน

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 1,702 คน

รวมโรงเรียนที่เป็นตัวอย่างทั้งสิ้น 56 แห่ง นักเรียน 3,282 คน

นอกจากการกำหนดให้นักเรียนประถมศึกษาเป็นผู้ให้ข้อมูล ซึ่งจะใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณแล้ว ผู้วิจัยจะยังกำหนดให้นักเรียนประถมศึกษาเป็นผู้ให้ข้อมูลสำหรับการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงคุณภาพอีกด้วย ทั้งนี้ ผู้วิจัยจะคัดเลือกโรงเรียนประถมศึกษาให้เป็นบริบท (settings) ที่จะศึกษา โดยพิจารณาคัดเลือกจากทั้ง 7 ภูมิภาค ภูมิภาคละ 1 จังหวัด จังหวัดละ 2 โรงเรียน จำแนกเป็นโรงเรียนรัฐบาลในเขตเทศบาล 1 โรงเรียน และโรงเรียนรัฐบาลนอกเขตเทศบาล 1 โรงเรียน รวมนักเรียนประถมศึกษาที่เป็นผู้ให้ข้อมูลเชิงคุณภาพมาจากโรงเรียนประถมศึกษาจำนวนทั้งสิ้น 14 โรงเรียน โดยเป็นการสัมภาษณ์และสังเกตการณ์กิจกรรมประจำวันของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ระดับชั้นละ 1 ชั้นเรียน เป็นระยะเวลา 1 วันทำการของวันที่นักเรียนมาโรงเรียน

3. เครื่องมือที่ใช้รวบรวมข้อมูล

โครงการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความสุขและปัจจัยที่มีผลต่อการมีความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน ศึกษาสถานการณ์การทำกิจกรรมการเล่นของเด็กไทยในวัยเรียน และพัฒนาชุดความรู้และสื่อเผยแพร่ประชาสัมพันธ์การยกระดับความสุขให้กับเด็กไทยในวัยเรียน ซึ่งในการตอบวัตถุประสงค์ข้างต้นจำเป็นต้องอาศัยการเก็บรวบรวมข้อมูลทั้งเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ โครงการจึงกำหนดเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลดังที่แสดงในตาราง 3.2

ตาราง 3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล

วัตถุประสงค์ของโครงการ	เครื่องมือ/วิธีการรวบรวมข้อมูล		
	แบบวัด สำหรับนักเรียน	การสัมภาษณ์ นักเรียน	การสังเกตการณ์ กิจกรรมการเล่น
1. เพื่อศึกษาระดับความสุขของเด็กประถมศึกษาไทย	●	●	●
2. เพื่อศึกษาสถานการณ์การทำกิจกรรมการเล่นของเด็กไทยในวัยเรียน	●	●	●
3. เพื่อพัฒนาชุดความรู้และสื่อเผยแพร่ประชาสัมพันธ์การยกระดับความสุขให้กับเด็กไทยในวัยเรียน	-	-	-

สำหรับการเก็บข้อมูลในโครงการด้วยการใช้แบบวัดสำหรับนักเรียนประกอบด้วยแบบวัดจำนวน 2 ชุด ได้แก่ (1) แบบวัดระดับความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน และ (2) แบบสำรวจระดับคุณภาพปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน โดยแบบวัดรายการที่ (1) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน แบ่งเป็น 3 ตอน ได้แก่ ตอนที่ 1 การประเมินระดับความสุขในภาพรวม ตอนที่ 2 การประเมินความคิดเห็นที่สะท้อนระดับความสุข และตอนที่ 3 การวัดระดับความสุขจากอารมณ์เชิงบวกและเชิงลบ ทั้งนี้รูปแบบของข้อคำถามและมาตรฐานค่าจะเป็นสัญลักษณ์เพื่อให้เหมาะสมกับพัฒนาการและการรับรู้ตามช่วงวัย สำหรับแบบวัดรายการที่ (2) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการมีความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน โดยแบ่งประเด็นข้อคำถามออกเป็น 4 ตอน ได้แก่ ตอนที่ 1 การสำรวจข้อมูลพื้นฐานของนักเรียน ตอนที่ 2 การสำรวจกิจวัตรประจำวันของนักเรียน ตอนที่ 3 การสำรวจการทำกิจกรรมของนักเรียนในแต่ละวัน และตอนที่ 4 การสำรวจปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของนักเรียน สำหรับรายละเอียดของแบบวัดฉบับร่าง (ก่อนให้ผู้ทรงคุณวุฒิพิจารณาตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือวิจัย) ได้นำเสนอในภาคผนวก

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลใช้การวิเคราะห์ดัชนีความตรงเชิงเนื้อหา วิเคราะห์ค่าความเที่ยง (reliability) แบบความสอดคล้องภายใน (internal consistency) จากค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha Coefficient) โดยโดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for window version 22 และวิเคราะห์ความตรงเชิงโครงสร้างด้วยการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน (confirmatory factor analysis) โดยใช้โปรแกรม Mplus version 7.0 ซึ่งจะพิจารณาจากการทดสอบค่าไค-สแควร์ (Chi-Square) ที่ไม่มีนัยสำคัญ ค่าดัชนีรากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของส่วนที่เหลือของการประมาณค่า (root mean square error of approximation: RMSEA) ที่มีค่าต่ำกว่า 0.05 และค่ารากของค่าเฉลี่ยกำลังสองของความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน (standardized root mean square residual) ที่มีค่าต่ำกว่า 0.08

4.1. ความเที่ยง (reliability)

ภายหลังการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือจากผู้ทรงคุณวุฒิในด้านความตรงเชิงเนื้อหา โครงการดำเนินการปรับปรุงเครื่องมือตามการแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ และนำไปเก็บรวบรวมข้อมูลกับนักเรียนในระดับชั้น

ประถมศึกษาปีที่ 1 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 474 คน โดยโครงการสุ่มข้อมูลเพื่อวิเคราะห์คุณภาพของเครื่องมือในด้านความเที่ยงจำนวน 40 คน และนำข้อมูลไปวิเคราะห์ค่าความเที่ยง (reliability) โดยใช้วิธีประมาณค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) โดยใช้เกณฑ์สำหรับพิจารณาค่าความเที่ยงที่เหมาะสม เมื่อข้อคำถามดังกล่าวมีค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาคที่มากกว่า .50 ขึ้นไป (ศิริชัย กาญจนวาสี, 2556)

ผลการตรวจสอบความเที่ยงของแบบวัดระดับความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา ดังที่แสดงข้อมูลในตาราง 3.3 พบว่า ในระดับความสุขในภาพรวมมีค่าความเที่ยง คือ .739 ซึ่งแสดงให้เห็นว่าเครื่องมือมีความเที่ยงอยู่ในเกณฑ์ระดับสูง ในส่วนของระดับความสุขจากอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบมีค่าความเที่ยง คือ .730 และ .743 ตามลำดับ จึงแสดงให้เห็นว่าเครื่องมือมีความเที่ยงอยู่ในเกณฑ์ระดับสูง

ตาราง 3.3 ผลการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือด้านความเที่ยง

องค์ประกอบ	จำนวนข้อ	Cronbach's Alpha
1. ระดับความสุขในภาพรวม		
1.1 ความสุขในภาพรวม	4	.739
2. ระดับความสุขจากอารมณ์		
2.1 อารมณ์เชิงบวก	7	.730
2.2 อารมณ์เชิงลบ	7	.743

4.2. ความตรงเชิงโครงสร้าง

โครงการฯ นำข้อมูลจากตัวอย่างนักเรียนที่เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 434 คน ซึ่งเป็นจำนวนที่มีความเหมาะสมต่อการนำไปวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน จากการวิเคราะห์จำนวนตัวอย่างโดยวิธีของ Soper (2019) ที่ใช้สำหรับการวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยัน โดยกำหนดค่า Effect Size คือ 0.5 Desired Statistical Power Level คือ 0.8 จำนวนตัวแปรแฝง คือ 2 จำนวนตัวแปรสังเกตได้ คือ 14 ปรากฏขนาดตัวอย่างเป็นจำนวนอย่างน้อย 400 คน

ทั้งนี้ ผู้วิจัยวิเคราะห์ความตรงเชิงโครงสร้าง (construct validity) โดยใช้การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันอันดับที่หนึ่ง จำแนกเป็นโมเดลการวัดอารมณ์เชิงบวก และโมเดลการวัดอารมณ์เชิงลบ มีรายละเอียดของแต่ละโมเดลการวัดดังนี้

4.3. โมเดลการวัดอารมณ์เชิงบวก

ผลการวิเคราะห์ พบว่า โมเดลการวัดอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีความตรงเชิงโครงสร้าง โดยเมตริกซ์ความแปรปรวน-ความแปรปรวนร่วมของข้อมูลเชิงประจักษ์สอดคล้องกับทฤษฎี ($\chi^2(13, N=434)= 20.890, p=.075, RMSEA=0.037, SRMR=0.027$) สำหรับน้ำหนักองค์ประกอบมีค่าที่ใกล้เคียงกัน และมีค่าแตกต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยใน

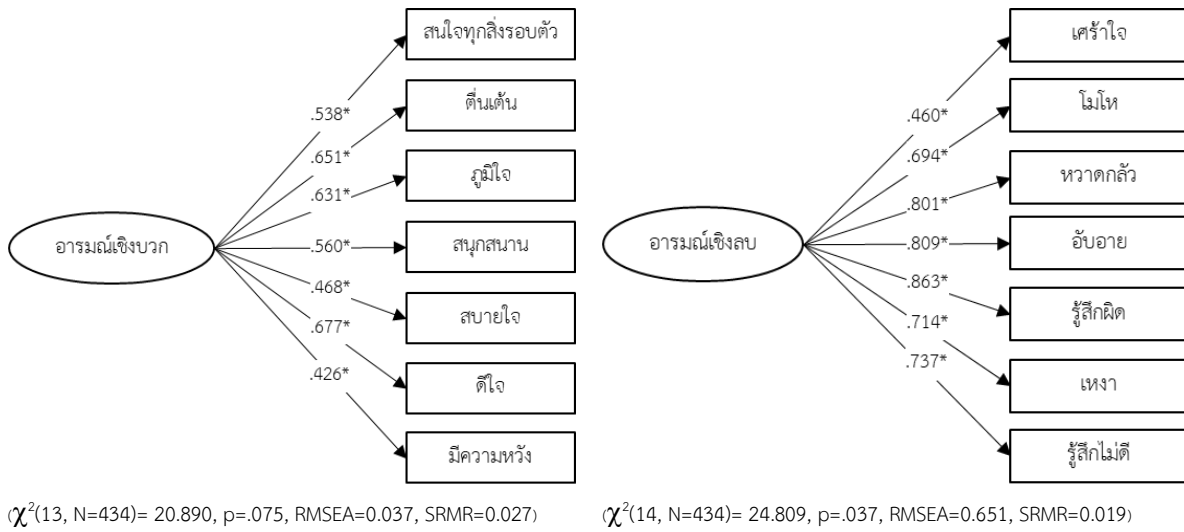
ด้านความรู้สึกดีใจมีน้ำหนักองค์ประกอบสูงสุด (B=.677) รองลงมาได้แก่ ความรู้สึกตื่นเต้น (B=.651) ความรู้สึกภูมิใจ (B=.631) ความรู้สึกสนุกสนาน (B=.560) ความรู้สึกสนใจทุกสิ่งรอบตัว (B=.538) ความรู้สึกสบายใจ (B=.468) และความรู้สึกมีความหวัง (B=.426) ตามลำดับ โดยแต่ละองค์ประกอบมีความผันแปรร่วมกับอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนอยู่ระหว่าง .182 - .459 รายละเอียดดังตาราง 3.4 และรูปภาพ 3.2

4.4. โมเดลการวัดอารมณ์เชิงลบ

ผลการวิเคราะห์ พบว่า โมเดลการวัดอารมณ์เชิงลบของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีความตรงเชิงโครงสร้าง โดยเมตริกซ์ความแปรปรวน-ความแปรปรวนร่วมของข้อมูลเชิงประจักษ์สอดคล้องกับทฤษฎี ($\chi^2(14, N=434)= 24.809, p=.037, RMSEA=0.651, SRMR=0.019$) สำหรับน้ำหนักองค์ประกอบมีค่าแตกต่างจากศูนย์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยในด้านความรู้สึกผิดมีน้ำหนักองค์ประกอบสูงสุด (B=.863) รองลงมาได้แก่ ความรู้สึกอับอาย (B=.809) ความรู้สึกหวาดกลัว (B=.801) ความรู้สึกไม่ดี (B=.737) ความรู้สึกเหงา (B=.714) ความรู้สึกโมโห (B=.694) และความรู้สึกเศร้าใจ (B=.460) ตามลำดับ โดยแต่ละองค์ประกอบมีความผันแปรร่วมกับอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนอยู่ระหว่าง .182 - .459 รายละเอียดดังตาราง 3.4 และรูปภาพ 3.2

ตาราง 3.4 ผลการวิเคราะห์ความตรงเชิงโครงสร้างของโมเดลการวัดอารมณ์เชิงบวกและเชิงลบของนักเรียน

องค์ประกอบ	B	SE	t	R ²
อารมณ์เชิงบวก				
สนใจทุกสิ่งรอบตัว	0.538	0.041	13.006*	0.289
ตื่นเต้น	0.651	0.036	18.135*	0.424
ภูมิใจ	0.631	0.037	17.119*	0.398
สนุกสนาน	0.560	0.041	13.610*	0.313
สบายใจ	0.468	0.044	10.589*	0.219
ดีใจ	0.677	0.035	19.615*	0.459
มีความหวัง	0.426	0.047	9.003*	0.182
$(\chi^2(13, N=434)= 20.890, p=.075, RMSEA=0.037, SRMR=0.027)$				
อารมณ์เชิงลบ				
เศร้าใจ	0.460	0.037	12.326*	0.211
โมโห	0.694	0.022	31.032*	0.481
หวาดกลัว	0.801	0.023	35.177*	0.641
อับอาย	0.809	0.020	40.728*	0.654
รู้สึกผิด	0.863	0.018	47.860*	0.744
เหงา	0.714	0.021	33.869*	0.509
รู้สึกไม่ดี	0.737	0.025	29.956*	0.543
$(\chi^2(14, N=434)= 24.809, p=.037, RMSEA=0.651, SRMR=0.019)$				



รูปภาพ 3.2 การวิเคราะห์องค์ประกอบเชิงยืนยันของโมเดลการวัดอารมณ์เชิงบวก และโมเดลการวัดอารมณ์เชิงลบ

4.5. การวิเคราะห์ข้อมูลเพื่อตอบวัตถุประสงค์โครงการ

การวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความสุขและปัจจัยที่มีผลต่อการมีความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน โดยมีเกณฑ์การแปลความหมายค่าเฉลี่ยของตัวแปรปัจจัยที่มีผลต่อการมีความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน ดังตาราง 3.5

ตาราง 3.5 เกณฑ์การแปลความหมายของระดับความสุขของและปัจจัยที่มีผลต่อการมีความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน

ระดับคะแนน	ความหมาย
1.00 - 1.67	ตัวแปรนั้นๆ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับน้อยที่สุด
1.68 - 2.34	ตัวแปรนั้นๆ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง
2.35 - 3.00	ตัวแปรนั้นๆ มีค่าเฉลี่ยอยู่ในระดับมากที่สุด

การวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนของข้อมูลอารมณ์เชิงบวก และอารมณ์เชิงลบของนักเรียนตามปัจจัยที่มีผลต่อการมีความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน โดยมีเกณฑ์การแปลความหมายค่าเฉลี่ยของข้อมูลอารมณ์เชิงบวก และอารมณ์เชิงลบของนักเรียน ดังตาราง 3.6

ตาราง 3.6 เกณฑ์การแปลความหมายของข้อมูลอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบของเด็กไทยในวัยเรียน

ระดับคะแนน	ความหมาย
1.00 - 1.67	นักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวก/อารมณ์เชิงลบ เฉลี่ยในระดับน้อยที่สุด
1.68 - 2.34	นักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวก/อารมณ์เชิงลบ เฉลี่ยในระดับปานกลาง
2.35 - 3.00	นักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวก/อารมณ์เชิงลบ เฉลี่ยในระดับมากที่สุด

การวิเคราะห์เปรียบเทียบค่าเฉลี่ยความสุขโดยทั่วไปของนักเรียนตามเพศของนักเรียน ภูมิภาค ระดับการศึกษา ที่ตั้งของสถานศึกษา สังกัดของสถานศึกษา ความสมบูรณ์ของครอบครัว การเล่นของนักเรียนที่บ้าน และโรงเรียน กิจกรรมประจำวันของนักเรียนขณะอยู่ที่บ้านและโรงเรียน และบุคคลที่ทำให้นักเรียนมีความสุข โดยการเปรียบเทียบค่าเฉลี่ยระหว่างกลุ่มที่เป็นอิสระจากกัน (independent sample t-test) และการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA)

บทที่ 4 ผลการศึกษา

โครงการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความสุขและปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน ตลอดจนสถานการณ์การทำกิจกรรมการเล่นของเด็กไทยในวัยเรียน และเพื่อพัฒนาชุดความรู้และสื่อเผยแพร่ประชาสัมพันธ์สำหรับการขับเคลื่อนการยกระดับความสุขให้กับเด็กไทยในวัยเรียน ด้วยวิธีดำเนินการศึกษาของโครงการทำให้ได้มาซึ่งผลการศึกษาที่ตอบสนองตามวัตถุประสงค์ข้างต้น ผลการศึกษาทั้งหมดของโครงการจึงสามารถถูกนำเสนอตามโครงสร้างดังต่อไปนี้

1. ผลการศึกษาระดับความสุขและปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน
 - 1.1. ผลการศึกษาสภาพปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน
 - 1.2. ผลการศึกษาการเปรียบเทียบระดับความสุขของเด็กไทยในวัยเรียนกลุ่มต่างๆ ที่จำแนกตามปัจจัยที่มีผลต่อความสุข
 - 1.3. ผลการศึกษารูปแบบกิจวัตรประจำวันของเด็กไทยในวัยเรียนในวันที่มาโรงเรียน
 - 1.4. ผลการศึกษารูปแบบการเรียนรู้พิเศษเชิงวิชาการของเด็กไทยในวัยเรียน
 - 1.5. ผลการศึกษารูปแบบพฤติกรรมการรับประทานอาหารเข้าของเด็กไทยในวัยเรียน
2. ผลการศึกษาสถานการณ์การทำกิจกรรมการเล่นของเด็กไทยในวัยเรียน
 - 2.1. ผลการศึกษาสภาพการทำกิจกรรมการเล่นของเด็กไทยในวัยเรียน
 - 2.2. ผลการศึกษารูปแบบการทำกิจกรรมการเล่นของเด็กไทยในวัยเรียน
 - 2.3. ผลการศึกษาช่วงระยะเวลาในการทำกิจกรรมการเล่นของเด็กไทยในวัยเรียน
3. ผลการสังเคราะห์ชุดความรู้ที่เกี่ยวข้องเพื่อยกระดับความสุขให้กับเด็กไทยในวัยเรียน
 - 3.1. ปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน
 - 3.2. บทบาทของผู้ปกครองในการสร้างความสุขให้เด็กไทยในวัยเรียน
 - 3.3. บทบาทของครูในการสร้างความสุขให้เด็กไทยในวัยเรียน

ตอนที่ 1 ผลการศึกษาระดับความสุขและปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน

ผลการศึกษาระดับความสุขและปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน ตลอดจนสภาพการปฏิบัติกิจกรรมที่เป็นส่วนหนึ่งของกิจวัตรประจำวันที่มีผลต่อระดับความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน ประกอบด้วยการนำเสนอผลการศึกษา 5 หัวเรื่อง ได้แก่ (1) สภาพปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของเด็กไทยในวัยเรียนกลุ่มต่างๆ (2) การเปรียบเทียบระดับความสุขของเด็กไทยในวัยเรียนที่จำแนกตามปัจจัยที่มีผลต่อความสุข (3) รูปแบบกิจวัตรประจำวันของเด็กไทยในวัยเรียนในวันที่มาโรงเรียน (4) รูปแบบการเรียนรู้พิเศษเชิงวิชาการของเด็กไทยในวัยเรียน และ (5) รูปแบบพฤติกรรมการรับประทานอาหารเข้าของเด็กไทยในวัยเรียน ซึ่งรายละเอียดของผลการศึกษาทั้ง 5 หัวเรื่อง มีดังต่อไปนี้

1.1. ผลการศึกษาสภาพปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน

ผลการศึกษาสภาพปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของเด็กไทยในวัยเรียนเป็นข้อมูลเชิงปริมาณที่แสดงจำนวนเด็กไทยในวัยเรียนที่ปรากฏในปัจจัยต่างๆ ที่มีผลต่อความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน เช่น ข้อมูลพื้นฐาน กิจกรรมประจำวัน และปัจจัยเชิงบุคคลที่มีผลต่อความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน โดยการนำเสนอผลการศึกษาสภาพปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของเด็กไทยในวัยเรียนนี้ประกอบด้วย (1) ผลการศึกษาสภาพปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของเด็กประถมศึกษาทั้งหมด (2) ผลการศึกษาสภาพปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 (3) ผลการศึกษาสภาพปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของนักเรียนประถมศึกษาที่อยู่ในพื้นที่ในเมืองและนักเรียนที่อยู่ในพื้นที่นอกเมือง และ (4) ผลการศึกษาสภาพปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของนักเรียนที่อยู่โรงเรียนรัฐบาลและนักเรียนที่อยู่โรงเรียนเอกชน

1.1.1. ผลการศึกษาสภาพปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของเด็กประถมศึกษาทั้งหมด

จำนวนและร้อยละของเด็กประถมศึกษาทั้งหมด ($n = 3,282$) ตามปัจจัยต่างๆ ที่มีผลต่อความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน ในแง่ของข้อมูลพื้นฐาน เมื่อพิจารณาตามภูมิภาคที่เด็กไทยในวัยเรียนอาศัยอยู่ พบว่าส่วนใหญ่มาจากภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (ร้อยละ 16.09) ภาคตะวันตก (ร้อยละ 16.00) ภาคเหนือ (ร้อยละ 15.66) ภาคกลาง (ร้อยละ 15.42) กรุงเทพฯ และปริมณฑล (ร้อยละ 14.47) ภาคตะวันออก (ร้อยละ 12.43) และภาคใต้ (ร้อยละ 9.93) ส่วนใหญ่เป็นนักเรียนที่อยู่ในพื้นที่ในเมือง (ร้อยละ 50.58) มากกว่าโรงเรียนที่ตั้งอยู่นอกเมือง (ร้อยละ 49.42) โดยส่วนใหญ่โรงเรียนของนักเรียนเป็นโรงเรียนที่สังกัดเอกชน (ร้อยละ 55.88) มากกว่าโรงเรียนที่สังกัด สพฐ. (ร้อยละ 44.12) และนักเรียนส่วนมากเรียนอยู่ในระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 51.86) มากกว่าระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (48.14) รายละเอียดดังตาราง 4.1

ตาราง 4.1 จำนวนและร้อยละของนักเรียนประถมศึกษาโดยภาพรวมตามข้อมูลของสถานศึกษา

ข้อมูลของสถานศึกษา	รวม	
	n	ร้อยละ
1. ภูมิภาค		
กรุงเทพฯ และปริมณฑล	475	14.47
ภาคกลาง	506	15.42
ภาคเหนือ	514	15.66
ภาคใต้	326	9.93
ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	528	16.09
ภาคตะวันออก	408	12.43
ภาคตะวันตก	525	16.00
2. ที่ตั้งของสถานศึกษา		
ในเมือง	1660	50.58
นอกเมือง	1622	49.42
3. สังกัดของสถานศึกษา		
สพฐ.	1448	44.12
เอกชน	1834	55.88

ข้อมูลของสถานศึกษา	รวม	
	n	ร้อยละ
4. ระดับการศึกษา		
ประถมศึกษาปีที่ 1	1580	48.14
ประถมศึกษาปีที่ 6	1702	51.86
รวม	3282	100.00

การศึกษาข้อมูลทั่วไปของตัวอย่างนักเรียนโดยภาพรวม พบว่า ตัวอย่างของนักเรียนโดยส่วนใหญ่เป็นนักเรียนเพศหญิง (ร้อยละ 52.96) มากกว่านักเรียนเพศชาย (ร้อยละ 47.04) โดยมากที่สุดนักเรียนเป็นลูกคนโตในลำดับพี่น้องในครอบครัว (ร้อยละ 29.65) รองลงมาเป็นลูกคนเล็ก (ร้อยละ 28.79) หรือลูกคนเดียว (ร้อยละ 28.70) และมีนักเรียนบางส่วนเป็นลูกคนกลาง (ร้อยละ 12.86) ซึ่งภายในบ้านของนักเรียน โดยส่วนมากแล้วนักเรียนได้พักอาศัยร่วมกับทั้งพ่อและแม่ของนักเรียน (ร้อยละ 72.39) รองลงมาคือ นักเรียนได้อาศัยอยู่กับแม่ (ร้อยละ 10.42) ขณะที่เป็นส่วนน้อยที่นักเรียนได้อาศัยอยู่กับพ่อ (ร้อยละ 4.05) และนักเรียนบางส่วนได้อาศัยอยู่กับปู่ย่า หรือตายาย (ร้อยละ 10.18) ทั้งนี้ ได้มีนักเรียนส่วนหนึ่งได้อาศัยกับบุคคลอื่นที่ไม่ใช่บุคคลอื่น (ร้อยละ 2.96) โดยเมื่อนักเรียนอยู่ที่บ้านนักเรียนได้ช่วยเหลืองานที่บ้านมากที่สุดเป็นสามอันดับแรก คือ การทำงานบ้าน (ร้อยละ 81.20) รองลงมาคือ การดูแลสมาชิกในครอบครัว (ร้อยละ 27.73) และการค้าขาย (ร้อยละ 17.78) ทั้งนี้มีนักเรียนเป็นบางส่วนที่ไม่ได้ทำงานช่วยเหลือที่บ้าน (ร้อยละ 13.87)

ในส่วนที่บ้านที่นักเรียนอาศัยอยู่ส่วนใหญ่เป็นบ้านของพ่อและแม่ของนักเรียน (ร้อยละ 81.44) ในทางกลับกันบ้านที่นักเรียนอาศัยอยู่เป็นของบุคคลอื่น (ร้อยละ 18.56) ซึ่งบ้านที่นักเรียนได้พักอาศัยโดยส่วนมากมีสนามหญ้า หรือสนามเด็กเล่นภายในบริเวณบ้าน (ร้อยละ 59.51) และส่วนใหญ่แล้วนักเรียนมีเพื่อนเล่นด้วยที่บ้าน (ร้อยละ 77.76) โดยส่วนมากนักเรียนมีของเล่นเป็นของตนเอง (ร้อยละ 87.87) และมีนักเรียนเป็นส่วนน้อยที่มีพี่เลี้ยงดูแล (ร้อยละ 14.08)

สำหรับเป้าหมายในการเรียนของนักเรียน พบว่า นักเรียนโดยส่วนมากมีเป้าหมายในการเรียนสูงสุดคือการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย (ร้อยละ 74.01) โดยที่รองลงมานักเรียนยังไม่มีเป้าหมายสำหรับการเรียนของนักเรียน (ร้อยละ 11.58) นอกจากนี้มีนักเรียนบางส่วนที่มีเป้าหมายการเรียนคือระดับมัธยมศึกษาตอนต้น (ร้อยละ 9.57) หรือประถมศึกษา (ร้อยละ 4.84) โดยที่ขณะไปโรงเรียน นักเรียนส่วนใหญ่ได้รับเงินไปโรงเรียน 21-60 บาท (ร้อยละ 63.01) รองลงมาคือน้อยกว่า 20 บาท (ร้อยละ 24.28) และมากกว่า 60 บาท (ร้อยละ 12.71) และในแต่ละวันของนักเรียน นักเรียนส่วนใหญ่ได้รับประทานอาหารอิมทั้ง 3 มื้อ (ร้อยละ 83.73) ในทางกลับกันมีนักเรียนเป็นส่วนน้อยที่รับประทานไม่อิมทั้ง 3 มื้อ (ร้อยละ 16.27) รายละเอียดดังตาราง 4.2

ตาราง 4.2 จำนวนและร้อยละของนักเรียนประถมศึกษาโดยภาพรวมตามข้อมูลทั่วไปของนักเรียน

ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน	รวม		ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน	รวม	
	n	ร้อยละ		n	ร้อยละ
1. เพศ			7. การทำงานบ้าน		
ชาย	1544	47.04	ไม่ทำงานบ้าน	450	13.87
หญิง	1738	52.96	การทำงานบ้าน	2635	81.20
รวม	3282	100.00	การค้าขาย	577	17.78
2. ลำดับพี่น้องในครอบครัว			การทำไร่ทำสวน	313	9.65
ลูกคนเดียว	942	28.70	การดูแลสมาชิกในครอบครัว	900	27.73
ลูกคนโต	973	29.65	การรับจ้างทั่วไป	88	2.71
ลูกคนกลาง	422	12.86	รวม	3245	100.00
ลูกคนเล็ก	945	28.79	8. การมีที่เลี้ยง		
รวม	3282	100.00	มี	462	14.08
3. การพักอาศัย			ไม่มี	2820	85.92
พ่อแม่	2376	72.39	รวม	3282	100.00
พ่อ	133	4.05	9. การมีของเล่นเป็นของตัวเอง		
แม่	342	10.42	มี	2884	87.87
ปู่ย่า/ตายาย	334	10.18	ไม่มี	398	12.13
บุคคลคนอื่น	97	2.96	รวม	3282	100.00
รวม	3282	100.00	10. เป้าหมายในการเรียน		
4. เจ้าของบ้าน			ประถมศึกษา	159	4.84
พ่อแม่	2673	81.44	มัธยมศึกษาตอนต้น	314	9.57
บุคคลอื่น	609	18.56	มัธยมศึกษาตอนปลาย	2429	74.01
รวม	3282	100.00	ยังไม่มีเป้าหมายในการเรียน	380	11.58
5. การมีสนามหญ้า/สนามเด็กเล่นบริเวณบ้าน			รวม	3282	100.00
มี	1953	59.51	11. จำนวนเงินไปโรงเรียน		
ไม่มี	1329	40.49	น้อยกว่า 20 บาท	797	24.28
รวม	3282	100.00	21-60 บาท	2068	63.01
6. การมีคนเล่นด้วยที่บ้าน			มากกว่า 60 บาท	417	12.71
มี	2552	77.76	รวม	3282	100.00
ไม่มี	730	22.24	12. ความอึดในการรับประทานแต่ละมื้อ		
รวม	3282	100.00	รับประทานอาหารไม่อึดทั้ง 3 มื้อ	534	16.27
			รับประทานอาหารอึดทั้ง 3 มื้อ	2748	83.73
			รวม	3282	100.00

การศึกษากิจวัตรประจำวันของนักเรียนโดยภาพรวม พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่เข้านอนระหว่าง 20.00 – 22.00 น. (ร้อยละ 54.39) รองลงมานักเรียนได้เข้านอนก่อน 20.00 น. (ร้อยละ 34.95) ขณะที่นักเรียนเป็น

ส่วนน้อยที่เข้านอนหลังจาก 22.00 น. (ร้อยละ 10.66) ซึ่งนักเรียนส่วนใหญ่มีเวลาสำหรับการพักผ่อนที่เพียงพอ (ร้อยละ 74.59) ในทางกลับกันมีนักเรียนส่วนหนึ่งที่มีเวลาพักผ่อนไม่เพียงพอ (ร้อยละ 25.41) โดยที่ส่วนใหญ่แล้วนักเรียนมักจะตื่นเช้า (ร้อยละ 92.35) และมีนักเรียนเป็นส่วนน้อยที่จะตื่นสาย (ร้อยละ 7.65) เป็นผลให้นักเรียนส่วนมากมาถึงโรงเรียนก่อนกิจกรรมหน้าเสาธง (ร้อยละ 79.89) ขณะที่นักเรียนส่วนหนึ่งมาถึงโรงเรียนระหว่างกิจกรรมหน้าเสาธง (ร้อยละ 18.07) และนักเรียนส่วนน้อยที่มาถึงโรงเรียนหลังกิจกรรมหน้าเสาธง (ร้อยละ 2.04)

สำหรับการเดินทางไปโรงเรียนของนักเรียน พบว่า ในแต่ละวันนักเรียนส่วนใหญ่ใช้เวลาเดินทางไปโรงเรียนน้อยกว่า 15 นาที (ร้อยละ 57.01) รองลงมานักเรียนใช้เวลาเดินทางไปโรงเรียน 15-60 นาที (ร้อยละ 38.18) และมากกว่า 60 นาที (ร้อยละ 4.81) ตามลำดับ โดยที่ส่วนมากแล้วผู้ปกครองเป็นผู้ที่ส่งนักเรียนไปโรงเรียน (ร้อยละ 74.75) รองลงมาคือเป็นบุคคลอื่นที่ส่งนักเรียนไปโรงเรียน (ร้อยละ 26.18) และเป็นส่วนน้อยที่นักเรียนเดินทางไปโรงเรียนด้วยนักเรียนเอง (ร้อยละ 7.25) ซึ่งตัวอย่างนักเรียนได้เดินทางไปโรงเรียนในหลายๆ แนวทาง โดยสามอันดับแรกคือ การเดินทางโดยรถมอเตอร์ไซด์ (ร้อยละ 35.69) รองลงมาคือ รถส่วนบุคคล (ร้อยละ 49.46) และรถโรงเรียน (ร้อยละ 15.36) ตามลำดับ

ในส่วนของกิจวัตรประจำวันของนักเรียนในโรงเรียนโดยภาพรวม พบว่า ในช่วงเที่ยงนักเรียนโดยส่วนมากมีเวลาสำหรับการรับประทานอาหารน้อยกว่า 15 นาที (74.98) และมีนักเรียนเป็นบางส่วนที่รับประทานอาหารมากกว่า 15 นาที (ร้อยละ 25.02) สำหรับการเล่นของนักเรียนในแต่ละช่วงขณะอยู่โรงเรียน พบว่า ในช่วงเช้านักเรียนส่วนใหญ่มีเวลาสำหรับการเล่นน้อยกว่า 30 นาที (ร้อยละ 57.01) ขณะที่นักเรียนบางส่วนที่ได้เล่นในช่วงเช้ามักกว่า 30 นาที (ร้อยละ 25.17) และไม่ได้เล่นในช่วงเช้า (ร้อยละ 17.82) สำหรับการเล่นของนักเรียนในช่วงเที่ยง พบว่านักเรียนส่วนใหญ่ได้เล่นมากกว่า 30 นาที (ร้อยละ 54.75) ขณะที่นักเรียนบางส่วนได้เล่นในช่วงเที่ยงน้อยกว่า 30 นาที (ร้อยละ 40.40) และไม่ได้เล่นในช่วงเที่ยง (ร้อยละ 4.84) ในส่วนของการเล่นของนักเรียนหลังเลิกเรียน พบว่านักเรียนได้เล่นมากกว่า 30 นาทีมากที่สุด (ร้อยละ 48.60) ขณะที่นักเรียนบางส่วนที่ได้เล่นหลังเลิกเรียนน้อยกว่า 30 นาที (ร้อยละ 36.93) และไม่ได้เล่นหลังเลิกเรียน (ร้อยละ 14.47) และในแต่ละวันนักเรียนส่วนใหญ่เรียนน้อยกว่า 6 ชั่วโมง (ร้อยละ 64.72) และมีนักเรียนส่วนหนึ่งที่เรียนมากกว่า 6 ชั่วโมง (ร้อยละ 35.28)

กิจวัตรประจำวันของนักเรียนหลังเลิกเรียน พบว่า กิจกรรมของนักเรียนหลังจากเลิกเรียนในแต่ละวันมีทั้งการเรียนพิเศษ หรือการทำกิจกรรมต่างๆ ที่หลากหลาย และใช้เวลาสำหรับการเรียนกิจกรรมต่างๆ ที่แตกต่างกัน สำหรับการเรียนพิเศษหลังเลิกเรียนของนักเรียน นักเรียนเรียนพิเศษเป็นเวลา 1-2 ชั่วโมงมากที่สุด (ร้อยละ 26.60) รองลงมาคือ นักเรียนใช้เวลาสำหรับการเรียนพิเศษน้อยกว่า 1 ชั่วโมง (ร้อยละ 23.86) และมากกว่า 2 ชั่วโมง (ร้อยละ 5.24) ตามลำดับ ในทางตรงกันข้ามนักเรียนมีไม่ได้เรียนพิเศษหลังจากเลิกเรียนมากที่สุด (ร้อยละ 44.30) สำหรับนักเรียนที่เรียนพิเศษหลังเลิกเรียน วิชาที่นักเรียนมักจะเรียนเป็นสามอันดับแรกคือ วิชาคณิตศาสตร์ (ร้อยละ 67.90) วิชาภาษาไทย (ร้อยละ 59.02) และวิชาภาษาอังกฤษ (ร้อยละ 54.50) ในส่วนของการเรียนกิจกรรมหลังเลิกเรียน โดยส่วนมากนักเรียนใช้เวลาสำหรับการเรียนกิจกรรม 1-2 ชั่วโมง (ร้อยละ 19.04) รองลงมาคือ นักเรียนใช้เวลาสำหรับการเรียนน้อยกว่า 1 ชั่วโมง (ร้อยละ 16.58) และ

มากกว่า 2 ชั่วโมง (ร้อยละ 3.60) ตามลำดับ และในทางตรงกันข้ามนักเรียนไม่ได้เรียนกิจกรรมหลังจากเลิกเรียนมากที่สุด (ร้อยละ 60.79) สำหรับนักเรียนที่เรียนกิจกรรมหลังเลิกเรียน มีกิจกรรมที่นักเรียนมักจะเรียนมากที่สุดเป็น 3 อันดับแรก คือ กีฬา (ร้อยละ 51.59) ดนตรี (ร้อยละ 36.36) และศิลปะ (ร้อยละ 36.04)

นอกจากการเรียนแล้ว นักเรียนได้ทำกิจกรรมต่างๆ หลังเลิกเรียน โดยการช่วยเหลืองานของครอบครัว ซึ่งนักเรียนส่วนมากได้ช่วยงานของครอบครัวน้อยกว่า 1 ชั่วโมง (ร้อยละ 61.82) รองลงมาคือ 1-2 ชั่วโมง (ร้อยละ 25.11) และมากกว่า 2 ชั่วโมง (ร้อยละ 7.04) ตามลำดับ ในทางตรงกันข้ามมีนักเรียนเป็นส่วนน้อยที่ไม่ได้ช่วยเหลืองานของครอบครัว (ร้อยละ 6.03) สำหรับการทำการบ้านหลังเลิกเรียน นักเรียนส่วนใหญ่ใช้เวลาสำหรับการทำการบ้านน้อยกว่า 1 ชั่วโมง (ร้อยละ 52.13) รองลงมาคือ 1-2 ชั่วโมง (ร้อยละ 37.02) และมากกว่า 2 ชั่วโมง (ร้อยละ 5.82) และในทางตรงกันข้ามมีนักเรียนเป็นส่วนน้อยที่ไม่ได้ทำการบ้านหลังเลิกเรียน (ร้อยละ 5.03) ทั้งนี้ นักเรียนได้เล่นหลังเลิกเรียนที่บ้านเป็นเวลา 1-2 ชั่วโมงมากที่สุด (ร้อยละ 35.19) รองลงมาคือ น้อยกว่า 1 ชั่วโมง (ร้อยละ 34.03) และมากกว่า 2 ชั่วโมง (ร้อยละ 24.47) และมีนักเรียนเป็นส่วนน้อยที่ไม่เล่นหลังเลิกเรียนขณะอยู่ที่บ้าน (ร้อยละ 6.31) รายละเอียดดังตาราง 4.3

ตาราง 4.3 จำนวนและร้อยละของนักเรียนประถมศึกษาโดยภาพรวมตามกิจวัตรประจำวันของนักเรียน

ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน	รวม		ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน	รวม	
	n	ร้อยละ		n	ร้อยละ
1. เวลาเข้านอนของนักเรียน			11. เวลาสำหรับการเล่นที่โรงเรียนหลังเลิกเรียน		
ก่อน 20.00 น.	1147	34.95	น้อยกว่า 30 นาที	1212	36.93
20.00 น. – 22.00 น.	1785	54.39	มากกว่า 30 นาที	1595	48.60
หลัง 22.00 น.	350	10.66	ไม่ได้เล่น	475	14.47
รวม	3282	100.00	รวม	3282	100.00
2. เวลาพักผ่อนที่เพียงพอ			12. ชั่วโมงเรียน		
มี	2448	74.59	น้อยกว่า 6 ชั่วโมง	2124	64.72
ไม่มี	834	25.41	มากกว่า 6 ชั่วโมง	1158	35.28
รวม	3282	100.00	รวม	3282	100.00
3. การตื่นนอน			13. การเรียนพิเศษหลังเลิกเรียน		
ตื่นเช้า	3031	92.35	ไม่ได้เรียนพิเศษ	1454	44.30
ตื่นสาย	251	7.65	น้อยกว่า 1 ชั่วโมง	783	23.86
รวม	3282	100.00	1-2 ชั่วโมง	873	26.60
4. การมาถึงโรงเรียน			มากกว่า 2 ชั่วโมง	172	5.24
ก่อนกิจกรรมหน้าเสาธง	2622	79.89	รวม	3282	100.00
ระหว่างกิจกรรมหน้าเสาธง	593	18.07	14. รายวิชาที่นักเรียนเรียนพิเศษหลังเลิกเรียน		
หลังกิจกรรมหน้าเสาธง	67	2.04	ภาษาไทย	1017	59.02
รวม	3282	100.00	คณิตศาสตร์	1170	67.90
5. เวลาสำหรับการเดินทางไปโรงเรียน			ภาษาอังกฤษ	939	54.50
น้อยกว่า 15 นาที	1871	57.01	วิทยาศาสตร์	683	39.64
15 – 60 นาที	1253	38.18	สังคมศึกษา	309	17.93

ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน	รวม		ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน	รวม	
	n	ร้อยละ		n	ร้อยละ
มากกว่า 60 นาที	158	4.81	รวม	1723	100.00
รวม	3282	100.00	15. การเรียนกิจกรรมหลังเลิกเรียน		
6. บุคคลที่ส่งนักเรียนไปโรงเรียน			ไม่ได้เรียนพิเศษ	1995	60.79
ผู้ปกครอง	2404	74.75	น้อยกว่า 1 ชั่วโมง	544	16.58
บุคคลอื่น	842	26.18	1-2 ชั่วโมง	625	19.04
นักเรียนเดินทางด้วยตัวเอง	233	7.25	มากกว่า 2 ชั่วโมง	118	3.60
รวม	3216	100.00	รวม	3282	100.00
7. การเดินทางไปโรงเรียน			16. กิจกรรมที่นักเรียนเรียนหลังเลิกเรียน		
รถส่วนบุคคล	1559	49.46	ดนตรี	456	36.36
รถโรงเรียน	484	15.36	ศิลปะ	452	36.04
รถรับจ้าง	350	11.10	การแสดง/การเต้น	94	7.50
รถเมล์	43	1.36	กีฬา	647	51.59
รถมอเตอร์ไซด์	1125	35.69	คหกรรม	49	3.91
การเดินทาง	167	5.30	รวม	1254	100.00
อื่นๆ (จักรยาน รถไฟฟ้า รถไฟ)	31	0.98	17. เวลาสำหรับช่วยงานของครอบครัวหลังเลิกเรียน		
รวม	3152	100.00	ไม่ช่วยงานครอบครัว	198	6.03
8. เวลาสำหรับการรับประทานอาหารกลางวัน			น้อยกว่า 1 ชั่วโมง	2029	61.82
น้อยกว่า 15 นาที	2461	74.98	1-2 ชั่วโมง	824	25.11
มากกว่า 15 นาที	821	25.02	มากกว่า 2 ชั่วโมง	231	7.04
รวม	3282	100.00	รวม	3282	100.00
9. เวลาสำหรับการเล่นที่โรงเรียนในช่วงเช้า			18. เวลาสำหรับทำการบ้านหลังเลิกเรียน		
น้อยกว่า 30 นาที	1871	57.01	ไม่ทำการบ้าน	165	5.03
มากกว่า 30 นาที	826	25.17	น้อยกว่า 1 ชั่วโมง	1711	52.13
ไม่ได้เล่น	585	17.82	1-2 ชั่วโมง	1215	37.02
รวม	3282	100.00	มากกว่า 2 ชั่วโมง	191	5.82
10. เวลาสำหรับการเล่นที่โรงเรียนในช่วงเที่ยง			รวม	3282	100.00
น้อยกว่า 30 นาที	1326	40.40	19. เวลาสำหรับเล่นหลังเลิกเรียน		
มากกว่า 30 นาที	1797	54.75	ไม่เล่น	207	6.31
ไม่ได้เล่น	159	4.84	น้อยกว่า 1 ชั่วโมง	1117	34.03
รวม	3282	100.00	1-2 ชั่วโมง	1155	35.19
			มากกว่า 2 ชั่วโมง	803	24.47
			รวม	3282	100.00

การศึกษาข้อมูลของบุคคลที่ทำให้ให้นักเรียนมีความสุข ประกอบด้วยครอบครัว เพื่อน และครูของนักเรียน จากการได้รับความรัก การได้รับการชื่นชม การได้รับความช่วยเหลือเมื่อมีปัญหา การได้รับฟังความ

คิดเห็น การได้รับทัศนคติเชิงลบ และการทะเลาะกับบุคคลรอบตัว ในแง่ของการได้รับความรักจากบุคคลรอบตัวตามการรับรู้ของนักเรียน พบว่า นักเรียนได้รับความรักจากครอบครัว (ร้อยละ 93.73) รองลงมาคือเพื่อน (ร้อยละ 60.63) และครู (ร้อยละ 58.76) ตามลำดับ สำหรับการได้รับการชื่นชมจากบุคคลรอบตัวตามการรับรู้ของนักเรียน พบว่า นักเรียนได้รับการชื่นชมจากครอบครัว (ร้อยละ 84.84) รองลงมาคือครู (ร้อยละ 65.40) และเพื่อน (ร้อยละ 53.00) ในส่วนของการได้รับความช่วยเหลือเมื่อมีปัญหา นักเรียนมักได้รับการช่วยเหลือจากครอบครัว (ร้อยละ 83.36) รองลงมาคือครู (ร้อยละ 60.67) และเพื่อน (ร้อยละ 59.72) ตามลำดับ และการได้รับฟังความคิดเห็นตามการรับรู้ของนักเรียน พบว่านักเรียนได้รับฟังความคิดเห็นจากครอบครัว (ร้อยละ 77.30) รองลงมาคือ เพื่อน (ร้อยละ 63.31) และครู (ร้อยละ 47.87)

ในส่วนของการได้รับทัศนคติเชิงลบตามการรับรู้ของนักเรียน พบว่า นักเรียนโดยส่วนมากได้รับทัศนคติเชิงลบจากเพื่อน (ร้อยละ 85.48) รองลงมาคือ ครอบครัว (ร้อยละ 17.05) และครู (ร้อยละ 12.84) ตามลำดับ และการทะเลาะกับบุคคลรอบตัว พบว่า นักเรียนส่วนมากมักทะเลาะกับเพื่อน (ร้อยละ 90.20) รองลงมาคือ ครอบครัว (ร้อยละ 19.78) และครู (ร้อยละ 3.91) รายละเอียดดังตาราง 4.4

ตาราง 4.4 จำนวนและร้อยละบุคคลที่ทำให้นักเรียนมีความสุขโดยภาพรวม

ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน	รวม		ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน	รวม	
	n	ร้อยละ		n	ร้อยละ
1. การได้รับความรัก			4. การได้รับฟังความคิดเห็น		
ครอบครัว	3064	93.73	ครอบครัว	2503	77.30
เพื่อน	1982	60.63	เพื่อน	2050	63.31
ครู	1921	58.76	ครู	1550	47.87
รวม	3269	100.00	รวม	3238	100.00
2. การได้รับการชื่นชม			5. การได้รับทัศนคติเชิงลบ		
ครอบครัว	2758	84.84	ครอบครัว	477	17.05
เพื่อน	1723	53.00	เพื่อน	2391	85.48
ครู	2126	65.40	ครู	359	12.84
รวม	3251	100.00	รวม	3219	100.00
3. การได้รับความช่วยเหลือเมื่อมีปัญหา			6. การทะเลาะกับบุคคลรอบตัว		
ครอบครัว	2711	83.36	ครอบครัว	571	19.78
เพื่อน	1942	59.72	เพื่อน	2604	90.20
ครู	1973	60.67	ครู	113	3.91
รวม	3278	100.00	รวม	2887	100.00

1.1.2. ผลการศึกษาสภาพปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

การศึกษาข้อมูลของสถานศึกษาจำแนกตามระดับการศึกษาของตัวอย่างนักเรียน พบว่า ตัวอย่างนักเรียนมีการศึกษาอยู่ในระดับประถมศึกษาปีที่ 1 และระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ซึ่งสถานศึกษาของนักเรียนได้กระจายอยู่ตามภูมิภาคต่างๆ ของประเทศไทย โดยนักเรียนในระดับประถมศึกษาปีที่ 1 มีสถานศึกษาอยู่ในภาคกลางมากที่สุด (ร้อยละ 16.14) ขณะที่นักเรียนในระดับประถมศึกษาปีที่ 6 มีสถานศึกษาตั้งอยู่ในภาคเหนือ (ร้อยละ 17.63) และภาคตะวันตก (ร้อยละ 17.63) โดยส่วนใหญ่แล้วสถานศึกษาของนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 ตั้งอยู่นอกเมือง (ร้อยละ 51.46) ขณะที่สถานศึกษาส่วนหนึ่งตั้งอยู่ในเมือง (ร้อยละ 48.54) สำหรับนักเรียนในระดับประถมศึกษาปีที่ 6 สถานศึกษาของนักเรียนโดยส่วนใหญ่ตั้งอยู่ในเมือง (ร้อยละ 52.47) และมีสถานศึกษาส่วนหนึ่งที่ตั้งอยู่นอกเมือง (ร้อยละ 47.53) และสำหรับสังกัดของสถานศึกษาของนักเรียนทั้งนักเรียนในระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 58.35) และนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 53.58) โดยส่วนมากเป็นสถานศึกษาที่สังกัดเอกชน ขณะที่สถานศึกษาของนักเรียนบางส่วนของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 41.65) และนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 46.42) สังกัด สพฐ. รายละเอียดดังตาราง 4.5

ตาราง 4.5 จำนวนและร้อยละของข้อมูลของสถานศึกษาจำแนกตามระดับการศึกษา

ข้อมูลของสถานศึกษา	ระดับการศึกษา			
	ประถมศึกษาปีที่ 1		ประถมศึกษาปีที่ 6	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
1. ภูมิภาค				
กรุงเทพฯ และปริมณฑล	231	14.62	244	14.34
ภาคกลาง	255	16.14	251	14.75
ภาคเหนือ	214	13.54	300	17.63
ภาคใต้	164	10.38	162	9.52
ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	250	15.82	278	16.33
ภาคตะวันออก	241	15.25	167	9.81
ภาคตะวันตก	225	14.24	300	17.63
รวม	1580	100.00	1702	100.00
2. ที่ตั้งของสถานศึกษา				
ในเมือง	767	48.54	893	52.47
นอกเมือง	813	51.46	809	47.53
รวม	1580	100.00	1702	100.00
3. สังกัดของสถานศึกษา				
สพฐ.	658	41.65	790	46.42
เอกชน	922	58.35	912	53.58
รวม	1580	100.00	1702	100.00

นักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 52.59) และนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 53.29) โดยส่วนมากแล้วเป็นเพศชาย ขณะที่นักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 47.41) และนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 46.71) ส่วนหนึ่งเป็นเพศหญิง สำหรับการศึกษาค้นคว้าข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับครอบครัวของนักเรียน พบว่าในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 นักเรียนเป็นลูกคนเดียวของครอบครัวมากที่สุด (ร้อยละ 32.15) รองลงมาคือเป็นลูกคนโต (ร้อยละ 28.54) ลูกคนเล็ก (ร้อยละ 24.75) และลูกคนกลาง (ร้อยละ 14.56) ตามลำดับ ในส่วน of นักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 นักเรียนเป็นลูกคนเล็กของครอบครัวมากที่สุด (ร้อยละ 32.55) รองลงมาคือเป็นลูกคนโต (ร้อยละ 30.67) ลูกคนเดียว (ร้อยละ 25.50) และลูกคนกลาง (ร้อยละ 11.28) ตามลำดับ

ในส่วนของการพักอาศัยของนักเรียน พบว่าโดยส่วนมากนักเรียนมักจะอาศัยอยู่ร่วมกับพ่อและแม่ของนักเรียน ทั้งในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 74.62) และนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 70.33) และมีนักเรียนเป็นส่วนน้อยที่ไม่ได้อาศัยอยู่ร่วมกับพ่อและแม่ของนักเรียน โดยนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 จะอาศัยอยู่ร่วมกับแม่มากที่สุด (ร้อยละ 9.73) ขณะที่นักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 จะอาศัยอยู่กับปู่ย่า หรือตายายมากที่สุด (ร้อยละ 12.16)

บ้านของนักเรียนที่นักเรียนได้อาศัยอยู่ พบว่าส่วนใหญ่แล้วเป็นบ้านของพ่อและแม่ของนักเรียน ทั้งในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 82.72) และนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 80.26) ขณะที่นักเรียนเป็นส่วนน้อยเท่านั้นที่บ้านของนักเรียนที่นักเรียนได้อาศัยอยู่มีบุคคลอื่นเป็นเจ้าของ ซึ่งเป็นทั้งนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 17.28) และนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 19.74)

สำหรับการมีสนามหญ้าหรือสถานเด็กเล่นในบริเวณบ้านของนักเรียน โดยส่วนมากแล้วนักเรียนจะมีสนามหญ้าหรือสถานเด็กเล่นในบริเวณบ้าน ซึ่งพบว่าในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 มีสนามหญ้าหรือสถานเด็กเล่นในบริเวณบ้านของนักเรียน (ร้อยละ 61.39) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 57.76)

ขณะที่นักเรียนเล่นอยู่ที่บ้าน ทั้งนักเรียนในระดับประถมศึกษาปีที่ 1 และนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ส่วนใหญ่แล้วต่างมีคนเล่นด้วยที่บ้าน ซึ่งเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 ที่มีคนเล่นด้วยที่บ้าน (ร้อยละ 82.03) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 73.80)

ในส่วนของการทำงานที่บ้านหรือการช่วยเหลืองานภายในครอบครัวของนักเรียน พบว่า นักเรียนมักจะช่วยเหลืองานภายในครอบครัว โดยส่วนใหญ่เป็นการทำงานบ้าน ซึ่งนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 จะทำงานบ้าน (ร้อยละ 88.52) มากกว่านักเรียนในระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 73.25) นอกจากนี้ นักเรียนยังได้ช่วยเหลืองานอื่นๆ ของครอบครัว สำหรับนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 1 นักเรียนได้ช่วยดูแลสมาชิกในครอบครัว (ร้อยละ 21.67) รองลงมาคือ การค้าขาย (ร้อยละ 14.53) การทำการเกษตร (ร้อยละ 9.13) และการรับจ้างทั่วไป (ร้อยละ 3.22) ตามลำดับ เช่นเดียวกับนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 นักเรียนได้ช่วยดูแลสมาชิกในครอบครัว (ร้อยละ 33.31) รองลงมาคือ การค้าขาย (ร้อยละ 20.77) การทำการเกษตร (ร้อยละ 10.12) และการรับจ้างทั่วไป (ร้อยละ 2.25) ตามลำดับ

สำหรับการเล่นของเล่นของนักเรียนที่บ้าน พบว่านักเรียนส่วนใหญ่ต่างมีของเล่นเป็นของตนเอง โดยที่นักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 มีของเล่นเป็นของตัวเอง (ร้อยละ 90.06) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 85.84)

ขณะอยู่ที่บ้าน นอกจากการได้รับการดูแลจากบุคคลในครอบครัวแล้ว นักเรียนยังได้รับการดูแลจากพี่เลี้ยง โดยที่นักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 มีพี่เลี้ยงดูแล (ร้อยละ 22.34) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 6.40) ในทางกลับกันนักเรียนโดยส่วนใหญ่ไม่มีพี่เลี้ยงในการดูแล ซึ่งเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 93.60) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 77.66)

สำหรับการเรียนของนักเรียน พบว่านักเรียนส่วนใหญ่มีเป้าหมายในการเรียนคือ ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 มีเป้าหมายในการเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย (ร้อยละ 78.50) มากกว่านักเรียนในระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 69.18) ในทางตรงกันข้ามมีนักเรียนส่วนหนึ่งที่ยังไม่มีเป้าหมายสำหรับในการเรียน ซึ่งเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 ที่ยังไม่มีเป้าหมายในการเรียน (ร้อยละ 12.59) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 10.63)

ในการไปโรงเรียนในแต่ละวัน นักเรียนได้รับเงินไปโรงเรียนโดยส่วนมากอยู่ระหว่าง 21-60 บาทต่อวัน โดยเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ได้รับเงินไปโรงเรียน 20-60 บาทต่อวัน (ร้อยละ 69.68) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 55.82) ขณะที่นักเรียนได้รับเงินไปโรงเรียนน้อยกว่า 20 บาทต่อวันไปโรงเรียน เป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 40.19) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 9.52) และนักเรียนบางส่วนได้รับเงินไปโรงเรียนมากกว่า 60 บาทต่อวัน เป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 20.80) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 3.99)

การศึกษาความอึดของนักเรียนในการรับประทานอาหารเช้าในทั้ง 3 มื้อของแต่ละวัน พบว่าโดยส่วนมากแล้วนักเรียนรับประทานอาหารเช้าทั้ง 3 มื้อ ทั้งในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 85.00) และนักเรียนในระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 82.55) ในทางตรงกันข้ามมีนักเรียนบางส่วนที่รับประทานอาหารเช้าไม่อึดทั้ง 3 มื้อ ซึ่งเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ที่รับประทานอาหารเช้าไม่อึดทั้ง 3 มื้อ (ร้อยละ 17.45) มากกว่านักเรียนในระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 15.00) รายละเอียดดังตาราง 4.6

ตาราง 4.6 จำนวนและร้อยละข้อมูลทั่วไปของนักเรียนจำแนกตามระดับการศึกษา

ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน	ระดับการศึกษา			
	ประถมศึกษาปีที่ 1		ประถมศึกษาปีที่ 6	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
1. เพศ				
ชาย	749	47.41	795	46.71
หญิง	831	52.59	907	53.29
รวม	1580	100.00	1702	100.00
2. ลำดับพี่น้องในครอบครัว				
ลูกคนเดียว	508	32.15	434	25.50
ลูกคนโต	451	28.54	522	30.67

ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน	ระดับการศึกษา			
	ประถมศึกษาปีที่ 1		ประถมศึกษาปีที่ 6	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
ลูกคนกลาง	230	14.56	192	11.28
ลูกคนเล็ก	391	24.75	554	32.55
รวม	1580	100.00	1702	100.00
3. การพักอาศัย				
พ่อแม่	1179	74.62	1197	70.33
พ่อ	63	3.99	70	4.11
แม่	149	9.43	193	11.34
ปู่ย่า/ตายาย	127	8.04	207	12.16
บุคคลคนอื่น	62	3.92	35	2.06
รวม	1580	100.00	1702	100.00
4. เจ้าของบ้าน				
พ่อแม่	1307	82.72	1366	80.26
บุคคลอื่น	273	17.28	336	19.74
รวม	1580	100.00	1702	100.00
5. การมีสนามหญ้า/สนามเด็กเล่นภายในบ้าน				
มี	970	61.39	983	57.76
ไม่มี	610	38.61	719	42.24
รวม	1580	100.00	1702	100.00
6. การมีคนเล่นด้วยที่บ้าน				
มี	1296	82.03	1256	73.80
ไม่มี	284	17.97	446	26.20
รวม	1580	100.00	1702	100.00
7. การทำงานบ้าน				
ไม่ทำงานบ้าน	332	21.35	118	6.98
การทำงานบ้าน	1139	73.25	1496	88.52
การค้าขาย	226	14.53	351	20.77
การทำกรเกษตร	142	9.13	171	10.12
การดูแลสมาชิกในครอบครัว	337	21.67	563	33.31
การรับจ้างทั่วไป	50	3.22	38	2.25
รวม	1555	100.00	1690	100.00
8. การมีของเล่นเป็นของตัวเอง				
มี	1423	90.06	1461	85.84
ไม่มี	157	9.94	241	14.16
รวม	1580	100.00	1702	100.00

ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน	ระดับการศึกษา			
	ประถมศึกษาปีที่ 1		ประถมศึกษาปีที่ 6	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
9. การมีพี่เลี้ยง				
มี	353	22.34	109	6.40
ไม่มี	1227	77.66	1593	93.60
รวม	1580	100.00	1702	100.00
10. เป้าหมายในการเรียน				
ประถมศึกษา	116	7.34	43	2.53
มัธยมศึกษาตอนต้น	172	10.89	142	8.34
มัธยมศึกษาตอนปลาย	1093	69.18	1336	78.50
ยังไม่มีเป้าหมายในการเรียน	199	12.59	181	10.63
รวม	1580	100.00	1702	100.00
11. จำนวนเงินไปโรงเรียน				
น้อยกว่า 20 บาท	635	40.19	162	9.52
21-60 บาท	882	55.82	1186	69.68
มากกว่า 60 บาท	63	3.99	354	20.80
รวม	1580	100.00	1702	100.00
12. ความอึดในการรับประทานแต่ละมื้อ				
รับประทานอาหารไม่อึดทั้ง 3 มื้อ	237	15.00	297	17.45
รับประทานอาหารอึดทั้ง 3 มื้อ	1343	85.00	1405	82.55
รวม	1580	100.00	1702	100.00

การศึกษาข้อมูลกิจวัตรประจำวันของนักเรียนในการเข้านอนของนักเรียนในแต่ละวัน พบว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 ส่วนใหญ่ักเรียนมักจะเข้านอนก่อน 20.00 น. (ร้อยละ 57.34) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 14.16) ขณะที่นักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 ส่วนใหญ่จะเข้านอนระหว่าง 20.00 น. - 22.00 น. (ร้อยละ 68.98) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 38.67) และมีนักเรียนส่วนหนึ่งที่เข้านอนหลังจาก 22.00 น. โดยเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 16.86) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 3.99)

ตามเวลาการเข้านอนของนักเรียน พบว่าโดยส่วนมากแล้วนักเรียนรู้สึกว่ามีเวลาสำหรับการพักผ่อนที่เพียงพอ โดยที่นักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 รู้สึกว่ามีเวลาสำหรับการพักผ่อนที่เพียงพอ (ร้อยละ 84.43) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 65.45)

สำหรับการตื่นนอนในแต่ละวันของนักเรียน พบว่าในแต่ละวันนักเรียนส่วนมากตื่นเช้า ทั้งในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 91.46) และนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 93.18) และมีนักเรียนเพียงส่วนน้อยเท่านั้นที่ตื่นนอนสาย

ในการมาโรงเรียนของนักเรียน นักเรียนส่วนใหญ่จะมาถึงโรงเรียนก่อนกิจกรรมหน้าเสาธง โดยนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 มาโรงเรียนก่อนกิจกรรมหน้าเสาธง (ร้อยละ 82.22) และนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 77.73) ขณะที่นักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 มาถึงโรงเรียนระหว่างกิจกรรมหน้าเสาธง (ร้อยละ 20.74) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 15.19) โดยมีนักเรียนเป็นส่วนน้อยเท่านั้นที่มาถึงโรงเรียนหลังจากกิจกรรมหน้าเสาธง

ในส่วนของการใช้เวลาสำหรับการเดินทางไปโรงเรียนของนักเรียน พบว่า นักเรียนส่วนมากใช้เวลาสำหรับการเดินทางไปโรงเรียนน้อยกว่า 15 นาที ทั้งในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 58.10) และนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 55.99) ขณะที่นักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ใช้เวลาเดินทางไปโรงเรียน 15-60 นาที (ร้อยละ 40.31) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 35.89) ทั้งนี้มีนักเรียนบางส่วนที่ใช้เวลาเดินทางไปโรงเรียนมากกว่า 60 นาที โดยเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 6.01) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 3.70)

สำหรับการเดินทางไปโรงเรียนของนักเรียน โดยส่วนมากแล้วผู้ปกครองเป็นผู้ไปส่งนักเรียนไปโรงเรียน ทั้งนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 77.31) และนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 72.41) ขณะที่นักเรียนบางส่วนมีบุคคลอื่นที่ส่งนักเรียนไปโรงเรียน ทั้งในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 24.64) และนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 27.59) และมีนักเรียนเป็นส่วนน้อยที่เดินทางไปโรงเรียนด้วยการเดิน ซึ่งเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 9.57) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 4.69)

สำหรับการเดินทางไปโรงเรียนของนักเรียน พบว่าในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 ได้เดินทางด้วยยานพาหนะที่หลากหลาย โดยสามอันดับแรกคือ รถส่วนบุคคล (ร้อยละ 48.65) รองลงมาคือ รถมอเตอร์ไซด์ (ร้อยละ 33.86) และรถโรงเรียน (ร้อยละ 16.70) ตามลำดับ เช่นเดียวกับนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ได้เดินทางด้วยยานพาหนะสามอันดับแรกคือ รถส่วนบุคคล (ร้อยละ 50.21) รองลงมาคือ รถมอเตอร์ไซด์ (ร้อยละ 37.40) และรถโรงเรียน (ร้อยละ 14.10) ตามลำดับ

การรับประทานอาหารกลางวันของนักเรียนขณะอยู่ที่โรงเรียน นักเรียนโดยส่วนมากมีเวลาสำหรับการรับประทานอาหารกลางวันน้อยกว่า 15 นาที ทั้งในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 76.71) และนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 73.38)

สำหรับการเล่นของนักเรียนที่โรงเรียนในช่วงเช้า พบว่านักเรียนในระดับประถมศึกษาส่วนใหญ่ได้เล่นในช่วงเช้าน้อยกว่า 30 นาที ในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 ได้เล่นในช่วงเช้าน้อยกว่า 30 นาที (ร้อยละ 59.18) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 54.99) ขณะที่นักเรียนประถมศึกษาบางส่วนได้เล่นในช่วงเช้ามากกว่า 30 นาที ซึ่งเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ได้เล่นในช่วงเช้ามากกว่า 30 นาที (ร้อยละ 28.03) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 22.09) และมีนักเรียนประถมศึกษาอีกส่วนหนึ่งที่ไม่ได้เล่นในช่วงเช้าขณะอยู่ที่โรงเรียน ทั้งในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 18.73) และนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 16.98)

ในส่วนของการเล่นของนักเรียนที่โรงเรียนในช่วงเที่ยง พบว่านักเรียนในระดับประถมศึกษาส่วนใหญ่ได้เล่นในช่วงเที่ยงมากกว่า 30 นาที ทั้งในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 53.67) และระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 55.76) ขณะที่มึนักเรียนประถมศึกษาบางส่วนได้เล่นในช่วงเที่ยงน้อยกว่า 30 นาที ซึ่งเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 40.70) และนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 40.13) และมีนักเรียนประถมศึกษาเป็นส่วนน้อยที่ไม่ได้เล่นในช่วงเที่ยง ทั้งในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 5.63) และนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 4.11)

ในการเล่นของนักเรียนที่โรงเรียนหลังเลิกเรียน พบว่านักเรียนในระดับประถมศึกษาส่วนใหญ่ได้เล่นหลังเลิกเรียนมากกว่า 30 นาที โดยที่เป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ได้เล่นหลังเลิกเรียนมากกว่า 30 นาที (ร้อยละ 55.52) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 41.14) ขณะที่มึนักเรียนประถมศึกษาบางส่วนได้เล่นในช่วงหลังเลิกเรียนน้อยกว่า 30 นาที ซึ่งเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 ได้เล่นในช่วงหลังเลิกเรียนน้อยกว่า 30 นาที (ร้อยละ 39.24) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 34.78) และมีนักเรียนประถมศึกษาเป็นส่วนน้อยที่ไม่ได้เล่นในช่วงหลังเลิกเรียน ในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 19.62) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 9.69)

สำหรับการเรียนของนักเรียนในแต่ละวันที่โรงเรียน พบว่าโดยส่วนมากนักเรียนเรียนน้อยกว่า 6 ชั่วโมงต่อวัน โดยเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 เรียนน้อยกว่า 6 ชั่วโมงต่อวัน (ร้อยละ 70.13) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 59.69) ในทางกลับกันนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 เรียนมากกว่า 6 ชั่วโมงต่อวัน (ร้อยละ 40.31) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 29.87)

ภายหลังจากการเรียนแต่ละวันในโรงเรียน นักเรียนได้เรียนพิเศษในรายวิชาต่างๆ โดยนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 26.71) ใช้เวลาเรียนพิเศษน้อยกว่า 1 ชั่วโมงมากที่สุด ซึ่งใช้เวลาเรียนน้อยกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 29.44) ที่ใช้เวลาเรียนพิเศษ 1-2 ชั่วโมงมากที่สุด ในทางกลับกันมีนักเรียนที่ไม่ได้เรียนพิเศษหลังเลิกเรียน ซึ่งเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 ไม่ได้เรียนพิเศษหลังเลิกเรียน (ร้อยละ 47.41) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 41.42) โดยนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนพิเศษหลังเลิกเรียน ได้เรียนวิชาต่างๆ สามอันดับแรกคือ วิชาภาษาไทย (ร้อยละ 72.79) รองลงมาคือ วิชาคณิตศาสตร์ (ร้อยละ 63.93) และวิชาภาษาอังกฤษ (ร้อยละ 49.04) ตามลำดับ ขณะที่นักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 เรียนพิเศษวิชาต่างๆ หลังเลิกเรียนในสามอันดับแรกคือ วิชาคณิตศาสตร์ (ร้อยละ 71.19) รองลงมาคือ วิชาภาษาอังกฤษ (ร้อยละ 59.00) และวิชาวิทยาศาสตร์ (ร้อยละ 52.65) ตามลำดับ

นอกจากนี้ภายหลังจากการเรียนแต่ละวันในโรงเรียน นักเรียนได้เรียนกิจกรรมต่างๆ โดยนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 13.67) ใช้เวลาเรียนกิจกรรมน้อยกว่า 1 ชั่วโมงและเรียนกิจกรรม 1-2 ชั่วโมงมากที่สุด ขณะที่นักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 24.03) ที่ใช้เวลาเรียนกิจกรรม 1-2 ชั่วโมงมากที่สุด ในทางกลับกันมีนักเรียนที่ไม่ได้เรียนกิจกรรมหลังเลิกเรียน ซึ่งเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 ไม่ได้เรียนกิจกรรมหลังเลิกเรียน (ร้อยละ 70.76) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 51.53) สำหรับกิจกรรมที่นักเรียนได้เรียนหลังเลิกเรียน ในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 ได้เรียนกิจกรรมต่างๆ สามอันดับแรกคือ ศิลปะ (ร้อยละ 52.53) รองลงมาคือ กีฬา (ร้อยละ 35.65) ดนตรี (ร้อยละ 35.44) และการ

แสดงหรือการเต้น (ร้อยละ 7.59) ตามลำดับ ขณะที่นักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ได้เรียนกิจกรรมต่างๆ สามอันดับแรกคือ กีฬา (ร้อยละ 61.28) รองลงมาคือ ดนตรี (ร้อยละ 36.92) และศิลปะ (ร้อยละ 26.03) ตามลำดับ

สำหรับกิจวัตรประจำวันของนักเรียนหลังเลิกเรียน พบว่านักเรียนได้ช่วยเหลืองานของครอบครัวหลังเลิกเรียน โดยใช้เวลาส่วนใหญ่ไม่น้อยกว่า 1 ชั่วโมง ซึ่งเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 ที่ช่วยเหลืองานในครอบครัวโดยใช้นเวลาน้อยกว่า 1 ชั่วโมง (ร้อยละ 65.76) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 58.17) ซึ่งนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ได้ช่วยเหลืองานครอบครัวโดยใช้เวลา 1-2 ชั่วโมง (ร้อยละ 31.90) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 17.78) โดยมีนักเรียนเพียงส่วนน้อยที่ไม่ได้ช่วยเหลืองานของครอบครัวหลังเลิกเรียน โดยเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 9.94) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 2.41)

การทำกรบ้านของนักเรียนหลังเลิกเรียน พบว่าส่วนใหญ่ผู้เรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 58.99) ใช้เวลาทำการบ้านน้อยกว่า 1 ชั่วโมง ขณะที่นักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ใช้เวลาทำการบ้านน้อยกว่า 1 ชั่วโมง (ร้อยละ 45.77) และ 1-2 ชั่วโมง (ร้อยละ 44.24) โดยที่นักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 ไม่ทำการบ้านหลังเลิกเรียน (ร้อยละ 8.42) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 1.88)

การเล่นของนักเรียนหลังเลิกเรียน พบว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 43.73) เล่นหลังเลิกเรียนน้อยกว่า 1 ชั่วโมงมากที่สุด ซึ่งใช้เวลาเล่นน้อยกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 37.54) ที่ได้ใช้เวลาเล่นหลังเลิกเรียน 1-2 ชั่วโมงมากที่สุด โดยที่นักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 ไม่เล่นหลังเลิกเรียน (ร้อยละ 10.57) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 2.35) รายละเอียดดังตาราง 4.7

ตาราง 4.7 จำนวนและร้อยละในการทำกิจวัตรประจำวันของนักเรียนจำแนกตามระดับการศึกษา

กิจวัตรประจำวันของนักเรียน	ระดับการศึกษา			
	ประถมศึกษาปีที่ 1		ประถมศึกษาปีที่ 6	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
1. เวลาเข้านอนของนักเรียน				
ก่อน 20.00 น.	906	57.34	241	14.16
20.00 น. – 22.00 น.	611	38.67	1174	68.98
หลัง 22.00 น.	63	3.99	287	16.86
รวม	1580	100.00	1702	100.00
2. เวลาพักผ่อนที่เพียงพอ				
มี	1334	84.43	1114	65.45
ไม่มี	246	15.57	588	34.55
รวม	1580	100.00	1702	100.00
3. การตื่นนอน				
ตื่นเช้า	1445	91.46	1586	93.18
ตื่นสาย	135	8.54	116	6.82
รวม	1580	100.00	1702	100.00

กิจวัตรประจำวันของนักเรียน	ระดับการศึกษา			
	ประถมศึกษาปีที่ 1		ประถมศึกษาปีที่ 6	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
4. การมาถึงโรงเรียน				
ก่อนกิจกรรมหน้าเสาธง	1299	82.22	1323	77.73
ระหว่างกิจกรรมหน้าเสาธง	240	15.19	353	20.74
หลังกิจกรรมหน้าเสาธง	41	2.59	26	1.53
รวม	1580	100.00	1702	100.00
5. เวลาสำหรับการเดินทางไปโรงเรียน				
น้อยกว่า 15 นาที	918	58.10	953	55.99
15 – 60 นาที	567	35.89	686	40.31
มากกว่า 60 นาที	95	6.01	63	3.70
รวม	1580	100.00	1702	100.00
6. บุคคลที่ส่งนักเรียนไปโรงเรียน				
ผู้ปกครอง	1186	77.31	1218	72.41
บุคคลอื่น	378	24.64	464	27.59
นักเรียนเดินทางด้วยตัวเอง	72	4.69	161	9.57
รวม	1534	100.00	1682	100.00
7. การเดินทางไปโรงเรียน				
รถส่วนบุคคล	740	48.65	819	50.21
รถโรงเรียน	254	16.70	230	14.10
รถรับจ้าง	146	9.60	204	12.51
รถเมล์	23	1.51	20	1.23
รถมอเตอร์ไซด์	515	33.86	610	37.40
การเดิน	75	4.93	92	5.64
อื่นๆ (จักรยาน รถไฟฟ้า รถไฟ)	20	1.31	11	0.68
รวม	1521	100.00	1631	100.00
8. เวลาสำหรับการรับประทานอาหารกลางวัน				
น้อยกว่า 15 นาที	1212	76.71	1249	73.38
มากกว่า 15 นาที	368	23.29	453	26.62
รวม	1580	100.00	1702	100.00
9. เวลาสำหรับการเล่นที่โรงเรียนในช่วงเช้า				
น้อยกว่า 30 นาที	935	59.18	936	54.99
มากกว่า 30 นาที	349	22.09	477	28.03
ไม่ได้เล่น	296	18.73	289	16.98
รวม	1580	100.00	1702	100.00

กิจวัตรประจำวันของนักเรียน	ระดับการศึกษา			
	ประถมศึกษาปีที่ 1		ประถมศึกษาปีที่ 6	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
10. เวลาสำหรับการเล่นที่โรงเรียนในช่วงเที่ยง				
น้อยกว่า 30 นาที	643	40.70	683	40.13
มากกว่า 30 นาที	848	53.67	949	55.76
ไม่ได้เล่น	89	5.63	70	4.11
รวม	1580	100.00	1702	100.00
11. เวลาสำหรับการเล่นที่โรงเรียนหลังเลิกเรียน				
น้อยกว่า 30 นาที	620	39.24	592	34.78
มากกว่า 30 นาที	650	41.14	945	55.52
ไม่ได้เล่น	310	19.62	165	9.69
รวม	1580	100.00	1702	100.00
12. ชั่วโมงเรียน				
น้อยกว่า 6 ชั่วโมง	1108	70.13	1016	59.69
มากกว่า 6 ชั่วโมง	472	29.87	686	40.31
รวม	1580	100.00	1702	100.00
13. การเรียนพิเศษหลังเลิกเรียน				
ไม่ได้เรียนพิเศษ	749	47.41	705	41.42
น้อยกว่า 1 ชั่วโมง	422	26.71	361	21.21
1-2 ชั่วโมง	372	23.54	501	29.44
มากกว่า 2 ชั่วโมง	37	2.34	135	7.93
รวม	1580	100.00	1702	100.00
14. รายวิชาที่นักเรียนเรียนพิเศษหลังเลิกเรียน				
ภาษาไทย	567	72.79	450	47.67
คณิตศาสตร์	498	63.93	672	71.19
ภาษาอังกฤษ	382	49.04	557	59.00
วิทยาศาสตร์	186	23.88	497	52.65
สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม	119	15.28	190	20.13
รวม	779	100.00	944	100.00
15. การเรียนกิจกรรมหลังเลิกเรียน				
ไม่ได้เรียนพิเศษ	1118	70.76	877	51.53
น้อยกว่า 1 ชั่วโมง	216	13.67	328	19.27
1-2 ชั่วโมง	216	13.67	409	24.03
มากกว่า 2 ชั่วโมง	30	1.90	88	5.17
รวม	1580	100.00	1702	100.00

กิจวัตรประจำวันของนักเรียน	ระดับการศึกษา			
	ประถมศึกษาปีที่ 1		ประถมศึกษาปีที่ 6	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
16. กิจกรรมที่นักเรียนเรียนหลังเลิกเรียน				
ดนตรี	168	35.44	288	36.92
ศิลปะ	249	52.53	203	26.03
การแสดง/การเต้น	36	7.59	58	7.44
กีฬา	169	35.65	478	61.28
คหกรรม	18	3.80	31	3.97
รวม	474	100.00	780	100.00
17. เวลาสำหรับช่วยงานครอบครัวหลังเลิกเรียน				
ไม่ช่วยงานครอบครัว	157	9.94	41	2.41
น้อยกว่า 1 ชั่วโมง	1039	65.76	990	58.17
1-2 ชั่วโมง	281	17.78	543	31.90
มากกว่า 2 ชั่วโมง	103	6.52	128	7.52
รวม	1580	100.00	1702	100.00
18. เวลาสำหรับทำการบ้านหลังเลิกเรียน				
ไม่ทำการบ้าน	133	8.42	32	1.88
น้อยกว่า 1 ชั่วโมง	932	58.99	779	45.77
1-2 ชั่วโมง	462	29.24	753	44.24
มากกว่า 2 ชั่วโมง	53	3.35	138	8.11
รวม	1580	100.00	1702	100.00
19. เวลาสำหรับเล่นหลังเลิกเรียน				
ไม่เล่น	167	10.57	40	2.35
น้อยกว่า 1 ชั่วโมง	691	43.73	426	25.03
1-2 ชั่วโมง	516	32.66	639	37.54
มากกว่า 2 ชั่วโมง	206	13.04	597	35.08
รวม	1580	100.00	1702	100.00

การได้รับความรักจากบุคคลรอบตัวตามการรับรู้ของนักเรียน พบว่านักเรียนระดับประถมศึกษาส่วนมากได้รับความรักจากครอบครัว ทั้งในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 90.52) และนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 96.70) สำหรับการได้รับความรักจากเพื่อนตามการรับรู้ของนักเรียน นักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ได้รับความรักจากเพื่อน (ร้อยละ 62.88) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 58.21) และการได้รับความรักจากครูตามการรับรู้ของนักเรียน นักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 ได้รับความรักจากครู (ร้อยละ 67.30) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 50.85)

ตาราง 4.8 จำนวนและร้อยละบุคคลที่ทำให้นักเรียนมีความสุขจำแนกตามระดับการศึกษา

บุคคลที่ทำให้นักเรียนมีความสุข	ระดับการศึกษา			
	ประถมศึกษาปีที่ 1		ประถมศึกษาปีที่ 6	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
1. การได้รับความรัก				
ครอบครัว	1423	90.52	1641	96.70
เพื่อน	915	58.21	1067	62.88
ครู	1058	67.30	863	50.85
รวม	1572	100.00	1697	100.00
2. การได้รับการชื่นชม				
ครอบครัว	1316	84.47	1442	85.17
เพื่อน	774	49.68	949	56.05
ครู	1082	69.45	1044	61.67
รวม	1558	100.00	1693	100.00
3. การได้รับความช่วยเหลือเมื่อมีปัญหา				
ครอบครัว	1274	81.61	1437	84.98
เพื่อน	802	51.38	1140	67.42
ครู	1036	66.37	937	55.41
รวม	1561	100.00	1691	100.00
4. การได้รับฟังความคิดเห็น				
ครอบครัว	1203	77.41	1300	77.20
เพื่อน	804	51.74	1246	73.99
ครู	847	54.50	703	41.75
รวม	1554	100.00	1684	100.00
5. การได้รับทัศนคติเชิงลบ				
ครอบครัว	251	18.99	226	15.32
เพื่อน	1135	85.85	1256	85.15
ครู	137	10.36	222	15.05
รวม	1322	100.00	1475	100.00
6. การทะเลาะกับบุคคลรอบตัว				
ครอบครัว	226	16.89	345	22.27
เพื่อน	1200	89.69	1404	90.64
ครู	49	3.66	64	4.13
รวม	1338	100.00	1549	100.00

1.1.3. ผลการศึกษาสภาพปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของนักเรียนประถมศึกษาที่อยู่ในพื้นที่ในเมือง และนักเรียนที่อยู่ในพื้นที่นอกเมือง

การศึกษาข้อมูลของสถานศึกษาจำแนกตามที่ตั้งของสถานศึกษาของตัวอย่างนักเรียน พบว่า ตัวอย่างนักเรียนมีสถานศึกษาตั้งอยู่ทั้งในเมืองและนอกเมือง ซึ่งสถานศึกษาของนักเรียนได้กระจายอยู่ตามภูมิภาคต่างๆ ของประเทศไทย โดยนักเรียนที่เรียนอยู่ในเมือง มีสถานศึกษาอยู่ในภาคตะวันตก (ร้อยละ 17.83) และภาคตะวันออกเฉียงเหนือ (ร้อยละ 17.77) มากที่สุด ขณะที่นักเรียนที่เรียนอยู่นอกเมือง มีสถานศึกษาตั้งอยู่ในภาคกลางมากที่สุด (ร้อยละ 16.34) โดยโรงเรียนของตัวอย่างนักเรียนทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 53.86) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 57.95) ส่วนใหญ่เป็นโรงเรียนสังกัดเอกชน ขณะที่สถานศึกษาของนักเรียนบางส่วนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 46.14) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 42.05) เป็นโรงเรียนในสังกัด สพฐ. สำหรับนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมืองเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 53.80) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 46.20) และในทางกลับกันนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมืองเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 50.12) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 49.88) รายละเอียดดังตาราง 4.9

ตาราง 4.9 จำนวนและร้อยละของข้อมูลของสถานศึกษาจำแนกตามที่ตั้งของสถานศึกษา

ข้อมูลของสถานศึกษา	ระดับการศึกษา			
	ในเมือง		นอกเมือง	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
1. ภูมิภาค				
กรุงเทพฯ และปริมณฑล	258	15.54	217	13.38
ภาคกลาง	241	14.52	265	16.34
ภาคเหนือ	258	15.54	256	15.78
ภาคใต้	123	7.41	203	12.52
ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	295	17.77	233	14.36
ภาคตะวันออก	189	11.39	219	13.50
ภาคตะวันตก	296	17.83	229	14.12
รวม	1660	100.00	1622	100.00
2. ประเภทโรงเรียน				
โรงเรียนสังกัด สพฐ.	766	46.14	682	42.05
โรงเรียนเอกชน	894	53.86	940	57.95
รวม	1660	100.00	1622	100.00
3. ระดับการศึกษา				
ประถมศึกษาปีที่ 1	767	46.20	813	50.12
ประถมศึกษาปีที่ 6	893	53.80	809	49.88
รวม	1660	100.00	1622	100.00

ตัวอย่างของนักเรียนในการวิจัย พบว่าในโรงเรียนในเมือง โดยส่วนมากเป็นนักเรียนเพศหญิง (ร้อยละ 55.90) มากกว่านักเรียนเพศชาย (ร้อยละ 44.10) ขณะที่โรงเรียนนอกเมือง ส่วนใหญ่แล้วเป็นนักเรียนเพศชาย (ร้อยละ 50.06) มากกว่านักเรียนเพศหญิง (ร้อยละ 49.94)

สำหรับการศึกษาข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับครอบครัวของนักเรียน พบว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง นักเรียนเป็นลูกคนโตของครอบครัวมากที่สุด (ร้อยละ 30.84) รองลงมาคือเป็นลูกคนเล็ก (ร้อยละ 29.28) ลูกคนเดียว (ร้อยละ 28.67) และลูกคนกลาง (ร้อยละ 11.20) ตามลำดับ ในส่วนของนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง นักเรียนเป็นลูกคนเดียว (ร้อยละ 28.73) ลูกคนโต (ร้อยละ 28.42) ลูกคนเล็ก (ร้อยละ 28.30) ของครอบครัวมากที่สุด และนักเรียนเป็นลูกคนกลางของครอบครัวน้อยที่สุด (ร้อยละ 14.55)

การพักอาศัยของนักเรียน พบว่าโดยส่วนมากนักเรียนมักจะอาศัยอยู่ร่วมกับพ่อและแม่ของนักเรียน ทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 73.80) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 70.96) และมีนักเรียนเป็นส่วนน้อยที่ไม่ได้อาศัยอยู่ร่วมกับพ่อและแม่ของนักเรียน โดยนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง จะอาศัยอยู่ร่วมกับแม่เท่านั้นมากที่สุด (ร้อยละ 12.35) ขณะที่นักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง จะอาศัยอยู่กับปู่ย่า หรือตายายมากที่สุด (ร้อยละ 13.38)

ในส่วนของบ้านที่นักเรียนได้อาศัยอยู่ พบว่าส่วนใหญ่แล้วเป็นบ้านของพ่อและแม่ของนักเรียน ทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 81.02) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 81.87) ขณะที่นักเรียนเป็นส่วนน้อยเท่านั้นที่บ้านของนักเรียนที่นักเรียนได้อาศัยอยู่มีบุคคลอื่นเป็นเจ้าของ ทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 18.98) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 18.13)

สำหรับการมีสนามหญ้าหรือสถานเด็กเล่นในบริเวณบ้านของนักเรียน ส่วนใหญ่แล้วนักเรียนจะมีสนามหญ้าหรือสถานเด็กเล่นในบริเวณบ้าน โดยนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง มีสนามหญ้าหรือสถานเด็กเล่นในบริเวณบ้านของนักเรียน (ร้อยละ 60.48) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 58.51)

ขณะที่นักเรียนเล่นอยู่ที่บ้าน ทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง นักเรียนส่วนใหญ่มีคนเล่นด้วยที่บ้าน ซึ่งเป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง นักเรียนมีคนเล่นด้วยที่บ้าน (ร้อยละ 79.90) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 75.66)

สำหรับการเล่นของเล่นของนักเรียนที่บ้าน พบว่านักเรียนส่วนใหญ่ต่างมีของเล่นเป็นของตนเอง ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 87.41) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 88.35) ทั้งนี้มีนักเรียนเป็นส่วนน้อยที่ไม่มีของเล่นเป็นของตัวเอง

ขณะอยู่ที่บ้าน นอกจากการได้รับการดูแลจากบุคคลในครอบครัวแล้ว นักเรียนยังได้รับการดูแลจากพี่เลี้ยง ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 14.16) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 14.00) ในทางกลับกันนักเรียนส่วนใหญ่ไม่มีพี่เลี้ยงในการดูแล ทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 85.84) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 86.00)

การทำงานที่บ้านหรือการช่วยเหลืองานภายในครอบครัวของนักเรียน พบว่า นักเรียนมักจะช่วยเหลืองานภายในครอบครัว โดยส่วนใหญ่เป็นการทำงานบ้าน ซึ่งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง จะทำงานบ้าน (ร้อยละ 82.45) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 79.93) นอกจากนี้ นักเรียนยังได้ช่วยเหลืองาน

อื่นๆ ของครอบครัว สำหรับนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง นักเรียนได้ช่วยดูแลสมาชิกในครอบครัว (ร้อยละ 29.74) รองลงมาคือ การค้าขาย (ร้อยละ 20.84) การทำการเกษตร (ร้อยละ 9.63) และการรับจ้างทั่วไป (ร้อยละ 2.93) ตามลำดับ เช่นเดียวกับนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง นักเรียนได้ช่วยดูแลสมาชิกในครอบครัว (ร้อยละ 25.69) รองลงมาคือ การค้าขาย (ร้อยละ 14.65) การทำการเกษตร (ร้อยละ 9.66) และการรับจ้างทั่วไป (ร้อยละ 2.49) ตามลำดับ

สำหรับการเรียนของนักเรียน พบว่านักเรียนส่วนใหญ่มีเป้าหมายในการเรียนคือ ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โดยนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง มีเป้าหมายในการเรียนในระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย (ร้อยละ 76.27) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 71.70) ในทางตรงกันข้ามมีนักเรียนบางส่วนที่ยังไม่มีเป้าหมายสำหรับในการเรียน ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 11.02) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 12.15)

ในการไปโรงเรียนในแต่ละวัน นักเรียนได้รับเงินไปโรงเรียนโดยส่วนมากอยู่ระหว่าง 21-60 บาทต่อวัน ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 61.57) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 64.49) ขณะที่นักเรียนได้รับเงินไปโรงเรียนน้อยกว่า 20 บาทต่อวันไปโรงเรียน เป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 27.68) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 20.96) และนักเรียนบางส่วนได้รับเงินไปโรงเรียนมากกว่า 60 บาทต่อวัน เป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 17.47) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 7.83)

การศึกษาความอิมของนักเรียนในการรับประทานอาหารเช้าในทั้ง 3 มื้อของแต่ละวัน พบว่านักเรียนส่วนใหญ่รับประทานอาหารเช้าทั้ง 3 มื้อ ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 81.14) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 86.37) ในทางตรงกันข้ามมีนักเรียนบางส่วนที่รับประทานอาหารเช้าไม่อิมทั้ง 3 มื้อ ซึ่งเป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง ที่รับประทานอาหารเช้าไม่อิมทั้ง 3 มื้อ (ร้อยละ 18.86) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 13.63) รายละเอียดดังตาราง 4.10

ตาราง 4.10 จำนวนและร้อยละของข้อมูลทั่วไปของนักเรียนจำแนกตามที่ตั้งของสถานศึกษา

ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน	ที่ตั้งของสถานศึกษา			
	ในเมือง		นอกเมือง	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
1. เพศ				
ชาย	732	44.10	812	50.06
หญิง	928	55.90	810	49.94
รวม	1660	100.00	1622	100.00
2. ลำดับพี่น้องในครอบครัว				
ลูกคนเดียว	476	28.67	466	28.73
ลูกคนโต	512	30.84	461	28.42
ลูกคนกลาง	186	11.20	236	14.55
ลูกคนเล็ก	486	29.28	459	28.30

ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน	ที่ตั้งของสถานศึกษา			
	ในเมือง		นอกเมือง	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
รวม	1660	100.00	1622	100.00
3. การพักอาศัย				
พ่อและแม่	1225	73.80	1151	70.96
พ่อ	66	3.98	67	4.13
แม่	205	12.35	137	8.45
ปู่ย่า/ตายาย	117	7.05	217	13.38
บุคคลคนอื่น (ลุง ป้า น้า อา พี่น้อง)	47	2.83	50	3.08
รวม	1660	100.00	1622	100.00
4. เจ้าของบ้าน				
พ่อแม่	1345	81.02	1328	81.87
บุคคลอื่น	315	18.98	294	18.13
รวม	1660	100.00	1622	100.00
5. การมีสนามหญ้า/สนามเด็กเล่นบริเวณบ้าน				
มี	1004	60.48	949	58.51
ไม่มี	656	39.52	673	41.49
รวม	1660	100.00	1622	100.00
6. การมีคนเล่นด้วยที่บ้าน				
มี	1256	75.66	1296	79.90
ไม่มี	404	24.34	326	20.10
รวม	1660	100.00	1622	100.00
7. การมีของเล่นเป็นของตัวเอง				
มี	1451	87.41	1433	88.35
ไม่มี	209	12.59	189	11.65
รวม	1660	100.00	1622	100.00
8. การมีพี่เลี้ยง				
มี	235	14.16	227	14.00
ไม่มี	1425	85.84	1395	86.00
รวม	1660	100.00	1622	100.00
9. การทำงานบ้าน				
ไม่ทำงานบ้าน	205	12.49	245	15.27
การทำงานบ้าน	1353	82.45	1282	79.93
การค้าขาย	342	20.84	235	14.65
การทำกรเกษตร	158	9.63	155	9.66
การดูแลสมาชิกในครอบครัว	488	29.74	412	25.69

ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน	ที่ตั้งของสถานศึกษา			
	ในเมือง		นอกเมือง	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
การรับจ้างทั่วไป	48	2.93	40	2.49
รวม	1641	100.00	1604	100.00
10. เป้าหมายในการเรียน				
ประถมศึกษา	92	5.54	67	4.13
มัธยมศึกษาตอนต้น	119	7.17	195	12.02
มัธยมศึกษาตอนปลาย	1266	76.27	1163	71.70
ยังไม่มีเป้าหมายในการเรียน	183	11.02	197	12.15
รวม	1660	100.00	1622	100.00
11. จำนวนเงินไปโรงเรียน				
น้อยกว่า 20 บาท	348	20.96	449	27.68
21-60 บาท	1022	61.57	1046	64.49
มากกว่า 60 บาท	290	17.47	127	7.83
รวม	1660	100.00	1622	100.00
12. ความอึดในการรับประทานแต่ละมื้อ				
รับประทานอาหารไม่อึดทั้ง 3 มื้อ	313	18.86	221	13.63
รับประทานอาหารอึดทั้ง 3 มื้อ	1347	81.14	1401	86.37
รวม	1660	100.00	1622	100.00

การศึกษาข้อมูลกิจวัตรประจำวันของนักเรียนในการเข้านอนของนักเรียนในแต่ละวัน พบว่าส่วนใหญ่ นักเรียนมักจะเข้านอนระหว่าง 20.00 น. – 22.00 น. ทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 56.20) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 52.53) ขณะที่นักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมืองจะเข้านอนก่อน 20.00 น. (ร้อยละ 38.10) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 31.87) และมีนักเรียนส่วนหนึ่งที่เข้านอนหลังจาก 22.00 น. โดยเป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 11.93) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 9.37)

ตามเวลาการเข้านอนของนักเรียนในแต่ละที่ตั้งของสถานศึกษา พบว่าโดยส่วนมากแล้วนักเรียนรู้สึก ว่านักเรียนมีเวลาสำหรับการพักผ่อนที่เพียงพอ โดยนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมืองรู้สึกว่ามีเวลาสำหรับการพักผ่อนที่เพียงพอ (ร้อยละ 77.44) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 71.81)

การตื่นนอนในแต่ละวันของนักเรียนในแต่ละที่ตั้งของสถานศึกษา พบว่าในแต่ละวันนักเรียนส่วนมากตื่นเช้า ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 92.11) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 92.60) และมีนักเรียนเพียงส่วนน้อยเท่านั้นที่ตื่นนอนสาย

สำหรับการมาโรงเรียนของนักเรียนในแต่ละที่ตั้งของสถานศึกษา นักเรียนส่วนใหญ่จะมาถึงโรงเรียนก่อนกิจกรรมหน้าเสาธง ทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 78.92) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอก

เมือง (ร้อยละ 80.89) ขณะที่นักเรียนส่วนหนึ่งถึงโรงเรียนระหว่างกิจกรรมหน้าเสาธง ซึ่งเป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 19.04) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 17.08) โดยมีนักเรียนส่วนน้อยเท่านั้นที่มาถึงโรงเรียนหลังจากกิจกรรมหน้าเสาธง

ในส่วนของการใช้เวลาสำหรับการเดินทางไปโรงเรียนของนักเรียน พบว่า นักเรียนส่วนมากใช้เวลาสำหรับการเดินทางไปโรงเรียนน้อยกว่า 15 นาที โดยเป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 59.12) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 54.94) สำหรับนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง ใช้เวลาเดินทางไปโรงเรียน 15-60 นาที (ร้อยละ 40.84) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 35.45) ทั้งนี้มีนักเรียนบางส่วนที่ใช้เวลาเดินทางไปโรงเรียนมากกว่า 60 นาที โดยเป็นทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 4.22) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 5.43)

การเดินทางไปโรงเรียนของนักเรียน โดยส่วนมากแล้วผู้ปกครองเป็นผู้ไปส่งนักเรียนไปโรงเรียน โดยนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมืองมีผู้ปกครองส่งนักเรียนไปโรงเรียน (ร้อยละ 79.26) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 70.11) ขณะที่นักเรียนบางส่วนมีบุคคลอื่นที่ส่งนักเรียนไปโรงเรียน ซึ่งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมืองมีบุคคลอื่นที่ส่งนักเรียนไปโรงเรียน (ร้อยละ 30.64) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 21.84) และมีนักเรียนเป็นส่วนน้อยที่เดินทางไปโรงเรียนด้วยการเดิน ซึ่งเป็นทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 7.18) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 7.31)

ในการเดินทางไปโรงเรียนของนักเรียน พบว่าในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง ได้เดินทางด้วยยานพาหนะที่หลากหลาย โดยสามอันดับแรกคือ รถส่วนบุคคล (ร้อยละ 56.91) รองลงมาคือ รถมอเตอร์ไซด์ (ร้อยละ 34.07) และรถโรงเรียน (ร้อยละ 11.17) ตามลำดับ เช่นเดียวกับนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง ได้เดินทางด้วยยานพาหนะสามอันดับแรกคือ รถส่วนบุคคล (ร้อยละ 41.93) รองลงมาคือ รถมอเตอร์ไซด์ (ร้อยละ 37.33) และรถโรงเรียน (ร้อยละ 19.59) ตามลำดับ

ในส่วนของกรับประทานอาหารกลางวันของนักเรียนขณะอยู่ที่โรงเรียน นักเรียนโดยส่วนมากมีเวลาสำหรับการรับประทานอาหารกลางวันน้อยกว่า 15 นาที ในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมืองได้รับประทานอาหารกลางวันน้อยกว่า 15 นาที (ร้อยละ 77.25) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 72.77) ขณะที่นักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง มีเวลาสำหรับการรับประทานอาหารกลางวันมากกว่า 15 นาที (ร้อยละ 27.23) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 22.75)

สำหรับการเล่นของนักเรียนที่โรงเรียนในช่วงเช้า พบว่านักเรียนในระดับประถมศึกษาส่วนใหญ่ได้เล่นในช่วงเช้าน้อยกว่า 30 นาที ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 57.77) และนักเรียนที่เรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 56.23) ขณะที่นักเรียนประถมศึกษาบางส่วนได้เล่นในช่วงเช้ามักกว่า 30 นาที ทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 24.34) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 26.02) และมีนักเรียนประถมศึกษาอีกส่วนหนึ่งที่ไม่ได้เล่นในช่วงเช้าขณะอยู่ที่โรงเรียน ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 17.89) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 17.76)

ในส่วนของการเล่นของนักเรียนที่โรงเรียนในช่วงเที่ยง พบว่านักเรียนในระดับประถมศึกษาส่วนใหญ่ได้เล่นในช่วงเที่ยงมากกว่า 30 นาที ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 53.25) และนักเรียนที่เรียน

โรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 56.29) ขณะที่นักเรียนประถมศึกษาส่วนหนึ่งได้เล่นในช่วงเที่ยงน้อยกว่า 30 นาที ซึ่งเป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 40.18) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 40.63) และมีนักเรียนประถมศึกษาเป็นส่วนน้อยที่ไม่ได้เล่นในช่วงเที่ยง ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 6.57) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 3.08)

ในการเล่นของนักเรียนที่โรงเรียนหลังเลิกเรียน พบว่านักเรียนในระดับประถมศึกษาส่วนใหญ่ได้เล่นหลังเลิกเรียนมากกว่า 30 นาที โดยที่เป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง ที่ได้เล่นหลังเลิกเรียนมากกว่า 30 นาที (ร้อยละ 50.72) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 46.42) ขณะที่นักเรียนประถมศึกษาบางส่วนได้เล่นในช่วงหลังเลิกเรียนน้อยกว่า 30 นาที ซึ่งเป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมืองได้เล่นหลังเลิกเรียนน้อยกว่า 30 นาที (ร้อยละ 40.88) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 33.07) และมีนักเรียนประถมศึกษาส่วนหนึ่งที่ไม่ได้เล่นในช่วงหลังเลิกเรียน ซึ่งเป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 16.20) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 12.70)

สำหรับการเรียนของนักเรียนในแต่ละวันที่โรงเรียน พบว่าโดยส่วนมากนักเรียนเรียนน้อยกว่า 6 ชั่วโมงต่อวัน โดยเป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง เรียนน้อยกว่า 6 ชั่วโมงต่อวัน (ร้อยละ 82.18) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 47.65) ในทางกลับกันนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง เรียนมากกว่า 6 ชั่วโมงต่อวัน (ร้อยละ 52.35) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 17.82)

ภายหลังจากการเรียนแต่ละวันในโรงเรียน นักเรียนได้เรียนพิเศษในรายวิชาต่างๆ โดยนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง ใช้เวลาเรียนพิเศษน้อยกว่า 1 ชั่วโมง (ร้อยละ 26.63) และเรียนพิเศษ 1-2 ชั่วโมง (ร้อยละ 27.35) มากที่สุด สำหรับนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 25.83) ได้ใช้เวลาเรียนพิเศษ 1-2 ชั่วโมงมากที่สุด ในทางกลับกันมีนักเรียนที่ไม่ได้เรียนพิเศษหลังเลิกเรียน ซึ่งเป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง ไม่ได้เรียนพิเศษหลังเลิกเรียน (ร้อยละ 49.20) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 39.52) โดยนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง ที่เรียนพิเศษหลังเลิกเรียน ได้เรียนวิชาต่างๆ สามอันดับแรกคือ วิชาคณิตศาสตร์ (ร้อยละ 72.51) รองลงมาคือ วิชาภาษาอังกฤษ (ร้อยละ 61.60) และวิชาภาษาไทย (ร้อยละ 60.32) ตามลำดับ ขณะที่นักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง ได้เรียนพิเศษวิชาต่างๆ หลังเลิกเรียนสามอันดับแรกคือ วิชาคณิตศาสตร์ (ร้อยละ 62.44) รองลงมาคือ วิชาภาษาไทย (ร้อยละ 57.49) และวิชาภาษาอังกฤษ (ร้อยละ 46.07) ตามลำดับ

นอกจากนี้ภายหลังจากการเรียนแต่ละวันในโรงเรียน นักเรียนได้เรียนกิจกรรมต่างๆ โดยนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 19.46) ใช้เวลาเรียนกิจกรรม 1-2 ชั่วโมงมากที่สุด ขณะที่นักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง ใช้เวลาเรียนกิจกรรม 1-2 ชั่วโมง (ร้อยละ 18.62) และใช้เวลาเรียนกิจกรรมน้อยกว่า 1 ชั่วโมง (ร้อยละ 17.26) มากที่สุด ในทางกลับกันนักเรียนส่วนใหญ่ไม่ได้เรียนกิจกรรมหลังเลิกเรียน ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 61.39) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 60.17) สำหรับกิจกรรมที่นักเรียนได้เรียนหลังเลิกเรียน ในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง ได้เรียนกิจกรรมต่างๆ สามอันดับแรกคือ กีฬา (ร้อยละ 51.31) รองลงมาคือ ดนตรี (ร้อยละ 34.43) และศิลปะ (ร้อยละ 28.20)

ตามลำดับ ขณะที่นักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง ได้เรียนกิจกรรมต่างๆ สามอันดับแรกคือ กีฬา (ร้อยละ 51.86) รองลงมาคือ ศิลปะ (ร้อยละ 43.48) และดนตรี (ร้อยละ 38.20) ตามลำดับ

สำหรับกิจวัตรประจำวันของนักเรียนหลังเลิกเรียน พบว่านักเรียนได้ช่วยเหลืองานของครอบครัวหลังเลิกเรียน โดยใช้เวลาส่วนใหญ่ไม่น้อยกว่า 1 ชั่วโมง ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 60.60) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 63.07) และมีนักเรียนเพียงส่วนน้อยที่ไม่ได้ช่วยเหลืองานของครอบครัวหลังเลิกเรียน โดยเป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 5.24) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 6.84)

การทำกรบ้านของนักเรียนหลังเลิกเรียน พบว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง ใช้เวลาสำหรับการทำกรบ้านน้อยกว่า 1 ชั่วโมง (ร้อยละ 44.40) และใช้เวลาทำกรบ้าน 1-2 ชั่วโมง (ร้อยละ 43.67) มากที่สุด ขณะที่นักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง นักเรียนส่วนมากใช้เวลาทำกรบ้านน้อยกว่า 1 ชั่วโมง (ร้อยละ 60.05) โดยที่นักเรียนส่วนน้อยที่ไม่ทำกรบ้านหลังเลิกเรียน ทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 4.82) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 5.24)

การเล่นของนักเรียนหลังเลิกเรียน พบว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 34.16) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 33.91) เล่นหลังเลิกเรียนน้อยกว่า 1 ชั่วโมง เช่นเดียวกันมีนักเรียนส่วนหนึ่งที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 34.88) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 35.51) เล่นหลังเลิกเรียน 1-2 ชั่วโมง โดยที่มีนักเรียนเป็นส่วนน้อยที่ไม่เล่นหลังเลิกเรียน ทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 5.84) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 6.78) รายละเอียดดังตาราง 4.11

ตาราง 4.11 จำนวนและร้อยละของกิจวัตรประจำวันของนักเรียนจำแนกตามที่ตั้งของสถานศึกษา

กิจวัตรประจำวันของนักเรียน	ที่ตั้งของสถานศึกษา			
	ในเมือง		นอกเมือง	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
1. เวลาเข้านอนของนักเรียน				
ก่อน 20.00 น.	529	31.87	618	38.10
20.00 น. – 22.00 น.	933	56.20	852	52.53
หลัง 22.00 น.	198	11.93	152	9.37
รวม	1660	100.00	1622	100.00
2. เวลาพักผ่อนที่เพียงพอ				
มี	1192	71.81	1256	77.44
ไม่มี	468	28.19	366	22.56
รวม	1660	100.00	1622	100.00
3. การตื่นนอน				
ตื่นเช้า	1529	92.11	1502	92.60
ตื่นสาย	131	7.89	120	7.40
รวม	1660	100.00	1622	100.00

กิจวัตรประจำวันของนักเรียน	ที่ตั้งของสถานศึกษา			
	ในเมือง		นอกเมือง	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
4. การมาถึงโรงเรียน				
ก่อนกิจกรรมหน้าเสาธง	1310	78.92	1312	80.89
ระหว่างกิจกรรมหน้าเสาธง	316	19.04	277	17.08
หลังกิจกรรมหน้าเสาธง	34	2.05	33	2.03
รวม	1660	100.00	1622	100.00
5. เวลาสำหรับการเดินทางไปโรงเรียน				
น้อยกว่า 15 นาที	912	54.94	959	59.12
15 – 60 นาที	678	40.84	575	35.45
มากกว่า 60 นาที	70	4.22	88	5.43
รวม	1660	100.00	1622	100.00
6. บุคคลที่ส่งนักเรียนไปโรงเรียน				
ผู้ปกครอง	1292	79.26	1112	70.11
บุคคลอื่น	356	21.84	486	30.64
นักเรียนเดินทางด้วยตัวเอง	117	7.18	116	7.31
รวม	1630	100.00	1586	100.00
7. การเดินทางไปโรงเรียน				
รถส่วนบุคคล	902	56.91	657	41.93
รถโรงเรียน	177	11.17	307	19.59
รถรับจ้าง	138	8.71	212	13.53
รถเมล์	26	1.64	17	1.08
รถมอเตอร์ไซด์	540	34.07	585	37.33
การเดิน	91	5.74	76	4.85
อื่นๆ (จักรยาน รถไฟฟ้า รถไฟ)	23	1.46	8	0.51
รวม	1585	100.00	1567	100.00
8. เวลาสำหรับการรับประทานอาหารกลางวัน				
น้อยกว่า 15 นาที	1208	72.77	1253	77.25
มากกว่า 15 นาที	452	27.23	369	22.75
รวม	1660	100.00	1622	100.00
9. เวลาสำหรับการเล่นที่โรงเรียนในช่วงเช้า				
น้อยกว่า 30 นาที	959	57.77	912	56.23
มากกว่า 30 นาที	404	24.34	422	26.02
ไม่มีเวลาสำหรับการเล่น	297	17.89	288	17.76
รวม	1660	100.00	1622	100.00

กิจกรรมประจำวันของนักเรียน	ที่ตั้งของสถานศึกษา			
	ในเมือง		นอกเมือง	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
10. เวลาสำหรับการเล่นที่โรงเรียนในช่วงเที่ยง				
น้อยกว่า 30 นาที	667	40.18	659	40.63
มากกว่า 30 นาที	884	53.25	913	56.29
ไม่มีเวลาสำหรับการเล่น	109	6.57	50	3.08
รวม	1660	100.00	1622	100.00
11. เวลาสำหรับการเล่นที่โรงเรียนหลังเลิกเรียน				
น้อยกว่า 30 นาที	549	33.07	663	40.88
มากกว่า 30 นาที	842	50.72	753	46.42
ไม่มีเวลาสำหรับการเล่น	269	16.20	206	12.70
รวม	1660	100.00	1622	100.00
12. ชั่วโมงเรียน				
น้อยกว่า 6 ชั่วโมง	791	47.65	1333	82.18
มากกว่า 6 ชั่วโมง	869	52.35	289	17.82
รวม	1660	100.00	1622	100.00
13. การเรียนพิเศษหลังเลิกเรียน				
ไม่ได้เรียนพิเศษ	656	39.52	798	49.20
น้อยกว่า 1 ชั่วโมง	442	26.63	341	21.02
1-2 ชั่วโมง	454	27.35	419	25.83
มากกว่า 2 ชั่วโมง	108	6.51	64	3.95
รวม	1660	100.00	1622	100.00
14. รายวิชาที่นักเรียนเรียนพิเศษหลังเลิกเรียน				
ภาษาไทย	564	60.32	453	57.49
คณิตศาสตร์	678	72.51	492	62.44
ภาษาอังกฤษ	576	61.60	363	46.07
วิทยาศาสตร์	400	42.78	283	35.91
สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม	187	20.00	122	15.48
รวม	935	100.00	788	100.00
15. การเรียนกิจกรรมหลังเลิกเรียน				
ไม่ได้เรียนพิเศษ	1019	61.39	976	60.17
น้อยกว่า 1 ชั่วโมง	264	15.90	280	17.26
1-2 ชั่วโมง	323	19.46	302	18.62
มากกว่า 2 ชั่วโมง	54	3.25	64	3.95
รวม	1660	100.00	1622	100.00

กิจวัตรประจำวันของนักเรียน	ที่ตั้งของสถานศึกษา			
	ในเมือง		นอกเมือง	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
16. กิจกรรมที่นักเรียนเรียนหลังเลิกเรียน				
ดนตรี	210	34.43	246	38.20
ศิลปะ	172	28.20	280	43.48
การแสดง/การเต้น	49	8.03	45	6.99
กีฬา	313	51.31	334	51.86
คหกรรม	25	4.10	24	3.73
รวม	610	100.00	644	100.00
17. เวลาสำหรับช่วยงานครอบครัว				
ไม่ช่วยงานครอบครัว	87	5.24	111	6.84
น้อยกว่า 1 ชั่วโมง	1006	60.60	1023	63.07
1-2 ชั่วโมง	429	25.84	395	24.35
มากกว่า 2 ชั่วโมง	138	8.31	93	5.73
รวม	1660	100.00	1622	100.00
18. เวลาสำหรับทำการบ้าน				
ไม่ทำการบ้าน	80	4.82	85	5.24
น้อยกว่า 1 ชั่วโมง	737	44.40	974	60.05
1-2 ชั่วโมง	725	43.67	490	30.21
มากกว่า 2 ชั่วโมง	118	7.11	73	4.50
รวม	1660	100.00	1622	100.00
19. เวลาสำหรับเล่น				
ไม่ได้เล่น	97	5.84	110	6.78
น้อยกว่า 1 ชั่วโมง	567	34.16	550	33.91
1-2 ชั่วโมง	579	34.88	576	35.51
มากกว่า 2 ชั่วโมง	417	25.12	386	23.80
รวม	1660	100.00	1622	100.00

การได้รับความรักจากบุคคลรอบตัวตามการรับรู้ของนักเรียนจำแนกตามที่ตั้งของสถานศึกษา พบว่านักเรียนระดับประถมศึกษาส่วนมากได้รับความรักจากครอบครัว ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 93.67) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 93.79) สำหรับการได้รับความรักจากเพื่อนตามการรับรู้ของนักเรียน นักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง ได้รับความรักจากเพื่อน (ร้อยละ 63.69) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 57.48) และการได้รับความรักจากครูตามการรับรู้ของนักเรียน นักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง ได้รับความรักจากครู (ร้อยละ 61.16) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 56.30)

(ร้อยละ 18.20) และการทะเลาะกับครูของนักเรียน เกิดขึ้นเป็นส่วนน้อยในทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 4.54) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 3.30) รายละเอียดดังตาราง 4.12

ตาราง 4.12 จำนวนและร้อยละของบุคคลที่ทำให้นักเรียนมีความสุขจำแนกตามที่ตั้งของสถานศึกษา

บุคคลที่ทำให้นักเรียนมีความสุข	ที่ตั้งของสถานศึกษา			
	ในเมือง		นอกเมือง	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
1. การได้รับความรัก				
ครอบครัว	1553	93.67	1511	93.79
เพื่อน	1056	63.69	926	57.48
ครู	1014	61.16	907	56.30
รวม	1658	100.00	1611	100.00
2. การได้รับการชื่นชม				
ครอบครัว	1399	85.05	1359	84.62
เพื่อน	893	54.29	830	51.68
ครู	1108	67.36	1018	63.39
รวม	1645	100.00	1606	100.00
3. การได้รับความช่วยเหลือ				
ครอบครัว	1360	82.62	1351	84.12
เพื่อน	1013	61.54	929	57.85
ครู	1030	62.58	943	58.72
รวม	1646	100.00	1606	100.00
4. การได้รับฟังความคิดเห็น				
ครอบครัว	1250	76.36	1253	78.26
เพื่อน	1072	65.49	978	61.09
ครู	807	49.30	743	46.41
รวม	1637	100.00	1601	100.00
5. การได้รับทัศนคติเชิงลบ				
ครอบครัว	237	17.09	240	17.02
เพื่อน	1216	87.67	1175	83.33
ครู	187	13.48	172	12.20
รวม	1387	100.00	1410	100.00
6. การทะเลาะกับบุคคลรอบตัว				
ครอบครัว	306	21.38	265	18.20
เพื่อน	1298	90.71	1306	89.70
ครู	65	4.54	48	3.30
รวม	1431	100.00	1456	100.00

1.1.4. ผลการศึกษาสภาพปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของนักเรียนที่อยู่โรงเรียนรัฐบาลและนักเรียนที่อยู่โรงเรียนเอกชน

การศึกษาข้อมูลของสถานศึกษาจำแนกตามสังกัดของสถานศึกษาของตัวอย่างนักเรียน พบว่าตัวอย่างนักเรียนเรียนในโรงเรียนสังกัด สพฐ. และโรงเรียนเอกชน ซึ่งสถานศึกษาของนักเรียนได้กระจายอยู่ตามภูมิภาคต่างๆ ของประเทศไทย โดยนักเรียนที่เรียนในโรงเรียนสังกัด สพฐ. มีสถานศึกษาอยู่ในภาคเหนือ (ร้อยละ 17.20) มากที่สุด ขณะที่นักเรียนที่เรียนในโรงเรียนเอกชน มีสถานศึกษาตั้งอยู่ในภาคตะวันออกเฉียงเหนือมากที่สุดมากที่สุด (ร้อยละ 18.21) ซึ่งโรงเรียนของตัวอย่างนักเรียนทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. ส่วนใหญ่ตั้งอยู่ในเมือง (ร้อยละ 52.90) ขณะที่บางส่วนตั้งอยู่นอกเมือง (ร้อยละ 47.10) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนเอกชน ส่วนใหญ่ตั้งอยู่นอกเมือง (ร้อยละ 51.25) และมีบางส่วนที่ตั้งอยู่ในเมือง (ร้อยละ 48.75) สำหรับนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. ส่วนมากเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 54.56) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 45.44) และในส่วนของนักเรียนที่เรียนโรงเรียนเอกชนเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 50.27) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 49.73) รายละเอียดดังตาราง 4.13

ตาราง 4.13 จำนวนและร้อยละของข้อมูลของสถานศึกษาจำแนกตามสังกัดของสถานศึกษา

ข้อมูลของสถานศึกษา	สังกัดของสถานศึกษา			
	สพฐ.		เอกชน	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
1. ภูมิภาค				
กรุงเทพฯ และปริมณฑล	228	15.75	247	13.47
ภาคกลาง	194	13.40	312	17.01
ภาคเหนือ	249	17.20	265	14.45
ภาคใต้	149	10.29	177	9.65
ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	194	13.40	334	18.21
ภาคตะวันออก	192	13.26	216	11.78
ภาคตะวันตก	242	16.71	283	15.43
รวม	1448	100.00	1834	100.00
2. ที่ตั้งของสถานศึกษา				
ในเมือง	766	52.90	894	48.75
นอกเมือง	682	47.10	940	51.25
รวม	1448	100.00	1834	100.00
3. ระดับการศึกษา				
ประถมศึกษาปีที่ 1	658	45.44	922	50.27
ประถมศึกษาปีที่ 6	790	54.56	912	49.73
รวม	1448	100.00	1834	100.00

การศึกษาตัวอย่างนักเรียนในการวิจัย พบว่าโรงเรียนสังกัด สพฐ. โดยส่วนมากเป็นนักเรียนเพศชาย (ร้อยละ 50.35) มากกว่านักเรียนเพศหญิง (ร้อยละ 49.65) ขณะที่ในโรงเรียนสังกัดเอกชน ส่วนใหญ่แล้วเป็นนักเรียนเพศหญิง (ร้อยละ 55.56) มากกว่านักเรียนเพศชาย (ร้อยละ 44.44)

สำหรับการศึกษาข้อมูลทั่วไปเกี่ยวกับครอบครัวของนักเรียน พบว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. เป็นลูกคนเล็กของครอบครัวมากที่สุด (ร้อยละ 31.70) รองลงมาคือเป็นลูกคนโต (ร้อยละ 27.76) ลูกคนเดียว (ร้อยละ 26.52) และลูกคนกลาง (ร้อยละ 14.02) ตามลำดับ ในส่วน of นักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน นักเรียนเป็นลูกคนโต (ร้อยละ 31.13) และลูกคนเดียว (ร้อยละ 30.43) มากที่สุด รองลงมาคือ ลูกคนเล็ก (ร้อยละ 26.50) และลูกคนกลาง (ร้อยละ 11.94) ตามลำดับ

ในการพักอาศัยของนักเรียน พบว่าโดยส่วนมากนักเรียนมักจะอาศัยอยู่ร่วมกับพ่อและแม่ของนักเรียน โดยนักเรียนที่เรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน อาศัยอยู่ร่วมกับพ่อและแม่ของนักเรียน (ร้อยละ 75.35) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 68.65) และมีนักเรียนบางส่วนที่ไม่ได้อาศัยอยู่ร่วมกับพ่อและแม่ของนักเรียน โดยนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. จะอาศัยอยู่ร่วมกับแม่ (ร้อยละ 11.46) และปู่ย่าหรือตายาย (ร้อยละ 11.19) มากที่สุด ขณะที่นักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน อยู่ร่วมกับแม่ (ร้อยละ 9.60) และปู่ย่า หรือตายาย (ร้อยละ 9.38) มากที่สุด

สำหรับบ้านที่นักเรียนได้อาศัยอยู่ ส่วนใหญ่แล้วเป็นบ้านของพ่อและแม่ของนักเรียน โดยนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชนอาศัยอยู่ในบ้านที่พ่อและแม่ของนักเรียนเป็นเจ้าของ (ร้อยละ 83.86) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 78.38) ขณะที่นักเรียนบางส่วนที่บ้านของนักเรียนที่นักเรียนได้อาศัยอยู่มีบุคคลอื่นเป็นเจ้าของ โดยเป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 21.62) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 16.14)

สำหรับการมีสนามหญ้าหรือสถานเด็กเล่นในบริเวณบ้านของนักเรียน ส่วนใหญ่แล้วนักเรียนจะมีสนามหญ้าหรือสถานเด็กเล่นในบริเวณบ้าน ทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 58.91) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 59.98)

การเล่นที่บ้านของนักเรียน ส่วนใหญ่แล้วนักเรียนมีคนเล่นด้วยที่บ้าน ทั้งนักเรียนที่เรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 77.76) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 77.75) และมีนักเรียนบางส่วนที่ไม่มีคนเล่นด้วยที่บ้าน เป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 22.24) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 22.25)

สำหรับการเล่นของเล่นของนักเรียนที่บ้าน พบว่านักเรียนส่วนใหญ่ต่างมีของเล่นเป็นของตนเอง ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 87.09) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 88.50) ทั้งนี้มีนักเรียนเป็นส่วนน้อยที่ไม่มีของเล่นเป็นของตนเอง โดยเป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 12.91) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 11.50)

ทั้งนี้ นอกจากการได้รับการดูแลจากบุคคลในครอบครัวแล้ว นักเรียนยังได้รับการดูแลจากพี่เลี้ยง โดยเป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 15.16) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ.

(ร้อยละ 12.71) ในทางกลับกันนักเรียนส่วนใหญ่ไม่มีที่เลี้ยงในการดูแล ทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 87.29) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 84.84)

การทำงานที่บ้านหรือการช่วยเหลืองานภายในครอบครัวของนักเรียน พบว่า นักเรียนมักจะช่วยเหลืองานภายในครอบครัว ส่วนใหญ่นักเรียนได้ช่วยทำงานบ้าน ทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 80.39) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 81.84) นอกจากนี้นักเรียนยังได้ช่วยเหลืองานอื่นๆ ของครอบครัว สำหรับนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. นักเรียนได้ช่วยดูแลสมาชิกในครอบครัว (ร้อยละ 24.21) รองลงมาคือ การค้าขาย (ร้อยละ 17.38) การทำการเกษตร (ร้อยละ 6.98) และการรับจ้างทั่วไป (ร้อยละ 2.09) ตามลำดับ เช่นเดียวกับนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน นักเรียนได้ช่วยดูแลสมาชิกในครอบครัว (ร้อยละ 30.52) รองลงมาคือ การค้าขาย (ร้อยละ 18.10) การทำการเกษตร (ร้อยละ 11.75) และการรับจ้างทั่วไป (ร้อยละ 3.20) ตามลำดับ

สำหรับการเรียนของนักเรียน พบว่านักเรียนส่วนใหญ่มีเป้าหมายในการเรียนคือ ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ในทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 72.10) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 75.52) ในทางตรงกันข้ามมีนักเรียนบางส่วนที่ยังไม่มีเป้าหมายสำหรับในการเรียน ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 12.91) และนักเรียนที่เรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 10.52)

การนำเงินไปโรงเรียนในแต่ละวัน นักเรียนได้รับเงินไปโรงเรียนโดยส่วนมากอยู่ระหว่าง 21-60 บาท ต่อวัน ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 64.50) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 61.83) ขณะที่นักเรียนได้รับเงินไปโรงเรียนน้อยกว่า 20 บาทต่อวันไปโรงเรียน เป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 27.35) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 21.86) และนักเรียนบางส่วนได้รับเงินไปโรงเรียนมากกว่า 60 บาทต่อวัน เป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน. (ร้อยละ 16.30) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 8.15)

การศึกษาความอึดของนักเรียนในการรับประทานอาหารเช้าในทั้ง 3 มื้อของแต่ละวัน พบว่านักเรียนส่วนใหญ่รับประทานอาหารเช้าทั้ง 3 มื้อ ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 84.53) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 83.10) ในทางตรงกันข้ามมีนักเรียนบางส่วนที่รับประทานอาหารเช้าไม่อึดทั้ง 3 มื้อ ซึ่งเป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 15.47) และเป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 16.90) รายละเอียดดังตาราง 4.14

ตาราง 4.14 จำนวนและร้อยละของข้อมูลทั่วไปของนักเรียนจำแนกตามสังกัดของสถานศึกษา

ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน	สังกัดของสถานศึกษา			
	สพฐ.		เอกชน	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
1. เพศ				
ชาย	729	50.35	815	44.44
หญิง	719	49.65	1019	55.56
รวม	1448	100.00	1834	100.00

ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน	สังกัดของสถานศึกษา			
	สพฐ.		เอกชน	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
2. ลำดับพี่น้องในครอบครัว				
ลูกคนเดียว	384	26.52	558	30.43
ลูกคนโต	402	27.76	571	31.13
ลูกคนกลาง	203	14.02	219	11.94
ลูกคนเล็ก	459	31.70	486	26.50
รวม	1448	100.00	1834	100.00
3. การพักอาศัย				
พ่อแม่	994	68.65	1382	75.35
พ่อ	67	4.63	66	3.60
แม่	166	11.46	176	9.60
ปู่ย่า/ตายาย	162	11.19	172	9.38
บุคคลคนอื่น (ลุง ป้า น้า อา พี่น้อง)	59	4.07	38	2.07
รวม	1448	100.00	1834	100.00
4. เจ้าของบ้าน				
พ่อแม่	1135	78.38	1538	83.86
บุคคลอื่น	313	21.62	296	16.14
รวม	1448	100.00	1834	100.00
5. การมีสนามหญ้า/สนามเด็กเล่นบริเวณบ้าน				
มี	853	58.91	1100	59.98
ไม่มี	595	41.09	734	40.02
รวม	1448	100.00	1834	100.00
6. การมีคนเล่นด้วยที่บ้าน				
มี	1126	77.76	1426	77.75
ไม่มี	322	22.24	408	22.25
รวม	1448	100.00	1834	100.00
7. การมีของเล่นเป็นของตัวเอง				
มี	1261	87.09	1623	88.50
ไม่มี	187	12.91	211	11.50
รวม	1448	100.00	1834	100.00
8. การมีพี่เลี้ยง				
มี	184	12.71	278	15.16
ไม่มี	1264	87.29	1556	84.84
รวม	1448	100.00	1834	100.00

ข้อมูลทั่วไปของนักเรียน	สังกัดของสถานศึกษา			
	สพฐ.		เอกชน	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
9. การทำงานบ้าน				
ไม่ทำงานบ้าน	210	14.65	240	13.25
การทำงานบ้าน	1152	80.39	1483	81.84
การค้าขาย	249	17.38	328	18.10
การทำกรเกษตร	100	6.98	213	11.75
การดูแลสมาชิกในครอบครัว	347	24.21	553	30.52
การรับจ้างทั่วไป	30	2.09	58	3.20
รวม	1433	100.00	1812	100.00
10. เป้าหมายในการเรียน				
ประถมศึกษา	77	5.32	82	4.47
มัธยมศึกษาตอนต้น	140	9.67	174	9.49
มัธยมศึกษาตอนปลาย	1044	72.10	1385	75.52
ยังไม่มีเป้าหมายในการเรียน	187	12.91	193	10.52
รวม	1448	100.00	1834	100.00
11. จำนวนเงินไปโรงเรียน				
น้อยกว่า 20 บาท	396	27.35	401	21.86
21-60 บาท	934	64.50	1134	61.83
มากกว่า 60 บาท	118	8.15	299	16.30
รวม	1448	100.00	1834	100.00
12. ความอึดในการรับประทานแต่ละมื้อ				
รับประทานอาหารไม่อึดทั้ง 3 มื้อ	224	15.47	310	16.90
รับประทานอาหารอึดทั้ง 3 มื้อ	1224	84.53	1524	83.10
รวม	1448	100.00	1834	100.00

การศึกษาข้อมูลกิจวัตรประจำวันของนักเรียนจำแนกตามสังกัดของสถานศึกษา พบว่าส่วนใหญ่ นักเรียนมักจะเข้านอนระหว่าง 20.00 น. – 22.00 น. โดยนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. เข้านอนในช่วง 20.00 น. – 22.00 น. (ร้อยละ 57.11) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 52.24) ขณะที่นักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชนจะเข้านอนก่อน 20.00 น. (ร้อยละ 37.24) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 32.04) และมีนักเรียนส่วนหนึ่งที่เข้านอนหลังจาก 22.00 น. ซึ่งเป็นทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 10.84) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 10.52)

ตามเวลาการเข้านอนของนักเรียนในแต่ละสังกัด พบว่าโดยส่วนมากแล้วนักเรียนรู้สึกว่าการเข้านอนมีเวลาสำหรับการพักผ่อนที่เพียงพอ ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 76.31) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 73.23)

การตื่นนอนในแต่ละวันของนักเรียนในแต่ละสังกัด พบว่าในแต่ละวันนักเรียนส่วนมากตื่นเช้า ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 93.51) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 91.44) และมีนักเรียนเพียงส่วนน้อยเท่านั้นที่ตื่นนอนสาย

สำหรับการมาโรงเรียนของนักเรียนในแต่ละสังกัด นักเรียนส่วนใหญ่จะมาถึงโรงเรียนก่อนกิจกรรมหน้าเสาธง โดยนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. มาถึงโรงเรียนก่อนกิจกรรมหน้าเสาธง (ร้อยละ 85.08) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 75.79) ขณะที่นักเรียนส่วนหนึ่งถึงโรงเรียนระหว่างกิจกรรมหน้าเสาธง ซึ่งเป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน ที่มาถึงโรงเรียนระหว่างกิจกรรมหน้าเสาธง (ร้อยละ 21.54) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 13.67) และมีนักเรียนส่วนน้อยเท่านั้นที่มาถึงโรงเรียนหลังจากกิจกรรมหน้าเสาธง

ในส่วนของการใช้เวลาสำหรับการเดินทางไปโรงเรียนของนักเรียนในแต่ละสังกัด พบว่า นักเรียนส่วนมากใช้เวลาสำหรับการเดินทางไปโรงเรียนน้อยกว่า 15 นาที โดยเป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 63.26) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 52.07) สำหรับนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน ใช้เวลาเดินทางไปโรงเรียน 15-60 นาที (ร้อยละ 42.20) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 33.08) ทั้งนี้มีนักเรียนบางส่วนที่ใช้เวลาเดินทางไปโรงเรียนมากกว่า 60 นาที โดยเป็นทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 3.66) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 5.73)

การเดินทางไปโรงเรียนของนักเรียน โดยส่วนมากแล้วผู้ปกครองเป็นผู้ไปส่งนักเรียนไปโรงเรียน โดยนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. มีผู้ปกครองส่งนักเรียนไปโรงเรียน (ร้อยละ 79.33) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 71.21) ขณะที่นักเรียนบางส่วนมีบุคคลอื่นที่ส่งนักเรียนไปโรงเรียน ซึ่งเป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชนมีบุคคลอื่นที่ส่งนักเรียนไปโรงเรียน (ร้อยละ 31.72) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 19.03) และมีนักเรียนเป็นส่วนน้อยที่เดินทางไปโรงเรียนด้วยการเดิน ซึ่งพบทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 8.84) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 6.01)

ในการเดินทางไปโรงเรียนของนักเรียนในแต่ละสังกัด พบว่าในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. ได้เดินทางด้วยยานพาหนะที่หลากหลาย โดยสามอันดับแรกคือ รถมอเตอร์ไซด์ (ร้อยละ 46.06) รองลงมาคือ รถส่วนบุคคล (ร้อยละ 43.03) และรถรับจ้าง (ร้อยละ 11.99) ตามลำดับ ขณะที่นักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน ได้เดินทางด้วยพาหนะสามอันดับแรกคือ รถส่วนบุคคล (ร้อยละ 54.50) รองลงมาคือ รถมอเตอร์ไซด์ (ร้อยละ 27.56) และรถโรงเรียน (ร้อยละ 20.94) ตามลำดับ

ในส่วนของ การรับประทานอาหารเช้ากลางวันของนักเรียนขณะอยู่ที่โรงเรียน นักเรียนโดยส่วนมากมีเวลาสำหรับการรับประทานอาหารเช้ากลางวันน้อยกว่า 15 นาที ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 74.93) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 75.03) ขณะเดียวกันมีนักเรียนบางส่วนที่ได้รับประทานอาหารเช้ากลางวันมากกว่า 15 นาที ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียน สพฐ. (ร้อยละ 25.07) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 24.97)

สำหรับการเล่นของนักเรียนที่โรงเรียนในช่วงเช้าของนักเรียนในแต่ละสังกัด พบว่านักเรียนในระดับประถมศึกษาส่วนใหญ่ได้เล่นในช่วงเช้าน้อยกว่า 30 นาที ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 58.01) และนักเรียนที่เรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 56.22) ขณะที่มึนักเรียนประถมศึกษาบางส่วนได้เล่นในช่วงเช้ามามากกว่า 30 นาที ทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 26.86) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 23.83) และมีนักเรียนประถมศึกษาอีกส่วนหนึ่งที่ไม่ได้เล่นในช่วงเช้าขณะอยู่ที่โรงเรียน ซึ่งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน ไม่ได้เล่นในช่วงเช้า (ร้อยละ 19.96) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 15.12)

ในส่วนของการเล่นของนักเรียนที่โรงเรียนในช่วงเที่ยงของนักเรียนแต่ละสังกัด พบว่านักเรียนในระดับประถมศึกษาส่วนใหญ่ได้เล่นในช่วงเที่ยงมากกว่า 30 นาที ในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 56.54) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 52.49) ขณะที่มึนักเรียนประถมศึกษาส่วนหนึ่งได้เล่นในช่วงเที่ยงน้อยกว่า 30 นาที ซึ่งเป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 42.68) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 38.60) และมีนักเรียนประถมศึกษาเป็นส่วนน้อยที่ไม่ได้เล่นในช่วงเที่ยง ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 4.83) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 4.85)

ในการเล่นของนักเรียนที่โรงเรียนหลังเลิกเรียนของนักเรียนแต่ละสังกัด พบว่านักเรียนในระดับประถมศึกษาส่วนใหญ่ได้เล่นหลังเลิกเรียนมากกว่า 30 นาที โดยที่เป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. ที่ได้เล่นหลังเลิกเรียนมากกว่า 30 นาที (ร้อยละ 50.76) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 46.89) ขณะที่มึนักเรียนประถมศึกษาบางส่วนได้เล่นในช่วงหลังเลิกเรียนน้อยกว่า 30 นาที ซึ่งเป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชนได้เล่นหลังเลิกเรียนน้อยกว่า 30 นาที (ร้อยละ 38.77) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 34.60) และมีนักเรียนประถมศึกษาส่วนหนึ่งที่ไม่ได้เล่นในช่วงหลังเลิกเรียน ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 14.64) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 14.34)

สำหรับการเรียนของนักเรียนในแต่ละวันที่โรงเรียนของนักเรียนแต่ละสังกัด พบว่าโดยส่วนมากนักเรียนเรียนน้อยกว่า 6 ชั่วโมงต่อวัน โดยเป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. เรียนน้อยกว่า 6 ชั่วโมงต่อวัน (ร้อยละ 81.70) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 51.31) ในทางกลับกันนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน เรียนมากกว่า 6 ชั่วโมงต่อวัน (ร้อยละ 48.69) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 18.30)

ภายหลังจากการเรียนแต่ละวันในโรงเรียน นักเรียนในแต่ละสังกัดได้เรียนพิเศษในรายวิชาต่างๆ โดยนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. ใช้เวลาเรียนพิเศษ 1-2 ชั่วโมง (ร้อยละ 24.38) มากที่สุด สำหรับนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน ใช้เวลาเรียนพิเศษ 1-2 ชั่วโมง (ร้อยละ 28.35) และเรียนพิเศษน้อยกว่า 1 ชั่วโมง (ร้อยละ 27.04) มากที่สุด ในทางกลับกันมีนักเรียนที่ไม่ได้เรียนพิเศษหลังเลิกเรียน ซึ่งเป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. ไม่ได้เรียนพิเศษหลังเลิกเรียน (ร้อยละ 50.97) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 39.04) โดยนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. ที่เรียนพิเศษหลังเลิกเรียน ได้เรียนวิชาต่างๆ

สามอันดับแรกคือ วิชาคณิตศาสตร์ (ร้อยละ 63.44) รองลงมาคือ วิชาภาษาไทย (ร้อยละ 52.11) และวิชาภาษาอังกฤษ (ร้อยละ 41.99) ตามลำดับ ขณะที่นักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน ได้เรียนพิเศษวิชาต่างๆ หลังเลิกเรียนสามอันดับแรกคือ วิชาคณิตศาสตร์ (ร้อยละ 70.69) รองลงมาคือ วิชาภาษาไทย (ร้อยละ 63.34) วิชาภาษาอังกฤษ (ร้อยละ 62.30) และวิชาวิทยาศาสตร์ (ร้อยละ 42.70) ตามลำดับ

นอกจากนี้ภายหลังจากการเรียนแต่ละวันในโรงเรียน นักเรียนแต่ละสังกัดได้เรียนกิจกรรมต่างๆ โดยนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 19.48) ใช้เวลาเรียนกิจกรรม 1-2 ชั่วโมงมากที่สุด ขณะที่นักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน ใช้เวลาเรียนกิจกรรม 1-2 ชั่วโมง (ร้อยละ 18.70) และใช้เวลาเรียนกิจกรรมน้อยกว่า 1 ชั่วโมง (ร้อยละ 17.07) มากที่สุด ในทางกลับกันนักเรียนส่วนใหญ่ไม่ได้เรียนกิจกรรมหลังเลิกเรียน ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 60.43) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 61.07) สำหรับกิจกรรมที่นักเรียนได้เรียนหลังเลิกเรียน ในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. ได้เรียนกิจกรรมต่างๆ สามอันดับแรกคือ กีฬา (ร้อยละ 55.19) รองลงมาคือ ดนตรี (ร้อยละ 37.96) และศิลปะ (ร้อยละ 36.48) ตามลำดับ ขณะที่นักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน ได้เรียนกิจกรรมต่างๆ สามอันดับแรกคือ กีฬา (ร้อยละ 48.88) รองลงมาคือ ศิลปะ (ร้อยละ 35.71) ดนตรี (ร้อยละ 35.15) และการแสดงหรือการเต้น (ร้อยละ 8.40) ตามลำดับ

สำหรับกิจวัตรประจำวันของนักเรียนในแต่ละสังกัดหลังเลิกเรียนหลังเลิกเรียน พบว่านักเรียนได้ช่วยเหลืองานของครอบครัวหลังเลิกเรียน โดยใช้เวลาด่วนส่วนใหญ่ต่ำกว่า 1 ชั่วโมง ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 60.77) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 62.65) และมีนักเรียนเพียงส่วนน้อยที่ไม่ได้ช่วยเหลืองานของครอบครัวหลังเลิกเรียน โดยเป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. ไม่ได้ช่วยเหลืองานของครอบครัวหลังเลิกเรียน (ร้อยละ 7.53) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 4.85)

การทำการบ้านของนักเรียนในแต่ละสังกัดหลังเลิกเรียน พบว่าโดยส่วนใหญ่นักเรียนประถมศึกษาในในแต่ละสังกัดใช้เวลาต่ำกว่า 1 ชั่วโมงในการทำการบ้านหลังเลิกเรียน ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 51.93) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 52.29) โดยที่มีนักเรียนส่วนน้อยไม่ทำการบ้านหลังเลิกเรียน ทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 4.77) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 5.23)

การเล่นของนักเรียนในแต่ละสังกัดหลังเลิกเรียน พบว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. เล่นหลังเลิกเรียนน้อยกว่า 1 ชั่วโมง (ร้อยละ 34.32) และเล่นหลังเลิกเรียน 1-2 ชั่วโมง (ร้อยละ 33.84) มากที่สุด และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน เล่นหลังเลิกเรียน 1-2 ชั่วโมงมากที่สุด (ร้อยละ 36.26) โดยที่มีนักเรียนเป็นส่วนน้อยที่ไม่เล่นหลังเลิกเรียน ทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 6.22) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 6.38) รายละเอียดดังตาราง 4.15

ตาราง 4.15 จำนวนและร้อยละของกิจวัตรประจำวันของนักเรียนจำแนกตามสังกัดของสถานศึกษา

กิจวัตรประจำวันของนักเรียน	สังกัดของสถานศึกษา			
	สพฐ.		เอกชน	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
1. เวลาเข้านอนของนักเรียน				
ก่อน 20.00 น.	464	32.04	683	37.24
20.00 น. – 22.00 น.	827	57.11	958	52.24
หลัง 22.00 น.	157	10.84	193	10.52
รวม	1448	100.00	1834	100.00
2. เวลาพักผ่อนที่เพียงพอ				
มี	1105	76.31	1343	73.23
ไม่มี	343	23.69	491	26.77
รวม	1448	100.00	1834	100.00
3. การตื่นนอน				
ตื่นเช้า	1354	93.51	1677	91.44
ตื่นสาย	94	6.49	157	8.56
รวม	1448	100.00	1834	100.00
4. การมาถึงโรงเรียน				
ก่อนกิจกรรมหน้าเสาธง	1232	85.08	1390	75.79
ระหว่างกิจกรรมหน้าเสาธง	198	13.67	395	21.54
หลังกิจกรรมหน้าเสาธง	18	1.24	49	2.67
รวม	1448	100.00	1834	100.00
5. เวลาสำหรับการเดินทางไปโรงเรียน				
น้อยกว่า 15 นาที	916	63.26	955	52.07
15 – 60 นาที	479	33.08	774	42.20
มากกว่า 60 นาที	53	3.66	105	5.73
รวม	1448	100.00	1834	100.00
6. บุคคลที่ส่งนักเรียนไปโรงเรียน				
ผู้ปกครอง	1113	79.33	1291	71.21
บุคคลอื่น	267	19.03	575	31.72
นักเรียนเดินทางด้วยตัวเอง	124	8.84	109	6.01
รวม	1403	100.00	1813	100.00
7. การเดินทางไปโรงเรียน				
รถส่วนบุคคล	596	43.03	963	54.50
รถโรงเรียน	114	8.23	370	20.94
รถรับจ้าง	166	11.99	184	10.41
รถเมล์	18	1.30	25	1.41

กิจวัตรประจำวันของนักเรียน	สังกัดของสถานศึกษา			
	สพฐ.		เอกชน	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
รถมอเตอร์ไซด์	638	46.06	487	27.56
การเดิน	89	6.43	78	4.41
อื่นๆ (จักรยาน รถไฟฟ้า รถไฟ เรือ)	9	0.65	22	1.23
รวม	1385	100.00	1767	100.00
8. เวลาสำหรับการรับประทานอาหารกลางวัน				
น้อยกว่า 15 นาที	1085	74.93	1376	75.03
มากกว่า 15 นาที	363	25.07	458	24.97
รวม	1448	100.00	1834	100.00
9. เวลาสำหรับการเล่นที่โรงเรียนในช่วงเช้า				
น้อยกว่า 30 นาที	840	58.01	1031	56.22
มากกว่า 30 นาที	389	26.86	437	23.83
ไม่ได้เล่น	219	15.12	366	19.96
รวม	1448	100.00	1834	100.00
10. เวลาสำหรับการเล่นที่โรงเรียนในช่วงเที่ยง				
น้อยกว่า 30 นาที	618	42.68	708	38.60
มากกว่า 30 นาที	760	52.49	1037	56.54
ไม่ได้เล่น	70	4.83	89	4.85
รวม	1448	100.00	1834	100.00
11. เวลาสำหรับการเล่นที่โรงเรียนหลังเลิกเรียน				
น้อยกว่า 30 นาที	501	34.60	711	38.77
มากกว่า 30 นาที	735	50.76	860	46.89
ไม่ได้เล่น	212	14.64	263	14.34
รวม	1448	100.00	1834	100.00
12. ชั่วโมงเรียน				
น้อยกว่า 6 ชั่วโมง	1183	81.70	941	51.31
มากกว่า 6 ชั่วโมง	265	18.30	893	48.69
รวม	1448	100.00	1834	100.00
13. การเรียนพิเศษหลังเลิกเรียน				
ไม่ได้เรียนพิเศษ	738	50.97	716	39.04
น้อยกว่า 1 ชั่วโมง	287	19.82	496	27.04
1-2 ชั่วโมง	353	24.38	520	28.35
มากกว่า 2 ชั่วโมง	70	4.83	102	5.56
รวม	1448	100.00	1834	100.00

กิจกรรมประจำวันของนักเรียน	สังกัดของสถานศึกษา			
	สพฐ.		เอกชน	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
14. รายวิชาที่นักเรียนเรียนพิเศษหลังเลิกเรียน				
ภาษาไทย	345	52.11	672	63.34
คณิตศาสตร์	420	63.44	750	70.69
ภาษาอังกฤษ	278	41.99	661	62.30
วิทยาศาสตร์	230	34.74	453	42.70
สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม	111	16.77	198	18.66
รวม	662	100.00	1061	100.00
15. การเรียนกิจกรรมหลังเลิกเรียน				
ไม่ได้เรียนพิเศษ	875	60.43	1120	61.07
น้อยกว่า 1 ชั่วโมง	231	15.95	313	17.07
1-2 ชั่วโมง	282	19.48	343	18.70
มากกว่า 2 ชั่วโมง	60	4.14	58	3.16
รวม	1448	100.00	1834	100.00
16. กิจกรรมที่นักเรียนเรียนหลังเลิกเรียน				
ดนตรี	205	37.96	251	35.15
ศิลปะ	197	36.48	255	35.71
การแสดง/การเต้น	34	6.30	60	8.40
กีฬา	298	55.19	349	48.88
คหกรรม	23	4.26	26	3.64
รวม	540	100.00	714	100.00
17. เวลาสำหรับช่วยงานครอบครัว				
ไม่ช่วยงานครอบครัว	109	7.53	89	4.85
น้อยกว่า 1 ชั่วโมง	880	60.77	1149	62.65
1-2 ชั่วโมง	357	24.65	467	25.46
มากกว่า 2 ชั่วโมง	102	7.04	129	7.03
รวม	1448	100.00	1834	100.00
18. เวลาสำหรับทำการบ้าน				
ไม่ทำการบ้าน	69	4.77	96	5.23
น้อยกว่า 1 ชั่วโมง	752	51.93	959	52.29
1-2 ชั่วโมง	538	37.15	677	36.91
มากกว่า 2 ชั่วโมง	89	6.15	102	5.56
รวม	1448	100.00	1834	100.00
19. เวลาสำหรับเล่น				
ไม่เล่น	90	6.22	117	6.38

กิจวัตรประจำวันของนักเรียน	สังกัดของสถานศึกษา			
	สพฐ.		เอกชน	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
น้อยกว่า 1 ชั่วโมง	497	34.32	620	33.81
1-2 ชั่วโมง	490	33.84	665	36.26
มากกว่า 2 ชั่วโมง	371	25.62	432	23.56
รวม	1448	100.00	1834	100.00

การได้รับความรักจากบุคคลรอบตัวตามการรับรู้ของนักเรียนจำแนกตามสังกัดของสถานศึกษา พบว่านักเรียนระดับประถมศึกษาส่วนมากได้รับความรักจากครอบครัว ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 94.73) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 92.94) สำหรับการได้รับความรักจากเพื่อนตามการรับรู้ของนักเรียน ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 59.46) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 61.56) และการได้รับความรักจากครูตามการรับรู้ของนักเรียน นักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน ได้รับความรักจากครู (ร้อยละ 61.12) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 55.79)

การได้รับการชื่นชมจากบุคคลรอบตัวตามการรับรู้ของนักเรียนจำแนกตามสังกัดของสถานศึกษา พบว่านักเรียนระดับประถมศึกษาส่วนมากได้รับการชื่นชมจากครอบครัว ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 83.03) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 86.26) สำหรับการได้รับการชื่นชมจากเพื่อนตามการรับรู้ของนักเรียน นักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน ได้รับการชื่นชมจากเพื่อน (ร้อยละ 55.14) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 50.28) และการได้รับการชื่นชมจากครูตามการรับรู้ของนักเรียน นักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน ได้รับการชื่นชมจากครู (ร้อยละ 67.73) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 62.43)

การได้รับความช่วยเหลือเมื่อมีปัญหาจากบุคคลรอบตัวตามการรับรู้ของนักเรียนจำแนกตามสังกัดของสถานศึกษา พบว่านักเรียนระดับประถมศึกษาส่วนมากได้รับความช่วยเหลือเมื่อมีปัญหาจากครอบครัว ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 83.87) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 82.97) สำหรับการได้รับความช่วยเหลือเมื่อมีปัญหาจากเพื่อนตามการรับรู้ของนักเรียน นักเรียนได้รับความช่วยเหลือเมื่อมีปัญหาจากเพื่อนทั้งนักเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 58.73) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 60.49) และการได้รับความช่วยเหลือเมื่อมีปัญหาจากครูตามการรับรู้ของนักเรียน นักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน ได้รับความช่วยเหลือเมื่อมีปัญหาจากครู (ร้อยละ 63.74) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 56.77)

การได้รับฟังความคิดเห็นจากบุคคลรอบตัวตามการรับรู้ของนักเรียนจำแนกตามสังกัดของสถานศึกษา พบว่านักเรียนระดับประถมศึกษาส่วนมากได้รับฟังความคิดเห็นจากครอบครัว ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 77.05) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 77.50) สำหรับการได้รับฟังความคิดเห็นจากเพื่อนตามการรับรู้ของนักเรียน นักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน ได้รับฟังความคิดเห็น

จากเพื่อน (ร้อยละ 65.01) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 61.16) และการได้รับฟังความคิดเห็นจากครูตามการรับรู้ของนักเรียน ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 47.17) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 48.42)

การได้รับทัศนคติเชิงลบจากบุคคลรอบตัวตามการรับรู้ของนักเรียนจำแนกตามสังกัดของสถานศึกษา พบว่านักเรียนระดับประถมศึกษาส่วนมากได้รับทัศนคติเชิงลบจากเพื่อน ในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 84.77) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 86.09) สำหรับการได้รับทัศนคติเชิงลบจากครอบครัวตามการรับรู้ของนักเรียน เกิดขึ้นในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนเอกชน (ร้อยละ 18.61) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 15.23) และการได้รับทัศนคติเชิงลบจากครูตามการรับรู้ของนักเรียน พบทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 13.36) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 12.38)

การทะเลาะกับบุคคลรอบตัวของนักเรียนจำแนกตามสังกัดของสถานศึกษา พบว่านักเรียนระดับประถมศึกษาส่วนมากมักจะทะเลาะกับเพื่อน เป็นทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 91.03) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด (ร้อยละ 89.49) สำหรับการทะเลาะกับครอบครัวของนักเรียน นักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. จะทะเลาะกับครอบครัว (ร้อยละ 21.99) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 17.18) และการทะเลาะกับครูของนักเรียน เกิดขึ้นเป็นส่วนน้อยในทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 3.39) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 4.36) รายละเอียดดังตาราง 4.16

ตาราง 4.16 จำนวนและร้อยละของบุคคลที่ทำให้นักเรียนมีความสุขจำแนกตามสังกัดของสถานศึกษา

บุคคลที่ทำให้นักเรียนมีความสุข	สังกัดของศึกษา			
	สพฐ.		เอกชน	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
1. การได้รับความรัก				
ครอบครัว	1367	94.73	1697	92.94
เพื่อน	858	59.46	1124	61.56
ครู	805	55.79	1116	61.12
รวม	1443	100.00	1826	100.00
2. การได้รับการชื่นชม				
ครอบครัว	1189	83.03	1569	86.26
เพื่อน	720	50.28	1003	55.14
ครู	894	62.43	1232	67.73
รวม	1432	100.00	1819	100.00
3. การได้รับความช่วยเหลือเมื่อมีปัญหา				
ครอบครัว	1201	83.87	1510	82.97
เพื่อน	841	58.73	1101	60.49
ครู	813	56.77	1160	63.74

บุคคลที่ทำให้นักเรียนมีความสุข	สังกัดของศึกษา			
	สพฐ.		เอกชน	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
รวม	1432	100.00	1820	100.00
4. การได้รับฟังความคิดเห็น				
ครอบครัว	1101	77.05	1402	77.50
เพื่อน	874	61.16	1176	65.01
ครู	674	47.17	876	48.42
รวม	1429	100.00	1809	100.00
5. การได้รับทัศนคติเชิงลบ				
ครอบครัว	196	15.23	281	18.61
เพื่อน	1091	84.77	1300	86.09
ครู	172	13.36	187	12.38
รวม	1287	100.00	1510	100.00
6. การทะเลาะกับบุคคลรอบตัว				
ครอบครัว	228	17.18	343	21.99
เพื่อน	1208	91.03	1396	89.49
ครู	45	3.39	68	4.36
รวม	1327	100.00	1560	100.00

1.2. ผลการศึกษาการเปรียบเทียบระดับความสุขของเด็กไทยในวัยเรียนกลุ่มต่างๆ ที่จำแนกตามปัจจัยที่มีผลต่อความสุข

การศึกษาระดับความสุขของนักเรียนตามเพศของนักเรียน พบว่า ตัวอย่างของนักเรียนเพศชายมีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.251, SD=0.318$) และนักเรียนเพศหญิงมีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.253, SD=0.304$) การวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของเรียนตามเพศโดยใช้ Independent samples t-test พบว่า นักเรียนเพศหญิงและนักเรียนเพศชายมีความสุขไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p=.874$) รายละเอียดดังตาราง 4.17

ตาราง 4.17 การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนตามเพศของนักเรียน

เพศ	M	SD	Independent Samples Test					
			Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			
			F	Sig.	t	df	Sig.	MD
ชาย	2.251	0.318	2.019	.155	-.159	3280.000	.874	-0.002
หญิง	2.253	0.304						

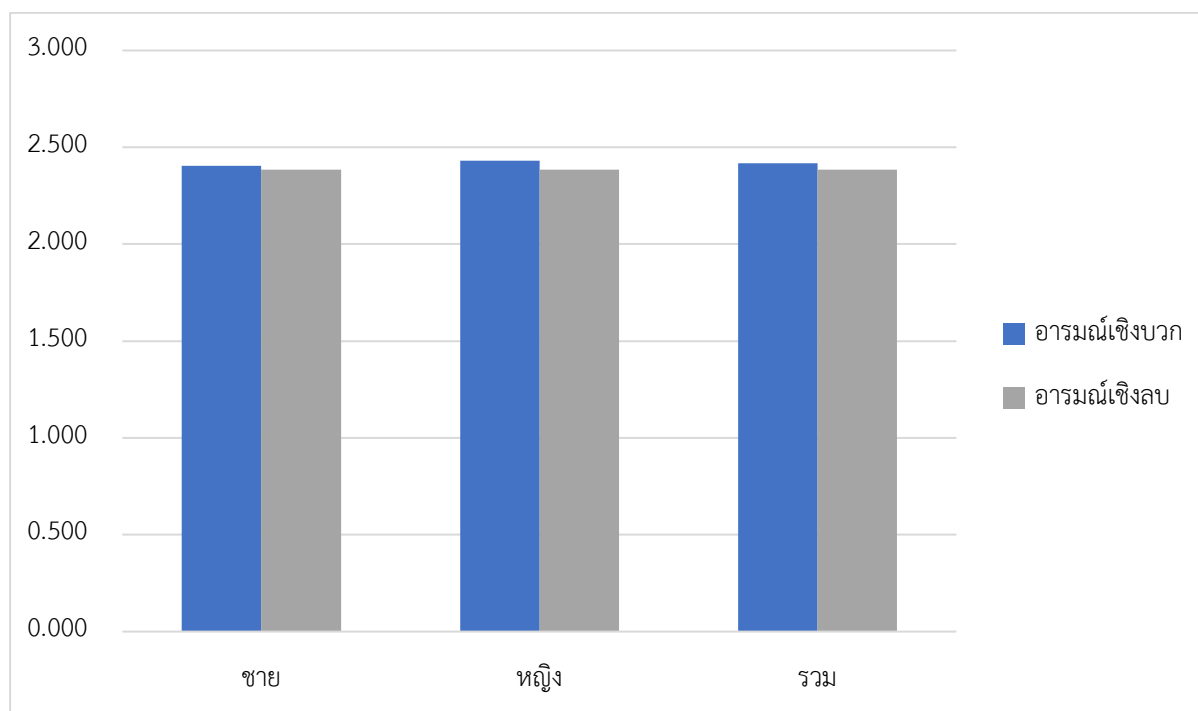
หมายเหตุ * $p<.05$

เมื่อพิจารณาตามอารมณ์ของนักเรียน พบว่าโดยภาพรวมนักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกอยู่ในระดับสูง ($M=2.419, SD=0.567$) และนักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงลบอยู่ในระดับสูง ($M=2.385, SD=0.512$) ในระดับเดียวกัน จากผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียน พบว่านักเรียนเพศหญิงหรือเพศชายต่างมีความสุขไม่แตกต่างกัน ประกอบกับการพิจารณาตามเพศของนักเรียน พบว่านักเรียนเพศหญิงรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกในระดับสูงที่สามารถสังเกตได้อย่างชัดเจน ($M=2.431, SD=0.563$) เช่นเดียวกับนักเรียนเพศชาย ($M=2.406, SD=0.570$) รายละเอียดดังตาราง 4.18

ตาราง 4.18 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอารมณ์นักเรียน โดยจำแนกตามเพศของนักเรียน

เพศ	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	M	SD	M	SD
ชาย	2.406	0.570	2.385	0.515
หญิง	2.431	0.563	2.386	0.510
รวม	2.419	0.567	2.385	0.512

การศึกษาอารมณ์เชิงลบและอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนจำแนกตามเพศ โดยภาพรวมแล้วนักเรียนมีอารมณ์เชิงลบ และอารมณ์เชิงบวกที่ไม่แตกต่างกันมากนัก เมื่อพิจารณาอารมณ์ของนักเรียนตามเพศของนักเรียน ในนักเรียนเพศชาย นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.406, SD=0.570$) และอารมณ์เชิงลบ ($M=2.385, SD=0.515$) ในระดับที่ไม่แตกต่างกันมากนัก สำหรับนักเรียนเพศหญิง มีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.431, SD=0.563$) โดยเฉลี่ยแล้วสูงกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.386, SD=0.510$) รายละเอียดดังภาพ 4.1



ภาพ 4.1 อารมณ์เชิงลบและอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนตามเพศ

การศึกษาระดับความสุขของนักเรียนจากภูมิภาคของนักเรียนทั้ง 7 ภูมิภาค พบว่า โดยภาพรวมแล้ว ตัวอย่างของนักเรียนมีระดับความสุขอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.252$, $SD=0.311$) การวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของนักเรียนจำแนกตามภูมิภาค โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) พบว่า ระดับความสุขของนักเรียนมีความแตกต่างกันตามภูมิภาคของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p<.001$) เมื่อเปรียบเทียบพหุคูณของภูมิภาคด้วยวิธีของ Games-Howell พบว่า นักเรียนที่เรียนอยู่ในภาคกลาง ภาคใต้ และภาคตะวันออกเฉียงเหนือ มีความสุขมากกว่านักเรียนที่เรียนในกรุงเทพฯ และปริมณฑล และภาคตะวันออกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และนักเรียนที่เรียนอยู่ใน ภาคใต้ มีความสุขมากกว่านักเรียนที่เรียนภาคเหนือ และภาคตะวันตกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 รายละเอียดดังตาราง 4.19

ตาราง 4.19 การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนตามภูมิภาคของนักเรียน

ภูมิภาค	N	M	SD	1-way ANOVA: Robust Tests of Equality of Means					
				แหล่งความแปรปรวน	ss	df	MS	F	Sig.
1. กรุงเทพฯ และปริมณฑล	475	2.192	0.357	Bet gr.	4.598	6	0.766	8.036	.000*
2. ภาคกลาง	506	2.290	0.289	Wit gr.	312.323	3275	0.095		
3. ภาคเหนือ	514	2.234	0.346	total	316.921	3281			
4. ภาคใต้	326	2.308	0.282	Levene's Test for Equality of Variances					
5. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	528	2.286	0.291	Levene	df1	df2	Sig.	การทดสอบ	
6. ภาคตะวันออก	408	2.226	0.280	Statistic				รายคู่	
7. ภาคตะวันตก	525	2.239	0.297	10.902	6	3275	.000*	2, 4, 5>1, 6	
รวม	3282	2.252	0.311					4>3, 7	

หมายเหตุ * $p<.05$

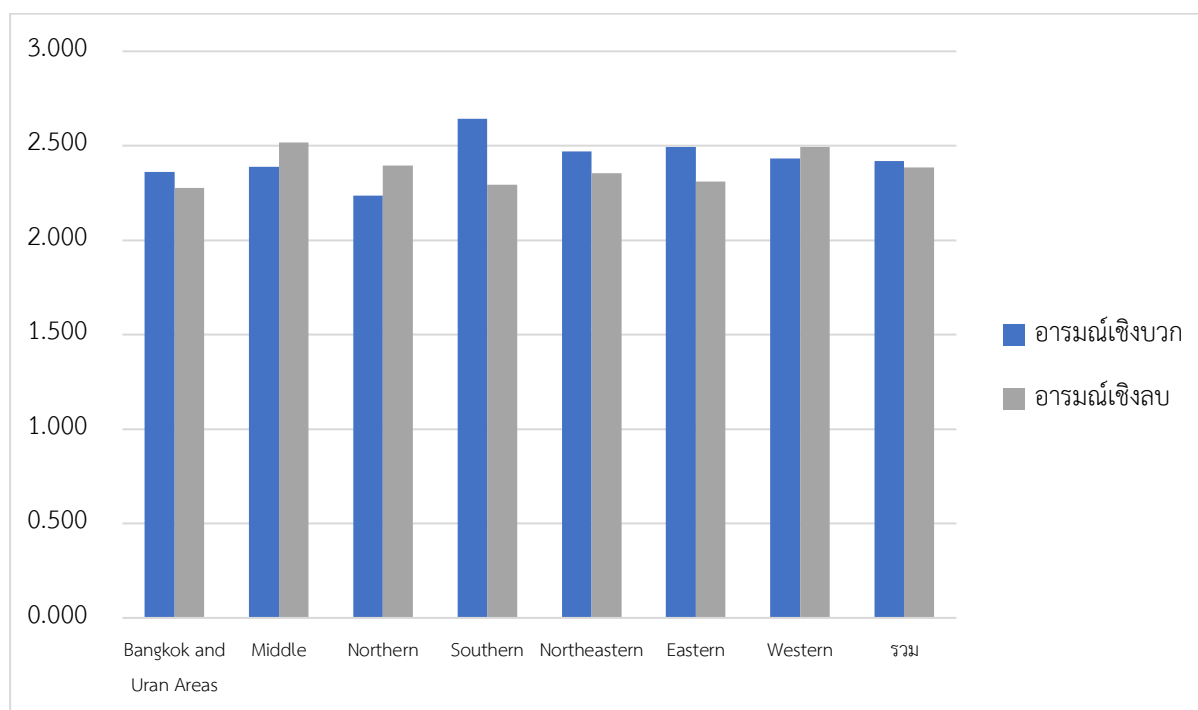
เมื่อพิจารณาตามอารมณ์ของนักเรียน พบว่าโดยภาพรวมนักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกอยู่ในระดับสูง ($M=2.419$, $SD=0.567$) และนักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงลบอยู่ในระดับสูง ($M=2.385$, $SD=0.512$) ทั้งนี้ เมื่อพิจารณาตามภูมิภาคของนักเรียน พบว่า นักเรียนที่มีภูมิภาคอยู่ทางภาคใต้รู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกในระดับที่สูงอย่างเห็นได้ชัดเจน ($M=2.642$, $SD=0.391$) ในทางกลับกันนักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงลบในระดับปานกลาง ($M=2.294$, $SD=0.485$) ซึ่งสอดคล้องกับผลการเปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียน ที่แสดงให้เห็นถึงระดับความสุขของนักเรียนในภาคใต้สูงกว่านักเรียนในหลายๆ ภูมิภาคด้วยกัน รายละเอียดดังตาราง 4.20

ตาราง 4.20 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอารมณ์นักเรียน โดยจำแนกตามภูมิภาคของนักเรียน

ภูมิภาค	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	M	SD	M	SD
1. กรุงเทพฯ และปริมณฑล	2.363	0.597	2.276	0.560
2. ภาคกลาง	2.390	0.670	2.517	0.498
3. ภาคเหนือ	2.235	0.628	2.395	0.519
4. ภาคใต้	2.642	0.391	2.294	0.485

5. ภาคตะวันออกเฉียงเหนือ	2.468	0.491	2.355	0.527
6. ภาคตะวันออก	2.493	0.428	2.311	0.461
7. ภาคตะวันตก	2.433	0.563	2.493	0.465
รวม	2.419	0.567	2.385	0.512

การศึกษาอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบของนักเรียนตามภูมิภาคของนักเรียน แสดงให้เห็นได้ว่านักเรียนที่เรียนอยู่ในภาคใต้มีภาวะอารมณ์เชิงบวกโดยเฉลี่ย ($M=2.642, SD=0.391$) สูงกว่านักเรียนที่เรียนอยู่ในภูมิภาคอื่นๆ และนักเรียนที่เรียนอยู่ในภาคเหนือ มีภาวะอารมณ์เชิงบวกโดยเฉลี่ย ($M=2.235, SD=0.628$) ต่ำกว่านักเรียนในภูมิภาคอื่นๆ มากที่สุด ในส่วนของอารมณ์เชิงลบของนักเรียน พบว่า โดยภาพรวมนักเรียนมีอารมณ์เชิงลบโดยเฉลี่ยไม่แตกต่างกันมากนัก เมื่อพิจารณาเป็นรายภูมิภาค นักเรียนที่เรียนอยู่ในภาคกลาง ($M=2.517, SD=0.498$) และภาคตะวันตก ($M=2.493, SD=0.465$) มีอารมณ์เชิงลบโดยเฉลี่ยแล้วสูงกว่าภูมิภาคอื่นๆ รายละเอียดดังภาพ 4.2



ภาพ 4.2 อารมณ์เชิงลบและอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนตามภูมิภาคของสถานศึกษา

การศึกษาระดับความสุขของนักเรียนจากระดับการศึกษาของนักเรียน พบว่า ตัวอย่างของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 1 มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.290, SD=0.320$) และนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.220, SD=0.300$) การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของเรียนจากระดับการศึกษาของนักเรียนโดยใช้ Independent samples t-test พบว่า นักเรียนในระดับประถมศึกษาปีที่ 1 และนักเรียนในระดับประถมศึกษาปีที่ 6 มีระดับความสุขที่แตกต่างกัน

กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p < .001$) เมื่อพิจารณาตามค่าเฉลี่ยในระดับความสุข พบว่านักเรียนประถมศึกษาปีที่ 1 มีความสุขมากกว่านักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 รายละเอียดดังตาราง 4.21

ตาราง 4.21 การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	M	SD	Independent Samples Test					
			Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			
			F	Sig.	t	df	Sig.	MD
ป.1	2.290	0.320	8.385	.004	6.400	3204.339	.000*	0.069
ป.6	2.220	0.300						

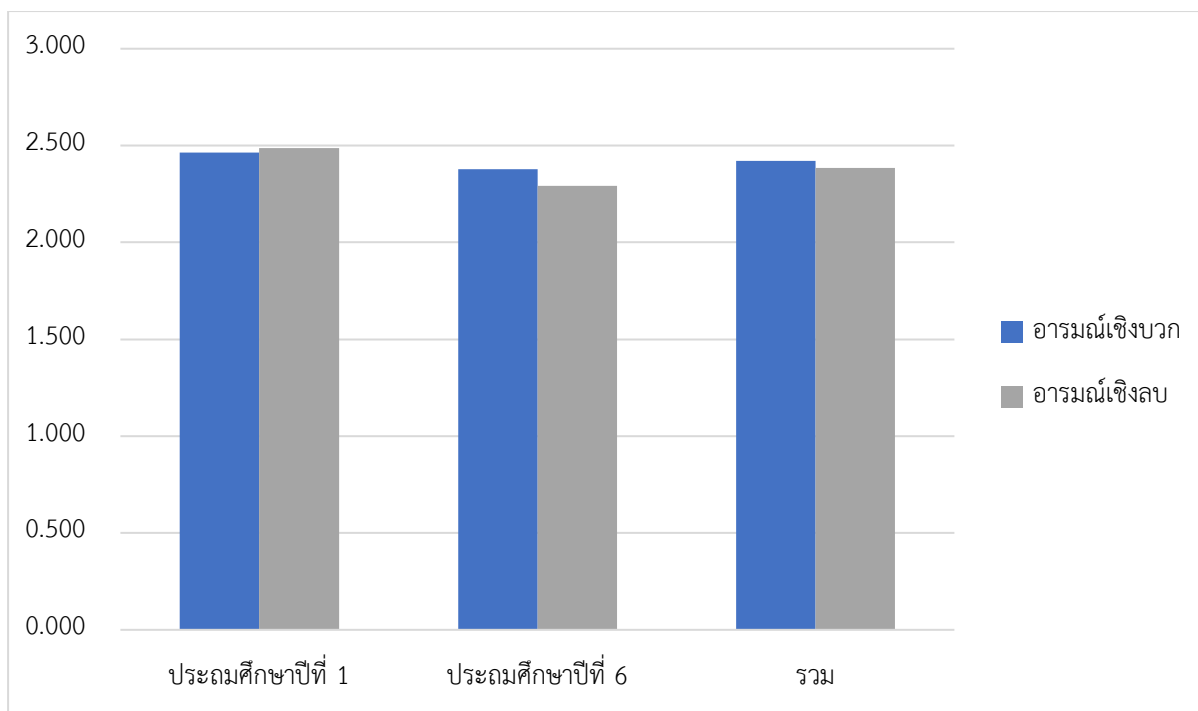
หมายเหตุ * $p < .05$

ตามผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียน แสดงให้เห็นว่าระดับความสุขของนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 มีความสุขมากกว่านักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 เมื่อพิจารณาตามอารมณ์ของนักเรียน ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของนักเรียนตามระดับการศึกษา เนื่องจากนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 รู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกในระดับที่สูงที่สามารถสังเกตได้อย่างชัดเจน ($M=2.463$, $SD=0.612$) แม้นักเรียนจะรู้สึกมีอารมณ์เชิงลบในระดับสูง ($M=2.487$, $SD=0.522$) ขณะที่นักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 มีอารมณ์เชิงบวกโดยเฉลี่ยที่น้อยกว่า ($M=2.378$, $SD=0.518$) นักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 รายละเอียดดังตาราง 4.22

ตาราง 4.22 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอารมณ์นักเรียน โดยจำแนกตามระดับการศึกษา

ระดับการศึกษา	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	M	SD	M	SD
ป.1	2.463	0.612	2.487	0.522
ป.6	2.378	0.518	2.291	0.484
รวม	2.419	0.567	2.385	0.512

การศึกษาอารมณ์เชิงลบและอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนจำแนกตามระดับการศึกษา โดยภาพรวมแล้วนักเรียนมีอารมณ์เชิงลบ และอารมณ์เชิงบวกที่ไม่แตกต่างกันมากนัก เมื่อพิจารณาอารมณ์ของนักเรียนตามสังกัดของสถานศึกษา ในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.463$, $SD=0.612$) และอารมณ์เชิงลบ ($M=2.478$, $SD=0.522$) ในระดับที่ไม่แตกต่างกันมากนัก สำหรับนักเรียนที่เรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 มีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.378$, $SD=0.518$) โดยเฉลี่ยแล้วสูงกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.291$, $SD=0.484$) รายละเอียดดังภาพ 4.3



ภาพ 4.3 อารมณ์เชิงลบและอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนตามระดับการศึกษา

การศึกษาความสุขของนักเรียนที่มีที่ตั้งของโรงเรียนระหว่างอยู่ในเมืองและนอกเมือง พบว่า นักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง มีระดับความสุขเฉลี่ยแล้วอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.270, SD=0.320$) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง มีระดับความสุขเฉลี่ยแล้วอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.250, SD=0.300$) เช่นเดียวกัน เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของเรียนระหว่างนักเรียนที่มีที่ตั้งของโรงเรียนระหว่างอยู่ในเมืองและนอกเมืองโดยใช้ Independent samples t-test พบว่า นักเรียนที่เรียนอยู่ในโรงเรียนในเมืองหรือนอกเมือง มีระดับความสุขไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p=.335$) รายละเอียดดังตาราง 4.23

ตาราง 4.23 การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนตามที่ตั้งของสถานศึกษา

ที่ตั้งของ สถานศึกษา	M	SD	Independent Samples Test					
			Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			
			F	Sig.	t	df	Sig.	MD
ในเมือง	2.270	0.320	13.326	.000	.965	3273.482	.335	0.010
นอกเมือง	2.250	0.300						

หมายเหตุ * $p<.05$

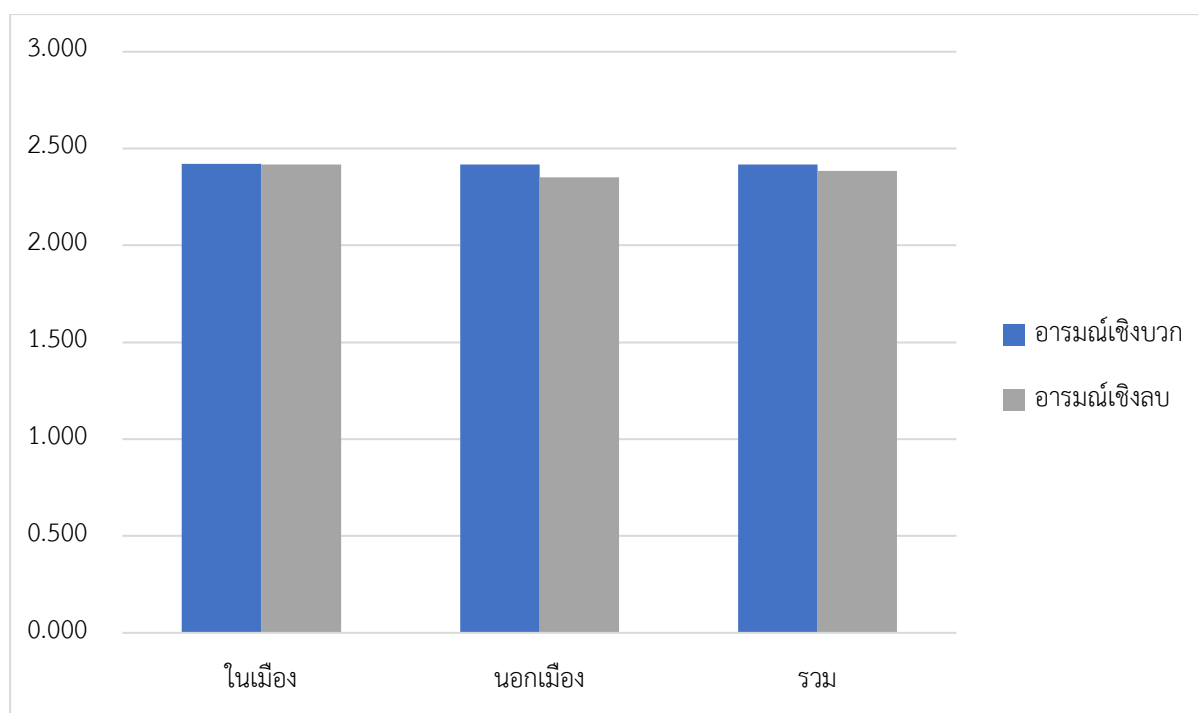
จากผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนไม่แตกต่างกันตามที่ตั้งของสถานศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลอารมณ์ของนักเรียน เมื่อพิจารณาอารมณ์ของนักเรียน พบว่านักเรียนต่างมีความรู้สึกในภาพรวมของอารมณ์เชิงบวก ($M=2.419, SD=0.567$) และอารมณ์เชิงลบอยู่ในระดับที่สูง ($M=2.385,$

$SD=0.512$) เช่นเดียวกัน ไม่ว่าจะแก่นักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง หรือนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง รายละเอียดดังตาราง 4.24

ตาราง 4.24 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอารมณ์นักเรียน โดยจำแนกตามที่ตั้งของสถานศึกษา

ที่ตั้งของสถานศึกษา	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
ในเมือง	2.420	0.556	2.417	0.513
นอกเมือง	2.418	0.578	2.353	0.510
รวม	2.419	0.567	2.385	0.512

การศึกษาอารมณ์เชิงบวก และอารมณ์เชิงลบของนักเรียน จำแนกตามที่ตั้งของสถานศึกษาของนักเรียน โดยภาพรวมแล้วนักเรียนมีอารมณ์เชิงลบ และอารมณ์เชิงบวกโดยเฉลี่ยแล้วไม่แตกต่างกันมากนัก เมื่อพิจารณาตามที่ตั้งของสถานศึกษาที่อยู่ในเมือง พบว่านักเรียนนักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.420$, $SD=0.556$) และอารมณ์เชิงลบ ($M=2.417$, $SD=0.522$) อยู่ในระดับเดียวกัน ขณะที่นักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.418$, $SD=0.578$) โดยเฉลี่ยแล้วที่สูงกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.353$, $SD=0.510$) รายละเอียดดังภาพ 4.4



ภาพ 4.4 อารมณ์เชิงลบและอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนตามที่ตั้งของสถานศึกษา

การศึกษาความสุขของนักเรียนตามสังกัดของสถานศึกษา พบว่า นักเรียนที่เรียนโรงเรียนใน สพฐ. มีระดับความสุขเฉลี่ยแล้วอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.267$, $SD=0.323$) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในสังกัดเอกชน มีระดับความสุขเฉลี่ยแล้วอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.241$, $SD=0.300$) เช่นเดียวกัน เมื่อวิเคราะห์

เปรียบเทียบความสุขของเรียนระหว่างนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในสังกัด สพฐ. และโรงเรียนในสังกัดเอกชนโดยใช้ Independent samples t-test พบว่า นักเรียนที่เรียนอยู่ในโรงเรียนสังกัด สพฐ. และโรงเรียนในสังกัดเอกชน มีระดับความสุขที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p=.017$) เมื่อพิจารณาตามค่าเฉลี่ยในระดับความสุข พบว่า นักเรียนที่เรียนโรงเรียนในสังกัด สพฐ. มีระดับความสุขมากกว่านักเรียนที่เรียนในโรงเรียนสังกัดเอกชน รายละเอียดดังตาราง 4.25

ตาราง 4.25 การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนตามสังกัดของสถานศึกษา

สังกัดของ สถานศึกษา	M	SD	Independent Samples Test					
			Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			
			F	Sig.	t	df	Sig.	MD
สพฐ.	2.267	0.323						
เอกชน	2.241	0.300	10.725	.001	2.391	2995.368	.017	0.026

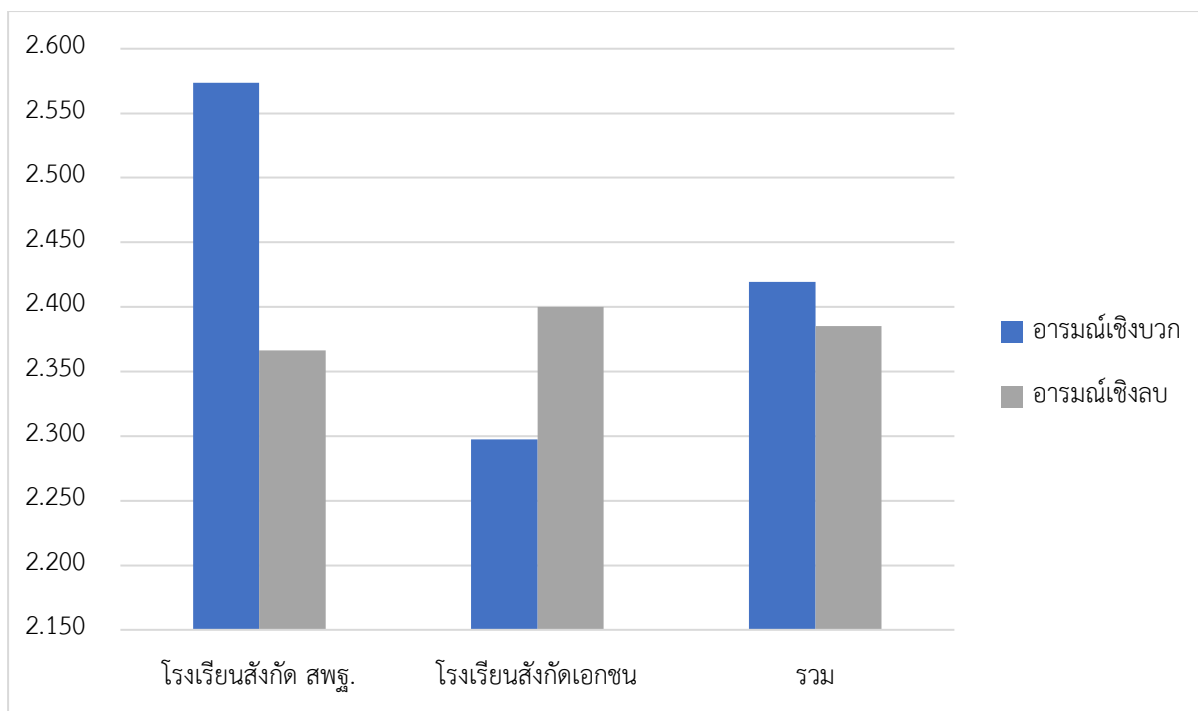
หมายเหตุ * $p<.05$

ผลการศึกษาข้อมูลอารมณ์ของนักเรียน ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนตามสังกัดของสถานศึกษา โดยที่นักเรียนที่เรียนโรงเรียนในสังกัด สพฐ. มีระดับความสุขมากกว่านักเรียนที่เรียนในโรงเรียนสังกัดเอกชน เมื่อพิจารณาข้อมูลอารมณ์ของนักเรียน พบว่า นักเรียนที่เรียนโรงเรียนในสังกัด สพฐ. มีความรู้สึกในอารมณ์เชิงบวกที่อยู่ในระดับสูง ($M=2.573$, $SD=0.416$) ขณะที่นักเรียนที่เรียนโรงเรียนเอกชน มีความรู้สึกในอารมณ์เชิงบวกที่อยู่ในระดับสูง ($M=2.298$, $SD=0.636$) ที่สามารถสังเกตได้อย่างชัดเจน รายละเอียดดังตาราง 4.26

ตาราง 4.26 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอารมณ์นักเรียน โดยจำแนกตามสังกัดของสถานศึกษา

สังกัดของสถานศึกษา	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	M	SD	M	SD
สพฐ.	2.573	0.416	2.367	0.504
เอกชน	2.298	0.636	2.400	0.519
รวม	2.419	0.567	2.385	0.512

การศึกษาอารมณ์เชิงลบและอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนจำแนกตามสังกัดของสถานศึกษา โดยภาพรวมแล้วนักเรียนมีอารมณ์เชิงลบ และอารมณ์เชิงบวกที่ไม่แตกต่างกันมากนัก เมื่อพิจารณาอารมณ์ของนักเรียนตามสังกัดของสถานศึกษา ในโรงเรียนสังกัด สพฐ. นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.573$, $SD=0.416$) ที่สูงกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.367$, $SD=0.504$) ในทางตรงกันข้ามสำหรับนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน มีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.298$, $SD=0.636$) โดยเฉลี่ยแล้วต่ำกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.400$, $SD=0.519$) รายละเอียดดังภาพ 4.5



ภาพ 4.5 อารมณ์เชิงลบและอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนตามสังกัดของสถานศึกษา

การศึกษาความสุขของนักเรียนตามความสมบูรณ์ของครอบครัวที่นักเรียนได้อาศัย พบว่า นักเรียนที่อาศัยอยู่กับพ่อหรือแม่ หรือบุคคลอื่น มีระดับความสุขโดยเฉลี่ยแล้วอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.233$, $SD=0.308$) และนักเรียนที่อาศัยอยู่กับพ่อและแม่ มีระดับความสุขโดยเฉลี่ยแล้วอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.260$, $SD=0.311$) เช่นเดียวกัน เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของเรียนตามความสมบูรณ์ของครอบครัวที่นักเรียนได้อาศัยโดยใช้ Independent samples t-test พบว่า ความสมบูรณ์ของครอบครัวที่นักเรียนได้อาศัยอยู่ระหว่างการอยู่กับพ่อและแม่ และนักเรียนที่อยู่กับพ่อหรือแม่ หรือบุคคลอื่น นักเรียนมีระดับความสุขที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p=.028$) เมื่อพิจารณาตามค่าเฉลี่ยในระดับความสุข พบว่า นักเรียนที่อาศัยอยู่กับพ่อและแม่ มีระดับความสุขมากกว่านักเรียนที่อาศัยอยู่กับพ่อหรือแม่ หรือบุคคลอื่น รายละเอียดดังตาราง 4.27

ตาราง 4.27 การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนตามความสมบูรณ์ของครอบครัว

ครอบครัวนักเรียน	M	SD	Independent Samples Test					
			Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			
			F	Sig.	t	df	Sig.	MD
ไม่สมบูรณ์	2.233	0.308	.000	.988	-2.200	3280	.028	-0.027
สมบูรณ์	2.260	0.311						

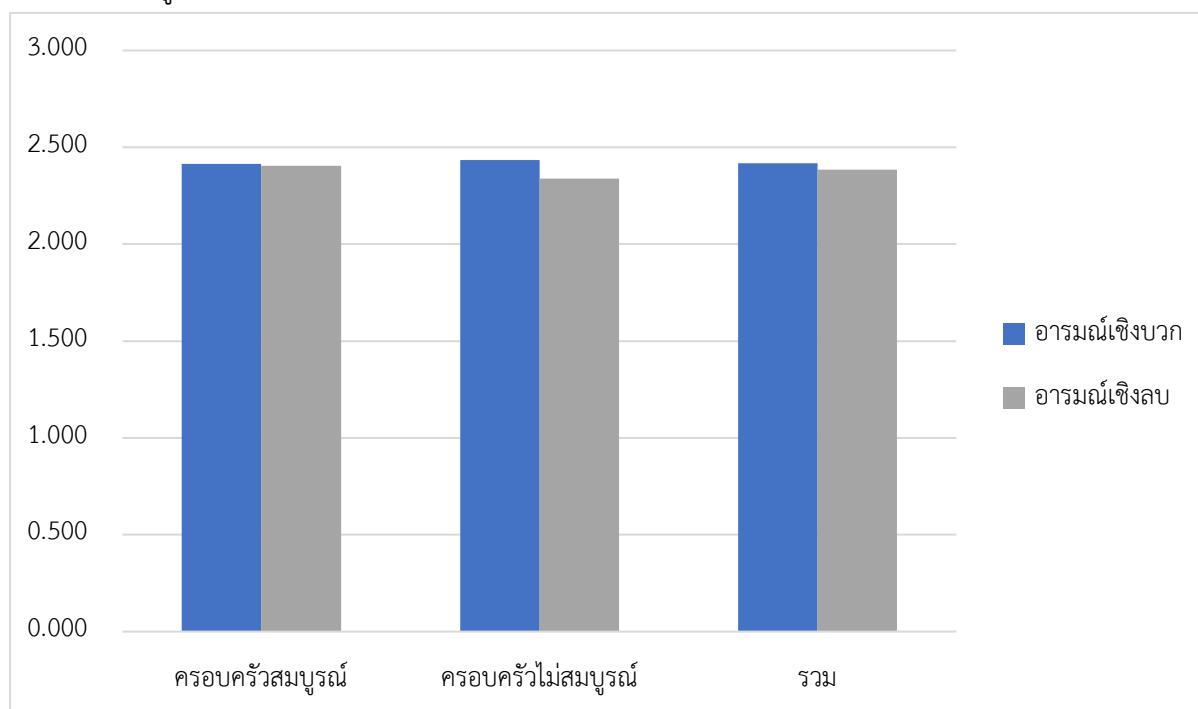
หมายเหตุ * $p<.05$

จากผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียน ซึ่งนักเรียนที่อาศัยอยู่กับพ่อและแม่ มีระดับความสุขมากกว่านักเรียนที่อาศัยอยู่กับพ่อหรือแม่ หรือบุคคลอื่น เมื่อพิจารณาข้อมูลอารมณ์ของนักเรียนพบว่า นักเรียนที่อาศัยอยู่กับพ่อและแม่หรืออยู่ในครอบครัวที่สมบูรณ์นั้น นักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกในระดับที่สูง ($M=2.413, SD=0.585$) ขณะที่นักเรียนที่อาศัยอยู่กับพ่อหรือแม่ หรือบุคคลอื่น นักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกในระดับที่สูง ($M=2.436, SD=0.516$) โดยที่นักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงลบในระดับปานกลาง ($M=2.339, SD=0.499$) แม้นักเรียนจะไม่ได้อาศัยอยู่ร่วมกับพ่อและแม่ รายละเอียดดังตาราง 4.28

ตาราง 4.28 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอารมณ์นักเรียน จำแนกตามความสมบูรณ์ของครอบครัว

ครอบครัวนักเรียน	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	M	SD	M	SD
ไม่สมบูรณ์	2.436	0.516	2.339	0.499
สมบูรณ์	2.413	0.585	2.403	0.516
รวม	2.419	0.567	2.385	0.512

การศึกษาอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบของนักเรียนจำแนกตามการอยู่อาศัยกับครอบครัว โดยภาพรวมแล้วนักเรียนมีอารมณ์เชิงลบ และอารมณ์เชิงบวกที่ไม่แตกต่างกันมากนัก เมื่อพิจารณาอารมณ์ของนักเรียนการอยู่อาศัยของครอบครัว พบว่านักเรียนที่อาศัยอยู่ร่วมกับพ่อและแม่ของนักเรียน นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.413, SD=0.585$) และอารมณ์เชิงลบ ($M=2.403, SD=0.516$) โดยเฉลี่ยแล้วไม่แตกต่างกันมากนัก สำหรับนักเรียนที่ไม่ได้อาศัยอยู่ร่วมกับพ่อและแม่ของนักเรียน มีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.436, SD=0.516$) โดยเฉลี่ยแล้วสูงกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.339, SD=0.499$) รายละเอียดดังภาพ 4.6



ภาพ 4.6 อารมณ์เชิงลบและอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนตามการอยู่อาศัยกับของครอบครัว

การศึกษาความสุขของนักเรียนจากการมีสนามหญ้าหรือสนามเด็กเล่นสำหรับการเล่นบริเวณบ้าน พบว่านักเรียนที่มีสนามหญ้าหรือสนามเด็กเล่นสำหรับการเล่นบริเวณบ้าน มีระดับความสุขโดยเฉลี่ยแล้วอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.244, SD=0.312$) และนักเรียนที่ไม่มีสนามหญ้าหรือสนามเด็กเล่นสำหรับการเล่นบริเวณบ้าน มีระดับความสุขโดยเฉลี่ยแล้วอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.264, SD=0.308$) เช่นเดียวกัน เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของเรียนจากการมีสนามหญ้าหรือสนามเด็กเล่นสำหรับการเล่นบริเวณบ้าน โดยใช้ Independent samples t-test พบว่า การมีหรือไม่มีสนามหญ้าหรือสนามเด็กเล่นสำหรับการเล่นบริเวณบ้าน นักเรียนมีระดับความสุขที่ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p=.085$) รายละเอียดดังตาราง 4.29

ตาราง 4.29 การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนตามการมีสนามหญ้า/สนามเด็กเล่น

สนามหญ้า/ สนามเด็ก เล่น	M	SD	Independent Samples Test					
			Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			
			F	Sig.	t	df	Sig.	MD
มี	2.244	0.312	.695	.405	-1.724	3280	.085	-0.019
ไม่มี	2.264	0.308						

หมายเหตุ * $p<.05$

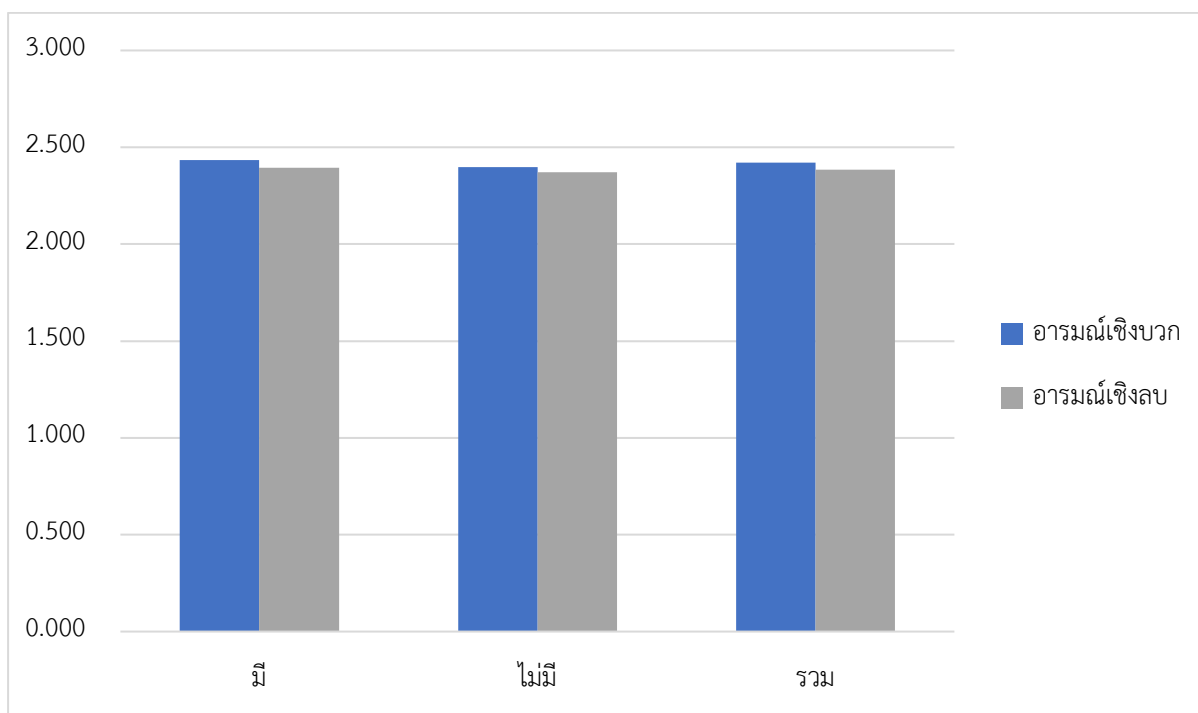
ผลการเปรียบเทียบความสุขของนักเรียนจากการมีสนามหญ้าหรือสนามเด็กเล่นสำหรับการเล่นบริเวณบ้าน ซึ่งไม่มีผลต่อระดับความสุขที่แตกต่างกันของนักเรียน แต่เมื่อพิจารณาอารมณ์ของนักเรียน พบว่านักเรียนที่มีสนามหญ้าหรือสนามเด็กเล่นบริเวณบ้าน รู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกในระดับที่สูงที่สังเกตเห็นได้ชัดเจน ($M=2.433, SD=0.561$) เช่นเดียวกับนักเรียนที่บ้านไม่มีสนามหญ้าหรือสนามเด็กเล่น ($M=2.399, SD=0.575$) แสดงให้เห็นว่านักเรียนทั้งสองกลุ่มต่างรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกในระดับที่สูงเช่นเดียวกัน รายละเอียดดังตาราง 4.30

ตาราง 4.30 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอารมณ์นักเรียน จำแนกตามการมีสนามหญ้า/สนามเด็กเล่น

สนามหญ้า/สนามเด็กเล่น	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	M	SD	M	SD
มี	2.433	0.561	2.396	0.514
ไม่มี	2.399	0.575	2.370	0.510
รวม	2.419	0.567	2.385	0.512

การศึกษาอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบของนักเรียนจำแนกตามการมีสนามเด็กเล่นหรือสนามหญ้าบริเวณบ้าน โดยภาพรวมแล้วนักเรียนมีอารมณ์เชิงลบ และอารมณ์เชิงบวกที่ไม่แตกต่างกันมากนัก เมื่อพิจารณาอารมณ์ของนักเรียนตามการมีสนามเด็กเล่นหรือสนามหญ้าบริเวณบ้าน ในนักเรียนที่มีสนามเด็กเล่นหรือสนามหญ้าบริเวณบ้าน นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.433, SD=0.561$) และอารมณ์เชิงลบ ($M=2.396, SD=0.339$) ในระดับที่ไม่แตกต่างกันมากนัก เช่นเดียวกับสำหรับนักเรียนที่ไม่มีสนามเด็กเล่นหรือสนามหญ้า

บริเวณบ้าน นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.339, SD=0.563$) และอารมณ์เชิงลบ ($M=2.370, SD=0.510$) ในระดับที่ไม่แตกต่างกันมากนัก รายละเอียดดังภาพ 4.7



ภาพ 4.7 อารมณ์เชิงลบและอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนตามการมีสนามเด็กเล่นหรือสนามหญ้าบริเวณบ้าน

การศึกษาความสุขของนักเรียนจากการมีเพื่อนเล่นที่บ้าน พบว่า นักเรียนที่มีเพื่อนเล่นที่บ้าน มีระดับความสุขโดยเฉลี่ยแล้วอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.271, SD=0.301$) และนักเรียนที่ไม่มีเพื่อนเล่นที่บ้าน มีระดับความสุขโดยเฉลี่ยแล้วอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.185, SD=0.335$) เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของเรียนจากการมีเพื่อนเล่นที่บ้าน โดยใช้ Independent samples t-test พบว่า นักเรียนที่มีเพื่อนเล่นที่บ้านมีระดับความสุขที่แตกต่างจากนักเรียนที่ไม่มีเพื่อนเล่นที่บ้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p<.001$) เมื่อพิจารณาจากค่าเฉลี่ยระดับความสุขของนักเรียน พบว่า นักเรียนที่มีเพื่อนเล่นที่บ้านมีระดับความสุขมากกว่านักเรียนที่ไม่มีเพื่อนเล่นที่บ้าน รายละเอียดดังตาราง 4.31

ตาราง 4.31 การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนตามการมีเพื่อนเล่นด้วยที่บ้าน

การมีเพื่อนเล่น	M	SD	Independent Samples Test					
			Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			
			F	Sig.	t	df	Sig.	MD
มี	2.271	0.301	23.088	.000	6.288	1086.966	.000*	0.087
ไม่มี	2.185	0.335						

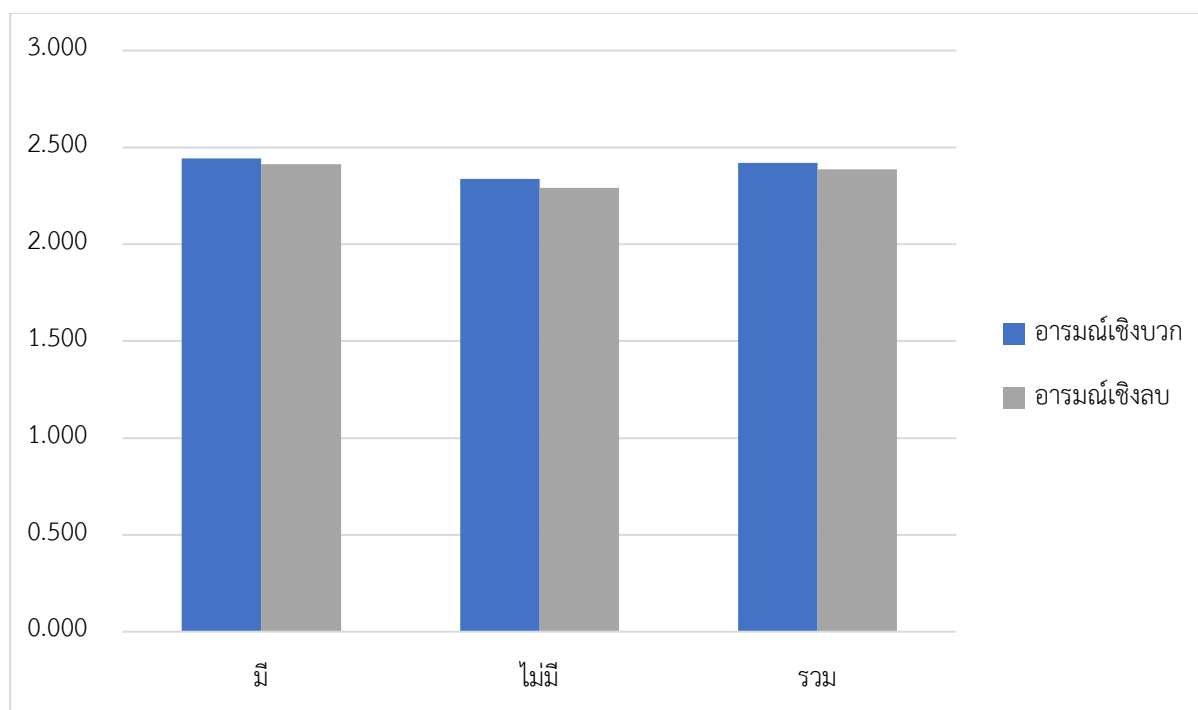
หมายเหตุ * $p<.05$

การศึกษาอารมณ์ของนักเรียน พบว่านักเรียนที่มีเพื่อนเล่นที่บ้าน นักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกในระดับที่สูง ($M=2.442, SD=0.568$) ขณะที่นักเรียนที่ไม่มีเพื่อนเล่นที่บ้านรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกในระดับปานกลาง ($M=2.339, SD=0.553$) ซึ่งสอดคล้องกับผลการเปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนที่นักเรียนที่มีเพื่อนเล่นที่บ้านมีระดับความสุขมากกว่านักเรียนที่ไม่มีเพื่อนเล่นที่บ้าน รายละเอียดดังตาราง 4.32

ตาราง 4.32 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอารมณ์นักเรียน โดยจำแนกตามการมีเพื่อนเล่น

การมีเพื่อนเล่น	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
มี	2.442	0.568	2.412	0.508
ไม่มี	2.339	0.553	2.291	0.518
รวม	2.419	0.567	2.385	0.512

การศึกษาอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบของนักเรียนจำแนกตามการมีเพื่อนเล่นของนักเรียน โดยภาพรวมแล้วนักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก และอารมณ์เชิงลบที่ไม่แตกต่างกันมากนัก เมื่อพิจารณาอารมณ์ของนักเรียนตามการมีเพื่อนเล่นของนักเรียน ในนักเรียนที่มีเพื่อนเล่นของนักเรียน นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.442, SD=0.568$) โดยเฉลี่ยแล้วไม่แตกต่างจากอารมณ์เชิงลบ ($M=2.412, SD=0.508$) มากนัก ขณะที่นักเรียนที่ไม่มีเพื่อนเล่นด้วย นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.339, SD=0.553$) โดยเฉลี่ยแล้วสูงกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.291, SD=0.518$) เล็กน้อย รายละเอียดดังภาพ 4.8



ภาพ 4.8 อารมณ์เชิงลบและอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนตามการมีเพื่อนเล่นด้วย

การศึกษาความสุขของนักเรียนจากการมีของเล่นเป็นของตัวเอง พบว่า นักเรียนที่มีของเล่นเป็นของตัวเอง มีระดับความสุขโดยเฉลี่ยแล้วอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.258, SD=0.309$) และนักเรียนที่ไม่มีของเล่นเป็นของตัวเอง มีระดับความสุขโดยเฉลี่ยแล้วอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.210, SD=0.321$) เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของเรียนจากการมีของเล่นเป็นของตัวเอง โดยใช้ Independent samples t-test พบว่า นักเรียนที่มีของเล่นเป็นของตัวเองมีระดับความสุขที่แตกต่างจากนักเรียนที่ไม่มีของเล่นเป็นของตัวเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p=.006$) เมื่อพิจารณาจากค่าเฉลี่ยระดับความสุขของนักเรียน พบว่า นักเรียนที่มีของเล่นเป็นของตัวเองมีระดับความสุขมากกว่านักเรียนที่ไม่มีของเล่นเป็นของตัวเอง รายละเอียดดังตาราง 4.33

ตาราง 4.33 การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนตามการมีของเล่นเป็นของตัวเอง

การมีของเล่น	M	SD	Independent Samples Test					
			Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			
			F	Sig.	t	df	Sig.	MD
มี	2.258	0.309	6.371	.012	2.785	504.166	.006*	0.048
ไม่มี	2.210	0.321						

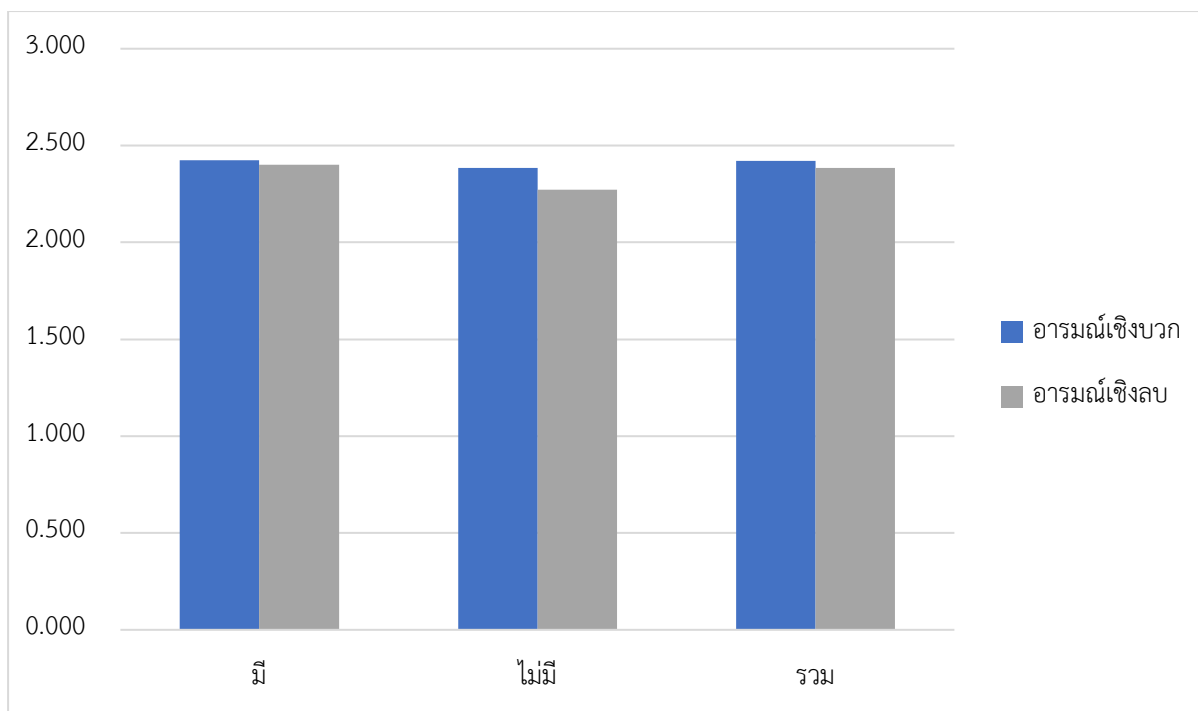
หมายเหตุ * $p<.05$

การศึกษาอารมณ์ของนักเรียน พบว่านักเรียนที่มีของเล่นเป็นของตัวเอง นักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกในระดับที่สูง ($M=2.424, SD=0.571$) ที่สังเกตได้ชัดเจน ซึ่งสอดคล้องกับผลการเปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนที่นักเรียนที่มีของเล่นเป็นของตัวเองมีระดับความสุขมากกว่านักเรียนที่ไม่มีของเล่นเป็นของตัวเอง รายละเอียดดังตาราง 4.34

ตาราง 4.34 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอารมณ์นักเรียน จำแนกตามการมีของเล่นเป็นของตัวเอง

การมีของเล่น	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	M	SD	M	SD
มี	2.424	0.571	2.401	0.511
ไม่มี	2.386	0.532	2.272	0.506
รวม	2.419	0.567	2.385	0.512

การศึกษาอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบของนักเรียนจำแนกตามการมีของเล่นเป็นของตัวเอง โดยภาพรวมแล้วนักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก และอารมณ์เชิงลบที่ไม่แตกต่างกันมากนัก เมื่อพิจารณาอารมณ์ของนักเรียนตามการมีของเล่นเป็นของตัวเอง ในนักเรียนที่มีของเล่นเป็นของตัวเอง นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.424, SD=0.571$) โดยเฉลี่ยแล้วไม่แตกต่างจากอารมณ์เชิงลบ ($M=2.401, SD=0.511$) มากนัก ขณะที่นักเรียนที่ไม่มีของเล่นเป็นของตัวเอง นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.386, SD=0.532$) โดยเฉลี่ยแล้วสูงกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.272, SD=0.506$) รายละเอียดดังภาพ 4.9



ภาพ 4.9 อารมณ์เชิงลบและอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนตามการมีของเล่นเป็นของตัวเอง

การศึกษาความสุขของนักเรียนจากหน้าที่ที่รับผิดชอบภายในบ้านของนักเรียน พบว่า ระดับความสุขของนักเรียนโดยเฉลี่ยมากมีค่าตั้งแต่ 2.236-2.318 ซึ่งระดับความสุขของนักเรียนอยู่ในระดับปานกลาง ขณะที่ระดับความสุขของนักเรียนโดยเฉลี่ยมากที่สุด เมื่อนักเรียนได้ทำงานรับจ้างทั่วไป ($M=2.318, SD=0.298$) รายละเอียดดังตาราง 4.35

ตาราง 4.35 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความสุขโดยทั่วไปของนักเรียนตามหน้าที่ที่รับผิดชอบที่บ้าน

หน้าที่ที่รับผิดชอบที่บ้าน	ความสุขโดยทั่วไปของนักเรียน			
	ทำ		ไม่ทำ	
	M	SD	M	SD
ไม่มีหน้าที่ที่รับผิดชอบ	2.226	0.356	2.256	0.303
การทำงานบ้าน	2.257	0.301	2.232	0.346
การค้าขาย	2.247	0.300	2.253	0.313
การทำไร่/นา/สวน	2.236	0.307	2.254	0.311
การดูแลคนในบ้าน	2.240	0.303	2.257	0.314
การทำงานรับจ้างทั่วไป	2.318	0.298	2.250	0.311

เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของเรียนจากการมีหน้าที่ที่รับผิดชอบที่บ้านของนักเรียน โดยใช้ Independent samples t-test พบว่า การได้ทำงานรับจ้างทั่วไปของนักเรียน เรียนมีความสุขที่แตกต่างจากนักเรียนที่ไม่ได้ทำงานรับจ้างทั่วไปอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p=.044$) เมื่อพิจารณาจากค่าเฉลี่ย

ระดับความสุขของนักเรียน พบว่า นักเรียนที่ได้ทำงานรับจ้างทั่วไปมีระดับความสุขที่มากกว่านักเรียนที่ไม่ได้ทำงานรับจ้างทั่วไป รายละเอียดดังตาราง 4.36

ตาราง 4.36 การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนตามการมีหน้าที่รับผิดชอบที่บ้าน

หน้าที่รับผิดชอบ ที่บ้าน	Independent Samples Test					
	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			
	F	Sig.	t	df	Sig.	MD
ไม่มีหน้าที่รับผิดชอบ	22.518	.000*	-1.706	556.974	.088	-0.030
การทำงานบ้าน	17.339	.000*	1.679	901.074	.093	.025
การค้าขาย	2.364	.124	-.483	3280	.629	-.007
การทำไร่/นา/สวน	0.065	.798	-0.945	3280	.345	-0.017
การดูแลคนในบ้าน	0.898	.343	-1.352	3280	.176	-0.016
การทำงานรับจ้างทั่วไป	0.499	.480	2.019	3280	.044*	.068

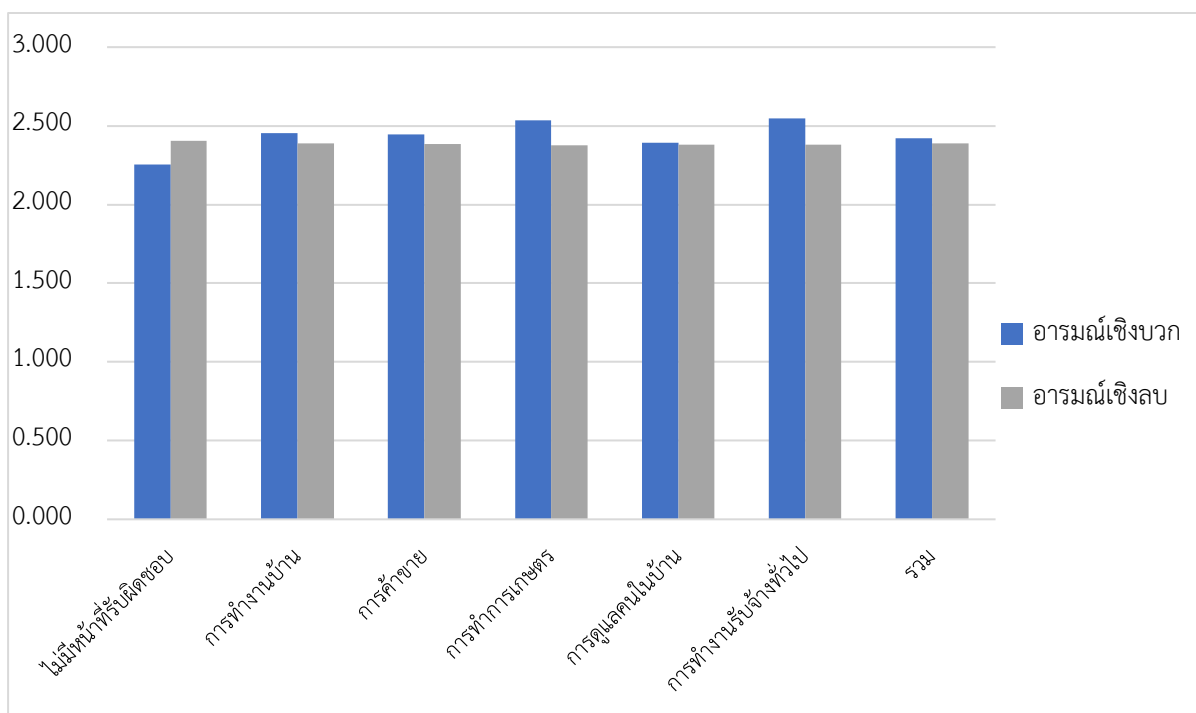
หมายเหตุ * $p < .05$

การศึกษาอารมณ์ของนักเรียน จากการมีหน้าที่รับผิดชอบภายในบ้าน พบว่า นักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวก เมื่อนักเรียนมีหน้าที่รับผิดชอบที่รับค่าตอบแทน อย่างการทำไร่ ทำนา ทำสวน ($M=2.537$, $SD=0.504$) หรือการทำงานรับจ้างทั่วไป ($M=2.547$, $SD=0.479$) ซึ่งสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์ข้างต้น ที่พบว่านักเรียนที่ได้ทำงานรับจ้างทั่วไป มีระดับความสุขมากกว่านักเรียนที่ไม่รับจ้างทำงานทั่วไป รายละเอียดดังตาราง 4.37

ตาราง 4.37 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอารมณ์นักเรียน โดยจำแนกตามหน้าที่รับผิดชอบที่บ้าน

หน้าที่รับผิดชอบที่บ้าน	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	M	SD	M	SD
ไม่มีหน้าที่รับผิดชอบ	2.253	0.653	2.407	0.496
การทำงานบ้าน	2.452	0.547	2.389	0.512
การค้าขาย	2.444	0.560	2.386	0.511
การทำไร่/นา/สวน	2.537	0.504	2.375	0.530
การดูแลคนในบ้าน	2.392	0.578	2.380	0.505
การทำงานรับจ้างทั่วไป	2.547	0.479	2.380	0.511
รวม	2.422	0.567	2.387	0.512

การศึกษาอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบของนักเรียนจำแนกตามหน้าที่รับผิดชอบที่บ้าน โดยภาพรวมแล้วนักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก และอารมณ์เชิงลบที่ไม่แตกต่างกันมากนัก เมื่อพิจารณาตามหน้าที่การรับผิดชอบของนักเรียน นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวกโดยเฉลี่ยที่สูงเมื่อนักเรียนได้ทำการเกษตร ($M=2.537$, $SD=0.504$) และการทำงานรับจ้างทั่วไป ($M=2.547$, $SD=0.479$) ขณะที่นักเรียนมีอารมณ์เชิงลบที่ค่อนข้างสูงเมื่อนักเรียนไม่ได้มีหน้าที่รับผิดชอบใดๆ ในบ้าน ($M=2.253$, $SD=0.653$) รายละเอียดดังภาพ 4.10



ภาพ 4.10 อารมณ์เชิงลบและอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนตามหน้าที่รับผิดชอบที่บ้าน

ผลการศึกษาความสุขของนักเรียนตามจำนวนเงินที่นักเรียนได้รับไปโรงเรียน พบว่า นักเรียนที่ได้รับเงินไปโรงเรียนน้อยกว่า 20 บาท มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.289$, $SD=0.325$) รองลงมา คือ นักเรียนที่ได้รับเงินไปโรงเรียน 21-60 บาท มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.247$, $SD=0.308$) และนักเรียนที่ได้รับเงินตั้งแต่ 60 บาทขึ้นไปมีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.207$, $SD=0.288$) ตามลำดับ

การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนจำแนกตามจำนวนเงินที่นักเรียนได้รับไปโรงเรียน โดยใช้สถิติทดสอบ Welch statistic แทน F-test เนื่องจากจำนวนนักเรียนในแต่ละช่วงของเงินที่ได้รับไปโรงเรียนมีจำนวนที่แตกต่างกันอย่างเห็นได้ชัด ซึ่งการใช้ F-test เป็นผลให้อำนาจในการทดสอบลดลงได้ และผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบ พบว่า ความสุขของนักเรียนตามจำนวนเงินที่นักเรียนได้รับไปโรงเรียนมีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อเปรียบเทียบพหุคูณของภูมิภาคด้วยวิธีของ Bonferroni พบว่า นักเรียนที่ได้รับเงินไปโรงเรียนน้อยกว่า 20 บาท มีระดับความสุขมากกว่านักเรียนที่ได้รับเงินไปโรงเรียน 21-60 บาท และนักเรียนที่ได้รับเงินตั้งแต่ 61 บาทขึ้นไป และนักเรียนที่ได้รับเงินไปโรงเรียน 21-60 บาท มีความสุขมากกว่านักเรียนที่ได้รับเงินตั้งแต่ 61 บาทขึ้นไป รายละเอียดดังตาราง 4.38

ตาราง 4.38 การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนตามจำนวนเงินที่ได้รับไปโรงเรียน

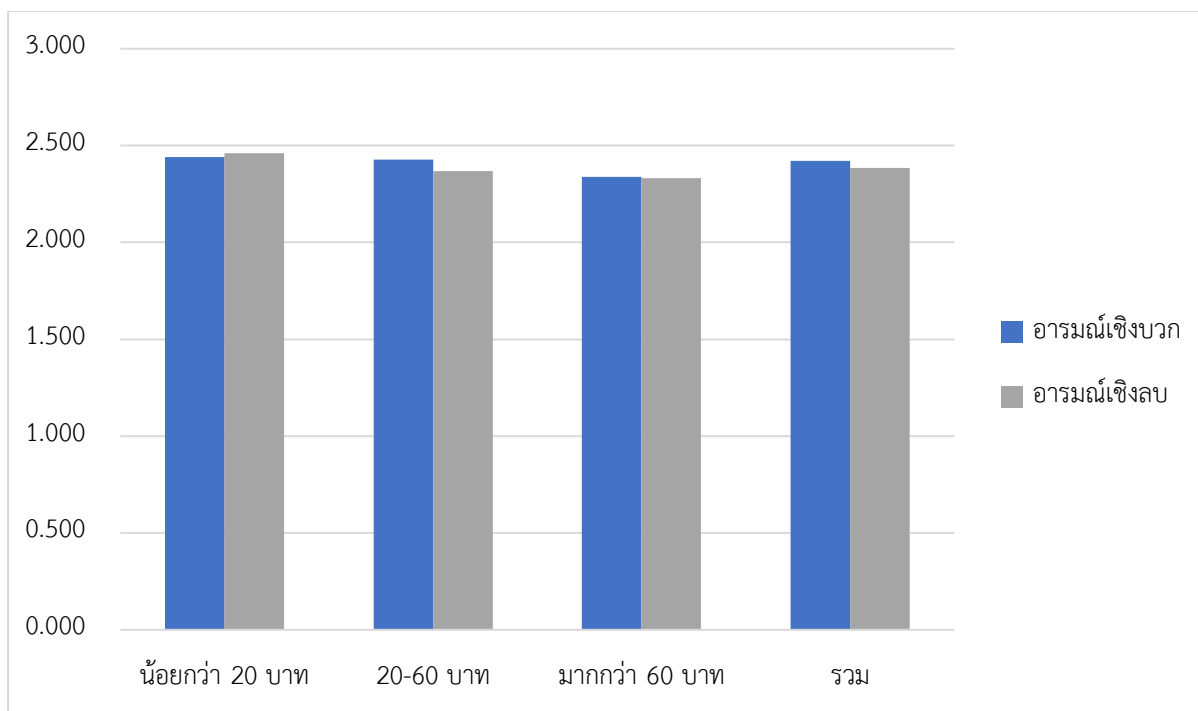
การได้รับเงินไปโรงเรียน	N	M	SD	1-way ANOVA: Robust Tests of Equality of Means			
				Welch Statistic	df1	df2	p
1. น้อยกว่า 20 บาท	797	2.289	0.325	10.445	2	1033.261	.000
2. 21-60 บาท	2068	2.247	0.308	Levene's Test for Equality of Variances			
3. 61 บาทขึ้นไป	417	2.207	0.288	6.502	2	3279	.002
รวม	3282	2.252	0.311	การทดสอบรายคู่: 1>2, 3; 3>2			

หมายเหตุ * p<.05

ตามผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบรายคู่ต่างชี้ให้เห็นว่านักเรียนที่ได้รับเงินตั้งแต่ 61 บาทขึ้นไป มีระดับความสุขที่น้อยกว่านักเรียนที่เรียนที่ได้รับเงินไปโรงเรียน 21-60 บาท และนักเรียนที่นำเงินไปโรงเรียนน้อยกว่า 20 บาท ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาอารมณ์ของนักเรียน ซึ่งนักเรียนที่ได้รับเงินตั้งแต่ 61 บาทขึ้นไปรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกในระดับปานกลาง ($M=2.337, SD=0.556$) ขณะที่นักเรียนที่เรียนที่ได้รับเงินน้อยกว่า 20 บาท ($M=2.440, SD=0.610$) และนักเรียนที่ได้รับเงิน 21-60 บาท ($M=2.428, SD=0.550$) รู้สึกมีอารมณ์ในเชิงบวกในระดับที่สูง แม้จะรู้สึกมีอารมณ์ในเชิงลบที่อยู่ในระดับสูงเช่นเดียวกัน รายละเอียดดังตาราง 4.39 ตาราง 4.39 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอารมณ์นักเรียนจำแนกตามจำนวนเงินที่รับไปโรงเรียน

การได้รับเงินไปโรงเรียน	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	M	SD	M	SD
1. น้อยกว่า 20 บาท	2.440	0.610	2.461	0.521
2. 21-60 บาท	2.428	0.550	2.367	0.511
3. 61 บาทขึ้นไป	2.337	0.556	2.332	0.487
รวม	2.419	0.567	2.385	0.512

การศึกษารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบของนักเรียนตามการได้รับเงินไปโรงเรียน โดยภาพรวมนักเรียนมีอารมณ์เชิงลบ และอารมณ์เชิงบวกที่ไม่แตกต่างกันมากนัก เมื่อพิจารณาตามจำนวนเงินที่นักเรียนได้รับในแต่ละวัน พบว่าในนักเรียนที่ได้รับเงินไปโรงเรียนระหว่าง 20-60 บาท นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.428, SD=0.550$) โดยเฉลี่ยแล้วสูงกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.367, SD=0.511$) ขณะที่นักเรียนที่ได้รับเงินไปโรงเรียนน้อยกว่า 20 บาท และมากกว่า 60 บาท มีอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบโดยเฉลี่ยแล้วไม่แตกต่างกันมากนัก รายละเอียดดังภาพ 4.11



ภาพ 4.11 อารมณ์เชิงลบและอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนตามการได้รับเงินไปโรงเรียน

การศึกษาความสุขของนักเรียนในการได้เล่นของเล่นในแต่ละวัน พบว่า นักเรียนที่ได้เล่นของเล่น มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.272, SD=0.331$) และนักเรียนที่ไม่ได้เล่นของเล่น มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.251, SD=0.309$) เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของเรียนจากการได้เล่นของเล่น โดยใช้ Independent samples t-test พบว่า ความสุขของนักเรียนจากการได้เล่นหรือไม่ได้เล่นของนักเรียน ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p=.351$) รายละเอียดดังตาราง 4.40

ตาราง 4.40 การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนจากการได้เล่นของเล่น

การได้เล่น ของเล่น	M	SD	Independent Samples Test					
			Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			
			F	Sig.	t	df	Sig.	MD
ได้เล่น	2.272	0.331	5.384	.020	.935	230.880	.351	.022
ไม่ได้เล่น	2.251	0.309						

หมายเหตุ * $p<.05$

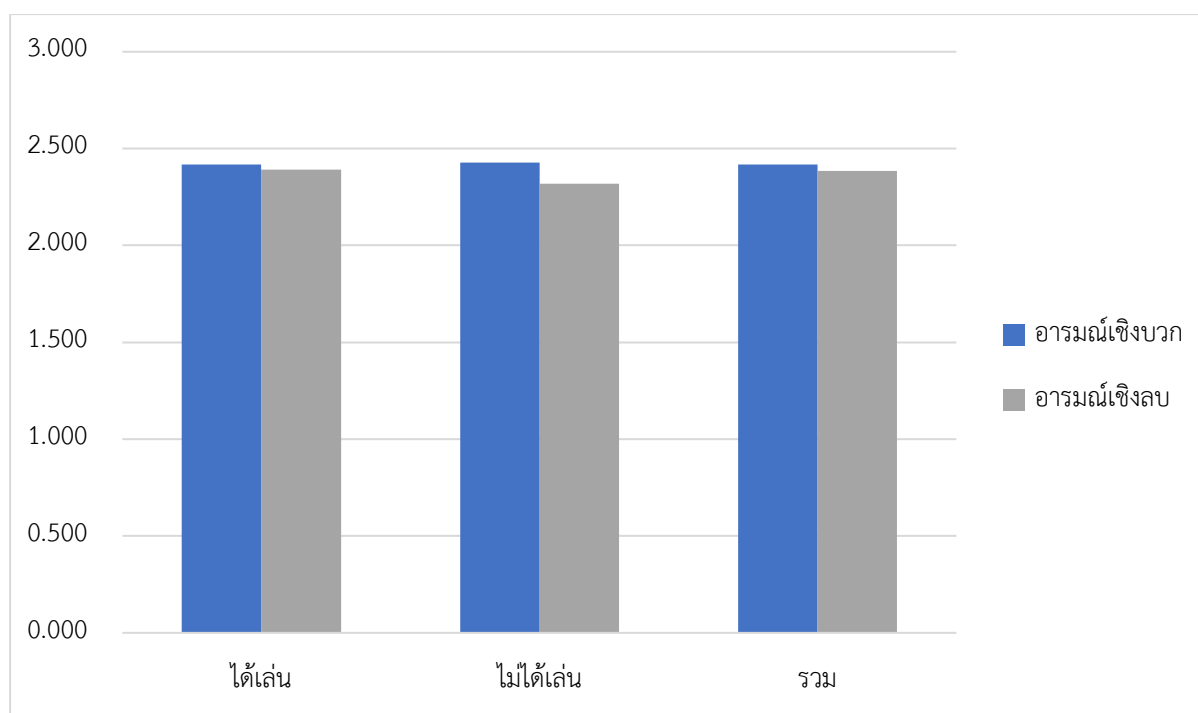
จากผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของนักเรียนจากการได้เล่นของเล่น พบว่า นักเรียนได้เล่นของเล่นหรือไม่ได้เล่นของเล่นมีระดับความสุขที่ไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลอารมณ์ของนักเรียน คือ นักเรียนต่างรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกในระดับสูงทั้งนักเรียนที่ได้เล่นของเล่น ($M=2.419, SD=0.571$) หรือไม่ได้เล่นของเล่นก็ตาม ($M=2.428, SD=0.498$) ขณะที่ได้เล่นของเล่นนั้น เป็นผลให้นักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงลบใน

ระดับสูง ($M=2.390, SD=0.513$) ในทางกลับกันนักเรียนที่ไม่ได้เล่นของเล่น นักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงลบในระดับปานกลาง ($M=2.318, SD=0.503$) รายละเอียดดังตาราง 4.41

ตาราง 4.41 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอารมณ์นักเรียน โดยจำแนกตามการได้เล่นของเล่น

การได้เล่นของเล่น	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
ไม่ได้เล่น	2.428	0.498	2.318	0.503
ได้เล่น	2.419	0.571	2.390	0.513
รวม	2.419	0.567	2.385	0.512

การศึกษาอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบของนักเรียนตามการได้เล่นของเล่นของนักเรียน โดยภาพรวมนักเรียนมีอารมณ์เชิงลบ และอารมณ์เชิงบวกที่ไม่แตกต่างกันมากนัก เมื่อพิจารณาตามการได้เล่นของนักเรียน พบว่าในนักเรียนที่ได้เล่นของเล่น นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.419, SD=0.571$) โดยเฉลี่ยแล้วสูงกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.390, SD=0.513$) เล็กน้อย ขณะที่นักเรียนที่ไม่ได้เล่นของเล่น นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวกโดยเฉลี่ยสูงกว่า ($M=2.428, SD=0.498$) อารมณ์เชิงลบ ($M=2.318, SD=0.503$) รายละเอียดดังภาพ 4.12



ภาพ 4.12 อารมณ์เชิงลบและอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนตามการได้เล่นของเล่น

ทั้งนี้ ผู้วิจัยจึงได้ศึกษาความสุขของนักเรียนตามช่วงเวลาการได้เล่นของเล่นของนักเรียน พบว่า โดยภาพรวมนักเรียนต่างมีความสุขอยู่ในระดับปานกลาง โดยที่นักเรียนที่ไม่ได้เล่น มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.273, SD=0.331$) รองลงมาคือ นักเรียนที่ได้เล่นของเล่น 1-2 ชั่วโมง มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่

ในระดับปานกลาง ($M=2.264, SD=0.296$) นักเรียนที่ได้เล่นของเล่นน้อยกว่า 1 ชั่วโมง มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.262, SD=0.315$) และนักเรียนที่ได้เล่นของเล่นมากกว่า 2 ชั่วโมงขึ้นไปมีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.217, SD=0.317$) ตามลำดับ

การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนจำแนกตามช่วงเวลาการเล่นของเล่นของนักเรียนในแต่ละวัน โดยใช้สถิติทดสอบ Welch statistic แทน F-test เนื่องจากจำนวนนักเรียนในแต่ละช่วงของเวลา มีจำนวนที่แตกต่างกัน การใช้ F-test เป็นผลให้อ่านงานในการทดสอบลดลงได้ และผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบ พบว่า นักเรียนมีความสุขที่ต่างกันตามช่วงเวลาการเล่นของเล่นของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อเปรียบเทียบพหุคูณของภูมิภาคด้วยวิธีของ Games-Howell พบว่า นักเรียนที่ได้เล่นของเล่นเป็นเวลาน้อยกว่า 1 ชั่วโมง และนักเรียนที่เล่นของเล่นเป็นเวลา 1-2 ชั่วโมงในแต่ละวันมีความสุขมากกว่านักเรียนที่เล่นของเล่นมากกว่า 2 ชั่วโมง รายละเอียดดังตาราง 4.42

ตาราง 4.42 การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนจากการใช้เวลาสำหรับเล่นของเล่น

การได้เล่นของเล่น	N	M	SD	1-way ANOVA: Robust Tests of Equality of Means			
				Welch Statistic	df1	df2	Sig.
1. ไม่ได้เล่น	207	2.273	0.331	4.567	3	861.968	.004
2. เล่นน้อยกว่า 1 ชั่วโมง	1117	2.262	0.315	Levene's Test for Equality of Variances			
3. เล่น 1-2 ชั่วโมง	1155	2.264	0.296	4.751	3	3278	.003
4. เล่นมากกว่า 2 ชั่วโมง	803	2.217	0.317	การทดสอบรายคู่ 2, 3>4			
รวม	3282	2.252	0.311				

หมายเหตุ * $p<.05$

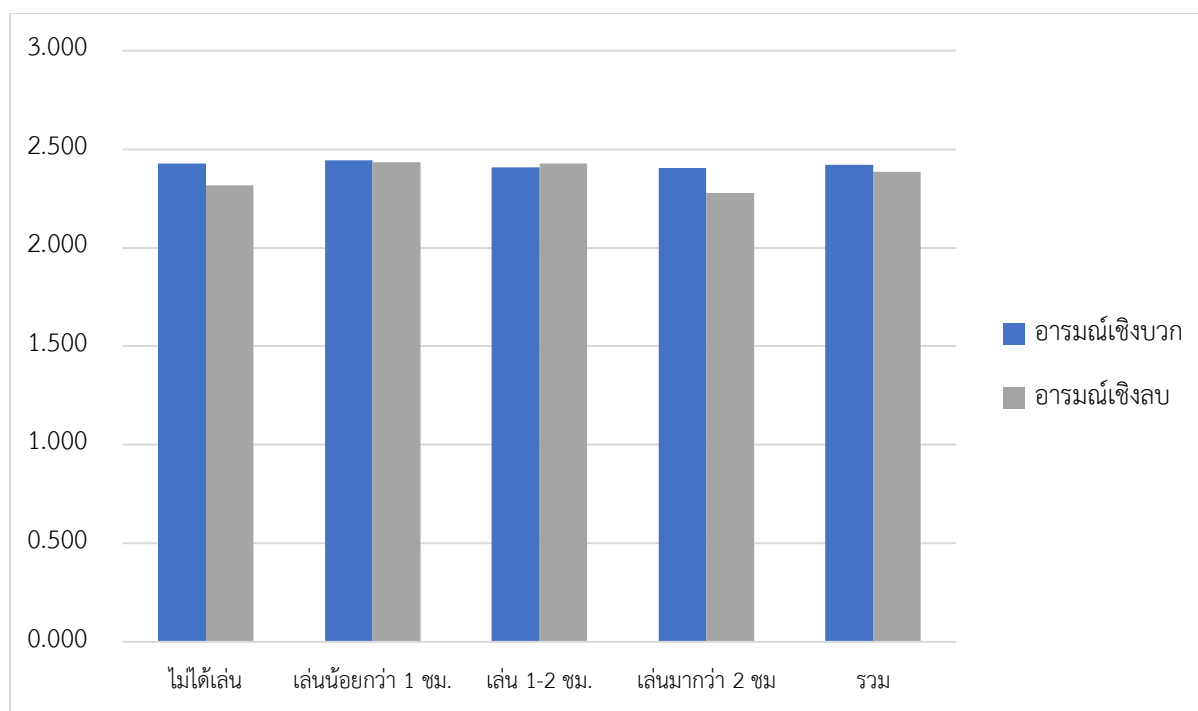
การวิเคราะห์เปรียบเทียบการได้เล่นของเล่นของนักเรียนตามช่วงเวลา แสดงให้เห็นว่านักเรียนที่ได้เล่นของเล่นเป็นเวลาน้อยกว่า 1 ชั่วโมง และนักเรียนที่เล่นของเล่นเป็นเวลา 1-2 ชั่วโมงในแต่ละวันมีความสุขมากกว่านักเรียนที่เล่นของเล่นมากกว่า 2 ชั่วโมง ทั้งนี้ เมื่อพิจารณาข้อมูลอารมณ์ของนักเรียน พบว่า ไม่ว่านักเรียนจะใช้เวลาเล่นน้อยกว่า 1 ชั่วโมง ($M=2.443, SD=0.591$) เล่นน้อยกว่า 1-2 ชั่วโมง ($M=2.406, SD=0.587$) หรือเล่นมากกว่า 2 ชั่วโมง ($M=2.403, SD=0.517$) นักเรียนต่างรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกในระดับที่สูง โดยเฉพาะนักเรียนใช้เวลาเล่นมากกว่า 2 ชั่วโมง นักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงลบในระดับปานกลาง นักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงลบในระดับปานกลาง ($M=2.277, SD=0.513$) ขณะที่นักเรียนกลุ่มอื่นต่างรู้สึกในอารมณ์เชิงลบในระดับสูง รายละเอียดดังตาราง 4.43

ตาราง 4.43 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอารมณ์นักเรียน จำแนกตามเวลาการเล่นของเล่น

เวลาในการเล่นของเล่น	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	M	SD	M	SD
1. ไม่ได้เล่น	2.428	0.498	2.318	0.503
2. เล่นน้อยกว่า 1 ชั่วโมง	2.443	0.591	2.434	0.517
3. เล่น 1-2 ชั่วโมง	2.406	0.587	2.426	0.497

เวลาในการได้เล่นของเล่น	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
4. เล่นมากกว่า 2 ชั่วโมง	2.403	0.517	2.277	0.513
รวม	2.419	0.567	2.385	0.512

การศึกษาอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบของนักเรียนจากการใช้เวลาสำหรับการเล่นของเล่น โดยภาพรวมนักเรียนมีอารมณ์เชิงลบ และอารมณ์เชิงบวกที่ไม่แตกต่างกันมากนัก เมื่อพิจารณาตามเวลาการเล่นของนักเรียน พบว่าใช้เวลาสำหรับการเล่นของนักเรียนเป็นเวลามากกว่า 2 ชั่วโมง นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.403, SD=0.517$) โดยเฉลี่ยแล้วสูงกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.277, SD=0.513$) อย่างเห็นได้ชัดเจนน ทั้งนี้ นักเรียนที่ไม่ได้เล่นของเล่นนักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.428, SD=0.498$) สูงกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.318, SD=0.503$) เช่นเดียวกัน ขณะที่นักเรียนที่ได้เล่นน้อยกว่า 1 ชั่วโมง หรือเล่น 1-2 ชั่วโมง นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบที่ไม่แตกต่างกันมากนัก รายละเอียดดังภาพ 4.13



ภาพ 4.13 อารมณ์เชิงลบและอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนตามการใช้เวลาสำหรับการเล่นของเล่น

การศึกษาความสุขของนักเรียนจากการได้เล่นในช่วงเช้าในแต่ละวัน พบว่า นักเรียนที่ไม่ได้เล่นหรือเล่นน้อยกว่า 30 นาทีในช่วงเช้า มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.254, SD=0.310$) และนักเรียนที่ได้เล่นในช่วงเช้ามากกว่า 30 นาที มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.248, SD=0.314$) เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของเรียนจากการได้เล่นในช่วงเช้าของนักเรียน โดยใช้ Independent samples t-test พบว่า ความสุขของนักเรียนจากการได้เล่นหรือไม่ได้เล่นในช่วงเช้าของนักเรียน ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p=.644$) รายละเอียดดังตาราง 4.44

ตาราง 4.44 การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนตามการเล่นในช่วงเวลาเช้า

การเล่นในช่วง เวลาเช้า	M	SD	Independent Samples Test					
			Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			
			F	Sig.	t	df	Sig.	MD
ไม่ได้เล่นหรือเล่นน้อยกว่า 30 นาที	2.254	0.310	.001	.969	.463	3280	.644	.006
เล่นมากกว่า 30 นาที	2.248	0.314						

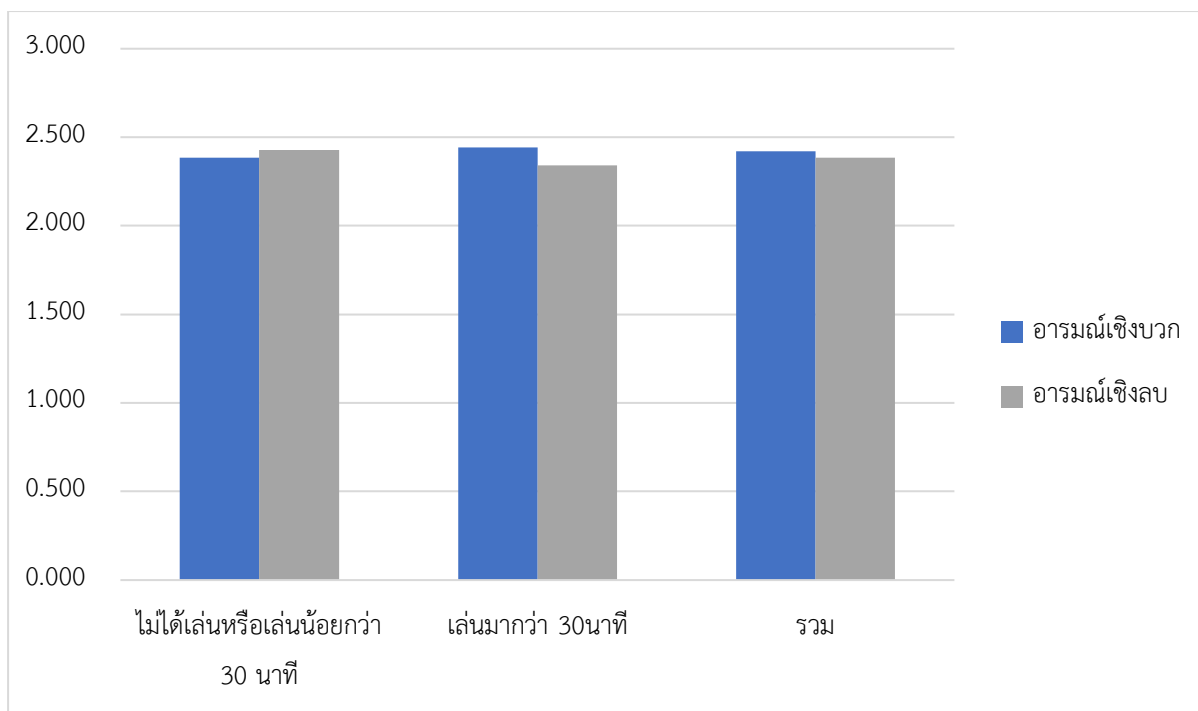
หมายเหตุ * p<.05

ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนจากการใช้เวลาสำหรับการเล่นในช่วงเช้า ปรากฏว่านักเรียนที่ไม่ได้เล่นหรือได้เล่นน้อยกว่า 30 นาที และนักเรียนที่เล่นมากกว่า 30 นาที ต่างมีความสุขไม่แตกต่างกัน เมื่อพิจารณาข้อมูลอารมณ์ของนักเรียน ซึ่งให้เห็นได้ว่านักเรียนต่างรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกในระดับที่สูงไม่ว่าจะได้เล่นหรือได้เล่นน้อยกว่า 30 นาที ($M=2.412, SD=0.579$) หรือการได้เล่นมากกว่า 30 นาที ($M=2.441, SD=0.530$) ขณะที่นักเรียนที่เล่นมากกว่า 30 นาที นักเรียนจะรู้สึกมีอารมณ์เชิงลบในระดับปานกลาง ($M=2.343, SD=0.496$) ซึ่งตรงข้ามกับนักเรียนที่ไม่ได้เล่นหรือเล่นน้อยกว่า 30 นาทีที่นักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงลบอยู่ในระดับสูง ($M=2.400, SD=0.517$) รายละเอียดดังตาราง 4.45

ตาราง 4.45 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอารมณ์นักเรียน โดยจำแนกตามการเล่นในช่วงเวลาเช้า

การเล่นในช่วงเวลาเช้า	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	M	SD	M	SD
ไม่ได้เล่นหรือเล่นน้อยกว่า 30 นาที	2.412	0.579	2.400	0.517
เล่นมากกว่า 30 นาที	2.441	0.530	2.343	0.496
รวม	2.419	0.567	2.385	0.512

การศึกษาอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบของนักเรียนจากการเล่นในช่วงเช้า โดยภาพรวมนักเรียนมีอารมณ์เชิงลบ และอารมณ์เชิงบวกที่ไม่แตกต่างกันมากนัก เมื่อพิจารณาตามเวลาการเล่นของนักเรียนในช่วงเช้า พบว่านักเรียนที่ไม่ได้เล่นหรือเล่นน้อยกว่า 30 นาที นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.412, SD=0.579$) และอารมณ์เชิงลบ ($M=2.400, SD=0.517$) ไม่แตกต่างกันมากนัก ขณะที่นักเรียนที่ได้เล่นมากกว่า 30 นาที นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.441, SD=0.530$) มากกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.343, SD=0.496$) รายละเอียดดังภาพ 4.14



ภาพ 4.14 อารมณ์เชิงลบและอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนตามการเล่นในช่วงเช้า

การศึกษาความสุขของนักเรียนจากการได้เล่นในช่วงเที่ยงในแต่ละวัน พบว่า นักเรียนที่ไม่ได้เล่นหรือเล่นน้อยกว่า 30 นาทีในช่วงเที่ยง มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.252, SD=0.317$) และนักเรียนที่ได้เล่นในช่วงเที่ยงมากกว่า 30 นาที มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.252, SD=0.305$) เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของนักเรียนจากการได้เล่นในช่วงเที่ยงของนักเรียน โดยใช้ Independent samples t-test พบว่า ความสุขของนักเรียนจากการได้เล่นหรือไม่ได้เล่นในช่วงเที่ยงของนักเรียน ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p=.997$) รายละเอียดดังตาราง 4.46

ตาราง 4.46 การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนตามการเล่นในช่วงเวลาที่ยัง

การเล่นในช่วงเวลาที่ยัง	M	SD	Independent Samples Test					
			Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			
			F	Sig.	t	df	Sig.	MD
ไม่ได้เล่นหรือเล่นน้อยกว่า 30 นาที	2.252	0.317	2.641	.104	-.003	3280	.997	-.00004
เล่นมากกว่า 30 นาที	2.252	0.305						

หมายเหตุ * $p<.05$

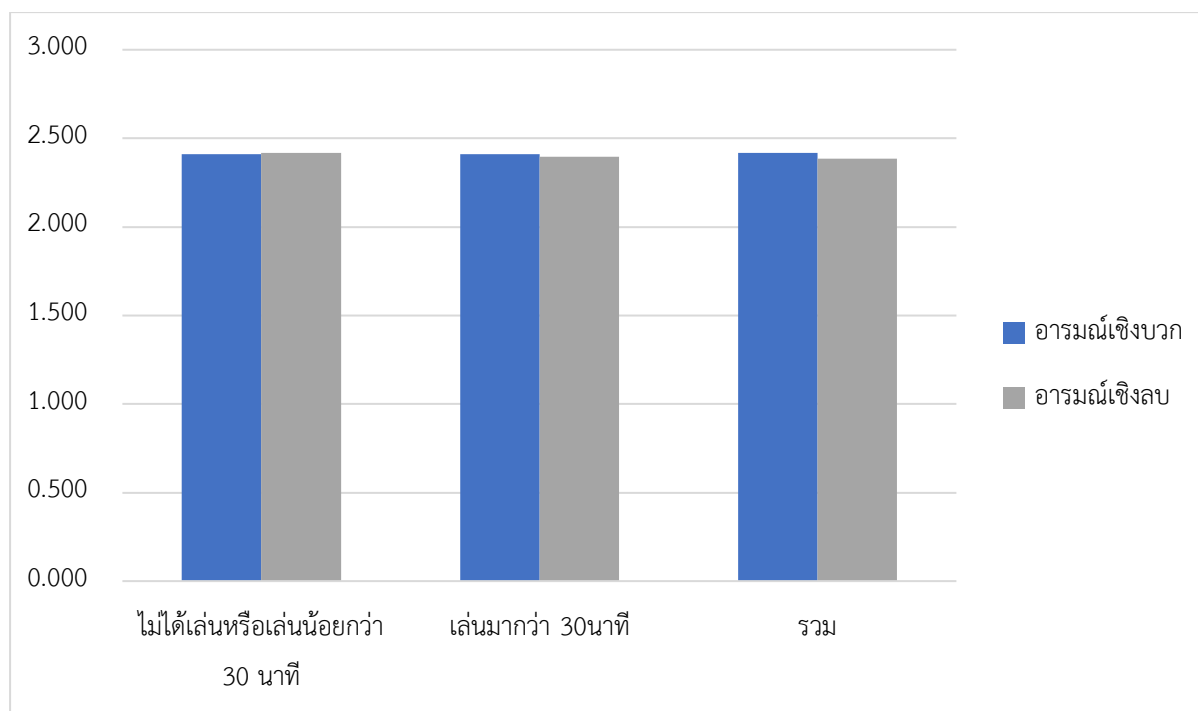
ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนจากการใช้เวลาสำหรับการเล่นในช่วงเที่ยง แสดงให้เห็นว่านักเรียนที่ไม่ได้เล่นหรือได้เล่นน้อยกว่า 30 นาที และนักเรียนที่เล่นมากกว่า 30 นาที ต่างมีความสุขไม่แตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลอารมณ์ของนักเรียน ซึ่งให้เห็นได้ว่านักเรียนต่างรู้สึกมีอารมณ์เชิง

บวกรในระดับที่สูงไม่ว่าจะไม่ได้เล่นหรือได้เล่นน้อยกว่า 30 นาที ($M=2.411, SD=0.558$) หรือการได้เล่นมากกว่า 30 นาที ($M=2.409, SD=0.574$) เช่นเดียวกัน รายละเอียดดังตาราง 4.47

ตาราง 4.47 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอารมณ์นักเรียน โดยจำแนกตามการได้เล่นในช่วงเวลาเที่ยง

การเล่นในช่วงเวลาเที่ยง	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
ไม่ได้เล่นหรือเล่นน้อยกว่า 30 นาที	2.411	0.558	2.418	0.501
เล่นมากกว่า 30 นาที	2.409	0.574	2.394	0.522
รวม	2.419	0.567	2.385	0.512

การศึกษาอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบของนักเรียนจากการเล่นในช่วงเที่ยง โดยภาพรวมนักเรียนมีอารมณ์เชิงบวกโดยเฉลี่ย ($M=2.419, SD=0.567$) สูงกว่าอารมณ์เชิงลบเล็กน้อย ($M=2.385, SD=0.512$) เมื่อพิจารณาตามเวลาการเล่นของนักเรียนในช่วงเที่ยง พบว่านักเรียนที่ไม่ได้เล่นหรือเล่นน้อยกว่า 30 นาที นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.411, SD=0.558$) และอารมณ์เชิงลบ ($M=2.418, SD=0.501$) ไม่แตกต่างกันมากนัก ขณะที่นักเรียนที่ได้เล่นมากกว่า 30 นาที นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.409, SD=0.574$) มากกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.394, SD=0.522$) รายละเอียดดังภาพ 4.15



ภาพ 4.15 อารมณ์เชิงลบและอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนตามการเล่นในช่วงเที่ยง

การศึกษาความสุขของนักเรียนจากการได้เล่นในช่วงเวลาเย็นในแต่ละวัน พบว่า นักเรียนที่ไม่ได้เล่นหรือเล่นน้อยกว่า 30 นาทีในช่วงเวลาเย็น มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.241, SD=0.312$) และนักเรียนที่ได้เล่นในช่วงเวลาเย็นมากกว่า 30 นาที มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.264,$

$SD=0.309$) เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของเรียนจากการได้เล่นในช่วงเวลาเย็นของนักเรียน โดยใช้ Independent samples t-test พบว่า ความสุขของนักเรียนจากการได้เล่นหรือไม่ได้เล่นในช่วงเวลาเย็นของนักเรียน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p=.033$) รายละเอียดดังตาราง 4.48

ตาราง 4.48 การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนตามการเล่นในช่วงเวลาเย็น

การเล่นในช่วงเวลาเย็น	M	SD	Independent Samples Test					
			Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			
			F	Sig.	t	df	Sig.	MD
ไม่ได้เล่นหรือเล่นน้อยกว่า 30 นาที	2.241	0.312	1.513	.219	-2.134	3280	.033	-0.023
เล่นมากกว่า 30 นาที	2.264	0.309						

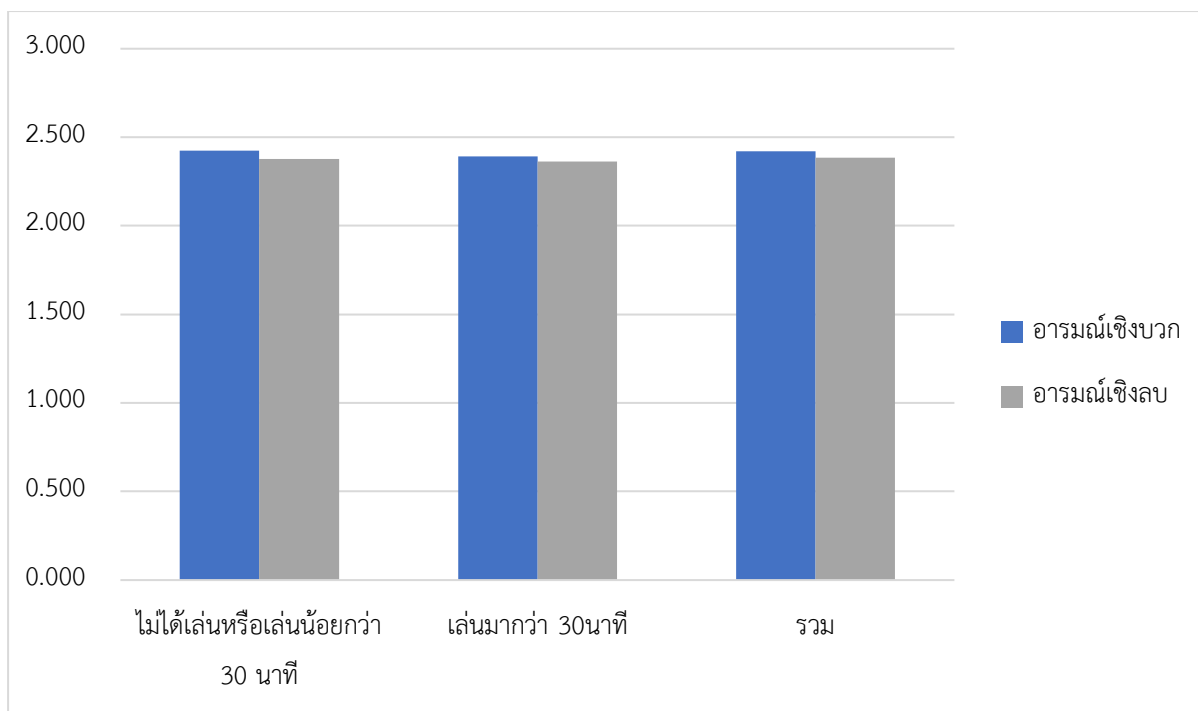
หมายเหตุ * $p<.05$

ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนจากการใช้เวลาสำหรับการเล่นในช่วงเย็น หรือ หลังเลิกเรียนของนักเรียน พบว่านักเรียนที่ไม่ได้เล่นหรือได้เล่นน้อยกว่า 30 นาที มีระดับความสุขที่น้อยกว่านักเรียนที่เล่นมากกว่า 30 นาที เมื่อพิจารณาข้อมูลอารมณ์ของนักเรียน พบว่าสอดคล้องกับผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบ คือ นักเรียนที่ไม่ได้เล่นหรือเล่นน้อยกว่า 30 นาที มีความรู้สึกเชิงลบโดยเฉลี่ยแล้ว ($M=2.405$, $SD=0.515$) มากกว่านักเรียนที่เล่นมากกว่า 30 นาที ($M=2.364$, $SD=0.508$) รายละเอียดดังตาราง 4.49

ตาราง 4.49 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอารมณ์นักเรียน จำแนกตามการเล่นในช่วงเวลาเย็น

การเล่นในช่วงเวลาเย็น	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	M	SD	M	SD
ไม่ได้เล่นหรือเล่นน้อยกว่า 30 นาที	2.444	0.565	2.405	0.515
เล่นมากกว่า 30 นาที	2.393	0.568	2.364	0.508
รวม	2.419	0.567	2.385	0.512

การศึกษาอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบของนักเรียนจากการเล่นในช่วงเย็น โดยภาพรวมนักเรียนมีอารมณ์เชิงบวกโดยเฉลี่ย ($M=2.419$, $SD=0.567$) สูงกว่าอารมณ์เชิงลบเล็กน้อย ($M=2.385$, $SD=0.512$) เมื่อพิจารณาตามเวลาการเล่นของนักเรียนในช่วงเย็น พบว่านักเรียนที่ไม่ได้เล่นหรือเล่นน้อยกว่า 30 นาที นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.444$, $SD=0.565$) สูงกว่าอารมณ์เชิงลบเล็กน้อย ($M=2.405$, $SD=0.515$) ขณะที่นักเรียนที่ได้เล่นมากกว่า 30 นาที นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.393$, $SD=0.568$) สูงกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.364$, $SD=0.508$) เล็กน้อย รายละเอียดดังภาพ 4.16



ภาพ 4.16 อารมณ์เชิงลบและอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนตามการเล่นในช่วงเย็น

การศึกษาความสุขของนักเรียนจากการเรียนพิเศษวิชาการหลังเลิกเรียน พบว่า นักเรียนที่ไม่ได้เรียนพิเศษ มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.262, SD=0.302$) และนักเรียนที่เรียนพิเศษ มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.244, SD=0.318$) เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของเรียนจากการเรียนพิเศษวิชาการหลังเลิกเรียน โดยใช้ Independent samples t-test พบว่า ความสุขของนักเรียนที่ได้เรียนพิเศษหรือไม่ได้เรียนพิเศษหลังเลิกเรียน ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p=.098$) รายละเอียดดังตาราง 4.50

ตาราง 4.50 การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนจากการเรียนพิเศษหลังเลิกเรียน

การเรียนพิเศษ หลังเลิกเรียน	M	SD	Independent Samples Test					
			Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			
			F	Sig.	t	df	Sig.	MD
ไม่ได้เรียนพิเศษ	2.262	0.302	4.546	.033	1.654	3180.540	.098	.0180
ได้เรียนพิเศษ	2.244	0.318						

หมายเหตุ * $p<.05$

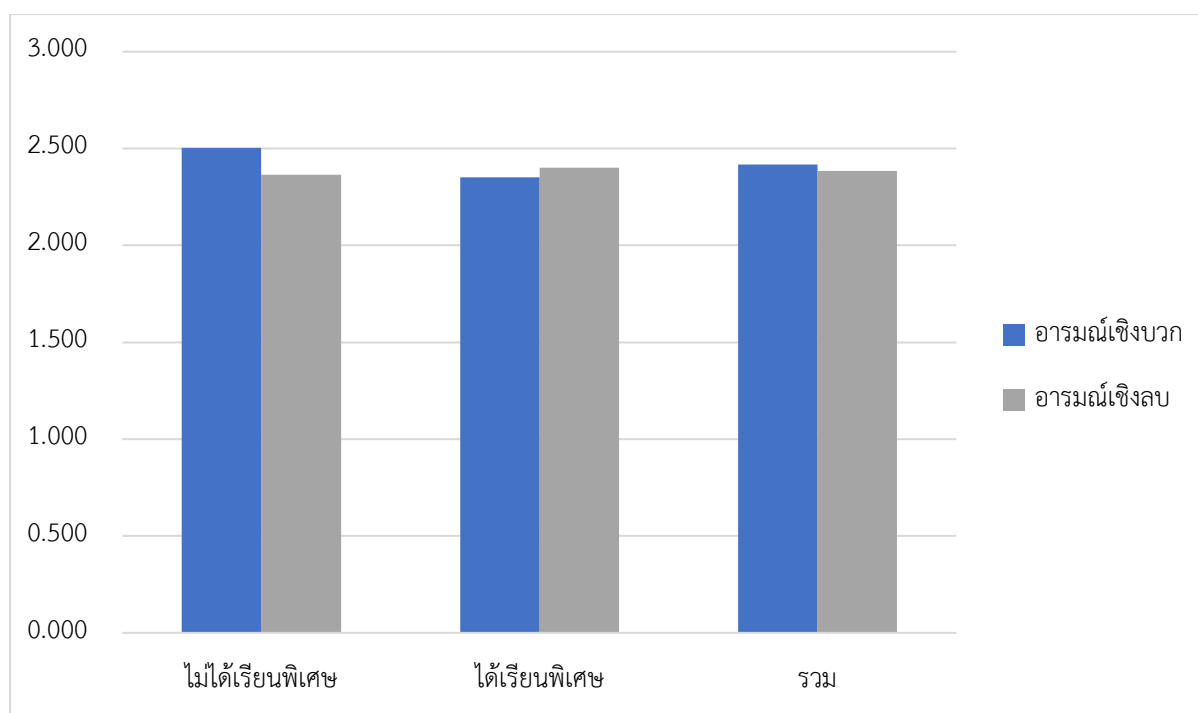
ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนจากการเรียนพิเศษหลังเลิกเรียน พบว่า นักเรียนที่ไม่ได้เรียนพิเศษหรือเรียนพิเศษหลังเลิกเรียน มีระดับความสุขไม่แตกต่างกัน ในทางกลับกัน เมื่อพิจารณาข้อมูลอารมณ์ของนักเรียน พบว่านักเรียนที่เรียนพิเศษหลังเลิกเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง ($M=2.352, SD=0.601$) ซึ่งน้อยกว่านักเรียนที่ไม่ได้เรียนพิเศษหลังเลิกเรียน ($M=2.504, SD=0.508$)

ขณะที่นักเรียนที่เรียนพิเศษหลังเลิกเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงลบโดยเฉลี่ยในระดับที่สูง ($M=2.401, SD=0.508$) มากกว่านักเรียนที่ไม่ได้เรียนพิเศษ ($M=2.366, SD=0.517$) รายละเอียดดังตาราง 4.51

ตาราง 4.51 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอารมณ์นักเรียน จากการได้เรียนพิเศษหลังเลิกเรียน

การเรียนพิเศษหลังเลิกเรียน	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	M	SD	M	SD
ไม่ได้เรียนพิเศษ	2.504	0.508	2.366	0.517
ได้เรียนพิเศษ	2.352	0.601	2.401	0.508
รวม	2.419	0.567	2.385	0.512

การศึกษาอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบของนักเรียนจากการเรียนพิเศษหลังเลิกเรียน โดยภาพรวมนักเรียนมีอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบไม่แตกต่างกันมากนัก เมื่อพิจารณาตามการได้เรียนพิเศษหลังเลิกเรียนของนักเรียน พบว่านักเรียนที่ไม่ได้เรียนพิเศษหลังเลิกเรียน นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.504, SD=0.508$) สูงกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.366, SD=0.517$) ขณะที่นักเรียนที่ได้เรียนพิเศษหลังเลิกเรียน นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.352, SD=0.601$) ต่ำกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.401, SD=0.508$) รายละเอียดดังภาพ 4.17



ภาพ 4.17 อารมณ์เชิงลบและอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนตามการเรียนพิเศษหลังเลิกเรียน

การศึกษาความสุขของนักเรียนระหว่างการเรียนพิเศษวิชาการและการเรียนกิจกรรม พบว่า โดยภาพรวมนักเรียนต่างมีความสุขอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อพิจารณาตามลักษณะการเรียนของนักเรียน ปรากฏให้เห็นว่านักเรียนที่ไม่ได้เรียนพิเศษทั้งวิชาการและกิจกรรม มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.256, SD=0.299$) ขณะที่นักเรียนที่เรียนพิเศษวิชาการหรือกิจกรรม มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.244, SD=0.310$) และนักเรียนที่เรียนพิเศษวิชาการและกิจกรรม มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.255, SD=0.323$) ตามลำดับ รายละเอียดดังตาราง 4.52

ตาราง 4.52 จำนวน ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของระดับความสุขของนักเรียน จากการเรียนพิเศษวิชาการและการเรียนกิจกรรม

การเรียนของนักเรียน	N	M	SD
1. ไม่ได้เรียน	1137	2.256	0.299
2. เรียนวิชาการหรือกิจกรรม	970	2.244	0.310
3. เรียนวิชาการและกิจกรรม	1175	2.255	0.323
รวม	3282	2.252	0.311

การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนจำแนกตามช่วงเวลาการเล่นของเล่นของนักเรียนในแต่ละวัน โดยใช้การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One-way ANOVA) พบว่า การเรียนพิเศษวิชาการและการเรียนพิเศษกิจกรรม นักเรียนมีความสุขที่ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 รายละเอียดดังตาราง 4.53

ตาราง 4.53 การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนจากการเรียนพิเศษวิชาการและการเรียนกิจกรรม

1-way ANOVA: Robust Tests of Equality of Means					
แหล่งความแปรปรวน	ss	df	MS	F	Sig.
Bet gr.	.098	2	.049	.507	.602
Wit gr.	316.824	3279	.097		
total	316.921	3281			

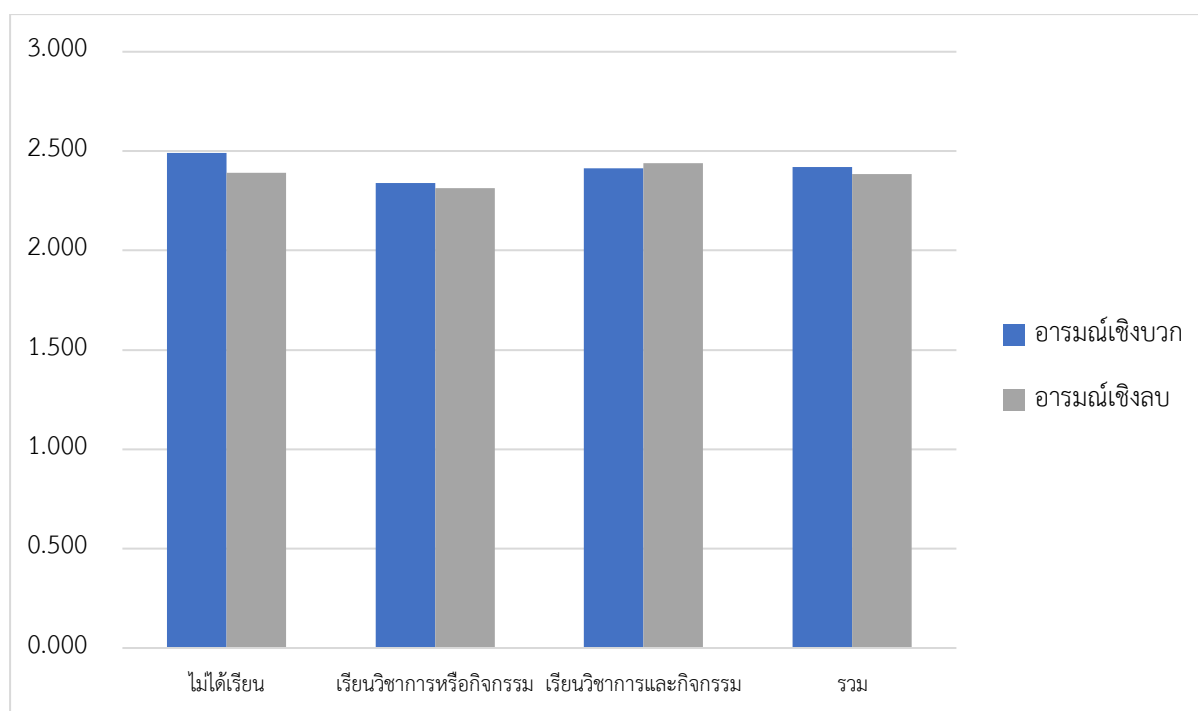
หมายเหตุ * $p < .05$

จากผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียน ปรากฏว่าระดับความสุขของนักเรียนไม่แตกต่างกันระหว่างกลุ่ม ทั้งนี้ เมื่อศึกษาข้อมูลอารมณ์ของนักเรียน พบว่า นักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง เมื่อนักเรียนไม่ได้เรียนพิเศษวิชาการหรือเรียนกิจกรรม ($M=2.492, SD=0.519$) ขณะที่นักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงลบโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.439, SD=0.507$) เมื่อนักเรียนได้เรียนพิเศษวิชาการและเรียนกิจกรรม รายละเอียดดังตาราง 4.54

ตาราง 4.54 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอารมณ์นักเรียน จากการเรียนพิเศษหลังเลิกเรียน

การเรียนพิเศษหลังเลิกเรียน	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	M	SD	M	SD
1. ไม่ได้เรียน	2.492	0.519	2.390	0.517
2. เรียนวิชาการหรือกิจกรรม	2.339	0.588	2.314	0.506
3. เรียนวิชาการและกิจกรรม	2.415	0.584	2.439	0.507
รวม	2.419	0.567	2.385	0.512

การศึกษาอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบของนักเรียนจากลักษณะการเรียนพิเศษหลังเลิกเรียน โดยภาพรวมนักเรียนมีอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบไม่แตกต่างกันมากนัก เมื่อพิจารณาตามการได้เรียนพิเศษหลังเลิกเรียนของนักเรียน พบว่านักเรียนที่ไม่ได้เรียนพิเศษหลังเลิกเรียน นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.492$, $SD=0.519$) สูงกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.390$, $SD=0.517$) สำหรับนักเรียนที่ได้เรียนพิเศษวิชาการหรือกิจกรรม อย่างใดอย่างหนึ่ง นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.339$, $SD=0.588$) สูงกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.314$, $SD=0.508$) เล็กน้อย ขณะที่นักเรียนที่ได้เรียนพิเศษทั้งวิชาการและกิจกรรม นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.415$, $SD=0.588$) ต่ำกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.439$, $SD=0.507$) เล็กน้อย รายละเอียดดังภาพ 4.18



ภาพ 4.18 อารมณ์เชิงลบและอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนตามลักษณะการเรียนพิเศษหลังเลิกเรียน

การศึกษาระดับความสุขของนักเรียนจากการใช้เวลาในการทำการบ้านในแต่ละวัน พบว่า นักเรียนที่ใช้เวลาทำการบ้านตั้งแต่ 2 ชั่วโมงขึ้นไป มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.166$, $SD=0.337$) และนักเรียนที่ใช้เวลาทำการบ้านน้อยกว่า 2 ชั่วโมง มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.258$,

SD=0.308) เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของเรียนจากการใช้เวลาในการทำการบ้านในแต่ละวัน โดยใช้ Independent samples t-test พบว่า นักเรียนที่ใช้เวลาสำหรับการทำการบ้านตั้งแต่ 2 ชั่วโมงขึ้นไปมีระดับความสุขที่แตกต่างจากนักเรียนที่ใช้เวลาสำหรับการทำการบ้านน้อยกว่า 2 ชั่วโมง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p=.000$) เมื่อพิจารณาจากค่าเฉลี่ยระดับความสุขของนักเรียน พบว่า นักเรียนที่ใช้เวลาสำหรับการทำการบ้านตั้งแต่ 2 ชั่วโมงขึ้นไป มีความสุขน้อยกว่านักเรียนที่ใช้เวลาทำการบ้านน้อยกว่า 2 ชั่วโมง รายละเอียดดังตาราง 4.55

ตาราง 4.55 การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนตามเวลาที่นักเรียนทำการบ้าน

การทำ การบ้าน	M	SD	Independent Samples Test					
			Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			
			F	Sig.	t	df	Sig.	MD
≥ 2 ชั่วโมง	2.166	0.337	9.320	.002	3.654	210.180	.000*	-0.091
< 2 ชั่วโมง	2.258	0.308						

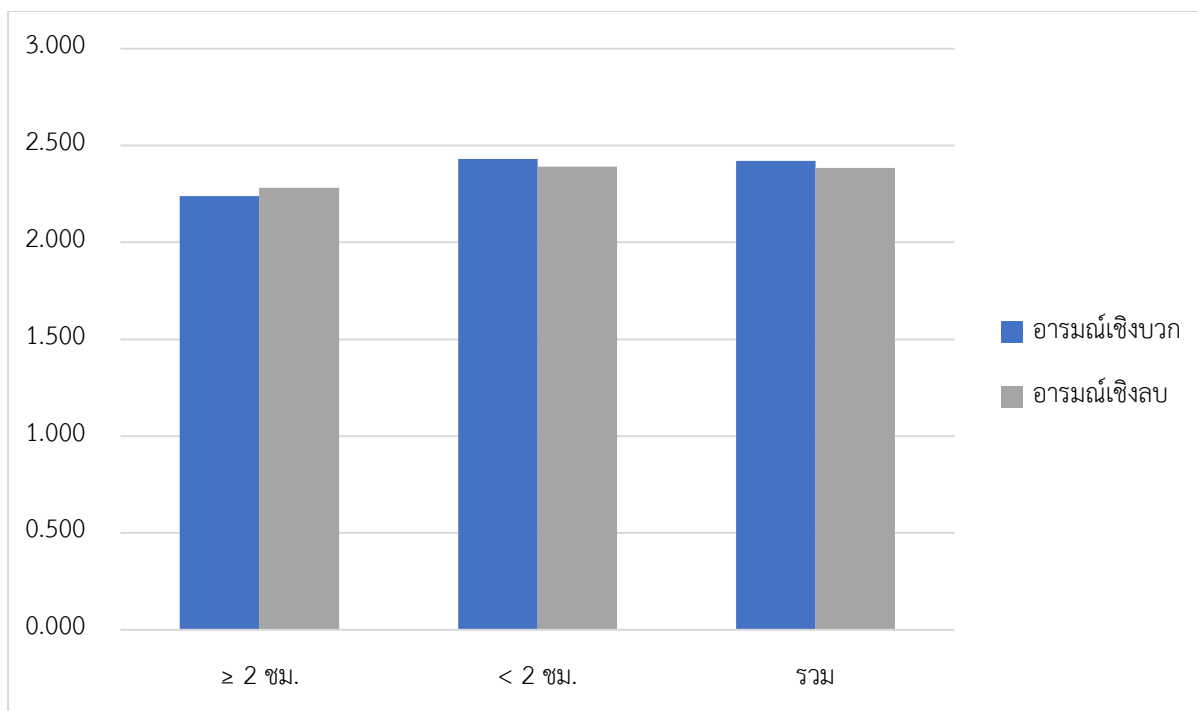
หมายเหตุ * $p<.05$

จากการศึกษาเปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนจากการใช้เวลาทำการบ้านหลังเลิกเรียนในแต่ละวัน ซึ่งแสดงให้เห็นว่านักเรียนที่ทำการบ้านน้อยกว่า 2 ชั่วโมง นักเรียนมีระดับความสุขโดยเฉลี่ยมากกว่านักเรียนที่ทำการบ้านตั้งแต่ 2 ชั่วโมงขึ้นไป ประกอบกับการศึกษาข้อมูลอารมณ์ของนักเรียนที่สอดคล้องกับผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบ พบว่า นักเรียนนักเรียนที่ทำการบ้านน้อยกว่า 2 ชั่วโมงนักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกในระดับที่สูง ($M=2.430$, $SD=0.564$) ในทางกลับกันนักเรียนที่ทำการบ้านตั้งแต่ 2 ชั่วโมงขึ้นไป นักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกในระดับปานกลาง ($M=2.240$, $SD=0.575$) รายละเอียดดังตาราง 4.56

ตาราง 4.56 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอารมณ์นักเรียน ตามเวลาที่นักเรียนทำการบ้าน

การทำกรบ้าน	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	M	SD	M	SD
≥ 2 ชั่วโมง	2.240	0.575	2.283	0.511
< 2 ชั่วโมง	2.430	0.564	2.392	0.512
รวม	2.419	0.567	2.385	0.512

การศึกษาอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบของนักเรียนจากการใช้เวลาสำหรับทำการบ้าน โดยภาพรวมนักเรียนมีอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบที่ไม่แตกต่างกันมากนัก เมื่อพิจารณาตามจำนวนชั่วโมงของนักเรียนในการทำการบ้าน ในนักเรียนที่ใช้เวลาทำการบ้านตั้งแต่ 2 ชั่วโมงขึ้นไปหลังเลิกเรียน นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.240$, $SD=0.575$) ที่ต่ำกว่าอารมณ์เชิงลบเล็กน้อย ($M=2.283$, $SD=0.511$) ขณะที่นักเรียนที่ใช้เวลาทำการบ้านน้อยกว่า 2 ชั่วโมง นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.430$, $SD=0.564$) สูงกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.392$, $SD=0.512$) รายละเอียดดังภาพ 4.19



ภาพ 4.19 อาการเชิงลบและอาการเชิงบวกของนักเรียนตามเวลาที่ใช้ทำการบ้าน

การศึกษาระดับความสุขของนักเรียนจากการรับประทานอาหารเช้า พบว่า นักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าอิม มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.260$, $SD=0.310$) และนักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าไมอิม มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.140$, $SD=0.330$) เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของเรียนจากความอิมในการรับประทานอาหารเช้า โดยใช้ Independent samples t-test พบว่า นักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าอิมมีระดับความสุขที่แตกต่างจากนักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าไมอิม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p<.001$) เมื่อพิจารณาจากค่าเฉลี่ยระดับความสุขของนักเรียน พบว่า นักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าอิมมีความสุขมากกว่านักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าไมอิม รายละเอียดดังตาราง 4.57

ตาราง 4.57 การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนจากการรับประทานอาหารเช้า

การ รับประทาน อาหารเช้า	Independent Samples Test							
	M	SD	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			
			F	Sig.	t	df	Sig.	MD
อิม	2.260	0.310	10.257	.001	5.323	289.703	.000*	0.113
ไมอิม	2.140	0.330						

หมายเหตุ * $p<.05$

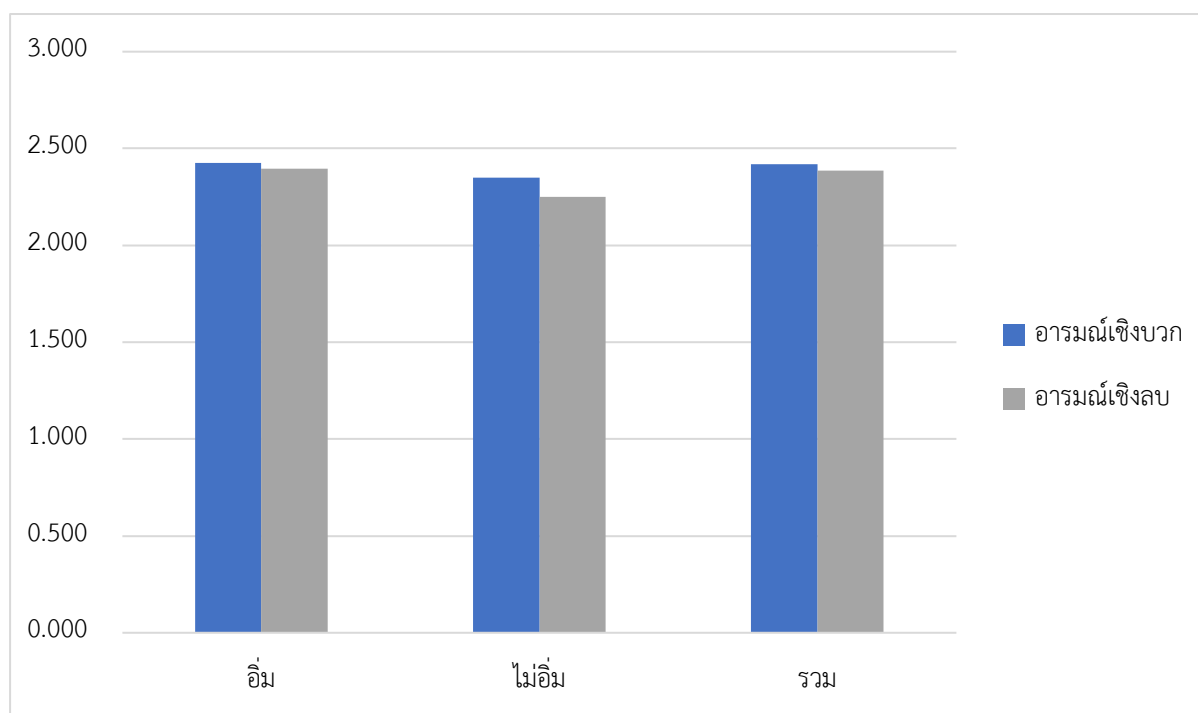
การศึกษาเปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนจากการรับประทานอาหารเช้า พบว่า นักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าอิม มีระดับความสุขมากกว่านักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าไมอิม ซึ่งสอดคล้องกับ

การศึกษาข้อมูลอารมณ์ของนักเรียนคือ นักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกในระดับสูงเมื่อนักเรียนรับประทานอาหารเช้า (M=2.425, SD=0.572) โดยที่นักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าไม่อิ่ม นักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกในระดับปานกลาง (M=2.348, SD=0.498) รายละเอียดดังตาราง 4.58

ตาราง 4.58 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอารมณ์นักเรียน จากการรับประทานอาหารเช้า

การรับประทานอาหารเช้า	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	M	SD	M	SD
อิ่ม	2.425	0.572	2.397	0.513
ไม่อิ่ม	2.348	0.498	2.251	0.490
รวม	2.419	0.567	2.385	0.512

การศึกษาอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบของนักเรียนจากการรับประทานที่อิ่มในมื้อเช้า โดยภาพรวมนักเรียนมีอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบที่ไม่แตกต่างกันมากนัก เมื่อพิจารณาตามการรับประทานที่อิ่มในมื้อเช้า ในนักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าในมื้อเช้า นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก (M=2.425, SD=0.572) สูงกว่าอารมณ์เชิงลบเล็กน้อย (M=2.397, SD=0.513) ขณะที่นักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าไม่อิ่มในมื้อเช้า นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก (M=2.348, SD=0.498) สูงกว่าอารมณ์เชิงลบ (M=2.251, SD=0.490) รายละเอียดดังภาพ 4.20



ภาพ 4.20 อารมณ์เชิงลบและอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนตามการรับประทานที่อิ่มในมื้อเช้า

การศึกษาระดับความสุขของนักเรียนจากการรับประทานอาหารครบทั้งสามมื้อ พบว่า นักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าครบทั้งสามมื้อ มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง (M=2.268, SD=0.305) และ

นักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าไม่ครบทั้งสามมื้อ มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.170$, $SD=0.326$) เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของเรียนจากการรับประทานอาหารเช้าทั้งสามมื้อ โดยใช้ Independent samples t-test พบว่า นักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าครบทั้งสามมื้อมีระดับความสุขที่แตกต่างจากนักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าไม่ครบทั้งสามมื้อ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p<.001$) เมื่อพิจารณาจากค่าเฉลี่ยระดับความสุขของนักเรียน พบว่า นักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าครบทั้งสามมื้อมีความสุขมากกว่านักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าไม่ครบทั้งสามมื้อ รายละเอียดดังตาราง 4.59

ตาราง 4.59 การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนตามการรับประทานอาหารเช้าที่ครบในแต่ละวัน

การ รับประทาน อาหาร	Independent Samples Test							
	M	SD	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			
			F	Sig.	t	df	Sig.	MD
	ครบ 3 มื้อ	2.268	0.305	15.996	.000	-6.402	726.161	.000*
ไม่ครบ 3 มื้อ	2.170	0.326						

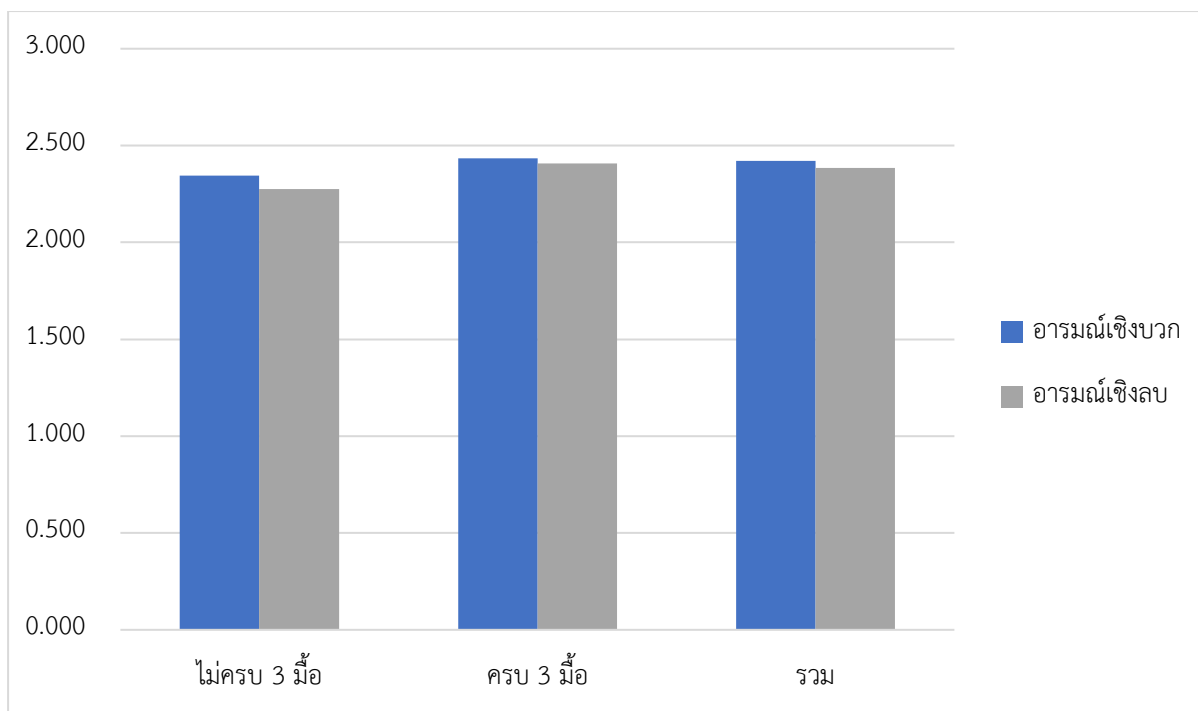
หมายเหตุ * $p<.05$

ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนจากการรับประทานอาหารเช้าครบทั้งสามมื้อมีแสดงให้เห็นว่านักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าครบทั้งสามมื้อมีระดับความสุขที่มากกว่านักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าไม่ครบทั้งสามมื้อ ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลอารมณ์ของนักเรียนที่สอดคล้องกับอารมณ์เชิงบวกของนักเรียน คือ นักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าครบทั้งสามมื้อ นักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกในระดับสูง ($M=2.434$, $SD=0.575$) ในทางกลับกันนักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าไม่ครบทั้งสามมื้อ นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวกในระดับปานกลางเท่านั้น ($M=2.345$, $SD=0.515$) รายละเอียดดังตาราง 4.60

ตาราง 4.60 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอารมณ์นักเรียน จากการรับประทานอาหารเช้าทั้ง 3 มื้อ

การรับประทานอาหารเช้า	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	M	SD	M	SD
ครบ 3 มื้อ	2.434	0.575	2.407	0.512
ไม่ครบ 3 มื้อ	2.345	0.515	2.276	0.499
รวม	2.419	0.567	2.385	0.512

การศึกษาอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบของนักเรียนจากการรับประทานอาหารเช้าครบทั้ง 3 มื้อ โดยภาพรวมนักเรียนมีอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบที่ไม่แตกต่างกันมากนัก เมื่อพิจารณาตามการรับประทานอาหารเช้าครบทั้ง 3 มื้อ ในนักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าไม่ครบทั้ง 3 มื้อ นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.345$, $SD=0.515$) สูงกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.276$, $SD=0.499$) ขณะที่นักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าครบทั้ง 3 มื้อ นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.434$, $SD=0.575$) สูงกว่าอารมณ์เชิงลบเล็กน้อย ($M=2.407$, $SD=0.512$) รายละเอียดดังภาพ 4.21



ภาพ 4.21 อาารมณ์เชิงลบและอาารมณ์เชิงบวกของนักเรียนตามการรับประทานอาหารเช้าครบทั้ง 3 มื้อ

การศึกษาระดับความสุขของนักเรียนจากการเรียนรู้ภายในโรงเรียนตามจำนวนชั่วโมงเรียนในแต่ละวัน พบว่า ตัวอย่างของนักเรียนที่มีจำนวนชั่วโมงในการเรียนรู้นักเรียนที่เรียนตั้งแต่ 6 ชั่วโมงขึ้นไป มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.235, SD=0.310$) และนักเรียนที่เรียนน้อยกว่า 6 ชั่วโมง มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.261, SD=0.261$) การวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของเรียนตามจำนวนชั่วโมงเรียนโดยใช้ Independent samples t-test พบว่า นักเรียนที่เรียนตั้งแต่ 6 ชั่วโมงขึ้นไปมีระดับความสุขที่แตกต่างจากนักเรียนที่เรียนน้อยกว่า 6 ชั่วโมง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p=.020$) เมื่อพิจารณาตามค่าเฉลี่ยระดับความสุขของนักเรียน พบว่า นักเรียนที่เรียนตั้งแต่ 6 ชั่วโมงขึ้นไป มีระดับความสุขน้อยกว่านักเรียนที่เรียนน้อยกว่า 6 ชั่วโมง รายละเอียดดังตาราง 4.61

ตาราง 4.61 การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนตามจำนวนชั่วโมงเรียนในแต่ละวัน

จำนวน ชั่วโมง เรียน	Independent Samples Test							
	M	SD	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			
			F	Sig.	t	df	Sig.	MD
≥ 6 ชั่วโมง	2.235	0.310	.424	.515	2.330	3280	.020*	-0.026
< 6 ชั่วโมง	2.261	0.261						

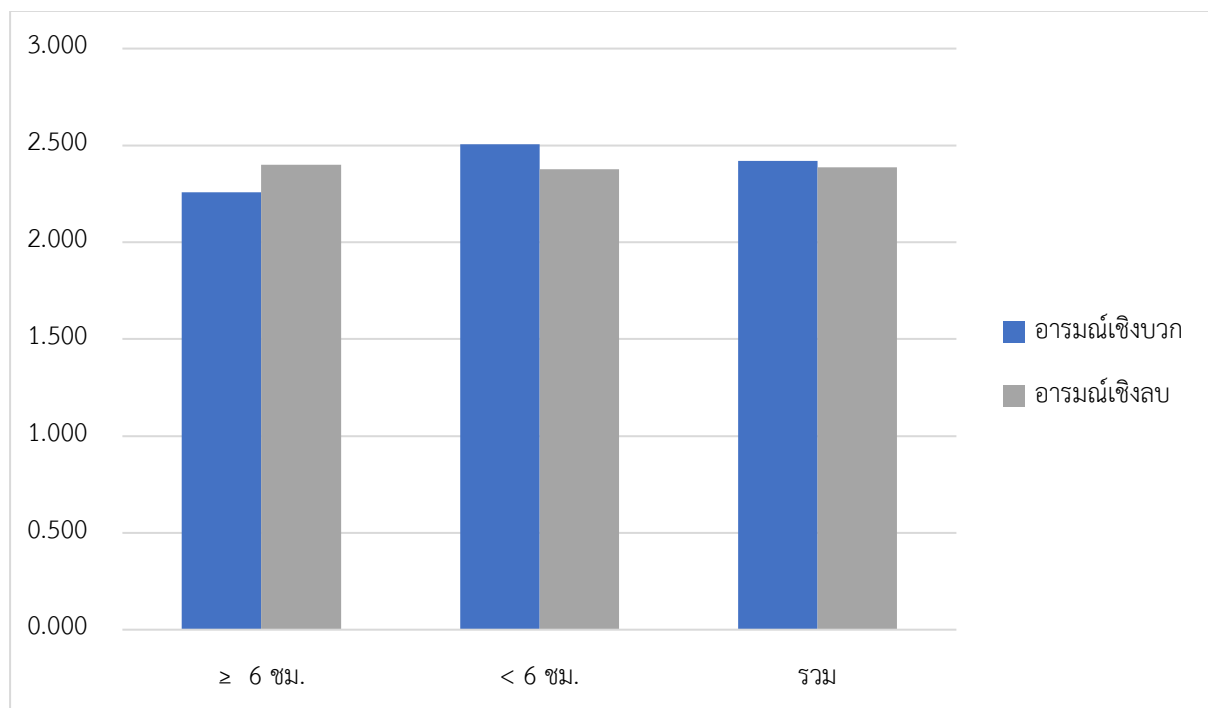
หมายเหตุ * $p<.05$

ตามผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนจากจำนวนชั่วโมงเรียน แสดงให้เห็นว่า นักเรียนที่เรียนน้อยกว่า 6 ชั่วโมง มีความสุขที่มากกว่านักเรียนที่เรียนตั้งแต่ 6 ชั่วโมงขึ้นไป ซึ่งสอดคล้องกับ

ข้อมูลอารมณ์ของนักเรียนคือ นักเรียนที่เรียนน้อยกว่า 6 ชั่วโมง นักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกในระดับสูง ($M=2.507, SD=0.490$) แม้นักเรียนจะรู้สึกมีอารมณ์เชิงลบในระดับสูงเช่นเดียวกัน ($M=2.377, SD=0.506$) ขณะที่นักเรียนที่เรียนตั้งแต่ 6 ชั่วโมงขึ้นไป นักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.258, SD=0.656$) และรู้สึกมีอารมณ์เชิงลบในระดับที่สูง ($M=2.401, SD=0.524$) รายละเอียดดังตาราง 4.62 ตาราง 4.62 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอารมณ์นักเรียน ตามจำนวนชั่วโมงเรียนในแต่ละวัน

จำนวนชั่วโมงเรียน	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	M	SD	M	SD
≥ 6 ชั่วโมง	2.258	0.656	2.401	0.524
< 6 ชั่วโมง	2.507	0.490	2.377	0.506
รวม	2.419	0.567	2.385	0.512

การศึกษาอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบของนักเรียนจากจำนวนชั่วโมงเรียนในแต่ละวัน โดยภาพรวมนักเรียนมีอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบที่ไม่แตกต่างกันมากนัก เมื่อพิจารณาตามจำนวนชั่วโมงเรียนของนักเรียน ในนักเรียนที่เรียนตั้งแต่ 6 ชั่วโมงขึ้นไปต่อวัน นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.258, SD=0.656$) ต่ำกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.401, SD=0.524$) ขณะที่นักเรียนที่เรียนน้อยกว่า 6 ชั่วโมงต่อวัน มีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.507, SD=0.490$) สูงกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.377, SD=0.506$) รายละเอียดดังภาพ 4.22



ภาพ 4.22 อารมณ์เชิงลบและอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนจากจำนวนชั่วโมงเรียนในแต่ละวัน

การศึกษาวิธีการจัดการเรียนรู้ของครูตามการรับรู้ของนักเรียนที่ได้รับจากการสอนของครู ได้แก่ การพูดเนื้อหาให้ฟัง การอ่านหนังสือให้ฟัง การปฏิบัติการทดลอง การทำงานกลุ่ม การเล่นเกม การทำแบบฝึกหัด การทำข้อสอบ การทำโครงการ พบว่า นักเรียนมีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานไม่ว่านักเรียนจะได้รับการสอน หรือไม่ได้รับการสอนจากครู รายละเอียดดังตาราง 4.63

ตาราง 4.63 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานความสุขโดยทั่วไปของนักเรียน ตามวิธีการจัดการเรียนรู้ของครู

วิธีการจัดการเรียนรู้ของครู	ความสุขโดยทั่วไปของนักเรียน			
	การได้รับการสอน		การไม่ได้รับการสอน	
	M	SD	M	SD
พูดเนื้อหาให้ฟัง	2.225	0.301	2.289	0.320
อ่านหนังสือให้ฟัง	2.282	0.326	2.238	0.303
การปฏิบัติการทดลอง	2.227	0.313	2.257	0.310
การทำงานกลุ่ม	2.236	0.302	2.260	0.315
การเล่นเกม	2.258	0.325	2.251	0.308
การทำแบบฝึกหัด	2.240	0.303	2.273	0.323
การทำข้อสอบ	2.253	0.300	2.252	0.316
การทำโครงการ	2.207	0.305	2.258	0.311

การวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของเรียนจากการเรียนรู้ภายในโรงเรียนโดยใช้ Independent samples t-test พบว่า วิธีการจัดการเรียนรู้ของครูตามการรับรู้ของนักเรียน นักเรียนมีระดับความสุขแตกต่างจากนักเรียนที่ไม่ได้รับการสอนกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อนักเรียนได้รับการจัดการเรียนรู้โดยการพูดเนื้อหาให้ฟัง ($p < .001$) โดยที่นักเรียนที่ไม่ได้รับการสอนจากการพูดให้ฟังมีความสุขมากกว่านักเรียนที่ได้รับการสอนจากการพูดให้ฟังของครู การอ่านหนังสือให้ฟัง ($p < .001$) ซึ่งนักเรียนที่ครูได้สอนโดยการอ่านหนังสือให้ฟังมีความสุขกว่านักเรียนที่ไม่ได้อ่านหนังสือให้ฟัง การปฏิบัติการทดลอง ($p = .042$) ซึ่งนักเรียนที่เรียนได้รับการจัดการเรียนรู้โดยการทดลองมีความสุขน้อยกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการจัดการเรียนรู้โดยการทำการทดลอง การทำงานกลุ่ม ($p = .038$) การทำแบบฝึกหัด โดยนักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้โดยการทำแบบฝึกหัดมีความสุขน้อยกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการจัดการเรียนรู้โดยการทำแบบฝึกหัด ($p = .004$) และการทำโครงการ ($p = .003$) พบว่านักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้โดยการทำโครงการมีความสุขน้อยกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับการจัดการเรียนรู้โดยการทำโครงการ รายละเอียดตามตาราง 4.64

ตาราง 4.64 การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนตามวิธีการจัดการเรียนรู้ของครูที่นักเรียนได้รับ

วิธีการจัดการเรียนรู้ของครู	Independent Samples Test					
	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			
	F	Sig.	t	df	Sig.	MD
พูดเนื้อหาให้ฟัง	12.288	.000*	-5.791	289.922	.000*	-0.064
อ่านหนังสือให้ฟัง	22.562	.000*	3.657	1940.940	.000*	0.044
การปฏิบัติการทดลอง	.045	.832	-2.039	3280.000	.042*	-0.030

วิธีการจัดการเรียนรู้ ของครู	Independent Samples Test					
	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			
	F	Sig.	t	df	Sig.	MD
การทำงานกลุ่ม	2.498	.114	-2.076	3280.000	.038*	-0.024
การเล่นเกม	2.452	.117	.537	3280.000	.591	0.008
การทำแบบฝึกหัด	6.419	.011*	-2.916	3280.000	.004*	-0.033
การทำข้อสอบ	2.541	.111	.040	3280.000	.968	0.000
การทำโครงการ	0.213	.644	-2.987	3280.000	.003*	-0.051

หมายเหตุ * p<.05

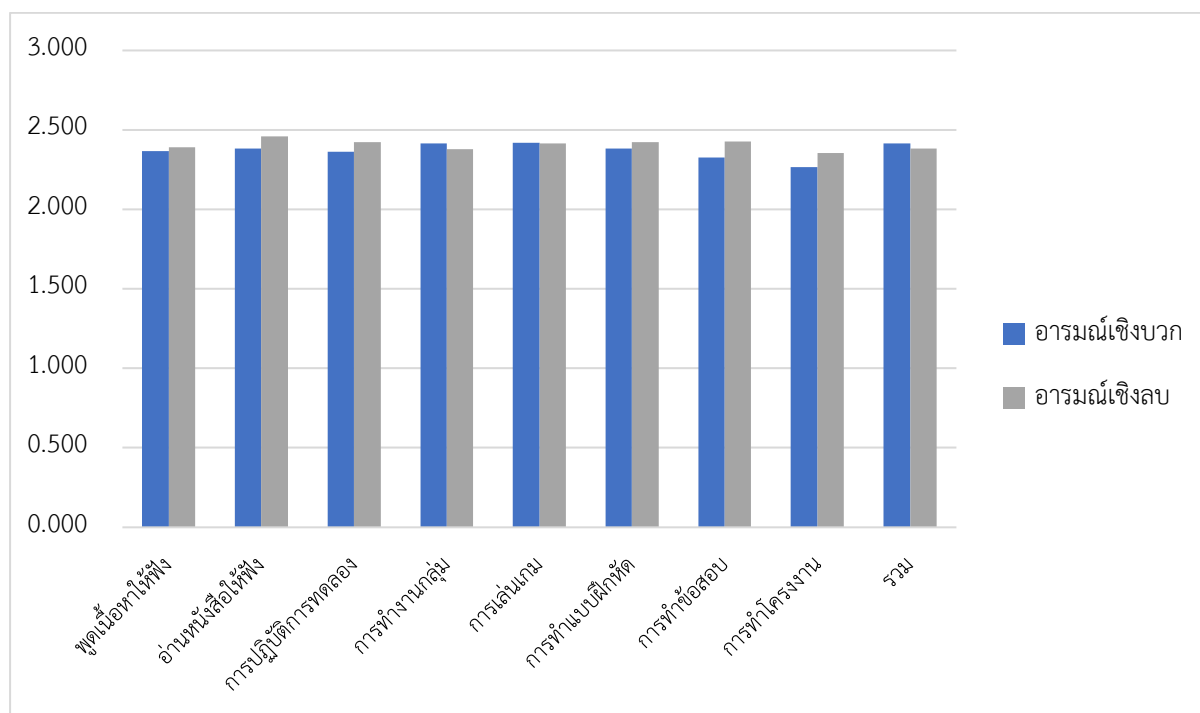
จากผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนตามวิธีการจัดการเรียนรู้ของครูในรูปแบบต่างๆ พบว่า นักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้โดยการพูดเนื้อหาให้ฟัง การอ่านหนังสือให้ฟัง การปฏิบัติการทดลอง การทำงานกลุ่ม การทำแบบฝึกหัด และการทำโครงการ ต่างมีระดับความสุขที่แตกต่างกัน ยกเว้นนักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้โดยการเล่นเกม และการทำข้อสอบ ที่นักเรียนมีระดับความสุขไม่แตกต่างกัน ทั้งนี้เมื่อพิจารณาข้อมูลอารมณ์ของนักเรียนแล้วพบว่านักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้โดยการเล่นเกม นักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกในระดับที่สูง ($M=2.419, SD=0.598$) ขณะที่นักเรียนที่ได้รับการจัดการเรียนรู้โดยการทำข้อสอบนักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกในระดับปานกลาง ($M=2.328, SD=0.627$) และนักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงลบในระดับสูง ($M=2.428, SD=0.511$) รายละเอียดตามตาราง 4.65

ตาราง 4.65 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอารมณ์นักเรียน ตามวิธีการจัดการเรียนรู้ของครู

วิธีการจัดการเรียนรู้ของครู	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	M	SD	M	SD
พูดเนื้อหาให้ฟัง	2.368	0.585	2.390	0.504
อ่านหนังสือให้ฟัง	2.384	0.645	2.461	0.519
การปฏิบัติการทดลอง	2.361	0.630	2.422	0.521
การทำงานกลุ่ม	2.415	0.568	2.379	0.519
การเล่นเกม*	2.419	0.598	2.416	0.530
การทำแบบฝึกหัด	2.383	0.598	2.423	0.507
การทำข้อสอบ*	2.328	0.627	2.428	0.511
การทำโครงการ	2.267	0.628	2.355	0.512
รวม	2.417	0.572	2.385	0.512

การศึกษาอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบของนักเรียนจากวิธีการจัดการเรียนรู้ของครู โดยภาพรวมนักเรียนมีอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบที่ไม่แตกต่างกันมากนัก เมื่อพิจารณาตามวิธีการจัดการเรียนรู้ของครู พบว่านักเรียนมีอารมณ์เชิงบวกโดยเฉลี่ยแล้วค่อนข้างสูงเมื่อนักเรียนได้เรียนรู้จากการเล่นเกม ($M=2.419, SD=0.598$) และการทำงานกลุ่ม ($M=2.415, SD=0.568$) ขณะเดียวกันนักเรียนจะมีอารมณ์เชิงลบมากที่สุด

เมื่อนักเรียนได้รับการจัดการเรียนรู้โดยที่ครูอ่านหนังสือให้นักเรียนฟัง ($M=2.461, SD=0.519$) รายละเอียดดัง
 ภาพ 4.23



ภาพ 4.23 อารมณืเชิงลบและอารมณืเชิงบวกของนักเรียนตามวิธีการจัดการเรียนรู้ของครู

การศึกษาความสุขของนักเรียนจากการได้รับความรักจากบุคคลรอบตัว พบว่า นักเรียนมีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง จากการได้รับความรักจากครอบครัว ($M=2.249, SD=0.307$) การได้รับความรักจากเพื่อน ($M=2.238, SD=0.292$) การได้รับความรักจากครู ($M=2.266, SD=0.295$) รายละเอียดดังตาราง 4.66 ตาราง 4.66 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความสุขโดยทั่วไปของนักเรียน ตามการได้รับความรักจากบุคคลรอบตัว

การได้รับความรักจากบุคคลรอบตัว	ความสุขโดยทั่วไปของนักเรียน			
	การได้รับความรัก		การไม่ได้รับความรัก	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
ความรักจากครอบครัว	2.249	0.307	2.302	0.351
ความรักจากเพื่อน	2.238	0.292	2.274	0.336
ความรักจากครู	2.266	0.295	2.233	0.331

ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของนักเรียนจากการได้รับความรักจากบุคคลรอบตัวโดยใช้ Independent samples t-test พบว่า ความสุขของนักเรียนที่ได้รับความรักจากบุคคลโดยรอบมีความแตกต่างจากนักเรียนที่ไม่ได้รับความรักจากบุคคลโดยรอบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คือ ครอบครัว ($p=.031$) เพื่อน ($p=.001$) และครู ($p=.003$) ทั้งนี้ เมื่อพิจารณาจากค่าเฉลี่ยระดับความสุขของนักเรียน พบว่า นักเรียนที่

ได้รับความรักจากครูมีความสุขมากกว่านักเรียนที่รู้สึกว่าคุณไม่ได้รับความรักจากครู ในทางกลับกันนักเรียนที่ได้รับความรักจากครอบครัวและเพื่อนมีความสุขน้อยกว่านักเรียนที่รู้สึกว่าคุณไม่ได้รับความรักจากครอบครัวและเพื่อน รายละเอียดดังตาราง 4.67

ตาราง 4.67 การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนตามการได้รับความรักจากบุคคลรอบตัว

การได้รับความรักจากบุคคลรอบตัว	Independent Samples Test					
	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			
	F	Sig.	t	df	Sig.	MD
ครอบครัว	22.552	.000	-2.167	241.297	.031*	-0.053
เพื่อน	44.105	.000	-3.199	2504.417	.001*	-0.036
ครู	32.46	.000	2.937	2707.614	.003*	0.033

หมายเหตุ * $p < .05$

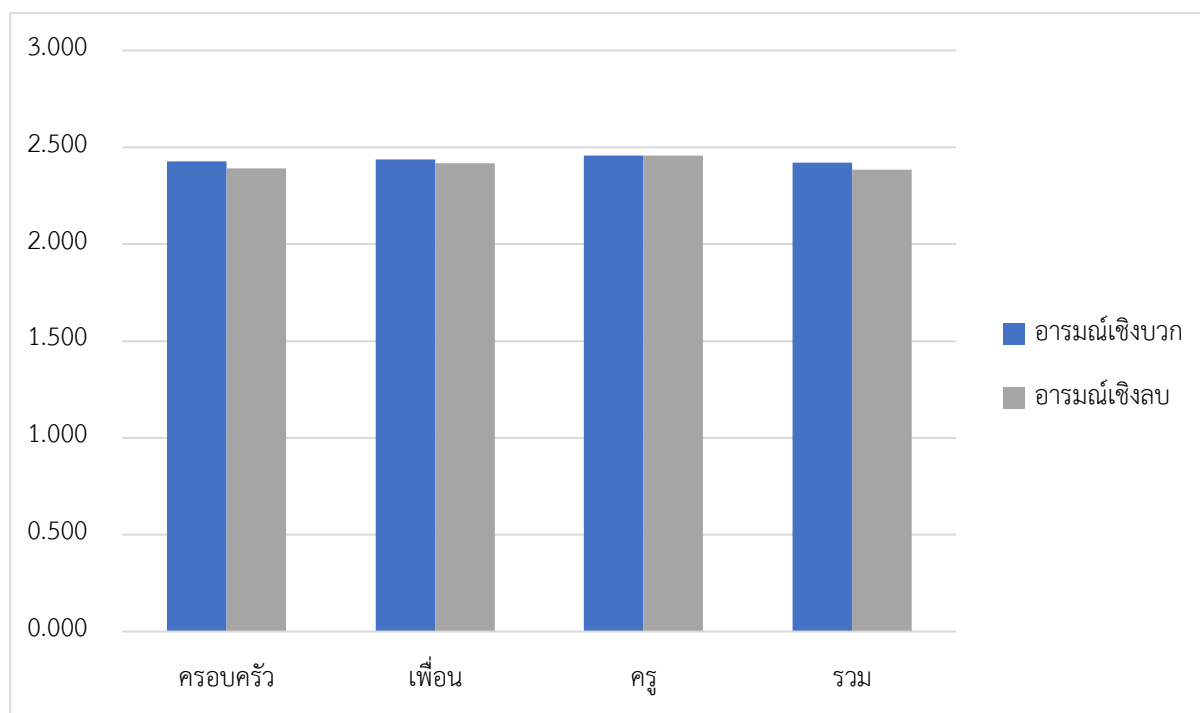
จากผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขจากการได้รับความรักจากบุคคลรอบตัว พบว่าความสุขของนักเรียนที่ได้รับความรักจากครูมีความสุขมากกว่านักเรียนที่รู้สึกว่าคุณไม่ได้รับความรักจากครู ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลอารมณ์เชิงบวกของนักเรียน เนื่องจากนักเรียนที่ได้รับความรักจากครู นักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกในระดับสูง ($M=2.456, SD=0.572$) ขณะที่ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียน โดยนักเรียนที่ได้รับความรักจากครอบครัวและเพื่อนมีความสุขน้อยกว่านักเรียนที่รู้สึกว่าคุณไม่ได้รับความรักจากครอบครัวและเพื่อน เมื่อพิจารณาข้อมูลอารมณ์ของนักเรียน พบว่านักเรียนที่ได้รับความรักจากครอบครัว ($M=2.427, SD=0.562$) และเพื่อน ($M=2.437, SD=0.553$) นักเรียนต่างรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกในระดับสูงเช่นเดียวกัน แม้เมื่อพิจารณาถึงอารมณ์เชิงลบของนักเรียนที่ได้รับความรักจากบุคคลรอบตัวต่างอยู่ในระดับสูงเช่นกัน รายละเอียดดังตาราง 4.68

ตาราง 4.68 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอารมณ์นักเรียนตามการได้รับความรักจากบุคคลรอบตัว

การได้รับความรักจากบุคคลรอบตัว	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	M	SD	M	SD
ครอบครัว	2.427	0.562	2.391	0.509
เพื่อน	2.437	0.553	2.419	0.496
ครู	2.456	0.572	2.458	0.494
รวม	2.420	0.566	2.386	0.512

การศึกษาอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบของนักเรียนจากการได้รับความรักของนักเรียน โดยภาพรวมนักเรียนมีอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบที่ไม่แตกต่างกันมากนัก เมื่อพิจารณาตามบุคคลที่มีผลต่อการมีความสุขของนักเรียน พบว่าการได้รับความรักจากครอบครัว นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.437, SD=0.553$) และอารมณ์เชิงลบ ($M=2.419, SD=0.496$) ไม่แตกต่างกันมากนัก สำหรับการได้รับความรักจากเพื่อน นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.437, SD=0.553$) สูงกว่าอารมณ์เชิงลบเล็กน้อย ($M=2.419,$

$SD=0.496$) และการได้รับความรักจากครู นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.456, SD=0.572$) และอารมณ์เชิงลบ ($M=2.458, SD=0.494$) ไม่แตกต่างกัน รายละเอียดดังภาพ 4.24



ภาพ 4.24 อารมณ์เชิงลบและอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนตามการได้รับความรัก

การศึกษาความสุขของนักเรียนจากการได้รับฟังความคิดเห็นจากบุคคลรอบตัว พบว่า นักเรียนมีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง จากการได้รับฟังความคิดเห็นจากครอบครัว ($M=2.250, SD=0.303$) การได้รับฟังความคิดเห็นจากเพื่อน ($M=2.230, SD=0.296$) และการได้รับฟังความคิดเห็นจากครู ($M=2.270, SD=0.297$) รายละเอียดดังตาราง 4.69

ตาราง 4.69 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอารมณ์นักเรียนตามการได้รับฟังความคิดเห็นจากบุคคลรอบตัว

การได้รับฟังความคิดเห็นจากบุคคลรอบตัว	ความสุขโดยทั่วไปของนักเรียน			
	การได้รับฟังความคิดเห็น		การไม่ได้รับฟังความคิดเห็น	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
การรับฟังความคิดเห็นจากครอบครัว	2.250	0.303	2.260	0.336
การรับฟังความคิดเห็นจากเพื่อน	2.230	0.296	2.289	0.330
การรับฟังความคิดเห็นจากครู	2.270	0.297	2.236	0.322

ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของนักเรียนจากการได้รับฟังความคิดเห็นจากบุคคลรอบตัวโดยใช้ Independent samples t-test พบว่า ความสุขของนักเรียนที่ได้รับฟังความคิดเห็นจากบุคคลรอบตัวมีความแตกต่างจากนักเรียนที่ไม่ได้รับฟังความคิดเห็นจากบุคคลรอบตัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คือเพื่อน ($p<.001$) เมื่อพิจารณาตามค่าเฉลี่ยระดับความสุขของนักเรียน พบว่า นักเรียนที่ไม่ได้รับฟังความ

คิดเห็นจากเพื่อนมีความสุขมากกว่านักเรียนที่ได้รับฟังความคิดเห็นจากเพื่อน และครู ($p<.002$) เมื่อพิจารณาตามค่าเฉลี่ยระดับความสุขของนักเรียน พบว่า นักเรียนที่ได้รับฟังความคิดเห็นจากครูมีความสุขมากกว่านักเรียนที่ได้รับฟังความคิดเห็นจากครู ขณะที่ความสุขของนักเรียนที่ได้รับฟังความคิดเห็นจากครอบครัว ไม่แตกต่างจากนักเรียนที่ไม่ได้รับฟังความคิดเห็นจากครอบครัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p=.451$) รายละเอียดดังตาราง 4.70

ตาราง 4.70 การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนตามการได้รับฟังความคิดเห็นจากบุคคลรอบตัว

การได้รับฟังความคิดเห็น	Independent Samples Test					
	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			
	F	Sig.	t	df	Sig.	MD
ครอบครัว	31.941	.000	-.754	1197.173	.451	-0.010
เพื่อน	21.652	.000	-5.162	2375.987	.000*	-0.059
ครู	9.343	.002	3.120	3276.614	.002*	0.034

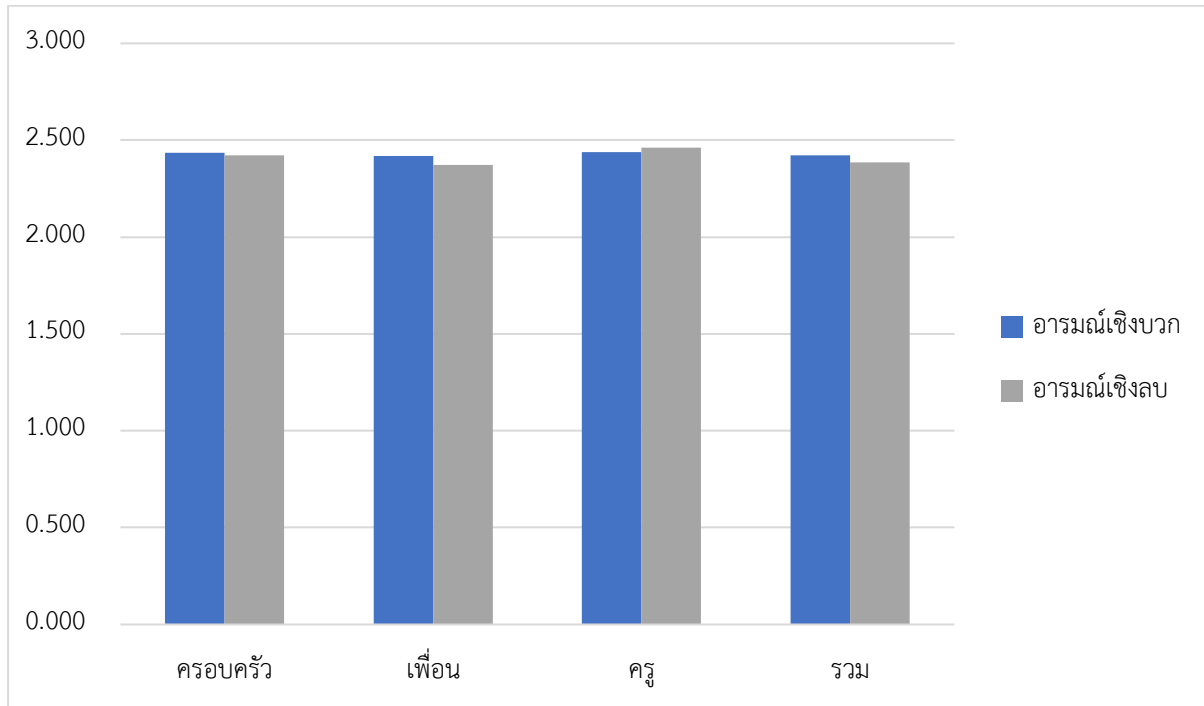
หมายเหตุ * $p<.05$

จากผลการพิจารณาเปรียบเทียบความสุขของนักเรียนจากการได้รับฟังความคิดเห็นจากบุคคลรอบตัว พบว่าความสุขของนักเรียนไม่แตกต่างกันจากการได้รับฟังความคิดเห็นจากครอบครัว ซึ่งนักเรียนที่ได้รับฟังความคิดเห็นจากครอบครัวต่างรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.435$, $SD=0.567$) และอารมณ์เชิงลบ ($M=2.420$, $SD=0.500$) ในระดับที่สูงเช่นเดียวกัน ในส่วนของนักเรียนที่ได้รับฟังความคิดเห็นจากเพื่อนมีระดับความสุขที่น้อยกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับฟังความคิดเห็นจากเพื่อน ในทางตรงกันข้ามนักเรียนที่ได้รับฟังความคิดเห็นจากเพื่อนรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกที่อยู่ในระดับสูง ($M=2.418$, $SD=0.543$) และการได้รับฟังความคิดเห็นจากครูนั้่นนักเรียนมีความสุขมากกว่านักเรียนที่ไม่ได้รับฟังความคิดเห็นจากครู แม้นักเรียนต่างรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.437$, $SD=0.600$) และอารมณ์เชิงลบ ($M=2.461$, $SD=0.501$) ที่อยู่ในระดับสูงเช่นเดียวกัน รายละเอียดดังตาราง 4.71

การได้รับฟังความคิดเห็นจากบุคคลรอบตัว	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	M	SD	M	SD
ครอบครัว	2.435	0.567	2.420	0.500
เพื่อน	2.418	0.543	2.373	0.501
ครู	2.437	0.600	2.461	0.501
รวม	2.421	0.566	2.386	0.513

การศึกษาอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบของนักเรียนจากการได้รับฟังความคิดเห็นจากบุคคลรอบตัว โดยภาพรวมนักเรียนมีอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบที่ไม่แตกต่างกันมากนัก เมื่อพิจารณาตามบุคคลที่มีผลต่อการมีความสุขของนักเรียน พบว่าการได้รับฟังความคิดเห็นจากครอบครัว นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.435$, $SD=0.567$) และอารมณ์เชิงลบ ($M=2.420$, $SD=0.500$) ไม่แตกต่างกันมากนัก สำหรับการ

ได้รับฟังความคิดเห็นจากเพื่อน นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.418, SD=0.543$) สูงกว่าอารมณ์เชิงลบเล็กน้อย ($M=2.373, SD=0.501$) และการได้รับฟังความคิดเห็นจากครู นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.437, SD=0.600$) และอารมณ์เชิงลบ ($M=2.461, SD=0.501$) แตกต่างกันเล็กน้อย รายละเอียดดังภาพ 4.25



ภาพ 4.25 อารมณ์เชิงลบและอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนตามการได้รับฟังความคิดเห็นจากบุคคลรอบตัว

การศึกษาความสุขของนักเรียนในการเล่นอย่างอิสระทั้งที่บ้านและโรงเรียน พบว่า นักเรียนที่ไม่ได้เล่นอย่างอิสระทั้งที่บ้านและโรงเรียน มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.201, SD=0.320$) ในทางตรงกันข้ามนักเรียนที่เล่นอย่างอิสระทั้งที่บ้านและโรงเรียน มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.253, SD=0.311$) ในส่วนของนักเรียนที่เล่นอย่างอิสระที่บ้าน มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.261, SD=0.303$) และนักเรียนที่เล่นอย่างอิสระที่โรงเรียน มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.266, SD=0.317$)

การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนจำแนกตามการเล่นอย่างอิสระของนักเรียนทั้งที่บ้านและโรงเรียน โดยใช้สถิติทดสอบ Welch statistic แทน F-test เนื่องจากจำนวนนักเรียนในแต่ละกลุ่มของการเล่นที่บ้านและโรงเรียนมีจำนวนที่แตกต่างกันเป็นอย่างมาก ซึ่งการใช้ F-test ส่งผลให้อำนาจในการทดสอบลดลงได้ ในส่วนของผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบ พบว่า ความสุขของนักเรียนตามแต่ละกลุ่มของการเล่นที่บ้านและโรงเรียนไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 รายละเอียดดังตาราง 4.72

ตาราง 4.72 การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนตามการได้เล่นอย่างอิสระ

การเล่นอย่างอิสระ	N	M	SD	1-way ANOVA: Robust Tests of Equality of Means			
				Welch Statistic	df1	df2	Sig.
1. ไม่ได้เล่นอย่างอิสระที่บ้านและโรงเรียน	163	2.201	0.320				
2. เล่นอย่างอิสระที่บ้านและโรงเรียน	2509	2.253	0.311				
3. เล่นอย่างอิสระที่บ้าน	425	2.261	0.303				
4. เล่นอย่างอิสระที่โรงเรียน	185	2.266	0.317	1.639	3	408.070	.180
รวม	3282	2.252	0.311				

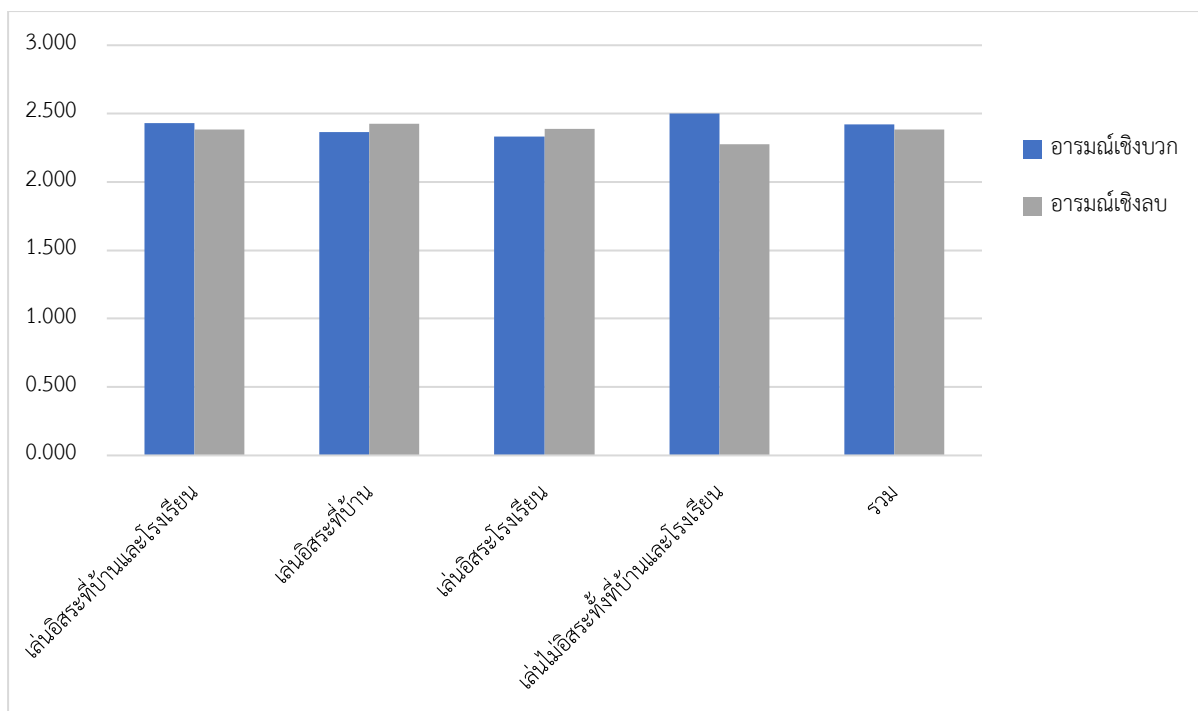
หมายเหตุ * $p < .05$

จากผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของนักเรียนจากการเล่นอย่างอิสระของนักเรียน พบว่าระดับความสุขของนักเรียนไม่แตกต่างกันในการเล่นอย่างอิสระที่บ้านหรือที่โรงเรียน เมื่อพิจารณาถึงอารมณ์ของนักเรียน พบว่าเมื่อนักเรียนได้เล่นอย่างอิสระทั้งที่บ้านและโรงเรียน นักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกมากในระดับสูง ($M=2.430$, $SD=0.566$) ขณะที่หากนักเรียนไม่ได้เล่นอย่างอิสระทั้งที่บ้านและที่โรงเรียนนักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงลบโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.278$, $SD=0.518$) รายละเอียดดังตาราง 4.73

ตาราง 4.73 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอารมณ์นักเรียนตามการได้เล่นอย่างอิสระ

การเล่นอย่างอิสระ	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	M	SD	M	SD
1. ไม่ได้เล่นอย่างอิสระที่บ้านและโรงเรียน	2.499	0.490	2.278	0.518
2. เล่นอย่างอิสระที่บ้านและโรงเรียน	2.430	0.566	2.386	0.515
3. เล่นอย่างอิสระที่บ้าน	2.364	0.566	2.425	0.494
4. เล่นอย่างอิสระที่โรงเรียน	2.332	0.629	2.386	0.497
รวม	2.419	0.0567	2.385	0.512

การศึกษาอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบของนักเรียนจากการได้เล่นอย่างอิสระ หรือการเล่นตามความสนใจของนักเรียน ทั้งที่บ้านและโรงเรียน โดยภาพรวมนักเรียนมีอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบที่ไม่แตกต่างกันมากนัก เมื่อพิจารณาตามลักษณะการเล่นของนักเรียน พบว่านักเรียนมีอารมณ์เชิงบวกที่สูงเมื่อนักเรียนไม่ได้เล่นอย่างอิสระหรือเล่นตามความสนใจทั้งที่บ้านและโรงเรียน ($M=2.499$, $SD=0.490$) และนักเรียนมีอารมณ์เชิงลบที่สูงเมื่อนักเรียนได้เล่นอย่างอิสระ หรือเล่นตามความสนใจที่บ้าน ($M=2.425$, $SD=0.494$) รายละเอียดดังภาพ 4.26



ภาพ 4.26 อารมณ์เชิงลบและอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนตามการได้เล่นอย่างอิสระ

การศึกษาความสุขของนักเรียนจากการได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลรอบตัว พบว่า นักเรียนมีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง จากการได้รับความช่วยเหลือจากครอบครัว ($M=2.248, SD=0.305$) การได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อน ($M=2.237, SD=0.299$) และการได้รับความช่วยเหลือจากครู ($M=2.259, SD=0.299$) รายละเอียดดังตาราง 4.74

ตาราง 4.74 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความสุขโดยทั่วไปของนักเรียนตามการได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลรอบตัว

การได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลรอบตัว	ความสุขโดยทั่วไปของนักเรียน			
	การได้รับความช่วยเหลือ		การไม่ได้รับความช่วยเหลือ	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
การได้รับความช่วยเหลือจากครอบครัว	2.248	0.305	2.271	0.336
การได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อน	2.237	0.299	2.275	0.326
การได้รับความช่วยเหลือจากครู	2.259	0.299	2.242	0.327

ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของนักเรียนจากการได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลรอบตัวโดยใช้ Independent samples t-test พบว่า ความสุขของนักเรียนที่ได้ความช่วยเหลือจากเพื่อนมีความแตกต่างจากนักเรียนที่ไม่ได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p<.001$) เมื่อพิจารณาตามค่าเฉลี่ยระดับความสุขของนักเรียน พบว่า นักเรียนที่ไม่ได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อนมีความสุขมากกว่านักเรียนที่ได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อน รายละเอียดดังตาราง 4.75

ตาราง 4.75 การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนตามการได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลรอบตัว

การได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลรอบตัว	Independent Samples Test					
	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			
	F	Sig.	t	df	Sig.	MD
ครอบครัว	18.081	.000	-1.493	779.642	.136	-.023
เพื่อน	18.109	.000	-3.385	2716.544	.001*	-.038
ครู	27.140	.002	1.481	2628.772	.139	.017

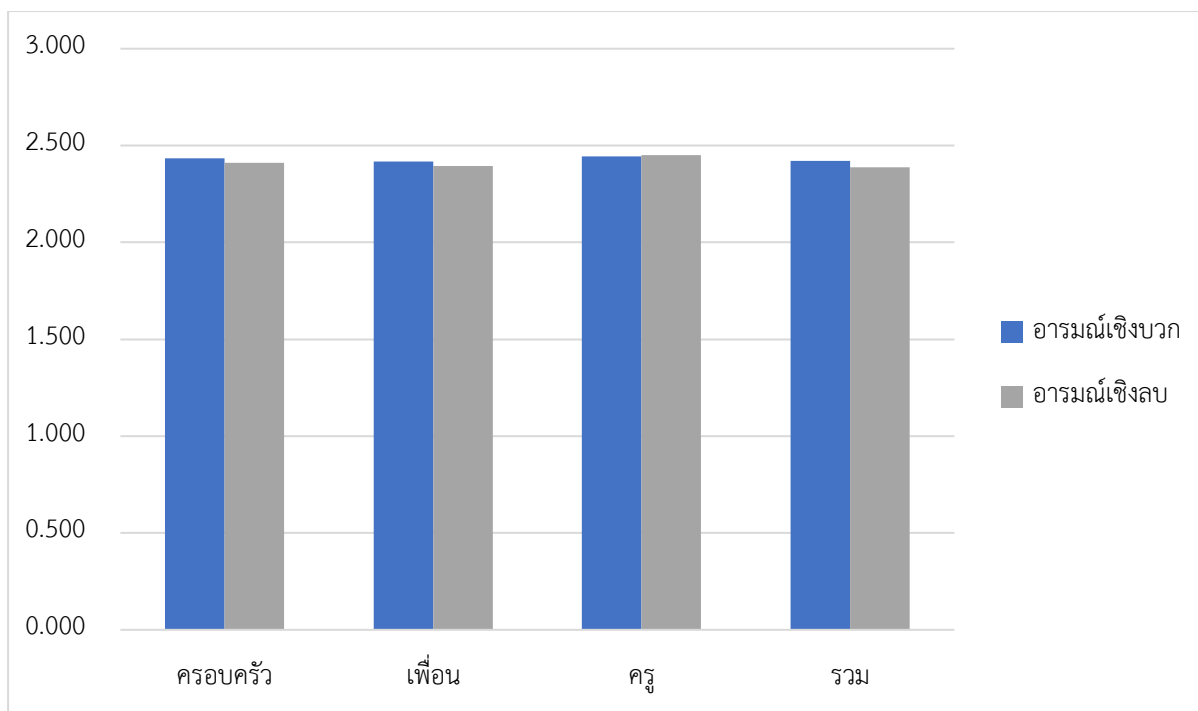
หมายเหตุ * $p < .05$

ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของนักเรียนจากการได้รับการช่วยเหลือจากบุคคลรอบตัวพบว่า นักเรียนที่ไม่ได้รับการช่วยเหลือจากเพื่อนมีระดับความสุขมากกว่านักเรียนที่ได้รับการช่วยเหลือจากเพื่อน ขณะที่ในส่วน of นักเรียนที่ได้รับการช่วยเหลือจากเพื่อน นักเรียนจะมีความรู้สึกในอารมณ์เชิงบวกในระดับสูง ($M=2.417$, $SD=0.559$) รายละเอียดตามตาราง 4.76

ตาราง 4.76 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอารมณ์นักเรียน จากการได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลรอบตัว

การได้รับความช่วยเหลือ	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	M	SD	M	SD
ครอบครัว	2.433	0.560	2.409	0.499
เพื่อน	2.417	0.559	2.396	0.508
ครู	2.444	0.582	2.450	0.498
รวม	2.420	0.567	2.387	0.512

การศึกษาอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบของนักเรียนจากการได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลรอบตัว โดยภาพรวมนักเรียนมีอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบที่ไม่แตกต่างกันมากนัก เมื่อพิจารณาตามบุคคลที่มีผลต่อความสุขของนักเรียน พบว่าการได้รับความช่วยเหลือจากครอบครัว นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.433$, $SD=0.560$) สูงกว่าอารมณ์เชิงลบเล็กน้อย ($M=2.409$, $SD=0.499$) สำหรับการได้รับความช่วยเหลือจากเพื่อน นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.417$, $SD=0.559$) สูงกว่าอารมณ์เชิงลบเล็กน้อย ($M=2.396$, $SD=0.508$) และการได้รับความช่วยเหลือจากครู นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.444$, $SD=0.582$) สูงกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.450$, $SD=0.498$) แตกต่างกันเล็กน้อย รายละเอียดดังภาพ 4.27



ภาพ 4.27 อารมณ์เชิงลบและอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนตามการได้รับความช่วยเหลือจากบุคคลรอบตัว

การศึกษาความสุขของนักเรียนจากการได้รับทัศนคติเชิงลบจากบุคคลรอบตัว พบว่า นักเรียนมีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง จากการได้รับทัศนคติเชิงลบจากครอบครัว ($M=2.258, SD=0.329$) การได้รับทัศนคติเชิงลบจากเพื่อน ($M=2.251, SD=0.313$) และการได้รับทัศนคติเชิงลบจากครู ($M=2.234, SD=0.337$) รายละเอียดดังตาราง 4.77

ตาราง 4.77 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความสุขโดยทั่วไปของนักเรียน จากการได้รับทัศนคติเชิงลบจากบุคคลรอบตัว

การได้รับทัศนคติเชิงลบจากบุคคลรอบตัว	ความสุขโดยทั่วไปของนักเรียน			
	การได้รับทัศนคติเชิงลบ		การไม่ได้รับทัศนคติเชิงลบ	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
การได้รับทัศนคติเชิงลบจากครอบครัว	2.258	0.329	2.251	0.308
การได้รับทัศนคติเชิงลบจากเพื่อน	2.251	0.313	2.251	0.313
การได้รับทัศนคติเชิงลบจากครู	2.234	0.337	2.254	0.307

ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของนักเรียนจากการได้รับทัศนคติเชิงลบจากบุคคลรอบตัวโดยใช้ Independent samples t-test พบว่า ความสุขของนักเรียนที่ได้รับหรือไม่ได้รับทัศนคติเชิงลบจากบุคคลโดยรอบไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 รายละเอียดดังตาราง 4.78

ตาราง 4.78 การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนตามการได้รับทัศนคติเชิงลบจากบุคคลรอบตัว

การได้รับ ทัศนคติเชิงลบจาก บุคคลรอบตัว	Independent Samples Test					
	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			
	F	Sig.	t	df	Sig.	MD
ครอบครัว	7.652	.006	.409	625.238	.683	.007
เพื่อน	0.147	.702	.154	3280.000	.878	.002
ครู	5.591	.018	-1.095	434.216	.274	-.020

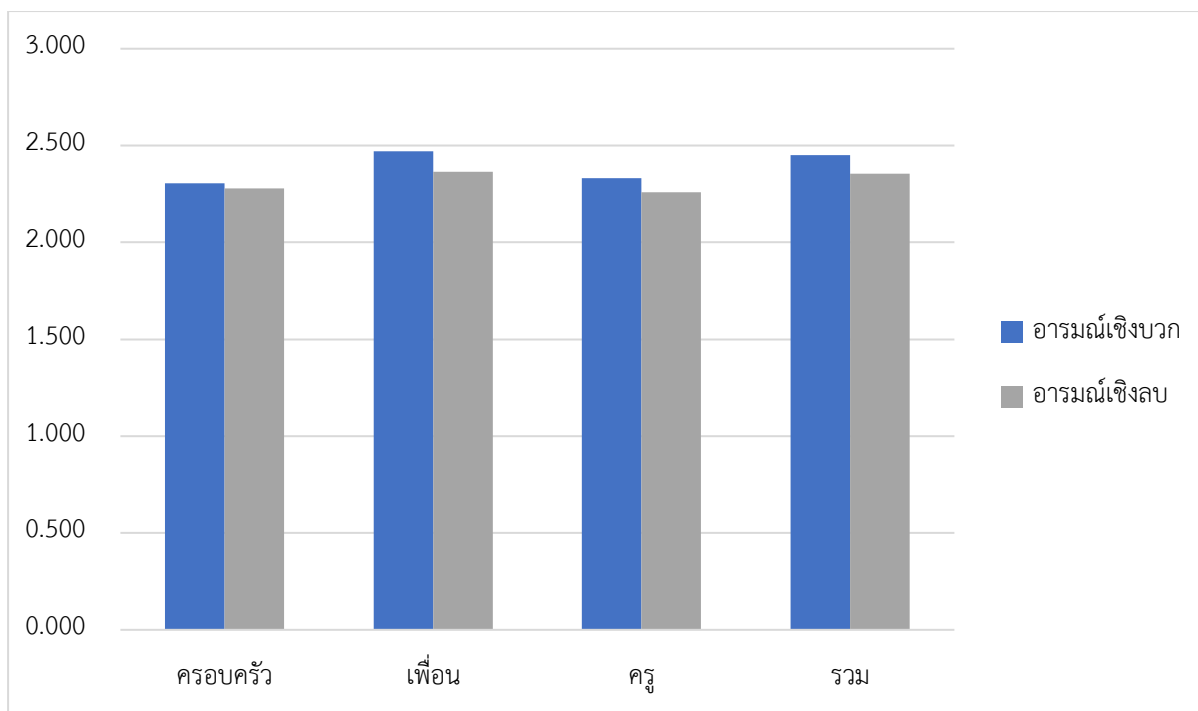
หมายเหตุ * $p < .05$

ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนจากการได้รับทัศนคติเชิงลบ พบว่าการได้รับทัศนคติเชิงลบจากบุคคลโดยรอบของนักเรียนไม่มีผลต่อระดับความสุขที่แตกต่างกันของนักเรียน ทั้งนี้ เมื่อพิจารณาตามอารมณ์ของนักเรียน พบว่า การได้รับทัศนคติเชิงลบจากเพื่อน ($M=2.470$, $SD=0.523$) เป็นผลให้นักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกโดยเฉลี่ย ในระดับที่สูงกว่านักเรียนที่ได้รับทัศนคติเชิงลบจากครอบครัว ($M=2.304$, $SD=0.585$) และครู ($M=2.331$, $SD=0.557$) ขณะที่นักเรียนที่ได้รับทัศนคติเชิงลบจากครอบครัว ($M=2.278$, $SD=0.521$) และครู ($M=2.259$, $SD=0.506$) นักเรียนต่างรู้สึกมีอารมณ์เชิงลบโดยเฉลี่ยในระดับปานกลาง ขณะที่การทะเลาะกับเพื่อน เป็นผลให้นักเรียนรู้สึกมีอารมณ์เชิงลบในระดับที่สูง ($M=2.365$, $SD=0.511$) รายละเอียดดังตาราง 4.79

ตาราง 4.79 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอารมณ์นักเรียน จากการได้รับทัศนคติเชิงลบจากบุคคลรอบตัว

การได้รับทัศนคติเชิงลบ	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	M	SD	M	SD
ครอบครัว	2.304	0.585	2.278	0.521
เพื่อน	2.470	0.523	2.365	0.511
ครู	2.331	0.557	2.259	0.506
รวม	2.449	0.531	2.353	0.513

การศึกษาอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบของนักเรียนจากการได้รับทัศนคติเชิงลบจากบุคคลรอบตัว โดยภาพรวมนักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.449$, $SD=0.531$) สูงกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.353$, $SD=0.513$) เมื่อพิจารณาตามบุคคลที่มีผลต่อการมีความสุขของนักเรียน พบว่าการได้รับทัศนคติเชิงลบจากครอบครัว นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.340$, $SD=0.585$) สูงกว่าอารมณ์เชิงลบเล็กน้อย ($M=2.278$, $SD=0.521$) สำหรับการได้รับทัศนคติเชิงลบจากเพื่อน นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.470$, $SD=0.523$) สูงกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.365$, $SD=0.511$) และการได้รับทัศนคติเชิงลบจากครู นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.331$, $SD=0.557$) สูงกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.259$, $SD=0.506$) รายละเอียดดังภาพ 4.28



ภาพ 4.28 อารมณ์เชิงลบและอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนตามการได้รับทัศนคติเชิงลบจากบุคคลรอบตัว

การศึกษาความสุขของนักเรียนจากการทะเลาะกับบุคคลรอบตัว พบว่า นักเรียนมีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง จากการไม่ได้ทะเลาะกับครอบครัว ($M=2.263$, $SD=0.301$) การไม่ได้ทะเลาะกับเพื่อน ($M=2.252$, $SD=0.321$) และการไม่ได้ทะเลาะกับครู ($M=2.252$, $SD=0.308$) รายละเอียดดังตาราง 4.80 ตาราง 4.80 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของความสุขโดยทั่วไปของนักเรียน จากการทะเลาะกับบุคคลรอบตัว

การทะเลาะกับบุคคลรอบตัว	ความสุขโดยทั่วไปของนักเรียน			
	การทะเลาะ		การไม่ได้ทะเลาะ	
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
การทะเลาะกับครอบครัว	2.202	0.351	2.263	0.301
การทะเลาะกับเพื่อน	2.252	0.308	2.252	0.321
การทะเลาะกับครู	2.261	0.387	2.252	0.308

ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของนักเรียนจากการทะเลาะกับบุคคลรอบตัวโดยใช้ Independent samples t-test พบว่า ความสุขของนักเรียนที่ทะเลาะหรือไม่ได้ทะเลาะกับครอบครัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p<.001$) เมื่อพิจารณาตามค่าเฉลี่ยระดับความสุขของนักเรียน พบว่านักเรียนที่ไม่ได้ทะเลาะกับครอบครัวมีความสุขกว่านักเรียนที่ทะเลาะกับครอบครัว รายละเอียดดังตาราง 4.81

ตาราง 4.81 การวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนจากการทะเลาะกับบุคคลรอบตัว

การทะเลาะกับบุคคล รอบตัว	Independent Samples Test					
	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			
	F	Sig.	t	df	Sig.	MD
ครอบครัว	41.622	.000	-3.832	756.305	.000*	-0.060
เพื่อน	.452	.501	.000	3280	1.000	0.000
ครู	23.418	.000	.249	117.100	.804	0.009

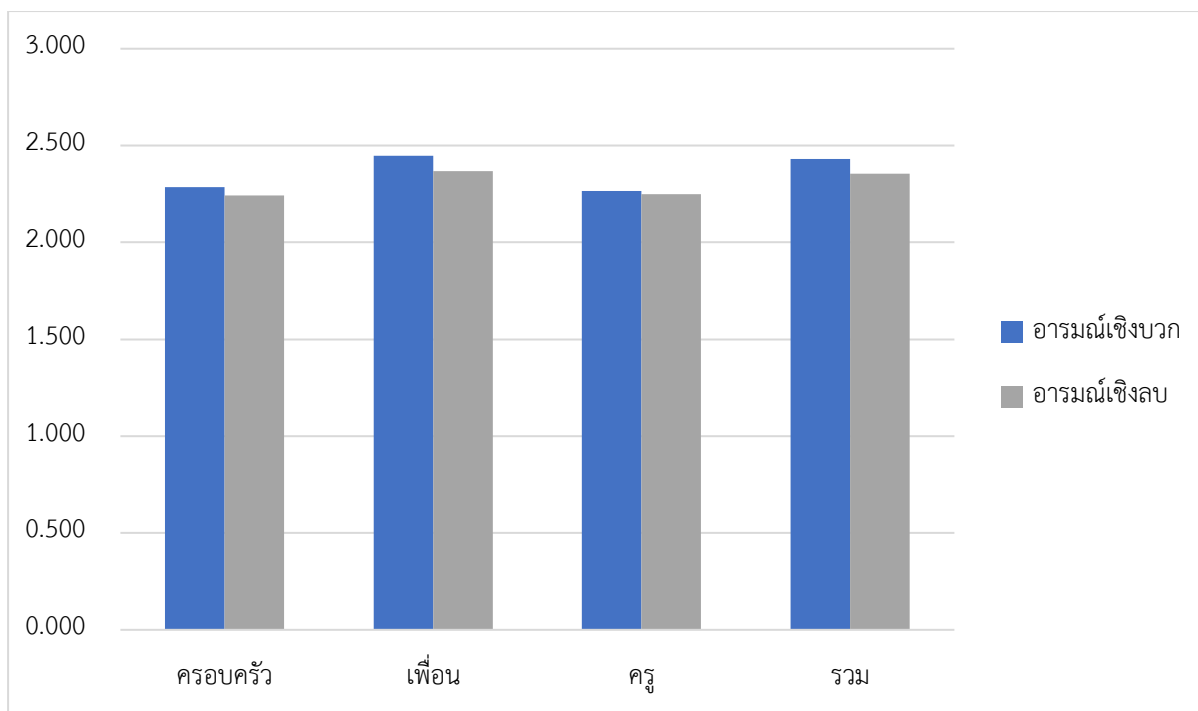
หมายเหตุ * $p < .05$

ผลการวิเคราะห์เปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนจากการทะเลาะกับบุคคลรอบตัว พบว่านักเรียนที่ทะเลาะกับครอบครัวมีความสุขน้อยกว่านักเรียนที่ไม่ได้ทะเลาะกับครอบครัว ซึ่งสอดคล้องกับข้อมูลอารมณ์ของนักเรียน คือ นักเรียนที่ทะเลาะกับครอบครัวรู้สึกมีอารมณ์เชิงบวกในระดับปานกลาง ($M=2.286$, $SD=0.564$) เท่านั้น รายละเอียดดังตาราง 4.82

ตาราง 4.82 ค่าเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอารมณ์นักเรียน จากการทะเลาะกับบุคคลรอบตัว

การทะเลาะกับบุคคลรอบตัว	อารมณ์เชิงบวก		อารมณ์เชิงลบ	
	M	SD	M	SD
ครอบครัว	2.286	0.564	2.242	0.528
เพื่อน	2.446	0.538	2.367	0.510
ครู	2.265	0.587	2.250	0.487
รวม	2.431	0.544	2.355	0.515

การศึกษาอารมณ์เชิงบวกและอารมณ์เชิงลบของนักเรียนจากการทะเลาะกับบุคคลรอบตัว โดยภาพรวมนักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.431$, $SD=0.544$) สูงกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.355$, $SD=0.515$) เมื่อพิจารณาตามบุคคลที่มีผลต่อการมีความสุขของนักเรียน พบว่าการทะเลาะกับครอบครัว นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.286$, $SD=0.564$) สูงกว่าอารมณ์เชิงลบเล็กน้อย ($M=2.242$, $SD=0.528$) สำหรับการทะเลาะกับเพื่อน นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.446$, $SD=0.538$) สูงกว่าอารมณ์เชิงลบ ($M=2.367$, $SD=0.510$) และการทะเลาะกับจากครู นักเรียนมีอารมณ์เชิงบวก ($M=2.265$, $SD=0.587$) และอารมณ์เชิงลบ ($M=2.250$, $SD=0.487$) แตกต่างกันเพียงเล็กน้อย รายละเอียดดังภาพ 4.29



ภาพ 4.29 อารมณ์เชิงลบและอารมณ์เชิงบวกของนักเรียนตามการทะเลาะกับบุคคลรอบตัว

1.3. ผลการศึกษารูปแบบกิจวัตรประจำวันของเด็กไทยในวัยเรียน

ผลการศึกษาด้วยข้อมูลเชิงคุณภาพพบว่ากิจวัตรประจำวันของเด็กไทยในวัยเรียนในวันที่มาโรงเรียนสามารถจำแนกได้ 2 ลักษณะ คือ (1) กิจวัตรประจำวันของเด็กทั่วไป และ (2) กิจวัตรประจำวันของเด็กที่เน้นการเรียนรู้เชิงวิชาการ ดังที่นำเสนอในภาพ 4.30 สิ่งที่ปรากฏชัดเจนในผลการศึกษาดังกล่าวคือมีกิจกรรมต่างๆ กำหนดให้เด็กไทยในวัยเรียนต้องปฏิบัติภายในหนึ่งวันที่มาโรงเรียน ดังนั้น “เวลา” ที่เป็นของเด็กในวันที่มาเรียนจึงถูกใช้หมดกับกิจกรรมต่างๆ เหล่านั้น ยกตัวอย่างเช่น คาบเรียน โดยเฉลี่ยแล้ว เด็กไทยในวัยเรียนที่เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาจะมีคาบเรียน (ไม่นับคาบเรียนพิเศษ) อยู่ระหว่าง 5 – 8 คาบ โดยแต่ละคาบเรียนจะมีระยะเวลาประมาณ 50 – 60 นาที การมีเวลาเป็นของตัวเองหรือเวลาอิสระของเด็กในแต่ละวันจึงมีไม่มากนัก และมีมากน้อยแตกต่างกันไปตามลักษณะของกลุ่ม ดังเช่นในกิจวัตรประจำวันของเด็กทั่วไป เด็กจะมีเวลาอิสระอยู่บ้าง อาทิ เวลาว่างก่อนเข้าแถวเคารพธงชาติ เวลาคักระหว่างคาบเรียน เวลาคักกลางวัน เวลาว่างในช่วงเย็น ซึ่งเวลาอิสระดังกล่าวทำให้เด็กสามารถมีช่วงเวลาว่างที่สามารถคิดและตัดสินใจเลือกได้ว่าจะใช้เวลาอันั้นกับการทำสิ่งใด ในขณะที่เมื่อพิจารณากิจวัตรประจำวันของเด็กที่เน้นการเรียนรู้เชิงวิชาการ จะพบว่ากิจกรรมที่เด็กต้องปฏิบัติส่วนใหญ่เป็นกิจกรรมเชิงวิชาการ ทั้งการเรียนในคาบเรียนปกติและการเรียนเสริมพิเศษ ที่พบว่าเด็กส่วนหนึ่งในกลุ่มนี้ใช้เวลาเรียนเสริมพิเศษจนถึงเวลา 19.00 น. และแทบจะไม่มีเวลาอิสระเป็นของตนเองได้เลย ข้อสังเกตอีกประการหนึ่งสำหรับกิจวัตรประจำวันของเด็กที่เน้นการเรียนรู้เชิงวิชาการคือ การไม่มีเวลาในการทำกิจกรรมการเล่นเลย ทั้งๆ ที่การทำกิจกรรมการเล่นยังถือเป็นประสบการณ์ที่สำคัญสำหรับการพัฒนาเด็กในช่วงวัยนี้

ช่วงเวลา	กิจวัตรประจำวันในกรณีเด็กทั่วไป	กิจวัตรประจำวันในกรณีเด็กที่เน้นวิชาการ
5:00 – 6:00 น.	ตื่นนอน อาบน้ำแต่งตัว ธุระส่วนตัว รับประทานอาหารเช้า	ตื่นนอน อาบน้ำแต่งตัว ธุระส่วนตัว รับประทานอาหารเช้า
6:00 – 7:00 น.	เดินทางถึงโรงเรียน มีเวลาเล่นอิสระ	เดินทางถึงโรงเรียน ทำความสะอาดพื้นที่ต่างๆ ในโรงเรียน
7:00 – 8:00 น.		เข้าแถวเคารพธงชาติ กิจกรรมหน้าเสาธง โฮมรูม
8:00 – 9:00 น.	เรียนคาบเช้าประมาณ 3 – 4 คาบๆ ละ 50 – 60 นาที และมีเวลาพักระหว่างคาบเรียนประมาณ 10 – 15 นาที	เข้าแถวเคารพธงชาติ กิจกรรมหน้าเสาธง โฮมรูม
9:00 – 10:00 น.		เรียนคาบเช้าประมาณ 3 – 4 คาบๆ ละ 50 – 60 นาที
10:00 – 11:00 น.		และมีเวลาพักระหว่างคาบเรียนประมาณ 10 – 15 นาที
11:00 – 12:00 น.	รับประทานอาหารกลางวัน เล่นอิสระ แปรงฟัน นั้งสมาธิ	รับประทานอาหารกลางวัน แปรงฟัน จดการบ้าน ท่องศัพท์ นั้งสมาธิ
12:00 – 13:00 น.	เรียนคาบบ่ายประมาณ 2 – 3 คาบๆ ละ 50 – 60 นาที และมีเวลาพักระหว่างคาบเรียนประมาณ 10 – 15 นาที	เรียนคาบบ่ายประมาณ 3 – 4 คาบๆ ละ 50 – 60 นาที
13:00 – 14:00 น.		และไม่มีเวลาพักระหว่างคาบเรียน
14:00 – 15:00 น.		
15:00 – 16:00 น.	กลับบ้าน รับประทานอาหารเย็น	เรียนพิเศษที่โรงเรียน
16:00 – 17:00 น.		เรียนพิเศษในโรงเรียน
17:00 – 18:00 น.	อาบน้ำ	กลับบ้าน และนอกโรงเรียน
18:00 – 19:00 น.	ทำการบ้าน/เวลาอิสระ	รับประทานอาหารเย็น
19:00 – 20:00 น.	เข้านอน	อาบน้ำ
20:00 – 21:00 น.		ทำการบ้าน
21:00 – 22:00 น.		กลับบ้าน
22:00 – 5:00 น.		รับประทานอาหารเย็น
		อาบน้ำ
		ทำการบ้าน
		เข้านอน

ภาพ 4.30 การเปรียบเทียบกิจวัตรประจำวันของเด็กไทยในวัยเรียน

1.4. ผลการศึกษารูปแบบการเรียนพิเศษเชิงวิชาการของเด็กไทยในวัยเรียน

ผลการศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพพบว่าเด็กไทยในวัยเรียน ทั้งนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 1 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ตลอดจนนักเรียนที่อยู่ในเขตพื้นที่ในเมืองและนอกเมือง เรียนเสริมพิเศษเกินกว่าร้อยละ 50 ผลการศึกษานำมาซึ่งการสังเคราะห์สรุปรูปแบบการเรียนพิเศษของเด็กไทยในวัยเรียน 4 รูปแบบ (models) ดังที่แสดงในตาราง 4.83 ได้แก่ การติวเข้มที่โรงเรียนตัวเอง การติวเข้มที่สถาบันอื่น การเรียนเสริมทั่วไป และการเรียนเสริมตามความสนใจและความถนัด

ตาราง 4.83 รูปแบบการเรียนพิเศษของเด็กไทยในวัยเรียน

Model 1 ติวเข้มที่โรงเรียนตัวเอง	Model 2 ติวเข้มที่สถาบันอื่น
- พบมากในบริบทโรงเรียนรัฐบาลที่มีชื่อเสียงหรือขนาดใหญ่ในพื้นที่เขตเมือง	- พบมากในบริบทโรงเรียนรัฐบาลที่มีชื่อเสียงหรือขนาดใหญ่ในพื้นที่เขตเมือง
- เป้าหมายเพื่อการติวเข้มสำหรับการสอบวัดระดับความสามารถระดับชาติหรือการสอบแข่งขัน	- เป้าหมายเพื่อการติวเข้มสำหรับการสอบแข่งขัน
- เป็นการเรียนพิเศษที่โรงเรียนสนับสนุน ไม่มีค่าใช้จ่าย	- เป็นการเรียนพิเศษที่มีค่าใช้จ่ายที่ผู้ปกครองรับผิดชอบ
- ใช้เวลาในการเรียนพิเศษ (ติว) ในช่วงเช้าและเย็น ประมาณ 2 ชั่วโมงหรืออาจต่อเนื่องในลักษณะเช้าค่ำ	- ใช้เวลาในการเรียนพิเศษ (ติว) ในช่วงเย็นหลังเลิกเรียน และการเรียนพิเศษจะมีการจัดโปรแกรมชัดเจน
- เก็บตัวเป็นเวลา 7 วัน	- ส่วนมากเป็นเด็กกลุ่มที่มีความพร้อมและมีเป้าหมายชัดเจนว่าต้องการเรียนพิเศษเพื่อสอบแข่งขัน
	- วิชาคณิตศาสตร์ ภาษาอังกฤษ หรือ KUMON

Model 1 ดิวเข้มที่โรงเรียนตัวเอง	Model 2 ดิวเข้มที่สถาบันอื่น
<ul style="list-style-type: none"> - ส่วนมากโรงเรียนคัดเลือกเด็กเรียนพิเศษเฉพาะห้องที่มีผลการเรียนอยู่ในเกณฑ์ดีถึงดีมาก - วิชาคณิตศาสตร์ ภาษาไทย ภาษาอังกฤษ วิทยาศาสตร์ 	
Model 3 เรียนเสริมทั่วไป	Model 4 เรียนกิจกรรมตามความถนัด/สนใจ
<ul style="list-style-type: none"> - ส่วนมากเป็นเด็กโรงเรียนรัฐบาลและเอกชนที่อยู่ในพื้นที่เขตเมือง - การเรียนเสริมจากบทเรียนและ/หรือสอนการบ้าน - มีค่าใช้จ่าย ผู้ปกครองรับผิดชอบเอง - เรียนช่วงเย็นหลังเลิกเรียนประมาณ 1 ชั่วโมงทุกวัน - ส่วนใหญ่เด็กจะเรียนเพราะรอต้อผู้ปกครองมารับกลับบ้านหลังเลิกงาน 	<ul style="list-style-type: none"> - ส่วนมากเป็นเด็กโรงเรียนเอกชนที่อยู่ในพื้นที่เขตเมือง แต่จำนวนน้อยมากเมื่อเทียบกับ Model 1 - 3 - มีค่าใช้จ่าย ผู้ปกครองรับผิดชอบเอง - กรณีโรงเรียนรัฐบาล ส่วนใหญ่เป็นนักกีฬาหรือนักดนตรี กรณีนี้มักจะไม่มียาจ่าย - ส่วนมากจะเรียนหลังเสร็จสิ้นการเรียนที่โรงเรียน และเป็นโปรแกรมชัดเจน - กิจกรรมดนตรี เรียนศิลปะ กีฬา

1.5. ผลการศึกษารูปแบบพฤติกรรมกรับประทานอาหารเข้าของเด็กไทยในวัยเรียน

ผลการศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพพบว่าพฤติกรรมกรับประทานอาหารเข้าของเด็กไทยในวัยเรียนสามารถวิเคราะห์สรุปเป็น 2 ลักษณะ ดังที่แสดงในตาราง 4.84 คือ (1) กลุ่มที่ได้รับประทานอาหารเข้า และ (2) กลุ่มที่ไม่ได้รับประทานอาหารเข้า สำหรับกลุ่มที่ได้รับประทานอาหารเข้านั้นสามารถจำแนกพฤติกรรมเป็นกลุ่มย่อย ประกอบด้วย กลุ่มที่รับประทานอาหารอิมและรับประทานอาหารเป็นมือ กลุ่มที่รับประทานอาหารอิมและรับประทานอาหารแบบสะดวกซื้อ และกลุ่มที่รับประทานอาหารไม่อิม โดยพฤติกรรมกรับประทานอาหาร รวมถึงประเภทของอาหารที่รับประทานนั้นจะมีความแตกต่างกันในแต่ละกลุ่ม

ตาราง 4.84 พฤติกรรมกรับประทานอาหารเข้าของเด็กไทยในวัยเรียน

กลุ่มที่ได้รับประทานอาหารเข้า	กลุ่มที่ไม่ได้รับประทานอาหารเข้า
<p>แบบ 1: รับประทานอิมและรับประทานอาหารเป็นมือ</p> <p>ส่วนมากจะพบในกลุ่มเด็กชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 โดยรับประทานที่บ้านมีผู้ปกครองจัดเตรียมอาหารไว้ให้ และรับประทานอาหารประเภทข้าวพร้อมกับข้าว ส่วนมากเป็นอาหารง่ายๆ เช่น ประเภททอด</p>	<p>ส่วนมากจะพบในกลุ่มเด็กชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยผู้ปกครองให้เงินมาซื้ออาหารรับประทานเองที่โรงเรียน แต่รู้สึกเบื่อหรือไม่อยากอาหาร รวมทั้งบางส่วนให้เหตุผลว่าได้เงินมาน้อย หากใช้เงินซื้ออาหารเข้ารับประทานจะทำให้เหลือเงินไม่พอใช้ในช่วงพักและพักกลางวัน</p>
<p>แบบ 2: รับประทานอิมและรับประทานอาหารแบบสะดวกซื้อ</p> <p>กลุ่มนี้ พบทั้งกรณีที่รับประทานอาหารที่บ้านโดยผู้ปกครองจัดเตรียมให้และกรณีที่รับประทานที่โรงเรียนหรือระหว่างทางมาเรียนโดยผู้ปกครองหรือตัวเด็กเองซื้ออาหารจากร้านค้า และเป็นเมนู เช่น ข้าวเหนียวหมู/ไก่ปิ้ง ไก่ทอด ขนมปังกับนม อาหารเมนูไข่ โรตีสาลาเปา เป็นต้น</p>	

กลุ่มที่ได้รับประทานอาหารเช้า	กลุ่มที่ไม่ได้รับประทานอาหารเช้า
แบบ 3: รับประทานอาหารเช้าไม่ กลุ่มนี้มีนักเรียนจำนวนน้อย ส่วนมากที่รับประทานไม่ อิ่มเนื่องจากไม่มีเวลาในการรับประทานอาหารเช้า ด้วยต้องเผื่อ เวลาในการเดินทางมาโรงเรียนและ/หรือไม่สามารถหา อาหารเช้ารับประทานได้	

2. ผลการศึกษาสถานการณ์การทำกิจกรรมการเล่นของเด็กไทยในวัยเรียน

2.1. ผลการศึกษาสภาพการทำกิจกรรมการเล่นของเด็กไทยในวัยเรียน

2.1.1. ผลการศึกษาสภาพการทำกิจกรรมการเล่นของเด็กประถมศึกษาทั้งหมด

ผลการศึกษาสภาพการทำกิจกรรมการเล่นของเด็กไทยในวัยเรียนเป็นข้อมูลเชิงปริมาณที่แสดงจำนวนเด็กไทยในวัยเรียนที่ปรากฏในการทำกิจกรรมการเล่นลักษณะต่างๆ โดยการนำเสนอผลการศึกษาสภาพการทำกิจกรรมการเล่นของเด็กไทยในวัยเรียนนี้ประกอบด้วย (1) ผลการศึกษาสภาพการทำกิจกรรมการเล่นของเด็กประถมศึกษาทั้งหมด (2) ผลการศึกษาสภาพการทำกิจกรรมการเล่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 (3) ผลการศึกษาสภาพการทำกิจกรรมการเล่นของนักเรียนประถมศึกษาที่อยู่ในพื้นที่ในเมืองและนักเรียนที่อยู่ในพื้นที่นอกเมือง และ (4) ผลการศึกษาสภาพการทำกิจกรรมการเล่นของนักเรียนที่อยู่โรงเรียนรัฐบาลและนักเรียนที่อยู่โรงเรียนเอกชน

การศึกษาการเล่นของนักเรียนในแต่ละวันโดยภาพรวมทั้งที่บ้านและโรงเรียนของนักเรียน โดยการเล่นที่บ้านของนักเรียน พบว่า นักเรียนโดยส่วนมากมักจะเล่นที่บ้าน (ร้อยละ 98.05) โดยมีนักเรียนเพียงส่วนน้อยที่มักจะไม่เล่นที่บ้าน (ร้อยละ 1.95) ซึ่งนักเรียนที่ได้เล่นที่บ้าน โดยส่วนมากแล้วนักเรียนได้เล่นตามความสนใจของนักเรียน หรือได้เล่นอย่างเป็นอิสระ (ร้อยละ 91.17) ขณะที่นักเรียนส่วนน้อยที่เล่นตามความสนใจของผู้อื่นหรือการเล่นอย่างไม่เป็นอิสระ (ร้อยละ 8.83) นักเรียนส่วนมากได้ใช้เวลาเล่นที่บ้านมากกว่า 30 นาที (ร้อยละ 67.59) ขณะที่นักเรียนส่วนหนึ่งไม่ได้เล่นหรือได้เล่นที่บ้านน้อยกว่า 30 นาที (ร้อยละ 32.41) โดยการเล่นที่บ้านของนักเรียน นักเรียนมักจะเล่นกับเพื่อนของนักเรียนมากที่สุด (ร้อยละ 43.04) รองลงมาคือนักเรียนเล่นกับบุคคลในครอบครัว (ร้อยละ 32.35) เล่นคนเดียว (ร้อยละ 24.27) และเล่นกับสัตว์เลี้ยง (ร้อยละ 0.34) ตามลำดับ การเล่นของนักเรียนขณะอยู่ที่บ้าน ที่นักเรียนมักจะเลือกเล่นเป็นสามอันดับแรก พบว่าโดยส่วนใหญ่แล้วนักเรียนจะเล่นด้วยอุปกรณ์ IT (ร้อยละ 82.35) อย่างการดูโทรทัศน์หรือ YouTube การเล่นเกม การใช้โทรศัพท์มือถือ iPad และ Tablet เป็นต้น รองลงมา คือ การเล่นเพื่อสุนทรีย์ (ร้อยละ 49.19) โดยการอ่านหนังสือ วาดรูปหรือระบายสี การเล่นดนตรี การเต้นโคฟเวอร์ เป็นต้น และการเล่นเชิงออกกำลังกายหรือการเคลื่อนไหว (ร้อยละ 45.37) อาทิ การว่ายน้ำหรือเล่นน้ำ การเล่นวิ่งไล่จับ วอลเลย์บอล ลิงชิงบอล ตีลูกแก้ว ฟุตบอล ปั่นจักรยาน

สำหรับการเล่นของนักเรียนที่โรงเรียน พบว่า นักเรียนโดยส่วนมากมักจะเล่นที่โรงเรียน (ร้อยละ 93.48) ขณะที่นักเรียนเป็นส่วนน้อยที่ไม่ได้เล่นที่โรงเรียน (ร้อยละ 6.52) ซึ่งการเล่นของนักเรียนที่โรงเรียน

ส่วนใหญ่เป็นการเล่นตามความสนใจหรือการเล่นอย่างเป็นอิสระของนักเรียน (ร้อยละ 81.84) ขณะที่นักเรียนบางส่วนได้เล่นตามความสนใจของผู้อื่น หรือเล่นอย่างไม่เป็นอิสระ (ร้อยละ 18.16) โดยที่นักเรียนส่วนมากไม่ได้เล่นหรือได้เล่นที่โรงเรียนน้อยกว่า 30 นาที (ร้อยละ 55.74) และมีนักเรียนส่วนหนึ่งที่เล่นมากกว่า 30 นาทีที่โรงเรียน (ร้อยละ 44.26) โดยการเล่นที่โรงเรียนของนักเรียน นักเรียนส่วนใหญ่มักจะเล่นกับเพื่อนของนักเรียนมากที่สุด (ร้อยละ 92.80) รองลงมาคือ การเล่นคนเดียว (ร้อยละ 6.26) และเล่นกับบุคคลในครอบครัว (ร้อยละ 0.95) ตามลำดับ การเล่นของนักเรียนขณะอยู่ที่โรงเรียน นักเรียนมักจะเลือกเล่นเป็นสามอันดับแรก คือ การเล่นเพื่อสุนทรีย์ (ร้อยละ 54.11) อาทิ การอ่านหนังสือ วาดรูปหรือระบายสี การเล่นดนตรี การเดิน โคฟเวอร์ รองลงมาคือ การเล่นด้วยอุปกรณ์ IT (ร้อยละ 45.76) อย่างการดูโทรทัศน์หรือ YouTube การเล่น เกม การใช้โทรศัพท์มือถือ iPad และ Tablet เป็นต้น และการเล่นเชิงออกกำลังกายหรือการเคลื่อนไหว (ร้อยละ 42.34) ด้วยการว่ายน้ำหรือเล่นน้ำ การเล่นวิ่งไล่จับ วอลเลย์บอล ลิงชิงบอล ดิ่ดลูกแก้ว ฟุตบอล ปั่นจักรยาน เป็นต้น รายละเอียดดังตาราง 4.85

ตาราง 4.85 จำนวนและร้อยละการเล่นของนักเรียนโดยภาพรวม

การเล่นของนักเรียนในแต่ละวัน	รวม		การเล่นของนักเรียนในแต่ละวัน	รวม	
	n	ร้อยละ		n	ร้อยละ
1. การได้เล่นที่บ้าน			7. การได้เล่นอย่างอิสระที่โรงเรียน		
ได้เล่น	3218	98.05	เล่นอย่างอิสระ	2511	81.84
ไม่ได้เล่น	64	1.95	ไม่เล่นอย่างอิสระ	557	18.16
รวม	3282	100.00	รวม	3068	100.00
2. การได้เล่นอย่างอิสระที่บ้าน			8. เวลาสำหรับการเล่นที่โรงเรียน		
เล่นอย่างอิสระ	2934	91.17	ไม่ได้เล่น/ น้อยกว่า 30 นาที	1710	55.74
ไม่เล่นอย่างอิสระ	284	8.83	มากกว่า 30 นาที	1358	44.26
รวม	3218	100.00	รวม	3068	100.00
3. เวลาสำหรับการเล่นที่บ้าน			9. บุคคลที่นักเรียนเล่นกับนักเรียนที่โรงเรียน		
ไม่ได้เล่น/เล่นน้อยกว่า 30 นาที	1043	32.41	คนเดียว	192	6.26
เล่นมากกว่า 30 นาที	2175	67.59	เพื่อน	2847	92.80
รวม	3218	100.00	บุคคลในครอบครัว	29	0.95
4. บุคคลที่นักเรียนเล่นกับนักเรียนที่บ้าน			รวม	3068	100.00
คนเดียว	781	24.27	10. ประเภทกิจกรรมการเล่นของนักเรียนที่บ้าน		
เพื่อน	1385	43.04	การเล่นของไทย	1122	36.57
บุคคลในครอบครัว	1041	32.35	การเล่นออกกำลังกาย/เคลื่อนไหว	1299	42.34
สัตว์เลี้ยง	11	0.34	การเล่นด้วยของเล่น	885	28.85
รวม	3218	100.00	การเล่นด้วยอุปกรณ์ IT	1404	45.76
5. ประเภทกิจกรรมการเล่นของนักเรียนที่บ้าน			การเล่นเชิงสังคม	386	12.55
การเล่นของไทย	559	17.37	การเล่นเพื่อสุนทรีย์	1660	54.11
การเล่นออกกำลังกาย/เคลื่อนไหว	1460	45.37	รวม	3068	100.00
การเล่นด้วยของเล่น	1085	33.72	11. วิธีการสอนของครู		

การเล่นของนักเรียนในแต่ละวัน	รวม		การเล่นของนักเรียนในแต่ละวัน	รวม	
	n	ร้อยละ		n	ร้อยละ
การเล่นด้วยอุปกรณ์ IT	2650	82.35	การพูดเนื้อหาให้ฟัง	1890	62.17
การเล่นเชิงสังคม	632	19.64	การอ่านหนังสือให้ฟัง	1056	34.74
การเล่นเพื่อสุนทรียะ	1583	49.19	การทำกรทดลอง	539	17.73
รวม	3218	100.00	การทำงานกลุ่ม	1094	35.99
6. การได้เล่นที่โรงเรียน			การเล่นเกม	595	19.57
ได้เล่น	3068	93.48	การทำแบบฝึกหัด	2063	67.86
ไม่ได้เล่น	214	6.52	การทำข้อสอบ	1093	35.95
รวม	3282	100.00	การทำโครงการ	371	12.20
			รวม	3040	100.00

2.1.2. ผลการศึกษาสภาพการทำกิจกรรมการเล่นของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6

การศึกษาการเล่นของนักเรียนในแต่ละวันจำแนกตามระดับการศึกษา โดยการศึกษาข้อมูลการเล่นของนักเรียนที่บ้านและโรงเรียน จากเวลาสำหรับการเล่น บุคคลที่นักเรียนเล่นด้วยทั้งที่บ้านและโรงเรียน กิจกรรมการเล่นของนักเรียนทั้งที่บ้านและโรงเรียน รวมถึงกิจกรรมการเรียนของนักเรียนในโรงเรียน โดยการศึกษาการเล่นของนักเรียนที่บ้านในแต่ละวันจำแนกตามระดับการศึกษา พบว่านักเรียนประถมศึกษาส่วนใหญ่ได้เล่นที่บ้านของนักเรียน ทั้งในนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 96.90) และนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 99.12) ในทางตรงกันข้ามมีนักเรียนเป็นส่วนน้อยที่ไม่ได้เล่นที่บ้านของนักเรียน

สำหรับการเล่นของนักเรียนที่บ้าน พบว่านักเรียนส่วนมากได้เล่นตามความสนใจของนักเรียน หรือได้เล่นอย่างอิสระที่บ้าน โดยนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ได้เล่นตามความสนใจของนักเรียน หรือได้เล่นอย่างอิสระที่บ้าน (ร้อยละ 93.95) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 88.11) ซึ่งนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 ไม่ได้เล่นตามความสนใจของนักเรียน หรือไม่ได้เล่นอย่างอิสระที่บ้าน (ร้อยละ 11.89) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 6.05)

การใช้เวลาสำหรับการเล่นของนักเรียนที่บ้านของนักเรียนในแต่ละระดับการศึกษา พบว่านักเรียนโดยส่วนมากได้เล่นมากกว่า 30 นาทีต่อวัน ซึ่งนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ได้เล่นมากกว่า 30 นาทีต่อวัน (ร้อยละ 79.49) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 54.47) ทั้งนี้ นักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 ได้เล่นที่บ้านน้อยกว่า 30 นาที หรือไม่ได้เล่นที่บ้านเลย (ร้อยละ 45.53) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 20.51)

การเล่นที่บ้านของนักเรียนในแต่ละระดับการศึกษา นักเรียนจะเล่นกับเพื่อนของนักเรียนมากที่สุด โดยเมื่ออยู่บ้าน นักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 เล่นกับเพื่อนของนักเรียน (ร้อยละ 46.57) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 39.83) รองลงมา นักเรียนได้เล่นกับบุคคลในครอบครัว ทั้งในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 31.74) และนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 32.90) ขณะที่นักเรียนบางส่วนเล่นคนเดียว โดยนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ได้เล่นคนเดียว (ร้อยละ 26.73) มากกว่านักเรียน

ระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 21.55) ทั้งนี้ มีนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 0.13) และนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 0.53) เป็นส่วนน้อยที่เล่นกับสัตว์เลี้ยงของนักเรียน

ในส่วนของการเล่นของนักเรียนที่บ้านในแต่ละระดับการศึกษา พบว่า นักเรียนประถมศึกษาในแต่ละระดับการศึกษาส่วนใหญ่ มักจะเล่นอุปกรณ์ IT ในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 ที่เล่นด้วยอุปกรณ์ IT (ร้อยละ 92.35) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 71.33) ด้วยการดูโทรทัศน์หรือ YouTube การเล่นเกม การใช้โทรศัพท์มือถือ iPad และ Tablet เป็นต้น เมื่อพิจารณาตามระดับการศึกษาของนักเรียน ในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 นักเรียนนิยมเล่นรองลงมาจากการเล่นอุปกรณ์ IT สองอันดับ คือ การเล่นเพื่อสุนทรีย์ (ร้อยละ 57.41) อาทิ การอ่านหนังสือ วาดรูปหรือระบายสี การเล่นเกม การเต้นโคฟเวอร์ และการเล่นด้วยของเล่น (ร้อยละ 51.93) ด้วยการเล่นต่อจิ๊กซอว์ การเล่นเกม การเล่นเกม การต่อเลโก้หรือบล็อก การเล่นเกม slam การเล่นเกมโรลเลอร์เบลด เป็นต้น ตามลำดับ สำหรับนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 นักเรียนนิยมเล่นรองลงมาจากการเล่นอุปกรณ์ IT สองอันดับ คือ การเล่นเกมออกกำลังกายหรือการเคลื่อนไหว (ร้อยละ 43.45) ด้วยการว่ายน้ำหรือเล่นน้ำ การเล่นเกมวอลเลย์บอล ลิงชิงบอล ตีลูกแก้ว ฟุตบอล บันจ้ายาน เป็นต้น และการเล่นเพื่อสุนทรีย์ (ร้อยละ 41.73) อาทิ การอ่านหนังสือ วาดรูปหรือระบายสี การเล่นเกม การเต้นโคฟเวอร์ การเล่นเกมด้วยของเล่น

การศึกษาการเล่นของนักเรียนที่โรงเรียนในแต่ละวันจำแนกตามระดับการศึกษา พบว่านักเรียนประถมศึกษาส่วนใหญ่ได้เล่นที่โรงเรียนของนักเรียน ทั้งในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 94.30) และนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 92.71) ในทางตรงกันข้ามมีนักเรียนเป็นส่วนน้อยที่ไม่ได้เล่นที่โรงเรียนของนักเรียน

สำหรับการเล่นของนักเรียนแต่ละระดับการศึกษาที่โรงเรียน พบว่านักเรียนส่วนมากได้เล่นตามความสนใจของนักเรียน หรือได้เล่นอย่างอิสระที่โรงเรียน ทั้งในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 81.21) และนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 82.45) ขณะเดียวกันมีนักเรียนบางส่วนที่ไม่ได้เล่นตามความสนใจหรือไม่ได้เล่นอย่างอิสระที่โรงเรียน ทั้งในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 18.79) และนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 17.55)

การใช้เวลาสำหรับการเล่นของนักเรียนที่โรงเรียนตามแต่ละระดับการศึกษา พบว่านักเรียนส่วนใหญ่ได้เล่นที่โรงเรียนน้อยกว่า 30 นาทีต่อวันหรือไม่ได้เล่นที่โรงเรียน โดนเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 ที่ได้เล่นน้อยกว่า 30 นาทีต่อวันหรือไม่ได้เล่น (ร้อยละ 59.73) มากกว่านักเรียนที่เรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 51.96) ขณะที่นักเรียนส่วนหนึ่งได้เล่นที่โรงเรียนมากกว่า 30 นาที โดยเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 48.04) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 40.27)

การเล่นที่โรงเรียนของนักเรียนในแต่ละระดับการศึกษา นักเรียนส่วนใหญ่จะเล่นกับเพื่อนของนักเรียน ขณะอยู่ที่โรงเรียน โดยเป็นนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 เล่นกับเพื่อนที่โรงเรียน (ร้อยละ 94.61) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 90.87) ทั้งนี้มีนักเรียนส่วนหนึ่งที่ได้เล่นคนเดียว ซึ่งนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 เล่นคนเดียว (ร้อยละ 7.65) มากกว่านักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 4.94)

ขณะที่นักเรียนส่วนน้อยได้เล่นกับบุคคลในครอบครัว ทั้งนักเรียนที่เรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 1.48) และนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 0.44)

ในส่วนของการเล่นของนักเรียนที่โรงเรียน นักเรียนในแต่ละระดับการศึกษาได้เลือกเล่นได้แตกต่างกันออกไป ตามการพิจารณาระดับการศึกษาของนักเรียน ในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 นักเรียนมักจะเลือกเล่นเป็นสามอันดับแรกคือ นักเรียนส่วนใหญ่มักจะเล่นเพื่อสุนทรีย์ (ร้อยละ 61.01) อาทิ การอ่านหนังสือ วาดรูปหรือระบายสี การเล่นดนตรี การเดินโคฟเวอร์ รองลงมา คือ การเล่นเชิงออกกำลังกายหรือการเคลื่อนไหว (ร้อยละ 41.48) ด้วยการว่ายน้ำหรือเล่นน้ำ การเล่นวิ่งไล่จับ วอลเลย์บอล ลิงชิงบอล ดึงลูกแก้ว ฟุตบอล ปั่นจักรยาน เป็นต้น และการเล่นอุปกรณ์ IT (ร้อยละ 41.07) ด้วยการดูโทรทัศน์หรือ YouTube การเล่นเกม การใช้โทรศัพท์มือถือ iPad และ Tablet เป็นต้น สำหรับนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 นักเรียนมักจะเลือกเล่นเป็นสามอันดับแรกคือ นักเรียนส่วนใหญ่มักจะเลือกเล่นอุปกรณ์ IT (ร้อยละ 50.19) อาทิ การดูโทรทัศน์หรือ YouTube การเล่นเกม การใช้โทรศัพท์มือถือ iPad และ Tablet รองลงมาคือ การเล่นเพื่อสุนทรีย์ (ร้อยละ 47.59) ด้วยการอ่านหนังสือ วาดรูปหรือระบายสี การเล่นดนตรี การเดินโคฟเวอร์ เป็นต้น และการเล่นเชิงออกกำลังกายหรือการเคลื่อนไหว (ร้อยละ 43.16) อาทิ การว่ายน้ำหรือเล่นน้ำ การเล่นวิ่งไล่จับ วอลเลย์บอล ลิงชิงบอล ดึงลูกแก้ว ฟุตบอล ปั่นจักรยาน

สำหรับการเรียนของนักเรียน ทางครูผู้สอนได้จัดกิจกรรมที่หลากหลายสำหรับการเรียนรู้ในแต่ละวัน โดยกิจกรรมการเรียนของนักเรียนแตกต่างกันในแต่ละระดับการศึกษา ขณะที่โดยส่วนใหญ่แล้วนักเรียนมักจะเรียนรู้ด้วยการทำแบบฝึกหัด ทั้งในนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 (ร้อยละ 64.26) และนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 70.98) เมื่อพิจารณากิจกรรมการเรียนของนักเรียนตามระดับการศึกษา นักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 1 มีกิจกรรมการเรียนที่นักเรียนปฏิบัติเป็นสองอันดับแรกรองจากการทำแบบฝึกหัด คือ การพูดเนื้อหาให้ฟัง (ร้อยละ 54.04) และการอ่านหนังสือให้ฟังจากครู (ร้อยละ 52.41) สำหรับนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 6 มีกิจกรรมการเรียนที่นักเรียนปฏิบัติเป็นสองอันดับแรกรองจากการทำแบบฝึกหัด คือ การพูดเนื้อหาให้ฟัง (ร้อยละ 69.20) และการทำงานกลุ่ม (ร้อยละ 41.90) รายละเอียดดังตาราง 4.86

ตาราง 4.86 จำนวนและร้อยละการเล่นของนักเรียนที่บ้านจำแนกตามระดับการศึกษา

การเล่นของนักเรียนในแต่ละวัน	ระดับการศึกษา			
	ประถมศึกษาปีที่ 1		ประถมศึกษาปีที่ 6	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
1. การได้เล่นที่บ้าน				
ได้เล่น	1531	96.90	1687	99.12
ไม่ได้เล่น	49	3.10	15	0.88
รวม	1580	100.00	1702	100.00
2. การได้เล่นอย่างอิสระที่บ้าน				
เล่นอย่างอิสระ	1349	88.11	1585	93.95
ไม่เล่นอย่างอิสระ	182	11.89	102	6.05
รวม	1531	100.00	1687	100.00

การเล่นของนักเรียนในแต่ละวัน	ระดับการศึกษา			
	ประถมศึกษาปีที่ 1		ประถมศึกษาปีที่ 6	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
3. เวลาสำหรับการเล่นที่บ้าน				
ไม่ได้เล่น/เล่นน้อยกว่า 30 นาที	697	45.53	346	20.51
เล่นมากกว่า 30 นาที	834	54.47	1341	79.49
รวม	1531	100.00	1687	100.00
4. บุคคลที่นักเรียนเล่นกับที่บ้าน				
คนเดียว	330	21.55	451	26.73
เพื่อน	713	46.57	672	39.83
บุคคลในครอบครัว	486	31.74	555	32.90
สัตว์เลี้ยง	2	0.13	9	0.53
รวม	1531	100.00	1687	100.00
5. ประเภทกิจกรรมการเล่นของนักเรียนที่บ้าน				
การเล่นของไทย	356	23.25	203	12.03
การเล่นเชิงออกกำลังกาย/ การเคลื่อนไหว	727	47.49	733	43.45
การเล่นด้วยของเล่น	795	51.93	290	17.19
การเล่นด้วยอุปกรณ์ IT	1092	71.33	1558	92.35
การเล่นเชิงสังคม	337	22.01	295	17.49
การเล่นเพื่อสุนทรียะ	879	57.41	704	41.73
รวม	1531	100.00	1687	100.00
6. การได้เล่นที่โรงเรียน				
ได้เล่น	1490	94.30	1578	92.71
ไม่ได้เล่น	90	5.70	124	7.29
รวม	1580	100.00	1702	100.00
7. การได้เล่นอย่างอิสระที่โรงเรียน				
เล่นอย่างอิสระ	1210	81.21	1301	82.45
ไม่เล่นอย่างอิสระ	280	18.79	277	17.55
รวม	1490	100.00	1578	100.00
8. เวลาสำหรับการเล่นที่โรงเรียน				
ไม่ได้เล่น/ น้อยกว่า 30 นาที	890	59.73	820	51.96
มากกว่า 30 นาที	600	40.27	758	48.04
รวม	1490	100.00	1578	100.00
9. บุคคลที่นักเรียนเล่นกับนักเรียนที่โรงเรียน				
คนเดียว	114	7.65	78	4.94
เพื่อน	1354	90.87	1493	94.61
บุคคลในครอบครัว	22	1.48	7	0.44

การเล่นของนักเรียนในแต่ละวัน	ระดับการศึกษา			
	ประถมศึกษาปีที่ 1		ประถมศึกษาปีที่ 6	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
รวม	1490	100.00	1578	100.00
10. ประเภทกิจกรรมการเล่นของนักเรียนที่โรงเรียน				
การเล่นของไทย	605	40.60	517	32.76
การเล่นเชิงออกกำลังกาย/ การเคลื่อนไหว	618	41.48	681	43.16
การเล่นด้วยของเล่น	607	40.74	278	17.62
การเล่นด้วยอุปกรณ์ IT	612	41.07	792	50.19
การเล่นเชิงสังคม	226	15.17	159	10.08
การเล่นเพื่อสุนทรีย์	909	61.01	751	47.59
รวม	1490	100.00	1578	100.00
11. วิธีการสอนของครู				
การพูดเนื้อหาให้ฟัง	762	54.04	1128	69.20
การอ่านหนังสือให้ฟัง	739	52.41	317	19.45
การทำกรทดลอง	299	21.21	240	14.72
การทำงานกลุ่ม	411	29.15	683	41.90
การเล่นเกม	382	27.09	213	13.07
การทำแบบฝึกหัด	906	64.26	1157	70.98
การทำข้อสอบ	528	37.45	565	34.66
การทำโครงการ	83	5.89	288	17.67
รวม	1410	100.00	1630	100.00

2.1.3. ผลการศึกษาสภาพการทำกิจกรรมการเล่นของนักเรียนประถมศึกษาที่อยู่ในพื้นที่ในเมือง และนักเรียนที่อยู่ในพื้นที่นอกเมือง

การศึกษาการเล่นของนักเรียนในแต่ละวันจำแนกตามที่ตั้งของสถานศึกษา โดยการศึกษาข้อมูลการเล่นของนักเรียนที่บ้านและโรงเรียน จากเวลาสำหรับการเล่น บุคคลที่นักเรียนเล่นด้วยทั้งที่บ้านและโรงเรียน กิจกรรมการเล่นของนักเรียนทั้งที่บ้านและโรงเรียน รวมถึงกิจกรรมการเรียนของนักเรียนในโรงเรียน สำหรับการศึกษการเล่นของนักเรียนที่บ้านในแต่ละวันจำแนกตามที่ตั้งของสถานศึกษา พบว่านักเรียนประถมศึกษาส่วนใหญ่ได้เล่นที่บ้านของนักเรียน ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 98.13) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 97.97) ในทางตรงกันข้ามมีนักเรียนเป็นส่วนน้อยที่ไม่ได้เล่นที่บ้านของนักเรียน

สำหรับการเล่นของนักเรียนที่บ้านจำแนกตามที่ตั้งของสถานศึกษา พบว่านักเรียนส่วนมากได้เล่นตามความสนใจของนักเรียน หรือได้เล่นอย่างอิสระที่บ้าน โดยนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง ได้เล่นตามความสนใจของนักเรียน หรือได้เล่นอย่างอิสระที่บ้าน (ร้อยละ 92.57) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง

(ร้อยละ 89.74) ซึ่งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง ไม่ได้เล่นตามความสนใจของนักเรียน หรือไม่ได้เล่นอย่างอิสระที่บ้าน (ร้อยละ 10.26) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 7.43)

การใช้เวลาสำหรับการเล่นของนักเรียนที่บ้านของนักเรียนในแต่ละที่ตั้งของสถานศึกษา พบว่านักเรียนโดยส่วนมากได้เล่นมากกว่า 30 นาทีต่อวัน ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 68.32) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 66.83) และมีนักเรียนบางส่วนที่ได้เล่นที่บ้านน้อยกว่า 30 นาที หรือไม่ได้เล่นที่บ้านเลย ทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 31.68) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 33.17)

การเล่นที่บ้านของนักเรียนจำแนกตามที่ตั้งของสถานศึกษา นักเรียนจะเล่นกับเพื่อนของนักเรียนมากที่สุด โดยเมื่ออยู่บ้าน นักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง เล่นกับเพื่อนของนักเรียน (ร้อยละ 47.33) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 38.86) รองลงมา นักเรียนได้เล่นกับบุคคลในครอบครัว โดยนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง เล่นกับบุคคลในครอบครัว (ร้อยละ 36.53) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 28.07) ขณะที่นักเรียนบางส่วนเล่นคนเดียว เป็นทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 24.25) และนักเรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 24.29) ทั้งนี้ มีนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 0.37) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 0.31) เป็นส่วนน้อยที่เล่นกับสัตว์เลี้ยงของนักเรียน

ในส่วนของการเล่นของนักเรียนที่บ้านในแต่ละที่ตั้งของสถานศึกษา พบว่า นักเรียนประถมศึกษาไม่ว่าจะในสังกัดใดก็ตาม นักเรียนส่วนใหญ่มักจะเล่นอุปกรณ์ IT ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 81.28) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 83.45) ด้วยการดูโทรทัศน์หรือ YouTube การเล่นเกม การใช้โทรศัพท์มือถือ iPad และ Tablet เป็นต้น เมื่อพิจารณาตามที่ตั้งของสถานศึกษาของนักเรียน ในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง นักเรียนนิยมเล่นรองลงมาจากการเล่นอุปกรณ์ IT เป็นสองอันดับแรก คือ การเล่นเพื่อสุนทรีย์ (ร้อยละ 48.99) อาทิ การอ่านหนังสือ วาดรูปหรือระบายสี การเล่นเกม การเดินโคฟเวอร์ และการเล่นเชิงออกกำลังกายหรือการเคลื่อนไหว (ร้อยละ 45.98) ด้วยการว่ายน้ำหรือเล่นน้ำ การเล่นวิ่งไล่จับ วอลเลย์บอล ลิงชิงบอล ดิ่ดลูกแก้ว ฟุตบอล ปั่นจักรยาน เป็นต้น สำหรับนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง การเล่นที่นักเรียนนิยมเล่นรองลงมาจากการเล่นอุปกรณ์ IT เป็นสองอันดับแรก คือ การเล่นเพื่อสุนทรีย์ (ร้อยละ 49.40) อาทิ การอ่านหนังสือ วาดรูปหรือระบายสี การเล่นเกม การเดินโคฟเวอร์ การเล่นด้วยของเล่น และการเล่นเชิงออกกำลังกายหรือการเคลื่อนไหว (ร้อยละ 44.75) ด้วยการว่ายน้ำหรือเล่นน้ำ การเล่นวิ่งไล่จับ วอลเลย์บอล ลิงชิงบอล ดิ่ดลูกแก้ว ฟุตบอล ปั่นจักรยาน เป็นต้น

การศึกษาการเล่นของนักเรียนที่โรงเรียนในแต่ละวันจำแนกตามที่ตั้งของสถานศึกษา พบว่านักเรียนประถมศึกษาส่วนใหญ่ได้เล่นที่โรงเรียนของนักเรียน ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 94.52) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 92.42) ในทางตรงกันข้ามมีนักเรียนเป็นส่วนน้อยที่ไม่ได้เล่นที่โรงเรียนของนักเรียน

สำหรับการเล่นของนักเรียนที่โรงเรียนจำแนกตามที่ตั้งของสถานศึกษา พบว่านักเรียนส่วนมากได้เล่นตามความสนใจของนักเรียน หรือได้เล่นอย่างอิสระที่โรงเรียน พบทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 82.85) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 80.79) ขณะเดียวกันมีนักเรียนบางส่วนที่ไม่ได้ตาม

ความสนใจหรือไม่ได้เล่นอย่างอิสระที่โรงเรียน ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 17.14) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 19.21)

การใช้เวลาสำหรับการเล่นของนักเรียนที่โรงเรียนของนักเรียนในแต่ละที่ตั้งของสถานศึกษา พบว่านักเรียนส่วนใหญ่ได้เล่นที่โรงเรียนน้อยกว่า 30 นาทีต่อวันหรือไม่ได้เล่นที่โรงเรียน ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง ไม่ได้เล่นน้อยกว่า 30 นาทีต่อวันหรือไม่ได้เล่น (ร้อยละ 55.83) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 55.64) ขณะที่นักเรียนส่วนหนึ่งได้เล่นที่โรงเรียนมากกว่า 30 นาที ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 44.17) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 44.36)

การเล่นที่โรงเรียนของนักเรียนในแต่ละที่ตั้งของสถานศึกษา นักเรียนส่วนใหญ่จะเล่นกับเพื่อนของนักเรียน ขณะอยู่ที่โรงเรียน ทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 92.16) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 93.46) ทั้งนี้มีนักเรียนส่วนหนึ่งที่ได้เล่นคนเดียว ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 6.56) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 5.94) ขณะที่นักเรียนส่วนน้อยได้เล่นกับบุคคลในครอบครัว ทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 1.27) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 0.60)

ในส่วนของการเล่นของนักเรียนในแต่ละที่ตั้งของสถานศึกษา นักเรียนได้เลือกการเล่นที่แตกต่างกันออกไป ซึ่งพบว่านักเรียนส่วนใหญ่ได้เล่นเพื่อนสนิทหรือเพื่อน โดยเป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง ได้เล่นเพื่อสนิทหรือเพื่อน (ร้อยละ 55.32) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 52.84) ด้วยการอ่านหนังสือ วาดรูปหรือระบายสี การเล่นดนตรี การเต้นโคฟเวอร์ เป็นต้น เมื่อพิจารณาตามสังกัดของสถานศึกษาของนักเรียน สำหรับนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง นักเรียนมักจะเลือกเล่นเป็นสองอันดับแรกที่รองจากการเล่นเพื่อนสนิทหรือเพื่อน คือ การเล่นอุปกรณ์ IT (ร้อยละ 47.29) จากการดูโทรทัศน์หรือ YouTube การเล่นเกม การใช้โทรศัพท์มือถือ iPad และ Tablet เป็นต้น และการเล่นเชิงออกกำลังกายหรือการเคลื่อนไหว (ร้อยละ 43.15) อาทิ การว่ายน้ำหรือเล่นน้ำ การเล่นวิ่งไล่จับ วอลเลย์บอล ลิงชิงบอล ดิเดลูกแก้ว ฟุตบอล ปั่นจักรยาน สำหรับนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง กิจกรรมการเล่นที่นักเรียนเลือกเล่นเป็นสองอันดับแรกรองจากการเล่นเพื่อนสนิทหรือเพื่อน คือ การเล่นอุปกรณ์ IT (ร้อยละ 47.29) อาทิ การดูโทรทัศน์หรือ YouTube การเล่นเกม การใช้โทรศัพท์มือถือ iPad และ Tablet และการเล่นเชิงออกกำลังกายหรือการเคลื่อนไหว (ร้อยละ 41.49) อาทิ การว่ายน้ำหรือเล่นน้ำ การเล่นวิ่งไล่จับ วอลเลย์บอล ลิงชิงบอล ดิเดลูกแก้ว ฟุตบอล ปั่นจักรยาน

สำหรับการเรียนของนักเรียน ทางครูผู้สอนได้จัดกิจกรรมที่หลากหลายสำหรับการเรียนรู้ในแต่ละวัน โดยส่วนใหญ่พบว่านักเรียนมักจะเรียนรู้ด้วยการทำแบบฝึกหัด ในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง (ร้อยละ 69.78) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง (ร้อยละ 65.77) เมื่อพิจารณากิจกรรมการเรียนของนักเรียนตามที่ตั้งของสถานศึกษา พบว่า นักเรียนที่เรียนโรงเรียนในเมือง กิจกรรมการเรียนที่นักเรียนได้ปฏิบัติเป็นสองอันดับแรกรองจากการทำแบบฝึกหัด คือ การพูดเนื้อหาให้ฟัง (ร้อยละ 64.29) และการทำข้อสอบ (ร้อยละ 42.08) สำหรับนักเรียนที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง มีกิจกรรมการเรียนที่นักเรียนได้ปฏิบัติเป็นสองอันดับแรกรองจากการทำแบบฝึกหัด คือ การพูดเนื้อหาให้ฟัง (ร้อยละ 59.86) และการทำงานกลุ่ม (ร้อยละ 34.91) รายละเอียดดังตาราง 4.87

ตาราง 4.87 จำนวนและร้อยละการเล่นของนักเรียนที่บ้านจำแนกตามที่ตั้งของสถานศึกษา

การเล่นของนักเรียนในแต่ละวัน	ที่ตั้งของสถานศึกษา			
	ในเมือง		นอกเมือง	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
1. การได้เล่นที่บ้าน				
ได้เล่น	1629	98.13	1589	97.97
ไม่ได้เล่น	31	1.87	33	2.03
รวม	1660	100.00	1622	100.00
2. การได้เล่นอย่างอิสระที่บ้าน				
เล่นอย่างอิสระ	1508	92.57	1426	89.74
ไม่เล่นอย่างอิสระ	121	7.43	163	10.26
รวม	1629	100.00	1589	100.00
3. เวลาสำหรับการเล่นที่บ้าน				
ไม่ได้เล่น/เล่นน้อยกว่า 30 นาที	516	31.68	527	33.17
เล่นมากกว่า 30 นาที	1113	68.32	1062	66.83
รวม	1629	100.00	1589	100.00
4. บุคคลที่นักเรียนเล่นกับนักเรียนที่บ้าน				
คนเดียว	395	24.25	386	24.29
เพื่อน	633	38.86	752	47.33
บุคคลในครอบครัว	595	36.53	446	28.07
สัตว์เลี้ยง	6	0.37	5	0.31
รวม	1629	100.00	1589	100.00
5. ประเภทกิจกรรมการเล่นของนักเรียนที่บ้าน				
การเล่นของไทย	270	16.57	289	18.19
การเล่นเชิงออกกำลังกาย/ การเคลื่อนไหว	749	45.98	711	44.75
การเล่นด้วยของเล่น	565	34.68	520	32.72
การเล่นด้วยอุปกรณ์ IT	1324	81.28	1326	83.45
การเล่นเชิงสังคม	327	20.07	305	19.19
การเล่นเพื่อสุนทรียะ	798	48.99	785	49.40
รวม	1629	100.00	1589	100.00
6. การได้เล่นที่โรงเรียน				
ได้เล่น	1569	94.52	1499	92.42
ไม่ได้เล่น	91	5.48	123	7.58
รวม	1660	100.00	1622	100.00
7. การได้เล่นอย่างอิสระที่โรงเรียน				
เล่นอย่างอิสระ	1300	82.85	1211	80.79
ไม่เล่นอย่างอิสระ	269	17.14	288	19.21

การเล่นของนักเรียนในแต่ละวัน	ที่ตั้งของสถานศึกษา			
	ในเมือง		นอกเมือง	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
รวม	1569	100.00	1499	100.00
8. เวลาสำหรับการเล่นที่โรงเรียน				
น้อยกว่า 30 นาที	876	55.83	834	55.64
มากกว่า 30 นาที	693	44.17	665	44.36
รวม	1569	100.00	1499	100.00
9. บุคคลที่นักเรียนเล่นกับนักเรียนที่โรงเรียน				
คนเดียว	103	6.56	89	5.94
เพื่อน	1446	92.16	1401	93.46
บุคคลในครอบครัว (พี่สาว น้องสาว)	20	1.27	9	0.60
รวม	1569	100.00	1499	100.00
10. ประเภทกิจกรรมการเล่นของนักเรียนที่โรงเรียน				
การเล่นของไทย	517	32.95	605	40.36
การเล่นเชิงออกกำลังกาย/ การเคลื่อนไหว	677	43.15	622	41.49
การเล่นด้วยของเล่น	455	29.00	430	28.69
การเล่นด้วยอุปกรณ์ IT	742	47.29	662	44.16
การเล่นเชิงสังคม	202	12.87	183	12.21
การเล่นเพื่อสุนทรีย์	868	55.32	792	52.84
รวม	1569	100.00	1499	100.00
11. วิธีการสอนของครู				
การพูดเนื้อหาให้ฟัง	1019	64.29	871	59.86
การอ่านหนังสือให้ฟัง	563	35.52	493	33.88
การทำการทดลอง	288	18.17	251	17.25
การทำงานกลุ่ม	586	36.97	508	34.91
การเล่นเกม	308	19.43	287	19.73
การทำแบบฝึกหัด	1106	69.78	957	65.77
การทำข้อสอบ	667	42.08	426	29.28
การทำโครงการ	166	10.47	205	14.09
รวม	1585	100.00	1455	100.00

2.1.4. ผลการศึกษาสภาพการทำกิจกรรมการเล่นของนักเรียนที่อยู่โรงเรียนรัฐบาลและนักเรียนที่อยู่โรงเรียนเอกชน

การศึกษาการเล่นของนักเรียนในแต่ละวันจำแนกตามสังกัดของสถานศึกษา จากการศึกษาข้อมูลการเล่นของนักเรียนที่บ้านและโรงเรียน โดยพิจารณาจากเวลาสำหรับการเล่น บุคคลที่นักเรียนเล่นด้วยทั้งที่บ้านและโรงเรียน กิจกรรมการเล่นของนักเรียนทั้งที่บ้านและโรงเรียน รวมถึงกิจกรรมการเรียนของนักเรียนใน

โรงเรียน สำหรับการศึกษากิจกรรมของนักเรียนที่บ้านในแต่ละวันจำแนกตามสังกัดของสถานศึกษา พบว่านักเรียนประถมศึกษาส่วนใหญ่ได้เล่นที่บ้านของนักเรียน ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 98.07) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 98.04) ในทางตรงกันข้ามมีนักเรียนเป็นส่วนน้อยที่ไม่ได้เล่นที่บ้านของนักเรียน

สำหรับการเล่นของนักเรียนที่บ้านจำแนกตามที่ตั้งของสถานศึกษา พบว่านักเรียนส่วนมากได้เล่นตามความสนใจของนักเรียน หรือได้เล่นอย่างอิสระที่บ้าน ซึ่งพบในทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 90.56) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 91.66) ในทางตรงกันข้ามนักเรียนนักเรียนบางส่วนไม่ได้เล่นตามความสนใจของนักเรียน หรือไม่ได้เล่นอย่างอิสระที่เรียนโรงเรียนนอกเมือง ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 1.93) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 1.96)

การใช้เวลาสำหรับการเล่นของนักเรียนที่บ้านของนักเรียนในแต่ละสังกัดของสถานศึกษา พบว่านักเรียนโดยส่วนมากได้เล่นมากกว่า 30 นาทีต่อวัน ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนในสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 68.17) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 67.13) และมีนักเรียนบางส่วนที่ได้เล่นที่บ้านน้อยกว่า 30 นาที หรือไม่ได้เล่นที่บ้านเลย ทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 31.83) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 32.87)

การเล่นที่บ้านของนักเรียนจำแนกตามสังกัดของสถานศึกษา เมื่อขณะอยู่บ้าน นักเรียนจะเล่นกับเพื่อนของนักเรียนมากที่สุด พบว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. เล่นกับเพื่อนของนักเรียน (ร้อยละ 48.38) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 38.82) รองลงมา นักเรียนได้เล่นกับบุคคลในครอบครัว โดยนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน เล่นกับบุคคลในครอบครัว (ร้อยละ 33.87) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 30.42) ขณะที่นักเรียนบางส่วนเล่นคนเดียว ซึ่งพบว่าเป็นนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 27.03) มากกว่านักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 20.77) ทั้งนี้ มีนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 0.42) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 0.28) เป็นส่วนน้อยที่เล่นกับสัตว์เลี้ยงของนักเรียน

ในส่วนของการเล่นของนักเรียนที่บ้านในแต่ละสังกัดของสถานศึกษา พบว่า นักเรียนประถมศึกษาไม่ว่าจะในสังกัดใดก็ตาม นักเรียนส่วนใหญ่มักจะเล่นอุปกรณ์ IT ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 82.82) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 81.98) จากการดูโทรทัศน์หรือ YouTube การเล่นเกม การใช้โทรศัพท์มือถือ iPad และ Tablet เป็นต้น เมื่อพิจารณาตามสังกัดของสถานศึกษาของนักเรียนในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. นักเรียนนิยมเล่นรองลงมาจากการเล่นอุปกรณ์ IT เป็นสองอันดับแรก คือ การเล่นเกมออกกำลังกายหรือการเคลื่อนไหว (ร้อยละ 48.73) ด้วยการว่ายน้ำหรือเล่นน้ำ การเล่นเกมวอลเลย์บอล ลิงชิงบอล ตีลูกแก้ว ฟุตบอล ปั่นจักรยาน เป็นต้น และการเล่นเพื่อสุนทรีย์ (ร้อยละ 48.59) อาทิ การอ่านหนังสือ วาดรูปหรือระบายสี การเล่นเกม การเต้นโคฟเวอร์ สำหรับนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน การเล่นที่นักเรียนนิยมเล่นรองลงมาจากการเล่นอุปกรณ์ IT เป็นสองอันดับแรก คือ การเล่นเกมเพื่อสุนทรีย์ (ร้อยละ 49.67) อาทิ การอ่านหนังสือ วาดรูปหรือระบายสี การเล่นเกม การเต้นโคฟเวอร์ การเล่น

ด้วยการเล่น และการเล่นเชิงออกกำลังกายหรือการเคลื่อนไหว (ร้อยละ 42.71) ด้วยการว่ายน้ำหรือเล่นน้ำ การเล่นวิ่งไล่จับ วอลเลย์บอล ลิงชิงบอล ดิดลูกแก้ว ฟุตบอล ปั่นจักรยาน เป็นต้น

การศึกษาการเล่นของนักเรียนที่โรงเรียนในแต่ละวันจำแนกตามสังกัดของสถานศึกษา พบว่านักเรียน ประถมศึกษาส่วนใหญ่ได้เล่นที่โรงเรียนของนักเรียน ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 93.51) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 93.46) ในทางตรงกันข้ามมีนักเรียนเป็นส่วนน้อยที่ไม่ได้เล่น ที่โรงเรียนของนักเรียน

สำหรับการเล่นของนักเรียนที่โรงเรียนจำแนกตามสังกัดของสถานศึกษา พบว่านักเรียนส่วนมากได้เล่น ตามความสนใจของนักเรียนหรือได้เล่นอย่างอิสระที่โรงเรียน ทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 80.21) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 83.14) ขณะเดียวกันมีนักเรียนบางส่วนที่ไม่ได้ เล่นตามความสนใจหรือไม่ได้เล่นอย่างอิสระที่โรงเรียน ซึ่งพบในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 19.79) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 16.86)

การใช้เวลาสำหรับการเล่นของนักเรียนที่โรงเรียนของนักเรียนในแต่ละสังกัดของสถานศึกษา พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่ได้เล่นที่โรงเรียนน้อยกว่า 30 นาทีต่อวันหรือไม่ได้เล่นที่โรงเรียน ทั้งในนักเรียนที่เรียน โรงเรียนในสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 54.80) และนักเรียนที่เรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 56.48) ขณะที่นักเรียน ส่วนหนึ่งได้เล่นที่โรงเรียนมากกว่า 30 นาที พบทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 45.20) และ นักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 43.52)

การเล่นที่โรงเรียนของนักเรียนในแต่ละสังกัดของสถานศึกษา นักเรียนส่วนใหญ่จะเล่นกับเพื่อนของ นักเรียน ขณะอยู่ที่โรงเรียน ทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 92.61) และนักเรียนที่เรียน โรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 92.94) ทั้งนี้มีนักเรียนส่วนหนึ่งที่ได้เล่นคนเดียว พบทั้งในนักเรียนที่เรียน โรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 6.72) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 5.89) ขณะที่นักเรียน ส่วนน้อยได้เล่นกับบุคคลในครอบครัวขณะอยู่ที่โรงเรียน เป็นทั้งนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 0.66) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 1.17)

ในส่วนของการเล่นของนักเรียนในแต่ละสังกัดของสถานศึกษา นักเรียนเลือกการเล่นที่แตกต่างกัน ออกไป ซึ่งพบว่านักเรียนส่วนใหญ่ได้เล่นเพื่อนสนิทหรือเพื่อนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 54.43) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 53.85) จากการอ่านหนังสือ วาดรูปหรือระบายสี การเล่นเกม การเต้นโคฟเวอร์ เป็นต้น เมื่อพิจารณาตามสังกัดของสถานศึกษาของนักเรียน สำหรับนักเรียนที่ เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. นักเรียนมักจะเลือกเล่นเป็นสองอันดับแรกที่รองจากการเล่นเพื่อนสนิทหรือเพื่อน คือ การ เล่นอุปกรณ์ IT (ร้อยละ 46.68) จากการดูโทรทัศน์หรือ YouTube การเล่นเกม การใช้โทรศัพท์มือถือ iPad และ Tablet เป็นต้น และการเล่นเชิงออกกำลังกายหรือการเคลื่อนไหว (ร้อยละ 44.46) อาทิ การว่ายน้ำหรือ เล่นน้ำ การเล่นวิ่งไล่จับ วอลเลย์บอล ลิงชิงบอล ดิดลูกแก้ว ฟุตบอล ปั่นจักรยาน เช่นเดียวกับนักเรียนที่เรียน โรงเรียนสังกัดเอกชน กิจกรรมการเล่นที่นักเรียนเลือกเล่นเป็นสองอันดับแรกรองจากการเล่นเพื่อนสนิทหรือเพื่อน คือ การเล่นเกม การใช้โทรศัพท์มือถือ iPad และ Tablet (ร้อยละ 45.04) อาทิ การดูโทรทัศน์หรือ YouTube การเล่นเกม การใช้โทรศัพท์มือถือ

iPad และ Tablet และการเล่นเชิงออกกำลังกายหรือการเคลื่อนไหว (ร้อยละ 40.67) อาทิ การว่ายน้ำหรือเล่นน้ำ การเล่นวิ่งไล่จับ วอลเลย์บอล ลิงชิงบอล ดิบลูกแก้ว ฟุตบอล ปั่นจักรยาน

สำหรับการเรียนของนักเรียน ทางครูผู้สอนได้จัดกิจกรรมที่หลากหลายสำหรับการเรียนรู้ในแต่ละวัน ขณะที่โดยส่วนใหญ่แล้วนักเรียนมักจะเรียนรู้ด้วยการทำแบบฝึกหัด พบทั้งในนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน (ร้อยละ 68.16) และนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. (ร้อยละ 67.50) เมื่อพิจารณากิจกรรมการเรียนของนักเรียนตามสังกัดของสถานศึกษา พบว่า นักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัด สพฐ. กิจกรรมการเรียนที่นักเรียนได้ปฏิบัติเป็นสองอันดับแรกรองจากการทำแบบฝึกหัด คือ การพูดเนื้อหาให้ฟัง (ร้อยละ 57.74) การทำข้อสอบ (ร้อยละ 35.80) และการอ่านหนังสือให้ฟัง (ร้อยละ 35.00) สำหรับนักเรียนที่เรียนโรงเรียนสังกัดเอกชน มีกิจกรรมการเรียนที่นักเรียนได้ปฏิบัติเป็นสองอันดับแรกรองจากการทำแบบฝึกหัด คือ การพูดเนื้อหาให้ฟัง (ร้อยละ 65.77) และการทำงานกลุ่ม (ร้อยละ 37.33) รายละเอียดดังตาราง 4.88

ตาราง 4.88 จำนวนและร้อยละการเล่นของนักเรียนที่บ้านจำแนกตามสังกัดของสถานศึกษา

การเล่นของนักเรียนในแต่ละวัน	สังกัดของสถานศึกษา			
	สพฐ.		เอกชน	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
1. การได้เล่นที่บ้าน				
ได้เล่น	1420	98.07	1798	98.04
ไม่ได้เล่น	28	1.93	36	1.96
รวม	1448	100.00	1834	100.00
2. การได้เล่นอย่างอิสระที่บ้าน				
เล่นอย่างอิสระ	1286	90.56	1648	91.66
ไม่เล่นอย่างอิสระ	134	9.44	150	8.34
รวม	1420	100.00	1798	100.00
3. เวลาสำหรับการเล่นที่บ้าน				
ไม่ได้เล่น/เล่นน้อยกว่า 30 นาที	452	31.83	591	32.87
เล่นมากกว่า 30 นาที	968	68.17	1207	67.13
รวม	1420	100.00	1798	100.00
4. บุคคลที่นักเรียนเล่นกับนักเรียนที่บ้าน				
คนเดียว	295	20.77	486	27.03
เพื่อน	687	48.38	698	38.82
บุคคลในครอบครัว	432	30.42	609	33.87
สัตว์เลี้ยง	6	0.42	5	0.28
รวม	1420	100.00	1798	100.00
5. ประเภทกิจกรรมการเล่นของนักเรียนที่บ้าน				
การเล่นของไทย	245	17.25	314	17.46
การเล่นเชิงออกกำลังกาย/ การเคลื่อนไหว	692	48.73	768	42.71
การเล่นด้วยของเล่น	457	32.18	628	34.93

การเล่นของนักเรียนในแต่ละวัน	สังกัดของสถานศึกษา			
	สพฐ.		เอกชน	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
การเล่นด้วยอุปกรณ์ IT	1176	82.82	1474	81.98
การเล่นเชิงสังคม	285	20.07	347	19.30
การเล่นเพื่อสุนทรีย์	690	48.59	893	49.67
รวม	1420	100.00	1798	100.00
6. การได้เล่นที่โรงเรียน				
ได้เล่น	1354	93.51	1714	93.46
ไม่ได้เล่น	94	6.49	120	6.54
รวม	1448	100.00	1834	100.00
7. การได้เล่นอย่างอิสระที่โรงเรียน				
เล่นอย่างอิสระ	1086	80.21	1425	83.14
ไม่เล่นอย่างอิสระ	268	19.79	289	16.86
รวม	1354	100.00	1714	100.00
8. เวลาสำหรับการเล่นที่โรงเรียน				
ไม่ได้เล่น/เล่นน้อยกว่า 30 นาที	742	54.80	968	56.48
มากกว่า 30 นาที	612	45.20	746	43.52
รวม	1354	100.00	1714	100.00
9. บุคคลที่นักเรียนเล่นกับนักเรียนที่โรงเรียน				
คนเดียว	91	6.72	101	5.89
เพื่อน	1254	92.61	1593	92.94
บุคคลในครอบครัว (พี่สาว น้องสาว)	9	0.66	20	1.17
รวม	1354	100.00	1714	100.00
10. ประเภทกิจกรรมการเล่นของนักเรียนที่บ้าน				
การเล่นของไทย	513	37.89	609	35.53
การเล่นเชิงออกกำลังกาย/ การเคลื่อนไหว	602	44.46	697	40.67
การเล่นด้วยของเล่น	358	26.44	527	30.75
การเล่นด้วยอุปกรณ์ IT	632	46.68	772	45.04
การเล่นเชิงสังคม	199	14.70	186	10.85
การเล่นเพื่อสุนทรีย์	737	54.43	923	53.85
รวม	1354	100.00	1714	100.00
11. วิธีการสอนของครู				
การพูดเนื้อหาให้ฟัง	787	57.74	1103	65.77
การอ่านหนังสือให้ฟัง	477	35.00	579	34.53
การทำกรทดลอง	254	18.64	285	16.99

การเล่นของนักเรียนในแต่ละวัน	สังกัดของสถานศึกษา			
	สพฐ.		เอกชน	
	n	ร้อยละ	n	ร้อยละ
การทำงานกลุ่ม	468	34.34	626	37.33
การเล่นเกม	282	20.69	313	18.66
การทำแบบฝึกหัด	920	67.50	1143	68.16
การทำข้อสอบ	488	35.80	605	36.08
การทำโครงการ	170	12.47	201	11.99
รวม	1363	100.00	1677	100.00

2.2. ผลการศึกษารูปแบบการทำกิจกรรมการเล่นของเด็กไทยในวัยเรียน

ผลการศึกษาข้อมูลเชิงคุณระบุนว่าการทำกิจกรรมการเล่นของเด็กไทยประถมศึกษาจำแนกเป็น 2 ลักษณะ ดังที่นำเสนอในตาราง 4.89 ได้แก่ (1) การเล่นแบบเคลื่อนไหวร่างกาย และ (2) การเล่นกับอุปกรณ์ของเล่น หรือกับบุคคล

ตาราง 4.89 ลักษณะการทำกิจกรรมการเล่นของเด็กประถมศึกษา (6 – 12 ปี)

ลักษณะที่ 1 การเล่นแบบเคลื่อนไหวร่างกาย	ลักษณะที่ 2 การเล่นกับอุปกรณ์ ของเล่น หรือกับบุคคล
แบบ 1: การเล่นกีฬา เช่น วิ่งแข่ง ฟุตบอล วอลเลย์บอล	แบบ 1: การเล่นของเล่นตามช่วงวัย เช่น ตุ๊กตา เลโก้
แบบ 2: การเล่นป็นปายเครื่องเล่นสนาม	แบบ 2: การเล่นของเล่นที่บ้าน เช่น ดิ่ดลูกแก้ว
แบบ 3: การละเล่นที่บ้าน เช่น ลิงชิงบอล ซ่อนแอบ ตำรวจจับผู้ร้าย ปาระเบิด	แบบ 3: การเล่นเชิงสังคม เช่น นั่งคุย นั่งเล่น
	แบบ 4: การเล่นเพื่อสุนทรียภาพ เช่น วาดรูป ระบายสี เล่นดนตรี อ่านหนังสือ
	แบบ 5: การเล่นกับอุปกรณ์ดิจิทัล เช่น โทรศัพท์มือถือ แท็บเล็ต เกมคอมพิวเตอร์

2.3. ผลการศึกษาช่วงระยะเวลาในการทำกิจกรรมการเล่นของเด็กไทยในวัยเรียน

ผลการศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพระบุว่าช่วงเวลาในการทำกิจกรรมของเด็กประถมศึกษาในวันที่มาโรงเรียนจะเกิดขึ้นได้ 3 ช่วงเวลาหลัก ดังที่นำเสนอในตาราง 4.90 ประกอบด้วย ช่วงเวลาเช้าก่อนเข้าแถวเคารพธงชาติ ช่วงเวลาพักกลางวัน และช่วงเวลาหลังเลิกเรียน โดยในแต่ละช่วงเวลานั้น เด็กประถมศึกษาจะมีเวลาในการเล่นแตกต่างกันไป ซึ่งสามารถจำแนกได้เป็นกลุ่ม ทั้งกลุ่มที่มีเวลาเล่นอิสระเต็มที่ กลุ่มที่มีเวลาเล่นอิสระอย่างจำกัด และกลุ่มที่ไม่มีเวลาเล่นเลย ในช่วงเวลานั้นๆ

ตาราง 4.90 รูปแบบการทำกิจกรรมการเล่นของเด็กประถมศึกษาในวันที่มาโรงเรียนในช่วงเวลาต่างๆ

ช่วงเวลาก่อนเข้าแถวเคารพธงชาติ	ช่วงเวลาที่พักกลางวัน	ช่วงเวลาหลังเลิกเรียน
<p>Type 1: มีเวลาเล่นอิสระเต็มที่</p> <p>ส่วนมากพบในกลุ่มเด็กโรงเรียนเอกชน ซึ่งไม่ได้รับมอบหมายให้มีหน้าที่ทำความสะอาดเขตพื้นที่บริการภายในโรงเรียน</p>	<p>Type 1: มีเวลาเล่นอิสระเต็มที่</p> <p>ส่วนมากพบในกลุ่มเด็กโรงเรียนเอกชนหรือรัฐบาลนอกเมือง ซึ่งไม่ได้มีการกำหนดกิจกรรมให้เด็กทำในช่วงพักเที่ยง เป็นการปล่อยเด็กอิสระ</p>	<p>Type 1: มีเวลาเล่นอิสระเต็มที่</p> <p>ส่วนมากพบในทุกประเภทโรงเรียน เด็กจะมีเวลาเป็นของตัวเองมากกว่า 2 ชั่วโมง หลังจากเสร็จสิ้นกิจกรรมทุกอย่าง เด็กที่ไม่ได้เรียนพิเศษเลยจะมีเวลาเป็นของตัวเองตั้งแต่ 16:00 น. และเด็กที่เรียนพิเศษจะมีเวลาเป็นของตัวเองตั้งแต่ 17:00 น. เป็นอย่างรวดเร็ว</p>
<p>Type 2: ไม่มีเวลาเล่นอิสระ</p> <p>ส่วนมากพบในกลุ่มเด็กโรงเรียนรัฐบาล ซึ่งได้รับมอบหมายให้มีหน้าที่ทำความสะอาดเขตพื้นที่บริการภายในโรงเรียนหรือทำกิจกรรมวิชาการ</p>	<p>Type 2: มีเวลาเล่นอิสระอย่างจำกัด</p> <p>ส่วนมากพบในกลุ่มเด็กโรงเรียนรัฐบาลนอกเมือง ซึ่งกำหนดกิจกรรมให้เด็กทำก่อนเข้าเรียนภาคบ่าย เช่น นั่งสมาธิ แปร่งฟัน สวดมนต์ กิจกรรมรักการอ่าน</p>	<p>Type 2: มีเวลาเล่นอิสระอย่างจำกัด</p> <p>ส่วนมากพบในกลุ่มเด็กโรงเรียนรัฐบาลพื้นที่ในเมือง โดยเฉพาะเด็กชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่เรียนพิเศษแบบ Model 1 – 2 เพราะเมื่อเรียนเสร็จแล้วต้องกลับบ้านมาทำการบ้านของวันนั้นๆ ให้เสร็จ จึงจะมีเวลาเป็นของตนเองน้อยกว่า 2 ชั่วโมงไม่เกิน</p>
<p>Type 3: มีเวลาเล่นอิสระอย่างจำกัด</p> <p>ส่วนมากพบในกลุ่มเด็กโรงเรียนรัฐบาล ซึ่งจัดการหน้าที่ทำความสะอาดเสร็จเรียบร้อยแล้ว ทั้งนี้ความสนุกในการเล่นจะแตกต่างกันขึ้นอยู่กับวันนั้นๆ</p>	<p>Type 3: ไม่มีเวลาเล่นเลย</p> <p>ส่วนมากพบในกลุ่มเด็กโรงเรียนรัฐบาลในเมืองและโรงเรียนขนาดใหญ่ (ลดความเสี่ยง) และโรงเรียนให้เด็กทำกิจกรรมวิชาการ เช่น ท่องศัพท์ จดการบ้าน</p>	

3. ผลการสังเคราะห์ชุดความรู้เพื่อยกระดับความสุขให้กับเด็กไทยในวัยเรียน

เมื่อพิจารณาผลการศึกษานำเสนอไปทั้งหมดข้างต้น สามารถสังเคราะห์ชุดความรู้เพื่อยกระดับความสุขให้กับเด็กไทยในวัยเรียนจำนวน 4 หัวข้อ ประกอบด้วย (1) ปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน (2) บทบาทของผู้ปกครองในการสร้างความสุขให้เด็กไทยในวัยเรียน (3) บทบาทของครูในการสร้างความสุขให้เด็กไทยในวัยเรียน และ (4) การใช้เวลากับกิจกรรมต่างๆ ในวันทำการที่ควรจะเป็นของเด็กไทยในวัยเรียน โดยรายละเอียดของชุดความรู้ทั้ง 4 หัวข้อนั้น มีดังต่อไปนี้

3.1. ปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน

ด้วยการสังเคราะห์ผลการศึกษาทั้งหมด สามารถสรุปชุดความรู้เกี่ยวกับปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของเด็กไทยในวัยเรียนได้ทั้งสิ้น 17 ปัจจัย ได้แก่ ระดับชั้นเรียน ครอบครัวที่สมบูรณ์ พื้นที่เล่น เพื่อนเล่น ของเล่น การมีหน้าที่รับผิดชอบภายในบ้าน การเล่นในช่วงเย็น การใช้เวลาในการเรียนพิเศษ การใช้เวลาในการทำ การบ้าน การรับประทานอาหารเช้าครบ 3 มื้อ จำนวนชั่วโมงเรียนต่อวัน รูปแบบการสอนที่หลากหลายของครู การแสดงความรักจากครู การรับฟังความคิดเห็นจากครู การช่วยเหลือจากครู การได้รับทัศนคติเชิงบวกที่ครูมีต่อตนเอง การไม่ทะเลาะกับคนในครอบครัว ซึ่งรายละเอียดของปัจจัยต่างๆ นั้นแสดงในตาราง 4.91

ตาราง 4.91 ปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน

ปัจจัย	คำอธิบาย
ระดับชั้นเรียน	นักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 มีความสุขมากกว่านักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เนื่องจากในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 เป็นเพียงการเริ่มต้นเข้าสู่ระดับประถมศึกษา ผู้ปกครอง ครู และโรงเรียนยังไม่คาดหวังผลการเรียนจากตัวนักเรียนมากนัก แต่เมื่อเรียนในระดับที่สูงขึ้น ผู้ปกครอง ครูและโรงเรียนจะเกิดความคาดหวังในตัวนักเรียนทั้งเรื่อง คะแนนสอบในชั้นเรียน การสอบ O-NET หรือแม้กระทั่งกิจกรรมต่างๆ ที่นักเรียนได้ทำ
ครอบครัวที่สมบูรณ์	ครอบครัวที่สมบูรณ์ คือครอบครัวที่ประกอบไปด้วย พ่อ แม่ ลูก ที่อาศัยอยู่ร่วมกัน การที่เด็กไม่ได้อยู่กับพ่อแม่ หรืออาศัยกับญาติโดยมีญาติเป็นผู้เลี้ยงดูแล อาจทำให้เด็กรู้สึกขาดความอบอุ่น และต้องการความรักการดูแลเอาใจใส่จากพ่อแม่ และไม่มีความสุข
พื้นที่เล่น	การมีพื้นที่เล่นหรือไม่มีพื้นที่เล่นไม่ใช่สิ่งสำคัญสำหรับเด็ก เพราะการเล่นของเด็กนั้นสามารถเกิดขึ้นได้ทุกที่ ที่ที่เด็กต้องการจะเล่นเพียงแคมีของเล่นหรือเพื่อนเล่นเท่านั้น ฉะนั้นพื้นที่เล่นจึงไม่มีผลต่อความสุขของเด็ก
เพื่อนเล่น	เด็กต้องมีเพื่อนเล่น ไม่ว่าจะเพื่อนจะเป็นเด็กหรือผู้ใหญ่ก็ตาม เพราะการที่เด็กมีเพื่อนเล่นทำให้เด็กมีความสุขมากกว่าไม่มีเพื่อนเล่น สามารถสังเกตได้โดยทั่วไป ไม่ว่าจะเป็นการเล่นที่มีการเคลื่อนไหวร่างกาย เช่น วิ่งไล่จับ เตะฟุตบอล และการเล่นแบบไม่เคลื่อนไหวร่างกาย เช่น เล่นตุ๊กตา เด็กๆ มักจะมีเพื่อนอยู่ด้วยเสมอ การเล่นกับเพื่อนทำได้เด็กได้พูดคุย ยิ้มและหัวเราะกับเพื่อนๆ อย่างมีความสุข ดังนั้นเด็กในวัยนี้นอกจากการเล่นแล้ว เพื่อนจึงเป็นอีกสิ่งสำคัญที่ควรใส่ใจ ดังนั้นในแต่ละวันครูและผู้ปกครองควรมีช่วงเวลาให้เด็กได้เล่นกับเพื่อน
ของเล่น	เด็กที่มีของเล่นเป็นของตัวเองจะมีความสุขมากกว่าเด็กที่ไม่มีของเล่นเป็นของตัวเอง เพราะเมื่อเด็กเบื่อหรืออยู่คนเดียวก็สามารถหยิบของเล่นของตัวเองออกมาเล่นได้เสมอ ดังนั้นของเล่นกับเด็กจึงเป็นของคู่กัน ซึ่งของเล่นนั้นไม่จำเป็นต้องมีราคาแพง เพียงแค่เป็นสิ่งที่ให้เด็กได้สัมผัส ได้ใช้จินตนาการ และเล่นในแบบที่ตัวเองอยากจะทำเล่น เด็กก็สามารถมีความสุขได้
การมีหน้าที่รับผิดชอบในบ้าน	งานบ้านเป็นหน้าที่ของทุกคนในครอบครัวต้องช่วยกัน การที่ผู้ปกครองมอบหมายหน้าที่ภายในบ้านให้เด็กมีหน้าที่รับผิดชอบเมื่ออยู่ที่บ้าน ทำให้เด็กรู้สึกว่าตนเองมีความสำคัญ ได้รับการยอมรับ และได้สร้างปฏิสัมพันธ์ภายในครอบครัวการเล่นในช่วงเย็นของเด็กที่สำคัญ
การเล่นในช่วงเย็น	การเล่นในช่วงเย็นของเด็กนั้นสำคัญ เนื่องจากเด็กได้ใช้เวลาในการเรียนมาทั้งวัน เมื่อกลับจากเรียนบางคนทำการบ้าน บางคนเรียนพิเศษ ทำให้เด็กใช้เวลากับวิชาการค่อนข้างมากและต้องการเวลาผ่อนคลาย ดังนั้นผู้ปกครองควรให้เด็กได้เล่นผ่อนคลายหลังจากทำกิจกรรมต่างๆ เสร็จแล้ว และที่สำคัญเพื่อให้เด็กมีความสุขควรให้เด็กเล่นมากกว่า 30 นาทีจึงจะดี
การใช้เวลาในการเรียนพิเศษ	การเรียนพิเศษหรือไม่เรียนพิเศษไม่มีผลต่อความสุขของนักเรียน ไม่ว่าจะเป็นการเรียนพิเศษที่เน้นวิชาการหรือการเรียนพิเศษเพิ่มทักษะอื่นๆ หากเป็นการเรียนที่เป็นไปตามความต้องการของเด็กเอง แต่การเรียนพิเศษนั้นถึงแม้จะเป็นการเรียนที่เกิดจากความต้องการของเด็กเองก็ไม่ควรเรียนเกิน 2 ชั่วโมงต่อวันเพราะอาจจะทำให้เด็กรู้สึกกดดันหรือเครียดมากเกินไปและส่งผลกระทบต่อความสุขของเด็กได้
การใช้เวลาในการทำ การบ้าน	การบ้านเป็นงานที่ครูให้นักเรียนกลับมาทำที่บ้านเพื่อเป็นการทบทวนบทเรียน เช่น การทำแบบฝึกหัด นักเรียนควรใช้เวลาในการทำบ้านไม่เกิน 1 ชั่วโมงต่อวัน เพราะการบ้านเป็นเพียง

ปัจจัย	คำอธิบาย
การรับประทาน อาหารครบ 3 มื้อ	<p>การทบทวนบทเรียนที่เรียนในแต่ละวัน ซึ่งในแต่ละวันเด็กได้เข้าเรียนวันละ 6 ชั่วโมง หากต้องกลับมาทำการบ้านที่เยอะและใช้เวลามากจนเกินไป อาจทำให้เด็กสูญเสียเวลาในการทำสิ่งอื่น เช่น การช่วยงานบ้าน การเล่นกับเพื่อนๆ ดังนั้นครูจึงควรปรับการบ้านให้เด็กทำอย่างเหมาะสม</p> <p>เด็กที่รับประทานอาหารเช้าครบ 3 มื้อมีความสุขมากกว่าเด็กที่ไม่ได้รับประทานอาหารเช้าครบ 3 มื้อ เนื่องจากอาหารเป็นปัจจัยสำคัญในการดำรงชีวิต หากนักเรียนไม่ได้รับประทานอย่างเพียงพอ หรือไม่ได้รับประทานครบทุกมื้อจะทำให้ร่างกายของเด็กรู้สึกอ่อนล้า และอาจเกิดส่งผลต่อสุขภาพ ซึ่งในทางตรงกันข้ามสำหรับเด็กที่รับประทานอาหารเช้าครบทุกมือนั้น ระบบภายในร่างกายจะทำงานปกติ ส่งผลให้ร่างกายแข็งแรงไม่มีโรคภัยไข้เจ็บ และสามารถทำสิ่งต่างๆ ได้อย่างเต็มที่</p>
จำนวนชั่วโมงเรียน ต่อวัน	<p>โดยทั่วไปโรงเรียนจะจัดตารางเรียนประมาณ 6 ชั่วโมงต่อวันหรือ 30 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ ซึ่งเพียงพอต่อการใช้เวลาในโรงเรียน แต่บางโรงเรียนที่เน้นวิชาการจะจัดตารางเรียนเพิ่มขึ้นเป็น 7 ชั่วโมงต่อวันหรือ 35 ชั่วโมงต่อสัปดาห์เพื่อให้เด็กได้เรียนเสริมนั้นอาจทำให้เด็กไม่มีความสุขเพราะเด็กใช้เวลาในเรียนมากเกินไป</p>
รูปแบบการสอนที่ หลากหลายของครู	<p>วิธีการสอนของครูมีหลากหลายรูปแบบ แต่วิธีที่ครูไม่ควรใช้บ่อยคือ การสอนแบบบรรยาย เพราะการที่ครูสอนแบบบรรยายจะทำให้เด็กมีความสุขน้อยกว่าการสอนแบบอื่นๆ ซึ่งธรรมชาติของเด็กในวัยนี้ชอบการเคลื่อนไหวร่างกายมากกว่าการนั่งฟังครูพูดเพียงอย่างเดียว ครูอาจให้เด็กได้ทำกิจกรรมที่ได้เคลื่อนไหวร่างกายเช่น การเล่นเกม การทำงานกลุ่ม เป็นต้น นอกจากนี้ครูไม่ควรให้เด็กทำแต่แบบฝึกหัดมากเกินไป อาจมีการวัดและประเมินผลด้วยวิธีอื่นๆ ด้วย</p>
การแสดงความรัก จากครู	<p>การแสดงความรักของครูมีผลต่อความสุขของเด็ก เนื่องจากในชีวิตประจำวันของเด็กส่วนใหญ่เด็กมักจะอยู่ที่โรงเรียนและอยู่ในห้องเรียนที่มีเพื่อนๆ และครู ซึ่งครูคือบุคคลสำคัญในห้องเรียน เมื่อครูได้กล่าวชื่นชมนักเรียนคนไหนก็ทำให้นักเรียนคนนั้นรู้สึกว่าตนเองสำคัญ ดังนั้นการที่ครูให้ความสนใจหรือมอบความรักความเมตตาต่อเด็กคนไหนก็จะทำให้นักเรียนคนนั้นมีความสุข</p>
การรับฟังความ คิดเห็นจากครู	<p>การที่ครูรับฟังความคิดเห็นของเด็กเป็นอีกปัจจัยที่ทำให้เด็กมีความสุข ซึ่งเด็กวัยนี้เป็นวัยที่ชอบพูดคุย เล่าเรื่องต่างๆ ที่พบเจอในแต่ละวัน ไม่ว่าจะเป็นเรื่องเพื่อน เรื่องครอบครัว หรือปัญหาอื่นๆ ทำให้ผู้ฟังรับรู้ได้ว่าเด็กกำลังคิดอะไร และต้องการอะไร เมื่อมีคนรับฟังเด็กจะรู้สึกไว้วางใจและสบายใจ โดยส่วนใหญ่แล้วเวลาที่เด็กใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับเพื่อนๆ คือที่โรงเรียน ดังนั้นการรับฟังของครูจึงมีผลต่อความสุขของเด็ก</p>
การช่วยเหลือจากครู	<p>เด็กจะมีความสุขถ้าได้รับความช่วยเหลือจากครู เพราะเมื่อใดก็ตามที่เด็กมีปัญหาหรือมีเรื่องทุกข์ใจอะไร คนที่เด็กจะนึกถึงเป็นคนแรกคือ ครู ไม่ว่าจะเป็นเรื่องที่ทะเลาะกับเพื่อนหรือครอบครัวมีปัญหา การได้รับความช่วยเหลือจากครูจึงทำให้นักเรียนรู้สึกว่าตัวเองมีความสำคัญและรู้สึกสบายใจที่มีคนให้ความช่วยเหลือ</p>
การได้รับทัศนคติเชิง บวกที่ครูมีต่อตนเอง	<p>ครูคือบุคคลที่ค่อนข้างมีบทบาทสำคัญต่อเด็ก เมื่อครูมีทัศนคติไม่ดีต่อเด็กคนไหนในห้องเรียน อาจทำให้เด็กไม่มีความสุขในการเรียนและอาจส่งเพื่อนในห้องมีทัศนคติไม่ดีต่อเด็กคนนั้นด้วยเช่นกัน ดังนั้นครูจึงไม่ควรมีทัศนคติเชิงลบกับนักเรียน</p>
การไม่ทะเลาะกับคน ในครอบครัว	<p>นอกจากครอบครัวที่สมบูรณ์แล้ว คนในครอบครัวควรอยู่ด้วยกันอย่างมีความสุข ไม่ทะเลาะเบาะแว้งกัน โดยเฉพาะเด็กเพราะหากเด็กทะเลาะกับคนในครอบครัวจะส่งผลให้เด็กไม่มีความสุข ซึ่งมีผลต่อความสุขของเด็กมากกว่าการที่เด็กไม่ได้รับความรัก การช่วยเหลือจากครอบครัว</p>

3.2. บทบาทของผู้ปกครองในการสร้างความสุขให้เด็กไทยในวัยเรียน ประกอบด้วย

(1) การไม่คาดหวังในตัวของเด็ก พ่อแม่ผู้ปกครองควรลดการคาดหวังและความกดดันในตัวของผู้ลูก เพราะการคาดหวังที่มากเกินไปทำให้เด็กเกิดการกดดัน ทั้งด้านการเรียน การใช้ชีวิต ลดการแข่งขันการเปรียบเทียบเกรดของลูกกับคนอื่น ๆ ซึ่งเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เด็กมีความสุขน้อยลง

(2) การรักษาสภาพครอบครัวที่สมบูรณ์ ครอบครัวสมบูรณ์ คือการที่มีพ่อแม่ลูกอยู่กันครบถ้วนซึ่งเป็นปัจจัยสำคัญปัจจัยหนึ่งซึ่งส่งผลต่อความสุขของเด็ก เด็กที่อยู่ในครอบครัวที่สมบูรณ์จะมีความสุขมากกว่าเด็กที่อยู่กับแม่หรืออยู่กับพ่อเพียงอย่างเดียว นอกจากนี้เด็กที่อยู่กับบุคคลคนอื่น ๆ ที่ไม่ใช่พ่อกับแม่ แต่อาจเป็น ปู่ ย่า ตา ยาย ญาติพี่น้อง เด็กกลุ่มนี้จะมีความสุขน้อยกว่าเด็กที่อยู่กับพ่อแม่

(3) การจัดเวลาอิสระให้กับเด็ก พ่อแม่ผู้ปกครองควรจัดสรรเวลาให้ลูกมีเวลาที่จะอิสระ ให้เด็กได้ทำในสิ่งที่อยากทำ เล่นในสิ่งที่อยากเล่น การไม่ถูกบังคับให้ทำในสิ่งที่ไม่อยากทำ ทำให้เด็กมีความสุขถึงแม้ว่าผู้ปกครองอาจมีรอบเวลายากกำหนดให้ทำกิจกรรมต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นการอ่านหนังสือ การทำการบ้าน การเรียนพิเศษต่างๆ แต่ผู้ปกครองควรให้เวลาเด็กได้มีเวลาอิสระของตนเองบ้าง

(4) การเป็นเพื่อนเล่นกับเด็ก การที่พ่อแม่เล่นกับลูกเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้เด็กมีความสุข เพราะการที่พ่อแม่ให้เวลาในการเล่นกับลูกนั้นเป็นการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีร่วมกันในครอบครัว ได้ร่วมกันคิดแก้ปัญหาด้วยกันเมื่อโตขึ้นลูกจะรู้สึกว่าการครอบครัวคือที่พึ่งให้ความไว้วางใจ สามารถเป็นที่ปรึกษาได้เมื่อต้องพบกับปัญหา การเล่นเป็นเพื่อนลูกจึงสำคัญเพราะนอกจากจะสร้างความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัวแล้วยังส่งผลกับความสุขโดยตรงต่อลูกการดูแลเอาใจใส่เรื่องต่างๆ

(5) การดูแลเอาใจใส่ในเด็กในเรื่องต่างๆ ตั้งแต่ตอนตื่นนอนจนกระทั่งนอนหลับ ในเรื่องเล็กน้อยๆ เป็นปัจจัยสำคัญปัจจัยหนึ่งที่ทำให้ลูกมีความสุข เช่น การดูแลเรื่องอาหารเช้า การดูแลเรื่องการรับประทานอาหารเช้าให้ครบทั้งสามมื้อรวมทั้งการดูแลเอาใจใส่ในเรื่องที่บางครั้งพ่อแม่ผู้ปกครองละเลย จากการสัมภาษณ์เด็กที่ได้รับประทานอาหารเช้ามาจากที่บ้านมีความสุขกว่าเด็กที่ไม่ได้ทานอาหารเช้า ดังนั้นผู้ปกครองจึงมีความสำคัญต่อความสุขของลูกในเรื่องการดูแลเอาใจใส่ด้านต่างๆ

(6) การใช้เวลาร่วมกันในการทำกิจกรรมต่างๆ กับเด็ก พ่อแม่ผู้ปกครองควรมีเวลาที่จะทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกันกับลูก เช่น การเล่นด้วยกัน การช่วยกันทำอาหาร การอ่านหนังสือ การทำงานบ้าน เป็นต้น เพราะเด็กที่ได้ทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกันกับพ่อแม่จะมีความสุขกว่าเด็กที่ไม่ได้ทำกิจกรรมร่วมกับพ่อแม่

3.3. บทบาทของครูในการสร้างความสุขให้เด็กไทยในวัยเรียน ประกอบด้วย

(1) การลดจำนวนชั่วโมงเรียน การลดจำนวนชั่วโมงเรียนให้เหลือ 6 ชั่วโมงต่อวันนั้น เป็นจำนวนชั่วโมงที่เพียงพอและเหมาะสมกับช่วงวัยของนักเรียนในระดับประถมศึกษาที่ใช้ในการเรียนรู้หรือทำกิจกรรมต่างๆ ได้ เพราะเด็กที่เรียนจำนวนมากเกิน 6 ชั่วโมงต่อวันนั้นจะรู้สึกเหนื่อยล้าและเกิดความเครียดซึ่งส่งผลกับความสุขของเด็กโดยตรง

(2.) **การมีเวลาพักระหว่างชั่วโมงเรียน** การจัดตารางเรียนในแต่ละวันควรมีเวลาพักระหว่างชั่วโมงเรียนประมาณ 10 นาที การพักในที่นี้คือการพักที่เป็นการพักจริงๆ ไม่ใช่แค่เป็นช่วงรอยต่อระหว่างชั่วโมงที่ให้เด็กได้พักเข้าห้องน้ำ แต่เป็นการพัก 10 นาที ที่เด็กได้ทำกิจกรรมต่างๆ ได้อย่างอิสระ เช่นการเล่นกับเพื่อน การกินขนม การดื่มน้ำ หรือการเดินเล่น เป็นต้น การพักระหว่างชั่วโมงเรียนจะช่วงทำให้เด็กเกิดความสุขและเกิดความผ่อนคลายพร้อมที่จะเรียนรู้มากกว่าเด็กที่ไม่มีช่วงเวลาค่อยพักระหว่างชั่วโมงเรียน

(3.) **การมีกิจกรรมที่ทำให้เกิดการเคลื่อนไหวร่างกายตามพัฒนาการในชั่วโมงเรียน** การจัดกิจกรรมการเรียนรู้ในชั้นเรียนควรจัดกิจกรรมที่ทำให้นักเรียนได้เกิดการเคลื่อนไหวร่างกาย ไม่ใช่การเรียนแบบบรรยายเพราะนักเรียนในระดับชั้นประถมศึกษาตามทฤษฎีของพัฒนาการเหมาะกับการเรียนรู้ที่ได้จากการลงมือปฏิบัติหรือเกิดจากการเคลื่อนไหวร่างกาย นักเรียนส่วนใหญ่ที่เรียนรู้จากการบรรยายของครูมีความสุขน้อยกว่านักเรียนที่เรียนรู้จากการปฏิบัติ เช่น การเล่นเกม การทดลอง การแสดงบทบาทสมมติ

(4.) **การแสดงความรักต่อเด็ก รับฟัง สนใจ ใส่ใจ สื่อสารทัศนคติเชิงบวก** จากการสัมภาษณ์และจากแบบสอบถามเด็กที่ได้รับการเอาใจใส่จากครูเป็นปัจจัยหนึ่งที่ทำให้เด็กมีความสุขเพราะการที่เด็กได้รับการเอาใจใส่ให้ความสนใจหรือรับฟังในเรื่องเล็กๆ น้อยๆ จากครูจะมีความสุขกว่าเด็กที่ไม่ได้รับการเอาใจใส่จากครู รวมถึงเรื่องการสื่อสารระหว่างครูกับเด็กก็มีความสำคัญไม่ต่างกันเพราะการที่ครูมีการสื่อสารที่ดีและสร้างทัศนคติเชิงบวกกับเด็กทำให้เด็กรู้สึกถึงความไว้วางใจ ความปลอดภัยเสมือนมีที่พึ่งพาเมื่อพบปัญหา ครูจึงเป็นที่ปรึกษาที่รองลงมาจากพ่อแม่ผู้ปกครองดังนั้นการที่ครูมีการสื่อสารเชิงบวกกับเด็กส่งผลให้เด็กมีความสุข

(5.) **การทำกิจกรรมกลุ่ม เน้นการทำกิจกรรมกับเพื่อน** การจัดการเรียนการสอนนักเรียนในระดับประถมศึกษาควรเน้นกิจกรรมที่ให้นักเรียนมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกัน การจัดกิจกรรมกลุ่มช่วยให้เกิดการแลกเปลี่ยนเรียนรู้ร่วมกัน ช่วยให้เด็กได้ฝึกการเห็นใจผู้อื่นและรู้จักรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น ดังนั้นครูควรจัดกิจกรรมในชั้นเรียนให้เด็กได้ทำกิจกรรมกลุ่มบ้างนอกเหนือจากการเรียนแบบบรรยายหรือการทำแบบฝึกหัด

(6.) **การจัดกิจกรรมที่เป็นการเล่นที่เกิดการเคลื่อนไหวร่างกายร่วมกับเพื่อนหรือผู้อื่น** การจัดกิจกรรมการเล่นควรจัดให้เด็กได้เกิดการเคลื่อนไหวร่างกาย ไม่ใช่การเล่นเกมตอบปัญหา แล้วเด็กนั่งตอบบนเก้าอี้ของตนเอง การจัดกิจกรรมการเล่นควรให้เด็กได้เกิดการเคลื่อนไหวร่างกายเพื่อให้เด็กได้รับการพัฒนาด้านร่างกาย รวมถึงการจัดกิจกรรมให้เด็กได้ทำกิจกรรมร่วมกันกับเพื่อนหรือผู้อื่น เพราะปัจจุบันเด็กนิยมเล่นคนเดียวถ้าเด็กได้เล่นร่วมกันกับเพื่อนแล้วเกิดการเคลื่อนไหวร่างกายเด็กจะได้การพัฒนาทั้งด้านร่างกายและด้านสังคม

(7.) **การใช้เวลาหน้าเสาธงให้น้อยลง** การจัดกิจกรรมหน้าเสาธงในช่วงเช้าสำหรับนักเรียนในโรงเรียนระดับประถมศึกษาควรใช้เวลาให้น้อยลงเพราะโรงเรียนส่วนใหญ่ใช้เวลาหน้าเสาธงมากเกินไปเด็กไม่มีเวลาอิสระที่จะทำในสิ่งที่ตนสนใจเวลาส่วนใหญ่หมดไปกับการเข้าแถวหน้าเสาธง ประมาณ 30 – 45 นาที เด็กควรจะมีเวลาอิสระของตนเองหรือทำกิจกรรมโฮมรูมร่วมกันกับครูประจำชั้นและเพื่อนๆ ในชั้นเรียน การจัดกิจกรรมหน้าเสาธงเช่นการสวนมนต์ ไหว้พระ การประกาศความดี การมอบรางวัล หรือการอบรมหน้าเสาธงต่างๆ ของครูนั้น จากการสัมภาษณ์เด็กในพื้นที่ต่างๆ ทั่วประเทศไทยสิ่งที่โรงเรียนได้ทำหน้าเสาธงนั้นเป็นสิ่งที่นักเรียนส่วนใหญ่ไม่ยอมให้มีในโรงเรียน คือ การเข้าแถวหน้าเสาธงเพราะกิจกรรมนานเกินไปทำให้เกิดความน่าเบื่อและไม่มีความสุขในการมาเรียน

(8.) การมอบหมายการบ้านที่เด็กจะใช้เวลาทำไม่เกินสองชั่วโมงต่อวัน (รวมทุกวิชา) การให้การบ้านของครูในแต่ละวัน ครูแต่ละวิชาควรคุยกันว่าการบ้านวันนี้จะให้การบ้านวิชาอะไร การบ้านที่เป็นวิชาพื้นฐานคือ ภาษาไทย คณิตศาสตร์ ธรรมี่ทุกวัน ส่วนวิชาอื่นๆ ควรสลับกันไปไม่ควรให้นักเรียนพร้อมๆ กันในทุกวัน นักเรียนไม่ควรเกินทำการบ้านเกินวันละสองชั่วโมงเพราะนักเรียนจะไม่มีเวลาในการทำกิจกรรมอื่นๆ เช่น การเล่นอย่างอิสระ การทำกิจกรรมร่วมกับคนในครอบครัว หรือแม้กระทั่งการทำงานบ้าน เด็กที่มีเวลาทำงานบ้านหรือมีเวลาในการเล่นอย่างอิสระมีความสุขกว่าเด็กที่ไม่ได้ทำกิจกรรมอะไรเลยนอกจากการทำการบ้านและเรียนพิเศษ

บทที่ 5

สรุปผลการศึกษา อภิปรายผลการศึกษา และข้อเสนอแนะ

สรุปผลการศึกษา

โครงการนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ (1) ศึกษาระดับความสุขและปัจจัยที่มีผลต่อการมีความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน โดยเฉพาะกลุ่มเด็กประถมศึกษาที่มีอายุระหว่าง 6 – 12 ปี ตลอดจน (2) ศึกษาสถานการณ์การทำกิจกรรมการเล่นของเด็กไทยกลุ่มดังกล่าว และ (3) พัฒนาชุดความรู้และสื่อเผยแพร่ประชาสัมพันธ์การยกระดับความสุขให้กับเด็กไทยในวัยเรียน โดยกำหนดกลุ่มเป้าหมายในการศึกษาประกอบด้วยนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 3,282 คน จากโรงเรียนรัฐบาล สังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาขั้นพื้นฐาน (สพฐ.) และโรงเรียนเอกชน สังกัดสำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมการศึกษาเอกชน (สช.) ทั่วประเทศ การศึกษาเพื่อสังเคราะห์องค์ความรู้เกี่ยวกับความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน ตลอดจนปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของเด็กกลุ่มนี้ใช้การศึกษาข้อมูลเชิงปริมาณ ได้แก่ แบบสำรวจข้อมูลนักเรียนประถมศึกษา และศึกษาข้อมูลเชิงคุณภาพ ได้แก่ การสัมภาษณ์นักเรียน และการลงพื้นที่ภาคสนามเพื่อสังเกตการทำกิจกรรมต่างๆ ของนักเรียนประถมศึกษาในวันปกติที่มาโรงเรียน สำหรับการนำเสนอผลการศึกษาและข้อค้นพบที่สำคัญที่ได้จากโครงการนี้ประกอบด้วย 9 ประเด็น ดังต่อไปนี้

(1.) เด็กไทยในวัยเรียนที่อยู่ในเมืองและนอกเมืองมีความสุขในระดับที่ไม่ต่างกัน

นักเรียนประถมศึกษาในเมือง (ร้อยละ 49.86) มีความสุขในระดับระดับปานกลาง ($M=2.270$, $SD=0.320$) เช่นเดียวกับกับนักเรียนประถมศึกษานอกเมือง (ร้อยละ 50.14) ($M=2.250$, $SD=0.300$) เมื่อเปรียบเทียบระดับความสุขระหว่างนักเรียนทั้งสองกลุ่มพบว่าไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p=.335$) ด้วยเหตุนี้เอง การอยู่ในพื้นที่ในเมืองหรือพื้นที่นอกเมืองจึงไม่ได้มีผลต่อระดับความสุขของนักเรียนประถมศึกษา และเมื่อพิจารณาข้อค้นพบจากการลงพื้นที่ภาคสนามพบว่ากิจกรรมประจำวันและรูปแบบการเข้าร่วมกิจกรรมการเรียนรู้เชิงวิชาการ ตลอดจนกิจกรรมการเล่นของนักเรียนประถมศึกษาที่อยู่ในเมืองและนอกเมืองก็ไม่มี ความแตกต่างกันเช่นกัน

(2.) ความสุขของเด็กไทยในวัยเรียนมีแนวโน้มลดลงเมื่อระดับชั้นเรียนสูงขึ้น

นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.290$, $SD=0.320$) เช่นเดียวกับกับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลางเช่นกัน ($M=2.220$, $SD=0.300$) เมื่อเปรียบเทียบระดับความสุขของนักเรียนทั้งสองระดับชั้นพบว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 มีระดับความสุขแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p<.001$) โดยข้อมูลทางสถิติสะท้อนว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 มีระดับความสุขสูงกว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ดังนั้นระดับชั้นเรียนที่สูงขึ้นอาจมีผลต่อการลดลงของระดับความสุขของนักเรียนประถมศึกษา

(3.) จำนวนคาบเรียนต่อวันมีผลต่อระดับความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน

นักเรียนประถมศึกษาที่เรียนน้อยกว่า 6 คาบเรียนในหนึ่งวัน (ร้อยละ 63.21) มีความสุขในระดับปานกลาง ($M=2.44$, $SD=0.36$) ไม่แตกต่างจากนักเรียนประถมศึกษาที่เรียนมากกว่า 6 คาบเรียนในหนึ่งวัน (ร้อยละ

ละ 36.79) ที่มีความสุขในระดับปานกลาง ($M=2.41, SD=0.36$) เช่นเดียวกัน และเมื่อเปรียบเทียบนักเรียนประถมศึกษาที่เรียนน้อยกว่า 6 คาบเรียนในหนึ่งวันจะพบว่ามีความสุขมากกว่านักเรียนประถมศึกษาที่เรียนมากกว่า 6 คาบเรียนในหนึ่งวันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p=.008$) ดังนั้นจำนวนคาบเรียนต่อวันของนักเรียนจึงเป็นปัจจัยที่อาจมีผลต่อความสุขของนักเรียนประถมศึกษา

(4.) นักเรียนศึกษามากกว่าร้อยละ 58.59 เรียนพิเศษหลังเลิกเรียน

นักเรียนศึกษามากกว่าร้อยละ 58.9 เรียนพิเศษเชิงวิชาการในช่วงเย็นหลังเลิกเรียน ในจำนวนนี้จำแนกเป็น(1) กลุ่มที่เรียนพิเศษเป็นเวลาน้อยกว่า 1 ชั่วโมงต่อวัน คิดเป็นร้อยละ 25.34 (2) กลุ่มที่เรียนพิเศษเป็นเวลา 1 – 2 ชั่วโมงต่อวัน คิดเป็นร้อยละ 27.76 และ (3) กลุ่มที่เรียนพิเศษเป็นเวลามากกว่า 2 ชั่วโมงต่อวัน คิดเป็นร้อยละ 5.48 โดยวิชาที่นักเรียนส่วนใหญ่เลือกเรียนพิเศษ ได้แก่ วิชา คณิตศาสตร์ (ร้อยละ 67.07) ภาษาไทย (ร้อยละ 57.89) ภาษาอังกฤษ (ร้อยละ 53.73) และวิทยาศาสตร์ (ร้อยละ 38.68) นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่เรียนพิเศษนั้นมีสัดส่วนที่ไม่แตกต่างกันมากนัก โดยนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนพิเศษ คิดเป็นร้อยละ 54.98 และนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่เรียนพิเศษ คิดเป็นร้อยละ 61.66 เมื่อพิจารณาระดับความสุขของนักเรียนประถมศึกษาที่ไม่ได้เรียนพิเศษเชิงวิชาการหลังเลิกเรียนและที่เรียนพิเศษเชิงวิชาการหลังเลิกเรียนในลักษณะต่างๆ พบว่านักเรียนประถมศึกษาที่เรียนพิเศษหลังเลิกเรียนมากกว่า 2 ชั่วโมงมีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.30, SD=0.38$) ขณะที่นักเรียนประถมศึกษากลุ่มที่เรียนพิเศษหลังเลิกเรียนเป็นเวลาน้อยกว่า 1 ชั่วโมงต่อวัน ($M=2.46, SD=0.37$) กลุ่มที่เรียนพิเศษหลังเลิกเรียนเป็นเวลา 1 – 2 ชั่วโมงต่อวัน ($M=2.40, SD=0.37$) และกลุ่มที่ไม่ได้เรียนพิเศษหลังเลิกเรียนเลย ($M=2.45, SD=0.35$) มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง เมื่อเปรียบเทียบโดยวิธี Games-Howell พบว่านักเรียนประถมศึกษาที่เรียนพิเศษหลังเลิกเรียนมากกว่า 2 ชั่วโมงมีความสุขแตกต่างจากนักเรียนประถมศึกษากลุ่มที่เรียนพิเศษหลังเลิกเรียนเป็นเวลา 1 – 2 ชั่วโมง ($p=.011$) กลุ่มที่เรียนพิเศษหลังเลิกเรียนเป็นเวลาน้อยกว่า 1 ชั่วโมง ($p<.001$) และกลุ่มที่ไม่ได้เรียนพิเศษหลังเลิกเรียนเลย ($p<.001$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังนั้นจึงสรุปได้ว่าการเรียนพิเศษเชิงวิชาการหลังเลิกเรียนที่มากกว่า 2 ชั่วโมงมีผลต่อความสุขของนักเรียนประถมศึกษา

(5.) 4 Models การเรียนพิเศษเชิงวิชาการของเด็กไทยในวัยเรียน

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพสามารถสรุปรูปแบบการเรียนพิเศษเชิงวิชาการของนักเรียนประถมศึกษาได้ 4 รูปแบบ ดังนี้ (1) Model 1 ดิวเข้มที่โรงเรียนตัวเอง พบในโรงเรียนรัฐบาลขนาดใหญ่ในเมือง โดยเป็นการดิวเข้มเพื่อเตรียมความพร้อมให้กับนักเรียนสำหรับการสอบ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการสอบ ONET โรงเรียนเป็นผู้สนับสนุนค่าใช้จ่ายให้กับนักเรียนใช้เวลาดิวเข้มประมาณ 2 – 3 ชั่วโมง บางแห่งเพิ่มการดิวเข้มในช่วงเช้าก่อนเข้าแถวเคารพธงชาติ และบางแห่งจัดในลักษณะของการเข้าค่ายพักแรมเก็บตัวที่โรงเรียนเป็นระยะเวลาประมาณ 5 – 7 วัน ส่วนใหญ่เป็นการดิวเข้มวิชาคณิตศาสตร์ ภาษาไทย ภาษาอังกฤษ และวิทยาศาสตร์ (2) Model 2 ดิวเข้มที่สถาบันอื่น พบในโรงเรียนรัฐบาลขนาดใหญ่ในเมือง โดยเป็นการดิวเข้มเพื่อการสอบต่างๆ โดยเฉพาะนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ดิวเข้มเพื่อสอบเข้าเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ในโรงเรียนที่มีชื่อเสียงและเป็นเด็กที่มีความพร้อมทางเศรษฐกิจ รูปแบบนี้จะมีค่าใช้จ่ายในการเรียนซึ่ง

ผู้ปกครองเป็นผู้รับผิดชอบเอง และจะใช้เวลาช่วงเย็นหลังจากเสร็จสิ้นการเรียนที่โรงเรียน ส่วนใหญ่เป็นการติวเข้มวิชาการคณิตศาสตร์ ภาษาอังกฤษที่จัดโดยสถาบันกวดวิชา (3) Model 3 เรียนเสริมทั่วไป พบทั้งในโรงเรียนรัฐบาลและเอกชนในเมือง ซึ่งส่วนมากเป็นบริการที่จัดขึ้นโดยโรงเรียนหรือครูในโรงเรียน เป็นการสอนเสริมจากบทเรียนและ/หรือสอนการบ้านในวันนั้นๆ ใช้เวลาเรียนประมาณ 1 ชั่วโมงทุกวัน ส่วนใหญ่นักเรียนจะเรียนพิเศษในรูปแบบนี้ด้วยเหตุที่ต้องรอผู้ปกครองมารับกลับบ้านหลังจากเลิกงาน กรณีนี้จะมีค่าใช้จ่ายเพิ่มเติม ซึ่งผู้ปกครองรับผิดชอบเอง และ (4) Model 4 เรียนกิจกรรมตามความถนัด/สนใจ ส่วนมากพบในกลุ่มนักเรียนประถมศึกษาโรงเรียนเอกชนในเมืองและมีจำนวนน้อยมากเมื่อเทียบกับนักเรียนที่เรียนพิเศษในรูปแบบที่ 1 - 3 การเรียนพิเศษในรูปแบบนี้มีค่าใช้จ่ายที่ผู้ปกครองรับผิดชอบเอง และจะใช้เวลาในการเรียนหลังเสร็จสิ้นการเรียนที่โรงเรียนแล้ว กิจกรรมที่ส่วนมากนักเรียนเลือกเรียน ได้แก่ ดนตรี ศิลปะ และกีฬา โดยเฉพาะการว่ายน้ำ อย่างไรก็ตาม ในบางพื้นที่ โดยเฉพาะนักเรียนประถมศึกษาในโรงเรียนรัฐบาลในเมืองนั้น พบว่ามีพฤติกรรมการเรียนพิเศษมากกว่า 1 รูปแบบ โดยเป็นที่เมื่อเรียนพิเศษแบบ Model 3 ที่โรงเรียนเสร็จแล้วจึงไปเรียนพิเศษแบบ Model 2 ที่สถาบันกวดวิชาออกโรงเรียนต่อไป

(6.) เด็กไทยในวัยเรียนเพียงร้อยละ 40 ใช้เวลาหลังเลิกเรียนกิจกรรมตามความสนใจ

นักเรียนชั้นประถมศึกษาที่ใช้เวลาหลังเลิกเรียนในการเรียนกิจกรรมที่ตนเองมีความสนใจและมีความถนัด คิดเป็นร้อยละ 40.55 ในจำนวนนี้สามารถจำแนกเป็นการเรียนกิจกรรมดนตรีคิดเป็นร้อยละ 36.87 กิจกรรมกีฬาคิดเป็นร้อยละ 51.32 และกิจกรรมศิลปะคิดเป็นร้อยละ 36.87 หากพิจารณาระยะเวลาในการเรียนกิจกรรมเพิ่มเติมของนักเรียนประถมศึกษาในช่วงเวลาหลังเลิกเรียนพบว่านักเรียนที่เรียนกิจกรรมตามความสนใจน้อยกว่า 1 ชั่วโมงคิดเป็นร้อยละ 17.52 เรียนประมาณ 1 - 2 ชั่วโมงคิดเป็นร้อยละ 19.34 และเรียนมากกว่า 2 ชั่วโมงคิดเป็นร้อยละ 3.69 โดยนักเรียนประถมศึกษาที่ใช้เวลาหลังเรียนกับการเรียนกิจกรรมตามความสนใจมีความสุขในระดับสูง ($M=2.43$, $SD=0.36$)

(7.) การรับประทานอาหารอิม โดยเฉพาะอาหารเช้า มีผลกับระดับความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน

นักเรียนประถมศึกษาที่รับประทานอาหารอิมมีความสุขในระดับปานกลาง ($M=2.44$, $SD=0.36$) ขณะที่นักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าไม่อิมมีความสุขในระดับปานกลาง ($M=2.28$, $SD=0.39$) เมื่อพิจารณาการรับประทานอาหารอิมของนักเรียนประถมศึกษาในแต่ละมื้อพบว่านักเรียนที่รับประทานอาหารอิมในทั้งมื้อเช้า มื้อเที่ยง และมื้อเย็น นักเรียนมีความสุขอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.45$, $SD=0.35$) ขณะที่นักเรียนที่รับประทานอาหารอิม 1 - 2 มื้อมีความสุขในระดับปานกลาง ($M=2.30$, $SD=0.38$) เมื่อศึกษาความสุขของนักเรียนที่รับประทานอาหารมื้อเช้าเป็นการเฉพาะพบว่านักเรียนที่รับประทานอาหารมื้อเช้าอิมมีระดับความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.44$, $SD=0.36$) ขณะที่นักเรียนที่รับประทานอาหารมื้อเช้าไม่อิมมีระดับความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.28$, $SD=0.39$) และเมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของนักเรียนที่ได้รับประทานอาหารเช้าอิมโดยใช้ Independent samples t-test พบว่านักเรียนที่รับประทานอาหารมื้ออิมมีความสุขโดยเฉลี่ยแตกต่างจากนักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าไม่อิมอย่างมี

นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p < .001$) ดังนั้นสามารถสรุปได้ว่าการรับประทานอาหารมื้อเช้าอิมมีผลต่อระดับความสุขของนักเรียนประถมศึกษา

(8.) เด็กไทยในวัยเรียนมีปัจจัยที่ส่งเสริมการทำกิจกรรมเล่น แต่กลับมีเวลาในการเล่นน้อยมาก

นักเรียนประถมศึกษาที่ระบุว่าตนเองได้เล่นในแต่ละวันที่มาโรงเรียนคิดเป็นร้อยละ 94.24 หากพิจารณาตามช่วงเวลาพบว่านักเรียนประถมศึกษาที่ไม่มีเวลาได้เล่นในช่วงเช้าเลย คิดเป็นร้อยละ 17.7 มีเวลาเล่นในช่วงเช้าน้อยกว่า 30 นาที คิดเป็นร้อยละ 56.1 และมีเวลาเล่นในช่วงเช้ามักกว่า 30 นาที คิดเป็นร้อยละ 26.1 สำหรับช่วงเวลาพักกลางวัน นักเรียนประถมศึกษาที่ไม่มีเวลาได้เล่นเลย คิดเป็นร้อยละ 5.00 มีเวลาเล่นในช่วงพักกลางวันน้อยกว่า 30 นาที คิดเป็นร้อยละ 41.21 และมีเวลาเล่นในช่วงพักกลางวันมากกว่า 30 นาที 53.79 และสำหรับช่วงเวลาหลังเลิกเรียน นักเรียนประถมศึกษาที่ไม่มีเวลาได้เล่นในช่วงหลังเลิกเรียนเลย คิดเป็นร้อยละ 14.31 มีเวลาเล่นในช่วงเวลาหลังเลิกเรียนน้อยกว่า 30 นาที คิดเป็นร้อยละ 36.14 และมีเวลาเล่นในช่วงเวลาหลังเลิกเรียนมากกว่า 30 นาที คิดเป็นร้อยละ 49.55 เมื่อพิจารณาร่วมกับปัจจัยที่ส่งเสริมการเล่นร่วมด้วยจะพบว่านักเรียนประถมศึกษาที่มีปัจจัยที่ส่งเสริมการเล่นในหลายด้าน อาทิ นักเรียนประถมศึกษาที่ระบุว่ามีสนามหญ้า/สนามเด็กเล่นในบริเวณหรือละแวกบ้าน คิดเป็นร้อยละ 60.21 นักเรียนประถมศึกษาที่ระบุว่ามีคนเล่นด้วยที่บ้าน คิดเป็นร้อยละ 77.76 นักเรียนประถมศึกษาที่ระบุว่ามีของเล่นเป็นของตัวเองที่บ้าน คิดเป็นร้อยละ 88.34 ดังนั้นจึงเป็นที่น่าประหลาดใจเพราะเหตุใดการใช้เวลาในการเล่นของนักเรียนประถมศึกษาจึงไม่มากดังที่ควรจะเป็น

เมื่อพิจารณาลักษณะการเล่นของนักเรียนประถมศึกษาพบว่านิยามการเล่นไม่เป็นดังที่ควรจะเป็นเช่นกัน กล่าวคือ ถึงแม้ว่าการเล่นของนักเรียนประถมศึกษาจะเป็นกิจกรรมเพื่อความผ่อนคลาย แต่ส่วนใหญ่พบว่าเป็นกิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหวทางร่างกายไม่มากนัก ลักษณะการทำกิจกรรมการเล่นของนักเรียนประถมศึกษาสามารถสรุปได้เป็น 2 ลักษณะ ประการแรกเป็นการเล่นที่มีเคลื่อนไหวร่างกาย ส่วนมากพบในรูปแบบของการเล่นกีฬาชนิดต่างๆ เช่น วิ่งแข่ง ฟุตบอล วอลเลย์บอล นอกจากนี้ ยังพบในรูปแบบของการปั่นปายเครื่องเล่นสนาม และการละเล่นพื้นบ้าน เช่น ลิงชิงบอล ซ่อนแอบ โจรจับผู้ร้าย เกมปาระเบิด กระโดดตบ การเล่นลักษณะแรกนี้พบมากในโรงเรียนนอกเมืองและพบน้อย การทำกิจกรรมการเล่นลักษณะประการที่สองเป็นการเล่นกับอุปกรณ์ ของเล่น หรือกับบุคคล ในที่นี้สามารถอธิบายเป็น 5 รูปแบบ ได้แก่ การเล่นกับของเล่นตามช่วงวัย เช่น ตุ๊กตา เลโก้ การเล่นกับของเล่นพื้นบ้าน เช่น ดิบลูกแก้ว การเล่นเชิงสังคม เช่น การนั่งคุยหรือนั่งเล่นกับเพื่อน การเล่นเพื่อสุนทรียภาพ เช่น วาดรูป ระบายสี เล่นดนตรี อ่านหนังสือ และการเล่นกับอุปกรณ์ดิจิทัล เช่น โทรศัพท์มือถือ แท็บเล็ต เกมคอมพิวเตอร์ จึงสามารถสรุปได้ว่าแนวโน้มการเล่นของนักเรียนประถมศึกษาที่เป็นการเล่นแบบใช้กิจกรรมทางกายมีแนวโน้มลดน้อยและจางหายไปจากกลุ่มนักเรียนประถมศึกษาในปัจจุบัน

(9.) เวลาอิสระของเด็กไทยในวัยเรียนมีอยู่อย่างจำกัดในกิจวัตรประจำวัน

เมื่อพิจารณาภาพ 4.30 จะพบความแตกต่างระหว่างกิจวัตรประจำวันของนักเรียนประถมศึกษาในกรณีที่เป็นเด็กทั่วไปและในกรณีที่เป็นเด็กที่เน้นการเรียนรู้เชิงวิชาการ ข้อสังเกตสำคัญจากข้างมุลดังกล่าวสะท้อนข้อเท็จจริงที่ว่านักเรียนประถมศึกษากำลังสูญเสียเวลาอิสระซึ่งเป็นช่วงเวลาของตัวเองที่ตนเองนั้น

สามารถ “ตัดสินใจ” ที่จะทำกิจกรรมต่างๆ ได้ด้วยตัวเองบนพื้นฐานของความพึงพอใจของตน ช่วงเวลาดังกล่าวนับเป็นช่วงเวลาคุณภาพ (quality time) ซึ่งมีผลต่อระดับความสุขของนักเรียนประถมศึกษาด้วยกัน เช่นกัน ดังนั้น หากนักเรียนประถมศึกษาเข้าค่ายกรณีเด็กที่เน้นวิชาการมากเกินไป การมีเวลาอิสระของตนเองย่อมลดน้อยลงไปเท่านั้น เพราะเวลาของนักเรียนจะถูกเบียดบังไปด้วยกิจกรรมต่างๆ ที่ผู้ใหญ่กำหนดหรือมอบหมายให้นักเรียนปฏิบัติตนเอง

ผลการศึกษาเบื้องต้นสะท้อนว่าความสุขของเด็กไทยในวัยเรียนในภาพรวมนับว่าอยู่ในระดับสูง และมีปัจจัยหลายประการที่มีผลต่อความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน เช่น ระดับชั้น การรับประทานอาหาร การเรียนพิเศษ หรือจำนวนคาบเรียนต่อวัน ในด้านของกิจวัตรประจำวันของเด็กกลุ่มนี้สะท้อนภาพอย่างชัดเจนว่าเด็กไทยในวัยเรียนกำลังสูญเสีย “เวลาของตัวเอง” หรือเวลาคุณภาพ (quality time) ไปกับการทำกิจกรรมต่างๆ ที่กำหนดหรือถูกมอบหมายให้ทำโดยผู้ใหญ่รอบตัวด้วยเหตุนี้เอง จึงอาจกล่าวได้ว่าเด็กไทยในวัยเรียนได้รับการเลี้ยงดูและเติบโตขึ้นโดยปราศจากการพัฒนาที่สมดุลตามแนวคิด 4H (Head, Hand, Heart, Health) กิจกรรมของเด็กส่วนใหญ่ถูกใช้ไปกับกิจกรรมที่ส่งเสริมการเรียนรู้และความสามารถด้านสติปัญญาเสียส่วนใหญ่ และการทำกิจกรรมการเล่นที่เป็นกิจกรรมทางกายเคลื่อนย้ายไปจากกิจวัตรประจำวัน การเล่นตามการรับรู้ของเด็กไทยในวัยเรียนส่วนใหญ่คือการนั่งเล่นและนั่งคุยกับเพื่อนเมื่อมีเวลาว่างร่วมกัน ประการสุดท้ายที่สะท้อนมาจากผลการศึกษาครั้งนี้คือนิยามความสุขของเด็กแต่ละคน แต่ละบริบทไม่เหมือนกัน ขึ้นอยู่กับว่าเด็กและหรือบริบทนั้นๆ ให้คุณค่าหรือให้ความพึงพอใจกับอะไรเป็นสำคัญ

อย่างไรก็ตาม เมื่อเปรียบเทียบผลการศึกษาเกี่ยวกับแนวคิด 4H ที่เชื่อมโยงกับโครงสร้างตามกรอบแนวคิดภายใต้ทฤษฎีเชิงนิเวศวิทยา (Ecological Theory) ของ Bronfenbrenner (1979) สามารถสรุปสาระสำคัญของผลการศึกษาตามโครงสร้าง 4 ระดับ ดังรายละเอียดดังนี้

1. ระบบจุลภาค (microsystem)

1.1. ด้าน Head

เด็กไทยในวัยเรียนที่มีจำนวนชั่วโมงเรียนเฉลี่ยต่อวันมากกว่า 6 ชั่วโมงต่อวันมีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง และมีระดับความสุขน้อยกว่านักเรียนที่เรียนน้อยกว่า 6 ชั่วโมง นอกจากนี้ เด็กไทยในวัยเรียนที่ไม่ได้เรียนพิเศษ (วิชาการ) ในช่วงเย็นหลังจากเลิกเรียน มีเพียงร้อยละ 44.3 ขณะที่กลุ่มที่ระบุว่าเรียนพิเศษ (วิชาการ) ในช่วงเย็นหลังเลิกเรียนมีมากถึงร้อยละ 55.7 ในจำนวนนี้เรียนพิเศษ (วิชาการ) ประมาณ 1-2 ชั่วโมง ร้อยละ 26.6 และเรียนน้อยกว่า 1 ชั่วโมง ร้อยละ 26.6 และเรียนมากกว่า 2 ชั่วโมง ร้อยละ 5.24 เด็กไทยในวัยเรียนใช้เวลาในการทำการบ้านแต่ละในช่วงเย็นหลังเลิกเรียนเฉลี่ย 1 – 2 ชั่วโมง ประมาณร้อยละ 37.02 ในขณะที่ใช้น้อยกว่า 1 ชั่วโมงคิดเป็นร้อยละ 52.13 และมากกว่า 2 ชั่วโมงคิดเป็น ร้อยละ 5.82 นักเรียนที่ใช้เวลาทำการบ้านตั้งแต่ 2 ชั่วโมงขึ้นไป มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.166$, $SD=0.337$) และนักเรียนที่ใช้เวลาทำการบ้านน้อยกว่า 2 ชั่วโมง มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.258$, $SD=0.308$) เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของเรียนจากการใช้เวลาในการทำการบ้านในแต่ละวัน พบว่า นักเรียนที่ใช้เวลาสำหรับการทำการบ้านตั้งแต่ 2 ชั่วโมงขึ้นไปมีระดับความสุขที่แตกต่างจากนักเรียนที่ใช้เวลาสำหรับการทำการบ้านน้อยกว่า 2 ชั่วโมง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p=.000$) โดย

นักเรียนที่ใช้เวลาสำหรับการทำการบ้านตั้งแต่ 2 ชั่วโมงขึ้นไป มีความสุขน้อยกว่านักเรียนที่ใช้เวลาทำการบ้านน้อยกว่า 2 ชั่วโมง

1.2. ด้าน Heart

เด็กไทยในวัยเรียนมากกว่าร้อยละ 60.79 ระบุว่าไม่ได้เรียน/ทำกิจกรรมเพื่อความผ่อนคลายหรือที่ตนเองมีความถนัด/สนใจ และที่ไม่ใช่กิจกรรมเชิงวิชาการ เช่น ดนตรี ศิลปะ การแสดง กีฬา หรือการทำคหกรรม มีเพียงร้อยละ 39.22 เท่านั้นที่ระบุว่าใช้เวลาเรียน/ทำกิจกรรมลักษณะดังกล่าว เด็กไทยในวัยเรียนร้อยละ 47.87 ระบุว่าตนเองรับรู้ว่าจะครบครันรับฟังความคิดเห็นของตนเองมากถึงร้อยละ 77.3 ขณะที่กลุ่มที่ระบุว่าเพื่อนรับฟังความคิดเห็นของตนเองมีร้อยละ 63.31 แต่ในทางตรงกันข้าม เด็กไทยในวัยเรียนเพียงร้อยละ 47.87 เท่านั้นที่ระบุว่าได้รับการยอมรับหรือรับฟังความคิดเห็นของตนเองจากครู เด็กไทยวัยเรียนมากกว่าร้อยละ 77.76 ระบุว่าไม่มีเพื่อนเล่นด้วยขณะอยู่บ้าน นักเรียนชายมีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.251$, $SD=0.318$) เช่นเดียวกับกับนักเรียนหญิง ($M=2.253$, $SD=0.304$) และนักเรียนหญิงและชายมีความสุขไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p=.874$) นักเรียนประถมศึกษาปีที่ 1 มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.290$, $SD=0.320$) เช่นเดียวกับกับนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6 ($M=2.220$, $SD=0.300$) และนักเรียนทั้งสองระดับชั้นมีระดับความสุขที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p<.001$) โดยนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 1 มีความสุขมากกว่านักเรียนประถมศึกษาปีที่ 6

1.3. ด้าน Hand

เด็กไทยในวัยเรียนมีเวลาเล่นที่โรงเรียนในช่วงเวลาเข้าน้อยมาก โดยร้อยละ 17.82 ระบุว่าไม่มีเวลาเล่นเลยเพราะใช้เวลาไปกับการทำกิจกรรมอื่นๆ ของโรงเรียนในช่วงเช้า ในขณะที่ร้อยละ 57.01 ระบุว่าใช้เวลาเล่นในช่วงเช้าไม่ถึง 30 นาที เช่นเดียวกับกับเวลาเที่ยงที่เด็กไทยในวัยเรียนมีเวลาเล่นน้อยกว่า 30 นาทีหรือไม่มีเวลาเล่นมีจำนวนมากกว่าร้อยละ 45.24 เด็กไทยในวัยเรียนมีเวลาเล่นในช่วงเย็นหลังเลิกเรียนมากกว่า 30 นาที มีเพียงร้อยละ 48.6 ในขณะที่กลุ่มที่มีเวลาน้อยกว่า 30 นาทีหรือไม่มีเวลาเล่นเลย มีมากถึงร้อยละ 51.4 นักเรียนมีความสุขที่แตกต่างกันตามช่วงเวลาการเล่นของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 เมื่อเปรียบเทียบพหุคูณของภูมิภาคด้วยวิธีของ Games-Howell พบว่า นักเรียนที่ได้เล่นเป็นเวลาน้อยกว่า 1 ชั่วโมง และนักเรียนที่เล่นเป็นเวลา 1-2 ชั่วโมงในแต่ละวันมีความสุขมากกว่านักเรียนที่เล่นมากกว่า 2 ชั่วโมง

1.4. ด้าน Health

เด็กไทยในวัยเรียนจำนวนมากกว่าร้อยละ 74.98 มีเวลารับประทานอาหารกลางวันน้อยกว่า 15 นาที เด็กไทยในวัยเรียนมากกว่าร้อยละ 83.73 ระบุว่ารับประทานอาหารเช้าครบทั้งสามมื้อในแต่ละวัน มีเพียงร้อยละ 16.27 เท่านั้นที่ระบุว่ารับประทานอาหารเช้าไม่ครบทั้ง 3 มื้อ นักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าครบทั้งสามมื้อ มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.268$, $SD=0.305$) และนักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าไม่ครบทั้งสามมื้อ มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.170$, $SD=0.326$) เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของเรียนจากการรับประทานอาหารเช้าทั้งสามมื้อ พบว่า นักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าครบทั้งสามมื้อมีระดับความสุขที่แตกต่างจากนักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าไม่ครบทั้งสามมื้อ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p<.001$) โดยนักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าครบทั้งสามมื้อมีความสุขมากกว่านักเรียนที่รับประทานอาหารเช้า

ไม่ครบทั้งสามมือ แม้ว่าเด็กไทยในวัยเรียนส่วนใหญ่ (ร้อยละ 74.59) ระบุว่านอนหลับพักผ่อนเพียงพอ แต่เด็กกลุ่มนี้มีพฤติกรรมการเข้านอนที่ค่อนข้างดึก โดยเด็กไทยในวัยเรียนร้อยละ 54.39 ระบุว่าเข้านอนในช่วงเวลา 20.00 – 22.00 น. และร้อยละ 10.66 เข้านอนในช่วงเวลาหลัง 22.00 น. นักเรียนที่รับประทานอาหารเช้ามีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.260$, $SD=0.310$) และนักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าไม่มีความสุขโดยเฉลี่ยอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.140$, $SD=0.330$) เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของเรียนจากความอึดในการรับประทานอาหารเช้า พบว่า นักเรียนที่รับประทานอาหารเช้ามีความสุขที่แตกต่างจากนักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าไม่อึด อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p<.001$) โดยนักเรียนที่รับประทานอาหารเช้ามีความสุขมากกว่านักเรียนที่รับประทานอาหารเช้าไม่อึด

2. ระบบกึ่งกลางระหว่างกลุ่มบุคคลที่อยู่ในระบบจุลภาค (mesosystem)

2.1. ด้าน Heart

ครอบครัว เพื่อน และครู ส่วนใหญ่แสดง/สื่อสารความรักความปรารถนาดีต่อเด็กไทยในวัยเรียนในทิศทางเดียวกัน เห็นได้จากที่เด็กไทยในวัยเรียนมากกว่าร้อยละ 50 ระบุว่ารับรู้ว่าคุณค่าตนเองได้รับความรักจากครอบครัว (ร้อยละ 93.73) ครู (ร้อยละ 58.76) และเพื่อน (ร้อยละ 60.63) ความสุขของนักเรียนที่ได้รับความรักจากบุคคลโดยรอบมีความแตกต่างจากนักเรียนที่ไม่ได้รับความรักจากบุคคลโดยรอบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คือ ครอบครัว ($p=.031$) เพื่อน ($p=.001$) และครู ($p=.003$) ทั้งนี้ เมื่อพิจารณาจากค่าเฉลี่ยระดับความสุขของนักเรียน พบว่า นักเรียนที่ได้รับความรักจากครูมีความสุขมากกว่านักเรียนที่รู้สึกว่าคุณค่าตนเองไม่ได้รับความรักจากครู ในทางเดียวกัน ครอบครัว เพื่อน และครู ส่วนใหญ่สื่อสาร/แสดงความชื่นชมหรือให้คุณค่าต่อเด็กไทยในวัยเรียนในทิศทางเดียวกัน เห็นได้จากที่เด็กไทยในวัยเรียนมากกว่าร้อยละ 50 ระบุว่ารับรู้ว่าคุณค่าตนเองได้รับความชื่นชมจากครอบครัว (ร้อยละ 84.84) ครู (ร้อยละ 65.4) และเพื่อน (ร้อยละ 53) ผลการศึกษาระบุว่าครอบครัว เพื่อน และครู ส่วนใหญ่ให้ความช่วยเหลือเด็กไทยในวัยเรียนเมื่อประสบปัญหาในทิศทางเดียวกัน เห็นได้จากที่เด็กไทยในวัยเรียนมากกว่าร้อยละ 50 ระบุว่ารับรู้ว่าคุณค่าตนเองได้รับความช่วยเหลือหรือรู้สึกว่าคุณค่าตนเองมีที่พึ่งทางใจจากครอบครัว (ร้อยละ 83.36) ครู (ร้อยละ 60.67) และเพื่อน (ร้อยละ 59.72) ครอบครัวและครูปฏิบัติกับเด็กไทยในวัยเรียนในทิศทางเดียวกัน โดยเฉพาะการสื่อสาร/แสดงทัศนคติทางบวกที่มีต่อตัวเด็กไทยในวัยเรียน โดยเด็กไทยในวัยเรียนส่วนน้อยระบุว่าได้รับทัศนคติเชิงลบที่มีต่อตนเองจากคนในครอบครัวเพียงร้อยละ 17.05 หรือมักทะเลาะกับคนในครอบครัวเป็นประจำเพียงร้อยละ 19.78 ในทางเดียวกับเด็กไทยในวัยเรียนระบุว่าได้รับทัศนคติเชิงลบที่มีต่อตนเองจากครูเพียงร้อยละ 12.84 หรือมักทะเลาะกับครูเป็นประจำมีเพียงร้อยละ 3.91 นักเรียนที่อาศัยอยู่กับพ่อหรือแม่ หรือบุคคลอื่นมีระดับความสุขโดยเฉลี่ยแล้วอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.233$, $SD=0.308$) และนักเรียนที่อาศัยอยู่กับพ่อและแม่ มีระดับความสุขโดยเฉลี่ยแล้วอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.260$, $SD=0.311$) เช่นเดียวกัน เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของเรียนตามความสมบูรณ์ของครอบครัวที่นักเรียนได้อาศัย พบว่า ความสมบูรณ์ของครอบครัวที่นักเรียนได้อาศัยอยู่ระหว่างการอยู่กับพ่อและแม่ และนักเรียนที่อยู่กับพ่อหรือแม่ หรือบุคคลอื่น นักเรียนมีระดับความสุขที่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p=.028$) โดยนักเรียนที่อาศัยอยู่กับพ่อและแม่ มีระดับความสุขมากกว่านักเรียนที่อาศัยอยู่กับพ่อหรือแม่ หรือบุคคลอื่น นักเรียนที่มีเพื่อนเล่นที่บ้านมีระดับความสุขโดยเฉลี่ยแล้วอยู่

ในระดับปานกลาง ($M=2.271$, $SD=0.301$) และนักเรียนที่ไม่มีเพื่อนเล่นที่บ้าน มีระดับความสุขโดยเฉลี่ยแล้วอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.185$, $SD=0.335$) เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของเรียนจากการมีเพื่อนเล่นที่บ้าน พบว่า นักเรียนที่มีเพื่อนเล่นที่บ้านมีระดับความสุขที่แตกต่างจากนักเรียนที่ไม่มีเพื่อนเล่นที่บ้าน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p<.001$) โดย นักเรียนที่มีเพื่อนเล่นที่บ้านมีระดับความสุขมากกว่านักเรียนที่ไม่มีเพื่อนเล่นที่บ้าน นักเรียนที่มีของเล่นเป็นของตัวเองมีระดับความสุขโดยเฉลี่ยแล้วอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.258$, $SD=0.309$) และนักเรียนที่ไม่มีของเล่นเป็นของตัวเอง มีระดับความสุขโดยเฉลี่ยแล้วอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.210$, $SD=0.321$) เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของเรียนจากการมีของเล่นเป็นของตัวเอง พบว่า นักเรียนที่มีของเล่นเป็นของตัวเองมีระดับความสุขที่แตกต่างจากนักเรียนที่ไม่มีของเล่นเป็นของตัวเอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p=.006$) โดยนักเรียนที่มีของเล่นเป็นของตัวเองมีระดับความสุขมากกว่านักเรียนที่ไม่มีของเล่นเป็นของตัวเอง ความสุขของนักเรียนที่ความคิดเห็นถูกรับฟังโดยบุคคลรอบตัวมีความแตกต่างจากนักเรียนที่ความคิดเห็นไม่ได้รับการรับฟังจากบุคคลรอบตัวอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คือ เพื่อน ($p<.001$)

3. ระบบภายนอก (exosystem)

3.1. ด้าน Heart

นักเรียนโรงเรียนรัฐบาลมีระดับความสุขเฉลี่ยแล้วอยู่ในระดับปานกลาง ($M=2.267$, $SD=0.323$) เช่นเดียวกันกับนักเรียนโรงเรียนเอกชน ($M=2.241$, $SD=0.300$) เมื่อวิเคราะห์เปรียบเทียบความสุขของเรียนระหว่างนักเรียนจากโรงเรียนสองประเภท พบว่า นักเรียนโรงเรียนรัฐบาลและโรงเรียนเอกชนมีระดับความสุขที่ต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ($p=.017$) โดยนักเรียนโรงเรียนรัฐบาลมีระดับความสุขมากกว่านักเรียนโรงเรียนเอกชน

อภิปรายผลการศึกษา

ความสุขของเด็กไทยในวัยเรียนในภาพรวมนับว่าอยู่ในระดับปานกลาง และมีปัจจัยหลายประการที่มีผลต่อความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน เช่น ระดับชั้น การรับประทานอาหาร การเรียนพิเศษ หรือจำนวนคาบเรียนต่อวัน โดยสามารถสรุปประเด็นด้านความสุขของเด็กไทยในวัยเรียนได้ดังนี้

สำหรับผู้เกี่ยวข้องกับการจัดการศึกษา ครูคือบุคคลที่มีความสำคัญรองจาก ผู้ปกครอง เด็กใช้เวลาอยู่กับครูรองจากพ่อแม่ ดังนั้นครูจึงมีบทบาทสำคัญต่อความสุขของเด็กโดยตรง การที่ครูมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีในเชิงบวกทำให้เด็กมีความสุขมากขึ้น นอกจากนี้รูปแบบในการสอนของครูควรมีหลากหลาย เพราะการสอนเพียงการบรรยายหรือการเน้นทำแบบฝึกหัดทำให้เด็กไม่มีความสุข ระบบการจัดการเรียนการสอนในโรงเรียนประถมศึกษาต้องทำให้เด็กมีความสุข การจัดเวลาสำหรับคาบเรียนไม่ควรเกิน 6 ชั่วโมงต่อวัน การให้เด็กเรียนพิเศษวิชาการไม่ควรเกิน 2 ชั่วโมงต่อวัน ควรให้เวลาที่เหมาะสมกับเด็กในการทำที่บ้าน ซึ่งปริมาณการให้ที่บ้านควรมีปริมาณที่เหมาะสม ครูจึงควรบริหารจัดการการมอบหมายการบ้านในแต่ละวัน นอกจากนี้ควรลดความคาดหวังหรือความกดดันในตัวเด็กจากผลสัมฤทธิ์ในการสอบต่างๆ เพื่อลดปรากฏการณ์ที่ว่า “เมื่อเด็กอยู่ในชั้นเรียนระดับที่สูงขึ้น ความสุขของเด็กจะเริ่มมีแนวโน้มลดน้อยลง”

สำหรับครอบครัว ครอบครัวยังคงเป็นปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน เด็กต้องการเวลาในการอยู่ร่วมกันกับสมาชิกในครอบครัว และต้องการรู้สึกว่าคุณเองนั้นเป็นส่วนหนึ่งของครอบครัว สมาชิกในครอบครัวควรสร้างบรรยากาศเชิงบวก รวมถึงทำความเข้าใจความกดดัน ความสนใจ และศักยภาพในการเรียนรู้ของเด็ก เพราะเมื่อมีความเข้าใจในศักยภาพในการเรียนรู้ของเด็กแล้ว ผู้ปกครองจะไม่ได้กดดันหรือคาดหวังในตัวเด็กภายใต้ระบบการศึกษาที่เน้นการแข่งขันและการทดสอบทางการศึกษาที่มากเกินไป นอกจากนี้ ครอบครัวควรให้ความสำคัญกับเด็ก โดยเฉพาะการใช้เวลาในการรับประทานอาหาร การใช้เวลาในการเรียนวิชาการ การใช้เวลาในการเล่น การมีของเล่น การมีเพื่อนเล่น การอยู่ร่วมกันในครอบครัวโดยปราศจากความขัดแย้ง

กิจกรรมประจำวันของเด็กกลุ่มนี้สะท้อนภาพอย่างชัดเจนว่าเด็กไทยในวัยเรียนกำลังสูญเสียเวลาอิสระที่เป็นเวลาของตัวเอง ช่วงเวลานี้เป็นช่วงเวลาสำคัญหรือเวลาคุณภาพ (quality time) เพราะเด็กจะเป็นผู้ตัดสินใจและเลือกใช้เวลาในการทำสิ่งต่างๆ ที่ตนเองประสงค์ตามความกดดัน ความสนใจ และความชื่นชอบ อย่างไรก็ตาม ผลการศึกษาระบุอย่างชัดเจนว่าเด็กประถมศึกษาใช้เวลาส่วนใหญ่ในแต่ละวัน กับการทำกิจกรรมต่างๆ ที่กำหนดหรือถูกมอบหมายให้ทำโดยผู้ใหญ่รอบตัว การใช้ชีวิตของเด็กในวัยประถมคือการเรียนเพื่อฝึกให้นักเรียนมีทักษะพื้นฐานในการดำเนินชีวิต ซึ่งทักษะสำคัญที่เด็กประถมต้องสามารถทำได้คือการอ่านออกเขียนได้คิดเลขเป็น ดังนั้นหน้าที่สำคัญของเด็กในการมาโรงเรียนคือ การเข้าเรียนวิชาต่างๆ ตามที่โรงเรียนกำหนด ซึ่งโรงเรียนโดยทั่วไปได้จัดตารางเรียนในแต่ละวันให้เด็กได้เรียนเป็นระยะเวลา 6 ชั่วโมงหรือประมาณ 6-7 คาบ นอกเหนือจากการเรียนเหล่านั้นเด็กควรได้ใช้เวลาอิสระนอกห้องเรียนในการทำกิจกรรมที่ตนเองสนใจหรืออยากทำร่วมกับเพื่อนๆ แต่สิ่งที่เกิดขึ้นส่วนใหญ่พบว่าเมื่อเด็กมาถึงโรงเรียนตอนเช้า สิ่งที่ต้องทำหรือหน้าที่ต้องรับผิดชอบคือการทำทำความสะอาดบริเวณต่างๆ ภายในโรงเรียนตามที่ได้รับมอบหมาย เมื่อถึงเวลาพักกลางวัน เด็กจะได้พักรับประทานอาหารและต้องรีบมาจดการบ้านหรือทำงานที่ครูกำหนดให้มาทำในช่วงเวลาพักกลางวัน และเมื่อเรียนเลิกแล้ว เด็กบางโรงเรียนต้องเรียนเสริมหรือติวเสริมเพิ่มจากเดิม จากที่กล่าวมาข้างต้นจะเห็นได้ว่า ตั้งแต่ช่วงเวลาเช้าที่เด็กเข้ามาในโรงเรียน เด็กได้ถูกจำกัดกิจกรรมในเวลาว่างซึ่งเป็นเวลาอิสระของตนเองทั้งหมดจนกระทั่งออกจากโรงเรียน ซึ่งกิจกรรมเหล่านั้นเป็นกิจกรรมที่ผู้ใหญ่เป็นผู้ตัดสินใจและมีประโยชน์ต่อเด็ก จึงจัดทำกิจกรรมเหล่านั้นขึ้น แต่ไม่ได้คำนึงถึงความต้องการของเด็กว่าเด็กต้องการหรือชอบกิจกรรมเหล่านี้หรือไม่ ผู้ใหญ่มองเพียงว่าภาพลักษณ์ของโรงเรียนที่ดีได้มาตรฐานหากเด็กนักเรียนสอบได้คะแนนในระดับสูง ผู้ใหญ่ก็จะเกิดความพึงพอใจ แต่ในขณะที่ภาพลักษณ์ของโรงเรียนมีมาตรฐานนั้น เด็กไม่ได้มีความสุขมากขึ้นเลย ตรงกันข้ามกลับรู้สึกกดดันมากขึ้นเมื่อช่วงเวลาในการสอบ O-NET ใกล้เข้ามาถึง ทั้งผู้ปกครอง ครู และผู้อำนวยการโรงเรียนต่างคาดหวังกับคะแนนของเด็ก ดังนั้น บางสิ่งที่คุณใหญ่ต้องการให้เด็กเป็นหรือต้องการให้เด็กทำเป็นสิ่งที่จำเป็นสำหรับเด็กจริงๆ หรือไม่ หากลดบางสิ่งที่ไม่จำเป็น และเพิ่มบางสิ่งที่จำเป็นต่อเด็ก เช่น การลดจำนวนคาบเรียนให้ไม่เกิน 6 ชั่วโมงต่อวันและเพิ่มเวลาที่เด็กให้มากขึ้น เพื่อให้เด็กมีเวลาอิสระของตัวเอง ได้ทำกิจกรรมที่อยากทำ ได้เล่นกับเพื่อน เป็นต้น

เด็กไทยในวัยเรียนได้รับการเลี้ยงดูและเติบโตขึ้นโดยปราศจากการพัฒนาที่สมดุลตามแนวคิด 4 H (Head, Hand, Heart, Health) กิจกรรมของเด็กส่วนใหญ่ถูกใช้ไปกับกิจกรรมที่ส่งเสริมการเรียนรู้และ

ความสามารถด้านสติปัญญาเสียส่วนใหญ่ แนวคิดในการพัฒนาผู้เรียน สร้างการเรียนรู้ เสริมคุณลักษณะพึงประสงค์ และเพิ่มทักษะชีวิต หรือการพัฒนา 4H คือ ด้านสติปัญญา (Head) ด้านทัศนคติ (Heart) ด้านเรียนรู้ และปฏิบัติจริง (Hands) และด้านสุขภาพ (Health) เป็นแนวคิดในการพัฒนาเด็กอย่างรอบด้าน แต่ในปัจจุบันคุณภาพชีวิตของเด็กไทยในวัยเรียนยังไม่สะท้อนแนวคิด 4H

(1.) ด้านสติปัญญา (Head) ค่อนข้างหนักเกินไป ทำให้ไม่สมดุลกับทั้งหมด เห็นได้จากชีวิตประจำวันของเด็ก เด็กเรียนในโรงเรียนทั้งหมด 6 ชั่วโมง และยังมีเรียนวิชาการเสริมทั้งในโรงเรียนและนอกโรงเรียน โดยครูและผู้ปกครองเป็นผู้กำหนดให้เด็กต้องเรียนเสริม นอกจากนี้จะมุ่งเน้นการเรียนเชิงวิชาที่เกินความจำเป็นแล้วยังไม่เหมาะสมกับพัฒนาการของเด็กอีกด้วย

(2.) ด้านทัศนคติ (Heart) การเอาใจใส่จากบุคคลรอบตัวมีผลต่อความสุขของเด็กทั้งหมด ผลการศึกษาสะท้อนว่าการดูแลเอาใจใส่ ตลอดจนปฏิสัมพันธ์เชิงบวกที่เด็กในวัยเรียนได้รับจากบุคคลรอบข้าง ทั้งครอบครัว เพื่อน และครู เป็นสิ่งที่ทำให้เด็กกลุ่มนี้มีความสุขมากขึ้นได้

(3.) ด้านเรียนรู้และปฏิบัติจริง (Hands) การเล่น จากกิจวัตรประจำวันเด็กมีเวลาเล่นค่อนข้างน้อย เพราะถูกจำกัดด้วยกิจกรรมต่างๆ ในแต่ละวัน ไม่ว่าจะเป็นเวลาวางในช่วงเช้าที่เด็กต้องทำหน้าที่ของตัวเองตามที่ได้รับมอบหมาย เช่น เก็บขยะ ทำเวร พักกลางวันต้องขึ้นมาทำงานที่ครูสั่งไว้ เช่น จดการบ้าน หรือหลังเลิกเรียนต้องเรียนพิเศษ จะเห็นได้ว่าเด็กไม่ได้มีเวลาอิสระที่จะได้เล่นตามต้องการ ถ้าเด็กที่มีเวลาเล่นมากในตอนเย็นจะมีความสุขมาก เด็กที่เรียนกิจกรรมเสริมที่นอกเหนือการเรียนค่อนข้างน้อย

(4.) ด้านสุขภาพ (Health) เด็กไทยมีพฤติกรรมนอนดึกตื่นเช้า และไม่มีเวลาพัก ยิ่งในระดับชั้นที่สูงขึ้นเด็กยิ่งถูกคาดหวังมากขึ้นจากการศึกษาส่งผลให้สุขภาพและความเครียดจะมากขึ้น ทำให้เด็กรู้สึกกดดัน บางคนไม่ยอมมาโรงเรียน นอกจากนี้ยัง การรับประทานอาหารที่อืดและครบสามมื้อก็เป็นปัจจัยที่ทำให้เด็กมีความสุข แต่ในช่วงเวลาพักกลางวันเด็กเหลือเวลาอิสระของตนเองค่อนข้างน้อย ทำให้เด็กบางส่วนรีบเร่งในการรับประทานอาหารเพื่อให้ตัวเองได้มีเวลาในการเล่นมากขึ้น ซึ่งไม่ส่งผลดีต่อสุขภาพของเด็ก

การทำกิจกรรมการเล่นที่เป็นกิจกรรมทางกายเคลื่อนไหวไปจากกิจวัตรประจำวัน การเล่นตามการรับรู้ของเด็กไทยในวัยเรียนส่วนใหญ่คือการนั่งเล่นและนั่งคุยกับเพื่อนเมื่อมีเวลาวางร่วมกัน การเล่นคือกิจกรรมที่เด็กได้เคลื่อนไหวร่างกายตามธรรมชาติ โดยไม่มีการกำหนดรูปแบบกติกาหรือโครงสร้างที่เป็นทางการในการเล่นแต่อย่างใด ซึ่งเด็กจะใช้พลังงานปริมาณมากในการเล่นเคลื่อนไหวร่างกายผ่านการเล่น ทั้งนี้เป็นได้ทั้งการเล่นที่เป็นกิจกรรมกลางแจ้งหรือกิจกรรมในร่ม และยังครอบคลุมทั้งกิจกรรมที่เด็กเล่นคนเดียวหรือเล่นร่วมกันกับเพื่อนหรือสมาชิกในครอบครัวอีกด้วย ซึ่งการเล่นที่ดีต้องพัฒนาทั้งด้านร่างกาย ด้านอารมณ์และจิตใจ ด้านสังคม และด้านสติปัญญา เช่น การเล่นปีนป่าย เป็นการใช้กล้ามเนื้อมือมัดเล็ก มัดใหญ่ หรือแม้กระทั่งการเคลื่อนไหวร่างกายในส่วนต่างๆ เพราะการที่เด็กยังได้เล่นมากร่างกายของเด็กจะยิ่งแข็งแรงมาก เด็กที่มีกิจกรรมการเล่นจะมีความสามารถในการท่องในเรื่องการใช้ภาษา การรู้จักการแก้ไขปัญหาเมื่อต้องพบกับปัญหานั้น รวมถึงการยอมรับอารมณ์ที่หลากหลายได้อย่างเหมาะสม จากข้อมูลที่พบในงานวิจัย ข้อดีคือสาระสำคัญที่อยู่ในการเล่นนั้นยังปรากฏอยู่ ซึ่งการเล่นของเด็กในปัจจุบัน เด็กยังได้เล่นในสิ่งที่อยากเล่นแต่น้อยลงและที่สำคัญลักษณะของการเล่นเปลี่ยนไป เช่น การนั่งคุย การนั่งเฉยๆ กับเพื่อนเด็กถือเป็นการเล่น ซึ่ง

ความเป็นจริงนั้นลักษณะการเล่นของเด็กไม่เป็นไปตามการเล่น เด็กเรียนรู้คลาดเคลื่อนว่าการนั่งเฉยๆ นั่งคุยกับเพื่อนถือเป็นการเล่น ซึ่งการนั่งคุยไม่ใช่การเล่น เป็นเพียงปฏิสัมพันธ์ทางสังคมเท่านั้น นอกจากนี้เด็กยังนิยมเล่นแต่จากอุปกรณ์ไอที ดูหนัง ฟังเพลง เล่นเกม ซึ่งไม่ได้เคลื่อนไหวร่างกาย กิจกรรมทางกายจึงไม่เกิดขึ้น หากจะอาศัยการเคลื่อนไหวร่างกายจากในชั่วโมงเรียนคงไม่ได้เพราะการรูปแบบการสอนส่วนใหญ่ในชั่วโมงเรียน เน้นเรียนแบบบรรยายกับการทำแบบฝึกหัดและไม่มีเวลาพักให้เด็กได้เกิดการเคลื่อนไหว

นิยามความสุขของเด็กแต่ละคน แต่ละบริบทไม่เหมือนกัน ขึ้นอยู่กับว่าเด็กและหรือบริบทนั้นๆ ให้คุณค่าหรือให้ความพึงพอใจกับอะไรเป็นสำคัญ ยกตัวอย่างโรงเรียนแห่งหนึ่งที่ตั้งอยู่ในภาคใต้ ซึ่งเป็นโรงเรียนที่มีบริบทเฉพาะคือโรงเรียนสอนศาสนาอิสลาม กิจกรรมประจำวันของเด็กที่โรงเรียนแห่งนี้ประกอบด้วยกิจกรรมจำนวนมาก และส่วนหนึ่งเป็นกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับศาสนา เช่น การละหมาด การอ่านคัมภีร์อัลกุรอาน การเรียนภาษาอาหรับ ส่งผลทำให้เด็กที่นี้จึงให้มีเวลาอิสระของตนเองน้อยมาก เช่นเดียวกับเด็กที่เรียนโรงเรียนรัฐบาลประจำจังหวัดที่มีการแข่งขันที่สูง เด็กจะต้องเรียนพิเศษทั้งในโรงเรียนและนอกโรงเรียน เด็กบางคนเรียนพิเศษจนถึงเวลา 20.00 น. และต้องกลับมาทำการบ้าน แต่เป็นที่น่าประหลาดใจว่าเด็กเหล่านี้กลับไม่ได้รู้สึกว่าการจัดสรรประจำวันเหล่านั้นเป็นสิ่งที่ทำให้ตนเองรู้สึกทุกข์ใจ เนื่องจากกิจกรรมต่างๆ ที่เด็กได้ทำไป ตรงกับความเชื่อและความเข้าใจของเด็กว่าสิ่งที่ทำนั้นส่งผลดีกับตนเอง ดังนั้นเด็กจะมีความสุขหรือไม่มีความสุข ผู้ใหญ่จะเอาบรรทัดฐานของตนเองไปตัดสินไม่ได้ การที่เด็กจะมีความสุขหรือไม่มีความสุขขึ้นอยู่กับตัวเด็ก เพราะเมื่อใดก็ตามที่เด็กยอมรับความเป็นไปในระบบเด็กจะมีความสุขกับสิ่งนั้น แม้สิ่งนั้นผู้ใหญ่อาจรู้สึกว่ามันไม่ดี สิ่งนั้นไม่เหมาะสมหรือไม่ถูกต้อง แต่สำหรับเด็กแล้วนั้นเด็กอาจมีความสุขเพราะเด็กอาจมีเป้าหมายในชีวิต ทั้งในเรื่องของการเรียน อาชีพในอนาคต หรือแม้กระทั่งความเชื่อทางศาสนา ที่เด็กมีความมุ่งมั่นที่จะทำในสิ่งนั้นๆ การที่จะดูว่าเด็กมีความสุขหรือไม่มีความสุข ดูเป็นภาพรวมไม่ได้ต้องดูเป็นรายบุคคลเพราะความแตกต่างของแต่ละบริบท แต่ละพื้นที่ไม่ได้เป็นตัวกำหนดความสุขของเด็ก ผู้ใหญ่ที่เกี่ยวข้อง พ่อแม่ ผู้ปกครอง ครูและเพื่อน จะรู้ดีที่สุดว่าเด็กคนนี้ทำแบบไหนถึงจะมีความสุขที่สุด

ข้อเสนอแนะสำหรับการขับเคลื่อนเพื่อสร้างความสุขให้กับเด็กไทยในวัยเรียน

เด็กในวัยเรียนคือเด็กที่มีช่วงอายุ 6-12 ปี เป็นวัยแห่งการเรียนรู้และการเจริญเติบโต ซึ่งช่วงเวลาของเด็กวัยนี้เป็นช่วงเวลาที่ยุใหญ่หลายคนอยากย้อนเวลากลับไปสู่วัยเด็กของตัวเอง ที่ไม่ต้องมีภาระหน้าที่ที่จะต้องรับผิดชอบ ได้ทำในสิ่งที่ตัวเองอยากทำ ได้มีอิสระ ได้เล่นกับเพื่อนๆ นับได้ว่าเป็นช่วงเวลาแห่งความสุขและความทรงจำที่ดีในชีวิต ในทางตรงกันข้ามเด็กในวัยเรียนในยุคนี้ไม่ได้มีหน้าที่ไปเรียนหนังสือเพียงเท่านั้น แต่เด็กมีหน้าที่ต่างๆ มากมาย ตั้งแต่ก้าวเท้าเข้าโรงเรียนจนกระทั่งกลับบ้านนอกเหนือจากการเรียน เด็กไม่มีเวลาพักเป็นของตัวเองอย่างอิสระ จะมีกิจกรรมบางอย่างเข้ามาแทรกเวลาอิสระของเด็กเสมอ เช่น การแปรงฟัน การสวดมนต์ก่อนเข้าชั้นเรียน หรือการอ่านเขียนก่อนเข้าเรียนหรือแม้กระทั่งการทำงานค้างในช่วงเช้า ในหนึ่งชั่วโมงที่ได้พักอย่างอิสระเด็กถูกใช้เวลาไปกับการรับประทานอาหารเพียง 10-15 นาที เพื่อให้มีเวลาได้เล่นอย่างอิสระเพียง 15-20 นาที นอกนั้นเวลาถูกใช้ไปกับกิจกรรมภายในโรงเรียน เมื่อช่วงเวลาพักหายไปทำให้ช่วงเวลาแห่งความสุขของเด็กขาดหายไปเช่นกันเพราะเด็กคือเด็กไม่ใช่ผู้ใหญ่ที่ตัวเล็ก เด็กยังต้องการเวลา

ต้องการเล่น ต้องการเป็นที่ยอมรับของครู ต้องการการเอาใจใส่จากผู้ปกครองและมีอิสระทางความคิด ดังนั้นผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องทั้งหมดควรตระหนักถึงความสำคัญของความสุขของเด็ก การทำให้เด็กมีความสุขให้เหมาะสมตามวัยของเด็ก แต่อย่างไรก็ตามความสุขตามวัยของเด็กไม่ได้เกิดจากผู้เลี้ยงดูเพียงเท่านั้นแต่เกิดจากหลายส่วน ซึ่งผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องกับเด็กทั้งหมดมีบทบาทสำคัญด้วยกันทั้งสิ้น ได้แก่ ผู้ปกครอง ครู ผู้บริหาร ระบบการจัดการศึกษา หลักสูตร ที่จะต้องร่วมกันแก้ปัญหาต่อไป

พ่อแม่ ผู้ปกครอง เป็นบุคคลที่สำคัญที่สุดในการสร้างชีวิตให้กับเด็กคนหนึ่ง ซึ่งการสร้างชีวิตไม่ใช่เพียงแค่ว่าให้เด็กคนนั้นเกิดมา หรือแค่เลี้ยงดูให้ผ่านไปในแต่ละวัน แต่เด็กควรได้รับการดูแลเอาใจใส่จากผู้ปกครอง ได้ อยู่ในครอบครัวที่สมบูรณ์ สำหรับการดูแลเอาใจใส่เด็กนั้นไม่ได้หมายถึงการเลี้ยงดูอย่างไรให้เด็กเรียนเก่งเท่านั้น แต่การดูแลเอาใจใส่ของผู้ปกครองควรดูแลเด็กอย่างครบถ้วนทุกด้าน ทั้งด้านร่างกาย อารมณ์และจิตใจ สังคม และสติปัญญา ไม่ควรเน้นไปที่ด้านในด้านหนึ่ง จะเห็นได้ว่าในปัจจุบันเด็กถูกกำหนดให้ทำกิจกรรมต่างๆ นอกเหนือจากหน้าที่เรียน ทำให้เด็กไม่ได้มีเวลาอิสระของตัวเอง ซึ่งผู้ที่กำหนดและตัดสินใจแทนเด็กคือ ผู้ปกครอง เด็กมีหน้าที่เพียงแค่ว่าทำตามแผนที่ผู้ปกครองสร้างไว้โดยไม่รู้ตัวว่าเด็กมีความสุขหรือไม่ ซึ่งการที่ผู้ปกครองตัดสินใจแทนเด็กนั้นในบางครั้งผู้ปกครองอาจตัดสินใจในทางที่ผิดเพราะยังไม่เข้าใจในบริบทหรือธรรมชาติของความเป็นเด็กพอ ดังนั้น ผู้ปกครองไม่ควรตัดสินใจหรือกำหนดสิ่งต่างๆ ให้เด็กทำจากการตัดสินใจของตัวเองเพียงฝ่ายเดียว แต่ควรคำนึงถึงตัวเด็กด้วยว่าเด็กต้องการสิ่งเหล่านั้นหรือไม่ บางสิ่งบางอย่างเราไม่ควรบังคับเด็กมากเกินไป เราควรให้เด็กได้เติบโตอย่างเหมาะสมตามวัยของเด็กเอง สิ่งที่ผู้ปกครองควรทำคือ ควรใช้เวลาอยู่ร่วมกันหรือทำกิจกรรมร่วมกับเด็ก เช่น พาเด็กไปออกกำลังกาย ปั่นจักรยาน ว่ายน้ำ อ่านหนังสือ นิทาน เป็นต้น การทำกิจกรรมร่วมกันแบบนี้จะทำให้ผู้ปกครองได้เห็นพัฒนาการด้านต่างๆ ของเด็ก ได้รู้ว่าเด็กต้องการอะไร ชอบอะไรไม่ชอบอะไร ที่สำคัญเป็นการกระชับความสัมพันธ์ในครอบครัว ในทางเดียวกันการที่ผู้ปกครองได้ใช้เวลาอยู่กับเด็กนั้น เด็กจะรู้สึกถึงความปลอดภัย การมีคุณค่าและนำมาซึ่งความสุข แม้กระทั่งเรื่องเล็กๆ น้อยๆ ที่สำคัญมากกับเด็กประถมศึกษา เช่น การทำอาหารเข้าให้ทาน เด็กกลุ่มนี้จะมีความสุขกว่าเด็กที่ต้องมาหาอาหารเข้าทานเองที่โรงเรียน นอกจากนี้ผู้ปกครองควรลดความคาดหวังในตัวเด็กให้น้อยลง การคาดหวัง การตั้งเป้าหมายให้เด็กเป็นสิ่งที่ลดทอนความสุขของเด็กอย่างมากถ้าเด็กไม่ได้ต้องการทำในสิ่งนั้นๆ แต่อีกนัยหนึ่ง ถ้าเป็นความต้องการของเด็ก เช่น การขอเรียนพิเศษหลังเลิกเรียนในด้านวิชาการ เรียนร้องเพลงหรือเรียนกีฬา ผู้ปกครองควรสนับสนุนตามความพร้อมของเด็กให้เหมาะสมกับพัฒนาการ

ครูเปรียบเสมือนฟันเฟืองสำคัญที่ใช้ในการขับเคลื่อนการศึกษา ครูจึงมีความสำคัญมากที่สุดรองลงมาจากผู้ปกครอง เนื่องจากเด็กใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่กับครูที่โรงเรียน ครูจึงจำเป็นที่จะต้องมีความรู้ทักษะการสื่อสารเชิงบวก การสื่อสารเชิงบวกช่วยสร้างความสุขให้แก่เด็กทั้งทางตรงและทางอ้อม การมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีระหว่างครูกับเด็ก หรือการที่เด็กรู้สึกได้ถึงการเป็นที่ยอมรับของครู สิ่งเหล่านี้จะทำให้เด็กมีความสุขทั้งหมดล้วนเกิดจากการปฏิบัติของครู รวมทั้งเรื่องการจัดการเรียนการสอน การสอนนั้นทำได้หลากหลายรูปแบบวิธี ครูควรจัดการสอนให้เด็กได้มีส่วนร่วม ให้เด็กได้ปฏิบัติรวมถึงให้เด็กได้มีการสร้างปฏิสัมพันธ์ที่เป็นเชิงบวกร่วมกันทั้งกับครูและเพื่อนในชั้นเรียน การสอนนั้นไม่ได้มีรูปแบบการสอนแบบการบรรยายเพียงอย่างเดียวหรือการสอนนั้นไม่ได้มีแต่ทำแบบฝึกหัดเท่านั้น แต่ครูส่วนใหญ่เน้นพัฒนาเด็กด้านเดียวคือด้านสติปัญญาส่งผลให้เด็กไม่ได้รับ

การพัฒนาในด้านต่างๆ ให้ดีเท่าที่ควร ในแง่ของทางปฏิบัติควรส่งเสริมให้ครูมีความคิดที่ว่าครูสามารถทำได้ ด้วยการสื่อสารเชิงบวกหรือการสร้างสัมพันธเชิงบวกกับเด็กหรือแม้กระทั่งวิธีการสอนต่างๆ ที่ไม่ใช่การสอนแบบบรรยาย มีอีกหลายหลายวิธีที่ส่งเสริมการเรียนรู้เพื่อให้เด็กได้พัฒนาอย่างเป็นองค์รวม คือการพัฒนาเด็กในทุกด้าน ทั้งด้าน ร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญา ซึ่งการพัฒนาด้านสติปัญญาเป็นที่เน้นในทุกโรงเรียน คือการเน้นแต่ด้านวิชาการ เรียนเก่ง เรียนเด่น เรียนเลิศ จะได้รับการยกย่องเชิดชูติดป้ายประดับโรงเรียนเพียงครูปรบมูมมอง ปรับรูปแบบการสอนที่หลากหลายให้ตรงกับวัยของเด็กการเรียนรู้จะเกิดขึ้น ความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างครูกับนักเรียนและเพื่อนในชั้นเรียนเกิดขึ้น ส่งผลให้เด็กมีทัศนคติที่ดีต่อครู เพื่อน และสภาพแวดล้อม เด็กก็จะมีความสุขกับการมาเรียน

ถ้าพูดถึงผู้ที่เกี่ยวข้องกับเด็กนอกจากผู้ปกครองแล้ว ผู้บริหารโรงเรียนมีส่วนสำคัญเช่นกัน การที่เด็กในโรงเรียนประเภทต่างๆ จะมีแนวคิด วิธีการหรือต้นแบบในการปฏิบัติตนเช่นไรขึ้นอยู่กับนโยบายของผู้บริหารโรงเรียนเพราะนโยบายของโรงเรียนเป็นแนวทางที่ให้เด็กได้ปฏิบัติเพื่อให้ไปสู่เป้าหมาย ผู้อำนวยการโรงเรียนควรลดความคาดหวังจากเด็กให้น้อยลงเฉกเช่นเดียวกันกับผู้ปกครอง ผู้อำนวยการโรงเรียนส่วนใหญ่คาดหวังจากคะแนนการทดสอบต่างๆ ที่เป็นการทดสอบระดับชาติ ข้อสอบกลางรวมถึงการอ่านรู้เรื่อง ให้เด็กมีคะแนนอยู่ในระดับดี ดีเด่น ดีเยี่ยม ผู้อำนวยการโรงเรียนควรลดการเปรียบเทียบคะแนนของเด็กแต่ละปีเพื่อลดความกดดันกับครู นอกจากคะแนนสอบแล้วยังมีการประเมินโรงเรียนในโครงการหรือกิจกรรมต่างๆ ที่โรงเรียนได้เข้าร่วม เมื่อใกล้จะถึงเวลาประเมินทั้งครูและเด็กต้องเตรียมความพร้อมด้วยการซ้อมกิจกรรมต่างๆ ในเวลาว่าง ครูไม่มีเวลาสอนอย่างเต็มที่ เด็กไม่มีเวลาพักอย่างเต็มที่ เพื่อแลกกับสิ่งที่ได้มาคือชื่อเสียงของโรงเรียน ซึ่งส่งผลเสียให้ครูเครียดและกดดันเด็กต่อไป ผู้บริหารต้องปรับเปลี่ยนมุมมองในการการชื่นชมนักเรียนที่สอบได้คะแนนเต็ม 100 คะแนน โดยปกติเด็กกลุ่มที่สอบได้คะแนนเต็ม 100 คะแนน จะได้ขึ้นป้ายหน้าโรงเรียน ควรเปลี่ยนเป็นเด็กคนไหนทำความดี หรือมีจิตที่เอื้อต่อประโยชน์ส่วนรวม เด็กกลุ่มนี้ควรได้รับการติดป้ายประกาศบ้าง อีกทางหนึ่งไม่ต้องเชิดชูเด็กที่สอบได้คะแนนดีรวมถึงการดีเลิศในด้านต่างๆ ให้ตัดออกเพราะสิ่งเหล่านี้อาจลดความกดดันที่เกิดในเด็ก ความสุขของเด็กจะได้อีกมากขึ้นเด็กจะได้มาโรงเรียนอย่างมีความสุขตามวิถีของเด็กที่ควรจะเป็น นอกจากนี้ผู้อำนวยการโรงเรียนแต่ละโรงเรียนควรเลือกกิจกรรมที่จะทำให้เกิดกับนักเรียนบางกิจกรรมเพราะบางโรงเรียนรับทุกนโยบายที่กระทรวงศึกษาธิการกำหนดมาทุกนโยบายส่งผลให้เด็กไม่มีเวลาที่จะเล่นอิสระตามวัย เด็กต้องใช้เวลาไปกับ การเข้าแถว การทำความสะอาดตามเขตบริเวณที่ได้รับมอบหมาย การสวดมนต์นั่งสมาธิ แปร่งฟัน ตรวจเล็บตรวจผม การตรวจเครื่องแต่งกายและอื่นๆ อีกมากมาย จากที่กล่าวมาข้างต้นนั้น ไม่ได้จะกล่าวว่าสิ่งที่มีอยู่นั้นไม่ดี แต่ควรจะมีวิธีการใดวิธีการหนึ่งที่ช่วยลดเวลาที่ผู้ใหญ่ยึดเยียดให้เกิดแก่เด็กให้เด็กได้มีเวลาอิสระของตนเองบ้าง มองในมุมที่เด็กจะต้องเติบโตเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศผู้ใหญ่ไม่ควรเห็นแก่ตัวนึกถึงแต่ประโยชน์ของตนเองเป็นหลักโดยปล่อยช่วงเวลาที่สำคัญของเด็กผ่านไป 6 ปี อย่างไรก็ตามและไม่น่าจดจำ

หลักสูตรที่ใช้ในปัจจุบันคือ หลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พุทธศักราช 2551 เมื่อพิจารณาจากตัวหลักสูตรแล้ว เด็กในวัยเรียนจะได้รับการพัฒนาอย่างครบทุกด้านทั้งด้านร่างกาย อารมณ์และจิตใจ สังคม และสติปัญญา ที่ถูกจัดอยู่ในกลุ่มสาระทั้ง 8 กลุ่มสาระ ได้แก่ กลุ่มสาระการเรียนรู้คณิตศาสตร์ กลุ่ม

สาระการเรียนรู้ภาษาไทย กลุ่มสาระการเรียนรู้วิทยาศาสตร์ กลุ่มสาระการเรียนรู้สังคมศึกษา ศาสนา และวัฒนธรรม กลุ่มสาระการเรียนรู้สุขศึกษาและพลศึกษา กลุ่มสาระการเรียนรู้ภาษาต่างประเทศ กลุ่มสาระการเรียนรู้ศิลปะ กลุ่มสาระการเรียนรู้การงานอาชีพและเทคโนโลยี และได้มีการกำหนดน้ำหนักของแต่ละวิชาว่า ควรเรียนกี่ชั่วโมงต่อสัปดาห์ แต่เมื่อหลักสูตรแกนกลางการศึกษาขั้นพื้นฐาน พ.ศ.2551 ถูกนำไปปรับใช้ตามบริบทของแต่ละสถานศึกษา โครงสร้างของแต่ละวิชาถูกปรับเปลี่ยนไปตามบริบทของสถานศึกษาด้วยเช่นกัน เช่น บางโรงเรียนที่ผู้บริหารโรงเรียนเน้นด้านวิชาการเป็นหลักจึงปรับให้มีชั่วโมงเพิ่มเติมขึ้น เพื่อยกระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนหรือเพื่อตอบสนองนโยบายของรัฐบาล จากเดิมที่เด็กต้องเรียน 6 ชั่วโมงต่อวันกลายเป็น 7 ชั่วโมง ในขณะที่เด็กบางคนต้องเรียนเพิ่มเติมตามหลักสูตรสถานศึกษากำหนดแต่เด็กบางคนได้วิ่งเล่นกับเพื่อนอย่างอิสระ เห็นได้ว่าเวลาอิสระหรือเวลาพักของเด็กถูกขโมยโดยผู้ใหญ่นั่นเอง ดังนั้น การจัดทำหลักสูตรสถานศึกษา คณะผู้จัดทำควรคำนึงถึงพัฒนาการของผู้เรียนเป็นสำคัญและทักษะที่จำเป็นของเด็กในวัยเรียนมากกว่าความต้องการของผู้ใหญ่ที่ต้องการให้เด็กเป็นไป

ระบบการศึกษาเปรียบเสมือนร่มใหญ่ที่กางออกแล้วครอบคลุมเป็นร่มเงาให้แก่การศึกษา เท่าที่ทราบกันดีว่าผู้อำนวยการโรงเรียน ครู ผู้ปกครองและหลักสูตรล้วนอยู่ภายใต้ของระบบการศึกษา ระบบการจัดการศึกษาจึงเป็นอีกส่วนสำคัญที่มีบทบาทในการขับเคลื่อนความสุขของเด็ก เพราะระบบการศึกษานั้นจะเป็นตัวกำหนดแนวทางในการทำงานมาพร้อมกับภาระหน้าที่ของครู ผู้บริหารโรงเรียนและผู้ปกครองที่ต้องร่วมกันในการพัฒนาเด็ก ระบบการจัดการศึกษาของประเทศไทยค่อนข้างให้ความสำคัญกับคะแนนสอบต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นการสอบวัดความสามารถการอ่านของเด็ก (RT: Reading Test) ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 การสอบประเมินคุณภาพการศึกษาขั้นพื้นฐาน (NT: National Test) ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 การประเมินคุณภาพการศึกษาขั้นพื้นฐาน ระดับเขตพื้นที่การศึกษา ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 2 และในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 การทดสอบทางการศึกษาระดับชาตินิยมสามัญ (O-NET: Ordinary National Educational Test) ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 จากการทดสอบทั้งหลายเหล่านี้ส่งผลให้โรงเรียนเน้นความสำคัญของคะแนนสอบของเด็ก เมื่อเป้าหมายในการจัดการศึกษาเปลี่ยนไป ผู้บริหารต่างคาดหวังกับผลสอบของนักเรียน ทำให้การจัดการเรียนการสอนของครูเปลี่ยนแปลงไปด้วย จากการสอนเพื่อให้เด็กได้เรียนรู้และนำไปใช้กลายเป็นการเรียนเพื่อการนำไปสอบ ผู้ปกครองคาดหวังกับผลสอบของลูกจึงต้องสนับสนุนให้ลูกได้เรียนพิเศษ หลังเลิกเรียนหรือเรียนในช่วงวันหยุดเสาร์อาทิตย์ จึงไม่เป็นที่น่าแปลกใจว่าเพราะเหตุใดครู ผู้ปกครอง และผู้บริหารจึงเน้นพัฒนาการด้านสติปัญญามากกว่าการพัฒนาในส่วนอื่น เพราะระบบการจัดการศึกษาต้องการวัดคุณภาพการศึกษาจากผลสอบนั่นเอง จากสาเหตุเหล่านี้ส่งผลกระทบต่อตัวเด็กโดยตรง จากที่เด็กต้องได้เล่น ได้พัก ได้รับการพัฒนาอย่างเหมาะสมกับวัย กลับกลายเป็นเด็กไม่ได้พักเพราะต้องอ่านหนังสือในช่วงเวลาว่างเพื่อเตรียมสอบ ไม่ได้วิ่งเล่นกับเพื่อนหลังเลิกเรียนเพราะต้องไปเรียนพิเศษ เด็กๆ เหล่านี้ต่างสูญเสียเวลาแห่งความสุขของตัวเองเพียงเพราะต้องทำให้ผู้ใหญ่มีความสุขกับผลคะแนนเท่านั้น นอกจากนี้ระบบยังสร้างนโยบายหรือกิจกรรมต่างๆ ให้แก่โรงเรียนเมื่อผู้บริหารโรงเรียนรับนโยบายไป ครูต้องปฏิบัติตามสิ่งที่ได้รับมา สิ่งเหล่านั้นล้วนลงมาที่เด็ก เด็กคือผู้ที่รับกรรมและโชคร้ายที่สุดเพียงเพราะนโยบายของผู้ใหญ่ที่เปลี่ยนไปมา เพราะระบบการศึกษาของประเทศไทยไม่นิ่งเปลี่ยนขึ้นลงตามผู้บริหารหรือหัวหน้า ส่งผลให้เด็กเกิดความ

สับสนในแต่ละกิจกรรม กิจกรรมเก่าที่มีกินเวลาที่มีในโรงเรียนไปมากแล้วเมื่อกิจกรรมใหม่เข้ามากิจกรรมเก่าไม่ได้นำออกไป ทำให้เด็กรู้สึกถึงความเหนื่อยล้า เกิดความท้อแท้ทั้งจากกิจกรรมต่างๆ ในโรงเรียนที่มากเกินไป รวมถึงการสอบที่ระบบการศึกษาของไทยใช้ในการชี้วัดความสำเร็จ トラบใดที่ระบบการศึกษายังชี้วัดความสำเร็จจากค่าของคะแนนสอบ คำว่า ความสุข คงหายไปจากเด็กในเร็ววันนี้ ดังนั้นหากระบบการศึกษาจะมีการปรับการวัดคุณภาพการศึกษาโดยคำนึงถึงความเหมาะสมตามพัฒนาการของเด็ก ลด ละ เลิกการประเมินที่ต้องเกิดการเปรียบเทียบ อาจจะทำให้เด็กมีความสุขมากกว่าที่เป็นอยู่

การศึกษาของเด็กไทยในปัจจุบันถ้าเปรียบเทียบกับเส้นเลือดในร่างกายคงเปรียบได้กับเส้นเลือดที่มีระบบไหลเวียนไม่สมบูรณ์เพราะไหลไปรวมในบางจุดในร่างกายมากเกินไปส่งผลให้เกิดภาวะเส้นเลือดอุดตัน ทำให้ระบบในร่างกายทำงานไม่ปกติ เด็กไทยในวัยเรียนเช่นกันเมื่อถูกเน้นในบางเรื่องที่มาเกินไปโดยเฉพาะการส่งเสริมด้านสติปัญญาที่เน้นวิชาการ ทำให้ด้านอื่นๆ ของเด็กเกิดปัญหาและขาดภาวะทางด้านต่างๆ รวมถึงสูญเสียเวลาอันมีค่าถึงเวลาแล้วที่ทุกฝ่ายจะร่วมมือกันเพื่อแก้ไขปัญหาเส้นเลือดอุดตันนี้ให้กลับมามีระบบที่ไหลเวียนแบบปกติ การขยายผลการวิจัยที่จะนำไปสู่การปฏิบัตินั้นควรที่จะขับเคลื่อนโดยการประสานความร่วมมือกับทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องกับสิ่งแวดล้อมรอบตัวเด็ก ซึ่งกระบวนการบางอย่างที่ควรขับเคลื่อนจะเกี่ยวข้องกับตัวของระบบของการจัดการศึกษา หลักสูตร ผู้อำนวยการโรงเรียน พ่อแม่ผู้ปกครอง ครูและสื่อต่างๆ ทั้งนี้ต้องมีเป้าหมายร่วมกันที่ชัดเจน การที่จะร่วมกันพัฒนาเด็กนั้นต้องพัฒนาเด็กอย่างเป็นองค์รวมโดยพัฒนาตามทฤษฎีพัฒนาการ คือพัฒนาเด็กทั้ง 4 ด้าน ทั้งร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา บางอย่างที่สำคัญในชีวิตของเด็กมันหายไป อาจสร้างความตระหนักรู้ให้แก่ ครู ผู้ปกครอง ผู้อำนวยการโรงเรียนเพราะช่วงเวลาที่อยู่ในโรงเรียนประถมศึกษาใช้เวลาถึงหกปีเด็กควรได้รับสิทธิอะไรบ้าง ไม่ใช่ปล่อยให้เด็กเสียเวลาไปกับอะไรที่ไม่ได้เกิดประโยชน์กับการพัฒนาตนเองซึ่งจากผลการวิจัยบอกออกมาเกี่ยวกับสติปัญญาทั้งหมดทั้งระบบหรือทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้องกับนักเรียนเน้นแต่เรื่องวิชาการ แสดงให้เห็นว่าเด็กยังได้รับการเน้นเพียงด้านเดียวซึ่งมันคือการสูญเสียและเสียโอกาสมากสำหรับเด็ก ประเด็นที่อยากจะนำเสนอเพื่อเป็นแนวทางในการแก้ไขปัญหาประเด็นดังต่อไปนี้

1. เด็กใช้เวลาทั้งในห้องเรียนและนอกห้องเรียนไปกับวิชาการ นี่คือผลกระทบมาจากนโยบาย ระบบการจัดการศึกษา ที่ผู้บริหารและครูต้องรับนโยบายต่างๆ มาใช้ในโรงเรียนเพื่อตอบสนองนโยบายนั้นๆ ทำให้การเรียนในโรงเรียนเป็นบรรยากาศการเรียนแบบเน้นวิชาการ การจัดการเรียนการสอนมีรูปแบบที่เปลี่ยนไป โดยเปลี่ยนจากการเรียนตามรูปแบบวิธีต่างๆ เป็นการเรียนแบบตัวข้อสอบ ซึ่งไม่ใช่จุดประสงค์ที่แท้จริงของการสอบเพื่อวัดผล หรือเพื่อประเมินคุณภาพ หากผลคะแนนออกมาไม่ดี นั่นหมายความว่าจัดการเรียนการสอนของโรงเรียนที่ผู้บริหารดูแลอยู่นั้นยังไม่ดีพอ หรือการสอนของครูยังไม่สามารถพัฒนาผู้เรียนได้อย่างเต็มที่ ดังนั้น ผู้บริหารและครูควรร่วมกันวางแผนในการพัฒนาการจัดการเรียนการสอนให้ไปในทิศทางที่ถูกต้อง วิเคราะห์หาสาเหตุที่แท้จริงว่าผลที่ได้เกิดจากอะไร และร่วมกันพัฒนาเด็กอย่างถูกต้อง เพราะการตีอย่างเข้มเพื่อไปสอบไม่ใช่จุดประสงค์ที่แท้จริงของการประเมินคุณภาพ นอกจากผู้บริหารและครูแล้ว ผู้ปกครองเป็นอีกปัจจัยหนึ่งที่ส่งเสริมให้เด็กได้เรียนเพิ่มเติมในวิชาต่างๆ เพราะผู้ปกครองค่อนข้างคาดหวังกับผลการเรียนของเด็ก เมื่อเด็กได้เรียนในห้องเรียนผู้ปกครองอาจคิดว่าการเรียนในห้องเรียนไม่เพียงพอ จึงนำลูกหลานไปเรียน

พิเศษต่อเพิ่มเติม นี่เป็นสิ่งหนึ่งที่เป็นการทำร้ายเด็กจากความหวังดีของผู้ใหญ่ หากพ่อแม่ ครู และผู้บริหารลองปรับทัศนคติและเล็งเห็นถึงจุดประสงค์ที่แท้จริงของการจัดการศึกษาในระดับประถมศึกษาชั้นนั้น จะเห็นได้ว่าทักษะพื้นฐานที่สำคัญที่เด็กในวัยเรียนจะต้องทำได้คืออ่านออก เขียนได้ คิดเลขเป็น เมื่อผู้บริหารและครูเข้าใจจุดประสงค์สำคัญและช่วยกันแก้ไขอย่างเป็นระบบ ไม่รับนโยบายเกินความจำเป็น ส่งเสริมให้ครูได้สอนเด็กอย่างเต็มที่ เด็กได้เรียนอย่างมีความสุข และไม่มีภาระจำเป็นต้องเรียนวิชาการเพิ่มเติมอีก

2. เพิ่มเวลาอิสระให้กับเด็ก การเพิ่มเวลาอิสระให้กับเด็กโดยการลดช่วงเวลาบางช่วงเวลาที่ไม่สำคัญ ได้ปล่อยให้เด็กได้เล่นอย่างอิสระตามจินตนาการที่เหมาะสมตามวัยของเด็กเอง มีการให้เวลาเด็กได้พักระหว่างชั่วโมงเรียนลดความเครียดเพิ่มความสุขให้กับเด็ก นอกจากนี้เวลาหลังเลิกเรียนควรเป็นเวลาที่เด็กได้พัฒนาทักษะด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจและสังคม ให้เด็กได้เล่นกับเพื่อนๆ หรือผู้ปกครอง ผู้ปกครองต้องให้เวลากับเด็กทั้งการทำกิจกรรมร่วมกันและให้เด็กได้มีเวลาอิสระของตนเองเพราะการที่เด็กได้เล่นอย่างอิสระนั้นช่วยส่งเสริมทักษะด้านต่างๆ เช่น ทักษะการแก้ปัญหา ทักษะการปรับตัวและทักษะด้านสังคม นโยบาย “ลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้” เป็นนโยบายที่ดีที่ต้องการให้เด็กได้เรียนวิชาการน้อยลงและเพิ่มทักษะอื่นๆ ให้มากขึ้น แต่ในการปฏิบัติจริงนโยบายไม่เกิดประโยชน์อย่างแท้จริง เพราะโครงสร้างของหลักสูตรยังคงเท่าเดิม แต่มีชั่วโมงลดเวลาเรียน เพิ่มเวลารู้ เพิ่มขึ้นมา ทำให้หลายโรงเรียนไม่ประสบความสำเร็จตามนโยบาย เพราะนำเวลาในชั่วโมงนี้ไปใช้ในการสอนเพิ่มเติมหรือเรียกว่าสอนซ่อมเสริม ผลที่ได้จึงตรงกันข้ามจากที่ต้องการให้เด็กเรียนน้อยลงมีความสุขมากขึ้น กลับทำให้เด็กมีภาระมากขึ้นและความสุขน้อยลง

3. อาหารเช้า อาหารเช้า คือ อาหารมื้อสำคัญที่เด็กทุกคนควรได้รับประทานและควรเป็นอาหารเช้าที่มีคุณค่าครบถ้วนที่ได้รับการจัดเตรียมให้ครบ 5 หมู่ ไม่ควรเป็นอาหารเช้าที่เร่งรีบ จำพวกบะหมี่กึ่งสำเร็จรูปหรืออาหารกระป๋องต่างๆ เพราะการที่เด็กได้รับคุณค่าจากอาหารเช้าที่รับประทานมานั้นส่งผลให้เด็กทำกิจกรรมต่างๆ ในโรงเรียนได้อย่างมีความสุขมากกว่าเด็กที่ไม่ได้รับประทานอาหารเช้ามาโรงเรียน ดังนั้นเรื่องอาหารเช้าของเด็กเป็นหน้าที่ของผู้ปกครองที่ต้องดูแลและใส่ใจแต่ปัญหาที่พบคือบางครอบครัวผู้ปกครองต้องทำงานไม่มีเวลาที่จะดูแลในเรื่องนี้และที่สำคัญไม่มีเงินพอที่จะให้ความสำคัญกับเรื่องการรับประทานอาหารเช้า ดังนั้นควรมีการจัดการจากระบบการศึกษาที่เป็นระบบใหญ่จัดตั้งนโยบายดูแลเรื่องอาหารเช้า เช่น โครงการอาหารเช้าเพื่อเด็ก ซึ่งในปัจจุบันเริ่มมีกองทุนที่เล็งเห็นปัญหาของเด็กและความสำคัญของอาหารเช้าแต่โครงการนี้เป็นเพียงจุดเริ่มต้นเล็กๆ ที่จัดให้แก่เด็กที่เป็นปัญหาเพียงกลุ่มเดียวเท่านั้น ดังนั้นควรมีหน่วยงานหรือกองทุนสนับสนุนโครงการอาหารเช้าเพื่อเด็กไทยเพื่อให้เด็กได้มีโอกาสได้รับประทานอาหารเช้าที่เป็นส่วนสำคัญในการพัฒนาด้านร่างกายและสมองพร้อมที่จะเรียนรู้ได้อย่างมีความสุขต่อไป

4. การสร้างปฏิสัมพันธ์เชิงบวกกับเด็กควรสร้างทั้งครูและผู้ปกครอง ครูเป็นบุคคลที่เด็กให้ความสำคัญรองจากพ่อแม่ผู้ปกครอง ดังนั้น เด็กที่ได้รับปฏิสัมพันธ์เชิงบวกจากครู เช่น การรับฟัง การพูดด้วยวาจาที่ไพเราะรวมทั้งการได้รับความเห็นใจจากครู จะทำให้เด็กมีความสุข ครูจึงควรปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการแสดงออกต่อเด็ก โดยการใช้ถ้อยคำที่เป็นวาจาเชิงบวก ไม่เปรียบเทียบเด็กกับคนอื่นฯ และไม่ใช้ความรุนแรงพฤติกรรมเหล่านี้จะทำให้เด็กรู้สึกไวใจและรู้สึกอบอุ่น ในทางเดียวกันผู้ปกครองยังต้องใส่ใจเด็กให้มากยิ่งขึ้น ทั้ง เรื่องเพื่อน เรื่องการเรียน พยายามหาเวลา แบ่งเวลา หรือจัดเวลาให้กับครอบครัว ทำให้เด็กรู้สึกว่าเขา

ไม่ได้เผชิญกับปัญหาต่างๆ เพียงคนเดียว ไม่ควรปล่อยเด็กไว้กับเทคโนโลยีมากเกินไป เพราะนอกจากจะทำให้เกิดช่องว่างระหว่างพ่อแม่ผู้ปกครองแล้วยังส่งผลให้เด็กเกิดความก้าวร้าวมากขึ้นอีกด้วย ผู้ปกครองและครูควรยึดถือตัวเด็กเป็นสำคัญ สนับสนุนเด็กให้ได้รับการพัฒนาอย่างเป็นองค์รวม โดยการพัฒนาทั้ง 4 ด้าน คือด้านร่างกาย อารมณ์และจิตใจ สังคม และสติปัญญา

รายการอ้างอิง

- กระทรวงศึกษาธิการ (2542). พระราชบัญญัติการศึกษาแห่งชาติ. กรุงเทพฯ : โรงพิมพ์คุรุสภาลาดพร้าว.
- กิตติพัฒน์ ดามาพงศ์. (2559). ความสุข ความพึงพอใจ ต่อความผูกพันของบุคลากรที่มีต่อสำนักงาน
กองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.). (สารนิพนธ์รัฐศาสตรมหาบัณฑิต),
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ชุตินา พงศ์วรินทร์. (2554). ความสุขของนิสิตนักศึกษาในบริบทพุทธธรรม : การศึกษาข้อมูลเชิงประจักษ์และ
พัฒนามาตรวัด. (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทศึกษาศาสตร์), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ณัฐภา วรระวีโรจน์. (2561). ความสุขของเด็กปฐมวัย. Retrieved from
<http://164.115.41.60/excellencecenter/?p=271&fbclid=IwAR3xthcAzqvKzOfReoPS2Go1cYYG0PFlkHOSZ68J1xjwp5qrNBribul06to#more-271>
- ณัฐภา เผ่าทวี. (2561). THE HAPPYNESS MANUAL พลวัตกิจกรรมความสุข. กรุงเทพฯ: แชลมอน.
- นิเวศน์ เหมวชิรวรากร. (2560). ศาสตร์แห่งความสุข. กรุงเทพฯ: รุ่งกิจ.
- ปัทมา ทองสม. (2554). การพัฒนาดัชนีชี้วัดความสุขในการเรียนของนักศึกษาหลักสูตรพยาบาลศาสตรบัณฑิต
สังกัดกระทรวงสาธารณสุข. วารสารการพยาบาลและการศึกษา, 4(1), 88-111.
- ภูริต โสภณคณาภรณ์. (2555). การพัฒนากระบวนการเรียนรู้ของชุมชนเพื่อสร้างชุมชนแห่งความสุข.
(วิทยานิพนธ์ปริญญาโทศึกษาศาสตร์), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- มองมุมใหม่การเล่นคืองานของเด็ก. (2551). วงการครูและผู้ปกครอง(และบุคลากรทางการศึกษา), 5(58).
- ยศวีร์ สายฟ้า. (2557). รอยเชื่อมต่อการเรียนรู้ระหว่างชั้นเรียนอนุบาลและประถมศึกษา: ก้าวย่างที่สำคัญของ
เด็กประถมศึกษา. วารสารครุศาสตร์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 42(3)
- ยศวีร์ สายฟ้า. (2559). การประถมศึกษาสำหรับประเทศไทยภายหลังปี ค.ศ. 2015. วารสารครุศาสตร์
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 44(1), 169-185.
- อมร แยมประทุม. (2559). ความสำคัญของการเล่นต่อพัฒนาการในเด็ก. วารสารสมาคมเวชศาสตร์ป้องกัน
แห่งประเทศไทย, 6(3).
- วนิษา เรช. (2553). เล่นให้เป็นอัจฉริยะ. บริษัท ฐานการพิมพ์ จำกัด: บริษัท สมองดีกับหนูดี จำกัด.
- วินิตา แก้วเกื้อ. (2554). การพัฒนาโมเดลเชิงสาเหตุความสุขของนักเรียน : การวิเคราะห์กลุ่มพหุ (วิทยานิพนธ์
ปริญญาโทศึกษาศาสตร์), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วิภาวี วงศ์อนันต์นนท์. (2553). วงการครูและผู้ปกครอง(และบุคลากรทางการศึกษา), 7(78).
- ศิริกุล อิศรานุรักษ์. (2549). พัฒนาการด้านอารมณ์และสังคมของเด็กวัย 6-12 ปี. วารสารสาธารณสุขและการ
พัฒนา, 4(2).
- ศรีวิไล เขาวนปรีชา. (2550). การศึกษาพฤติกรรมความสุขของเด็กปฐมวัยโดยใช้กิจกรรมคุณค่าเพื่อชีวิต.
(วิทยานิพนธ์ปริญญาโทศึกษาศาสตร์), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

- ศุภสุตา สุขเจริญผล. (2554). มโนทัศน์ความสุขของเด็กไทย (วิทยานิพนธ์ปริญญาโทบริหารธุรกิจ), จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- หนุ่มเมืองจันท์. (2561). ทฤษฎีความสุข. มติชน.
- สถาบันวิจัยประชากรและสังคม (2557). รายงานวิจัยโครงการพัฒนาระบบเฝ้าระวังติดตามพฤติกรรมด้านกิจกรรมทางกายของประชากรไทย รอบที่ 3 พ.ศ. 2557. นครปฐม: มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ไสรยา ชัชวาลานนท์และคณะ. (2560). คู่มือสำหรับพ่อแม่เพื่อเผยแพร่ความรู้ด้านการดูแลและพัฒนาเด็กตอนต้น เด็กวัยเรียน 6-12 ปี. ราชวิทยาลัยกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย สมาคมกุมารแพทย์แห่งประเทศไทย.
- สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.).(2560). *ออกมาเล่น แอดทีฟ 60 นาทีทุกวัน*. กรุงเทพฯ: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.).
- สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. (2560). แผนการศึกษาแห่งชาติ พ.ศ.2560 – 2579. กรุงเทพฯ: บริษัทพริกหวานกราฟฟิก จำกัด.
- สำนักนายกรัฐมนตรี. (2560). *ยุทธศาสตร์ชาติระยะ 20 ปี (พ.ศ. 2560 – 2579)*.
- อรชา ตูลานนท์ และสมพงษ์ จิตระดับ. (2551). พัฒนาการนำผู้สู้อการเลี้ยงดูลูกหลาน. กรุงเทพมหานคร: บริษัทธรรมดาเพรส จำกัด.
- Australian Government Department of Health and Ageing. (2009). *Get Up & Grow: healthy eating and physical activity for early childhood*. Canberra: Australian Government Department of Health and Ageing.
- Berk, L. E., Mann, T. D., & Ogan, A. T. (2006). Make-believe play: Wellspring for development of self-regulation. In D. G. Singer, R. M. Golinkoff, & K. Hirsh-Pasek (Eds.), *Play = learning: How play motivates and enhances children's cognitive and social emotional growth* (pp. 74 -100). New York: Oxford University Press.
- Bodrova, E., & Leong, D. J. (2003). The importance of being playful. *Educational Leadership*, 63(1), 44-47.
- Bowman, B., Donovan, M. S., & Burns, S. (Eds.). (2001). *Eager to learn: Educating our preschoolers* (National Research Council, Committee on Early Childhood Pedagogy Report. Washington, DC: National Academic Press.
- Bunker, L. K. (1991). The role of play and motor skill development in building children's self-confidence and self-esteem. *Elementary School Journal*, 91(4), 67-71.
doi:10.1086/461669
- Brockman, R., Jago, R., & Fox, K. R. (2010). The contribution of active play to the physical activity of primary school children. *Preventive Medicine*, 51(1), 144-147.
doi:10.1016/j.ypmed.2010.05.012

- Davies, R., & Hamilton, P. (2018). Assessing learning in the early years' outdoor classroom: examining challenges in practice. *Education 3-13*, 46(1), 117.
doi:10.1080/03004279.2016.1194448
- Helliwell, J. F., Layard, R., & Sachs, J. D. (2018). *World Happiness Report*. . New York: Sustainable Development Solutions Network.
- Hills, P., & Argyle, M. (2001). The Oxford Happiness Questionnaire: a compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and Individual Differences*, 33(2002), 1073-1083.
- Holer, M. D., Coleman, B., & Wallace, J. M. (2010). Spirituality, religiousness, and happiness in children aged 8 – 12 years. *Journal Happiness Study*, 11: 131-150.
- Holder, M. D., & Klassen, A. (2010). Temperament and Happiness in Children. *Journal of Happiness Studies*, 11(4), 419–439. <https://doi.org/10.1007/s10902-009-9149-2>
- Hunter, T., & Walsh, G. (2014). From Policy to Practice?: The Reality of Play in Primary School Classes in Northern Ireland. *International Journal of Early Years Education*, 22(1), 19-36.
- Goldstein, J. (2012). *Play in children's development, health and well-being*. Brussels: Toy Industries of Europe.
- Liew, J., & McTigue, E. M. (2010). Educating the whole child: The role of social and emotional development in achievement and school success. In L. E. Kattington (Ed.), *Handbook of Curriculum Development* (pp. 465 - 478). Hauppauge, NY: Nova Sciences Publishers, Inc.
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H. (1999). A measure of subjective happiness: Preliminary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46, 137-155.
- Jago, R., Solomon-Moore, E., Toumpakari, Z., Lawlor, D. A., Thompson, J. L., & Sebire, S. J. (2018). Parents' perspectives of change in child physical activity & screen-viewing between Y1 (5-6) & Y4 (8-9) of primary school: implications for behaviour change. *BMC Public Health*, 18(1), N.PAG. doi:10.1186/s12889-018-5445-2
- Lersilp, S., Putthinoi, S., Chakpitak, N., & Pananpang, T. (2016). Personal and Environmental Well-being of Children in a Thai Suburban Community. *Procedia Environmental Sciences*, 36, 57–60. <https://doi.org/10.1016/j.proenv.2016.09.011>
- López-Pérez B., & Wilson E. L. (2015). Parent-child discrepancies in the assessment of children's and adolescents' happiness. *Journal of Experimental Child Psychology*, 139. doi: 10.1016/j.jecp.2015.06.006

- Pearson, C. (2018). Why Is Singapore the Happiest Country in Asia? Retrieved from <https://theculturetrip.com/asia/singapore/articles/why-is-singapore-the-happiest-country-in-asia/?fbclid=IwAR14hLrhLPHphoJCEhKsDJVtY5OGg4PlycR4XWVvOoyiudhyhXODU4AduqA>
- Pollak, S. D., & Sinha, P. (2002). Effects of early experience on children's recognition of facial displays of emotion. *Developmental Psychology*, 38, 784–791.
- Sheldon, K. M., & Lyubomirsky, S.
- Rukumnuaykit, P., & Pholphirul, P. (2016). Happiness from social capital: An investigation from micro data in rural Thailand. *Community Development*, 47(4), 562–573. <https://doi.org/10.1080/15575330.2016.1206584>
- Shnokoff, J., Phillips, D. A. (2000). *From neurons to neighborhoods: The science of early childhood development*. Washington, DC: National Academic Press.
- Smilansky, S., & Shefatya, L. (1990). *Facilitating play: A medium for promoting cognitive, socio-emotional, and academic development in young children*. Gaithersburg, MD: Psychological and Educational Publications.
- Somboonsook, B., Yiengprugsawan, V., Sleight, A. C., & Seubsman, S. (2012). Happiness, Mental Health, and Socio-Demographic Associations Among a National Cohort of Thai Adults. Retrieved from <http://ezproxy.car.chula.ac.th/login?url=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=edsair&AN=edsair.od.....908..0a85632d83502ecde525ca301801d092&site=eds-live>
- Soto, C. J. (2015). Is Happiness Good for Your Personality? Concurrent and Prospective Relations of the Big Five With Subjective Well-Being. *Journal of Personality*, 83(1), 45–55. <https://doi.org/10.1111/jopy.12081>
- Varea, V. (2018). Exploring play in school recess and physical education classes. *European Physical Education Review*, 24(2), 194. doi:10.1177/1356336X16679932
- Wood, C., & Hall, K. (2015). Physical education or playtime: which is more effective at promoting physical activity in primary school children?. *BMC Research Notes*, 812. doi:10.1186/s13104-015-0979-1
- Vasoontara Yiengprugsawan, Sam-ang Seubsman, Wakako Takeda, Adrian C. Sleight, Cathy Banwell, & Jane Dixon. (2014). Health, Happiness and Eating Together: What Can a Large Thai Cohort Study Tell Us? <https://doi.org/10.5539/gjhs.v7n4p270>

Zacharias, J., Zhen, B., Han, X., & Huang, Y. (2017). Local environment and social factors in primary school children's afterschool commute in China. *Preventive Medicine Reports*, doi:10.1016/j.pmedr.2017.06.012

ภาคผนวก

แบบสำรวจระดับคุณภาพปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน
สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา

คำชี้แจง (ครูสามารถอ่านหรืออธิบายคำชี้แจงให้นักเรียนฟังได้)

1. ผู้ตอบแบบสอบถาม คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
2. แบบสอบถามฉบับนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยที่มีผลต่อการมีความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน โดยแบ่งประเด็นข้อคำถามออกเป็น 3 ตอน ได้แก่
ตอนที่ 1 การสำรวจข้อมูลพื้นฐานของนักเรียน
ตอนที่ 2 การสำรวจกิจวัตรประจำวันของนักเรียน
ตอนที่ 3 การสำรวจการทำกิจกรรมของนักเรียนในแต่ละวัน
ตอนที่ 4 การสำรวจปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของนักเรียน
3. กรณีที่นักเรียนมีความไม่สบายใจในการให้ข้อมูลในข้อคำถามข้อใด นักเรียนมีสิทธิ์ที่จะไม่ให้ข้อมูลและสามารถข้ามข้อคำถามข้อนั้นไปได้

ตอนที่ 1 การสำรวจข้อมูลพื้นฐานของนักเรียน

คำชี้แจง โปรดใส่เครื่องหมาย ลงในช่อง หรือเขียนคำตอบที่ตรงกับข้อมูลของนักเรียน

1. ฉันเป็นเพศ ชาย หญิง
2. ฉันเป็นลูก คนเดียว ลูกคนโต ลูกคนกลาง ลูกคนเล็ก
3. ฉันอาศัย อยู่กับพ่อและแม่ อยู่กับพ่อ อยู่กับแม่ อยู่กับปู่ย่า/ตายาย
 อยู่กับบุคคลอื่นๆ โปรดระบุ
4. บ้านที่ฉันอาศัยอยู่นั้น พ่อแม่เป็นเจ้าของบ้านเอง คนอื่นเป็นเจ้าของบ้าน
5. บ้านของฉัน มีที่ให้วิ่งเล่น ไม่มีที่ให้วิ่งเล่น
6. เวลาอยู่บ้าน ฉันมีเพื่อนเล่นด้วย ฉันไม่มีเพื่อนเล่นด้วย
7. ที่บ้านของฉัน ฉันมีของเล่นที่เป็นของตัวเอง ฉันไม่มีของเล่นเป็นของตัวเองเลย
8. ที่บ้านของฉัน มีพี่เลี้ยงที่ไม่ใช่สมาชิกในครอบครัวคอยดูแลฉัน
 ไม่มีพี่เลี้ยงที่ไม่ใช่สมาชิกในครอบครัวคอยดูแลฉัน
9. เมื่อฉันอยู่บ้าน ฉันมีหน้าที่ช่วยเหลือครอบครัว (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
 ช่วยทำงานบ้าน ช่วยค้าขาย ช่วยทำไร่นาทำสวน
 ช่วยดูแลคนในบ้าน ช่วยทำงานรับจ้างทั่วไป
 ช่วยงานหน้าที่อื่นๆ โปรดระบุ
10. ฉันอยากเรียนให้ถึงระดับชั้น
 ประถมศึกษา มัธยมศึกษา สูงกว่ามัธยมศึกษา
11. ทุกวันนี้ ฉันได้เงินไปโรงเรียนวันละ บาท

12. ทุกวันนี้ ฉันได้รับประทานอาหาร (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- | | | |
|------------|-------------------------------|----------------------------------|
| มือเช้า | <input type="checkbox"/> อิ่ม | <input type="checkbox"/> ไม่อิ่ม |
| มือกลางวัน | <input type="checkbox"/> อิ่ม | <input type="checkbox"/> ไม่อิ่ม |
| มือเย็น | <input type="checkbox"/> อิ่ม | <input type="checkbox"/> ไม่อิ่ม |

ตอนที่ 2 การสำรวจกิจวัตรประจำวันของนักเรียน

คำชี้แจง โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง หรือเขียนคำตอบที่ตรงกับข้อมูลของนักเรียน

13. ในทุกๆ วัน ฉันนอนเพียงพอ ฉันนอนไม่เพียงพอ
14. ปกติฉัน ตื่นเช้า ตื่นสาย
15. ฉันมาถึงโรงเรียน ก่อนโรงเรียนเข้า ตอนโรงเรียนเข้า หลังโรงเรียนเข้า
16. ฉันใช้เวลาในการเดินทางจากบ้านมาถึงโรงเรียน
- แปปเดียว (ไม่ถึง 15 นาที)
 - ค่อนข้างนาน (15 นาที – 60 นาที)
 - นานมากๆ (มากกว่า 60 นาที)
17. ฉันเดินทางมาโรงเรียนโดย (เลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)
- ผู้ปกครองมาส่ง คนอื่นมาส่ง มาเอง
18. ฉันเดินทางมาโรงเรียนด้วย (เลือกได้มากกว่า 1 ข้อ)
- รถยนต์ส่วนตัว รถโรงเรียน รถจักรยาน
 - เดินเท้า รถรับจ้าง รถประจำทาง
 - รถจักรยานยนต์ อื่นๆ โปรดระบุ
19. เวลาอยู่ที่โรงเรียน ฉันใช้เวลาในการรับประทานอาหารกลางวัน
- แปปเดียว (ไม่ถึง 10 นาที)
 - ค่อนข้างนาน (10 – 30 นาที)
 - นานมาก (มากกว่า 30 นาที)
20. เวลาอยู่ที่โรงเรียน
- 20.1. ในช่วงเช้าก่อนเข้าเรียน ฉันมีเวลาได้เล่น
- แปปเดียว (ไม่ถึง 30 นาที) ค่อนข้างนาน (มากกว่า 30 นาที) ไม่มีเวลาเล่นเลย
- 20.2. ในช่วงพักกลางวัน ฉันมีเวลาได้เล่น
- แปปเดียว (ไม่ถึง 30 นาที) ค่อนข้างนาน (มากกว่า 30 นาที) ไม่มีเวลาเล่นเลย
- 20.3. ในช่วงหลังเลิกเรียน ฉันมีเวลาได้เล่น
- แปปเดียว (ไม่ถึง 30 นาที) ค่อนข้างนาน (มากกว่า 30 นาที) ไม่มีเวลาเล่นเลย

21. เมื่อฉันอยู่โรงเรียน ฉันเรียนวันละ คาบ
22. เมื่อฉันเลิกเรียน ฉันมักจะ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
- 22.1. เรียนพิเศษ ซึ่งใช้เวลา ไม่ถึง 1 ชั่วโมง 1 – 2 ชั่วโมง มากกว่า 2 ชั่วโมง
โดยฉันเรียนวิชา
 ภาษาไทย คณิตศาสตร์ ภาษาอังกฤษ วิทยาศาสตร์ สังคมศึกษา
 อื่นๆ โปรดระบุ
- 22.2. เรียนกิจกรรมอื่น ซึ่งใช้เวลา ไม่ถึง 1 ชั่วโมง 1 – 2 ชั่วโมง มากกว่า 2 ชั่วโมง
โดยฉันเรียนกิจกรรม
 ดนตรี ศิลปะ การแสดง กีฬา คหกรรม
 อื่นๆ โปรดระบุ
- 22.3. ช่วยงานครอบครัวซึ่งใช้เวลา ไม่ถึง 1 ชั่วโมง 1 – 2 ชั่วโมง มากกว่า 2 ชั่วโมง
- 22.4. ทำการบ้าน ซึ่งใช้เวลา ไม่ถึง 1 ชั่วโมง 1 – 2 ชั่วโมง มากกว่า 2 ชั่วโมง
- 22.5. เล่น ซึ่งใช้เวลา ไม่ถึง 1 ชั่วโมง 1 – 2 ชั่วโมง มากกว่า 2 ชั่วโมง

ตอนที่ 3 การสำรวจการทำกิจกรรมของนักเรียนในแต่ละวัน

- คำชี้แจง โปรดใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง หรือเขียนคำตอบที่ตรงกับข้อมูลของนักเรียน
23. เมื่ออยู่บ้าน ฉัน ได้เล่น ไม่ได้เล่น (ถ้าไม่ได้เล่นข้ามไปทำข้อ 6)
24. ฉันได้เล่นแบบ เล่นตามที่สนใจ เล่นตามผู้อื่น
25. ฉันใช้เวลาเล่นที่บ้าน ไม่ถึง 30 นาที มากกว่า 30 นาที
26. เมื่ออยู่ที่บ้านฉันเล่น.....มากที่สุด
 คนเดียว กับเพื่อน กับครอบครัว อื่นๆ โปรดระบุ.....
27. ฉันมักจะ.....มากที่สุด (เลือกตอบเพียง 3 ข้อ)
- | | | | |
|--|---|--|---|
| <input type="checkbox"/> ดูทีวี/ดูยูทูป | <input type="checkbox"/> อ่านหนังสือ | <input type="checkbox"/> วาดรูป/ระบายสี | <input type="checkbox"/> ต่อจิ๊กซอว์ |
| <input type="checkbox"/> เล่นตุ๊กตา | <input type="checkbox"/> เล่นการ์ด | <input type="checkbox"/> เล่นสนามเด็กเล่น | <input type="checkbox"/> เล่นเกม |
| <input type="checkbox"/> วาดน้ำ/เล่นน้ำ | <input type="checkbox"/> เป่ากบ/ยางวง | <input type="checkbox"/> เล่นม้าก้านกล้วย | <input type="checkbox"/> เล่นวิ่งไล่จับ |
| <input type="checkbox"/> ต่อเลโก้/บล็อก | <input type="checkbox"/> เล่น Slam | <input type="checkbox"/> เล่นบ้าน/เล่นพ่อแม่ลูก | <input type="checkbox"/> เล่นดนตรี |
| <input type="checkbox"/> เต้นโคฟเวอร์ | <input type="checkbox"/> เล่นหมาเก็บ | <input type="checkbox"/> เล่นซ่อนแอบ/เล่นโป้งแปะ | <input type="checkbox"/> เล่นมอญซ่อนผ้า |
| <input type="checkbox"/> เล่นรี้รีข้าวสาร | <input type="checkbox"/> เล่นกระโดดยาง | <input type="checkbox"/> เล่นตีลูกแก้ว | <input type="checkbox"/> ตะเตะฟุตบอล |
| <input type="checkbox"/> เล่นวอลเลย์บอล | <input type="checkbox"/> เล่นลิงชิงบอล | <input type="checkbox"/> เล่นต่อสู้อ | <input type="checkbox"/> วิ่งแข่ง |
| <input type="checkbox"/> นั่งคุย | <input type="checkbox"/> ปั่นจักรยาน | <input type="checkbox"/> โรลเลอร์เบลด | |
| <input type="checkbox"/> เล่นโทรศัพท์มือถือ/ไอแพด/แท็บเล็ต | <input type="checkbox"/> อื่นๆ โปรดระบุ | | |

28. เมื่ออยู่โรงเรียน ฉัน ได้เล่น ไม่ได้เล่น (ถ้าไม่ได้เล่นข้ามไปทำข้อ 11)
29. ฉันได้เล่นแบบ เล่นตามที่สนใจ เล่นตามผู้อื่น
30. ฉันใช้เวลาเล่นที่โรงเรียน ไม่ถึง 30 นาที มากกว่า 30 นาที
31. เมื่ออยู่ที่โรงเรียนฉันเล่น.....มากที่สุด
 คนเดียว กับเพื่อน กับครู อื่นๆ โปรดระบุ.....
32. ฉันมักจะ.....มากที่สุด (เลือกตอบเพียง 3 อย่าง)
 ดูทีวี/ดูยูทูป อ่านหนังสือ วาดรูป/ระบายสี ต่อจิ๊กซอร์
 เล่นตุ๊กตา เล่นการ์ด เล่นสนามเด็กเล่น เล่นเกม
 วาดน้ำ/เล่นน้ำ เป่ากบ/ยางวง เล่นวิ่งไล่จับ โรลเลอร์เบลด
 ต่อเลโก้/บล็อก เล่น Slam เล่นบ้าน/เล่นพ่อแม่ลูก เล่นดนตรี
 เต้นโคฟเวอร์ เล่นหมากเก็บ เล่นซ่อนแอบ/เล่นโป้งแปะ เล่นมอญซ่อนผ้า
 เล่นรี้รีข้าวสาร เล่นกระโดดยาง เล่นตีลูกแก้ว ตะฟุตบอล
 เล่นวอลเลย์บอล เล่นลิงชิงบอล เล่นต่อสู้อ วิ่งแข่ง
 นั่งคุย ปั่นจักรยาน เล่นโทรศัพท์มือถือ/ไอแพด/แทปเล็ต
 อื่นๆ โปรดระบุ
33. เมื่อฉันเรียนหนังสือในห้องเรียน คุณครูของฉันมักจะ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)
 พูดเนื้อหาให้ฟัง อ่านหนังสือให้ฟัง ขวนฉันทำการทดลอง ให้ทำงานกลุ่ม
 เล่นเกม ให้ทำแบบฝึกหัด ให้ทำข้อสอบ ให้ทำโครงการ
 อื่นๆ โปรดระบุ.....

ตอนที่ 4 การสำรวจปัจจัยที่มีผลต่อความสุขของนักเรียน

คำชี้แจง โปรดอ่านข้อความและใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่อง ที่ตรงกับความรู้สึกของนักเรียน

34. ฉันได้รับความรักจากคนเหล่านี้ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

ครอบครัว เพื่อน ครู

35. ฉันได้รับการชื่นชมจากคนเหล่านี้ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

ครอบครัว เพื่อน ครู

36. เมื่อฉันมีปัญหา ฉันได้รับความช่วยเหลือจากคนเหล่านี้ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

ครอบครัว เพื่อน ครู

37. คนเหล่านี้รับฟังความคิดเห็นของฉัน (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

ครอบครัว เพื่อน ครู

38. คนเหล่านี้คิดว่าฉันนิสัยไม่ดี (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

ครอบครัว เพื่อน ครู

39. ฉันมักทะเลาะกับคนเหล่านี้ (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

ครอบครัว เพื่อน ครู

แบบวัดระดับความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน
สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษา

คำชี้แจง (ครูสามารถอ่านหรืออธิบายคำชี้แจงให้นักเรียนฟังได้)

- ผู้ตอบแบบสอบถาม คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 และชั้นประถมศึกษาปีที่ 6
- แบบสอบถามฉบับนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาระดับความสุขของเด็กไทยในวัยเรียน โดยแบ่งประเด็นข้อคำถามออกเป็น 2 ตอน ได้แก่
ตอนที่ 1 การประเมินระดับความสุขในภาพรวม
ตอนที่ 2 การประเมินภาวะทางอารมณ์เชิงบวกและเชิงลบ
- กรณีที่นักเรียนมีความไม่สบายใจในการให้ข้อมูลในข้อคำถามข้อใด นักเรียนมีสิทธิ์ที่จะไม่ให้ข้อมูลและสามารถข้ามข้อคำถามข้อนั้นไปได้

ตอนที่ 1 การประเมินระดับความสุขในภาพรวม

คำชี้แจง โปรดใส่เครื่องหมาย X บนภาพที่ตรงกับความรู้สึกของนักเรียน

1. โดยทั่วไป ฉันคิดว่าฉัน...



เป็นเด็กที่ไม่มีความสุขเลย



เป็นเด็กที่มีความสุขมาก

2. เมื่อเปรียบเทียบกับฉันกับเพื่อน ฉัน...



มีความสุขน้อยกว่า



มีความสุขมากกว่า

3. คนหลายคน เช่น พ่อแม่ พี่น้อง เพื่อน มีความสุขตลอดเวลา ฉันคิดว่าฉันคือหนึ่งในคนกลุ่มนั้น



ไม่ใช่เลย



ใช่เลย

4. คนหลายคนไม่มีความสุข แม้ว่าไม่ได้เจอเรื่องเสียใจ ฉันคิดว่าฉันคือหนึ่งในคนกลุ่มนั้น



ไม่ใช่เลย



ใช่เลย




ตอนที่ 2 การวัดระดับความสุขจากอารมณ์เชิงบวกและเชิงลบ











































คำชี้แจง กรุณาอ่านคำแสดงความรู้สึกแต่ละข้อแล้วใส่เครื่องหมาย X บนภาพที่ตรงกับระดับความรู้สึกของนักเรียนทั้ง 2 ช่วงเวลา คือ

ขณะนี้ (นักเรียนมีความรู้สึกเช่นนี้ ในขณะนี้เท่าใด)




โดยทั่วไปในสัปดาห์ที่ผ่านมา (นักเรียนมีความรู้สึกเช่นนี้ เป็นความรู้สึกโดยเฉลี่ยของนักเรียนเท่าใด)











































ชุดที่ 1 ความรู้สึกเชิงบวก

โดยภาพ  = รู้สึกมาก  = รู้สึกน้อย  = ไม่รู้สึกเลย

	คำแสดงความรู้สึก	ช่วงเวลาขณะนี้			โดยทั่วไปในสัปดาห์ที่ผ่านมา		
		ไม่รู้สึกเลย	รู้สึกน้อย	รู้สึกมาก	ไม่รู้สึกเลย	รู้สึกน้อย	รู้สึกมาก
1.	สนใจทุกสิ่งรอบตัว						
2.	ตื่นเต้น						
3.	ภูมิใจ						
4.	สนุกสนาน						
5.	สบายใจ						
6.	ดีใจ						
7.	มีความหวัง						

ชุดที่ 2 ความรู้สึกเชิงลบ

โดยภาพ  = รู้สึกมาก  = รู้สึกน้อย  = ไม่รู้สึกเลย

	คำแสดงความรู้สึก	ช่วงเวลาขณะนี้			โดยทั่วไปในสัปดาห์ที่ผ่านมา		
		ไม่รู้สึกเลย	รู้สึกน้อย	รู้สึกมาก	ไม่รู้สึกเลย	รู้สึกน้อย	รู้สึกมาก
8.	เศร้าใจ						
9.	โมโห						
10.	หวาดกลัว						
11.	อับอาย						
12.	รู้สึกผิด						
13.	เหงา						
14.	รู้สึกไม่ดี						

รายนามผู้ช่วยนักวิจัย

1. ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ยศวีร์ สายฟ้า
2. นางสาวดาริกา สมนึก
3. นางสาวสุพัตรา คำโพธิ์

หัวหน้าโครงการและนักวิจัย

ผู้ช่วยนักวิจัย

ผู้ช่วยนักวิจัย