

การบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา

สารนิพนธ์

ของ

นางสาวอิศรา รุ่งทวิชัย

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา

ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว

มีนาคม 2548

ลิขสิทธิ์เป็นของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

348.016

๑๙๕๖ก

๑.3

การบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา

บทคัดย่อ

ของ

นางสาวอิศรา รุ่งทวิชัย

29 เม.ย. 2548

เสนอต่อบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ เพื่อเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษา
ตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว
มีนาคม 2548

๒ 265160

อิศรา รุ่งทวีชัย (2548) การบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา สารนิพนธ์ กศ ม (จิตวิทยาการแนะแนว)
กรุงเทพฯ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นันทนา วงษ์อินทร์

การวิจัยครั้งนี้ มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา และเปรียบเทียบการใช้เวลาของนิสิตนักศึกษา ตามตัวแปร เพศ ระดับชั้น สาขาวิชาที่ศึกษา ที่พักอาศัย และความสนใจต่อสภาพแวดล้อม กลุ่มตัวอย่างเป็นนิสิตนักศึกษาของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 760 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยเป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา การวิเคราะห์ข้อมูลใช้ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน t - test, F - test และการทดสอบ ของเซฟเฟ

ผลการวิจัยพบว่า

1 การบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษาภายใน 1 สัปดาห์ นิสิตนักศึกษามีการใช้เวลาด้านการเรียนเป็นอันดับที่ 1 รองลงมาได้แก่ การใช้เวลากับเพื่อน การใช้เวลาในช่วงเวลาว่าง การใช้เวลากับครอบครัว และการใช้เวลาในการพบอาจารย์ เป็นอันดับที่ 2 – 5 ตามลำดับ

2 นิสิตนักศึกษาที่มี ระดับชั้น สาขาวิชาที่ศึกษา และความสนใจต่อสิ่งแวดล้อมต่างกัน มีการบริหารเวลาแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 05 ส่วนนิสิตนักศึกษา ที่มีเพศต่างกัน ที่พักอาศัยต่างกัน มีการบริหารเวลาแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

THE TIME MANAGEMENT OF UNDERGRADUATE STUDENTS

AN ABSTRACT

BY

MISS ISSARA RUNGTHAWEECHAI

Presented in Partial Fulfillment of the Requirements
for the Master of Education Degree in Guidance and Counseling Psychology
at Srinakharinwirot University
March 2005

Issara Rungthaweechai (2005) *The Time Management of Undergraduate Students*

Master Project, M Ed (Guidance and Counseling Psychology) Bangkok

Graduate School, Srinakharinwirot University Project Advisor

Assist Prof Dr Nanthana Wong - In

The purpose of this study was to examine the the time management of undergraduate students and to determine the comparability of time management held by these students in regard to (1) genders , (2) educational levels , (3) areas of study , (4) dwelling location and (5) environmental interest The subjects were 760 undergraduate students of a University in Bangkok The research instrument was a questionnaire of time management of the undergraduate students The data were analyzed by percentage, mean, standard deviation, t – test, F – test and Scheffe' procedure

The results of the study were as follows

1 One week time management responses of the undergraduate students were classified from the highest scores to the lowest score as follows studying , leisure a time free from work or duties, relating to their families, relating to the faculty members, and relating to peers

2 Statistically significant differences in time management of the undergraduate students were found when grouped according to the differences of time their educational levels, areas of study, and environment interest, at 05 level No significant diffirences were found when grouped according to the differences of their genders and dwelling areas

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร และคณะกรรมการ
สอบได้พิจารณาสารนิพนธ์เรื่อง การบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา ของ อิศรา รุ่งทวีชัย ฉบับนี้แล้ว
เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชา
จิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒได้

อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์



(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นันทนา วงษ์อินทร์)

ประธานคณะกรรมการบริหารหลักสูตร



(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ทศพร ประเสริฐสุข)

คณะกรรมการสอบ



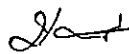
ประธาน

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นันทนา วงษ์อินทร์)



กรรมการสอบสารนิพนธ์

(ศาสตราจารย์ ดร. ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์)



กรรมการสอบสารนิพนธ์

(อาจารย์ มณฑิรา จารุเพ็ง)

อนุมัติให้รับสารนิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาการศึกษามหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว ของมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ



คณบดีคณะศึกษาศาสตร์

(รองศาสตราจารย์ ดร. สมชาย ชูชาติ)

วันที่ 11 เดือน สิงหาคม พ.ศ. 2548

ประกาศคุณูปการ

สารนิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยความกรุณาจากบุคคลหลายท่าน โดยเฉพาะอย่างยิ่งด้วยความกรุณาอย่างสูงจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นันทนา วงษ์อินทร์ อาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ที่กรุณาให้คำปรึกษา ข้อเสนอแนะ ตรวจสอบ และแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆในการทำสารนิพนธ์ด้วยดีตลอดมา ผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณาเป็นอย่างยิ่ง จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้ด้วย

ขอกราบขอบพระคุณ ศาสตราจารย์ ดร. ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ ที่ให้ความกรุณาเป็นผู้ทรงคุณวุฒิในการตรวจสอบเครื่องมือสำหรับการทำวิจัย เป็นกรรมการสอบสารนิพนธ์และให้คำปรึกษาข้อเสนอแนะเพื่อแก้ไขปรับปรุงให้สารนิพนธ์มีความสมบูรณ์

ขอกราบขอบพระคุณ อาจารย์ มณฑิรา จารุเพ็ง ที่กรุณาเป็นกรรมการสอบสารนิพนธ์ และได้ให้คำแนะนำ รวมทั้งข้อคิดเห็นที่เป็นประโยชน์ อย่างยิ่งสำหรับผู้วิจัย

ขอกราบขอบพระคุณคุณณาจารย์ ภาควิชาการแนะแนวและการศึกษาทุกทานที่กรุณาให้ความรู้ แนวคิด คำแนะนำ รวมทั้งข้อคิดเห็นต่างๆที่เป็นประโยชน์อย่างยิ่งแก่ผู้วิจัย

ขอกราบขอบพระคุณ รองอธิการบดีกองกิจการนิสิตสัมพันธ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุสาสกรหอพักจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย รองคณบดีฝ่ายกิจการนิสิตและเจ้าหน้าที่ทุกคณะ ตลอดจนนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัยที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการตอบแบบสอบถาม

ขอขอบคุณเพื่อนๆ พี่ๆ และน้องสาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนวทุกทานที่เป็นที่ปรึกษา เป็นกำลังใจและคอยให้คำแนะนำแก่ผู้วิจัยตลอดมา

ท้ายสุดนี้ ขอกราบขอบพระคุณและขอน้อมรำลึกถึงพระคุณของบิดามารดา สำหรับความรัก ความห่วงใย กำลังใจ และทุนทรัพย์ที่มีต่อผู้วิจัย ขอขอบคุณ คุณจารุวรรณ นามพรหม ผู้ที่คอยให้ความช่วยเหลือในการเก็บข้อมูลเป็นอย่างดี คุณเรณู เสือดาว และคุณฉัตรชัย โฉมวิไล ผู้ที่คอยให้คำปรึกษา ช่วยเหลือ ปลอบใจ และกำลังใจที่มีต่อผู้วิจัยในการทำสารนิพนธ์ฉบับนี้ให้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

อิสรา รุ่งทวีชัย

สารบัญ

บทที่	หน้า
1 บทนำ	1
ภูมิหลัง	1
ความมุ่งหมายของการวิจัย	5
ความสำคัญของการวิจัย	5
ขอบเขตของการวิจัย	5
ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง	5
ตัวแปรในการวิจัย	6
นิยามศัพท์เฉพาะ	6
กรอบแนวคิดในการวิจัย	9
สมมติฐานของการวิจัย	9
2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง	10
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการบริหารเวลา	11
เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการบริหารเวลา	11
งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการบริหารเวลา	22
เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการบริหารเวลา	25
3 วิธีดำเนินการวิจัย	36
การกำหนดประชากรและการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง	36
ประชากร	36
การเลือกกลุ่มตัวอย่าง	36
การสร้างเครื่องมือในการวิจัย	37
การเก็บรวบรวมข้อมูล	41
การจัดทำและการวิเคราะห์ข้อมูล	41
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	42
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	42
การวิเคราะห์ข้อมูล	42
ผลการวิจัย	43

สารบัญ(ต่อ)

บทที่	หน้า
5 บทย่อ สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	62
ความมุ่งหมายของการวิจัย	62
สมมติฐานของการวิจัย	62
วิธีการดำเนินการวิจัย	62
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	62
การเก็บรวบรวมข้อมูล	63
การวิเคราะห์ข้อมูล	63
สรุปผลการวิจัย	63
อภิปรายผล	65
ข้อเสนอแนะทั่วไป	78
ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัย	78
บรรณานุกรม	79
ภาคผนวก	85
ภาคผนวก ก	86
ภาคผนวก ข	88
ภาคผนวก ค	109
ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์	119

บัญชีตาราง

ตาราง	หน้า
1 ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง	43
2 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความสนใจต่อสภาพแวดล้อมของ นิสิต	44
3 ค่าเฉลี่ยการบริหารเวลาของนิสิตในแต่ละด้าน	45
4 ค่าเฉลี่ยการบริหารเวลา จำแนกตามชั้นปี	48
5 เปรียบเทียบการบริหารเวลาของนิสิต จำแนกตามเพศ	49
6 เปรียบเทียบการบริหารเวลาของนิสิต จำแนกตามระดับชั้นปี	50
7 เปรียบเทียบการบริหารเวลาของนิสิต จำแนกตามระดับชั้นปีเป็นรายคู่	51
8 เปรียบเทียบการบริหารเวลาของนิสิต จำแนกตามสาขาวิชาที่ศึกษา	52
9 เปรียบเทียบการบริหารเวลาของนิสิต จำแนกตามที่พักอาศัย	53
10 เปรียบเทียบการบริหารเวลาของนิสิต จำแนกตามระดับความสนใจ ต่อสภาพแวดล้อม	54
11 เปรียบเทียบการบริหารเวลาของนิสิต จำแนกตามระดับความสนใจ ต่อสภาพแวดล้อมเป็นรายคู่	55
12 เปรียบเทียบการบริหารเวลาของนิสิต จำแนกตามระดับความสนใจ ต่อสภาพแวดล้อมด้านสังคม	57
13 เปรียบเทียบการบริหารเวลาของนิสิต จำแนกตามระดับความสนใจ ต่อสภาพแวดล้อมด้านสังคมเป็นรายคู่	58
14 เปรียบเทียบการบริหารเวลาของนิสิต จำแนกตามระดับความสนใจ ต่อสภาพแวดล้อมด้านวัฒนธรรม	60
15 เปรียบเทียบการบริหารเวลาของนิสิต จำแนกตามระดับความสนใจ ต่อสภาพแวดล้อมด้านสื่омวลชน	61

บทที่ 1

บทนำ

ภูมิหลัง

ในปัจจุบันสังคมไทยได้ก้าวสู่ยุคโลกาภิวัตน์ (Globalization) อย่างรวดเร็วโดยไม่ได้สำรวจความพร้อมของตนเองอย่างจริงจัง ดังนั้นด้วยอิทธิพลของความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีสารสนเทศที่มีเครือข่ายกว้างขวางโยงใยไปทั่วโลก จึงทำให้ประเทศไทยถูกผลักดันเข้าสู่โลกที่ไร้พรมแดน และไม่เพียงเท่านั้น การดำรงชีวิตที่เป็นไปตามวัฒนธรรมดั้งเดิมของไทยยังได้รับผลกระทบอย่างรุนแรง ทำให้เกิดการเปลี่ยนแปลงของชีวิตทุกๆ ด้าน ไม่ว่าจะเป็นความสัมพันธ์ของครอบครัว การศึกษา การเมือง เศรษฐกิจ สังคมและวัฒนธรรม

จากความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาการต่างๆ ทั้งในเชิงวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ดังเช่น สังคมเกษตรกรรมที่เปลี่ยนเข้าสู่สังคมอุตสาหกรรม สภาพสังคมอุตสาหกรรมที่เปลี่ยนเข้าสู่ภาวะการแข่งขันกันด้วยสังคมข้อมูลข่าวสาร เทคโนโลยีในรูปแบบต่างๆ เริ่มปรับเปลี่ยนตัวเองเข้าสู่เทคโนโลยีขั้นสูงในระบบสัมผัส เศรษฐกิจระดับประเทศเริ่มปรับเปลี่ยนเข้าสู่ระดับภูมิภาคจนถึงระดับโลก ภาวะความเป็นปัจเจกบุคคลหมดไป ภูมิปัญญาท้องถิ่น วัฒนธรรมดั้งเดิมเริ่มเสื่อมคลายวิถีชีวิตคนเริ่มเปลี่ยนแปลงทั้งระดับตนเอง ครอบครัวและสังคมรอบข้าง ฯลฯ ภาวะการณ์ต่างๆ เหล่านี้ทำให้วิถีคิดและโลกทัศน์ของมนุษย์เปลี่ยนแปลงไป ไม่ว่าจะเป็นในด้านการศึกษาเล่าเรียน การทำงาน การพักผ่อน การใช้ชีวิตรวมกันภายในครอบครัว ตลอดจนกิจกรรมต่างๆ ทางสังคม(พรทิพย์ เย็นจะบก 2542 1)

กระแสความเปลี่ยนแปลงทางเศรษฐกิจ สังคม และอิทธิพลของโลกาภิวัตน์ก่อให้เกิดผลกระทบต่อเด็กและเยาวชน ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญา อารมณ์และค่านิยม ซึ่งเด็กและเยาวชนทั้งหลายนับว่าเป็นทรัพยากรบุคคลที่สำคัญที่จะมีบทบาทและเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาสังคมและประเทศชาติต่อไปในอนาคต ซึ่งกระแสความเปลี่ยนแปลงดังกล่าวได้พัดพาเอาสิ่งที่มีคุณค่าและสิ่งที่เป็นปฏิภูมิที่เป็นผลกระทบเชื่อมโยงจากบริบทสังคมโลกเข้าสู่สังคมไทยให้มีความสลับซับซ้อนมากยิ่งขึ้น เปลี่ยนจากสังคมเกษตรกรรมเป็นสังคมอุตสาหกรรม การแข่งขันชิงดีชิงเด่น อีกทั้งความเห็นแก่ตัวเริ่มทวีคูณขึ้นในขณะที่ความสัมพันธ์อันดีเริ่มจางหายไป ต่างคนต่างอยู่หวาดระแวงกันอยู่ตลอดเวลา (ตันสนีย์ นาคะสนธิ์ 2545 1) ซึ่งสอดคล้องกับกรมประชาสัมพันธ์ (สุพิทวง ธรรมพินทา 2540 156, อ้างอิงจาก กรมประชาสัมพันธ์ 2539) ที่กล่าวไว้ว่า ในปัจจุบันสภาพสังคมไทยมีความสลับซับซ้อนในด้านต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นด้านการเมือง การปกครอง เศรษฐกิจ สังคมและวัฒนธรรม การเพิ่มขึ้นอย่างรวดเร็วของจำนวนประชากรและการเปลี่ยนแปลงในรูปแบบการดำรงชีวิตอันเป็นผลมาจากความพยายามในการพัฒนาประเทศตามแนวความคิดจากประเทศตะวันตกที่เน้นการพัฒนาอุตสาหกรรมเป็นหลัก ก่อให้เกิดปัญหาอื่น ๆ ตามมา อาทิ เช่น ปัญหา

ความยากจน การกระจายรายได้ที่ไม่เป็นธรรม การเปลี่ยนแปลงทางวัฒนธรรม ขนบธรรมเนียม ประเพณี วิถีการดำรงชีวิตแบบไทยที่เคยสงบสุข สันโดษก็ลดน้อยลง ความทะยานอยากทางวัตถุ หรือเงินตรามีเพิ่มมากขึ้น สภาพสังคมเต็มไปด้วยความตึงเครียดและความรุนแรง เกิดเป็นปัญหา สังคมประเภทต่างๆ รวมทั้งปัญหาเด็กและเยาวชน

วัยรุ่นเป็นวัยที่อยู่ในระยะหัวเลี้ยวหัวต่อที่อยู่ระหว่างวัยเด็กและวัยผู้ใหญ่ มีสภาพร่างกาย และสภาพอารมณ์ยังวุ่นวายไม่คงที่ มักก้ำกึ่งระหว่างความเป็นเด็กและความเป็นผู้ใหญ่ เป็นวัยที่ต้องการความอบอุ่นและข้อแนะนำบางประการจากครอบครัว จากพ่อแม่ ประสบการณ์ ความเข้าใจ ที่ดีและถูกต้องที่เด็กได้รับจนเข้าวัยรุ่น จะมีส่วนเสริมสร้างให้เขามีความมั่นใจในตนเองและสามารถ ดำเนินชีวิตในแบบที่งดงามเมื่อเติบโตเป็นผู้ใหญ่ (ปราณี รามสูตร 2528 11, อ้างอิงจาก ศูนย์ สุขวิทยจิต 2524 4) แต่ถ้าเป็นไปในทางตรงกันข้าม วัยนี้ก็จะเป็นวัยที่ประสบกับความยุ่งยากมากจน นักวิชาการในหลายทศวรรษที่ผ่านมาเรียกว่าเป็น วัยวิกฤติ (ศรีเรือน แก้วกังวาล 2540 229)

เนื่องจากการดำเนินชีวิตของคนเรานั้นจะต้องดำเนินภายใต้เงื่อนไขและปัจจัยต่างๆ อัน ได้แก่ ปัจจัยทางสังคม เศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อม และวัฒนธรรม การเปลี่ยนแปลงวิถีการดำเนินชีวิตจึง มีผลจากปัจจัยทั้ง 4 ดังที่กล่าวมานั้น หากสภาพการณ์ทั้ง 4 มีการเปลี่ยนแปลง การดำเนินชีวิต ของวัยรุ่นก็จะเกิดการเปลี่ยนแปลงไปด้วย ซึ่งสอดคล้องกับพรพิมล จันพลับ (2538 135) ที่กล่าว ไว้ว่า การเปลี่ยนแปลงในสังคมอย่างรวดเร็วในระยะเวลาที่ผ่านมา ทำให้วัยรุ่นมีโอกาสเรียนรู้ เกี่ยวกับโลกภายนอกมากขึ้น เนื่องจากมีโอกาสได้รับการศึกษาสูงขึ้น และเรียนรู้จากสื่อมวลชน ต่างๆ และจากสภาพของการที่พ่อแม่ออกไปทำงานนอกบ้าน เด็กจึงต้องเรียนรู้ในการดูแลตัวเอง มากขึ้น วัยรุ่นในสมัยปัจจุบันมักจะเป็นบุคคลที่มีความเชื่อมั่นในตัวเอง กล้าแสดงออกมากกว่าวัยรุ่น ในสมัยก่อนแต่โดยเหตุที่วัยรุ่นเป็นวัยที่มีสถานภาพคลุมเครือในตัวเอง เป็นวัยที่อยากรู้ อยากร ทดลอง ต้องการอิสรภาพและความเสมอภาคแบบผู้ใหญ่ ซึ่งแต่เดิมไม่ค่อยมี และจากการที่วัยรุ่น ได้รับอิสระมากขึ้น หันไปสู่ค่านิยมที่ชอบความประพฤติดแปลกๆแหวกแนว ซึ่งจะยังความพึงพอใจ ให้แก่ตนเองเป็นสำคัญ

นอกจากสภาพสังคมและวัฒนธรรมที่เปลี่ยนแปลงไปแล้ว สื่อมวลชนยังมีส่วนสำคัญที่ทำให้ วัยรุ่นในปัจจุบันแตกต่างจากวัยรุ่นสมัยก่อน เนื่องจากวัยรุ่นในปัจจุบันได้ให้ความสนใจแก่ สื่อมวลชนเป็นอย่างมาก มีการเปิดรับสื่อที่หลากหลายมากขึ้น ทั้งสื่อวิทยุ สื่อโทรทัศน์ สื่อสิ่งพิมพ์ สื่อภาพยนตร์ และในขณะนี้ยังมีสื่อเพิ่มขึ้นอีก 1 ชนิด คือ สื่ออินเทอร์เน็ต สื่อมวลชนมีบทบาท สำคัญต่อการแสดงพฤติกรรมของวัยรุ่นด้วยการเผยแพร่ข้อมูลข่าวสาร ความรู้เกี่ยวกับเหตุการณ์ ต่างทั้งในประเทศและต่างประเทศ ปลุกฝังค่านิยม วัฒนธรรมและการสร้างความเข้าใจขึ้นในสังคม (สำนักนายกรัฐมนตรี 2539 1) และสื่อยังเป็นแหล่งขัดเกลาทางสังคม สื่อแต่ละชนิดที่วัยรุ่นให้ความสนใจจะส่งผลต่อการดำเนินชีวิตของวัยรุ่น โดยที่วัยรุ่นจะนำไปเป็นแบบอย่าง เลียนแบบพฤติกรรม ทั้งกาย วาจา ใจ เช่น การแต่งตัว การบริโภคอาหารและเลือกใช้สิ่งของในการดำเนินชีวิต โดยเฉพาะทุกวันนี้สื่อจากอินเทอร์เน็ตที่เกิดจากการพัฒนาเทคโนโลยีทางการสื่อสารทำให้มีการ ส่งข่าวสารได้รวดเร็วยิ่งขึ้น เนื่องด้วยสื่ออินเทอร์เน็ตมีความสามารถในการเผยแพร่ข้อมูลข่าวสาร

ในลักษณะสื่อประสม (Multimedia) คือสามารถสื่อความหมายทั้งในรูปแบบของข้อความ ภาพนิ่ง ภาพเคลื่อนไหว และเสียงไปในเวลาเดียวกัน (อรอุมา ศรีสุทธิพันธ์ 2545 1) กำลังเป็นที่สนใจของวัยรุ่นมากขึ้น

จากการเปลี่ยนแปลงทางสังคม วัฒนธรรมและความก้าวหน้าของสื่อมวลชนนี้ได้ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตและการจัดสรรเวลาในการทำกิจกรรมต่างๆของวัยรุ่นในปัจจุบัน อาทิเช่น การศึกษาหาความรู้ สมัยก่อนใช้เวลาในการศึกษาค้นคว้าจากห้องสมุดหรือซักถามจากครูอาจารย์หรือผู้เชี่ยวชาญแตกต่างจากความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีทำให้การศึกษาค้นคว้าหาความรู้แตกต่างจากเดิมมีการหาข้อมูลจากอินเทอร์เน็ตซึ่งสะดวกรวดเร็วกว่าเดิมหรือจากหนังสือต่างๆที่มีให้เลือกมากมายที่ไม่ใช่แค่ในห้องสมุดและไม่จำเป็นต้องซักถามจากครูหรืออาจารย์เท่านั้น

การจัดสรรเวลาหรือการบริหารเวลาที่ดีและเหมาะสมก็จะทำให้สามารถประสบความสำเร็จในชีวิตและบรรลุเป้าหมายตามที่ตั้งไว้ได้ ซึ่งสอดคล้องกับ พยงค์ จาดช้าง (2539 11) ที่กล่าวไว้ว่า การใช้เวลาที่ดีและถูกต้องนั้นจะช่วยให้กิจกรรมต่างๆสำเร็จลุล่วงไปได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยเฉพาะอย่างยิ่งนักศึกษาในระดับอุดมศึกษาซึ่งเป็นผู้ที่อยู่ในช่วงวัยรุ่นตอนปลายและวัยผู้ใหญ่ตอนต้นจะต้องพบกับความเปลี่ยนแปลงต่าง ๆ เช่น ด้านการศึกษาจากโรงเรียนมาสู่วิทยาลัยหรือมหาวิทยาลัย ต้องรับผิดชอบการเรียนด้วยตนเองเป็นส่วนใหญ่ ต้องเรียนรู้การแบ่งเวลา และวางแผนการใช้เวลาอย่างเหมาะสม การจัดสรรเวลาในการเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆของสถาบัน การคบเพื่อน การใช้เวลาในด้านการศึกษาเล่าเรียน และการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์สูงสุด การจัดแบ่งเวลานอกจากจะช่วยให้ทำงานได้เสร็จทันและมีประสิทธิภาพแล้ว ยังทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนดีขึ้น และดังที่ได้กล่าวไว้ว่า ชีวิตที่ประสบความสำเร็จหรือบรรลุผลสำเร็จได้ จะต้องรู้จักใช้เวลาให้ถูกต้อง โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่เป็นิสิตนักศึกษาที่ศึกษาเล่าเรียนในระดับอุดมศึกษา ซึ่งนอกจากนี้ต้องใช้เวลาเป็นส่วนใหญ่เพื่อการศึกษาเล่าเรียนแล้ว ยังจะต้องใช้เวลาเพื่อทำกิจกรรมต่างๆทั้งในด้านส่วนตัวและกิจกรรมของมหาวิทยาลัย ดังนั้นการรู้จักแบ่งเวลาและใช้เวลาอย่างเหมาะสมจึงมีความจำเป็นอย่างมาก ซึ่งการที่ผู้เรียนจะประสบผลสำเร็จในการเรียนและการทำกิจกรรมต้องควบคู่กันไปนั้นจะต้องอาศัยเวลาในการเตรียมตัวอย่างพอเพียงและสม่ำเสมอ,

จากการสำรวจเบื้องต้นโดยใช้แบบสอบถามปลายเปิดกับนิสิตนักศึกษาของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร พบว่านอกเหนือจากเวลาที่ใช้ในการเรียนแล้ว ในวันธรรมดา (จันทร์ – ศุกร์) นิสิตนักศึกษาใช้เวลาทำกิจกรรมกับเพื่อน เฉลี่ยวันละ 4 ชั่วโมง ใช้เวลาในการทำกิจกรรมส่วนตัวเฉลี่ยวันละ 4 ชั่วโมง เวลาที่ใช้กับครอบครัวเฉลี่ยวันละ 1 ชั่วโมง 10 นาที สอนเวลาที่ใช้กับอาจารย์เฉลี่ยวันละ 28 นาที และในวันหยุด(เสาร์ – อาทิตย์) นิสิตนักศึกษาจะใช้เวลาในการทำกิจกรรมส่วนตัวมากเป็นอันดับแรก เฉลี่ยวันละ 5 ชั่วโมง 17 นาที และใช้เวลากับเพื่อนรองลงมา เฉลี่ยวันละ 4 ชั่วโมง 30 นาที และมีการใช้เวลาในการทำกิจกรรมกับครอบครัวมากขึ้นกว่าวันธรรมดาเฉลี่ยวันละ 2 ชั่วโมง 25 นาที ส่วนการใช้เวลา กับอาจารย์ไม่พบว่ามีในช่วงวันหยุด กิจกรรมที่นิสิตนักศึกษาทำรวมกับเพื่อนได้แก่ รับประทานอาหาร ชมภาพยนตร์ ไปเที่ยว อ่านหนังสือ พูดคุย สนทนาทางโทรศัพท์ ทำกิจกรรมชมรม เดินซื้อของ เล่นกีฬา กิจกรรมส่วนตัว ได้แก่

อ่านหนังสือ ฟังวิทยุ ดูโทรทัศน์ เข้าห้องสมุด เล่นคอมพิวเตอร์ ทำงานเสริมพิเศษ กิจกรรมกับครอบครัวได้แก่ รับประทานอาหาร ดูโทรทัศน์ ชมภาพยนตร์ เดินซื้อของ ไปเที่ยวต่างจังหวัด ส่วนกิจกรรมกับอาจารย์ ได้แก่ การซักถามปัญหาการเรียน การทบทวนบทเรียน จากข้อมูลดังกล่าวจะเห็นว่า นิสิตนักศึกษาส่วนใหญ่จะใช้เวลาในการทำกิจกรรมส่วนตัว รองลงมาได้แก่กิจกรรมกับเพื่อน ส่วนกิจกรรมกับครอบครัวนั้นมีน้อยและกิจกรรมกับอาจารย์นั้นมีน้อยมาก ซึ่งในการดำเนินชีวิตนั้นการบริหารเวลา ทั้งในด้านครอบครัวหน้าที่การงาน มิตรภาพ สังคม ชีวิตส่วนตัวและอื่นๆ นั้นเป็นสิ่งที่จำเป็น เราต้องรู้จักหะของเวลาว่าเวลาใดที่เราควรจะให้ครอบครัว เวลาใดที่จะให้กับเพื่อน เวลาใดให้กับภาระหน้าที่ที่ต้องรับผิดชอบให้กับชีวิตส่วนตัวหรือรับใช้สังคม ถ้ามีการจัดสรรเวลาให้กับด้านต่างๆ ในชีวิตได้อย่างสมดุลแล้วชีวิตก็จะสามารถที่จะประสบผลสำเร็จในทุกๆ ด้านอย่างน่าภูมิใจ (เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์ 2543 23-24)

จากงานวิจัยที่ได้ศึกษานั้น พบว่า การบริหารเวลาของนิสิตศึกษานั้นมีตัวแปรที่เกี่ยวข้องหลายประการ ดังงานวิจัยของ สุนิตยา ชุมพงค์ (2535 บทคัดย่อ) ที่ได้ศึกษาการปฏิบัติกิจกรรมในเวลาว่างของนักศึกษาที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย พบว่า ตัวแปรทางเพศ คณะที่ศึกษา และระดับชั้นปี มีผลต่อการปฏิบัติกิจกรรมในเวลาว่างของนักศึกษา ซึ่งสอดคล้องกับ นิธิพัฒน์ เมฆขจร (2540 บทคัดย่อ) ได้ศึกษาการใช้เวลาของนักศึกษาที่เป็นนักกีฬาของมหาวิทยาลัย ศรีปทุม พบว่า นอกจากเพศ ระดับการศึกษา คณะที่ศึกษา แล้วที่พักอาศัยก็มีส่วนในการใช้เวลาของนักศึกษา นอกจากนี้แคพแลน (Kaplan 1975 89-10) ได้เสนอแนวคิดเกี่ยวกับการให้ความหมายทางเลือกและการใช้เวลาว่าง โดยชี้ให้เห็นถึงทางเลือกและการใช้เวลาว่างของปัจเจกบุคคลนั้นแตกต่างกันออกไปทั้งนี้ขึ้นอยู่กับปัจจัย 2 ประการคือ

- 1 ปัจจัยภายใน (Internal factors) ได้แก่ ความพึงพอใจ การพิจารณา ตัดสินใจ บุคลิกภาพของแต่ละบุคคล อำนาจนึกคิดต่างๆ และรสนิยม
- 2 ปัจจัยภายนอก (External factors) ที่สามารถวัดและมองเห็นได้อย่างชัดเจน คือ เพศ อายุ รายได้ ที่อยู่อาศัย การทำงาน การศึกษา ระยะเวลา

ในการใช้เวลาของนิสิตนักศึกษาและงานวิจัยดังกล่าวข้างต้นนั้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจที่จะศึกษาการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษาโดยศึกษาตัวแปรที่เกี่ยวข้อง ได้แก่ เพศ ระดับชั้นปี คณะที่ศึกษา ที่พักอาศัย และความสนใจต่อสภาพแวดล้อมของนิสิตนักศึกษา ซึ่งผลที่ได้จะทำให้เราทราบถึงการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษาในด้านต่างๆ ว่ามีการใช้เวลาในแต่ละด้านเท่าไร และใช้อย่างไรบ้าง ซึ่งสามารถนำผลที่ได้มาเป็นแนวทางให้อาจารย์ ผู้บริหารและผู้ที่เกี่ยวข้องทุกฝ่ายมาใช้วางนโยบายการจัดกิจกรรมและหลักสูตรเพื่อจะช่วยเหลือส่งเสริมนิสิตนักศึกษาได้พัฒนา มีความเจริญงอกงามทั้งทางร่างกาย สังคม อารมณ์ สติปัญญา

ความมุ่งหมายของการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ตั้งความมุ่งหมายไว้ดังนี้

- 1 เพื่อศึกษาการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา ในการใช้เวลาด้านการเรียน การใช้เวลาในช่องว่าง การใช้เวลากับครอบครัว การใช้เวลาในการพบอาจารย์ และการใช้เวลากับเพื่อน
- 2 เพื่อเปรียบเทียบการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา โดยจำแนกตาม เพศ ระดับชั้นปี สาขาวิชาที่ศึกษา ที่พักอาศัย และความสนใจต่อสภาพแวดล้อม

ความสำคัญของการวิจัย

ผลของการวิจัยในครั้งนี้ จะทำให้ทราบถึงการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษาในด้านการเรียน การใช้เวลาในช่องว่าง การใช้เวลากับครอบครัว การใช้เวลาในการพบอาจารย์ และการใช้เวลากับเพื่อน ซึ่งจะช่วยให้ผู้บริหาร อาจารย์และผู้ที่เกี่ยวข้องได้เข้าใจธรรมชาติ ความสนใจ และความต้องการของนิสิตนักศึกษาได้ดีขึ้น พร้อมทั้งใช้เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรมแก่นิสิตนักศึกษา ให้สอดคล้องกับนโยบายที่จะพัฒนานิสิตนักศึกษา ให้มีความเจริญงอกงามทั้งด้านสังคม สติปัญญา

ขอบเขตของการวิจัย

ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าในครั้งนี้ เป็นนิสิตนักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นปีที่ 1 – 4 ประจำปีการศึกษา 2547 ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร จำนวน 19,956 คน โดยแบ่งเป็นนิสิตที่อยู่หอพักจำนวน 2,364 คน และนิสิตที่ไม่ได้อยู่หอพักจำนวน 17,592 คน

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษา เป็นนิสิตปริญญาตรีที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นปีที่ 1-4 ปีการศึกษา 2547 ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร จำนวนทั้งสิ้น 760 คน โดยแบ่งเป็นนิสิตที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยจำนวน 360 คน และนิสิตที่ไม่ได้อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยจำนวน 400 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มแบบกำหนดโควตา (Quota Sampling) โดยมีวิธีการสุ่มดังนี้

ประมาณขนาดของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้ตารางประมาณขนาดกลุ่มตัวอย่าง ของศิริชัย กาญจนวาสีและคณะ ที่มีความเชื่อมั่นร้อยละ 95 ได้กลุ่มตัวอย่างของนิสิตที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย จำนวน 360 คน และนิสิตที่ไม่ได้อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย จำนวน 400 คน

สุมนิสิตที่อยู่หอพักและไม่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย จากแต่ละชั้นปี โดยสุมนิสิตที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย ชั้นปีละ 89-91 คน และนิสิตที่ไม่ได้อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย ชั้นปีละ

100 คน โดยในแต่ละชั้นปีกำหนดให้มีนิสิตที่ศึกษาในสาขาวิชาสังคมศาสตร์ จำนวน 382 คน และสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีจำนวน 378 คน

ตัวแปรที่ศึกษาค้นคว้า

1 ตัวแปรอิสระ ได้แก่

1 1 เพศ จำแนกเป็น เพศชาย เพศหญิง

1 2 ระดับชั้น จำแนกเป็น ชั้นปีที่ 1,2,3 และ 4

1 3 สาขาวิชาที่ศึกษา จำแนกเป็น 2 ประเภท ได้แก่

1 3 1 สาขาวิชาสังคมศาสตร์ ได้แก่ คณะอักษรศาสตร์ ครุศาสตร์ นิติศาสตร์ นิเทศศาสตร์ รัฐศาสตร์ ศิลปกรรมศาสตร์ สถาปัตยกรรมศาสตร์ พาณิชยศาสตร์และการบัญชี เศรษฐศาสตร์ จิตวิทยา

1 3 2 สาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ได้แก่ คณะวิทยาศาสตร์ วิศวกรรมศาสตร์ สัตวแพทย์ เกษษศาสตร์ ทันตแพทยศาสตร์ แพทยศาสตร์ สหเวชศาสตร์ สำนักวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

1 4 ที่พักอาศัย จำแนกเป็น

อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย

ไม่ได้อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย

1 5 ความสนใจต่อสภาพแวดล้อม จำแนกเป็น

ความสนใจต่อสภาพแวดล้อมด้านสังคม

ความสนใจต่อสภาพแวดล้อมด้านวัฒนธรรม

ความสนใจต่อสภาพแวดล้อมด้านสื่อมวลชน

2 ตัวแปรตาม ได้แก่ การบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา ซึ่งแบ่งออกเป็น 5 ด้าน คือ

2 1 การใช้เวลาด้านการเรียน

2 2 การใช้เวลาในช่วงเวลาว่าง

2 3 การใช้เวลากับครอบครัว

2 4 การใช้เวลาในการพบอาจารย์

2 5 การใช้เวลากับเพื่อน

นิยามศัพท์เฉพาะ

1 การบริหารเวลา หมายถึง การจัดสรรเวลาในการทำกิจกรรมต่างๆ ของนิสิต โดยแบ่งเป็นด้านต่างๆ ดังต่อไปนี้

1 1 การใช้เวลาด้านการเรียน ได้แก่ การใช้เวลาในชั้นเรียน การอ่านหนังสือทบทวนความรู้ ทำรายงานที่ได้รับมอบหมาย และค้นคว้าหาความรู้จากสื่ออินเทอร์เน็ต

1 2 การใช้เวลาในช่วงเวลาว่าง ได้แก่ การดูโทรทัศน์ เดินศูนย์การค้า ฟังเพลง จากวิทยุ/ซีดี ดูรายการทาง Cable TV และออกกำลังกาย

1 3 การใช้เวลากับครอบครัว ได้แก่ การรับประทานอาหารร่วมกับครอบครัว การพูดคุยสนทนาแลกเปลี่ยน ความคิดเห็น ช่วยครอบครัวทำงานบ้าน การไปเที่ยวกับครอบครัว และซื้อของนอกบ้านกับครอบครัว

1 4 การใช้เวลาในการพบอาจารย์ ได้แก่ การปรึกษาและขอคำแนะนำเกี่ยวกับการเรียน และเกี่ยวกับเรื่องส่วนตัว รวมทั้งการช่วยเหลืออาจารย์ทำงานต่างๆ ที่นอกเหนือจากการเรียน

1 5 การใช้เวลากับเพื่อน ได้แก่ การร่วมรับประทานอาหารกับเพื่อน พบปะสังสรรค์ พูดคุยกับเพื่อน เดินเล่นศูนย์การค้ากับเพื่อน เทียวสถานบันเทิงกับเพื่อน พูดคุยกับเพื่อนทางอินเตอร์เน็ต รวมทั้งทำกิจกรรมชมรมของของมหาวิทยาลัยหรือหอพักกับเพื่อน และทำกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ในด้านอื่นๆกับเพื่อน

2 นิสิตนักศึกษา หมายถึง นิสิตที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับอุดมศึกษา ชั้นปีที่ 1-4 ในปีการศึกษา 2547 ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร

3 ระดับชั้น หมายถึง ชั้นปีที่นิสิตนักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ ได้แก่ ชั้นปีที่ 1,2,3 และ 4 ประจำปีการศึกษา 2547

4 สาขาวิชาที่ศึกษา หมายถึง สาขาที่นิสิตนักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่แบ่งเป็น 2 ประเภท ได้แก่

4 1 สาขาวิชาสังคมศาสตร์ ได้แก่ คณะอักษรศาสตร์ ครุศาสตร์ นิติศาสตร์ นิเทศศาสตร์ รัฐศาสตร์ ศิลปกรรมศาสตร์ สถาปัตยกรรมศาสตร์ พาณิชยศาสตร์และการบัญชี เศรษฐศาสตร์ จิตวิทยา

4 2 สาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ได้แก่ คณะวิทยาศาสตร์ วิศวกรรมศาสตร์สัตวแพทย์ เกษตรศาสตร์ ทันตแพทยศาสตร์ แพทยศาสตร์ สหเวชศาสตร์ สำนักวิชาวิทยาศาสตร์การกีฬา

5 ที่พักอาศัย หมายถึง ที่พักอาศัยของนิสิตนักศึกษา ที่กำลังศึกษาอยู่ในปีการศึกษา 2547 แบ่งเป็น 2 ประเภท คือ

5 1 อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย

5 2 ไม่ได้อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย

6 ความสนใจต่อสภาพแวดล้อมของนิสิตนักศึกษา หมายถึง ความสนใจของนิสิตนักศึกษาที่มีต่อสภาพแวดล้อมที่ดำรงอยู่ ซึ่งมีอิทธิพลทำให้นิสิตนักศึกษาแสดงความสนใจ รวมมีอยู่ในการกระทำกิจกรรมต่างๆที่สอดคล้องกับความสนใจนั้น และมีผลต่อการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษาซึ่งในที่นี้ผู้วิจัยได้แบ่ง สภาพแวดล้อมที่นิสิตนักศึกษาให้ความสนใจ ออกเป็น 3 ด้านคือ

6.1 ความสนใจต่อสภาพแวดล้อมด้านสังคม หมายถึง การที่นิสิตนักศึกษา

มีความสนใจต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชุมชน สังคม มีการร่วมมือกับบุคคลในสถาบันเพื่อทำประโยชน์ในสังคมที่ตนเองอยู่ ได้แก่ การเข้าร่วมกิจกรรมค่ายอาสาพัฒนา เข้าร่วมเป็นคณะกรรมการในโครงการต่างๆ ของหอพักและมหาวิทยาลัย และเข้าร่วมเป็นสมาชิกกับองค์กรการกุศลและมูลนิธิต่างๆ ในการช่วยเหลือและพัฒนาสังคม

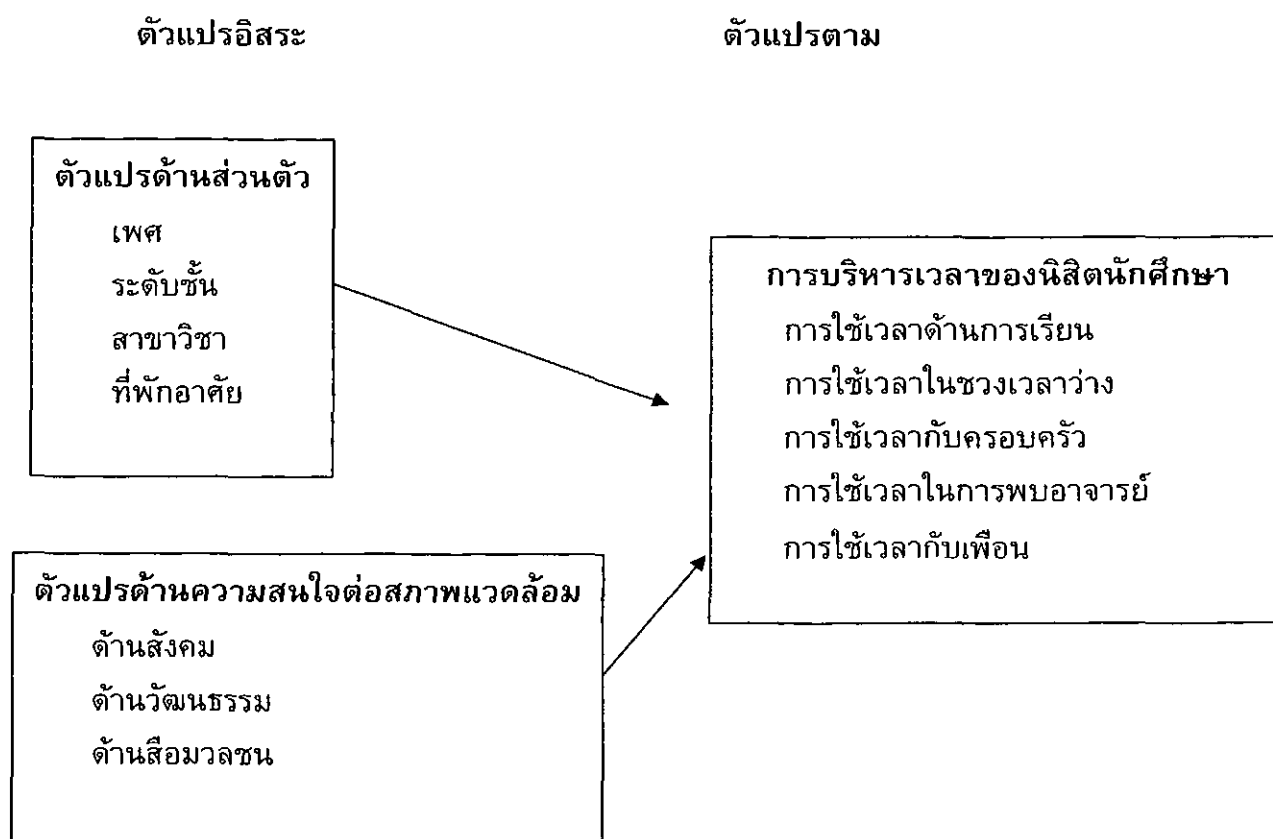
6.2 ความสนใจต่อสภาพแวดล้อมด้านวัฒนธรรม หมายถึง การที่นิสิตนักศึกษา

มีความสนใจต่อวัฒนธรรมไทยและมีการแสดงออกในลักษณะที่เป็นรูปธรรม ได้แก่ การแต่งกาย การบริโภคอาหาร ภาษาที่ใช้พูด และการแสดงออกความเคารพต่อผู้อาวุโสกว่า

6.3 ความสนใจต่อสภาพแวดล้อมด้านสื่омวลชน หมายถึง การที่นิสิตนักศึกษาให้

ความสนใจต่อสื่อมวลชนมีการติดตามข้อมูลข่าวสารและความเคลื่อนไหวต่างๆ ที่เกิดขึ้นในสังคม โดยการเปิดรับสื่อประเภทต่างๆ ได้แก่ สื่อภาพยนตร์ สื่อโทรทัศน์ สื่อวิทยุ สื่อสิ่งพิมพ์และสื่ออินเทอร์เน็ต

กรอบแนวคิดในการศึกษา



สมมติฐานของการวิจัย

1 นิสิตนักศึกษาที่มีเพศ ระดับชั้น สาขาวิชาที่ศึกษา ที่พักอาศัย และความสนใจต่อสภาพแวดล้อมต่างกัน มีการบริหารเวลาแตกต่างกัน

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และได้นำเสนอตามหัวข้อต่อไปนี้

- 1 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการบริหารเวลา
 - 1 1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการบริหารเวลา
 - 1 1 1 ความหมายและความสำคัญของเวลา
 - 1 1 2 ลักษณะการใช้เวลา
 - 1 1 3 การบริหารเวลา
 - 1 1 4 วิธีการบริหารเวลา
 - 1 1 5 ปัญหาซึ่งก่อให้เกิดการสูญเสียเวลา
 - 1 2 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการบริหารเวลา
- 2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการบริหารเวลา
 - 2 1 เพศกับการบริหารเวลา
 - 2 2 ระดับชั้นกับการบริหารเวลา
 - 2 3 คณะที่ศึกษากับการบริหารเวลา
 - 2 4 ที่พักอาศัยกับการบริหารเวลา
 - 2 5 ความสนใจกับการบริหารเวลา

1 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการบริหารเวลา

1 1 เอกสารที่เกี่ยวข้องกับการบริหารเวลา

1 1 1 ความหมายและความสำคัญของเวลา

แอตเลอร์ (ถูกเงิน แก้วแกมเสือ 2527 33 , อ้างอิงจาก Adler 1955 9) กล่าวว่า เวลา มีลักษณะเป็นนามธรรมที่มองเห็นและสัมผัสไม่ได้ คนมีชีวิตอยู่ในแม่น้ำแห่งการเวลา เวลา ไหลผ่านไปเหมือนกระแสน้ำ คนมีโอกาสดำเนินการต่าง ๆ ได้หลายอย่างแต่มีเวลาไม่พอที่จะทำให้สำเร็จ ทุกอย่างบางครั้งอยากให้เวลาหยุดนิ่ง แต่เวลาไม่เคยหยุดนิ่งรอใครเลย เวลาเคลื่อนไหวตลอดเวลา และ เคลื่อนที่ไปในทิศทางเดียวเท่านั้น คือจากอดีตเป็นปัจจุบันและอนาคต

วีรัตน์ บัวขาว (2537 26) กล่าวว่า ทรัพยากรเวลาเป็นสิ่งสำคัญยิ่งเมื่อหมดไปแล้ว ไม่สามารถที่จะสร้างขึ้นใหม่เพื่อทดแทน หรือเก็บสะสมไว้ได้เหมือนทรัพยากรอย่างอื่น เวลาจึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่ง ผู้ที่ประสบความสำเร็จต้องเป็นผู้ที่สามารถใช้เวลาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

สุขใจ น้าผุด (2536 44) กล่าวว่า เวลาเป็นสิ่งมีค่า เราสามารถใช้ให้เกิดเป็นเงินเป็นทองขึ้นมาได้ แต่เวลาเป็นทรัพยากร ที่ต่างจากทรัพยากรทั้งหลายเพราะเมื่อผ่านไปแล้ว จะผ่านไปเลย ไม่มีการย้อนกลับคืนมา อีกทั้งไม่อาจซื้อหาหรือแลกเปลี่ยนด้วยสิ่งของอื่นใดได้ ดังนั้นคุณค่าของเวลา จึงขึ้นอยู่กับการใช้ให้เกิดประโยชน์เท่านั้น

วิมาน จิวเจียม (2539 6) ได้ให้ความหมายของเวลาไว้ดังนี้

เวลาเป็นทรัพยากรธรรมชาติที่มนุษย์ได้รับมาเท่าเทียมกัน สำหรับใช้ในการทำงานโดยมีหน่วยนับเป็น วินาที นาที ชั่วโมง วัน สัปดาห์ เดือน ปี ยกเว้นช่วงอายุขัยซึ่งจะไม่เท่ากัน

1 เวลาเป็นทรัพยากรที่เปลี่ยนแปลงไม่ได้ เวลาที่ผ่านไปแล้วจะหวนกลับไปสู่ออดีตอีกย่อมทำไม่ได้

2 เวลาเป็นทรัพยากรที่สะสมไม่ได้ จึงไม่มีธนาคารหรือโรงพัสดุ หรือห้องเก็บสะสมเวลา

3 เวลาเป็นทรัพยากรที่อนุรักษ์ไม่ได้ หรือหยุดเวลาไม่ได้ เวลาจะต้องเดินไปตามทิศทางของเวลา จากอดีตไปสู่ปัจจุบันและอนาคตเป็นลักษณะก้าวไปข้างหน้าอย่างไม่หยุดยั้ง

4 เวลาเป็นทรัพยากรที่หายืมเช่นเดียวกับเงินหรือวัสดุไม่ได้

จากความหมายและความสำคัญของเวลาดังกล่าว สรุปได้ว่า เวลา เป็นทรัพยากรที่มีคุณค่า ไม่สามารถเก็บสะสมไว้ได้และมีการเคลื่อนไหวไปข้างหน้าตลอดเวลา เมื่อเวลาผ่านไปแล้วก็ไม่สามารถย้อนกลับ ดังนั้นคุณค่าของเวลาจะขึ้นอยู่กับการใช้ให้เกิดประโยชน์ของผู้ใช้เวลาเท่านั้น

1 1 2 ลักษณะการใช้เวลา

เมธี ปิลันธนานนท์ (2528 8) ได้แบ่งกิจกรรมในการใช้เวลาของบุคคลไว้ 6 ประเภท คือ

1 กิจกรรมอาชีพ เป็นการใช้เวลาเพื่อปากท้อง และปัจจัยการครองชีพของตนเองและครอบครัว ประมาณวันละ 6 ชั่วโมง หรือ 1 ใน 4 ของเวลาในแต่ละวัน

2 กิจกรรมของครอบครัว เป็นกิจกรรมที่ต้องใช้เวลาเพื่อความสุขสมบูรณ์ สงบสุข ความมั่นคง ทั้งนี้รวมทั้งการอบรมสั่งสอนสมาชิกในครอบครัวด้วย

3 กิจกรรมของชุมชน เป็นการใช้เวลาเพื่อความร่วมมือ และให้ความช่วยเหลือแก่องค์กร หรือสถาบันต่างๆ ในชุมชน

4 กิจกรรมการพักผ่อน และการสังคม เป็นกิจกรรมที่ใช้เวลามากที่สุด เช่น นอน วันละ 8 ชั่วโมง นอกจากนั้นยัง เที่ยวเตร่ ดูทีวี ฟังเพลง เป็นต้น ซึ่งบางคนใช้มากจนกระทั่งกระทบกระเทือนเวลาที่จะต้องทำกิจกรรมอย่างอื่น

5 กิจกรรมส่วนตัว บุคคลต้องมีเวลาเป็นส่วนตัว เช่น การสวดมนต์ภาวนา นั่งสมาธิ ทำผม ตัดเสื้อผ้าและอื่นๆ

6 กิจกรรมเพื่อสุขภาพ เป็นกิจกรรมที่ต้องอุทิศเวลาส่วนหนึ่ง เพื่อการตรวจร่างกาย การรักษาความเจ็บไข้ การออกกำลังกาย เป็นต้น ส่วนใหญ่จะให้ความสำคัญของการใช้เวลาด้านนี้เป็นอันดับสุดท้าย

ยูริส (Uris 1970 6) ได้แบ่งเวลาเป็น 3 ประเภท ตามลักษณะงานที่ต้องใช้เวลาแตกต่างกันคือ

1 เวลาที่ต้องใช้อย่างคงที่ (Fixed) ได้แก่ เรื่องที่ต้องปฏิบัติในสัปดาห์ที่มีลักษณะสม่ำเสมอและไม่อาจตัดทอนได้เลย

2 เวลาที่พอยืดหยุ่นได้ (Semi-flexible) ได้แก่ เรื่องที่พอจะเพิ่มลดหรือยืดหยุ่นเวลาในการปฏิบัติงานพอสมควร

3 เวลาที่สามารถแปรเปลี่ยนได้ (Variable) ได้แก่ เรื่องที่สามารถจะระงับโดยเปลี่ยนไปใช้ทางเลือกอื่น อาจจะรอไว้ทำภายหลังหรือสามารถเพิ่มหรือลดเวลาเรื่องนั้นได้เต็มที่

นอกจากนี้ยูริส ยังให้ข้อเสนอแนะสำหรับนักศึกษาในการตรวจสอบข้อบกพร่องหรือจุดอ่อนของตนเองในการจัดสรรเวลา โดยใช้คำถามเหล่านี้เป็นแนวทาง คือ

1 การจัดแบ่งเวลาที่กำหนดไว้นั้นได้เป็นไปตามความสำคัญที่ควรจะเป็นหรือไม่ ถ้าเพิ่มเวลาให้กับกิจกรรมที่กำหนดไว้นั้นแล้ว จะช่วยเพิ่มผลสำเร็จของตนและของงานชิ้นนี้ขึ้นบ้างหรือไม่ สามารถเปลี่ยนเรื่องที่อยู่ภายใต้ประเภทคงที่ มาอยู่ภายใต้ประเภทที่พอจะยืดหยุ่นได้บ้างหรือไม่สามารถเปลี่ยนเรื่องที่อยู่ภายใต้ประเภทที่พอยืดหยุ่นได้ มาอยู่ในประเภทคงที่ได้หรือไม่ เพราะบางครั้งเราอาจมองข้ามกิจกรรมสำคัญๆและจำเป็นจะต้องทำไปบ้างก็ได้

2 กิจกรรมที่จัดประเภทไว้ว่าสามารถจะแปรเปลี่ยนได้นั้น สามารถตัดทิ้งไปเสียได้หรือไม่ โดยมากถ้าวิเคราะห์ให้ดีจะพบกับกิจกรรมที่ไม่มีความสำคัญอะไร ทำให้เราสามารถตัดหรือย่นเวลาไปได้มาก

รัชนี ลาขโรจน์ (2527 100) กล่าวว่า การใช้เวลาของคนนั้น สามารถจำแนกออกเป็น 4 ทาง ได้แก่

1 เวลาที่ใช้ในการทำงาน คือ เวลาที่ใช้ในการประกอบอาชีพ หากเป็นนักเรียน นักศึกษาก็คือ เวลาในการเรียนหนังสือ

2 เวลาที่ใช้ในการนอน

3 เวลาที่ใช้เพื่อการทำกิจวัตรประจำวัน

4 เวลาที่ใช้เพื่อพักผ่อนหย่อนใจ

สุขใจ น้าผุด (2536 44) ได้แบ่งประเภทของการใช้เวลาให้เกิดประโยชน์ 3ประเภทคือ

1 การใช้เวลาเพื่อการทำงานอาชีพ ควรใช้วันละ 10 ชั่วโมง เพื่อประกอบอาชีพที่ก่อให้เกิดรายได้ สำหรับเลี้ยงชีพของตนเอง และครอบครัว

2 การใช้เวลาเพื่อสุขภาพ ควรใช้วันละ 4 ชั่วโมง เพื่อการพักผ่อน ออกกำลังกายและอื่นๆจะทำให้สุขภาพแข็งแรงและประหยัดค่าหมอ

3 การใช้เวลาว่าง ควรใช้วันละ 4 ชั่วโมง เพื่อการพักผ่อน บันทึกลง ทำงานอดิเรก จะทำให้มีผลดีทางด้านอารมณ์ จิตใจ หรืออาจก่อให้เกิดรายได้บางส่วนด้วย

ขจรศักดิ์ หาญณรงค์ (2519 5-8) ได้สรุปถึงลักษณะของการใช้เวลาของมนุษย์ตั้งแต่เกิด จนถึงตลอดชีวิตซึ่งอายุประมาณ 70 ปี ไว้ว่า มนุษย์ จะใช้เวลาทั้งหมดของชีวิตโดยประมาณดังนี้

1 นอนหลับ 23 ปี คิดเป็นร้อยละ 32.9 ของเวลาที่มีหรือประมาณวันละ 7 ชั่วโมง 53 นาที

2 ศึกษาและทำงาน 19 ปี คิดเป็นร้อยละ 27.2 ของเวลาที่มี หรือประมาณวันละ 6 ชั่วโมง 30 นาที

3 พักผ่อน รื่นเริง 9 ปี คิดเป็นร้อยละ 12.8 ของเวลาที่มี หรือประมาณวันละ 3 ชั่วโมง 5 นาที

4 รับประทานอาหาร 6 ปี คิดเป็นร้อยละ 8.6 ของเวลาที่มี หรือประมาณวันละ 2 ชั่วโมง 30 นาที

5 เดินทาง 6 ปี คิดเป็นร้อยละ 8.6 ของเวลาที่มี หรือประมาณ 8.6 ของเวลาที่มี หรือประมาณวันละ 2 ชั่วโมง 30 นาที

6 เจ็บป่วย 4 ปี คิดเป็นร้อยละ 5.7 ของเวลาที่มี หรือประมาณวันละ 1 ชั่วโมง 22 นาที

7 แต่งตัว 2 ปี คิดเป็นร้อยละ 2.8 ของเวลาที่มี หรือประมาณวันละ 41 นาที

8 การศาสนา 1 ปี คิดเป็นร้อยละ 1.4 ของเวลาที่มี หรือประมาณวันละ 20 นาที

กล่าวโดยสรุปแล้ว การดำเนินชีวิตของคนเราในแต่ละวันนั้น มีกิจกรรมต่างๆ เข้ามาเกี่ยวข้องมากมายแล้วแต่บทบาทหน้าที่ของแต่ละคนที่ได้รับ ซึ่งบุคคลจะมีการใช้เวลาในการทำกิจกรรมหลักๆ เพื่อการดำรงชีวิตได้แก่ การใช้เวลาในการประกอบอาชีพ การศึกษา การใช้เวลากับครอบครัว การใช้เวลากับสังคมหรือเพื่อน การใช้เวลาในช่วงเวลาว่างเพื่อสันทนาการและสังคม เป็นต้น

1.1.3 การบริหารเวลา

ความหมายของการบริหารเวลา

เฉลิม สุขคะสมบัติ (2527 44-47) ได้ให้ความหมายว่า การบริหารเวลาหมายถึง

วิธีการดำเนินการโดยใช้เวลาปฏิบัติงานให้ได้ผลตรงตามเป้าหมายมากที่สุด ให้รู้ถึงวิธีการทำงานโดยละเอียด รวมทั้งปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับงานด้วย เพื่อประโยชน์นำมาใช้ในการวางแผนการปฏิบัติงาน

พวงค์ จาดช้าง (2539 16) ให้ความหมายของการบริหารเวลาไว้ว่า การบริหารเวลา หมายถึง การที่นักศึกษาใช้เวลาที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์สูงสุด มีการจัดระเบียบการใช้เวลาในด้านการศึกษาเล่าเรียน ด้านกิจวัตรประจำวัน และด้านใช้เวลาว่าง มีการวางแผน และหาเทคนิคต่างๆที่จะใช้เวลาที่มีอยู่อย่างมีประสิทธิภาพ

ชุตินา พงศ์วรินทร์ (2540 45) ได้กล่าวไว้ว่า การบริหารเวลา หมายถึง การใช้เวลาในการทำกิจกรรมต่างๆทั้งที่บ้านและที่โรงเรียนอย่างมีประสิทธิภาพ เพื่อไปสู่เป้าหมายที่กำหนด

เฟอร์เนอร์ (เสริมศักดิ์ วิชาลาภรณ์ 2537 137, อ้างอิงจาก Ferner 1980 *Successful Time Management* p 12) ได้กล่าวว่า การใช้เวลาอย่างมีประสิทธิภาพเพื่อก่อให้เกิดประสิทธิผลในการบรรลุเป้าหมายที่สำคัญ ซึ่งประสิทธิภาพหมายถึง การทำสิ่งต่างๆให้ถูกต้อง และมีประสิทธิผล การทำในสิ่งที่ควร ทำในสิ่งที่ควรจะทำ (doing the right things)

สมิทธิ์ และสมิทธิ์ (พวงค์ จาดช้าง 2539 2 อ้างอิงมาจาก Smith and Smith 1990 9) การบริหารตนเอง การบริหารเวลาจะช่วยให้มีการใช้เวลาดีขึ้น ช่วยลดความเครียดจากการศึกษาเล่าเรียนและจะเป็นการวางแผนและกำหนดระยะเวลาในการทำกิจกรรมต่างๆในชีวิตของนักศึกษาอย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพ

อัชฌา ลิ้มปี่ไพฑูรย์ (2535 17) กล่าวว่า การบริหารเวลาจะขึ้นอยู่กับกิจกรรม 2 ส่วน คือส่วนแรกต้องแบ่งเวลา ในการทำงานออกเป็นช่วงสั้นๆ เช่น ทุกๆครึ่งชั่วโมงเป็นต้น ส่วนต่อไปหลังจากนั้นก็ถือการวิเคราะห์ การใช้เวลาที่เป็นอยู่ว่าส่วนไหนใช้เวลากับการทำกิจกรรมอะไร สอดคล้องกับหน้าที่การทำงานที่ทำอยู่หรือไม่ ถ้าไม่ต้องปรับปรุงให้เหมาะสมกับความสำคัญของงาน ดังนั้นในการวางแผนการทำงานจึงควรจัดแบ่งเวลาให้เหมาะสมกับความสำคัญของงาน ดังนั้นในการวางแผนการทำงานจึงควรจัดแบ่งเวลาให้เหมาะสมเป็นสัดส่วน ประเภทของงานที่มีความสำคัญ 65% คืองานในหน้าที่ ที่ต้องรับผิดชอบ ประเภทของงานที่มีความสำคัญรองลงมา 15% คืองานฉุกเฉิน และงานที่ได้รับมอบหมายพิเศษ ประเภทของงานที่มีความสำคัญอย่างละ 10% คืองานทั่วไป และงานริเริ่มสร้างสรรค์ ฉะนั้นการจัดแบ่งเวลาจึงควรจัดแบ่งให้เป็นสัดส่วน

สุขใจ น้ำผุด (2536 44-45) ได้กล่าวถึง การบริหารเวลาควรมีการจัดทำดังนี้

1 การจัดสรรเวลา โดยพิจารณาดูว่า เวลา 24 ชั่วโมงทำอะไรบ้างในสัดส่วนเท่าใดเหมาะสมหรือไม่ ก่อให้เกิดประโยชน์ ทั้งด้านอาชีพ การงาน สุขภาพ และอื่นๆอย่างแท้จริง ทำได้โดยการจดบันทึก บันทึกไว้ประจำตัวเสมอ เพื่อจะได้เห็นจริงว่าใช้เวลาอย่างคุ้มค่าแล้ว

2 ทำงานตามจังหวะเวลา ด้วยการทำสิ่งต่างๆ ที่ได้วางแผนไว้ให้สอดคล้องกับจังหวะเวลา กล่าวคือ เมื่อถึงเวลาทำงาน ก็ทำงานด้วยความตั้งใจ มานะ พากเพียร เพื่อให้เกิดความก้าวหน้า ถึงเวลาพักผ่อนก็ต้องพักผ่อนอย่างเต็มที่ เพื่อจะเสริมสร้างสุขภาพ อันจะมีผลต่อ

ความสำเร็จในการทำงานต่อไป เพราะถ้าเราทำงานตามแผนที่วางไว้ให้สอดคล้องกับเวลาที่มีอยู่ โดยไม่เร่งรีบหรือชักช้าเกินไป เราก็จะทำทุกสิ่งได้สำเร็จตามเป้าหมายที่วางไว้

3 ใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ เวลาที่ว่างเว้นจากอาชีพ หรือเพื่อการสร้างสุขภาพ ย่อมเป็นเวลาว่าง ซึ่งแต่ละคนมีอิสระที่จะเลือกใช้ได้ตามความถนัด และความพอใจการใช้เวลาให้เกิดประโยชน์ด้วยการทำงานอดิเรก เป็นสิ่งที่ดีที่สุด ไม่ว่าจะเป็นการเก็บรวบรวมสะสมสิ่งต่างๆ งานประดิษฐ์ การปลูกต้นไม้ การอ่านหนังสือ ซึ่งสิ่งเหล่านี้ จะก่อให้เกิดความเพลิดเพลิน ความรู้และเป็นรายได้ สำหรับจุนเจือครอบครัวได้อย่างดี

วารุณี อมรทัต (2530 48-49) ได้กล่าวถึง หลักการแบ่งเวลาของเยาวยชนว่า ควรจะมีการแบ่งเวลาให้กับตนเองและเวลาให้กับผู้อื่นควบคู่กันไป โดยแบ่งเวลาให้กับตนเองนั้นได้แก่ เวลาในการทำกิจวัตรประจำวัน เวลาในการศึกษาหาความรู้เพิ่มเติมและทบทวนบทเรียน เวลาในการทำงานอดิเรกที่ตนเองชอบและถนัด สำหรับเวลาเพื่อให้อื่นได้แก่ เวลาในการช่วยเหลือทำงานบ้านดูแลผู้สูงอายุและน้องๆ เวลาในการเข้ากลุ่มพบปะสังสรรค์กับผู้อื่นเพื่อการสมาคม เวลาในการช่วยเหลือสังคมนับตั้งแต่ที่อยู่ใกล้ตัว เช่นครอบครัว ญาติมิตร เพื่อนบ้าน ตลอดจนบุคคลที่อยู่ใกล้ตัวที่เรารู้จักและไม่รู้จัก ซึ่งถ้าเยาวยชนสามารถจัดแบ่งเวลาให้กับตนเองและสังคมได้อย่างเหมาะสมดังที่กล่าวมาข้างต้นแล้ว จะช่วยพัฒนาเยาวยชนให้กลายเป็นคนที่มีคุณภาพซึ่งจะส่งผลต่อครอบครัวและสังคมอีกด้วย

✓ เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์ (2543 18-27) ได้กล่าวถึงการบริหารเวลา ไว้ว่า เวลา ก็เหมือนกับชีวิต เมื่อใช้หมดแล้วก็หมดไป การบริหารเวลาก็เท่ากับการบริหารชีวิต และคนที่ต้องการประสบความสำเร็จและความสุขในชีวิตย่อมหลีกเลี่ยงการบริหารชีวิตหรือการบริหารเวลาไปไม่ได้ การบริหารเวลามีความจำเป็นซึ่งสามารถสรุปได้ดังต่อไปนี้

1 ทำให้ชีวิตมีเป้าหมาย การตระหนักถึงความสำคัญของการบริหารเวลาเป็นจุดกระตุ้นให้เราค้นหาเป้าหมายที่มีคุณค่าในชีวิต เมื่อคนเรามีเป้าหมายแล้ว เป้าหมายนั้นจะกลั้มมากระตุ้นให้เรา มีความมุ่งมั่น ตั้งใจ บริหารเวลาในชีวิต จนกว่าจะไปซึ่งจุดหมายปลายทางของเป้าหมายนั้น

2 ทำให้ไปถึงเป้าหมายที่ตั้งไว้ เมื่อคนเรามีเป้าหมายแล้ว การที่จะประสบความสำเร็จได้นั้น บุคคลนั้นจะต้องทุ่มเท บากบั่นเพื่อไปให้ถึงเป้าหมายนั้น สำหรับคนที่ตั้งใจไว้อย่างแท้จริงแล้ว เขาจะตระหนักถึงคุณค่าของเวลาทุกวินาที และจะพยายามอย่างเต็มที่ที่จะใช้เวลาทั้งหมดที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์สูงสุดในการผลักดันชีวิตของเขาไปสู่เป้าหมาย ซึ่งเขาจะวางตารางเวลาในชีวิตแต่ละวันว่าจะต้องทำกิจกรรมใดในช่วงเวลาใด และแต่ละช่วงของชีวิตทั้งในระยะสั้น ระยะยาวว่าจะต้องทำอะไร จะต้องฝึกฝน เรียนรู้เพื่อพัฒนาตนในด้านใดบ้างจึงจะเอื้อต่อการก้าวไปสู่ความสำเร็จ

3 ทำให้ชีวิตมีคุณค่ามีความหมาย เราสามารถนำเวลาไปทำในสิ่งต่างๆ ที่มีประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น เช่นใช้ในการสร้างสรรค์ศิลปะที่จะช่วยจรโลงจิตใจของคนในสังคม อ่านหนังสือ

แสวงหาความรู้ที่จะช่วยยกระดับปัญญาของตนให้สูงขึ้น เพื่อความก้าวหน้าในชีวิตและมีส่วนช่วยพัฒนาสังคมให้ดีขึ้น ซึ่งสิ่งเหล่านี้ทำให้ชีวิตเรามีคุณค่าและมีความหมายมากขึ้น

4 ทำให้ชีวิตมีสมดุลครบด้าน การที่เรารู้จักหวั่นไหวของเวลาในการดำเนินชีวิตและมีการจัดสรรเวลาในแต่ละด้าน ซึ่งได้แก่ ครอบครัว หน้าที่การงาน มิตรภาพ สังคม ชีวิตส่วนตัวและอื่นๆ ได้อย่างสมดุล ชีวิตของเราจะสามารถที่จะประสบผลสำเร็จในทุกๆด้าน ได้อย่างน่าภูมิใจ

5 ทำให้ชีวิตมีความสุข ความพึงพอใจในชีวิต ซึ่งความพอใจในชีวิตนี้เกิดจากการที่เราประสบผลสำเร็จด้านต่างๆในชีวิต เช่นการเรียน การงาน ชีวิตในครอบครัว อันเป็นผลมาจากความมุ่งมั่น อุดสาหะพากเพียรในการบริหารเวลา บริหารชีวิตอย่างตั้งใจ นอกจากนี้การบริหารเวลาที่ดียังนำมาซึ่งความสุข ความพึงพอใจในชีวิตอีกแง่มุมหนึ่งคือ เมื่อเราจัดสรรเวลาอย่างเพียงพอสำหรับการพักผ่อนประจำวัน สำหรับงานอดิเรกที่เรารัก การได้ใช้เวลากับคนที่มีความหมายพิเศษสำหรับเรา การเป็นเจ้าของสุขภาพที่แข็งแรงสมบูรณ์ เนื่องจากมีเวลาออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ การเป็นเจ้าของจิตใจที่สดชื่น เนื่องจากไม่ต้องเคร่งเครียดกับเส้นตายของงานและการได้ไปพักผ่อนตากอากาศ ฯลฯ

6 ทำให้ทำงานได้สำเร็จลุล่วงและได้รับความก้าวหน้าในชีวิต การบริหารเวลาคือการบริหารชีวิต จะทำให้คนพัฒนาด้านความบกพร่องต่างๆได้หากเราเริ่มต้นตั้งเป้าหมายในชีวิตและเรียนรู้ที่จะจัดสรรเวลาในการทำกิจกรรมต่างๆนั้นจะทำให้เราพบความสำเร็จและความก้าวหน้าในชีวิต

จากความหมายของการบริหารเวลาดังกล่าว สรุปได้ว่า การบริหารเวลา หมายถึง การที่บุคคลรู้จักจัดสรรเวลาในการทำกิจกรรมในแต่ละด้าน ซึ่งได้แก่ การศึกษา ครอบครัว หน้าที่การงาน มิตรภาพ สังคม ชีวิตส่วนตัวและอื่นๆ ซึ่งถ้าบุคคลนั้นสามารถจัดสรรเวลาได้อย่างลงตัวและสมดุลก็จะทำให้พบกับความสำเร็จและความก้าวหน้าในชีวิต

1 1 4 วิธีการบริหารเวลา

เพื่อการใช้เวลาอย่างมีประสิทธิภาพ ในเรื่องการบริหารเวลานี้ได้มีผู้เสนอหลายแนวคิดด้วยกัน ซึ่งรวบรวมนำมาเสนอพอเป็นสังเขป ดังนี้

คูเปอร์ (Cooper 1952 45) กล่าวว่า การบริหารเวลาเป็นความพยายามในการใช้ทรัพยากรให้มีคุณค่าและเกิดประโยชน์มากที่สุด การบริหารเวลาที่มีประสิทธิภาพนั้น วิธีที่ดีที่สุดคือการกำหนดแผนการทำงานของตนเองขึ้นมา แผนการทำงานนี้ควรมีลักษณะเป็นแผนการทำงานทั้งหมด ไม่ใช่เพียงแค่เพื่อปรับปรุงงานหรือแผนเพื่อทำกิจกรรมอย่างใดอย่างหนึ่งเท่านั้น

บลิส (Bliss 1976 120-122) ได้เสนอเทคนิคในการบริหารเวลาไว้ 10 ประการดังนี้

1 ต้องวางแผน ในวันหนึ่งๆ ต้องยอมเสียเวลาวางแผนเพื่อป้องกันการทำงานอย่างสับสนและวางแผนการใช้เวลาอย่างต่อเนื่อง

2 ต้องตั้งสมาธิ สมาธิจะช่วยให้การปฏิบัติงานมีประสิทธิภาพ และเป็นการประหยัดเวลา

3 ต้องหยุดพักบ้าง การทำงานติดต่อกันนานๆจะเกิดความเครียด และทำให้ประสิทธิภาพการทำงานลดลง ควรพักผ่อนเพื่อรักษาสุขภาพและลดความเครียด

4 หลีกเลี่ยงความไม่มีระเบียบ ควรจัดการทำงานอย่างมีระบบตามลำดับก่อนหลังจะทำให้ใช้เวลาได้อย่างมีประสิทธิภาพ

5 อย่าเป็นคนที่ต้องทำงานให้สมบูรณ์แบบ การทำงานสมบูรณ์แบบทำให้เสียเวลาโดยใช่เหตุ ควรทำงานให้มีประสิทธิภาพและเหมาะสมกับเวลาที่มีอยู่

6 อย่ากลัวที่จะต้องปฏิเสธ การตามใจคนหรือรับงานทุกอย่างที่เสนอมักจะทำให้งานประจำวันที่ต้องหยุดชะงักหรือลดน้อยลง

7 อย่าผลัดวันประกันพรุ่ง การผลัดวันประกันพรุ่งนอกจากจะสร้างนิสัยการทำงานที่ไม่ดีแล้ว ยังทำให้เสียเวลาการทำงานโดยเปล่าประโยชน์

8 ใช้วิธีการผ่าตัด เมื่อมีงานสะสมกันมาก ๆ ควรสะสมให้หมดไป เป็นการประเมินผลงานและปรับปรุงงานไปในตัว

9 การมอบอำนาจหน้าที่ การรู้จักมอบอำนาจหน้าที่เป็นการประหยัดเวลาในการทำงาน

10 อย่าเป็นคนบ้างาน การทำงานตลอดเวลาโดยไม่มีเวลาพักผ่อน นอกจากจะไม่เพิ่มประสิทธิภาพในการทำงานแล้ว ยังเป็นการทำลายตัวเองและทำให้เกิดผลเสียมากกว่าผลดี

มงคล สันจิตินิวิฐ (2531 75-79) กล่าวถึงการใช้เวลาอย่างมีประสิทธิภาพดังนี้

1 กำหนดจุดมุ่งหมายของงาน วางเป้าหมายของงานที่เราจะทำว่าเราจะทำเพื่ออะไร มีวิธีที่จะทำงานนั้นไปสู่เป้าหมายอย่างไร พร้อมเรียงลำดับความสำคัญว่างานใดมีความจำเป็นที่จะต้องรีบเร่งดำเนินการก่อน งานใดที่ยังไม่จำเป็นเร่งด่วน

2 กำหนดงานที่จะทำในแต่ละวัน วางแผนไว้ล่วงหน้า ในวันนี้ วันมะรืนหรือวันต่อไป ในแต่ละวันเราควรทำอะไร เพราะจะไม่เสียเวลาคิด

3 ใช้เวลาที่มีอยู่ให้เกิดประโยชน์มากที่สุด ติดตามงานที่ทำ ศึกษาประเมินผลและพร้อมที่จะปรับปรุงแก้ไขปัญหาย่อยเสมอ

4 พยายามทำงานให้เสร็จในครั้งเดียว ไม่ควรทำงานซ้ำซ้อนกันหลายครั้ง ควรทำแบบสำเร็จรูป กล่าวคือ เมื่อได้พิจารณางานที่จะต้องทำแล้วเป็นว่ามีกิจกรรมที่ต้องดำเนินการหลายอย่าง ก็ควรวางแผนหรือลงมือปฏิบัติให้เสร็จสิ้น ไปในคราวเดียวกัน ทั้งนี้หากเป็นงานที่มอบหมายให้ผู้อื่นปฏิบัติแทนได้ก็ควรมอบหมายไปเลย

5 พร้อมที่จะปฏิบัติงานได้ตลอดเวลา อย่าเป็นคนผลัดวันประกันพรุ่ง จะต้องลงมือปฏิบัติในทันที และอย่าได้ลังเลใจในการตัดสินใจ เพื่อเราจะได้ใช้เวลาให้เป็นประโยชน์อย่างอื่นเพิ่มขึ้น

สมชาย ศรีสันติสุข (2541 63) ได้กล่าวถึง การบริหารเวลาให้มีประสิทธิภาพมี

6 ขั้นตอน คือ

- 1 ตั้งเป้าหมายของตัวเองและจัดลำดับความสำคัญ
 - 1 1 พิจารณาว่าอะไรคือเป้าหมายระยะยาวในชีวิตของตนเอง (Life time)
 - 1 2 พิจารณาว่าอะไรคือเป้าหมายในช่วง 6 เดือนข้างหน้า
 - 1 3 จัดลำดับความสำคัญของเป้าหมายที่กำหนดไว้ พร้อมทั้งคิดกิจกรรม

เสริมที่ช่วยให้เป้าหมายของท่านสามารถบรรลุผลสำเร็จได้ตรงตามเวลา

- 2 ทำบันทึกสิ่งที่ต้องทำ หรือ "To Do List" เป็นรายวัน
- 3 เริ่มทำเรียงตามลำดับความสำคัญ
- 4 อย่าใช้เวลาไปกับเรื่องใดเรื่องหนึ่งมากเกินไปจนความจำเป็น
- 5 ถามตัวเองบ่อยๆว่า ขณะนี้ท่านได้ใช้เวลาอย่างคุ้มค่าหรือยัง
- 6 เริ่มทำทุกข้อตั้งแต่วันนี้

เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์ (2543 105-110) ได้เสนอแนวคิดของการใช้เวลาอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งสรุปได้ดังนี้

- 1 เรียนรู้ธรรมชาติในการทำงานของตนเอง การที่เราเข้าใจลักษณะทางธรรมชาติของตัวเอง เข้าใจนิสัยต่างๆสิ่งที่ชอบ ความถนัด การตอบสนองต่อสถานการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้นในชีวิต และเรียนรู้ว่าเราสามารถทำงานได้มีประสิทธิภาพมากที่สุดในช่วงเวลาใดแล้วแล้วจึงเลือกทำงานในช่วงเวลาต่างๆให้เหมาะสมกับตัวเรา

- 2 คิดหาวิธีที่มีประสิทธิภาพที่สุดก่อนลงมือทำ

- 3 ทำหลายอย่างพร้อมกันถ้าเป็นไปได้ โดยเราควรนำกิจกรรมที่เราต้องทำทั้งหมดมาดูว่ากิจกรรมใดสามารถทำพร้อมกับกิจกรรมใดได้บ้าง เพื่อช่วยลดเวลาในการทำกิจกรรมบางอย่าง

- 4 ใช้เวลาสั้นๆให้เป็นประโยชน์ เช่น ระหว่างที่รอคนที่นัดหรือรอรถมารับเราก็สามารถทำสิ่งอื่นที่เป็นประโยชน์ได้ เช่น อ่านหนังสือ ทำรายการสิ่งของที่ต้องซื้อ ตรวจแฟ้มงาน

- 5 ทำงานที่มีลักษณะเหมือนกันในช่วงเวลาเดียวกัน

- 6 ป้องกันตนเองจากการถูกรบกวนหรือการถูกขัดจังหวะ เพราะการถูกขัดจังหวะเป็นอุปสรรคประการหนึ่งที่ทำให้เกิดปัญหาอย่างมากในการบริหารเวลาเพราะบางครั้งเป็นเรื่องที่ไม่สามารถควบคุมได้ แต่อย่างไรก็ตามมีหลายกรณีที่เราสามารถป้องกันได้ เช่นเราอาจจะไม่รับโทรศัพท์ขณะที่เราทำงานเพราะอาจจะทำให้เสียสมาธิและขาดความต่อเนื่อง

- 7 รู้จักปฏิเสธสิ่งที่ไม่เป็นประโยชน์และทำให้เสียเวลาโดยไม่จำเป็น เราควรรู้จักเลือกที่จะทำสิ่งที่เป็นประโยชน์สูงสุดก่อน จากนั้นจึงเลือกทำงานที่มีความสำคัญในระดับรองๆลงมาทั้งนี้เราต้องเรียนรู้ที่จะปฏิเสธงานที่ไม่ได้ก่อให้เกิดประโยชน์อย่างแท้จริงและไม่ได้มีความสำคัญระดับสูงเพียงแต่มีผู้ขอร้องหรือรบเร้าให้ทำ

- 8 ใช้คู่มือและทำรายการสิ่งที่ต้องทำหรือจัดเตรียม งานที่เราต้องทำสม่ำเสมอ หรือทำเป็นประจำ หรืองานใดที่เราเคยทำแล้ว เราควรเขียนคู่มือการทำงานขึ้นนั้นไว้อย่างละเอียดรอบคอบและทำรายการสิ่งที่ต้องทำทั้งหมดไว้ เพื่อว่าเมื่อเราต้องย้อนกลับมาทำงานชิ้นนั้นหรืองาน

ที่คล้ายคลึงนั้นอีก หรือต้องส่งมอบงานนั้นให้คนอื่นรับผิดชอบต่อ เราจะไม่ต้องเสียเวลาเริ่มต้นจากศูนย์

9 บันทึกไว้ดีกว่าใช้ความจำ เพราะเราอาจมีภารกิจมากมายที่ต้องทำในแต่ละวันเราจึงไม่สามารถจดจำได้หมดทุกสิ่งโดยเฉพาะรายละเอียด บางครั้งการไม่จดบันทึกทันทีที่มีความคิดนั้นจะทำให้เราต้องเสียเวลานานในการพยายามนึกให้ออกว่าสิ่งนั้นคืออะไร

10 ระดมความคิด (Brainstorming) ในการหาคำตอบ วิธีการระดมความคิดนี้จะช่วยให้เราได้รับคำตอบในเวลาอันสั้นได้ เพราะการเสนอความคิดของคนที่มีพื้นฐานแตกต่างกันจะช่วยกระตุ้นให้คนอื่นคิดในสิ่งที่เขาอาจจะไม่เคยคิดถึงมาก่อนเลยหากเขาอยู่เพียงลำพัง การระดมความคิดจึงเป็นเหตุให้เราสามารถได้รับคำตอบที่คมชัด รวดเร็ว อีกทั้งมีความรอบคอบด้วย

11 กระจายงานหรือมอบหมายความรับผิดชอบให้ทีมงาน การกระจายงานให้ผู้อื่นเป็นวิธีที่ช่วยทำให้เราทำงานได้มากขึ้น เพราะเป็นการร่วมแรงกันทำงานจากหลายๆ คน ซึ่งจะทำให้ใช้เวลาโดยรวมน้อยกว่าที่เราทำทั้งหมดเพียงคนเดียว

สรุปได้ว่า การบริหารเวลาให้มีประสิทธิภาพนั้นจะต้องมีการกำหนดเป้าหมายและดำเนินการให้เป็นไปตามเป้าหมายที่ตั้งไว้ โดยอาศัยเทคนิคต่างๆ เข้ามาช่วยเหลือในการบริหารเวลานั้นๆ

1 1 5 ปัญหาซึ่งก่อให้เกิดการสูญเสียเวลา

สมิทธิ และสมิทธิ (พยางค์ จาดช่วง 2539 22 , อ้างอิงจาก Smith and Smith 1990) ได้กล่าวถึงปัจจัยที่ทำให้เวลานั้นมีสาเหตุมาจาก 2 แหล่ง ดังนี้

1 ปัจจัยที่เกิดภายในตัวบุคคล

2 ปัจจัยที่เกิดจากสาเหตุภายนอก

1 ปัจจัยที่เกิดภายในตัวบุคคล

1 1 ขาดการจัดการที่ดี (Lack of Organization) ควรมีการจัดการที่ดีกับช่องว่างในการทำงาน มีการเขียนแผนงานในปฏิทินในระยะตลอดภาคการศึกษา และตลอดรายสัปดาห์

1 2 การผลัดวันประกันพรุ่ง (Procrastination) เพราะนักศึกษาเห็นว่างานนั้นน่าเบื่อหน่ายๆ ไม่น่าสนใจ และยากเกินไป

1 3 ไม่กล้าที่จะกล่าวคำว่า “ไม่” (Inability to say no) ชีวิตในวิทยาลัยมีกิจกรรมมากมายในกลางวัน และกลางคืน เพื่อนที่ใจดีมักตกเป็นเป้าหมายของการถูกขอร้อง นักศึกษาสามารถที่จะกล่าวปฏิเสธเมื่อนักศึกษามีภาระที่จะต้องทำในเรื่องการเรียน เพื่อนแท้ของนักศึกษาจะเคารพในสิทธิส่วนบุคคล และปล่อยให้ศึกษาอยู่ตามลำพัง

1 4 ขาดความสนใจ (Lack of Interest) เป็นการยากที่จะมีสมาธิในการอ่านหนังสือหรือทำงานที่ได้รับมอบหมายที่เป็นงานไม่น่าสนใจ อาจารย์ผู้สอน สอนแบบไม่น่าสนใจจะเพิ่มความเบื่อหน่ายและเพิ่มการเสียเวลาของนักศึกษา

1 5 การปฏิเสขสังคม (Idle Socializing) พัฒนาความสัมพันธ์ทางสังคม คือหนึ่งในวิถีชีวิตในวิทยาลัยที่มีคุณค่า และน่าสนใจ อย่างไรก็ตามการปฏิเสขสังคมจะเป็นการลดการเสียเวลา เมื่อนักศึกษายอมให้สังคมมาขัดขวางสมาธิในการอ่านหนังสือ เพราะฉะนั้นนักศึกษาต้องพัฒนานิสัยในการปฏิเสธการเชื่อเชิญในสังคม ในช่วงระยะเวลาการอ่านหนังสือ เว้นแต่ช่วงหยุดพัก เมื่อนั้นการเข้าสังคมจะเป็นวิธีผ่อนคลายที่เป็นประโยชน์

1 6 ไม่เป็นผู้ที่ต้องการความถูกต้องสมบูรณ์แบบที่สุด (Unnecessary Perfectionism) การทำงานให้สมบูรณ์แบบ โดยไม่ได้ศึกษาความเป็นไปได้ของสภาพการณ์ขณะนั้น จะทำให้นักศึกษาเสียเวลาในการทำงานอื่นๆ ที่จำเป็นเหมือนกัน เพราะฉะนั้นมันจึงเป็นการเสี่ยงต่อผลที่จะได้รับ โดยการใช้พลังงานและเวลาเป็นจำนวนมากเพียงแต่การทำงานเพียงชิ้นเดียวสมบูรณ์แบบที่สุด

2 ปัจจัยที่เกิดจากสาเหตุภายนอก

1 การมีแขก (Visitors) ใครบางคนมักเข้ามาขัดจังหวะการทำงานของนักศึกษา เข้ามาพูดคุยและเชื้อเชิญเสมอ ดังนั้นนักศึกษาควรจะปฏิเสธอย่างนุ่มนวลหรืออาจนัดเขาให้มาหาในเวลาอื่นที่เหมาะสมกว่า

2 เสียงเรียกจากโทรศัพท์ (Telephone calls) การอ่านหนังสืออยู่ในห้องอาจจะหลีกเลี่ยงการรับแขกได้ แต่การหลีกเลี่ยงโทรศัพท์นั้นยาก มีทางเลือกอยู่ 2 ทาง คือ 1) ถอดปลั๊กโทรศัพท์ หรือ 2) การใช้คำตอบเบี่ยงบ่าย โดยอธิบายว่านักศึกษากำลังทำอะไรอยู่ และบอกให้เขาโทรศัพท์มาหาใหม่ในภายหลัง

3 การรอคอย (Waiting) ชีวิตในมหาวิทยาลัยเกี่ยวข้องกับการรอคอย เช่น คอยอาจารย์ เพื่อน อาหารและอื่นๆ นักศึกษาสามารถลดการเสียเวลารอคอย โดยการวางแผนเพื่อเอาชนะความเร่งรีบ พกพาหนังสือสำหรับอ่านเล่น หรือการใช้โทรศัพท์เมื่อในกรณีที่จำเป็นต้องไปด้วยตนเอง บางครั้งนักศึกษาอาจแลกเปลี่ยนกับเพื่อนร่วมห้อง ในการทำงานให้กันและกัน

4 เสียงที่ดังจนเกินไป (Excessive noise) นักศึกษาส่วนมากพักในห้องรวม ดังนั้นการถูกรบกวนด้วยเสียงดังจากเพื่อนร่วมห้องจึงมีบ่อย ทำให้ขาดสมาธิในการอ่านหนังสือ ดังนั้นนักศึกษาจึงต้องหาช่วงเวลาที่ยียบสงบ เช่น ตอนเข้านอนในการอ่านหนังสือ

ซูลีพร รามัญ(2540 31) ได้สรุปถึงสาเหตุของการเสียเวลามีอยู่ 2 สาเหตุ คือ

1 สาเหตุภายในตัวบุคคล ซึ่งเกิดจากการขาดความสมบูรณ์ทางร่างกาย จิตใจ หรือความรู้ ความสามารถในการทำงาน มีระบบงานที่ไม่กระชับรัดกุม ไร้ประสิทธิภาพ เช่น ขาดการวางแผนงาน ขาดการมอบหมายงานที่มีประสิทธิภาพ วัตถุประสงค์ในการทำงานไม่ชัดเจน ขาดการกำหนดลำดับความสำคัญของงาน ขาดความร่วมมือภายใน ระบบหละหลวมและซ้ำซ้อน การทำงานเฉพาะหน้าที่เร่งด่วนเป็นประจำ จนทำให้แผนหลักไม่บรรลุผล เป็นต้น

2 สาเหตุจากภายนอก ซึ่งเกิดจากสภาพแวดล้อมและสิ่งรบกวนหรือการขัด

จังหวะ เช่น ขาดบรรยากาศในการทำงานขาดสิ่งอำนวยความสะดวกในการทำงาน ถูกขัดจังหวะในการทำงานจากผู้ที่มาติดต่อ โทรศัพท์ การประชุม เป็นต้น

นอกจากนี้ เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์ (2543 90-105) ได้กล่าวถึงสิ่งที่ก่อให้เกิดการสูญเสียเวลา ดังนี้

สิ่งที่เป็นปัจจัยภายใน ได้แก่

1 ความกลัว ได้แก่ ความกลัวล้มเหลว กลัวความยากลำบาก กลัวว่าจะทำไม่ได้ไม่ดีพอ กลัวไม่ได้การยอมรับ กลัวถูกดูหมิ่น กลัวความรับผิดชอบ กลัวผลเสียต่างๆ ฯลฯ

2 ความไร้วินัย ความไร้วินัยคือตัวบ่อนทำลายความสำเร็จของบุคคล เพราะมันทำให้บุคคลนั้นไม่ทำสิ่งที่พึงกระทำในช่วงเวลาหนึ่งๆ แต่กลับใช้เวลานั้นไปทำสิ่งอื่นๆ ที่ตอบสนองอารมณ์ ความรู้สึกของตนเองมากกว่า ส่งผลให้งานในความรับผิดชอบล่าช้า เสร็จไม่ทันเวลา หรือเสร็จทันแต่ได้คุณภาพของงานต่ำกว่าที่ควรจะเป็น บางครั้งทำให้พลาดโอกาสดีๆ ในชีวิตไปอย่างน่าเสียดาย และหลายครั้งก่อให้เกิดปัญหาในชีวิต เนื่องจากการใช้เวลาอย่างไม่ถูกต้องทุกด้านที่สำคัญของชีวิต

3 การผลัดวันประกันพรุ่ง ความกลัวและความไร้วินัย คือสาเหตุสำคัญของพฤติกรรมผลัดวันประกันพรุ่ง บางคนเพราะกลัวความล้มเหลวจึงไม่กล้าเริ่มลงมือทำ ได้แต่ผัดผ่อนผลัดวันประกันพรุ่งเรื่อย ๆ ในขณะที่บางคนเพราะความไร้วินัยจึงไม่ตัดสินใจทำสิ่งที่ควรทำทันที และสาเหตุอีกประการหนึ่งของพฤติกรรมผลัดวันประกันพรุ่ง คือ ลักษณะนิสัยที่เฉื่อยชา ปล่อยตัวตามสบายไม่อยากเคร่งเครียดกับอะไรมากนัก ชอบทำอะไรตามอารมณ์ ความรู้สึก นึกอยากทำอะไรเมื่อไรจึงค่อยทำ

4 ความเกรงใจอย่างไม่เหมาะสม ได้แก่ การไม่กล้าปฏิเสธคำขอร้องให้ทำอะไรหรือชักชวนไปไหนมักจะรับไปเสียหมด ซึ่งจะทำให้งานที่อยู่ในความรับผิดชอบเกิดความล่าช้าและเกิดผลเสียตามมาอีกมากมาย

5 การมุงเอาชนะจนเกินควร ได้แก่ การที่มีจิตใจจดจ่ออยู่กับการมุงเอาชนะในบางสิ่งจนละเลยสิ่งสำคัญและจำเป็นอื่นๆ ไปเสียหมด

6 ขาดเป้าหมายชัดเจนในการปฏิบัติงาน

7 ขาดการกำหนดเส้นตายในการทำงาน ทำให้การทำงานล่าช้า นอกจากจะทำให้เราสูญเสียต่อความน่าเชื่อถือ ซึ่งส่งผลต่อความสำเร็จแล้วยังทำให้คนอื่น ๆ ที่รับช่วงต่อจากเราล่าช้าไปด้วย

8 การไม่กระจายงานหรือการกระจายงานอย่างไม่มีประสิทธิภาพ การทำงานโดยการกระจายงานมีหลักการเบื้องต้นหลังจากการที่เราแต่ละคนรู้ตัวว่าเราเพียงคนเดียวไม่สามารถทำได้หมดทุกเรื่อง เรามีความจำกัด และแม้เรามีความสามารถครบทุกอย่างเราก็ยังไม่สามารถทำทุกอย่างได้เนื่องจากความจำกัดของเวลา

สิ่งที่เป็นปัจจัยภายนอก ได้แก่

1 คนแะมาเยี่ยมโดยไม่มีจุดหมาย

2 โทรศัพท์ขัดจังหวะงาน

3 โต๊ะทำงานที่ยุ่งเหยิง

สรุปได้ว่า การสูญเสียเวลานั้นมีปัจจัยอยู่ 2 ประการ คือ ปัจจัยภายในที่เกิดจากตัวบุคคลเอง เช่น ความกลัว ความไร้วินัย การขาดเป้าหมายที่ชัดเจนในการปฏิบัติงาน การมุ่งเอาชนะจนเกินควร และปัจจัยภายนอก เช่น การมีแขกมาขัดจังหวะการทำงาน โทรศัพท์ขัดจังหวะ หรือเสียงที่ดังเกินไป เป็นต้น

12 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการบริหารเวลา

งานวิจัยในต่างประเทศ

เพนิสตัน (พยางค์ จาดช่วง 2540 18, อ้างอิงจาก Peniston 1944 17) ศึกษาเรื่องการใช้เวลาของนักเรียนที่มีปัญหาทางด้านการเรียน ผลการศึกษาพบว่า เด็กนักเรียนที่มีปัญหาด้านการเรียน หรือเด็กนักเรียนที่มีปัญหาทางด้านการใช้นั้นจะกลายเป็นเด็กที่ไม่มีความรับผิดชอบ ไม่รู้จักแบ่งเวลาให้กับตนเอง และไม่รู้จักคุณค่าของเวลาปล่อยให้เวลาเสียไปโดยเปล่าประโยชน์ ซึ่งสาเหตุที่ทำให้เด็กมีพฤติกรรมเหล่านี้เกิดมาจากหลายสาเหตุ เช่น จากครอบครัวเด็ก โรงเรียน การใช้เวลาของเด็กนักเรียนเอง ภาระรับผิดชอบที่นักเรียนได้รับ การมีเวลาว่าง ซึ่ง เพนิสตัน ได้เสนอแนวทางการแก้ไขปัญหาลูกหลาน เด็กที่มีปัญหาทางด้านการเรียนหรือมีปัญหาด้านการใช้เวลาควรจะมีการจัดสรรเวลาแบ่งประเภทกิจกรรมที่ทำ กำหนดแผนการล่วงหน้าในการทำกิจกรรม และจัดทำตารางแบ่งเวลาในการทำกิจกรรมที่ได้รับมอบหมาย และปฏิบัติตามตารางที่ได้จัดทำไว้ อย่างจริงจังซึ่งขั้นตอนในการปฏิบัติเหล่านี้ จะช่วยให้เด็กสามารถใช้เวลาได้อย่างเหมาะสมและมีประสิทธิภาพ ซึ่งจะส่งผลดีต่อตัวนักเรียนเอง

ดีลูชชี (Delucchi 1987 365) ได้ศึกษาเรื่อง การใช้เวลาของแต่ละบุคคลจะขึ้นอยู่กับคุณภาพและลักษณะนิสัย ตามรายงานการใช้เวลาของนักเรียนที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้พบว่า การใช้เวลาในการทำกิจกรรมต่างๆ และการประสบความสำเร็จในการบริหารเวลาการทำกิจกรรม จะขึ้นอยู่กับภูมิหลัง ลักษณะนิสัยของผู้ใช้เวลา ว่ามีการวางแผนจัดสรรเวลาได้เหมาะสมและการนำแผนการจัดสรรเวลาไปอย่างจริงจัง

เมอร์เรย์ (Murray 1988 172) ศึกษาการใช้เวลาว่างของเด็กวัยรุ่นพบว่าปัจจุบันเด็กวัยรุ่นประสบกับสภาพความกดดันจากการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ที่เกิดขึ้นจากสังคมและสิ่งแวดล้อม ซึ่งอิทธิพลต่อการใช้เวลาว่างของวัยรุ่นอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ทำให้เกิดผลเสียตามมาคือ เด็กวัยรุ่นมีการใช้เวลาในการทำกิจกรรมต่างๆ ไม่เหมาะสม เช่น การก่อคดีอาชญากรรม การติดยาเสพติด เป็นต้น ปัจจัยที่ทำให้วัยรุ่นมีการใช้เวลาไม่เหมาะสมเกิดจากการด้อยโอกาสทางการศึกษา อิทธิพลของกลุ่มเพื่อนและอิทธิพลของสื่อมวลชน

ฮูด (Hood 1993 33) ได้ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างพื้นฐานและการรับรู้ทางครอบครัวกับรูปแบบการใช้เวลาว่างของเด็กวัยรุ่น โดยตั้งสมมติฐานว่า เด็กวัยรุ่นจะยังคงใช้ชีวิตอยู่กับครอบครัว และอิทธิพลของครอบครัวจะส่งผลต่อวิถีชีวิตของเขา โดยศึกษาถึงองค์ประกอบทางจิตวิทยาสำหรับเด็กวัยรุ่นกับความพึงพอใจที่จะเข้าร่วมกิจกรรม ผลการวิจัยพบว่า มีความสัมพันธ์ระหว่างเปอร์เซ็นต์ของการใช้เวลาว่างกับพื้นฐาน และการรับรู้ทางครอบครัว องค์ประกอบทางจิตวิทยา 9 องค์ประกอบสามารถนำมาเป็นองค์ประกอบในการวัดการใช้เวลาว่างของเด็กวัยรุ่น

เรย์มอร์ (Raymore 1995 702) ได้ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับเปลี่ยนรูปแบบของพฤติกรรมการใช้เวลาว่างในช่วงเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาสู่ช่วงวัยรุ่นในมหาวิทยาลัย จนถึงช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ผลการวิจัย พบว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงและการคงอยู่ของรูปแบบพฤติกรรมการใช้เวลาว่างตามช่วงวัยดังกล่าว ได้แก่ เพื่อนสนิท และผู้ปกครองรูปแบบการใช้เวลาว่างที่ทำการศึกษได้แก่ ระดับของการมีส่วนร่วมในกิจกรรม กิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหวร่างกาย กิจกรรมบันเทิง กิจกรรมที่บ้าน และกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่เสี่ยงอันตราย นักเรียนเมื่ออยู่ในช่วงระดับมัธยมศึกษาตอนปลายจะเข้าร่วมกิจกรรมใช้เวลาว่างในเกณฑ์ต่ำและจะเปลี่ยนแปลงอีกครั้งเมื่อเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ตอนต้น กล่าวคือ จะเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างน้อยลง

แมคโดเวล (Mcdowell 1996 4353) ได้ศึกษาเรื่องความปรารถนาและการเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการในเวลาว่างเปรียบเทียบระหว่างเด็กวัยรุ่นปกติกับเด็กวัยรุ่นที่มีความผิดปกติทางสมองประเภทเรียนช้า ผลการวิจัยพบว่า เด็กวัยรุ่นทั้งสองกลุ่มมีความปรารถนาสูงที่จะใช้เวลาว่างในกิจกรรมนันทนาการ ส่วนกิจกรรมที่เด็กทั้งสองกลุ่ม ได้เข้าร่วมในเวลาว่าง ได้แก่ การฟังดนตรี ดูภาพยนตร์ ดูโทรทัศน์ จักรกลุ่มสนทนา วาดภาพ พุดโทรศัพท์ ชมกีฬา ส่วนกิจกรรมที่เด็กทั้งสองกลุ่ม เข้าร่วมในเกณฑ์ต่ำ ได้แก่ การจับจ่ายสิ่งของ การกินอาหารนอกบ้าน และการอ่านหนังสือ นอกจากนี้ยังพบว่าปัญหาอุปสรรคที่ทำให้วัยรุ่นไม่สามารถเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการตามที่ตนปรารถนาได้ก็คือ ความจำกัดทางด้านเวลา และโอกาส เด็กวัยรุ่นที่มีความผิดปกติทางสมองมีความปรารถนาที่จะเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการอยู่ในเกณฑ์ที่สูงกว่าเด็กวัยรุ่นปกติ

งานวิจัยในประเทศ

เกศแก้ว ศรีงาม (2537 บทคัดย่อ) ศึกษาถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความแตกต่างของการใช้เวลาว่างในกิจกรรมนันทนาการแต่ละประเภทของเยาวชนไทย โดยใช้ข้อมูล “โครงการสำรวจการเข้าร่วมกิจกรรมทางวัฒนธรรมและการใช้เวลาของประชากรไทย พ.ศ. 2533” ของสำนักงานสถิติแห่งชาติ โดยศึกษากลุ่มประชากรที่มีอายุระหว่าง 15-24 ปี จำนวน 15,579 คน พบว่า มีตัวแปรทางด้าน เพศ ระดับการศึกษา ขนาดครอบครัว ภาวะการทำงาน เขต และภาคที่อยู่อาศัย มีผลต่อการใช้เวลาในการฟังวิทยุและการดูโทรทัศน์ การชมวิดีโอ การอ่านหนังสือพิมพ์ การเล่นเกม

และการออกกำลังกาย การสังสรรค์ การเดินเล่นตามศูนย์คำ เดินเล่นตามสวนสาธารณะและการทำงานอดิเรก ของเยาวชนกลุ่มตัวอย่าง

จามรี ศักดิ์ประเสริฐกุล (2538 68-79) ได้วิเคราะห์การใช้เวลาเพื่อการศึกษาของนักศึกษาผู้ใหญ่ระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า โดยเฉลี่ยนักศึกษาส่วนใหญ่ใช้เวลาเรียนในแต่ละวัน รวมแล้วสัปดาห์ละ 35 ชั่วโมง ใช้เวลาในการเตรียมตัวก่อนการเรียนน้อยกว่า 1 ชั่วโมง เพราะต้องประกอบอาชีพ และใช้เวลาในการเดินทางมาเรียนมากเนื่องจากปัญหาการจราจร สำหรับด้านกิจกรรมต่างๆ ที่เกี่ยวกับการเรียนนั้น นักศึกษาจะใช้เวลาในการอ่านหนังสือเรียนมากที่สุด รองลงมาคือทำแบบฝึกหัดและค้นคว้าในห้องสมุด การเรียนรู้จากสื่อต่างๆ โดยเฉลี่ยจะอ่านหนังสือพิมพ์ ดูโทรทัศน์และฟังวิทยุในวันธรรมดาน้อยกว่าในวันเสาร์-อาทิตย์ และนักศึกษาส่วนใหญ่จะประกอบอาชีพมากกว่า 3 ชั่วโมง ส่วนปัญหาในด้านการเรียนได้แก่ การมาเรียนสาย ไม่มีเวลาอ่านหนังสือ ไม่มีเวลาทำการบ้าน เนื้อหาการเรียนไม่น่าสนใจ

พยงค์ จาดช้าง (2539 บทคัดย่อ) ได้ศึกษาการใช้เวลาของนักศึกษาพยาบาล มีค่าเฉลี่ย การใช้เวลาในการปฏิบัติกิจกรรมภายใน 1 วัน (24 ชั่วโมง) โดยแบ่งเป็นด้านการศึกษาเล่าเรียน 8 ชั่วโมง 52 นาที ด้านกิจวัตรประจำวัน 11 ชั่วโมง 46 นาที และด้านการใช้เวลาว่าง 4 ชั่วโมง 16 นาที และนอกจากนี้ยังพบว่าระดับชั้นปี ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ระดับการศึกษาของบิดามารดา ลักษณะกลุ่มเพื่อน อัตมโนทัศน์ และพฤติกรรมสถานการณ์ชีวิต มีอิทธิพลต่อการใช้เวลาของนักศึกษาพยาบาล

จิตติมา สุภักดิ์ (2539 103-121) ได้ศึกษาการใช้เวลาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนใช้เวลาในการทำกิจกรรมเกี่ยวกับการเรียนในวันจันทร์ – ศุกร์ มากกว่าวันหยุดสุดสัปดาห์ เพราะส่วนใหญ่จะใช้เวลาอยู่ที่โรงเรียนจึงมีเวลาในการทำกิจกรรมเกี่ยวกับการเรียน เช่น ทำการบ้าน เข้าห้องสมุด พูดคุยกับเพื่อนในด้านการเรียนได้มากกว่า ส่วนเวลาในการทำกิจกรรม เช่น ซักรีดเสื้อผ้า ช่วยงานอาชีพของครอบครัว และการใช้เวลาในการทำกิจกรรมนันทนาการนั้นจะใช้เวลาในช่วงวันจันทร์-ศุกร์ มากกว่า เพราะนักเรียนอยู่ช่วงวัยรุ่น จึงให้ความสนใจในการทำกิจกรรมนันทนาการมากเป็นพิเศษ

นิธิวัฒน์ เมฆขจร (2540 67) ได้ศึกษาการใช้เวลาของนักศึกษาที่เป็นนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีปทุม กรุงเทพมหานคร ปีการศึกษา 2539 จำนวน 140 คน พบว่านักศึกษาที่เป็นนักกีฬาที่มีที่พักอาศัยต่างกัน มีการใช้เวลาด้านการเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ 0.05 ส่วนตัวแปรทางด้านเพศ ระดับชั้น คณะที่ศึกษา ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน เชื้อชาติปัญหา และทัศนคติต่อการเรียนต่างกัน มีการใช้เวลาด้านการเรียนแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

สิระยา สัมมาวาจ (2541 299) ได้ศึกษาการบริหารเวลาและการใช้เวลาของนักศึกษาพยาบาล กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาพยาบาลชั้นปีที่ 3 โรงพยาบาลรามาริบัติ จำนวน 121 คน โดยใช้แบบสอบถามปลายปิดและปลายเปิด ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาพยาบาลส่วนใหญ่มีการบริหารเวลาในทุกขั้นตอน ได้แก่ การวิเคราะห์การใช้เวลา การกำหนดเป้าหมายของการใช้เวลา การ

ดำเนินการตามแผนที่กำหนดไว้ และการประเมินผลการใช้เวลา แต่นักศึกษามักมีปัญหาในเรื่องการขาดความสม่ำเสมอในการปฏิบัติตามแผนที่กำหนดไว้ เนื่องจากขาดการวางแผนที่ดีหรือนิสัยผลัดวันประกันพรุ่ง ทางด้านการใช้นั้นนักศึกษาให้ความสำคัญในการแบ่งเวลาให้ตนเองครบถ้วน และเพื่อนตามลำดับ โดยใช้เวลาในการเรียนและแบ่งเวลาในการนอนและพักผ่อนออกกำลังกายตามสมควร และใช้เวลาว่างส่วนใหญ่ในการอ่านหนังสือ

นฤนุช สุนทรศิริ (2544 บทคัดย่อ) ได้ทำการวิเคราะห์การใช้เวลาเพื่อการศึกษาของนักศึกษาระดับปริญญาตรีภาคพิเศษ (กศ บป) สถาบันราชภัฏสวนสุนันทา พบว่าสัดส่วนของการใช้เวลาในการทำกิจกรรมต่างๆ ต่อ 1 สัปดาห์ เรียงลำดับค่าเฉลี่ยดังนี้ การพูดคุยกับเพื่อน (4 34 ชั่วโมง) ปรึกษาหรือเกี่ยวกับการเรียน (4 00 ชั่วโมง) การอ่านและค้นคว้าในห้องสมุด (3 56 ชั่วโมง) การทำแบบฝึกหัด (3 27 ชั่วโมง) เทียวเตรกับเพื่อนๆ ที่เรียนด้วยกัน (3 18 ชั่วโมง) ค้นคว้าและทำรายงาน (3 06 ชั่วโมง) อ่านหนังสือเพื่อการเรียน (3 00 ชั่วโมง) และการทำกิจกรรมของมหาวิทยาลัย (3 00 ชั่วโมง) และนอกจากนี้ยังพบว่า นักศึกษามีการใช้เวลาในการศึกษาเพื่อเพิ่มวุฒิโดยตรง ในการประกอบอาชีพและการทำงานบ้าน และการใช้เวลาในการศึกษาจากสื่อมวลชนประเภทต่างๆ มีสัดส่วนแตกต่างกัน

ละมุล ตีรนานนท์ (2545 47-48) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมสุขภาพกับพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของนักศึกษาสถาบันเทคโนโลยีราชมงคล วิทยาเขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือ นครราชสีมา พบว่า พฤติกรรมการใช้เวลาว่างของนักศึกษามีความสัมพันธ์กันทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 01 นอกจากนี้ ยังพบว่านักศึกษามีพฤติกรรมการใช้เวลาว่าง ด้านกิจกรรมส่งเสริมสุขภาพและการออกกำลังกาย ด้านกิจกรรมส่งเสริมการศึกษา และด้านการพักผ่อนหย่อนใจและงานอดิเรก อยู่ในระดับค่อนข้างไม่ดี

2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับตัวแปรที่มีอิทธิพลต่อการบริหารเวลา

2 1 เพศกับการบริหารเวลา

จากการศึกษาของ แคพแลน (Kaplan 1975 90) ที่ศึกษาการใช้เวลาว่างของชนชาติต่างๆ พบว่า เพศมีส่วนกำหนดการทำกิจกรรมในยามว่าง เช่น เด็กชายชอบเล่นฟุตบอล แต่เด็กหญิงชอบเล่นเนตบอลและตุ๊กตา

เฮอร์ล็อก (Hurlock 1978 359-360) กล่าวถึงการใช้เวลาของเด็กชายและเด็กหญิงว่า มีความแตกต่างกันไม่ว่าจะเป็นการเล่นหรือการทำกิจกรรมใดๆ ก็ตาม เด็กชายจะมีความสนใจอ่านหนังสือ ฟังวิทยุ ดูโทรทัศน์ มากกว่าเด็กผู้หญิง ส่วนความสนใจในด้านการทำกิจกรรมต่างๆ ในยามว่างแตกต่างกันคือ เด็กชายมักสนใจเครื่องยนต์ สิ่งทดลองที่มีความแข็งแรงและฝึกซ้อมฝึกทักษะ แต่เด็กผู้หญิงจะสนใจการประดิษฐ์ต่างๆ ที่มีความสวยงาม เช่น การประดิษฐ์เสื้อผ้าจากไหมพรม การประดิษฐ์ดอกไม้ เป็นต้น

จากงานวิจัยของ จูติมา สุภัก (2539 152-153) ที่ได้ศึกษาการใช้เวลาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนชายกับนักเรียนหญิงมีการใช้เวลาในการทำกิจกรรมการเรียนไม่ต่างกัน สำหรับการทำกิจกรรมในครัวเรือนนักเรียนจะมีสัดส่วนในการทำกิจกรรมในครัวเรือนมากกว่านักเรียนชายทั้งในช่วงวันธรรมดาและวันสุดสัปดาห์อย่างชัดเจน ส่วนการทำกิจกรรมนันทนาการทั้งวันธรรมดาและวันสุดสัปดาห์นั้น นักเรียนชายมีการทำกิจกรรมนันทนาการมากกว่านักเรียนหญิง

และการศึกษาของมายาวี สมบุญ (2535 198-199) พบว่านักเรียนชายกับนักเรียนหญิงมีความแตกต่างในการเลือกทำกิจกรรม เรื่องการดูโทรทัศน์ การเล่นเกม การช่วยทำงานบ้าน และการเล่นโดยการดูรายการโทรทัศน์นักเรียนชายดูรายการกีฬา เช่น มวย ฟุตบอล การ์ตูนประเภทที่มีการต่อสู้นักเรียนหญิงดูการ์ตูนประเภทเทพนิยาย และพบอีกว่า รายการที่นักเรียนชายและนักเรียนหญิงชอบดูคล้ายคลึงกัน คือ การ์ตูน เกมโชว์ คอนเสิร์ต และละครโทรทัศน์ จะเห็นว่านักเรียนชายและนักเรียนหญิงใช้เวลาต่างกันในเรื่องการช่วยทำงานบ้าน การเล่นเกม การฟังวิทยุ การชมโทรทัศน์

เกศแก้ว ศรีงาม (2537 98-99) ได้ทำการวิจัย เรื่อง “ความแตกต่างของการใช้เวลาว่างในกิจกรรมนันทนาการของเยาวชนไทย” พบว่า เพศ ไม่มีอิทธิพลที่ทำให้เยาวชนไทยใช้เวลาว่างในการอ่านหนังสือพิมพ์ การอ่านหนังสือ การเล่นเกม หรือการออกกำลังกาย การเดินเล่นตามศูนย์การค้า และการทำงานอดิเรกต่าง ๆ แตกต่างกัน

มรุจิต ชมดวง (2546 87) ได้ศึกษาการใช้เวลากับครอบครัวของบิดามารดาและบุตรธิดาวัยรุ่น พบว่า นักเรียนหญิงใช้เวลากับครอบครัวมากกว่านักเรียนชาย ที่เป็นเช่นนี้อาจเป็นเพราะนักเรียนหญิงเป็นเพศที่มีความละเอียดอ่อนมากกว่าเพศชาย มีพัฒนาการทางกายและความคิดที่เร็วกว่าเพศชาย ดังนั้น จึงค่อนข้างรับฟังและอยู่ในโอวาทของบิดามารดามากกว่าเพศชาย เมื่อมีปัญหาอะไรก็มักจะปรึกษาและพูดคุยกับบิดามารดา แต่เพศชายเป็นเพศที่ต้องการหาประสบการณ์อยู่กับเพื่อนฝูงมากกว่า จึงทำให้มีการใช้เวลากับครอบครัวน้อยกว่าเพศหญิง

จากการศึกษางานวิจัยเกี่ยวกับเรื่องเพศ พบว่า เพศมีอิทธิพลต่อการทำกิจกรรมในแต่ละวันของบุคคล ซึ่งมีส่วนสำคัญทำให้มีการบริหารเวลาแตกต่างกัน

2.2 ระดับชั้นกับการบริหารเวลา

นักศึกษาโดยทั่วไปจะมีการเปลี่ยนแปลงไปตามระยะเวลาที่ศึกษา ดังที่คอฟแมน (Kauffman 1968 19-21) ได้ประมวลลักษณะนิสัยนักศึกษาตามระดับชั้นปี คือปีที่ 1 จะมีความรู้สึกตื่นเต้น สนใจต่อทุกสิ่งรอบด้าน ต้องการปรับตัวให้เข้ากับชีวิตในมหาวิทยาลัยพยายามที่จะเข้าร่วมกิจกรรมต่างๆตามโอกาสจะอำนวย ชั้นปีที่ 2 จะเริ่มมีความขัดแย้งต่อมหาวิทยาลัย ชั้นปีที่ 3 จะเริ่มสนใจการมีเพื่อนต่างเพศ ชั้นปีที่ 4 จะเริ่มสนใจเกี่ยวกับกิจกรรมที่ส่งเสริม การหางานทำและเฝ้าอำนวยความสะดวกการศึกษา

ไพฑูรย์ สีนลารัตน์ (2530 บทคัดย่อ) ได้ศึกษารูปแบบการใช้ชีวิตของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย พบว่า นิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในแต่ละชั้นปีมีลักษณะการเข้าร่วมกิจกรรมที่แตกต่างกัน คือ ชั้นปีที่ 2 และชั้นปีที่ 3 มีลักษณะการใช้ชีวิตไปทางกิจกรรมสูงกว่าชั้นปีอื่นๆ โดยเฉพาะชั้นปีที่ 3 มีมากกว่าชั้นปีที่ 4 และชั้นปีที่ 2 มีลักษณะการเลือกกิจกรรมไปในทางที่เกี่ยวกับวิชาชีพสูงกว่าชั้นปีที่ 1 เนื่องจากชั้นปีที่ 4 นั้นโดยทั่วไปเป็นนิสิตปีสุดท้าย ซึ่งจะต้องออกไปประกอบอาชีพ จึงให้ความสนใจกับกิจกรรมน้อยลง คงให้ความสนใจกับการวางแผนการเตรียมการเพื่อออกไปทำงานมากกว่า ส่วนชั้นปีที่ 3 นั้นผวนชีวิตมหาวิทยาลัยมาพอสมควร จึงเข้าใจและเห็นความสำคัญของกิจกรรมมากกว่า ชั้นปีที่ 2 มีแนวโน้มในการเลือกกิจกรรมในทางวิชาชีพสูงกว่าชั้นปีที่ 1 ทั้งนี้เพราะชั้นปีที่ 2 ได้รับประสบการณ์มาหนึ่งปีแล้ว พอชั้นปีที่ 2 จึงมีความมั่นใจและพอใจในสาขาวิชาชีพที่ตนเองเรียนมากขึ้น

ภาวนา ใจประสาธ (2534 บทคัดย่อ) ได้ศึกษาการดำรงชีพของนักศึกษาภายในมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ พบว่า นักศึกษาชั้นปีที่ 1, 2, 3 และ 4 มีการดำรงชีวิตด้านการศึกษาด้านสังคม และด้านเศรษฐกิจ แตกต่างกัน นอกจากนี้แต่ละระดับชั้นปียังมีการเรียนการสอนที่ต่างกันในด้านรายละเอียดของเนื้อหาวิชา เช่น นักศึกษาชั้นปีที่ 1 จะเรียนวิชาพื้นฐาน ชั้นปีที่ 2, 3 และ 4 จะเรียนวิชาที่มีความซับซ้อนมากขึ้นเรื่อยๆ

สุนิดยา ชุมพงศ์ (2535 บทคัดย่อ) ได้ศึกษากิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลาว่างของนักศึกษาที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ พบว่า ระดับชั้นปีแตกต่างกัน กิจกรรมด้านบำเพ็ญประโยชน์ และด้านสังคมกลุ่มเพื่อน มีความแตกต่างกัน ส่วนกิจกรรมในด้านวิชาการ ด้านกีฬาและนันทนาการนั้น ไม่พบความแตกต่างกันในแต่ละระดับชั้นปี

นิธิวัฒน์ เมฆขจร (2540 บทคัดย่อ) ได้ศึกษาการใช้เวลาโดยรวมของนักศึกษา ที่เป็นนักกีฬาของมหาวิทยาลัยศรีปทุม กรุงเทพมหานคร พบว่า นักศึกษาที่มีระดับชั้นแตกต่างกัน จะมีการใช้เวลาด้านสังคมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนการใช้เวลาส่วนตัวและด้านการเรียนนั้นมีความแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

สรุปได้ว่า ระดับชั้นปีที่ศึกษานั้นมีผลต่อการใช้เวลาของนิสิตนักศึกษา ระดับชั้นที่แตกต่างกันจะมีระยะเวลาในการเรียนรู้และประสบการณ์ที่แตกต่างกัน จึงทำให้มีการบริหารเวลาที่แตกต่างกัน

2.3 สาขาวิชาที่ศึกษากับการบริหารเวลา

การให้การศึกษาแก่นิสิตนักศึกษาในแต่ละคณะนั้นมีผลต่อความคิด ความเชื่อ ความรู้สึกและทัศนคติตามจุดมุ่งหมายของแต่ละคณะ นิสิตนักศึกษาในแต่ละคณะจึงมีแบบแผนในการดำเนินชีวิตที่แตกต่างกัน ซึ่งส่งผลต่อการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษาด้วย

จากการศึกษารูปแบบการใช้ชีวิตของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ของไพฑูรย์ สีนลารัตน์ (2530: 109-111) พบว่า นิสิตในคณะที่เป็นกลุ่มสัมพันธ์กับมนุษย์โดยตรง คือนิสิตคณะแพทยศาสตร์ คณะทันตแพทย์ และคณะครุศาสตร์ มีแนวโน้มในการเลือกกิจกรรมไปในทางบำเพ็ญ

ประโยชน์ทางวิชาการ และทางวิชาชีพสูงกว่าคณะวิศวกรรมศาสตร์ ส่วนคณะมนุษยศาสตร์นั้น การเรียนการสอน เน้นทางเนื้อหาทางความรู้สึกรู้สีกิดส่วนตนมาก จึงสนใจกิจกรรมสังคมน้อย เกือบตัวสูง ด้วยเหตุนี้นักศึกษาในแต่ละคณะจึงมีลักษณะของความสนใจที่มีต่อกิจกรรมต่างๆ และการเลือกกิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลาที่แตกต่างกันออกไปตามแต่ลักษณะการอบรมของแต่ละคณะ

และจากการศึกษาของสุนิตยา ชุมพงศ์ (2535:54) ที่ศึกษากิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลาว่างของนักศึกษาที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ พบว่า นักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในต่างคณะมีกิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลาว่างต่างกัน โดยรวมแตกต่างกัน เพราะแต่ละคณะมีความแตกต่างกันในแต่ละหลักสูตร ตั้งแต่วิชาพื้นฐาน ตลอดจนถึงด้านการเรียนการสอนที่เน้นหนักในเนื้อหาวิชาเรียนที่แตกต่างกัน การที่นักศึกษามาจากต่างคณะ ต่างสาขาวิชา การศึกษาอบรมก็ย่อมจะแตกต่างกันออกไป มีทัศนคติและความเชื่อที่แตกต่างกัน มีผลทำให้กิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลาว่างแตกต่างกันไปด้วย

2.4 ที่พักอาศัยกับการบริหารเวลา

แคพแลน (จิตติมา สุภักดิ์ 2539:4 , อ้างอิงจาก Kaplan 1975:89-105) ได้กล่าวไว้ว่า ที่อยู่อาศัยเป็นตัวแปรตัวหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อการเลือกใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมที่แตกต่างกันทั้งนี้ขึ้นอยู่กับ สถานที่นั้นมีกิจกรรมให้เลือกหรือไม่ นอกจากนี้ยังขึ้นอยู่กับความนิยม ภูมิประเทศ ภูมิอากาศ ความสัมพันธ์ละแวกบ้าน โครงสร้างทางระบบนิเวศน์ และอาชีพโดยรวมในสังคม

จากงานวิจัยของอุทัยรัตน์ ชัยมงคล (เกศแก้ว ศรีงาม 2537:15, อ้างอิงจาก อุทัยรัตน์ ชัยมงคล 2521) ได้ศึกษา “ การใช้เวลาว่างของนิสิตที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ปีการศึกษา 2521 โดยศึกษาจากนิสิตชั้นปีที่ 1,2,3 และ 4 โดยสุ่มตัวอย่างประชากรในแต่ละหอพักของมหาวิทยาลัย รวม 270 คน ผลการวิจัยพบว่า ก่อนไปมหาวิทยาลัยนิสิตหญิงส่วนมากฟังวิทยุ รองลงมาได้แก่ อ่านหนังสือพิมพ์ ทำการบ้าน และทบทวนวิชาที่เรียน ตามลำดับ สำหรับนิสิตชายส่วนใหญ่อ่านหนังสือพิมพ์มากที่สุด รองลงมาได้แก่ การฟังวิทยุ และออกกำลังกาย การใช้เวลาหลังเลิกเรียนและก่อนนอนทั้งนิสิตหญิงและนิสิตชายใช้เวลาว่างไม่แตกต่างกันคือ จัดตารางเรียน และทบทวนบทเรียน ฟังวิทยุ และดูโทรทัศน์ ตามลำดับ สำหรับการใช้เวลาว่างในวันหยุด ทั้งนิสิตหญิงและนิสิตชายใช้เวลาว่างคล้ายคลึงกันคือ ดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุ ในหอพักมากที่สุด รองลงมาคือ ทำการบ้าน ทบทวนตำรา และออกไปเที่ยวกับเพื่อนฝูง หรือชมภาพยนตร์กับเพื่อน ๆ

เกศแก้ว ศรีงาม (2537: บทคัดย่อ) ศึกษาถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความแตกต่างของการใช้เวลาว่างในกิจกรรมนันทนาการแต่ละประเภทของเยาวชนไทย โดยใช้ข้อมูล “โครงการสำรวจการเข้าร่วมกิจกรรมทางวัฒนธรรมและใช้เวลาของประชากรไทย พ.ศ. 2533” ของสำนักงานสถิติแห่งชาติ โดยศึกษากลุ่มประชากรที่มีอายุระหว่าง 15-24 ปี จำนวน 15,579 คน พบว่า มีตัวแปรทางด้าน เพศ ระดับการศึกษา ขนาดครอบครัว ภาวะการทำงาน เขต และภาคที่อยู่อาศัย มีผลต่อการใช้เวลาในการฟังวิทยุและการดูโทรทัศน์ การชมวิดีโอ การอ่านหนังสือพิมพ์ การเล่นกีฬา

และการออกกำลังกาย การสังสรรค์ การเดินเล่นตามศูนย์ค้า เดินเล่นตามสวนสาธารณะและการทำงานอดิเรก ของเยาวชนกลุ่มตัวอย่าง

นิธิพัฒน์ เมฆขจร (2540 บทคัดย่อ) ที่ได้ศึกษาการใช้เวลาโดยรวมของนักศึกษาที่เป็นนักกีฬาของมหาวิทยาลัยศรีปทุม กรุงเทพมหานคร พบว่า นักศึกษาที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกันมีการใช้เวลาด้านส่วนตัวและด้านการเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 05 ส่วนการใช้เวลาด้านสังคมและด้านกีฬานั้น พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

2.5 ความสนใจกับการบริหารเวลา

ความสนใจของวัยรุ่น

ความสนใจ(Interesting) หมายถึง แนวโน้มทางด้านจิตใจหรือความรู้สึกของบุคคล ที่มีต่อสิ่งใดสิ่งหนึ่ง ซึ่งมีอิทธิพลทำให้บุคคลนั้นเอาใจใส่ และรู้สึกพึงพอใจในการกระทำกิจกรรมต่างๆ ที่เกี่ยวกับสิ่งนั้น (จินตวีร์ เกษมสุข 2539 40 , อ้างอิงจาก Hillgard R Ernest n d)

จินตวีร์ เกษมสุข (2539 40) ได้กล่าวไว้ว่า ถึงแม้เด็กวัยรุ่นจะมีความสนใจในเรื่องต่างๆ แตกต่างกันไป เนื่องจากลักษณะบุคลิกภาพ การศึกษา สถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคม ความสามารถ ความถนัด ฯลฯ แต่จะมีลักษณะร่วมกันของความสนใจ นั่นคือ ความสนใจของเด็กวัยรุ่นจะขยายขอบเขตออกไปสู่สังคมนอกบ้าน และในขณะเดียวกันก็มีความสนใจที่แคบเข้ามาในเฉพาะเรื่อง ซึ่งในแนวคิดของ เปรมจิต เอกธรรมชลาลัย (2531 198-199) ได้สรุปความสนใจของวัยรุ่นไว้ดังนี้

1 ความสนใจในตนเอง เด็กจะสนใจรูปร่าง หน้าตา การวางตัว การแต่งกายและการรักษาความสะอาดของร่างกายมากขึ้น ทั้งนี้เพื่อปรับปรุงตัวเองให้เป็นที่สนใจและดึงดูดใจจากบุคคลอื่นและเพื่อนต่างเพศ บางครั้งเด็กจึงแต่งกายด้วยเครื่องแต่งกายที่แปลกๆ ใหม่ ๆ

2 ความสนใจในกิจกรรมนันทนาการ เนื่องจากความกดดันที่เกิดจากการเรียน การทำกิจกรรมเสริมหลักสูตรที่โรงเรียน หน้าที่ภายในบ้านและงานพิเศษในวันหยุดสุดสัปดาห์ ทำให้เด็กส่วนมากมีเวลาที่จะเข้าร่วมกิจกรรมนันทนาการได้น้อยลง เด็กจึงต้องเลือกทำกิจกรรมที่เขาชอบและมีความถนัดมากที่สุด กิจกรรมที่เด็กส่วนใหญ่ให้ความสนใจ เช่น ความสนใจในการฟังวิทยุและดูโทรทัศน์ การชมภาพยนตร์ การเล่นกีฬา เป็นต้น

3 ความสนใจในกิจกรรมทางสังคม เด็กวัยรุ่นมีความสนใจในการทำกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับเหตุการณ์ และบุคคลในสังคม ให้ความสำคัญและให้เวลากับเพื่อนมากกว่าคนในครอบครัว เช่น การจัดงานเลี้ยงสังสรรค์ การเล่นเกม การเดินร่ำ และการพบปะพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ไม่ว่าจะเป็นเรื่องการแต่งกาย การนัดพบเพื่อนต่างเพศ หนังสือภาพยนตร์ กีฬา ดนตรี ศิลปะ นอกจากนี้ ยังสนใจปัญหาทางการเมือง เศรษฐกิจและสังคม ตลอดจนความเคลื่อนไหวของประเทศต่างๆ

4 ความสนใจในอาชีพ เด็กเริ่มมีการวางแผนเกี่ยวกับอาชีพอย่างจริงจัง เพื่อเตรียมพร้อมสำหรับการประกอบอาชีพต่อไปในอนาคต ซึ่งความสนใจเกี่ยวกับอาชีพของเด็กจะขึ้นอยู่กับเพศ สถานภาพทางสังคม และฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว นอกจากนี้เด็กยังคำนึงถึงความสามารถ ความถนัด และความสนใจของตนเองอีกด้วย

5 ความสนใจในศาสนา เด็กมีความสนใจที่จะศึกษาหาความรู้และเข้าร่วมกิจกรรมทางศาสนาบ่อย เพราะเด็กคิดว่าเป็นเรื่องที่เหมาะสมสำหรับผู้ใหญ่ เมื่อเข้าสู่วัยรุ่นตอนปลายเด็กจะมีความสนใจศาสนามากขึ้น เกิดความรู้สึกสำนึกต่อความผิด รู้ดีชั่ว สามารถที่จะแก้ปัญหาต่างๆ ได้อย่างเหมาะสมตามเหตุตามผล

ส่วนศรีเรือน แก้วกังวาล (2540 361-362) ยังได้กล่าวว่า ลักษณะความสนใจของเด็กวัยรุ่นยังคงมีขอบข่ายกว้างขวาง สนใจหลายๆอย่าง และยังไม่ลึกซึ้งมาก เพราะเด็กยังไม่เข้าใจตนเอง ยังเป็นระยะลองผิดลองถูก ระยะเปลี่ยนแปลงบทบาทชีวิต ความสนใจของเด็กจะเป็นเช่นไรยังขึ้นอยู่กับองค์ประกอบอื่นๆอีกหลายประการเช่น ลักษณะบุคลิกภาพ ฐานะทางสังคม และเศรษฐกิจ สิ่งแวดล้อมรอบตัว บุคคลที่เด็กนิยมชื่นชม ฯลฯ อย่างไรก็ตามความสนใจร่วมของเด็กวัยรุ่นส่วนใหญ่ได้แก่

1 สนใจการศึกษา

สภาพเศรษฐกิจสังคมสมัยปัจจุบัน กระตุ้นให้เด็กเข้าใจและเห็นความสำคัญของการศึกษาซึ่งเกี่ยวข้องกับอาชีพ เกี่ยวกับฐานะทางเศรษฐกิจและสังคม ความสนใจการศึกษามากน้อยเพียงใด และแนวที่แตกต่างกันไปในแต่ละบุคคลขึ้นอยู่กับว่า ครอบครัวอุดหนุนได้เพียงไร ับการศึกษาอบรมมาอย่างไร มีประสบการณ์อะไรบ้าง นอกจากนี้ เพศ ระดับสติปัญญาและโอกาสเข้ากลุ่มก็เป็นส่วนช่วยนำความสนใจด้วย

2 สนใจช่วยเหลือบุคคลอื่น

เด็กวัยรุ่นมักสนใจช่วยเหลือบุคคลอื่น ที่เขาเห็นว่าได้รับความลำบากและไม่ได้ได้รับความยุติธรรม เพราะบ่อยครั้งเคยรู้สึกว่าเขาอยู่ในฐานะเช่นนั้น และเคยสะท้อนอารมณ์เพียงไรจึงสามารถเข้าถึงอารมณ์แบบเดียวกับของบุคคลอื่นได้ง่าย

3 สนใจกิจกรรมสร้างสรรค์

กิจกรรมที่เป็นของใหม่และมีประโยชน์ ช่วยระบายความเคร่งเครียดอารมณ์ เด็กวัยรุ่นมักให้ความร่วมมือ กิจกรรมสร้างสรรค์อาจเป็นทั้งแง่ส่วนตัวและแง่สังคม

4 สนใจวัฒนธรรมประเพณี

ระยะนี้เด็กเริ่มสามารถเข้าใจและมองเห็นคุณค่าของวัฒนธรรมประเพณีว่ามี ความสำคัญต่อบุคคลและต่อสังคมส่วนรวมอย่างไร การให้ความรู้ ความเข้าใจ และชักจูงเด็กให้สนใจอย่างถูกต้อง จะสร้างให้เด็กเป็นบุคคลที่รู้จักและสงวนวัฒนธรรมประเพณี

5 สนใจศาสนา ปรัชญา อุดมคติ

เด็กวัยรุ่นกำลังแสวงหาหลักการในการแก้ความทุกข์ร้อนทางจิตใจ และ

แนวทางในการดำเนินชีวิตอย่างผู้ใหญ่ จึงพึงเล็งให้ความสำคัญแก่ศาสนา ปรัชญา อุดมคติ และค่านิยมต่างๆ แต่ละจิตใจเด็กวัยรุ่นมากน้อยหรือไม่นั้น ขึ้นอยู่กับว่าศาสนาปรัชญาและอุดมคตินั้นให้ความกระจ่างแก่จิตใจอย่างสมเหตุสมผลแก่เขาได้ดีเพียงไรบ้าง อีกทั้งสิ่งแวดล้อม กลุ่มและผู้ใหญ่ที่เด็กนิยม ได้มีอิทธิพลต่อตัวเขาเกี่ยวกับเรื่องเช่นใดบ้าง

6 สนใจมีเพื่อนสนิทต่างเพศ

ความสนใจนี้สืบมาจากทางกายบรรลุนิติภาวะทางเพศ ซึ่งเริ่มในวัยแรกรุ่นและความต้องการดำเนินชีวิตอย่างผู้ใหญ่ ขึ้นของพัฒนาการในด้านความสัมพันธ์กับคนต่างเพศ นอกจากนี้ Hurlock (ภักตินดา พันธุมเสน 2536 25-27, อ้างอิงจากHurlock 1974) ได้จัดกลุ่มความสนใจของวัยรุ่นไว้ดังนี้

1 ความสนใจทางสังคม (Social Interest) เด็กวัยนี้มีความสนใจในกิจกรรมทางสังคม ทั้งเป็นกลุ่มใหญ่และในกลุ่มเพื่อนสนิท เพศหญิงจะมีความสนใจในงานเลี้ยงมากกว่าชาย ทั้งนี้เพราะการเข้าสู่วัยรุ่นของผู้หญิงจะเร็วกว่าผู้ชายประมาณ 1-2 ปี ในส่วนเรื่องที่เป็นประเด็นในการสนทนานั้น ผู้หญิงจะสนใจพูดคุยกันในเรื่อง การมีนัดกับเพศตรงข้าม เรื่องตลกขบขัน หนังสือภาพยนตร์ ดนตรี กีฬาและเรื่องของครู อาจารย์ในโรงเรียน ส่วนผู้ชายมักพูดคุยในเรื่องกีฬา ภาพยนตร์ การมีนัดกับเพศตรงข้าม และการเมือง

2 ความสนใจต่อตนเองในเรื่องต่างๆ (Personal Interest) จำแนกได้ดังต่อไปนี้

2 1 ความสนใจในการแต่งกาย วัยรุ่นมักเอาใจใส่ต่อเสื้อผ้า และเครื่องแต่งกาย พิถีพิถันเรื่องทรงผม ชอบติดตามดูแฟชั่นการแต่งกายอยู่เสมอ เพื่อให้เป็นที่ยอมรับของเพื่อนๆ และเป็นที่ดึงดูดใจต่อเพศตรงข้าม โดยเฉพาะผู้หญิง

2 2 ความสนใจเรื่องสุขภาพ เนื่องจากเกิดการเปลี่ยนแปลงในร่างกายซึ่งกำลังเจริญเติบโต วัยรุ่นจึงต้องเอาใจใส่ในเรื่องรูปร่าง สัดส่วน และระมัดระวังเกี่ยวกับการกินการนอน

2 3 ความสนใจในเรื่องเพศ วัยรุ่นมักสนใจในเพศตรงข้าม พยายามปรับตัวให้เข้ากับเพื่อนต่างเพศ

2 4 ความสนใจแสวงหาความเป็นอิสระ วัยรุ่นเป็นวัยที่ต้องการมีอิสระในการคบเพื่อนไม่ว่าจะเป็นเพศเดียวกัน หรือเพื่อนต่างเพศ

2 5 ความสนใจในอาชีพ วัยรุ่นจะเริ่มวางแผนอนาคตของตนเกี่ยวกับอาชีพ ซึ่งขึ้นอยู่กับฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว ระดับชั้นของสังคม และเพศ

2 6 ความสนใจในการเรียน วัยรุ่นเป็นจำนวนมากไม่พอใจในสภาพทั่วไปของโรงเรียน เช่น การบ้าน กฎระเบียบของโรงเรียนที่เข้มงวด ชอบจับผิดครู อาจารย์อยู่ตลอดเวลา แต่ก็มีวัยรุ่นบางส่วนที่มีความพอใจและภาคภูมิใจกับโรงเรียนของตน

2 7 ความสนใจในศาสนา วัยรุ่นที่ให้ความสนใจในเรื่องศาสนามีน้อยมาก เนื่องจากโอกาสการไปวัดมีน้อย ฟังเทศน์ไม่เข้าใจทำให้เบื่อหน่าย

3 ความสนใจในการพักผ่อนหย่อนใจ (Recreation Interests) เนื่องจากอยู่ในวัยเรียน ทำให้ต้องได้รับความกดดันจากการเรียน รวมถึงการทำงานในบ้าน และการร่วมกิจกรรมต่างๆ จึงมีความต้องการพักผ่อนหย่อนใจด้วยกิจกรรมที่สนใจและชอบมากที่สุด ดังนี้คือ

3 1 ความสนใจในเกมส์และกีฬา วัยรุ่นจะสนใจในการเล่นกีฬาต่างๆ เช่น วัยน้ำ เล่นฟุตบอล บาสเกตบอล เป็นต้น

3 2 ความสนใจในการอ่านหนังสือส่วนใหญ่ชอบอ่านหนังสือประเภทตลกขบขัน แต่ยังไม่ค่อยกว่าวัยเด็ก ผู้หญิงจะชอบอ่านประเภทรักโรแมนติก และอ่านนิตยสารมากกว่าตำราเรียน ส่วนผู้ชายชอบประเภทตื่นเต้น หรือกีฬา

3 3 ความสนใจในการดูภาพยนตร์ วัยรุ่นชอบไปดูภาพยนตร์กับเพื่อน อาจเป็นเพศเดียวกันหรือเพื่อนต่างเพศ ลักษณะของดารารายการที่มีอิทธิพลต่อวัยรุ่นมาก หากประทับใจบุคลิกภาพของดาราคณใดจะชื่นชมและเกิดการเลียนแบบ

3 4 ความสนใจในการเปิดรับโทรทัศน์และวิทยุ ซึ่งทั้ง 2 สื่อเป็นที่นิยมของวัยรุ่นเป็นอย่างมาก วัยรุ่นจะใช้เวลาประมาณ 1-3 ชั่วโมงหรือมากกว่านั้น ในการหาความสำราญหรือพักผ่อนอยู่กับบ้าน เขาสามารถเปิดวิทยุฟังในขณะที่ทำการบ้าน หรือนั่งดูโทรทัศน์เพื่อให้เกิดความเพลิดเพลิน

ความสนใจของนิสิตนักศึกษาซึ่งอยู่ในวัยรุ่นดังที่กล่าวมาข้างต้น พบว่า สิ่งที่ทำให้วัยรุ่นหรือนักศึกษาให้ความสนใจนั้นจะขยายขอบเขตออกไปสู่สังคมนอกบ้านหรือสภาพแวดล้อมรอบตัววัยรุ่นมากขึ้น และมีความสนใจที่แคบเข้ามาเฉพาะเรื่อง สรุปได้ว่า ความสนใจต่อสภาพแวดล้อม หมายถึง ความสนใจของนิสิตนักศึกษาที่มีต่อสภาพแวดล้อมที่ดำรงอยู่ ซึ่งมีอิทธิพลทำให้วัยรุ่นแสดงความรู้สึกพึงพอใจในการกระทำกิจกรรมต่างๆ ที่สอดคล้องกับความสนใจนั้นๆ และมีผลต่อการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา ซึ่งจากการศึกษาค้นคว้าจากเอกสารและได้สอดคล้องกับการค้นคว้าของผู้วิจัย ได้แบ่งความสนใจต่อสภาพแวดล้อมของนิสิตนักศึกษาเป็น 3 ด้านดังนี้

- 1 ความสนใจต่อสังคม
- 2 ความสนใจต่อวัฒนธรรม
- 3 ความสนใจต่อสื่อมวลชน

ความสนใจต่อสังคม หมายถึง การที่นิสิตมีความสนใจต่อเหตุการณ์ที่เกิดขึ้นในชุมชน สังคมมีการร่วมมือกับบุคคลเพื่อทำประโยชน์ในชุมชนที่ตนเองอยู่ ได้แก่ การเข้าร่วมกิจกรรมค่ายอาสาพัฒนา เข้าร่วมเป็นคณะกรรมการในโครงการต่างๆ ของหอพักและมหาวิทยาลัย และเข้าร่วมเป็นสมาชิกกับองค์กรอื่นๆ ที่นอกเหนือจากองค์กรในสถาบันในการช่วยเหลือและพัฒนาสังคม

ความสนใจต่อวัฒนธรรม หมายถึง การที่นิสิตนักศึกษามีการแสดงออกเกี่ยวกับวัฒนธรรมไทยในลักษณะที่เป็นรูปธรรม ได้แก่ การแต่งกาย การบริโภคอาหาร ภาษาพูดและการแสดงความเคารพนับถือต่อผู้อื่นว่า

ความสนใจต่อสื่อมวลชน หมายถึง การที่นิสิตนักศึกษาให้ความสนใจต่อสื่อมวลชน มีการติดตามข้อมูลข่าวสารและความเคลื่อนไหวต่างๆที่เกิดขึ้นในสังคม โดยการเปิดรับสื่อประเภทต่างๆ ได้แก่ สื่อภาพยนตร์ สื่อโทรทัศน์ สื่อวิทยุ สื่อสิ่งพิมพ์ และสื่ออินเทอร์เน็ต

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสนใจต่อสภาพแวดล้อมสังคม

งานวิจัยในต่างประเทศ

เบอร์รี่ (สินนภา ภู่ว่าง 2544 : 54 , อ้างอิงจาก Berry 1951) ได้ศึกษาค้นคว้าเกี่ยวกับการยอมรับวัฒนธรรมของสังคมอื่นมาใช้ พบว่า อายุและเพศมีผลต่อการยอมรับวัฒนธรรมจากต่างสังคมของบุคคลแตกต่างกันออกไป ผู้ที่มีอายุน้อยกว่าจะสามารถยอมรับและซึมซับค่านิยมใหม่ๆได้รวดเร็วกว่าผู้ที่มีอายุมากกว่า ผู้ชายจะมีการผสมผสานกลมกลืนทางวัฒนธรรมได้รวดเร็วกว่า และมีความพร้อมกว่าเพศหญิง

มุลเลอร์ (พยงค์ จิระพงษ์ 2544 : 61, อ้างอิงจาก Mueller 1969 : 495) ได้ศึกษาถึงความแตกต่างของความรู้สึกสนใจทางสังคมของนิสิตมหาวิทยาลัยอิลลินอยส์ พบว่า กลุ่มนิสิตที่เข้าใหม่และนิสิตเก่ามีความสนใจทางสังคมไม่แตกต่างกันและนิสิตที่ได้รับทุนทำคะแนนความรู้สึกรับผิดชอบทางสังคมสูงกว่านิสิตที่ไม่ได้รับทุน

ลัลล์ (จุฑามาส กิริติกสิกร 2542 : 55 , อ้างอิงจาก Lull 1985) ได้ศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการใช้สื่อของเยาวชน พบว่า ในช่วงของการผ่านเข้าสู่วัยรุ่น เด็กหนุ่มสาวจำนวนมากเริ่มรู้สึกว่สภาพแวดล้อมทางสังคมและวัฒนธรรมที่พวกเขาเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์อยู่นั้น เป็นสิ่งที่ซ้ำซากจำเจและเต็มไปด้วยการคาดหวังที่ไร้เหตุผล เด็กวัยรุ่นมีความต้องการที่จะได้เรียนรู้ประสบการณ์ที่ต่างไปจากวิถีชีวิตแบบเดิม พวกเขาต้องการค้นหาจุดยืนและสร้างโลกส่วนตัวของตน เด็กวัยรุ่นจะติดต่อสื่อสารกับพ่อแม่บ่อยลง ในขณะที่ความสัมพันธ์กับเพื่อนจะเพิ่มขึ้น รวมถึงการใช้เวลานอกบ้านก็จะมากขึ้นด้วย บทบาททางสังคมประกิตของครอบครัวจะลดน้อยลงกว่าวัยเด็ก เด็กวัยรุ่นต้องการความเป็นอิสระจากครอบครัว จะเปลี่ยนแปลงกิจวัตรที่เคยทำโดยเฉพาะกิจวัตรที่เกี่ยวข้องกับครอบครัว การชมโทรทัศน์ซึ่งถือเป็นกิจกรรมที่น่าคนในครอบครัวมาอยู่ร่วมกันก็จะไม่ใช่สิ่งที่น่าสนใจอีกต่อไป แต่เด็กจะหันไปหาสิ่งอื่นที่น่าสนใจกว่า เช่นกลุ่มเพื่อน หรือสื่ออื่นๆได้แก่ วิทยุ ภาพยนตร์ รวมถึงสื่อเกี่ยวกับดนตรีหรือเพลงต่างๆ นอกจากนั้นแทนที่เด็กจะใช้เวลาในการชมโทรทัศน์กับพ่อแม่ก็จะชมกับพี่น้องหรือชมเพียงคนเดียว

วาเลนซ์ และซาบา (สินนภา ภู่ว่าง 2544 : 55 , อ้างอิงจาก Valente and Saba 1989) ได้ศึกษาอิทธิพลของสื่อมวลชน และสื่อบุคคลต่อโครงการรณรงค์การสื่อสารสุขภาพจำลองในประเทศโบลิเวีย โดยการศึกษาเน้นมุ่งเน้นเพื่อเปรียบเทียบอิทธิพลของสื่อมวลชน และสื่อบุคคล โดยอาศัยหลักเกณฑ์การกำหนดพฤติกรรมทั้งสิ้น 6 ประเภท คือ การรับรู้ การรับรู้ข้อมูล ทศนคติ ความตั้งใจ การสื่อสารระหว่างบุคคล และการใช้วิธีการเพื่อการวางแผนครอบครัว ซึ่งพบว่า ข้อกำหนดหลักของการรณรงค์สื่อมวลชน และการเปิดกว้างเครือข่ายสื่อบุคคล จะเป็นส่วนสนับสนุนต่อการ

เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมและอิทธิพลสื่อมวลชนนี้มีส่วนสนับสนุนต่ออิทธิพลสื่อบุคคลที่ก่อให้เกิดการผลักดันรูปแบบการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมทางสังคม

งานวิจัยในประเทศ

ฉัตรกุล ทองเกต (2539 บทคัดย่อ) ได้ศึกษาวิเคราะห์วัฒนธรรมวัยรุ่นที่ปรากฏในภาพยนตร์ไทยปี 2535 จำนวน 9 เรื่อง ที่แสดงให้เห็นวัฒนธรรมวัยรุ่นใน 2 มุมมอง คือ

1 วัฒนธรรมเกี่ยวกับการดำรงชีวิตของวัยรุ่น พบว่าเนื้อหาโดยรวมของภาพยนตร์เป็นเรื่องเกี่ยวกับการดำเนินชีวิตของวัยรุ่นในด้านการเรียน ด้านการเที่ยวเตร่กับเพื่อนด้านความรัก ซึ่งมีทั้งความรักที่สมหวังและผิดหวัง และด้านชีวิตครอบครัวของวัยรุ่น ซึ่งมีการนำเสนอถึงปัญหาภายในครอบครัวของวัยรุ่น ที่มีสาเหตุของปมปัญหาจากการเกิดช่องว่างระหว่างวัยของวัยรุ่นกับผู้ปกครอง และในตอนจบของเรื่องปัญหาต่างๆก็ได้รับการแก้ไขและคลี่คลายลงด้วยดีในที่สุด

2 วัฒนธรรมเกี่ยวกับค่านิยมของวัยรุ่น ได้แก่ ค่านิยมด้านการแต่งกาย ด้านภาษา ด้านพฤติกรรมและด้านการบริโภค ซึ่งค่านิยมทางด้านการแต่งกาย สรุปได้ว่า การแต่งกายของวัยรุ่นที่ถูกนำเสนอในภาพยนตร์ จะมีลักษณะที่เป็นอยู่จริงในชีวิตประจำวัน โดยแต่งตัวตามสบาย และมีลักษณะคล้ายๆกันในกลุ่ม ซึ่งจะเป็นไปตามยุคสมัยนิยม

นัฐวุฒิ ศรีกตัญญู (2540 บทคัดย่อ) ได้ศึกษารูปแบบการดำเนินชีวิต พฤติกรรมการเปิดรับสื่อและพฤติกรรมการบริโภคสินค้า ของเจเนอเรชั่นวายในกรุงเทพมหานคร ผลการศึกษาพบว่า

1 รูปแบบการดำเนินชีวิตของเจเนอเรชั่นวายในกรุงเทพมหานครสามารถแบ่งออกเป็น 6 กลุ่ม คือ กลุ่มรักสวยรักงาม กลุ่มนักท่องเที่ยว กลุ่มเด็กนักเรียน กลุ่มเอาแต่ตนเอง กลุ่มนักฝัน และกลุ่มรักบ้าน

2 เจเนอเรชั่นวายในกรุงเทพมหานครมีลักษณะรูปแบบการดำเนินชีวิตที่เหมือนกับเจเนอเรชั่นวายในสังคมอเมริกัน คือ เปิดรับสื่อในระดับมาก ชอบเล่นกีฬา ตระหนักถึงความสำคัญของสิ่งแวดล้อมและพิษภัยของยาเสพติด และการแต่งกาย ลักษณะที่ต่างกัน คือเจเนอเรชั่นวายในกรุงเทพมหานครให้ความสำคัญกับครอบครัว และไม่ค่อยสนใจและไม่นิยมใช้สินค้าที่มีเทคโนโลยีสูง ในขณะที่เจเนอเรชั่นวายในสังคมอเมริกันมีลักษณะตรงกันข้าม

3 ลักษณะของเจเนอเรชั่นวายในกรุงเทพมหานครที่ตรงตามนิยามของนักการตลาดในเมืองไทย คือตามแฟชั่น ใช้เสื้อผ้าจากต่างประเทศ ต้องการสิทธิ เสรีภาพ และการยอมรับจากสังคม ลักษณะไม่ตรงตามนิยาม คือไม่สนใจและไม่นิยมสินค้าที่เป็นเทคโนโลยีสมัยใหม่กันมากนัก

อรรพรรณ วิจักขณะ (2534 บทคัดย่อ) ได้ศึกษาการเปิดรับและการใช้ประโยชน์จากสื่อมวลชนของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยในกรุงเทพมหานคร เพื่อทราบความสนใจ ความชื่นชอบต่อเนื้อหาของสื่อมวลชน การใช้ประโยชน์และการได้รับความพึงพอใจจากสื่อมวลชนประเภทต่างๆ พบว่า นิสิตนักศึกษาอ่านหนังสือพิมพ์เพราะต้องการทราบข่าวสาร และเชื่อเนื้อหาในหนังสือพิมพ์รายวันบางส่วน ส่วนการชมรายการโทรทัศน์จะเป็นเพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลิน นอกจากนี้

พบว่า ได้นำเนื้อหาจากสื่อมวลชนมาเป็นหัวข้อในการสนทนากับเพื่อย่อยสโม และสื่อมวลชนเหล่านี้ มีผลต่อการเปลี่ยนค่านิยม ความคิดเห็น และพฤติกรรมในระดับพอสมควร

จุฑามาส กิรติสิกร (2542 137) ได้ศึกษารูปแบบการดำเนินชีวิตของเด็กวัยรุ่นกับการใช้ประโยชน์จากสื่อมวลชน พบว่า วัยรุ่นมีการเปิดรับสื่อเพื่อตอบสนองความต้องการความบันเทิงเป็นหลัก ไม่ว่าจะเป็นสื่อโทรทัศน์ วิทยุ การ์ตูนวีดิทัศน์ เทปเพลง/ซีดี และคอมพิวเตอร์ ซึ่งเป็นการตอบสนองความต้องการในลักษณะ Affective Need คือความต้องการที่ผู้รับสารเปิดรับสื่อมวลชนเพื่อจะได้รับความพึงพอใจ หรือได้รับประสบการณ์ทางอารมณ์ รวมทั้งในเรื่องของความสวยงามหรือศิลปะต่างๆ ส่วนความต้องการรองลงมา คือความต้องการข้อมูลข่าวสาร เพื่อจะได้รับข่าวสารความรู้ความเข้าใจในตัวบุคคล เหตุการณ์หรือสิ่งต่างๆ ซึ่งกลุ่มวัยรุ่นต้องการทราบข่าวสารความเป็นไปต่างๆ เพื่อไม่ให้ตนตกข่าว ล้าหลัง ไม่ทันสมัย ตามเพื่อนไม่ทัน

จากเอกสารและงานวิจัยพบว่า ความสนใจของนิสิตนักศึกษาที่มีต่อสังคม

วัฒนธรรมและสื่อมวลชน มีผลต่อการใช้เวลาในแต่ละวันของนิสิตนักศึกษา การบริหารเวลาในด้านต่างๆของแต่ละคนจะแตกต่างกันไปตามความสนใจ กิจกรรมต่างๆที่เกิดขึ้นส่วนมากจะเป็นกิจกรรมที่ปฏิบัติกับกลุ่มเพื่อนๆและกิจกรรมส่วนตัว รวมทั้งกิจกรรมต่างๆก็มีความหลากหลายมากขึ้น นอกจากนี้แนวทางในการศึกษาก็แตกต่างกันไปจากเดิม โดยนิสิตนักศึกษามีวิธีการแสวงหาความรู้จากแหล่งอื่นๆที่นอกเหนือจากห้องสมุด เช่น สื่อมวลชนในรูปแบบต่างๆ ซึ่งสิ่งเหล่านี้มีผลต่อการใช้เวลาของนิสิตนักศึกษาในปัจจุบันแตกต่างจากนิสิตนักศึกษาในสมัยก่อน

บทที่ 3

วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้แบ่งวิธีการดำเนินการตามขั้นตอนดังต่อไปนี้

1. การกำหนดประชากรและการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง
2. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
3. การเก็บรวบรวมข้อมูล
4. การจัดกระทำและการวิเคราะห์ข้อมูล

การกำหนดประชากรและการสุ่มกลุ่มตัวอย่าง

ประชากร

ประชากรที่ใช้การศึกษาค้นคว้านี้ ได้แก่ นิสิตปริญญาตรีที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นปีที่ 1-4 ประจำปีการศึกษา 2547 ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร จำนวน 19,956 คน โดยแบ่งเป็นนิสิตที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยจำนวน 2,364 คน และนิสิตที่ไม่ได้อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยจำนวน 17,592 คน

การเลือกกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้านี้ ได้แก่ นิสิตปริญญาตรีที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นปีที่ 1-4 ประจำปีการศึกษา 2547 ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร จำนวน 760 คน โดยแบ่งเป็นนิสิตที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยจำนวน 360 คน และนิสิตที่ไม่ได้อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยจำนวน 400 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มแบบกำหนดโควตา (Quota Sampling) โดยมีวิธีการสุ่มดังนี้

ประมาณขนาดของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้ตารางประมาณขนาดกลุ่มตัวอย่าง ของศิริชัย กาญจนวาสีและคณะ ที่มีความเชื่อมั่นร้อยละ 95 ได้กลุ่มตัวอย่างของนิสิตที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย จำนวน 360 คน และนิสิตที่ไม่ได้อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย จำนวน 400 คน

สุมนิสิตที่อยู่หอพักและไม่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย จากแต่ละชั้นปี โดยสุมนิสิตที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย ชั้นปีละ 89-91 คน และนิสิตที่ไม่ได้อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย ชั้นปีละ 100 คน โดยในแต่ละชั้นปีกำหนดให้มีนิสิตที่ศึกษาในสาขาวิชาสังคมศาสตร์ จำนวน 382 คน และสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีจำนวน 378 คน

การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าครั้งนี้ เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา ซึ่งแบ่งออกเป็น 3 ตอนคือ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว ได้แก่ เพศ ระดับชั้นปี สาขาที่ศึกษา และที่พักอาศัย

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับความสนใจต่อสภาพแวดล้อมทั้ง 3 ด้าน คือ ด้านสังคม ด้านวัฒนธรรม และด้านสื่อมวลชน

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว

คำชี้แจง แบบสอบถามนี้เป็นแบบสอบถามด้านส่วนตัวของนิสิตเมื่ออ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน ()

1 เพศ () ชาย

() หญิง

2 ท่านกำลังศึกษาอยู่ในระดับ

() ชั้นปีที่ 1

() ชั้นปีที่ 2

() ชั้นปีที่ 3

() ชั้นปีที่ 4

3 คณะ/สาขาวิชา ที่ท่านกำลังศึกษาอยู่

4 ที่พักอาศัย

() อยู่หอพักมหาวิทยาลัย

() ไม่ได้อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

1 1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษาทั้ง 5 ด้าน ได้แก่ ด้านการเรียน ด้านการใช้เวลาในช่วงเวลาว่าง ด้านการใช้เวลากับครอบครัว ด้านการใช้เวลาในการพบอาจารย์ ด้านการใช้เวลากับเพื่อน

1 2 ผู้วิจัยศึกษาแบบสอบถามเกี่ยวกับการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา ทั้งหมด 5 ด้าน ของ นิธิพัฒน์ เมฆขจร (2540 94-97) ัญญารัตน์ วงษ์สมัย (2542 98-109) ละมุล ตีรนา นนท์ (2545 65-71) สุนิตยา ชุมพงศ์ (2535 70-74) นฤนุช สุนทรศิริ (2544 ภาคผนวก) เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม

1 3 ผู้วิจัยได้สร้างแบบสอบถามเกี่ยวกับการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา ทั้ง 5 ด้าน ตามแนวคิด 1 1 และ 1 2 โดยเขียนข้อความและภาษาให้เหมาะสมและสอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ ซึ่งแบบสอบถามมีลักษณะเป็นตาราง ให้นิสิตระบุเวลาโดยเฉลี่ยที่ใช้ในการทำกิจกรรมด้านต่างๆ ในแต่ละสัปดาห์

1 4 การหาคุณภาพเครื่องมือผู้วิจัยได้นำแบบสอบถามที่สร้างขึ้นให้ผู้ทรงคุณวุฒิ คือ ศาสตราจารย์ ดร ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ ตรวจสอบความเหมาะสมทั้งด้านเนื้อหาและภาษาที่ใช้ในข้อคำถามให้สอดคล้องกับคำนิยามศัพท์เฉพาะ แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำของผู้ทรงคุณวุฒิ

ตัวอย่าง แบบสอบถามเกี่ยวกับการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา

คำชี้แจง ให้นิสิตอ่านข้อความเกี่ยวกับการบริหารเวลาของนิสิตในแต่ละด้านแล้วบันทึกระยะเวลาในการปฏิบัติกิจกรรมต่างๆตามที่ระบุไว้ โดยบันทึกเวลาเฉลี่ยที่ใช้ในแต่ละสัปดาห์ ตามความเป็นจริงของนิสิต

ข้อความ	เวลาที่ใช้(โดยเฉลี่ย/สัปดาห์)	
	ชั่วโมง	นาที
0 จำนวนเวลาที่ใช้ในการเรียน		
0 ในชั้นเรียน		
00 อ่านหนังสือทบทวนความรู้		
00 จำนวนที่ใช้ปฏิบัติกิจกรรมในช่วงเวลาว่าง		
0 ดูโทรทัศน์		
00 เดินศูนย์การค้า		
000 จำนวนเวลาที่ใช้ปฏิบัติกิจกรรมกับครอบครัว		
0 รับประทานอาหารร่วมกับครอบครัว		
00 ช่วยครอบครัวทำงานบ้าน		

ตอนที่ 3 แบบสอบถามความสนใจต่อสภาพแวดล้อมของนิสิตนักศึกษา

ขั้นตอนในการสร้างเครื่องมือ

1 1 ผู้วิจัยศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับความสนใจของนิสิตนักศึกษา ในด้านสังคม วัฒนธรรม และสื่อมวลชน

1 2 ผู้วิจัยศึกษาแบบสอบถามของ พรกมล รัชนาภรณ์ (2542 149-154) จุฑามาส กิรติสิกร (2542 160-168) อัมพร ศรีประเสริฐสุข (2545 81-86) และนัฏฐา ศรีรัตัญญ (2540 55-16) เพื่อเป็นแนวทางในการสร้างแบบสอบถาม

1 3 ผู้วิจัยสร้างแบบสอบถามความสนใจต่อสภาพแวดล้อมของนิสิตนักศึกษา ในด้านสังคม วัฒนธรรม และสื่อมวลชน ตามแนวคิดที่ได้จาก ข้อ 1 1 และ 1 2 นำแบบสอบถามไปหาค่าเที่ยงตรงเชิงประจักษ์โดยนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ คือ ศาสตราจารย์ ดร ผ่องพรรณ เกิดพิทักษ์ ตรวจสอบความเหมาะสมทั้งด้านเนื้อหา ข้อคำถามและภาษาที่ใช้ให้สอดคล้องกับนิยามศัพท์เฉพาะ แล้วนำไปปรับปรุงแก้ไข

1 3 หาคุนภาพของเครื่องมือ หาค่าอำนาจจำแนก โดยนำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแล้วไปทดลอง (Try out) กับนิสิตนักศึกษาที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่มตัวอย่างจำนวน 50 คน แล้วนำมาตรวจให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด หาค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ ซึ่งค่าอำนาจจำแนกของข้อคำถาม อยู่ระหว่าง 0.138 – 0.717 และหาค่าความเชื่อมั่น(Reliability) ของแบบสอบถามโดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟา(Alpha Coefficient) ของครอนบัค(Cronbach) ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.80

แบบสอบถามตอนที่ 2 นี้เป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ โดยมีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

เกณฑ์การให้คะแนน

ผู้วิจัยตรวจและให้คะแนนของคำถามในแต่ละข้อดังนี้

1 ข้อคำถามที่เป็นข้อความทางบวก มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

จริงมากที่สุด	5	คะแนน
จริง มาก	4	คะแนน
จริงปานกลาง	3	คะแนน
จริงน้อย	2	คะแนน
จริงน้อยที่สุด	1	คะแนน

2 ข้อคำถามที่เป็นข้อความทางลบ มีเกณฑ์การให้คะแนนดังนี้

จริงมากที่สุด	1	คะแนน
จริง มาก	2	คะแนน
จริงปานกลาง	3	คะแนน
จริงน้อย	4	คะแนน
จริงน้อยที่สุด	5	คะแนน

เกณฑ์การแปลความหมาย (วิเชียร เกตุสิงห์ 2538:9) การแปลความหมาย
จะนำค่าเฉลี่ยของกลุ่มมาแบ่งตามเกณฑ์โดยมีความหมายดังนี้

ค่าเฉลี่ย 1.00 – 2.33 หมายถึง นิสิตมีความสนใจระดับน้อย

ค่าเฉลี่ย 2.34 – 3.66 หมายถึง นิสิตมีความสนใจระดับปานกลาง

ค่าเฉลี่ย 3.67 – 5.00 หมายถึง นิสิตมีความสนใจระดับมาก

ตัวอย่าง แบบสอบถามเกี่ยวกับความสนใจต่อสภาพแวดล้อมของนิสิตนักศึกษา

แบบสอบถามความสนใจด้านสังคม ด้านวัฒนธรรม และด้านสื่อมวลชน

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่องว่างทางขวามือเพียงช่องใดช่องหนึ่ง ที่ตรงกับข้อเท็จจริง
ของนิสิตมากที่สุด

ข้อที่	กิจกรรม	จริงมาก ที่สุด	จริง มาก	จริง ปานกลาง	จริง น้อย	จริงน้อย ที่สุด
0 00	ด้านสังคม ข้าพเจ้าสนใจในการรับรู้ข่าวสารและ ความเป็นไปของสังคมจากสื่อ ต่าง ๆ ข้าพเจ้าเห็นว่าในขณะนี้เราควรตั้งใจ เรียนมากกว่าการทำกิจกรรมเพื่อ สังคมหรือส่วรวม					
0 00	ด้านวัฒนธรรม ข้าพเจ้าเห็นว่าการแต่งกายแบบไทย เป็นสิ่งที่เหมาะสมสำหรับคนไทย ข้าพเจ้าคิดว่าควรมีการส่งเสริมให้ คนไทยใช้ภาษาไทยอย่างถูกต้อง เหมาะสม					
0 00	ความสนใจด้านสื่อมวลชน ข้าพเจ้าดูโทรทัศน์เพื่อรับรู้ข้อมูล ข่าวสารต่าง ๆ ข้าพเจ้าจะรับรู้ข่าวสารต่าง ๆ จากฟัง วิทยุ					

การเก็บรวบรวมข้อมูล

- 1 ผู้วิจัยนำหนังสือขอความร่วมมือในการทำวิจัยจากบัณฑิตวิทยาลัยไปยังรองอธิการบดีกองกิจการนิสิตสัมพันธ์ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร
- 2 รองอธิการบดีอนุมัติให้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล รวมทั้งชี้แจงไปยังรองคณบดีฝ่ายกิจการนิสิตทุกคณะ และอนุสาสทหอพักหญิง-ชาย
- 3 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามไปดำเนินการเก็บข้อมูลจากนิสิตกลุ่มตัวอย่าง โดยได้รับความช่วยเหลือจากอาจารย์ประจำหอพัก เจ้าหน้าที่สำนักงานเลขานุการแต่ละคณะ ในการประสานงานกับคณาจารย์และนิสิตประจำสาขาวิชาต่างๆโดยนำแบบสอบถามไปให้ 800 ฉบับ และได้กลับคืนมาจำนวน 780 ฉบับ นำมาตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูล ปรากฏว่ามีความสมบูรณ์สามารถนำไปวิเคราะห์ได้ 760 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 95
- 4 ผู้วิจัยนำแบบสอบถามที่ได้มาวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติต่อไป

การจัดกระทำข้อมูลและการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาค้นคว้าข้อมูลในครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูล โดยใช้โปรแกรมสำเร็จรูปสำหรับการวิจัยทางสังคมศาสตร์ SPSS/PC⁺ (Statistical Package For Social Science) และวิเคราะห์ข้อมูลดังต่อไปนี้

- 1 หาค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย จัดอันดับและค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานและ
- 2 เปรียบเทียบการบริหารเวลาของนิสิต ตามตัวแปรเพศ ระดับชั้น สาขาวิชา ที่พักอาศัย ความสนใจต่อสภาพแวดล้อม โดยในการวิเคราะห์ความแตกต่างของตัวแปร 2 กลุ่ม ใช้สถิติทดสอบ (t-test) และในการวิเคราะห์ความแตกต่างของตัวแปร 3กลุ่ม ใช้การวิเคราะห์หาค่าความแปรปรวน (Analysis of Variance ANOVA)
- 3 สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล
 - 3 1 สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ร้อยละ การจัดอันดับ ค่าเฉลี่ย และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
 - 3 2 สถิติสำหรับการวิเคราะห์เครื่องมือ
 - 3 3 หาค่าอำนาจจำแนกแบบสอบถาม โดยสูตร t-test
 - 3 4 หาค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถามที่เป็น Rating Scale โดยใช้สัมประสิทธิ์แอลฟา (Alpha-Coefficient) ของครอนบัค (Cronbach)
- 4 สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมุติฐาน
 - 4 1 เปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของกลุ่มตัวอย่าง 2 กลุ่มโดยใช้สถิติทดสอบแบบ ที (t-test)
 - 4 2 หาค่าความแตกต่างระหว่างคะแนนเฉลี่ยของตัวแปรตั้งแต่ 2 กลุ่มขึ้นไป โดยใช้ การวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว (One Way Analysis of Variance)

บทที่ 4

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล

M	แทน	ค่าเฉลี่ย
n	แทน	จำนวนกลุ่มตัวอย่าง
SD	แทน	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
F	แทน	ค่าอัตราส่วนวิกฤติของการแจกแจงแบบเอฟ (F-distribution)
T	แทน	ค่าอัตราส่วนวิกฤติของการแจกแจงแบบที (T-distribution)
df	แทน	ชั้นของความเป็นอิสระ (Degree of freedom)
SS	แทน	ผลรวมยกกำลังสอง (Sum of Squares)
MS	แทน	ค่าเฉลี่ยรวมของผลรวม (Mean Square)
*	แทน	มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 05

การวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลและการแปลความหมายของการวิเคราะห์ข้อมูล ได้เสนอเป็นลำดับดังนี้

ตอนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ สาขาวิชา ระดับชั้นปี ที่พักอาศัย และความสนใจต่อสภาพแวดล้อมของนิสิตและช่วงเวลาที่นิสิตที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย ได้มีโอกาสพบกับครอบครัว ตามตารางที่ 1 - 2

ตอนที่ 2 การบริหารเวลาของนิสิตโดยรวม รายด้าน และการจัดอันดับของการบริหารเวลา ตามตาราง 3 - 4

ตอนที่ 3 การเปรียบเทียบการบริหารเวลาตามตัวแปร ตามตาราง 5 - 15

ผลการวิจัย

ตอนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง

ตาราง 1 จำนวนและค่าร้อยละข้อมูลพื้นฐานของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามเพศ ระดับชั้นปี สาขาวิชาและที่พักอาศัย

	ข้อมูลพื้นฐาน	จำนวน	ร้อยละ
1	เพศ		
	ชาย	332	43.7
	หญิง	428	56.3
	รวม	760	100
1	ระดับชั้นปี		
	ชั้นปีที่ 1	189	24.9
	ชั้นปีที่ 2	190	25.0
	ชั้นปีที่ 3	192	25.2
	ชั้นปีที่ 4	189	24.9
	รวม	760	100
2	สาขาวิชา		
	สังคมศาสตร์	378	49.7
	วิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี	382	50.3
	รวม	760	100
3	ที่พักอาศัย		
	อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย	360	47.4
	ไม่ได้อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย	400	52.6
	รวม	760	100

จากตาราง 1 พบว่า จำนวนนิสิตที่เป็นกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 760 คนมีเพศหญิง 428 คน (ร้อยละ 56.3) เพศชาย 332 คน (ร้อยละ 43.7) ในส่วนของระดับชั้นปี และสาขานั้นจะมีจำนวนใกล้เคียงกัน สำหรับที่พักอาศัย นิสิตที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยมีทั้งสิ้น 360 คน (ร้อยละ 47.4) นิสิตที่ไม่ได้อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยมีจำนวนทั้งสิ้น 400 คน (52.6)

ตาราง 2 ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และระดับความสนใจต่อสภาพแวดล้อมของนิสิต

ความสนใจต่อสภาพแวดล้อม	M	S D	ระดับ
ความสนใจด้านสังคม	2.43	0.609	ปานกลาง
ความสนใจด้านวัฒนธรรม	3.61	0.447	ปานกลาง
ความสนใจด้านสื่อมวลชน	2.83	0.416	ปานกลาง
ความสนใจโดยรวมทั้ง 3 ด้าน	3.00	0.324	ปานกลาง

จากตาราง 2 พบว่า นิสิตมีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมด้านสังคม ด้านวัฒนธรรม ด้านสื่อมวลชน และความสนใจโดยรวมทั้ง 3 ด้าน อยู่ในระดับปานกลาง

ตอนที่ 2 การบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษาโดยรวม รายด้าน และการจัดอันดับการบริหารเวลา
ตามตารางที่ 3 - 4

ตาราง 3 ค่าเฉลี่ยการบริหารเวลาของนิสิต ด้านการใช้เวลาด้านการเรียน การใช้เวลากับเพื่อน การใช้เวลาในช่วงเวลาว่าง การใช้เวลากับครอบครัว และการใช้เวลาในการพบอาจารย์

(n = 760)

การบริหารเวลาของนิสิต (ชั่วโมง/สัปดาห์)	M
	ชั่วโมง นาที
การใช้เวลาด้านการเรียน	49 25
เวลาที่ใช้ในการเรียน	24 41
เวลาที่ใช้อ่านหนังสือทบทวนความรู้	10 07
เวลาที่ใช้ในการทำรายงาน	5 59
เวลาที่ใช้ในการค้นคว้าหาความรู้จากอินเทอร์เน็ต	5 09
เวลาที่ใช้ในการค้นคว้าหาความรู้ในห้องสมุด	3 11
ด้านอื่นๆ	0 18
การใช้เวลากับเพื่อน	30 38
พบปะสังสรรค์กับเพื่อน	10 32
รวมรับประทานอาหารกับเพื่อน	7 44
เดินเล่นศูนย์การค้ากับเพื่อน	3 32
ร่วมทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัยกับเพื่อน	3 15
คุยกับเพื่อนทางอินเทอร์เน็ต	2 53
ร่วมทำกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์กับเพื่อน	1 54
เที่ยวสถานบันเทิง	0 48
การใช้เวลาในช่วงเวลาว่าง	25 39
ฟังเพลงจากวิทยุ/ CD	9 01
ดูโทรทัศน์	7 07
เดินศูนย์การค้า	3 32
ออกกำลังกาย	2 59
ดูรายการทาง Cable TV	2 32
อื่นๆ	0 28

ตาราง 3 (ต่อ)

การบริหารเวลาของนิสิต (ชั่วโมง/สัปดาห์)	M
	ชั่วโมง นาที
การใช้เวลากับครอบครัว	20 13
รับประทานอาหารกับครอบครัว	5 33
พูดคุยแสดงความคิดเห็นกับครอบครัว	4 40
ช่วยครอบครัวทำงานบ้าน	3 43
ไปเที่ยวกับครอบครัว	2 16
ช่วยครอบครัวประกอบอาชีพ	2 05
ซื้อของนอกบ้านกับครอบครัว	1 56
ใช้เวลาในการพบอาจารย์	3 00
ปรึกษาขอคำแนะนำเกี่ยวกับการเรียน	1 29
ช่วยอาจารย์ทำงานนอกเหนือจากการเรียน	0 58
ปรึกษาขอคำแนะนำในเรื่องส่วนตัว	0 33

จากตาราง 3 พบว่า นิสิตมีการใช้เวลาโดยรวมด้านการเรียนมากที่สุด (49 ชั่วโมง 25 นาที/สัปดาห์) รองลงมาได้แก่ การใช้เวลากับเพื่อน (30 ชั่วโมง 38 นาที/สัปดาห์) การใช้เวลาในช่วงเวลารว่าง (25 ชั่วโมง 39 นาที/สัปดาห์) การใช้เวลากับครอบครัว (20 ชั่วโมง 16 นาที/สัปดาห์) และมีการใช้เวลาในการพบอาจารย์น้อยที่สุด (3 ชั่วโมง /สัปดาห์)

การใช้เวลาในด้านการเรียน นิสิตจะใช้เวลาโดยเฉลี่ยในชั้นเรียนมากที่สุด(เฉลี่ย 24 ชั่วโมง 41 นาที/สัปดาห์) รองลงมาได้แก่ อ่านหนังสือทบทวนความรู้ (เฉลี่ย 10 ชั่วโมง 7 นาที/สัปดาห์) ทำรายงาน (เฉลี่ย 5 ชั่วโมง 59 นาที/สัปดาห์) ค้นคว้าหาความรู้จากอินเทอร์เน็ต (เฉลี่ย 5 ชั่วโมง 9 นาที/สัปดาห์) ค้นคว้าหาความรู้ในห้องสมุด (เฉลี่ย 3 ชั่วโมง 11 นาที/สัปดาห์) และด้านอื่นๆ จะมีน้อยที่สุด (เฉลี่ย 18 นาที/สัปดาห์)

ด้านการใช้เวลากับเพื่อนของนิสิตนั้น นิสิตใช้เวลาในการพบปะสังสรรค์เพื่อนมากที่สุด (เฉลี่ย 10 ชั่วโมง 32 นาที/สัปดาห์) รองลงมาได้แก่ รับประทานอาหารกับเพื่อน (เฉลี่ย 7 ชั่วโมง 44 นาที/สัปดาห์) เล่นเล่นศูนย์การค้ากับเพื่อน (เฉลี่ย 3 ชั่วโมง 32 นาที/สัปดาห์) ทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัยกับเพื่อน (เฉลี่ย 3 ชั่วโมง 15 นาที/สัปดาห์) คุยกับเพื่อนทางอินเทอร์เน็ต (เฉลี่ย 2 ชั่วโมง 53 นาที/สัปดาห์) ทำกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์กับเพื่อน (เฉลี่ย 1 ชั่วโมง 54 นาที/สัปดาห์) และเที่ยวสถานบันเทิงกับเพื่อนเป็นอันดับสุดท้าย (เฉลี่ย 48 นาที/สัปดาห์)

การใช้เวลาในช่วงเวลาของนิสิต ส่วนมากนิสิตจะใช้เวลาในการฟังเพลงจากวิทยุ/CD มากที่สุด (เฉลี่ย 9 ชั่วโมง 1 นาที/สัปดาห์) รองลงมาได้แก่ดูโทรทัศน์ (เฉลี่ย 7 ชั่วโมง 7 นาที/สัปดาห์) เดินศูนย์การค้า (เฉลี่ย 3 ชั่วโมง 31 นาที/สัปดาห์) ออกกำลังกาย (เฉลี่ย 2 ชั่วโมง 59 นาที/สัปดาห์) ดูรายการทาง Cable TV (เฉลี่ย 2 ชั่วโมง 31 นาที/สัปดาห์) และทำกิจกรรมอื่นๆ เพียงเล็กน้อย (เฉลี่ย 28 นาที/สัปดาห์)

การใช้เวลากับครอบครัว พบว่า นิสิตมีการใช้เวลาในการรับประทานอาหารกับครอบครัวมากที่สุด (เฉลี่ย 5 ชั่วโมง 33 นาที/สัปดาห์) รองลงมาได้แก่ เวลาที่ใช้ในการพูดคุยสนทนาแสดงความคิดเห็นกับครอบครัว (เฉลี่ย 4 ชั่วโมง 40 นาที/สัปดาห์) ช่วยครอบครัวทำงานบ้าน (เฉลี่ย 3 ชั่วโมง 43 นาที/สัปดาห์) ไปเที่ยวกับครอบครัว (เฉลี่ย 2 ชั่วโมง 16 นาที/สัปดาห์) ช่วยครอบครัวประกอบอาชีพ (เฉลี่ย 2 ชั่วโมง 4 นาที/สัปดาห์) และใช้เวลาในการซื้อของนอกบ้านกับครอบครัวเป็นอันดับสุดท้าย (เฉลี่ย 1 ชั่วโมง 56 นาที/สัปดาห์)

การใช้เวลาในการพบอาจารย์ มีการใช้เวลาในการปรึกษา ขอคำแนะนำเกี่ยวกับการเรียนมากที่สุด (เฉลี่ย 1 ชั่วโมง 29 นาที/สัปดาห์) รองลงมาได้แก่ ช่วยอาจารย์ทำงานที่นอกเหนือจากการเรียน (เฉลี่ย 58 นาที/สัปดาห์) และปรึกษาขอคำแนะนำในเรื่องส่วนตัวเป็นอันดับสุดท้าย (เฉลี่ย 33 นาที/สัปดาห์)

ตาราง 4 ค่าเฉลี่ยการบริหารเวลาของนิสิตจำแนกตามชั้นปี

การบริหารเวลา (ชั่วโมง/สัปดาห์)	ชั้นปีที่ 1 $n_1 = 189$ M(ชั่วโมง นาที)	ชั้นปีที่ 2 $n_2 = 190$ M(ชั่วโมง นาที)	ชั้นปีที่ 3 $n_3 = 192$ M(ชั่วโมง นาที)	ชั้นปีที่ 4 $n_4 = 189$ M(ชั่วโมง นาที)	รวมทั้งหมด $n = 760$ M(ชั่วโมง นาที)
การใช้เวลาด้าน					
การเรียน	45 40	52 48	51 49	47 19	49 25
การใช้เวลาใน					
ช่วงเวลาว่าง	20 52	27 29	25 13	29 05	25 39
การใช้เวลากับ					
ครอบครัว	19 57	21 15	20 24	19 27	20 13
การใช้เวลาใน					
การพบอาจารย์	2 47	3 41	3 26	2 22	3 04
การใช้เวลากับ					
เพื่อน	30 17	33 00	30 37	28 38	30 38
รวม	119 33	138 13	131 29	126 51	128 59

จากตาราง 4 พบว่า นิสิตชั้นปีที่ 2 มีการใช้เวลาโดยรวมทั้งหมดมากที่สุด (เฉลี่ย 138 ชั่วโมง 13 นาที/สัปดาห์) รองลงมาได้แก่นิสิตชั้นปีที่ 3 ปีที่ 4 และชั้นปีที่ 1 (เฉลี่ย 131 ชั่วโมง 29 นาที/สัปดาห์ 126 ชั่วโมง 51 นาที/สัปดาห์ และ 119 ชั่วโมง 33 นาที/สัปดาห์ ตามลำดับ)

เมื่อพิจารณาการใช้เวลาโดยรวมในแต่ละด้านพบว่า นิสิตชั้นปีที่ 2 มีการใช้เวลาด้านการเรียน (เฉลี่ย 52 ชั่วโมง 48 นาที/สัปดาห์) การใช้เวลากับครอบครัว (เฉลี่ย 21 ชั่วโมง 15 นาที/สัปดาห์) การใช้เวลาในการพบอาจารย์ (เฉลี่ย 3 ชั่วโมง 41 นาที/สัปดาห์) และใช้เวลากับเพื่อน (เฉลี่ย 33 ชั่วโมง /สัปดาห์) มากกว่านิสิตปีอื่นๆ ส่วนการใช้เวลาในช่วงเวลาว่าง พบว่านิสิตชั้นปีที่ 4 มีการใช้เวลาด้านนี้มากที่สุด (เฉลี่ย 29 ชั่วโมง 5 นาที/สัปดาห์)

ตอนที่ 3 เปรียบเทียบการบริหารเวลาของนิสิตตามตัวแปรเพศ ระดับชั้น สาขาวิชา ที่พักอาศัย และความสนใจต่อสภาพแวดล้อม ตามตาราง 5 – 15

ตาราง 5 เปรียบเทียบการบริหารเวลาของนิสิต จำแนกตามเพศ

การบริหารเวลาของนิสิต (ชั่วโมง/สัปดาห์)	ชาย n = 332		หญิง n = 428		
	M	S D	M	S D	
การใช้เวลาด้านการเรียน	51 03	19 32	48 17	19 49	2 016*
ใช้เวลาใน					
ช่วงเวลาว่าง	24 80	22 02	26 32	21 38	0 955
ใช้เวลากับครอบครัว	17 63	18 24	22 32	21 12	3 283*
ใช้เวลาในการพบ					
อาจารย์	3 45	6 23	2 77	4 60	1 679
ใช้เวลากับเพื่อน	31 60	20 57	29 90	22 12	1 087
รวม	128 51	57 57	129 48	59 30	0 224

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 05

จากตาราง 5 พบว่า นิสิตชายและนิสิตหญิงมีการใช้เวลาโดยรวมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และเมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่า นิสิตชายและนิสิตหญิงมีการใช้เวลาด้านการเรียน และใช้เวลากับครอบครัว แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 05 โดยผู้ชายมีการใช้เวลาด้านการเรียนมากกว่าผู้หญิง ส่วนการใช้เวลากับครอบครัวนั้น ผู้หญิงมีการใช้เวลา มากกว่าผู้ชาย สำหรับการใช้เวลาในช่วงเวลาว่าง การใช้เวลาในการพบอาจารย์ และการใช้เวลากับเพื่อนนั้นมีความแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตาราง 6 เปรียบเทียบการบริหารเวลาของนิสิต จำแนกตามระดับชั้นปี

การบริหารเวลา (ชั่วโมง/สัปดาห์)	แหล่งของ ความ แปรปรวน	df	SS	MS	F
การใช้เวลาด้านการ เรียน	ระหว่างกลุ่ม	3	6734.93	2244.98	6.048*
	ภายในกลุ่ม	756	280616.59	371.19	
	รวมทั้งหมด	759	287351.52		
ใช้เวลาในช่วง เวลาว่าง	ระหว่างกลุ่ม	3	7216.79	2405.59	5.213*
	ภายในกลุ่ม	756	348894.25	461.50	
	รวมทั้งหมด	759	356111.04		
ใช้เวลากับครอบครัว	ระหว่างกลุ่ม	3	337.12	112.37	0.279
	ภายในกลุ่ม	756	304352.39	402.58	
	รวมทั้งหมด	759	304689.51		
ใช้เวลาในการพบ อาจารย์	ระหว่างกลุ่ม	3	204.20	68.06	2.365
	ภายในกลุ่ม	756	21753.97	28.77	
	รวมทั้งหมด	759	21958.17		
ใช้เวลากับเพื่อน	ระหว่างกลุ่ม	3	1846.37	615.45	1.338
	ภายในกลุ่ม	756	347652.93	459.86	
	รวมทั้งหมด	759	349499.30		
ใช้เวลาโดยรวม	ระหว่างกลุ่ม	3	35197.82	11732.60	3.460*
	ภายในกลุ่ม	756	2563911.25	3391.41	
	รวมทั้งหมด	759	2599109.07		

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 05

จากตาราง 6 พบว่า นิสิตที่มีระดับชั้นต่างกัน จะมีการใช้เวลาโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 05 เมื่อพิจารณารายด้าน พบว่านิสิตที่มีระดับชั้นต่างกัน มีการใช้เวลากับครอบครัว การใช้เวลาในการพบอาจารย์ และการใช้เวลากับเพื่อนแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ส่วนการใช้เวลาในด้านการเรียนและการใช้เวลาในช่วงเวลาว่างนั้น พบว่า

แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 05 เมื่อทดสอบเป็นรายคู่โดยใช้ วิธีของเชฟเฟ (Scheffe') ปรากฏผลดังตาราง 7

ตาราง 7 เปรียบเทียบการบริหารเวลาของนิสิต จำแนกตามระดับชั้นปีเป็นรายคู่

การบริหารเวลา (ชั่วโมง/สัปดาห์)	ระดับชั้น		ชั้นปีที่ 1	ชั้นปีที่ 2	ชั้นปีที่ 3	ชั้นปีที่ 4
		M	45 59	52 80	51 81	47 32
การใช้เวลา	ชั้นปีที่ 1	45 69	-	7 11*	6 12*	1 63
ด้านการเรียน	ชั้นปีที่ 2	52 80		-	0 99	5 48
	ชั้นปีที่ 3	51 81			-	4 49
	ชั้นปีที่ 4	47 32				-
		M	20 86	27 49	25 21	29 06
การใช้เวลา	ชั้นปีที่ 1	20 86	-	6 63*	4 35	8 20*
ในช่วงเวลาว่าง	ชั้นปีที่ 2	27 49		-	2 28	1 57
	ชั้นปีที่ 3	25 21			-	3 85
	ชั้นปีที่ 4	29 06				-
		M	119 54	138 24	131 49	126 85
การใช้เวลา	ชั้นปีที่ 1	119 54	-	18 70*	11 95	7 31
โดยรวม	ชั้นปีที่ 2	138 24		-	6 75	11 39
	ชั้นปีที่ 3	131 49			-	4 64
	ชั้นปีที่ 4	126 85				-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 05

จากตาราง 7 พบว่า การบริหารเวลาด้านการเรียน นิสิตชั้นปีที่ 2 และชั้นปีที่ 3 มีการใช้เวลาด้านการเรียนมากกว่า นิสิตชั้นปีที่ 1 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 05 ส่วนนิสิตชั้นปีที่ 4 กับนิสิตชั้นปีที่ 1 มีการใช้เวลาในด้านการเรียนแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

การบริหารเวลาด้านการใช้เวลาในช่วงเวลาว่าง นิสิตชั้นปีที่ 4 และชั้นปีที่ 2 มีการใช้เวลาในช่วงเวลาว่างมากกว่า นิสิตชั้นปีที่ 1 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 05 ส่วนนิสิตชั้นปีที่ 3 กับนิสิตชั้นปีที่ 1 มีการใช้เวลาในช่วงเวลาว่างแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ และในการใช้เวลาโดยรวมทั้งหมด พบว่า นิสิตชั้นปีที่ 2 มีการใช้เวลาโดยรวมมากกว่า นิสิตชั้นปีที่ 1 อย่างมี

นัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 05 ส่วนนิสิตชั้นปีอื่นๆ มีการใช้เวลาโดยรวมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตาราง 8 เปรียบเทียบการบริหารเวลาของนิสิต จำแนกตามสาขาวิชาที่ศึกษา

การบริหารเวลา (ชั่วโมง/สัปดาห์)	สาขาสังคมศาสตร์ (n = 382)		สาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี (n = 378)		
	M	S D	M	S D	
การใช้เวลาด้านการเรียน	46 30	18 84	52 57	19 58	4 495*
ใช้เวลาในช่วงเวลาว่าง	28 18	23 57	23 11	19 24	3 253*
ใช้เวลากับครอบครัว	20 29	20 29	18 96	19 71	1 803
ใช้เวลาในการพบ อาจารย์	3 42	5 56	2 71	5 16	1 805
ใช้เวลากับเพื่อน	33 91	23 21	27 33	18 99	4 281*
รวม	133 38	63 04	124 68	53 28	2 058*

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 05

จากตาราง 8 พบว่า นิสิตที่เรียนสาขาวิชาสังคมศาสตร์ มีการใช้เวลาโดยรวมแตกต่างกับสาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 05 และ

เมื่อพิจารณาเป็นรายด้าน พบว่านิสิตที่เรียนสาขาวิชาต่างกันจะมีการใช้เวลาด้านการเรียน การใช้เวลาในช่วงเวลาว่างและการใช้เวลากับเพื่อนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 05 ส่วนการใช้เวลากับครอบครัว และใช้เวลาในการพบอาจารย์ พบว่ามีความแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตาราง 9 เปรียบเทียบการบริหารเวลาของนิสิต จำแนกตามที่พักอาศัย

การบริหารเวลา (ชั่วโมง/สัปดาห์)	อยู่หอพักของ มหาวิทยาลัย (n = 360)		ไม่ได้อยู่หอพักของ มหาวิทยาลัย (n = 400)		t
	M	S	M	S	
การใช้เวลาด้านการเรียน	55 37	19 61	44 06	17 69	8 311*
ใช้เวลาในช่วงเวลาว่าง	20 57	17 02	30 24	24 23	6 415*
ใช้เวลากับครอบครัว	17 90	22 19	22 40	17 62	3 068*
ใช้เวลาในการพบ อาจารย์	3 69	6 13	2 50	4 52	3 006*
ใช้เวลากับเพื่อน	31 54	19 98	29 83	22 69	1 097
รวม	129 07	54 97	129 03	61 60	0 010

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 05

จากตาราง 9 พบว่า นิสิตที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยกับนิสิตที่ไม่ได้อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยมีการใช้เวลาโดยรวมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ เมื่อพิจารณาเป็นรายด้านพบว่าทั้งนิสิตที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยและนิสิตที่ไม่ได้อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย มีการใช้เวลาด้านการเรียน การใช้เวลาในช่วงเวลาว่าง การใช้เวลากับครอบครัว และการใช้เวลาในการพบอาจารย์แตกต่างกับนิสิตที่ไม่ได้อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 05 นอกจากนี้ยังพบว่านิสิตที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย มีการใช้เวลากับเพื่อนแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตาราง 10 เปรียบเทียบการบริหารเวลาของนิสิต จำแนกตามระดับความสนใจต่อสภาพแวดล้อมของนิสิต

การบริหารเวลา (ชั่วโมง/สัปดาห์)	แหล่งของ		df	SS	MS	F
	ความ	แปรปรวน				
การใช้เวลา ด้านการเรียน	ระหว่างกลุ่ม		2	1751 30	875 65	2 321
	ภายในกลุ่ม		757	285600 21	377 27	
	รวมทั้งหมด		759	287351 51		
ใช้เวลา ในช่วงเวลาว่าง	ระหว่างกลุ่ม		2	1443 06	721 53	1 540
	ภายในกลุ่ม		757	354667 98	468 51	
	รวมทั้งหมด		759	356111 04		
ใช้เวลา กับครอบครัว	ระหว่างกลุ่ม		2	1511 39	755 69	1 887
	ภายในกลุ่ม		757	303178 12	400 50	
	รวมทั้งหมด		759	304689 51		
ใช้เวลา ในการพบ อาจารย์	ระหว่างกลุ่ม		2	203 10	101 55	3 534*
	ภายในกลุ่ม		757	21755 06	28 73	
	รวมทั้งหมด		759	21958		
ใช้เวลา กับเพื่อน	ระหว่างกลุ่ม		2	6552 14	3276 07	7 231*
	ภายในกลุ่ม		757	342947 15	453 03	
	รวมทั้งหมด		759	349499 29		
ใช้เวลา โดยรวม	ระหว่างกลุ่ม		2	29394 72	14697 36	4 330*
	ภายในกลุ่ม		757	2569714 35	3394 60	
	รวมทั้งหมด		759	2599109 07		

*มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 05

จากตาราง 10 พบว่า นิสิตที่มีระดับความสนใจต่อสภาพแวดล้อมต่างกัน มีการบริหารเวลาโดยรวมทั้งหมดแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ ระดับ 05 เมื่อพิจารณาการใช้

เวลาเป็นรายด้าน พบว่า นิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมแตกต่างกัน มีการใช้เวลาในการพบอาจารย์ และการใช้เวลากับเพื่อน แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 05 ส่วนการใช้เวลาด้านการเรียน การใช้เวลาในช่วงเวลาว่าง และการใช้เวลากับครอบครัวนั้น พบว่าแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

เพื่อทราบความแตกต่างเป็นรายคู่ จึงทำการเปรียบเทียบการใช้เวลาโดยรวม การใช้เวลาในการพบอาจารย์ และการใช้เวลากับเพื่อน ของนิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมโดยรวม ต่างกันโดยวิธีของเชฟเฟ้ (Scheffe') ปรากฏดังตาราง 11

ตาราง 11 เปรียบเทียบการบริหารเวลาของนิสิต จำแนกตามระดับความสนใจต่อสภาพแวดล้อม เป็นรายคู่

การบริหารเวลา	ระดับความสนใจต่อสภาพแวดล้อม		น้อย	ปานกลาง	มาก
		M	0 21	3 07	5 79
การใช้เวลาในการพบอาจารย์	น้อย	0 21	-	2 86	5 58*
	ปานกลาง	3 07		-	2 71
	มาก	5 79			-
		M	19 14	30 53	50 47
การใช้เวลากับเพื่อน	น้อย	19 14	-	11 39	31 27*
	ปานกลาง	30 53		-	19 88*
	มาก	50 47			-
		M	108 72	128 72	173 33
การใช้เวลาโดยรวม	น้อย	108 72	-	20	64 61*
	ปานกลาง	128 72		-	44 61*
	มาก	173 33			

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 05

จากตาราง 11 พบว่านิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมในระดับมาก มีการใช้เวลาในการพบอาจารย์แตกต่างกับนิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมระดับน้อย อย่างมีนัยสำคัญที่

ระดับ 05 ส่วนนิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมในระดับปานกลางกับนิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมในระดับมากและระดับน้อย มีการใช้เวลาในการพบอาจารย์แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

การใช้เวลากับเพื่อน พบว่านิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมในระดับมาก มีการใช้เวลากับเพื่อน แตกต่างกับนิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมระดับน้อยและนิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมโดยรวมระดับปานกลางอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 05 ส่วนนิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมโดยรวมระดับน้อยกับนิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมระดับปานกลางนั้นพบว่ามีการใช้เวลากับเพื่อนแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

การใช้เวลาทั้งหมดโดยรวม พบว่านิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมในระดับมากมีการใช้เวลาโดยรวมทั้งหมดแตกต่างกับนิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมระดับน้อยและระดับปานกลางอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 05 ส่วนนิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมในระดับปานกลางกับนิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมโดยรวมระดับน้อย มีการใช้เวลาโดยรวมทั้งหมดแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตาราง 12 เปรียบเทียบการบริหารเวลาของนิสิต จำแนกตามระดับความสนใจต่อสภาพแวดล้อมด้านสังคม

การบริหารเวลา (ชั่วโมง/สัปดาห์)	แหล่งของ ความ แปรปรวน	df	SS	MS	F
การใช้เวลา ด้านการเรียน	ระหว่างกลุ่ม	2	6773.38	3386.69	9.137*
	ภายในกลุ่ม	757	280578.13	370.64	
	รวมทั้งหมด	759	287351.51		
ใช้เวลา ในช่วงเวลาว่าง	ระหว่างกลุ่ม	2	9181.66	4590.83	10.017*
	ภายในกลุ่ม	757	346929.38	458.29	
	รวมทั้งหมด	759	356111.04		
ใช้เวลา กับครอบครัว	ระหว่างกลุ่ม	2	314.61	157.30	0.391
	ภายในกลุ่ม	757	304374.90	402.08	
	รวมทั้งหมด	759	304689.51		
ใช้เวลา ในการพบอาจารย์	ระหว่างกลุ่ม	2	1093.48	546.74	19.837*
	ภายในกลุ่ม	757	20864.68	27.56	
	รวมทั้งหมด	759	21958.16		
ใช้เวลากับเพื่อน	ระหว่างกลุ่ม	2	5124.26	2562.13	5.632*
	ภายในกลุ่ม	757	344375.03	454.92	
	รวมทั้งหมด	759	319499.29		
ใช้เวลาโดยรวม	ระหว่างกลุ่ม	2	16675.38	8337.69	2.444
	ภายในกลุ่ม	757	2582466.69	3411.40	
	รวมทั้งหมด	759	2599109.07		

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 05

จากตาราง 12 พบว่านิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมด้านสังคมต่างกัน มีการใช้เวลาโดยรวมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แต่เมื่อพิจารณาการใช้เวลาเป็นรายด้าน

พบว่านิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมด้านสังคมต่างกัน มีการใช้เวลาในด้านการเรียน การใช้เวลาในช่วงเวลาว่าง การใช้เวลาในการพบอาจารย์ และการใช้เวลากับเพื่อนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 05 ส่วนการใช้เวลากับครอบครัวนั้น พบว่า แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

เพื่อทราบความแตกต่างกันเป็นรายคู่ จึงทำการเปรียบเทียบการใช้เวลาด้านการเรียน การใช้เวลาในช่วงเวลาว่าง การใช้เวลาในการพบอาจารย์ และการใช้เวลากับเพื่อน ของนิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมด้านสังคมต่างกันโดยวิธีการของเชฟเฟ (Scheffe') ปรากฏดังตาราง 13

ตาราง 13 เปรียบเทียบการบริหารเวลาของนิสิต จำแนกตามระดับความสนใจต่อสภาพแวดล้อมด้านสังคมเป็นรายคู่

การบริหารเวลา	ความสนใจต่อ สภาพแวดล้อมด้าน สังคม		ระดับน้อย	ระดับ ปานกลาง	ระดับ มาก
		M	46 48	52 07	55 58
การใช้เวลาด้าน	ระดับน้อย	46 48	-	5 59*	9 1
การเรียน	ระดับปานกลาง	52 07		-	3 51
	ระดับมาก	55 58			-
		M	29 9	22 01	25 35
การใช้เวลา	ระดับน้อย	29 9	-	7 08*	3 74
ในช่วงเวลาว่าง	ระดับปานกลาง	22 01		-	3 34
	ระดับมาก	25 35			-
		M	1 90	4 10	5 75
การใช้เวลา	ระดับน้อย	1 90	-	2 20*	3 85*
ในการพบอาจารย์	ระดับปานกลาง	4 10		-	1 65
	ระดับมาก	5 75			-
		M	28 44	32 26	40 00
การใช้เวลา	ระดับน้อย	28 44	-	3 82	11 56*
กับเพื่อน	ระดับปานกลาง	32 26		-	7 74
	ระดับมาก	40 00			-

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 05

ตาราง 14 เปรียบเทียบการใช้เวลาของนิสิต จำแนกตามระดับความสนใจต่อสภาพแวดล้อมด้านวัฒนธรรม

การบริหารเวลา	ความสนใจต่อ สภาพแวดล้อมด้าน วัฒนธรรมระดับปานกลาง		ความสนใจต่อ สภาพแวดล้อมด้าน วัฒนธรรมระดับมาก		t
	M	S D	M	S D	
การใช้เวลาด้านการ เรียน	47.88	19.30	51.23	19.50	2.370*
การใช้เวลา ในช่วงเวลาว่าง	28.00	23.78	22.90	18.51	3.328*
การใช้เวลา กับครอบครัว	19.96	18.00	20.64	22.20	0.459
การใช้เวลา ในการพบอาจารย์	3.05	5.83	3.09	4.79	0.116
การใช้เวลา กับเพื่อน	31.19	22.88	29.98	19.65	0.784
รวม	130.08	62.30	127.84	53.78	0.534

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 05

จากตาราง 14 พบว่านิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมด้านวัฒนธรรมในระดับปานกลางมีการใช้เวลาด้านการเรียน และใช้เวลาในช่วงเวลาว่างแตกต่างกับนิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมด้านวัฒนธรรมในระดับมากอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 05 ส่วนนิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมด้านวัฒนธรรมในระดับปานกลาง มีการใช้เวลากับครอบครัว การใช้เวลาในการพบอาจารย์ และใช้เวลากับเพื่อน แตกต่างกับนิสิตที่มีความสนใจทางวัฒนธรรมในระดับมากอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

ตาราง 15 เปรียบเทียบการบริหารเวลาของนิสิต จำแนกตามระดับความสนใจต่อสภาพแวดล้อมด้านสื่อมวลชน

การบริหารเวลา (ชั่วโมง/สัปดาห์)	แหล่งของ ความ แปรปรวน	df	SS	MS	F
ด้านการเรียน	ระหว่างกลุ่ม	2	1180 90	590 45	1 562
	ภายในกลุ่ม	757	286170 61	378 03	
	รวมทั้งหมด	759	287351 51		
การใช้เวลา ในช่วงเวลาว่าง	ระหว่างกลุ่ม	2	1748 46	874 23	1 868
	ภายในกลุ่ม	757	354362 58	468 114	
	รวมทั้งหมด	759	356111 04		
ใช้เวลา กับครอบครัว	ระหว่างกลุ่ม	2	1949 77	974 88	2 438
	ภายในกลุ่ม	757	302739 74	399 92	
	รวมทั้งหมด	759	304689 51		
ใช้เวลา ในการพบอาจารย์	ระหว่างกลุ่ม	2	125 50	62 75	2 176
	ภายในกลุ่ม	757	21832 66	28 84	
	รวมทั้งหมด	759	21958 16		
ใช้เวลา กับเพื่อน	ระหว่างกลุ่ม	2	2401 84	1200 92	2 619
	ภายในกลุ่ม	757	347097 45	458 51	
	รวมทั้งหมด	759	349499 29		
รวม	ระหว่างกลุ่ม	2	14364 44	7182 22	2 103
	ภายในกลุ่ม	757	2584744 63	3414 45	
	รวมทั้งหมด	759	2599109 07		

* มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 05

จากตาราง 15 พบว่านิสิตที่มีระดับความสนใจต่อสภาพแวดล้อมด้านสื่อมวลชนแตกต่างกันมีการบริหารเวลาทั้งโดยรวมและรายด้านแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

บทที่ 5

บทย่อ สรุปผล อภิปราย ข้อเสนอแนะ

บทย่อ

ความมุ่งหมายของการวิจัย

- 1 เพื่อศึกษาการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษาในการใช้เวลาด้านการเรียน การใช้เวลาในช่วงเวลาว่าง การใช้เวลากับครอบครัว การใช้เวลาในการพบอาจารย์ และการใช้เวลากับเพื่อน
- 2 เพื่อเปรียบเทียบการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา โดยจำแนกตามเพศ ระดับชั้นปี สาขาวิชาที่ศึกษา ที่พักอาศัย และความสนใจต่อสภาพแวดล้อม

สมมติฐานของการวิจัย

- 1 นิสิตนักศึกษาที่มีเพศ ระดับชั้น สาขาวิชาที่ศึกษา ที่พักอาศัย และความสนใจต่อสภาพแวดล้อมต่างกัน มีการบริหารเวลาแตกต่างกัน

วิธีดำเนินการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ เป็นนิสิตนักศึกษาปริญญาตรีที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นปีที่ 1 - 4 ปีการศึกษา 2547 ของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร จำนวนทั้งสิ้น 760 คน โดยแบ่งเป็นนิสิตที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย จำนวน 360 คนและนิสิตที่ไม่ได้อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยจำนวน 400 คน ซึ่งได้มาจากการสุ่มแบบกำหนดโควตา (Quota Sampling) โดยมีวิธีการสุ่มดังนี้

ประมาณขนาดของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้ตารางประมาณขนาดกลุ่มตัวอย่างของศิริชัย กาญจนวาสีและคณะ ที่มีความเชื่อมั่นร้อยละ 95 ได้กลุ่มตัวอย่างของนิสิตที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย จำนวน 360 คน และนิสิตที่ไม่ได้อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย จำนวน 400 คน

สุมนิสิตที่อยู่หอพักและไม่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย จากแต่ละชั้นปี โดยสุมนิสิตที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย ชั้นปีละ 89 - 91 คน และนิสิตที่ไม่ได้อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย ชั้นปีละ 100 คน โดยในแต่ละชั้นปีกำหนดให้นิสิตที่ศึกษาในสาขาวิชาสังคมศาสตร์ จำนวน 382 คน และสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีจำนวน 378 คน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า แบ่งออกเป็น 3 ตอน คือ

ตอนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว ได้แก่เพศ ระดับชั้นปี สาขาวิชาที่ศึกษา และที่พักอาศัย

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา

ตอนที่ 3 แบบสอบถามเกี่ยวกับความสนใจต่อสภาพแวดล้อมทั้ง 3 ด้าน ได้แก่

ด้านสังคม วัฒนธรรม และสื่อมวลชน

การเก็บรวบรวมข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยตนเอง โดยนำแบบสอบถามที่หาคุณภาพเรียบร้อยแล้วไปให้นิสิตนักศึกษาของมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่งในกรุงเทพมหานคร ที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตอบจำนวนทั้งสิ้น 800 ฉบับ และได้กลับคืนมาจำนวน 780 ฉบับ นำมาตรวจสอบความสมบูรณ์ของข้อมูลปรากฏว่ามีความสมบูรณ์สามารถนำไปวิเคราะห์ได้ 760 ฉบับ คิดเป็นร้อยละ 95 จึงนำแบบสอบถามที่ได้ไปวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติต่อไป

การวิเคราะห์ข้อมูล

1 หาค่าสถิติพื้นฐาน ได้แก่ หาค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย การจัดอันดับ และค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2 เปรียบเทียบการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษาตามตัวแปร เพศ ระดับชั้น สาขาวิชา ที่พักอาศัย และความสนใจต่อสภาพแวดล้อม

สรุปผลการวิจัย

1 การบริหารเวลาของนิสิตทั้ง 5 ด้าน ได้แก่ การใช้เวลาด้านการเรียน การใช้เวลาในช่วงเวลาว่าง การใช้เวลากับครอบครัว การใช้เวลาในการพบอาจารย์ และการใช้เวลากับเพื่อน ผลการวิจัยปรากฏดังนี้

1.1 จากการศึกษา พบว่าการบริหารเวลาของนิสิตภายใน 1 สัปดาห์ นิสิตมีการใช้เวลาโดยรวมด้านการเรียนมากที่สุดรองลงมาได้แก่ การใช้เวลากับเพื่อน การใช้เวลาในช่วงเวลาว่าง การใช้เวลากับครอบครัว และการใช้เวลาในการพบอาจารย์ ตามลำดับ

1.2 เมื่อพิจารณาการใช้เวลาในแต่ละด้าน พบว่า การใช้เวลาด้านการเรียนนั้น ใน 1 สัปดาห์นิสิตมีการใช้เวลาในชั้นเรียนมากที่สุด รองลงมาได้แก่ ใช้เวลาในการอ่านหนังสือทบทวนความรู้ การทำรายงาน การค้นคว้าหาความรู้จากอินเทอร์เน็ต การใช้เวลาหาความรู้จากห้องสมุด และการใช้เวลาด้านอื่นๆ ตามลำดับ

1.3 การใช้เวลากับเพื่อนใน 1 สัปดาห์ นิสิตมีการใช้เวลาในการพบปะสังสรรค์กับเพื่อนมากที่สุด รองลงมาได้แก่ ร่วมรับประทานอาหารกับเพื่อน เล่นเล่นศูนย์การค้ากับเพื่อน ทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัยกับเพื่อน คุยกับเพื่อนทางอินเทอร์เน็ต ร่วมทำกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์อื่นๆ กับเพื่อน และเที่ยวสถานบันเทิงกับเพื่อน ตามลำดับ

14 การใช้เวลาในช่วงเวลาว่าง พบว่า ใน 1 สัปดาห์ นิสิตมีการใช้เวลาในการฟังเพลง จากวิทยุ/ซีดีมากที่สุด รองลงมาได้แก่ ใช้เวลาดูโทรทัศน์ เดินศูนย์การค้า ออกกำลังกาย และดูรายการทาง Cable TV และทำกิจกรรมอื่นๆ ตามลำดับ

15 การใช้เวลากับครอบครัว พบว่า ใน 1 สัปดาห์ นิสิตมีการใช้เวลาในการ รับประทานอาหารกับครอบครัวมากที่สุด รองลงมาได้แก่ พูดคุยแสดงความคิดเห็นกับครอบครัว ช่วยครอบครัวทำงานบ้าน ไปเที่ยวกับครอบครัว ช่วยครอบครัวประกอบอาชีพ และซื้อของนอกบ้านกับครอบครัว ตามลำดับ

16 การใช้เวลาในการพบอาจารย์ พบว่า ใน 1 สัปดาห์ นิสิตมีการใช้เวลาเพื่อขอ คำแนะนำเกี่ยวกับการเรียนกับอาจารย์มากที่สุด รองลงมาได้แก่ ช่วยอาจารย์ทำงานนอกเหนือจาก การเรียน และมีการใช้เวลาในการปรึกษาขอคำแนะนำเรื่องส่วนตัวตามลำดับ

2 เปรียบเทียบการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษาในด้านต่างๆ คือ การใช้เวลาในด้านการ เรียน การใช้เวลาในช่วงเวลาว่าง การใช้เวลากับครอบครัว การใช้เวลาในการพบอาจารย์ การใช้เวลากับเพื่อน จำแนกตามตัวแปรเพศ ระดับชั้น สาขาวิชาที่ศึกษา พักอาศัยและความสนใจต่อ สภาพแวดล้อม สรุปผลดังนี้

2.1 การใช้เวลาด้านการเรียนพบว่ามีเพศต่างกัน อยู่ในระดับชั้นต่างกัน เรียนสาขาวิชาแตกต่างกัน และมีที่พักอาศัยต่างกัน มีการใช้เวลาด้านการเรียนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนนิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมต่างกันมีการใช้เวลาด้าน การเรียนแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

2.2 การใช้เวลาในช่วงเวลาว่าง พบว่า นิสิตที่อยู่ในระดับชั้นต่างกัน เรียนสาขาวิชา แตกต่างกันและมีที่พักอาศัยต่างกัน มีการใช้เวลาในช่วงเวลาว่างแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนนิสิตที่มีเพศต่างกัน มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมแตกต่างกัน มีการใช้เวลา ในช่วงเวลาว่างแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

2.3 การใช้เวลากับครอบครัว พบว่า นิสิตที่มีเพศต่างกัน และมีที่พักอาศัยแตกต่างกัน มีการใช้เวลากับครอบครัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนนิสิตที่มีระดับชั้น ต่างกัน สาขาวิชาแตกต่างกันและมีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมต่างกัน มีการใช้เวลากับครอบครัว แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

2.4 การใช้เวลาในการพบอาจารย์ พบว่านิสิตที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกัน และมีความ สนใจต่อสภาพแวดล้อมแตกต่างกัน มีการใช้เวลาในการพบอาจารย์ต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ 0.05 ส่วนนิสิตที่มีเพศต่างกัน อยู่ในระดับชั้นต่างกัน และศึกษาในสาขาวิชาที่แตกต่างกัน มี การใช้เวลาในการพบอาจารย์แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

2.5 การใช้เวลากับเพื่อน พบว่า นิสิตที่ศึกษาในสาขาวิชาแตกต่างกัน และมีความสนใจ ต่อสภาพแวดล้อมแตกต่างกัน มีการใช้เวลากับเพื่อนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนนิสิตที่มีเพศต่างกัน ศึกษาในระดับชั้นที่แตกต่างกัน และมีที่พักอาศัยแตกต่างกัน มีการใช้ เวลากับเพื่อนแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

26 การใช้เวลาโดยรวมของนิสิตทั้งหมด พบว่า นิสิตที่มีระดับชั้นต่างกัน ศีกษาสาขาวิชาต่างกันและมีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมต่างกัน มีการใช้เวลาโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 05 ส่วนนิสิตที่มีเพศต่างกัน และมีที่พักอาศัยแตกต่างกัน มีการใช้เวลาโดยรวมทั้งหมด แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ

อภิปรายผล

1 ผลการศึกษาการบริหารเวลาของนิสิต ทั้ง 5 ด้าน คือ การใช้เวลาด้านการเรียน การใช้เวลาในช่วงเวลาว่าง การใช้เวลากับครอบครัว การใช้เวลาในการพบอาจารย์ และการใช้เวลากับเพื่อน ตามตัวแปร เพศ ระดับชั้น สาขาวิชา ที่พักอาศัย และความสนใจต่อสภาพแวดล้อม ด้านสังคม ด้านวัฒนธรรม ด้านสื่อมวลชน ปรากฏผลที่น่าสนใจดังนี้

1.1 การบริหารเวลาของนิสิตทั้ง 5 ด้าน พบว่า นิสิตมีการใช้เวลาด้านการเรียนมากที่สุด รองลงมาได้แก่การใช้เวลากับเพื่อน การใช้เวลาในช่วงเวลาว่าง การใช้เวลากับครอบครัว และมีการใช้เวลาในการพบอาจารย์น้อยที่สุด ที่เป็นดังนี้ เนื่องจากนิสิตเป็นวัยที่มีหน้าที่ในการศึกษาหาความรู้และใช้ชีวิตอยู่ในสถาบันการศึกษา จึงใช้เวลาในด้านการเรียนมากที่สุด และวัยของนิสิตนั้นถือว่ายังอยู่ในช่วงของวัยรุ่น ซึ่งวัยรุ่นส่วนใหญ่จะมีกิจกรรมต่างๆ กับเพื่อนมากกว่าครอบครัวและอาจารย์ จึงมีการใช้เวลากับเพื่อนมากกว่า วัยนี้จะให้ความสำคัญกับเพื่อนๆ มากกว่าใครๆ เพื่อนจะมีอิทธิพลในการคิด ตัดสินใจและการทำกิจกรรมต่างๆซึ่งสอดคล้องกับ ศรีเรือน แก้วกังวาล (2540 339 , อ้างอิงจาก Fuhrmann 1990) กล่าวถึงอิทธิพลของกลุ่มเพื่อนที่มีต่อวัยรุ่นไว้ว่า

“ อิทธิพลของกลุ่มเพื่อนมีมากกว่าอิทธิพลของครอบครัว เด็กวัยรุ่นจะเลือกเข้าหาเพื่อนของตนมากกว่าพ่อแม่ การศึกษาที่ชี้ให้เห็นว่าเพื่อนสนิทของคนเรามักเป็นเพื่อนในช่วงวัยรุ่น” ซึ่งสอดคล้องกับธนุช สุนทรศิริ (2544 บทคัดย่อ) ได้ทำการวิเคราะห์การใช้เวลาเพื่อการศึกษาของนักศึกษาในระดับปริญญาตรีภาคพิเศษ (กศ บป) สถาบันราชภัฏสวนสุนันทา พบว่าสัดส่วนของการใช้เวลาในการทำกิจกรรมต่างๆ ต่อ 1 สัปดาห์ เรียงตามลำดับดังนี้ การพูดคุยกับเพื่อน ปรีกษาหรือเกี่ยวกับการเรียน การอ่านและค้นคว้าในห้องสมุด การทำแบบฝึกหัด เทียวเตรกับเพื่อนๆ ที่เรียนด้วยกัน ค้นคว้าและทำรายงาน อ่านหนังสือเพื่อการเรียน และการทำกิจกรรมของมหาวิทยาลัย และนอกจากนี้ยังพบว่า นักศึกษามีการใช้เวลาในการศึกษาเพื่อเพิ่มวุฒิโดยตรง ในการประกอบอาชีพและการทำงานบ้าน และใช้เวลาในการศึกษาจากสื่อมวลชนประเภทต่างๆ มีสัดส่วนแตกต่างกัน และผลการวิจัยครั้งนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของศักดิ์ดา พยัคฆโส (2545 56) ที่ได้ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการดำรงชีวิตของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนวัดสะแกงาม เขตบางขุนเทียน กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษา พบว่า สัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ส่งผลต่อการดำรงชีวิตของนักเรียน ทั้งนี้เพราะนักเรียนต้องใช้เวลาอยู่ที่โรงเรียนเป็นเวลาไม่น้อยกว่า 8 ชั่วโมง ในหนึ่งวันทำให้นักเรียนต้องมีเพื่อนที่จะคอยช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ในเรื่องส่วนตัว และเรื่องการเรียน มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น การใกล้ชิดห่วงใยกันและร่วมทำกิจกรรมต่างๆด้วยกัน ทั้งนี้

เด็กวัยเดียวกันจะกลัวที่จะพูดคุยในเรื่องส่วนตัวกับเพื่อนในวัยเดียวกันมากกว่าที่จะปรึกษาพ่อ แม่ หรือครู

12 การใช้เวลาด้านการเรียน พบว่า นิสิตมีการใช้เวลาในชั้นเรียนมากที่สุด รองลงมา ได้แก่ ใช้เวลาในการอ่านหนังสือทบทวนความรู้ ทำรายงาน ค้นคว้าหาความรู้จากอินเทอร์เน็ต ค้นคว้าหาความรู้จากห้องสมุด ตามลำดับ นิสิตมีการใช้เวลาในชั้นเรียนมากที่สุดเนื่องจาก นิสิตมีหน้าที่สำคัญคือการศึกษาหาความรู้ ซึ่งเป็นวัยที่ใช้ชีวิตอยู่ในสถาบันการศึกษาเป็นส่วนใหญ่ การใช้เวลาในชั้นเรียน จึงมีมากที่สุด ดังที่ ขจรศักดิ์ หาญณรงค์ (2519 :5-8) ได้กล่าวถึง การใช้เวลาของ มนุษย์ตั้งแต่เกิดจนตลอดชีวิตว่ามีการใช้เวลาในการศึกษาและการทำงาน คิดเป็นร้อยละ 27.2 ของเวลาที่มี หรือประมาณวันละ 6 ชั่วโมง 30 นาที ซึ่งเป็นกิจกรรมที่ใช้เวลามากที่สุดนอกเหนือจากการใช้เวลาในการนอน และยังสอดคล้องกับ พยงค์ จาดช้าง (2539 บทคัดย่อ) ที่ได้ศึกษาการใช้เวลาของนักศึกษาพยาบาลที่ใช้เวลาในการปฏิบัติกิจกรรมภายใน 1 วัน โดยแบ่งเป็นด้านการศึกษาล่าเรียน 8 ชั่วโมง 5 นาที ด้านกิจวัตรประจำวัน 11 ชั่วโมง 40 นาที และการใช้เวลาว่าง 4 ชั่วโมง 16 นาที และตรงกับที่ จูติมา สุขภักดิ์ (2539 :103-121) ที่ได้ศึกษาการใช้เวลาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนใช้เวลาในการทำกิจกรรมเกี่ยวกับการเรียนในวันจันทร์ – ศุกร์ มากกว่าวันหยุดสุดสัปดาห์ เพราะส่วนใหญ่จะใช้เวลาอยู่ที่โรงเรียนจึงมีเวลาในการทำกิจกรรมเกี่ยวกับการเรียน เช่น ทำการบ้าน เข้าห้องสมุด พูดคุยกับเพื่อนในด้านการเรียนได้มากกว่า ส่วนเวลาในการทำกิจกรรม เช่น ซักรีดเสื้อผ้า ซวยงานอาชีพของครอบครัว และการใช้เวลาในการทำกิจกรรมนันทนาการนั้นจะใช้เวลาในช่วงวันจันทร์-ศุกร์ มากพอๆ กัน เพราะนักเรียนอยู่ช่วงวัยรุ่น จึงให้ความสนใจในการทำกิจกรรมนันทนาการมากเป็นพิเศษ และยังสอดคล้องกับจามรี ศักดิ์ประเสริฐกุล (2538 :68-79) ได้วิเคราะห์การใช้เวลาเพื่อการศึกษาของนักศึกษาผู้ใหญ่ระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า โดยเฉลี่ยนักศึกษาส่วนใหญ่ใช้เวลาเรียนในแต่ละวัน รวมแล้วสัปดาห์ละ 35 ชั่วโมง ใช้เวลาในการเตรียมตัวก่อนการเรียนน้อยกว่า 1 ชั่วโมง เพราะต้องประกอบอาชีพ และใช้เวลาในการเดินทางมาเรียนมากเนื่องจากปัญหาการจราจร สำหรับด้านกิจกรรมต่างๆ ที่เกี่ยวกับการเรียนนั้น นักศึกษาจะใช้เวลาในการอ่านหนังสือเรียนมากที่สุด รองลงมา คือทำแบบฝึกหัดและค้นคว้าในห้องสมุด การเรียนรู้จากสื่อต่างๆ โดยเฉลี่ยจะอ่านหนังสือพิมพ์ ดูโทรทัศน์และฟังวิทยุในวันธรรมดาน้อยกว่าในวันเสาร์-อาทิตย์

13 การใช้เวลากับเพื่อน นิสิตมีการใช้เวลาในการพบปะสังสรรค์กับเพื่อนมากที่สุด รองลงมาได้แก่ การร่วมรับประทานอาหาร เล่นเล่นศูนย์การค้า ทำกิจกรรมในมหาวิทยาลัยกับเพื่อน พูดคุยกับเพื่อนทางอินเทอร์เน็ต รวมทำกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์อื่นๆกับเพื่อน และเที่ยวสถานบันเทิงกับเพื่อนเป็นอันดับสุดท้าย ที่เป็นดังนี้ เนื่องจากนิสิตเป็นวัยที่อยู่ในช่วงของวัยรุ่น ซึ่งวัยนี้จะขยายความสนใจออกไปสู่สังคมนอกบ้านหรือสภาพแวดล้อมรอบตัวมากขึ้น จะให้ความสำคัญและมีกิจกรรมกับเพื่อนมากกว่าครอบครัว การแสดงความสนใจในด้านต่างๆไม่ว่าจะเป็นด้านสังคม วัฒนธรรม หรือความสนใจต่อสื่อมวลชน จะมีผลต่อค่านิยม ความคิดเห็นและพฤติกรรมที่แสดงออก รวมทั้งการเลือกที่จะปฏิบัติกิจกรรมกับกลุ่มคนที่มีความสนใจคล้ายๆกัน ซึ่ง

สอดคล้องกับ บาสกิน(Baskin 1968 307) ที่กล่าวว่า เพื่อนมีอิทธิพลต่อการปรับตัวและพัฒนาการด้านบุคลิกภาพ เพื่อนช่วยให้มีความรู้สึกเป็นที่ยอมรับของบุคคลอื่น มีความสัมพันธ์ที่ดีกับบุคคลอื่น และมีประสบการณ์ในการปะทะสังสรรค์ในสังคม และยังสอดคล้องกับ เรย์มอร์ (Raymore 1994 702) ที่ได้ศึกษาเรื่องปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการปรับเปลี่ยนรูปแบบของพฤติกรรมการใช้เวลาว่างในช่วงเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาสู่ช่วงวัยรุ่นในมหาวิทยาลัย จนถึงช่วงวัยผู้ใหญ่ตอนต้น ผลการวิจัยพบว่าปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลงและการคงอยู่ของรูปแบบพฤติกรรมการใช้เวลาว่างตามช่วงวัยดังกล่าว ได้แก่ เพื่อนสนิท และผู้ปกครองรูปแบบการใช้เวลาว่างที่ทำการศึกษได้แก่ ระดับของการมีส่วนร่วมในกิจกรรม กิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหวร่างกาย กิจกรรมบันเทิง กิจกรรมที่บ้าน และกิจกรรมการใช้เวลาว่างที่เสี่ยงอันตราย นักเรียนเมื่ออยู่ในช่วงระดับมัธยมศึกษาตอนปลายจะเข้าร่วมกิจกรรมใช้เวลาว่างในเกณฑ์ต่ำและจะเปลี่ยนแปลงอีกครั้งเมื่อเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ตอนต้น กล่าวคือ จะเข้าร่วมกิจกรรมการใช้เวลาว่างน้อยลง

14 การใช้เวลาในช่วงเวลาว่าง พบว่า นิสิตมีการใช้เวลาในการฟังวิทยุ/CD มากที่สุด รองลงมาได้แก่ ดูโทรทัศน์ เดินศูนย์การค้า ออกกำลังกาย ดูรายการทาง Cable TV และทำกิจกรรมอื่นๆ ตามลำดับ ซึ่งนิสิตใช้เวลาในการฟังวิทยุ/CD มากที่สุด เนื่องจากวิทยุ/CD เป็นอุปกรณ์ที่ไม่ใหญ่มากสามารถใส่กระเป๋าได้ สะดวกในการพกพา เหมาะแก่การฟังในช่วงเวลาว่างหรือทำร่วมกับกิจกรรมอื่นๆ ได้ จึงมีการใช้เวลาในด้านนี้มากที่สุด และใช้เวลาในช่วงเวลาว่างของนิสิตในการทำกิจกรรมต่างๆ ยังสอดคล้องกับ เกศแก้ว ศรีงาม (2537 บทคัดย่อ) ที่ศึกษาถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อความแตกต่างของการใช้เวลาว่างในกิจกรรมนันทนาการ แต่ละประเภทของเยาวชนไทย โดยใช้ข้อมูล “โครงการสำรวจการเข้าร่วมกิจกรรมทางวัฒนธรรมและใช้เวลาของประชากรไทย พ.ศ. 2533” ของสำนักงานสถิติแห่งชาติ โดยศึกษากลุ่มประชากรที่มีอายุระหว่าง 15-24 ปี จำนวน 15,579 คน พบว่า มีตัวแปรทางด้าน เพศ ระดับการศึกษา ขนาดครอบครัว ภาวะการทำงาน เขต และภาคที่อยู่อาศัย มีผลต่อการใช้เวลาในการฟังวิทยุและการดูโทรทัศน์ การชมวิดีโอ การอ่านหนังสือพิมพ์ การเล่นกีฬาและการออกกำลังกาย การสังสรรค์ การเดินเล่นตามศูนย์ค้า เดินเล่นตามสวนสาธารณะ และการทำงานอดิเรกของเยาวชนกลุ่มตัวอย่าง นอกจากนี้ยังสอดคล้องกับงานวิจัยของอุทัยรัตน์ ชัยมงคล (เกศแก้ว ศรีงาม 2537 15 , อ้างอิงจาก อุทัยรัตน์ ชัยมงคล 2521) ที่ได้ศึกษา “ การใช้เวลาว่างของนิสิตที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ปีการศึกษา 2521 โดยศึกษาจากนิสิตชั้นปีที่ 1,2,3 และ 4 โดยสุ่มตัวอย่างประชากรในแต่ละหอพักของมหาวิทยาลัย รวม 270 คน ผลการวิจัยพบว่า ก่อนไปมหาวิทยาลัยนิสิตหญิงส่วนมากฟังวิทยุ รองลงมาได้แก่ อ่านหนังสือพิมพ์ ทำการบ้าน และทบทวนวิชาที่เรียน ตามลำดับ สำหรับนิสิตชายส่วนใหญ่จะอ่านหนังสือพิมพ์มากที่สุด รองลงมาได้แก่ การฟังวิทยุ และออกกำลังกาย การใช้เวลาหลังเลิกเรียนและก่อนนอนทั้งนิสิตหญิงและนิสิตชายใช้เวลาว่างไม่แตกต่างกันคือ จัดตารางเรียนและทบทวนบทเรียน ฟังวิทยุ และดูโทรทัศน์ ตามลำดับ สำหรับการใช้เวลาว่างในวันหยุด ทั้งนิสิตหญิงและนิสิตชายใช้เวลาว่างคล้ายคลึงกันคือ ดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุ ในหอพักมากที่สุด รองลงมาคือ ทำการบ้าน ทบทวนตำรา และออกไปเที่ยวกับเพื่อนฝูง หรือชมภาพยนตร์กับเพื่อนๆ

15 การใช้เวลากับครอบครัว พบว่ามีการใช้เวลาในการรับประทานอาหารมากที่สุด รองลงมาได้แก่ พุดคุยแสดงความคิดเห็นกับครอบครัว ช่วยครอบครัวทำงานบ้าน ไปเที่ยวกับครอบครัว ช่วยครอบครัวประกอบอาชีพและซื้อของนอกบ้านกับครอบครัวเป็นอันดับสุดท้าย เนื่องจากนิสิตมีโอกาสพบกับครอบครัว ในช่วงเช้าก่อนมาเรียนและช่วงเย็นหลังเลิกเรียน กิจกรรมที่นิสิตมีโอกาสได้ร่วมกับครอบครัวมากที่สุดคือ การรับประทานอาหารร่วมกัน ส่วนกิจกรรมอื่นก็ขึ้นอยู่กับเวลาที่นิสิตและบุคคลในครอบครัวมีช่วงเวลาที่ตรงกันถึงได้ปฏิบัติกิจกรรมนั้น และโดยเฉพาะนิสิตที่อาศัยอยู่หอพักของมหาวิทยาลัย เวลาในการทำกิจกรรมกับครอบครัวจะมีน้อยกว่านิสิตที่ไม่ได้อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย การทำกิจกรรมต่างๆกับครอบครัวจะเป็นช่วงปิดเทอมหรือวันหยุดที่นิสิตมีโอกาสกับบ้านเท่านั้น จากงานวิจัยการใช้เวลากับครอบครัวของนิสิตนั้น นิสิตมีการใช้เวลากับครอบครัวเป็นอันดับ 4 ทั้งนี้เนื่องจากเวลาที่นิสิตใช้ส่วนใหญ่ จะใช้ในด้านการศึกษา เวลาว่าง และกับเพื่อนมากกว่า การใช้เวลากับครอบครัวจึงมีความสำคัญน้อยลง ซึ่งสอดคล้องกับ จิตติมา สุกภัก (2539 103-121) ที่ได้ศึกษาการใช้เวลาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนใช้เวลาในการทำกิจกรรมเกี่ยวกับการเรียนในวันจันทร์ – ศุกร์ มากกว่าวันหยุดสุดสัปดาห์ เพราะส่วนใหญ่จะใช้เวลาอยู่ที่โรงเรียนจึงมีเวลาในการทำกิจกรรมเกี่ยวกับการเรียน เช่น ทำการบ้าน เข้าห้องสมุด พุดคุยกับเพื่อนในด้านการเรียนได้มากกว่า ส่วนเวลาในการทำกิจกรรม เช่น ซักเสื้อผ้า ช่วยงานอาชีพของครอบครัว และใช้เวลาในการทำกิจกรรมนันทนาการนั้นจะใช้เวลาในช่วงวันจันทร์-ศุกร์ มากกว่าวันเสาร์-อาทิตย์ เพราะนักเรียนอยู่ช่วงวัยรุ่น จึงให้ความสนใจในการทำกิจกรรมนันทนาการมากเป็นพิเศษ

16 การใช้เวลากับอาจารย์ พบว่า นิสิตมีการใช้เวลาเพื่อขอคำแนะนำเกี่ยวกับการเรียนจากอาจารย์มากเป็นอันดับแรก รองลงมาได้แก่ ช่วยอาจารย์ทำงานนอกเหนือจากการเรียน และมีการใช้เวลาในการปรึกษาขอคำแนะนำเรื่องส่วนตัวเป็นอันดับสุดท้าย จากผลการวิจัย นิสิตมีการใช้เวลาในการพบอาจารย์น้อยกว่าใช้เวลาในด้านอื่นๆ เนื่องจากวัยของนิสิตอยู่ในช่วงของวัยรุ่น สนใจทำกิจกรรมนันทนาการหรือใช้เวลากับเพื่อนวัยเดียวกันมากกว่าเวลามีปัญหาทั้งด้านการเรียน ส่วนตัวและสังคม ก็จะปรึกษากับเพื่อนวัยเดียวกันมากกว่า ดังที่ Hurlock (ภักธินดา พันธุมเสน 2536 25-27 อ้างอิงจาก Hurlock 1974) ได้กล่าวถึง ความสนใจของวัยรุ่นว่า เด็กวัยนี้จะสนใจกิจกรรมทางสังคมทั้งที่เป็นกลุ่มใหญ่และในกลุ่มเพื่อนสนิทมากกว่าพฤติกรรมต่างๆ ที่แสดงออกมักจะทำเพื่อให้เป็นที่ยอมรับของเพื่อนๆ มากกว่าบุคคลอื่นๆ ซึ่งสอดคล้องกับ ศักดิ์ดา พยัคฆโส (2545 56) ที่ได้ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการดำรงชีวิตของนักเรียน ชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนวัดสะแกงาม เขตบางขุนเทียน กรุงเทพมหานคร ผลการศึกษา พบว่า สัมพันธภาพระหว่างเพื่อน ส่งผลต่อการดำรงชีวิตของนักเรียน ทั้งนี้เพราะนักเรียนต้องใช้เวลาอยู่ที่โรงเรียนเป็นเวลาไม่น้อยกว่า 8 ชั่วโมง ในหนึ่งวันทำให้นักเรียนต้องมีเพื่อนที่จะคอยช่วยเหลือซึ่งกันและกัน ในเรื่องส่วนตัว และเรื่องการเรียนรู้ มีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็น การใกล้ชิดห่วงใยกันและร่วมทำกิจกรรมต่างๆด้วยกัน ทั้งนี้เด็กวัยเดียวกันจะกล้าที่จะพุดคุยในเรื่องส่วนตัวกับเพื่อนในวัยเดียวกันมากกว่าที่จะปรึกษาพ่อแม่ หรือครู

2 เปรียบเทียบการบริหารเวลาของนิสิตทั้ง 5 ด้านคือ การใช้เวลาด้านการเรียน การใช้เวลาในช่วงเวลาว่าง การใช้เวลากับครอบครัว การใช้เวลาในการพบอาจารย์ และการใช้เวลากับเพื่อน จำแนกตามตัวแปร เพศ ระดับชั้น สาขาวิชา ที่พักอาศัย และความสนใจต่อสภาพแวดล้อม ปรากฏผลที่น่าสนใจดังนี้

2.1 การใช้เวลาด้านการเรียน ผลการศึกษา พบว่านิสิตที่มี เพศ ระดับชั้น สาขาวิชา ที่ศึกษา และที่พักอาศัยแตกต่างกัน มีการใช้เวลาการเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ที่เป็นดังนี้เนื่องจาก สาขาวิชาที่แตกต่างกันในมหาวิทยาลัย จะมีวิชาพื้นฐาน วิชาเอก และเน้นหนักในเนื้อหาวิชาที่แตกต่างกันไป โดยเฉพาะสาขาวิชาทางด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี จะใช้เวลาในห้องเรียนหรือต้องพบ พุดคุยขอคำแนะนำจากอาจารย์ ทำความเข้าใจกับวิชาที่เรียน เพราะต้องมีการทดลอง ฝึกงานมากกว่า นิสิตที่เรียนสาขาวิชาทางด้านสังคมศาสตร์ ซึ่งนิสิตที่เรียนทางด้านสังคมส่วนมากใช้เวลาในชั้นเรียนน้อยกว่าสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี เพราะสาขาวิชาทางสังคมศาสตร์ จะมุ่งเน้นให้นิสิตได้รับรู้เนื้อหาสาระสำคัญแล้วไปศึกษาค้นคว้าทำความเข้าใจต่อไปด้วยตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับ สุนิตยา ชุมพงศ์ (2535: 54) ที่ศึกษากิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลาว่างของนักศึกษาที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย สงขลานครินทร์ พบว่านักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในต่างคณะมีกิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลาว่างด้านต่างๆ โดยรวมแตกต่างกัน เพราะแต่ละคณะมีความแตกต่างกันในแต่ละหลักสูตร ตั้งแต่วิชาพื้นฐานตลอดจนด้านการเรียนการสอนที่เน้นหนักในเนื้อหาวิชาเรียนที่แตกต่างกัน การที่นักศึกษามาจากต่างคณะ ต่างสาขาวิชา การศึกษาอบรมย่อมแตกต่างกันออกไป มีทัศนคติความคิดและความเชื่อที่แตกต่างกัน มีผลทำให้กิจกรรมที่ปฏิบัติ ในเวลาว่างแตกต่างกันไปด้วย

ในส่วนของเพศนั้น พบว่า เพศชายจะมีการใช้เวลาในด้านการเรียนมากกว่าเพศหญิง ระดับชั้น พบว่า นิสิตชั้นปีที่ 2 จะมีการใช้เวลาด้านการเรียนมากที่สุด รองลงมาได้แก่ นิสิตชั้นปีที่ 3 นิสิตชั้นปีที่ 4 และนิสิตชั้นปีที่ 1 ตามลำดับ ซึ่งสอดคล้องกับภาวนา ใจประสาธ (2534: บทคัดย่อ) ที่ได้ศึกษาการดำรงชีวิตของนักศึกษาภายในมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ พบว่านักศึกษาชั้นปีที่ 1, 2, 3 และ 4 มีการดำรงชีวิต ด้านการศึกษา ด้านสังคม และด้านเศรษฐกิจแตกต่างกัน นอกจากนี้แต่ละระดับชั้นปี ยังมีการเรียนการสอนที่แตกต่างกัน ในด้านรายละเอียดของเนื้อหาวิชา เช่นนักศึกษาชั้นปีที่ 1 จะเรียนวิชาพื้นฐาน ชั้นปีที่ 2, 3 และ 4 จะเรียนวิชาที่มีความซับซ้อนมากขึ้นเรื่อยๆ

ด้านที่พักอาศัย พบว่านิสิตที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย มีการใช้เวลาด้านการเรียนมากกว่านิสิตที่ไม่ได้อยู่หอพักของทางมหาวิทยาลัย เนื่องจากนิสิตที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย ไม่ต้องเสียเวลาในการเดินทางมาสถานศึกษาเหมือนกับนิสิตที่ไม่ได้อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย จึงทำให้มีเวลาในการอ่านหนังสือทบทวนความรู้ ค้นคว้างานจากห้องสมุดหรือทำรายงานที่ได้รับมอบหมายได้มากกว่า ซึ่งสอดคล้องกับ แคพแลน (จุติมาสุภภัก 2539: 4, อ้างอิงจาก Kaplan 1975: 89 - 105) ที่กล่าวไว้ว่าที่อยู่อาศัยเป็นตัวแปรตัวหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อการเลือกใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมที่ต่างกันทั้งนี้ขึ้นอยู่กับ สถานที่นั้นมีกิจกรรมให้เลือกหรือไม่ นอกจากนี้ยังขึ้นอยู่กับ

การคมนาคม ภูมิประเทศ ภูมิอากาศ ความสัมพันธ์และแว่นบ้าน โครงสร้างทางระบบนิเวศน์และ อาชีพโดยรวมในสังคม

นิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมต่างกันมีการใช้เวลาด้านการเรียนแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้เนื่องจากนิสิตได้มีการจัดสรรเวลาในห้องเรียนไว้แล้ว การแสดงความสนใจต่อสภาพแวดล้อม ไม่ว่าจะเป็นด้านสังคม วัฒนธรรมหรือด้านสื่อมวลชนนั้น จะเป็นพฤติกรรม ที่แสดงออกนอกเหนือจากเวลาที่อยู่ในห้องเรียน

2.2 การใช้เวลาในช่วงเวลาว่าง ผลการศึกษาพบว่า นิสิตที่มีระดับชั้น สาขาวิชา ที่พักอาศัยต่างกัน มีการใช้เวลาในช่วงเวลาว่างแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่ง สอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ที่เป็นดังนี้เนื่องจาก ระดับชั้นที่แตกต่างกัน จะมีเวลาในช่วงเวลาว่าง แตกต่างกัน นิสิตชั้นปีที่ 4 จะมีวิชาที่เรียนน้อยกว่านิสิตชั้นปีอื่นๆจึงมีเวลาว่างในการปฏิบัติกิจกรรม อื่นๆ ที่นอกเหนือจากการเรียนได้มากกว่า ส่วนนิสิตชั้นปีที่ 1 เป็นนิสิตที่เริ่มเข้ามาศึกษาในระดับ อุดมศึกษาต้องมีการปรับตัวเกี่ยวกับการเรียนในระดับมหาวิทยาลัย ดังที่คอฟแมน(Kauffman 1968 : 19 - 21) ได้ประมวลลักษณะนิสิตนักศึกษาตามระดับชั้นปีนั้น นิสิตนักศึกษาชั้นปีที่ 1 จะมีความรู้สึก ตื่นเต้นสนใจต่อทุกสิ่งรอบด้าน ต้องการปรับตัวให้เข้ากับชีวิตในมหาวิทยาลัย ส่วนนิสิตชั้นปีที่ 4 จะ เริ่มสนใจกิจกรรมที่ส่งเสริมการทำงานทำ และเื้ออำนวยการต่อการศึกษา

และในส่วนของสาขาวิชาที่ศึกษา นิสิตที่ศึกษาในสาขาวิชาสังคมศาสตร์มีการใช้เวลา ในช่วงเวลาว่างมากกว่านิสิตที่ศึกษาในสาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี เนื่องจากนิสิตที่ศึกษา สาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี จะต้องใช้เวลาในชั้นเรียนมากกว่านิสิตที่ศึกษาสาขา สังคมศาสตร์ เพราะสาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีต้องมีการทดลอง เรียนรู้ ทำความเข้าใจใน ทฤษฎีต่างๆ กับอาจารย์ผู้สอน อย่างใกล้ชิด ส่วนสาขาสังคมศาสตร์ อาจารย์ผู้สอนจะสอน สาระสำคัญ นิสิตสามารถหาความรู้เพิ่มเติมจากแหล่งค้นคว้าต่างๆ นอกห้องเรียนได้ จึงทำให้ใช้ เวลาในห้องเรียนน้อยกว่า มีการใช้เวลาในช่วงเวลาว่างมากกว่า ซึ่งสอดคล้องกับ สุนิตยา ชุมพงศ์ (2535 : 54) ที่ศึกษากิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลาว่างของนักศึกษาที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย สงขลา นครินทร์ พบว่า นักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในต่างคณะมีกิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลาว่างด้านต่างๆ โดยรวมแตกต่างกัน เพราะแต่ละคณะมีความแตกต่างกันในแต่ละหลักสูตร ตั้งแต่วิชาพื้นฐาน ตลอดจนด้านการเรียนการสอนที่เน้นหนักในเนื้อหาวิชาเรียนที่แตกต่างกัน การที่นักศึกษามาจาก ต่างคณะ ต่างสาขาวิชา การศึกษาอบรมย่อมแตกต่างกันออกไป มีทัศนคติความคิดและความเชื่อที่ แตกต่างกัน มีผลทำให้กิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลาว่างแตกต่างกันไปด้วย

และนอกจากนี้ นิสิตที่มีที่พักอาศัยแตกต่างกัน ยังมีการใช้เวลาในช่วงเวลาว่างต่างกัน นิสิตที่ไม่ได้อยู่หอพักของทางมหาวิทยาลัยจะมีการใช้เวลาในช่วงเวลาว่างมากกว่านิสิตที่อยู่หอพัก ของมหาวิทยาลัย เนื่องจากนิสิตที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย ส่วนมากจะเป็นนิสิตที่เรียนใน สาขาวิชาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีมากกว่า จึงทำให้นิสิตที่อยู่หอพักใช้เวลาส่วนมากไปกับการ เรียน และที่หอพักของมหาวิทยาลัยก็มีกิจกรรมเสริมหลักสูตรต่างๆให้นิสิตได้ทำ จึงทำให้นิสิตที่อยู่ หอพักของมหาวิทยาลัยมีการใช้เวลาในช่วงเวลาว่างน้อยกว่า ซึ่งสอดคล้องกับ แคพแลน (จิตติมา

สุภักดิ์ 2539 : 4 , อ้างอิงจาก Kaplan 1975 : 89-105) ที่กล่าวไว้ว่าที่อยู่อาศัยเป็นตัวแปรตัวหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อการเลือกใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมที่แตกต่างกันทั้งนี้ขึ้นอยู่กับ สถานที่นั้นมีกิจกรรมให้เลือกหรือไม่ นอกจากนี้ยังขึ้นอยู่กับความคมนาคม ภูมิประเทศ ภูมิอากาศ ความสัมพันธ์ละแวกบ้าน โครงสร้างทางระบบนิเวศน์และอาชีพโดยรวมในสังคม

นิสิตที่มีเพศ และความสนใจต่อสภาพแวดล้อมต่างกัน มีการใช้เวลาในช่วงเวลาว่างแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ ทั้งนี้เป็นเพราะนิสิตเพศชายและเพศหญิง มีการปฏิบัติกิจกรรมต่างๆในช่วงเวลาว่าง ในรูปแบบที่คล้ายคลึงและใช้เวลาใกล้เคียงกัน ทั้งการอ่านหนังสือ ฟังเพลง ดูโทรทัศน์ หรือเดินศูนย์การค้า จึงทำให้เพศไม่มีผลต่อการใช้เวลาในการปฏิบัติกิจกรรมช่วงเวลาว่าง ซึ่งสอดคล้องกับ เกศแก้ว ศรีงาม (2537 : 98 - 99) ที่ทำการวิจัยเรื่อง “ความแตกต่างของการใช้เวลาว่างในกิจกรรมนันทนาการของเยาวชนไทย” พบว่าเยาวชนไทยที่เพศต่างกันมีการใช้เวลาไม่แตกต่างกัน

สำหรับนิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมแตกต่างกัน มีการใช้เวลาในช่วงเวลาว่างแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ แต่เมื่อพิจารณาตามความสนใจรายด้านแล้วพบว่า นิสิตที่มีความสนใจด้านสังคมและความสนใจด้านวัฒนธรรมต่างกัน มีการใช้เวลาในช่วงเวลาว่างแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ทั้งนี้เป็นเพราะการใช้เวลาในช่วงเวลาว่าง ส่วนมากนิสิตจะมีกิจกรรมต่างๆ ตามความสนใจของตนเอง บางคนมีความสนใจที่จะช่วยเหลือบุคคลอื่นก็จะทำกิจกรรมที่เกี่ยวกับค่ายอาสาพัฒนาชนบท เป็นอาสาสมัครองค์กรการกุศล หรือรวมกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ร่วมกับมหาวิทยาลัย ดังที่ ศรีเรือน แก้วกังวาล (2540 : 361) ได้กล่าวถึง ความสนใจของวัยรุ่นไว้ว่า วัยรุ่นจะสนใจช่วยเหลือบุคคลอื่นที่เขาเห็นว่าได้รับความลำบาก และไม่ได้รับความยุติธรรม รวมทั้งยังสนใจกิจกรรมสร้างสรรค์ กิจกรรมใหม่ๆ ที่เป็นประโยชน์ทั้งในแง่ส่วนตัวและสังคม

2.3 การใช้เวลากับครอบครัว ผลการศึกษาพบว่า นิสิตที่มีเพศ และที่พักอาศัย ต่างกัน มีการใช้เวลากับครอบครัวแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ที่เป็นดังนี้เนื่องจาก เพศที่แตกต่างกันจะมีความใกล้ชิดสนิทสนมกับครอบครัวต่างกัน เพศหญิงจะมีความใกล้ชิดสนิทสนม รับฟังความคิดเห็นของบุคคลในครอบครัว และให้ความสำคัญกับครอบครัวมากกว่าเพศชาย จึงทำให้มีการใช้เวลากับครอบครัวโดยเฉลี่ยมากกว่าเพศชาย ดังที่ เปรมจิต เอกธรรมชลาลัย(2531 : 193) ได้กล่าวถึงพัฒนาการทางสังคมของวัยรุ่นไว้ว่า เด็กวัยนี้จะอยู่กับกลุ่มเพื่อนมากกว่า โดยเฉพาะเด็กผู้ชายมักจะใช้เวลาอยู่กับเพื่อนเป็นส่วนใหญ่ จะให้เวลากับครอบครัวน้อยลง ซึ่งสอดคล้องกับ งานวิจัยของ มรุจิต ชมดวง (2546 : 87) ที่ได้ศึกษาการใช้เวลากับครอบครัวของบิดามารดาและบุตรธิดาวัยรุ่น พบว่า นักเรียนหญิงใช้เวลากับครอบครัวมากกว่านักเรียนชาย ที่เป็นเช่นนี้เพราะนักเรียนหญิงเป็นเพศที่มีความละเอียดอ่อนมากกว่าเพศชาย มีพัฒนาการทางกายและความคิดที่เร็วกว่าเพศชาย ดังนั้นจึงค่อนข้างรับฟังและอยู่ในโอวาทของบิดามารดามากกว่าเพศชาย เมื่อมีปัญหาอะไรก็มักจะปรึกษาพูดคุยกับบิดามารดา แต่เพศชายเป็นเพศที่ต้องการหาประสบการณ์อยู่กับเพื่อนฝูงมากกว่า จึงทำให้มีการใช้เวลากับครอบครัวน้อยกว่าผู้หญิง

ที่พักอาศัยที่แตกต่างกัน นิสิตมีการใช้เวลากับครอบครัวแตกต่างกัน เนื่องจากนิสิตที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยจะอยู่กับเพื่อนและอาจารย์ประจำหอพักเป็นส่วนใหญ่ มีเวลาอยู่กับครอบครัวน้อย จะมีโอกาสอยู่กับครอบครัวในช่วงวันเสาร์-อาทิตย์ ช่วงปิดเทอม หรือวันหยุดนักขัตฤกษ์ต่างๆ เท่านั้น จึงทำให้มีการใช้เวลากับครอบครัวน้อยกว่านิสิตที่ไม่ได้อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย ซึ่งมีโอกาสอยู่ใกล้ชิดกับครอบครัวทุกวัน ซึ่งสอดคล้องกับ แคพแลน (จิตติมา สุภักดิ์ 2539 : 4 , อ้างอิงจาก Kaplan 1975 : 89 - 105) ที่กล่าวไว้ว่าที่อยู่อาศัยเป็นตัวแปรตัวหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อการเลือกใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมที่แตกต่างกันทั้งนี้ขึ้นอยู่กับ สถานที่นั้นมีกิจกรรมให้เลือกหรือไม่ นอกจากนี้ยังขึ้นอยู่กับความคึกคัก ภูมิประเทศ ภูมิอากาศ ความสัมพันธ์ละแวกบ้าน โครงสร้างทางระบบนิเวศและอาชีพโดยรวมในสังคม

สำหรับนิสิตที่มี ระดับชั้น สาขาวิชา และความสนใจต่อสภาพแวดล้อม ต่างกันมีการใช้เวลากับครอบครัวแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

นิสิตที่มีระดับชั้นและสาขาวิชาต่างกัน มีการใช้เวลากับครอบครัวแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ เนื่องจากนิสิตที่กำลังศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1 – 4 เป็นวัยที่ใกล้เคียงกันอยู่ในช่วงวัยรุ่น กิจกรรมที่ปฏิบัติส่วนมากของวัยนี้คือการใช้เวลากับการเรียน และการใช้เวลา กับเพื่อน การใช้เวลากับครอบครัวจึงไม่แตกต่างกัน

ความสนใจต่อสภาพแวดล้อมต่างกัน นิสิตมีการใช้เวลากับครอบครัวแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติเนื่องจาก ความสนใจต่อสภาพแวดล้อมของนิสิตทั้งด้านสังคม วัฒนธรรม และสื่อบุคคล จะส่งผลต่อการทำกิจกรรมร่วมกับเพื่อนมากกว่า เพราะความสนใจของนิสิตซึ่งถือว่ายังอยู่ในช่วงของวัยรุ่นนี้ จะขยายขอบเขตออกไปสู่สังคมนอกบ้านหรือสภาพแวดล้อมรอบตัวมากขึ้น และมีความสนใจที่แคบเข้าเฉพาะเรื่อง ซึ่งสอดคล้องกับ เจม ลัลล์ (จุฑามาส กิรติสิกร 2542 : 55, อ้างอิงจาก Jame Lull 1985) ที่ได้ศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการใช้สื่อของเยาวชน พบว่า ในช่วงของการผ่านเข้าสู่วัยรุ่น เด็กหนุ่มสาวจำนวนมากเริ่มรู้สึกว่าสภาพแวดล้อมทางสังคมและวัฒนธรรมที่พวกเขาเกี่ยวข้องกับสัมพันธ์อยู่นั้น เป็นสิ่งซ้ำซากจำเจ และเต็มไปด้วยการคาดหวังที่ไร้เหตุผล เด็กวัยรุ่นมีความต้องการที่จะได้เรียนรู้ประสบการณ์ที่ต่างไปจากวิถีชีวิตแบบเดิม พวกเขาต้องการค้นหาจุดยืนและสร้างโลกส่วนตัวของตน เด็กวัยรุ่นจะติดตอสื่อสาร กับพ่อแม่บ่อยลง ในขณะที่ความสัมพันธ์กับเพื่อนจะเพิ่มขึ้น รวมถึงการใช้นอกบ้านก็จะมากขึ้นด้วย บทบาทการสังคม ประกิตของครอบครัวจะลดน้อยลงกว่าวัยเด็ก เด็กวัยรุ่นต้องการความเป็นอิสระจากครอบครัว จะเปลี่ยนแปลงกิจวัตรที่เคยทำโดยเฉพาะกิจวัตรที่เกี่ยวข้องกับครอบครัว การชมโทรทัศน์ซึ่งถือเป็นกิจกรรมที่น่าคนในครอบครัวมาอยู่ร่วมกันก็จะไม่ใช่สิ่งที่น่าสนใจอีกต่อไป แต่เด็กจะหันไปหาสิ่งอื่นที่น่าสนใจกว่า เช่น กลุ่มเพื่อน หรือสื่ออื่นๆ ได้แก่ วิทยุ ภาพยนตร์ รวมถึงสื่อเกี่ยวกับดนตรีหรือเพลงต่างๆ นอกจากนั้นแทนที่เด็กจะใช้เวลาในการชมโทรทัศน์กับพ่อแม่ก็จะชมกับพี่น้องหรือชมเพียงคนเดียว

2.4 การใช้เวลาในการพบอาจารย์ ผลการศึกษาพบว่า นิสิตที่มีที่พักอาศัย และความสนใจต่อสภาพแวดล้อมต่างกัน มีการใช้เวลาในการพบอาจารย์ แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญ

ทางสถิติที่ระดับ 05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ที่เป็นอย่างนี้เนื่องจากนิสิตที่มีที่พักอาศัยต่างกัน โดยเฉพาะนิสิตที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย มีเวลาในการทำกิจกรรมด้านการเรียนหรือใกล้ชิด ขอคำปรึกษาอาจารย์ในด้านต่างๆ ได้มากกว่านิสิตที่ไม่ได้อยู่หอพัก เพราะนิสิตที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย จะมีอาจารย์ประจำหอพักคอยควบคุมเอาใจใส่ดูแลเรื่องต่างๆ ของนิสิต เวลานั้นมีปัญหาในเรื่องต่างๆ ไมว่าจะเป็นเรื่องเรียน เรื่องส่วนตัว นิสิตก็สามารถขอคำปรึกษาอาจารย์ได้ ซึ่งแตกต่างจากนิสิตที่ไม่ได้อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย ที่ต้องเสียเวลาในการเดินทางมาหาอาจารย์ เพราะอาจารย์ไม่ได้อยู่ใกล้ชิดเหมือนกับนิสิตที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย ซึ่งสอดคล้องกับ แคมแลน (จิตติมาสุภัก 2539 4, อ้างอิงจาก Kaplan 1975 89-105) ที่กล่าวไว้ว่า ที่อยู่อาศัยเป็นตัวแปรตัวหนึ่งที่มีอิทธิพลต่อการเลือกใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมที่แตกต่างกันทั้งนี้ขึ้นอยู่กับสถานที่นั้นมีกิจกรรมให้เลือกหรือไม่ นอกจากนี้ยังขึ้นอยู่กับความคมนาคม ภูมิประเทศ ภูมิอากาศ ความสัมพันธ์ระหว่างบ้าน โครงสร้างทางระบบนิเวศน์และอาชีพโดยรวมในสังคม

ความสนใจต่อสภาพแวดล้อมของนิสิต พบว่า นิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมโดยรวมระดับมาก จะมีการใช้เวลาในการพบอาจารย์มากกว่านิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมโดยรวมระดับน้อย ทั้งนี้เนื่องจากนิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมจะมีการทำกิจกรรมต่างๆ เช่น การออกค่ายอาสาพัฒนา การบำเพ็ญประโยชน์ต่อชุมชน หรือการเผยแพร่ข่าวสารที่เป็นประโยชน์ต่อสังคม ซึ่งการทำกิจกรรมต่างๆ เหล่านี้ นิสิตจะต้องมีอาจารย์เป็นผู้ดูแลให้คำปรึกษาแนะนำ นิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมระดับมากจึงมีการปรึกษา ขอคำแนะนำ มีกิจกรรมร่วมกับอาจารย์มากกว่านิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมในระดับน้อย

สำหรับนิสิตที่มี เพศ ระดับชั้น และสาขาวิชาที่ศึกษาต่างกัน มีการใช้เวลาในการพบอาจารย์แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ทั้งนี้เนื่องจาก นิสิตหญิงและนิสิตชาย เป็นวัยที่อยู่ในวัยรุ่นซึ่งให้ความสำคัญกับเพื่อนในการทำกิจกรรมต่างๆ มากกว่า ทั้งด้านการเรียนและการปฏิบัติกิจกรรมนันทนาการต่างๆ การให้ความสำคัญกับอาจารย์จึงน้อยลง ถ้าไม่เกี่ยวข้องกับกิจกรรมการเรียน นิสิตทั้งเพศชายและเพศหญิงจึงไม่ค่อยมีกิจกรรมกับอาจารย์มากนัก ซึ่งสอดคล้องกับเกศแก้ว ศรีงาม(2537 98-99) ที่ทำการวิจัยเรื่อง “ ความแตกต่างของการใช้เวลาว่างในกิจกรรมนันทนาการของเยาวชนไทย ” พบว่า เยาวชนไทยที่เพศต่างกันมีการใช้เวลาไม่แตกต่างกัน

นิสิตที่มีระดับชั้นเรียนและสาขาวิชาแตกต่างกัน มีการใช้เวลาในการพบอาจารย์แตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้เนื่องจากนิสิตที่อยู่ในระดับชั้นต่างกันนั้นยังอยู่ในช่วงของวัยรุ่นซึ่งมีอายุใกล้เคียงกัน ความสนใจในเรื่องกิจกรรมต่างๆ มักจะคล้ายคลึงกัน ซึ่งวัยนี้จะให้ความสนใจกับเพื่อนและทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกับเพื่อนมากกว่าการใช้เวลาในการพบอาจารย์จึงไม่แตกต่างกัน ดังที่ เปรมจิต เอกธรรมชลาลัย (2531 198) ได้กล่าวถึงความสนใจของวัยรุ่นไว้ว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่มีความสนใจในกิจกรรมทางสังคม เด็กวัยนี้มีความสนใจในการทำกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับเหตุการณ์ และบุคคลในสังคม ให้ความสำคัญกับเพื่อนมากกว่าบุคคลอื่นๆ

25 การใช้เวลากับเพื่อน ผลการศึกษาพบว่า นิสิตที่เรียนสาขาวิชาและมีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมต่างกัน มีการใช้เวลากับเพื่อนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 05 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ ที่เป็นดังนี้เนื่องจาก นิสิตที่เรียนสาขาวิชาต่างกันจะมีการใช้เวลา กับเพื่อนต่างกัน โดยนิสิตที่ศึกษาสาขาวิชาสังคมศาสตร์จะมีการใช้เวลากับเพื่อนมากกว่านิสิตที่ ศึกษาด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี เนื่องจากนิสิตที่เรียนสาขาสังคมศาสตร์จะมีการใช้เวลาในชั้น เรียนน้อยกว่านิสิตที่ศึกษาด้านวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี จึงมีเวลาการปฏิบัติกิจกรรมอื่นๆ ที่ นอกเหนือจากการเรียนมากกว่า และลักษณะการเรียนในสาขาวิชาสังคมศาสตร์จะมีการทำงานที่ เป็นกลุ่มมีการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นและอภิปรายงานต่างๆจึงทำให้นิสิตที่เรียนสาขาสังคมศาสตร์ มีการใช้เวลากับเพื่อนมากกว่า ซึ่งสอดคล้องกับ สุนิตยา ชุมพงศ์ (2535 : 54) ที่ศึกษากิจกรรมที่ ปฏิบัติในเวลาว่างของนักศึกษาที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ พบว่า นักศึกษาที่กำลัง ศึกษาอยู่ในแต่ละคณะมีกิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลาว่างด้านต่างๆโดยรวมแตกต่างกัน เพราะแต่ละคณะมี ความแตกต่างกันในแต่ละหลักสูตร ตั้งแต่วิชาพื้นฐานตลอดจนด้านการเรียนการสอนที่เน้นหนักใน เนื้อหาวิชาเรียนที่แตกต่างกัน การที่นักศึกษามาจากต่างคณะ ต่างสาขาวิชา การศึกษาอบรม ย่อมแตกต่างกันออกไป มีทัศนคติความคิดและความเชื่อที่แตกต่างกัน มีผลทำให้กิจกรรมที่ปฏิบัติใน เวลาว่างแตกต่างกันไปด้วย

ความสนใจต่อสภาพแวดล้อมของนิสิต พบว่า นิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อม ต่างกัน มีการใช้เวลากับเพื่อนต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เนื่องจากนิสิตยังอยู่ในช่วงของ วัยรุ่น ซึ่งวัยนี้จะขยายความสนใจออกไปสู่สังคมนอกบ้านหรือสภาพแวดล้อมรอบตัวมากขึ้น จะให้ ความสำคัญและมีกิจกรรมกับเพื่อนมากกว่าครอบครัว การแสดงความสนใจในด้านต่างๆไม่ว่าจะ เป็นด้านสังคม วัฒนธรรม หรือความสนใจต่อสื่อมวลชน จะมีผลต่อค่านิยม ความคิดเห็นและ พฤติกรรมที่แสดงออก รวมทั้งการเลือกที่จะปฏิบัติกิจกรรมกับกลุ่มคนที่มีความสนใจคล้ายๆ กัน ซึ่ง สอดคล้องกับ อรรพรรณ วิจักขณ์ (2534 บทคัดย่อ) ที่ได้ศึกษาการเปิดรับและการใช้ประโยชน์จาก สื่อมวลชนของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยในกรุงเทพมหานคร เพื่อทราบความสนใจ ความชื่นชม ต่อเนื้อหาของสื่อมวลชน การใช้ประโยชน์และการได้รับความพึงพอใจจากสื่อมวลชนประเภทต่างๆ พบว่า นิสิตนักศึกษารับอ่านหนังสือพิมพ์เพราะต้องการทราบข่าวสาร และเชื่อเนื้อหาในหนังสือพิมพ์ รายวันบางส่วน ส่วนการชมรายการโทรทัศน์จะเป็นเพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลิน นอกจากนี้ พบว่า ได้นำเนื้อหาจากสื่อมวลชนมาเป็นหัวข้อในการสนทนากับเพื่อนอยู่เสมอ และสื่อมวลชนมีผล ต่อการเปลี่ยนค่านิยม ความคิดเห็นและพฤติกรรมในระดับพอสมควร

สำหรับนิสิตที่มี เพศ ระดับชั้น และที่พักอาศัยต่างกัน มีการใช้เวลากับเพื่อนแตกต่าง กันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งไม่เป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้

ทั้งนี้อาจเป็นเพราะนิสิตเพศชายและเพศหญิงอยู่ในช่วงของวัยรุ่น ซึ่งเด็กในวัยนี้จะให้ ความสำคัญและใช้เวลากับเพื่อนมากกว่าคนในครอบครัว สนใจที่จะเข้าร่วมกลุ่มหรือมีส่วนร่วมใน สังคม กิจกรรมต่างๆมักจะปฏิบัติร่วมกับเพื่อนทั้งเพศเดียวกัน และต่างเพศ วัยนี้จะทำกิจกรรม ร่วมกัน โดยไม่แบ่งแยกเพศ แต่จะดูจากความสนใจที่คล้ายคลึงกัน ดังที่ เปรมจิต เอกธรรมชลาลัย

(2531 198) ได้กล่าวไว้ว่า เด็กวัยนี้มีความสนใจในการทำกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับเหตุการณ์และบุคคลในสังคม ให้ความสำคัญและเวลากับเพื่อนมากกว่าคนในครอบครัว เช่น การจัดงานเลี้ยงสังสรรค์ การเล่นเกม การพบปะพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ไม่ว่า จะเป็นเรื่องการแต่งกาย การนัดพบเพื่อนต่างเพศ หนังสือ ภาพยนตร์ กีฬา ดนตรี ศิลปะ เป็นต้น

นิสิตที่มีระดับชั้นต่างกัน มีการใช้เวลากับเพื่อนแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ทั้งนี้เป็นเพราะในแต่ละชั้นปี มีวัยที่ใกล้เคียงกัน การมีกิจกรรมกับเพื่อนๆ จะคล้ายคลึงกัน ทั้งการพูดคุย พบปะสังสรรค์ ชมภาพยนตร์ หรือทำกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ต่างๆ จึงทำให้การใช้เวลากับเพื่อนในแต่ละชั้นปีไม่แตกต่างกัน ซึ่งผลวิจัยนี้ สอดคล้องกับ นิธิพัฒน์ เมฆขจร (2540 70) ที่ได้ศึกษาการใช้เวลาของนักศึกษามหาวิทยาลัยศรีปทุม กรุงเทพมหานคร พบว่าระดับชั้นไม่มีผลต่อการใช้เวลาด้านส่วนตัวของนักศึกษา ทั้งนี้อาจเป็นเพราะ นักศึกษาที่เป็นนักศึกษาที่เรียนอยู่ในระดับชั้นต่างๆ มีความใกล้ชิดสนิทสนมกัน มีการทำกิจกรรมต่างๆ ในรูปแบบที่คล้ายคลึงกัน มีตารางเรียนที่เหมือนหรือใกล้เคียงกัน ด้วยเหตุผลดังกล่าวจึงทำให้นักศึกษาที่เป็นนักศึกษาที่อยู่ในระดับชั้นต่างกัน มีการใช้เวลาด้านส่วนตัวไม่แตกต่างกัน

นิสิตที่มีที่พักอาศัยต่างกัน มีการใช้เวลากับเพื่อนแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญ ทั้งนี้เป็นเพราะทั้งนิสิตที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย และนิสิตที่ไม่ได้อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยต่างก็มีกิจกรรมกับกลุ่มเพื่อนที่คล้ายคลึงกันในการทำกิจกรรมต่างๆ เช่น การรับประทานอาหารกับเพื่อน การพบปะสังสรรค์ การใช้เวลาทำกิจกรรมกับทางมหาวิทยาลัย นิสิตที่อยู่หอพักก็มีอิสระในการทำกิจกรรมต่างๆ ได้ตามอัธยาศัย ตามความสนใจโดยอาจารย์ประจำหอพักไม่ได้เข้มงวดกวดขันมากนัก เพียงแต่ให้อยู่ในข้อตกลงที่กำหนดเท่านั้น นิสิตที่อยู่หอพักจึงมีการใช้เวลากับเพื่อนไม่แตกต่างกันกับนิสิตที่ไม่ได้อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย ดังที่เปรมจิต เอกธรรมชลาลัย(2531 198) ได้กล่าวถึงความสนใจของวัยรุ่นไว้ว่า วัยนี้มีความสนใจในการทำกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับเหตุการณ์และบุคคลในสังคม ให้ความสำคัญและเวลากับเพื่อนมากกว่า เช่น การจัดงานเลี้ยงสังสรรค์ การพบปะพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน เช่น เรื่องแต่งกาย กีฬา ดนตรี ศิลปะ และยังให้ความสนใจกับปัญหาการเมือง เศรษฐกิจและสังคม

2.6 การใช้เวลาโดยรวม ผลการศึกษาพบว่า การใช้เวลาโดยรวม พบว่า นิสิตที่มีระดับชั้นต่างกัน สาขาวิชาต่างกันและมีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมต่างกัน มีการใช้เวลาโดยรวมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ส่วนนิสิตที่มีเพศต่างกันและมีที่พักอาศัยต่างกัน มีการใช้เวลาโดยรวมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญ

จากผลการศึกษา พบว่านิสิตชั้นปีที่ 2 มีการใช้เวลาเฉลี่ยโดยรวมมากที่สุด และนิสิตชั้นปีที่ 1 มีการใช้เวลาเฉลี่ยโดยรวมน้อยที่สุด เมื่อพิจารณาพบว่า นิสิตชั้นปีที่ 2 มีการใช้เวลาในด้านการเรียน การใช้เวลากับครอบครัว การใช้เวลาในการพบอาจารย์ และการใช้เวลากับเพื่อนมากกว่าชั้นปีอื่นๆ ทั้งนี้เนื่องจาก นิสิตที่กำลังศึกษาในระดับชั้นปีที่ 2 นี้ เป็นนิสิตที่ผ่านการเรียนในชั้นปีที่ 1 ซึ่งเป็นวิชาพื้นฐานมาแล้ว และเริ่มปรับตัวเข้ากับสิ่งแวดล้อมต่างๆ ได้แล้ว มีความคุ้นเคยกับอาจารย์ และเพื่อนๆ รวมทั้งมีการเลือกวิชาเรียนที่เป็นวิชาเฉพาะสาขามากขึ้น จึงทำให้มีการใช้

เวลาได้อย่างเต็มที่มากกว่านิสิตชั้นปีที่ 1 สำหรับนิสิตชั้นปีที่ 4 จะมีการใช้กับครอบครัว ใช้เวลาในการพบอาจารย์ และการใช้เวลากับเพื่อนน้อยที่สุด แต่จะมีการใช้เวลาในช่วงเวลาว่างมากที่สุด ทั้งนี้เป็นเพราะนิสิตชั้นปีที่ 4 มีรายวิชาที่ต้องเรียนน้อยกว่าชั้นปีอื่นๆ จึงมีการใช้เวลาในช่วงเวลาว่างมากกว่านิสิตชั้นปีอื่นๆ และกิจกรรมส่วนมากที่ปฏิบัติก็จะเกี่ยวกับการเตรียมตัวเพื่อออกไปหางานทำมากกว่า จึงให้ความสำคัญกับการใช้เวลาปฏิบัติกิจกรรมอื่นๆ น้อยลง ซึ่งผลการวิจัยสอดคล้องกับ ไพฑูรย์ สีนลารัตน์ (2530 บทคัดย่อ) ที่ได้ศึกษารูปแบบการใช้ชีวิตของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในแต่ละชั้นปี มีลักษณะการเข้าร่วมกิจกรรม ที่แตกต่างกันคือ นิสิตชั้นปีที่ 2 และชั้นปีที่ 3 มีลักษณะการใช้ชีวิต ไปทางกิจกรรมสูงกว่าชั้นปีอื่นๆ โดยเฉพาะชั้นปีที่ 3 มีมากกว่าชั้นปีที่ 4 และชั้นปีที่ 2 มีลักษณะ การเลือกกิจกรรมไปในทางที่เกี่ยวกับวิชาชีพสูงกว่าชั้นปีที่ 1 เนื่องจากชั้นปีที่ 4 โดยทั่วไปเป็นนิสิตชั้นปีสุดท้ายซึ่งจะต้องออกไปประกอบอาชีพ จึงให้ความสนใจกับกิจกรรมน้อยลง คงให้ความสนใจกับการวางแผนการ เตรียมการเพื่อออกไปทำงานมากกว่า ส่วนชั้นปีที่ 3 นั้นผ่านชีวิตมหาวิทยาลัยมาพอสมควร จึงเข้าใจและเห็นความสำคัญของกิจกรรมมากกว่า นิสิตชั้นปีที่ 2 มีแนวโน้มในการเลือกกิจกรรมในทางวิชาชีพสูงกว่าชั้นปีที่ 1 ทั้งนี้เพราะชั้นปีที่ 2 ได้รับประสบการณ์มา 1 ปีแล้ว พอขึ้นชั้นปีที่ 2 จึงมีความมั่นใจและพอใจในสาขาวิชาที่ตนเรียนมากขึ้น และสอดคล้องกับ นิธิพัฒน์ เมฆขจร (2540 68) ที่ได้ศึกษาการใช้เวลาของนักศึกษาที่เป็นนักกีฬามหาวิทยาลัยศรีปทุม กรุงเทพมหานคร ซึ่งพบว่า นักศึกษาที่เป็นนักกีฬาชั้นปีที่ 4 มีจำนวนวิชาที่ต้องลงทะเบียนเรียนน้อยกว่าชั้นปีอื่นๆ จึงมีเวลาเฉลี่ยด้านการเรียนน้อยกว่าด้านอื่น ทำให้นักศึกษาที่เป็นนักกีฬาชั้นปีที่ 4 มีเวลาว่างที่จะปฏิบัติกิจกรรมอื่นๆ อย่างเพียงพอและสำหรับนักศึกษาที่เป็นนักกีฬาชั้นปีที่ 3 มีการใช้ชีวิตอยู่ในมหาวิทยาลัยมาพอสมควร สามารถปรับตัวให้เข้ากับสิ่งต่างๆ ได้ดีแล้ว ในด้านสังคมก็มีความสนิทสนมกับเพื่อนเป็นอย่างดี ทั้งเพื่อนที่เรียนและเพื่อนที่รวมเล่นกีฬาด้วยกัน ในด้านการเรียนก็สามารถเลือกเรียนในสาขาวิชาเอกที่ตนต้องการได้แล้ว ทำให้ความวิตกกังวลในเรื่องเรียนน้อยลง

สาขาวิชาที่แตกต่างกัน นิสิตมีการใช้เวลาโดยรวมแตกต่างกัน ทั้งนี้เนื่องจาก หลักสูตร และเนื้อหาของแต่ละสาขานั้นแตกต่างกัน การเรียนการสอนบางสาขาวิชาไม่จำเป็นต้องอยู่ในห้องเรียนตลอดเวลาบางครั้งอาจไปค้นคว้าหาความรู้เพิ่มเติมจากสถานที่อื่นๆ ได้ แต่ในบางสาขาวิชาจำเป็นต้องอยู่ในห้องเรียนหรือห้องทดลองตลอดเวลา ทำให้ไม่มีเวลาในการทำกิจกรรมอื่นๆ จึงมีการใช้เวลาโดยรวมแตกต่างกัน ซึ่งสอดคล้องกับ สุนิตยา ชุมพงศ์ (2535 54) ที่ศึกษา กิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลาว่างของนักศึกษาที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ พบว่า นักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในแต่ละคณะมีกิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลาว่างด้านต่างๆ โดยรวมแตกต่างกัน เพราะแต่ละคณะมีความแตกต่างกันในแต่ละหลักสูตร ตั้งแต่วิชาพื้นฐานตลอดจนด้านการเรียนการสอนที่เน้นหนักในเนื้อหาวิชาเรียนที่แตกต่างกัน การที่นักศึกษามาจากต่างคณะ ต่างสาขาวิชา การศึกษาอบรมย่อมแตกต่างกันออกไป มีทัศนคติความคิดและความเชื่อที่แตกต่างกัน มีผลทำให้กิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลาว่างแตกต่างกันไปด้วย

ความสนใจต่อสภาพแวดล้อมต่างกัน นิสิตมีการใช้เวลาโดยรวมแตกต่างกัน เพราะ นิสิตที่มีความสนใจต่อสภาพแวดล้อมในระดับต่างกันจะมีความสนใจในการทำกิจกรรมต่างๆ แตกต่างกัน นิสิตที่สนใจสภาพแวดล้อมด้านสังคมก็จะมีกิจกรรมที่เกี่ยวกับความสนใจ เช่น การเข้าร่วมกิจกรรมอาสาพัฒนา หรือเข้าทำกิจกรรมในชมรมของมหาวิทยาลัย หากนิสิตคนใดสนใจต่อสภาพแวดล้อมด้านสื่อมวลชน ก็จะทำให้ความสนใจต่อการติดตามข่าวสารหรือความเคลื่อนไหวต่างๆ ที่สื่อมวลชนนำเสนอ ซึ่งสอดคล้องกับ อรรถวรรณ วิจักขณะ (2534 บทคัดย่อ) ได้ศึกษาการเปิดรับและการใช้ประโยชน์จากสื่อมวลชนของนิสิตนักศึกษามหาวิทยาลัยในกรุงเทพมหานคร เพื่อทราบความสนใจ ความชื่นชอบต่อเนื้อหาของสื่อมวลชน การใช้ประโยชน์และการได้รับความพึงพอใจจากสื่อมวลชนประเภทต่างๆ พบว่า นิสิตนักศึกษาอ่านหนังสือพิมพ์เพราะต้องการทราบข่าวสารและเชื่อเนื้อหาในหนังสือพิมพ์รายวันบางส่วน ส่วนการชมรายการโทรทัศน์จะเป็นเพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลิน นอกจากนี้พบว่า ได้นำเนื้อหาจากสื่อมวลชนมาเป็นหัวข้อในการสนทนากับเพื่อนอยู่เสมอ และสื่อมวลชนเหล่านี้มีผลต่อการเปลี่ยนค่านิยม ความคิดเห็น และพฤติกรรมในระดับพอสมควร

สำหรับเพศ กับที่พักอาศัยต่างกัน นิสิตมีการใช้เวลาโดยรวมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ เนื่องจากทั้งนิสิตเพศชายและเพศหญิง และนิสิตที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยกับนิสิตที่ไม่ได้อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย มีการใช้เวลาในแต่ละด้านคล้ายคลึงกันแตกต่างกันไม่มาก มีการใช้เวลาบางด้านน้อย บางด้านมากไม่เท่ากัน เมื่อนำมาเฉลี่ยโดยรวมแล้วจึงทำให้การใช้เวลาโดยรวมแตกต่างกันอย่างไม่มีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งสอดคล้องกับ เกศแก้ว ศรีงาม (2537 98-99) ที่ทำการวิจัยเรื่อง “ความแตกต่างของการใช้เวลาว่างในกิจกรรมนันทนาการของเยาวชนไทย” พบว่า เพศ ไม่มีอิทธิพลทำให้เยาวชนไทยใช้เวลาว่าง ในการอ่านหนังสือพิมพ์ การอ่านหนังสือ การเล่นเกมกีฬา หรือออกกำลังกาย การเดินเล่นตามศูนย์การค้า และการทำงานอดิเรกต่างๆ แตกต่างกัน

ข้อเสนอแนะทั่วไป

ในทัศนะของผู้วิจัย ประกอบกับข้อมูลที่ได้รับรวบรวมมาสามารถสรุปเป็นข้อเสนอแนะได้ดังนี้

1 ผู้บริหารสถานศึกษาและผู้ที่เกี่ยวข้องกับนิสิตโดยตรงควรให้ความสำคัญต่อความสนใจต่อสภาพแวดล้อมของนิสิตว่าสิ่งที่นิสิตให้ความสนใจนั้นเหมาะสมเพียงใด ความสนใจใดที่สอดคล้องกับสังคมไทยควรให้การส่งเสริม โดยจัดกิจกรรมหรือรณรงค์ในเรื่องนั้นๆ และหากความสนใจใดที่กระทบต่อสังคมไทยทำให้เกิดปัญหา สถานศึกษาหรือผู้ที่เกี่ยวข้องควรนำมาพิจารณาและหาทางแก้ไข สร้างความเข้าใจที่เหมาะสมให้แก่นิสิตนักศึกษาต่อไป

2 ควรมีการส่งเสริมให้นิสิตที่ไม่ได้อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย มีโอกาสได้มีกิจกรรมร่วมกับอาจารย์มากขึ้น ส่งเสริมให้นิสิตได้มีโอกาสใกล้ชิดกับอาจารย์ ปรีक्षाหรือขอคำแนะนำต่างๆ จากอาจารย์ จัดเวลาและสถานที่เพื่อเอื้ออำนวยให้นิสิตได้มีโอกาสเข้าพบและพูดคุยปรึกษาในเรื่องต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับนิสิตให้มากขึ้น

3 ผู้บริหารสถานศึกษาและผู้ที่เกี่ยวข้องกับนิสิตโดยตรง ควรมีการจัดกิจกรรมที่สอดคล้องกับความสนใจต่อสภาพแวดล้อมของนิสิต ไม่ว่าจะเป็นด้านสังคม ด้านวัฒนธรรมหรือด้านสื่อบุคคล เพื่อให้ให้นิสิตมีแนวทางในการใช้เวลาว่างอย่างถูกต้องเหมาะสมและเป็นประโยชน์ทั้งตนเองและส่วนรวม

ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัย

1 ควรมีการศึกษาเกี่ยวกับการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา โดยใช้กลุ่มตัวอย่างที่กว้างขวางยิ่งขึ้น ทั้งในสถาบันอุดมศึกษาของรัฐบาลและสถาบันอุดมศึกษาของเอกชน เพื่อนำผลมาเปรียบเทียบหาค่าเกณฑ์เฉลี่ยในการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษาแต่ละสถาบัน

2 ควรมีการศึกษาการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา โดยเพิ่มรายละเอียดของการใช้เวลาในแต่ละด้าน และอาจมีการจำแนกตัวแปรอื่นๆ เช่น ฐานะทางเศรษฐกิจของครอบครัว พื้นฐานของครอบครัว หรือเพิ่มความสนใจในด้านอื่นๆ เพื่อนำผลมาเปรียบเทียบ

3 ควรมีการศึกษาการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษาด้านใดด้านหนึ่งโดยเฉพาะแล้วศึกษาถึงปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการใช้เวลาในด้านนั้นๆ อย่างละเอียดมากขึ้น เพื่อให้ได้ข้อมูลในเชิงลึก

บรรณานุกรม

บรรณานุกรม

- เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์ (2543) บริหารเวลาเพื่อความสำเร็จ กรุงเทพฯ ชัดเชส มีเดีย
- เกศแก้ว ศรีงาม (2537) ความแตกต่างของการใช้เวลาว่างในกิจกรรมนันทนาการของเยาวชนไทย วิทยานิพนธ์ ค.ม (มัธยมศึกษา) กรุงเทพฯ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถ่ายเอกสาร
- ขจรศักดิ์ หาญณรงค์ (2519) แนวการบริหารเวลาสำหรับนักบริหาร สถาบันบัณฑิตพัฒนาบริหารศาสตร์ กรุงเทพฯ ถ่ายเอกสาร
- คณะกรรมการพัฒนาการศึกษาอบรม และดูแลเด็กวัยรุ่น (2535) วัยรุ่นวัยสร้างสรรค์เพื่อสังคมไทย กรุงเทพฯ อัมรินทร์พรินดีกรุ๊ป จำกัด
- จามรี ศักดิ์ประสิทธิ์กุล (2538) วิเคราะห์การใช้เวลาเพื่อการศึกษาของนักศึกษาผู้ใหญ่ระดับมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร วิทยานิพนธ์ กศ.ม (การศึกษาคณะผู้ใหญ่) กรุงเทพฯ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถ่ายเอกสาร
- จินตวีร์ เกษมสุข (2539) ทศนคติของนิสิตนักศึกษาที่มีต่อการนำเสนอวัฒนธรรมอเมริกันในภาพยนตร์โฆษณา วิทยานิพนธ์ นศ.ม (การประชาสัมพันธ์) กรุงเทพฯ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถ่ายเอกสาร
- จุฑามาส กิรติกลีกร (2542) รูปแบบการดำเนินชีวิตของเด็กวัยรุ่นกับการใช้ประโยชน์จากสื่อมวลชน วิทยานิพนธ์ นศ.ม (การสื่อสารมวลชน) กรุงเทพฯ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถ่ายเอกสาร
- ฉัตรกุล ทองเกตุ (2539) การวิเคราะห์เชิงเนื้อหาวัฒนธรรมวัยรุ่นที่ปรากฏในภาพยนตร์ไทยปี พ.ศ. 2535 วิทยานิพนธ์ นศ.ม (การสื่อสารมวลชน) กรุงเทพฯ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถ่ายเอกสาร
- เฉลิม สุขะสมบัติ (2527,15 พฤษภาคม) ทรัพยากรเวลา มิตรครู 26(3) 44-47
- ชุติมา พงศ์วรินทร์ (2540) ผลของการศึกษาเชิงจิตวิทยาแบบกลุ่มตามแนวคิดพิจารณาความเป็นจริงต่อการบริหารเวลาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 วิทยานิพนธ์ ค.ม (จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถ่ายเอกสาร
- ชูลีพร เชวงศักดิ์โสภาค (2540) การเปิดรับสื่อ การรับรู้เกี่ยวกับสังคมตะวันตก และการใช้ชีวิตแบบสังคมตะวันตกของวัยรุ่นไทยในกรุงเทพมหานคร วิทยานิพนธ์ นศ.ม (การประชาสัมพันธ์) กรุงเทพฯ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถ่ายเอกสาร
- ชูลีพร รามัญ (2540) ผลของการให้คำปรึกษาแบบพฤติกรรมนิยมที่มีต่อการใช้เวลาในการเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โรงเรียนบ้านคลองตะเคียน อำเภอหนองใหญ่ จังหวัดชลบุรี วิทยานิพนธ์ กศ.ม (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถ่ายเอกสาร

- จิตติมา สุภักดิ์ (2539) การใช้เวลาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในเขตกรุงเทพมหานคร
วิทยานิพนธ์ ส ม (สังคมวิทยาและมนุษยวิทยา) กรุงเทพฯ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์
มหาวิทยาลัย ถ่ายเอกสาร
- อุณเฑาะว์ แก้วแกมเสื่อ (2527) การใช้เวลาในการบริหารงานของผู้บริหารโรงเรียนประถมศึกษา
สังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดกาญจนบุรี วิทยานิพนธ์ กศ ม กรุงเทพฯ
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถ่ายเอกสาร
- ธนินทร์ ตีรณานนท์ (2540) ไทยในกระแสโลกาภิวัตน์ กรณีศึกษาผลของการสื่อสารต่อการ
บริโภคสินค้าและการบริการของคนไทยในกรุงเทพมหานคร วิทยานิพนธ์ ปรินญา
มหาบัณฑิต กรุงเทพฯ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ถ่ายเอกสาร
- ธัญญารัตน์ วงษ์สมัย (2542) การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นโรงเรียน
ขยายโอกาสทางการศึกษาจังหวัดสระบุรี วิทยานิพนธ์ กศ ม (พลศึกษา) กรุงเทพฯ
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถ่ายเอกสาร
- นฤนุช สุนทรศิริ (2544) วิเคราะห์การใช้เวลาเพื่อการศึกษาของนักศึกษาในระดับปริญญาตรี ภาค
พิเศษ(กศ บป) สถาบันราชภัฏสวนสุนันทา วิทยานิพนธ์ กศ ม (การศึกษาผู้ใหญ่)
กรุงเทพฯ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถ่ายเอกสาร
- นัฐวุฒิ ศรีภักดิ์ (2540) รูปแบบการดำเนินชีวิต พฤติกรรมการเปิดรับสื่อ และพฤติกรรมการ
บริโภคสินค้าของเจนเอเรชั่นวายในกรุงเทพมหานคร วิทยานิพนธ์ นศ ม (นิเทศศาสตร์)
กรุงเทพฯ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถ่ายเอกสาร
- นันทนา เตชะนนท์ (2539) การศึกษาการใช้เวลาว่างในระหว่างปิดภาคเรียนของนักเรียนชั้น
ประถมศึกษาปีที่ 5 สังกัดสำนักงานการประถมศึกษากรุงเทพมหานคร วิทยานิพนธ์ ค ม
(ประถมศึกษา) กรุงเทพฯ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถ่ายเอกสาร
- นิธิวัฒน์ เมฆขจร (2540) การศึกษาการใช้เวลาของนักศึกษาที่เป็นนักกีฬามหาวิทยาลัย
ศรีปทุม กรุงเทพมหานคร วิทยานิพนธ์ กศ ม (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถ่ายเอกสาร
- ปราณี งามสูตร (2528) จิตวิทยาวัยรุ่น กรุงเทพฯ รุ่งวัฒนา
- เปรมจิต เอกธรรมชลาลัย (2531) จิตวิทยาพัฒนาการ กรุงเทพฯ ภาควิชาจิตวิทยาและกา
แนะแนว วิทยาลัยครูลำปาง สหวิทยาลัยอันนา
- พยงค์ จาดช้าง (2539) การศึกษาการใช้เวลาของนักศึกษาพยาบาล วิทยาลัยพยาบาลสังกัด
กระทรวงสาธารณสุข วิทยานิพนธ์ พย ม (การพยาบาล)
กรุงเทพฯ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถ่ายเอกสาร

- พยงค์ จิระพงษ์ (2544) การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและความรับผิดชอบต่อสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนวิชาสังคมศึกษา โดยชุดกิจกรรมการเรียนรู้ระบบ 4 MAT กับกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ ปริญญาณิพนธ์ กศ ม (การมัธยมศึกษา) กรุงเทพฯ
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถ่ายเอกสาร
- พรกมล รัชนาภรณ์ (2542) รูปแบบการดำเนินชีวิต พฤติกรรมการเปิดรับสื่อ และพฤติกรรมการบริโภคสินค้าของวัยรุ่นในจังหวัดเชียงใหม่ วิทยานิพนธ์ นศ ม (การประชาสัมพันธ์) กรุงเทพฯ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถ่ายเอกสาร
- พรทิพย์ เย็นจะบก (2542) ศิลปะการดำเนินชีวิต กรุงเทพฯ เท็ก แอนด์ เจอร์นัล พับลิเคชัน จำกัด
- พรพิมล จันทรพลับ (2538) พัฒนาการวัยรุ่น พระนครศรีอยุธยา พัฒนาพร
- ไพฑูรย์ สีนลารัตน์ (2530) รูปแบบการใช้ชีวิตของนิสิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กรุงเทพฯ โรงพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย
- ภัทณิดา พันธุมเสน (2536) การใช้ประโยชน์และความพึงพอใจจากสื่อมวลชนของนักเรียนโรงเรียนสตรีรัตนบุรี ปีการศึกษา 2535 วิทยานิพนธ์ นศ ม (การสื่อสารมวลชน) กรุงเทพฯ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถ่ายเอกสาร
- ภาวนา ใจประสาธ (2534) การศึกษาการดำรงชีวิตของนักศึกษาภายในมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ปริญญาณิพนธ์ กศ ม (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถ่ายเอกสาร
- มธุจิต ชมดวง (2546) การศึกษาการใช้เวลากับครอบครัวของบิดามารดา และบุตรธิดาวัยรุ่น สารนิพนธ์ ปริญญาณิพนธ์ กศ ม (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถ่ายเอกสาร
- มงคล สันฐิตวิฑูร (2531, มีนาคม) "ชีวิตกับเวลา" วารสารท้องถิ่น 28(3) 74 - 76
- มายาวี สมบุญ (2535) การศึกษาการใช้เวลาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษาจังหวัดนนทบุรี ปริญญาณิพนธ์ กศ ม (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถ่ายเอกสาร
- เมธี ปิณฑานนท์ (2528, ตุลาคม) เทคนิคการบริหารเวลา วารสารมิตรครู 27(4) 42 - 46
- รัชณี ลาซโรจน์ (2527) "การใช้เวลาว่างและนันทนาการของวัยรุ่น" ,เอกสารการสอนชุดวิชา พัฒนาการวัยรุ่นและการอบรม กรุงเทพฯ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมวิราช
- ละมุล ตีรนานนท์ (2545) ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมสุขภาพกับพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของนักศึกษาสถาบันเทคโนโลยีราชมงคล วิทยาเขตภาคตะวันออกเฉียงเหนือ นครราชสีมา วิทยานิพนธ์ ศษ ม (พลศึกษา) ขอนแก่น บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น ถ่ายเอกสาร
- วรุณี อมรทัต (2530) ความคิดเห็นต่างๆเกี่ยวกับเวลาว่าง และนันทนาการ กรุงเทพฯ สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ

- วิเชียร เกตุสิงห์ (2538,กุมภาพันธ์ - มีนาคม) " คำเฉลียวกับการแปลความหมาย เรื่องงายที่บางครั้งก็พลาดได้", *วารสารการศึกษา* 18(3) 9
- วิมาน จิวเจียม (2539) *การบริหารเวลาวิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดมหาสารคาม*
- วิรัตน์ บัวขาว (2537,มีนาคม-เมษายน) " เวลา ทริพยากรที่สำคัญของการบริหารเวลา ", *วารสารเพิ่มผลผลิต* 33(2) 26-27
- ศิริชัย กาญจนวาสี (2544) *การเลือกใช้สถิติที่เหมาะสมสำหรับการวิจัย* กรุงเทพฯ บุญศิริการพิมพ์
- ศรีเรือน แก้วกังวาล (2540) *จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย* กรุงเทพฯ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
- ศักดิ์ดา พัยคมโส (2545) *ปัจจัยที่ส่งผลต่อการดำรงชีวิตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนวัดสะแกงาม เขตบางขุนเทียน กรุงเทพมหานคร สารนิพนธ์ กศ ม (จิตวิทยาการศึกษา) กรุงเทพฯ* บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถ่ายเอกสาร
- ตันสนีย์ นาคะสนธิ์ (2545) *การศึกษาและพัฒนาทักษะทางสังคมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนวัดประดู่ในทรงธรรม กรุงเทพมหานคร สารนิพนธ์ กศ ม (จิตวิทยาการแนะแนว) กรุงเทพฯ* บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ถ่ายเอกสาร
- สมชาย ศรีสันติสุข (2541,พฤศจิกายน) " การบริหารเวลา ", *สรรพากรณีสาน* 45(11) 63-67
- สินนภา ภู่อ่าง (2544) *การเปิดรับข่าวสารทัศนคติ และการแต่งกายตามแฟชั่นของวัยรุ่นในเขต กรุงเทพมหานคร วิทยานิพนธ์ นศ ม (การประชาสัมพันธ์) กรุงเทพฯ* จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถ่ายเอกสาร
- สิระยา สัมมาวาจ (2541,ตุลาคม – ธันวาคม) *รายงานการวิจัย การบริหารเวลาและการใช้เวลาของนักศึกษาพยาบาล วารสารพยาบาล*(4) 229-312
- เสริมศักดิ์ วิศาลาภรณ์ (2537) *ประมวลสาระชุดวิชา การวิจัยเกี่ยวกับการบริหาร หน่วยที่ 8 -9* นนทบุรี มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช
- สุขใจ น้ำผุด (2536,มกราคม – กุมภาพันธ์) "คาแห่งเวลา " *วารสารข้าราชการ* 38(7) 44-45
- สุนิดยา ชุมพงศ์ (2535) *การศึกษากิจกรรมที่ปฏิบัติในเวลาวางของนักศึกษาที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์ ปรินญานิพนธ์ กศ ม (การอุดมศึกษา) สงขลา* บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ สงขลา ถ่ายเอกสาร
- สุพิศวง ธรรมพันทา (2540) *มนุษย์กับสังคม* กรุงเทพฯ บริษัทเวิร์ดเวฟ เอ็ดดูเคชั่น จำกัด
- สำนักนายกรัฐมนตรี (2539) *รายงานบทบาทของสื่อมวลชนต่อสังคมไทย* 4 (52) 1-3
- อรรธรณ วิจิทขณะ (2534) *การเปิดรับสื่อและการใช้ประโยชน์จากสื่อมวลชนของนิสิตนักศึกษา มหาวิทยาลัยในกรุงเทพมหานคร วิทยานิพนธ์ นศ ม (นิเทศศาสตร์พัฒนาการ) กรุงเทพฯ* บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ถ่ายเอกสาร

- อรอุมา ศรีสุทธิพันธ์ (2545) *ความคิดเห็นและพฤติกรรมกาเปิดรับสื่ออินเทอร์เน็ตกับรูปแบบการดำเนินชีวิตของผู้ใช้อินเทอร์เน็ตในเขตกรุงเทพมหานคร* วิทยานิพนธ์ปริญญา
มหาบัณฑิต คณะวารสารศาสตร์และสื่อสารมวลชน มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
- อัมพร ลิ้มปีไพฑูรย์ (2535,พฤษภาคม – มิถุนายน) "ข้อคิดนักบริหาร", วารสารเพิ่มผลผลิต
1(3) 17-19
- อัมพร ศรีประเสริฐสุข (2545) *ความสัมพันธ์ระหว่างเอกลักษณ์แห่งตนและสัมพันธภาพในครอบครัวกับทัศนคติวัฒนธรรมไทยของวัยรุ่นทั่วไปกับวัยรุ่นเซ้นเตอร์พอยท์* วิทยานิพนธ์
กศ ม (จิตวิทยาพัฒนาการ) กรุงเทพฯ บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
ถายเอกสาร
- Baskin, Samual (1968) *Higher Education* New York McGraw – Hill
- Bliss,Edwin C (1976,May) "Getting thing," Reader 's Digest
- Cooper Joseph D (1952) *How to Get More Done in Less Time* New York Doubleday &
Company
- Delucchi,Joane Jensen And Other (1987) *Study Time Allocation as a Function of Grade
Level and Course Characteristics* Massachusetts Allyn and bacon
- Hood,Coen Deyell (Dai-A 53/09 p 3363,March,1993) "Family Function and Adolescent
Leisure Patterns", *Dissertation abstracts International*
- Hurlock,B E (1978) *Child Development* New York McGraw – Hall Book Company
- Kaplan,Max (1975) *Leisure Theory and Policy* New York John Wile & Son
- Kuaffman,Joseph E (1968) *Report of the committee on The Student in Higher
Education* The Hazen Foundation, New Haven Connecticut
- Mcdowell,Linda Lee Goette (Dai-A 56/11 p 4353,May,1996) "Leisure Recreational
Preferences and Practices Among Adolescents with and without Mental
Retardation",*Dissertation Abstracts International*
- Murray,Andrew (1988) " The Problem of Leisure Time Used by Youth ",*Thesis Abstracts
International*
- Raymore,leslie Ann (Dai-A 56/2 p 702,August,1995) "The Tradition from Adolescence to
Young Adulthood Predictor of Leisure Behavior",*Dissertation Abstracts
International*
- Smith,Sanda F and Smith,Christopher M (1990) *Personal Health Choices* New York Jone
and Bartlett Publisher
- Uris,Auren (1970) *The Executive Desk Book* New York Van Nost Rand Reinhold Co

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

คุณภาพเครื่องมือ

แสดงค่าอำนาจจำแนกของแบบสอบถามความสนใจต่อสภาพแวดล้อมของนิสิต

ลำดับข้อ	ค่าอำนาจจำแนก	ลำดับข้อ	ค่าอำนาจจำแนก
ด้านสังคม		ด้านวัฒนธรรม(ต่อ)	
1	212	8	138
2	366	9	367
3	288	10	336
4	321	11	342
5	302	12	211
6	519	13	389
7	586	14	338
8	660		
9	538	ด้านสื่อมวลชน	
10	614	1	278
11	709	2	298
12	283	3	341
13	485	4	452
		5	352
ด้านวัฒนธรรม		6	493
1	288	7	328
2	216	8	646
3	327	9	717
4	258	10	584
5	413	11	337
6	396	12	306
7	490	13	379
		14	308

ค่าความเชื่อมั่นของแบบสอบถาม เท่ากับ 80

ภาคผนวก ข

จดหมายขอความอนุเคราะห์ในการพัฒนาเครื่องมือและเก็บข้อมูล

ที่ ศธ 0519 12152/4



บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

/๗ พฤษภาคม 2547

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เพื่อพัฒนาเครื่องมือการวิจัย

เรียน อนุสาสกหอพักจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม

เนื่องด้วย นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์ เรื่อง “การบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์นันทนา วงษ์อินทร์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อพัฒนาเครื่องมือการวิจัย โดยขอให้นิสิตนักศึกษาระดับปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1-4 ที่เข้าพักในหอพักจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย จำนวน 50 คน เป็นกลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา ในระหว่างเดือนมิถุนายน - กรกฎาคม 2547

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย ได้เก็บข้อมูลในการทำสารนิพนธ์ ซึ่งจะเป็นประโยชน์ในการพัฒนาคุณภาพการศึกษา และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(รองศาสตราจารย์นภาพร หะวานนท์)

รองอธิการบดีฝ่ายวิชาการ

รักษาราชการแทนคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

หมายเหตุ ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ 034-381790 มือถือ 01-4254522

ที่ ศธ 0519 12/ 5934



๕๖.๒๕๕๖
๑๖ มิ.ย. ๒๕๕๖
๑๐๐๐
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๙ มิถุนายน ๒๕๕๖

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน รองอธิการบดี (รองศาสตราจารย์จุมพล รวดคำกั)

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่อยู่นอกของมหาวิทยาลัย

๑ แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่ไม่อยู่นอกของมหาวิทยาลัย

เนื่องด้วย นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์ เรื่อง “การบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์นันทนา วงษ์อินทร์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอให้นิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1-4 จำนวน 800 คน ตอบแบบสอบถามการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา ในระหว่างเดือนมิถุนายน - กรกฎาคม ๒๕๕๖

จึงเรียนมาเพื่อขอบความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย ได้เก็บข้อมูลในการทำสารนิพนธ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

/๙๙๙

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์เพ็ญศิริ จีระเดชากุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ มือถือ 01-4254522

ผู้วิจัยจะดำเนินการเก็บและรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองตามคณะต่างๆ

๓ เรียน รองคณบดีฝ่ายกิจการนิสิตทุกคณะ

เพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์ให้นักศึกษาในการไปแจกและรวบรวม

แบบสอบถามด้วย จักขอบคณขิง

(นางสาวกมลทิพย์ สิงห์)

แบบสอบถามด้วย จักขอขอบคุณ

ที่ ศธ 0519 12/ 5934



สำนักงานคณะกรรมการ
การศึกษา
12 ก.ค. 2547
มหาวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๙ มิถุนายน 2547

เรื่อง ขออนุญาตเพื่อการศึกษา

เรียน รองอธิการบดี (รองศาสตราจารย์จุมพล รศกคำดี)

สิ่งที่ส่งมาด้วย: แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่อยู่นอกของมหาวิทยาลัย
3 แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่ไม่อยู่นอกของมหาวิทยาลัย

เนื่องด้วย นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์เรื่อง “การบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์นันทนา วงษ์อินทร์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการศึกษา โดยขอให้นิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1-4 จำนวน 800 คน ตอบแบบสอบถามการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา ในระหว่างเดือนมิถุนายน - กรกฎาคม 2547

จึงเรียนมาเพื่อขออนุญาตให้ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย ได้เก็บข้อมูลในการทำสารนิพนธ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

/๙๙๙

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์เพ็ญศิริ จีระเดชากุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ มือถือ 01-4254522

ผู้วิจัยจะดำเนินการเก็บและรวบรวมข้อมูล ด้วยตนเองตามคณะต่างๆ

③ เรียน รองคณบดีฝ่ายกิจการนิสิตทุกคณะ (๙๙๙) จรว

เพื่อโปรดพิจารณาอนุญาตให้นักศึกษาในการไปแจกและรวบรวม

แบบสอบถามด้วย จักขอขอบคุณ

(นางกมลแก้ว สิงห์)

ที่ ศธ 0519.12/ 5934



16.2856
12 กค. 2547
มหาวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๙ มิถุนายน 2547

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน รองอธิการบดี (รองศาสตราจารย์จุมพล รวคาคำดี)

สิ่งที่ส่งมาด้วย: แบบสอบถาม สำนักรับนิสิตฯ ที่อยู่นอกเขตมหาวิทยาลัย
3 แบบสอบถาม สำนักรับนิสิตฯ ที่ไม่อยู่นอกเขตมหาวิทยาลัย

เนื่องด้วย นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์เรื่อง "การบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์นันทนา วงษ์อินทร์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอให้นิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1-4 จำนวน 800 คน ตอบแบบสอบถามการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา ในระหว่างเดือนมิถุนายน - กรกฎาคม 2547

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย ได้เก็บข้อมูลในการทำสารนิพนธ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

/s/

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เพ็ญศิริ จีระเดชากุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ มือถือ 01-4254522

ผู้วิจัยจะดำเนินการเก็บและรวบรวมข้อมูล ด้วยตนเองตามคณะต่างๆ

③ เรียน รองคณบดีฝ่ายกิจการนิสิตทุกคณะ และนักวิชาการศึกษา

เพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์ให้นักศึกษาในการไปแจกและรวบรวม

แบบสอบถามด้วย จักขอบพระคุณยิ่ง

(นางคณบดีฯ) 3.1.1

ที่ ศธ 0519.12/ 5934



16.2856
12 ก. 2547
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุมนวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๒ มิถุนายน 2547

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน รองอธิการบดี (รองศาสตราจารย์จุมพล รอดคำดี)

สิ่งที่ส่งมาด้วย 1. แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่อยู่ต่างประเทศของมหาวิทยาลัย

2. แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่ไม่อยู่ต่างประเทศของมหาวิทยาลัย

เนื่องด้วย นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์เรื่อง “การบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์นันทนา วงษ์อินทร์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในกรณี นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอให้นิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1-4 จำนวน 800 คน ตอบแบบสอบถามการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา ในระหว่างเดือนมิถุนายน - กรกฎาคม 2547

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย ได้เก็บข้อมูลในการทำสารนิพนธ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

/นส. 3

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์เพ็ญศิริ จิระเดชากุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ มือถือ 01-4254522

ผู้วิจัยจะดำเนินการเก็บและรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองตามคณะต่าง ๆ

3 เรียน รองคณบดีฝ่ายกิจการนิสิตทุกคณะ จักขอพิจารณา
เพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์ให้นักศึกษาในการไปแจกและรวบรวม
แบบสอบถามด้วย จักขอขอบคุณ
นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย

ที่ ศธ 0519.12/ ๕๙34



ฉบับที่ ๑๖-๒๕๕๖
๑๖.๒๕๕๖
๑๒ ก.ค. ๒๕๕๗
บันทึกที่ ๑๐๐
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท ๒๓ กรุงเทพฯ ๑๐๑๑๐

๒๒ มิถุนายน ๒๕๕๗

เรื่อง ขอกความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน รองอธิการบดี (รองศาสตราจารย์จุมพล รอดคำดี)

สิ่งที่ส่งมาด้วย: แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่อยู่นอกของมหาวิทยาลัย
๓ แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่ไม่อยู่นอกของมหาวิทยาลัย

เนื่องด้วย นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์ เรื่อง "การบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์นันทนา วงษ์อินทร์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอให้นิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ ๑-๔ จำนวน ๘๐๐ คน ตอบแบบสอบถามการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา ในระหว่างเดือนมิถุนายน - กรกฎาคม ๒๕๕๗

จึงเรียนมาเพื่อขอกความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย ได้เก็บข้อมูลในการทำสารนิพนธ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

/๒๒/๖

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์เพ็ญศิริ จิระเชษฐกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร ๐๒-๖๖๔-๑๐๐๐ ต่อ ๕๖๑๘, ๕๗๓๑

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ มือถือ ๐๑-๔๒๕๔๕๒๒

ผู้วิจัยจะดำเนินการเก็บและรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองตามคณะต่างๆ

๓) เรียน รองคณบดีฝ่ายกิจการนิสิตทุกคณะ หักวง (มหาวิทยาลัย)

เพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์ให้นักศึกษาในการไปแจกและรวบรวม

แบบสอบถามด้วย จักขอบพระคุณยิ่ง

(นางคณบดีฯ) ล.ร.ล.ล.

ที่ ศธ 0519.12/๒๙34



๕๖.๒๕๕6
12 ก.ค. 2547
บันทึกด้วย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๒ มิถุนายน 2547

เรื่อง ขอกความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน รองอธิการบดี (รองศาสตราจารย์จุมพล รอดคำดี)

สิ่งที่ส่งมาด้วย: แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่อยู่นอกของมหาวิทยาลัย
๑ แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่ไม่อยู่นอกของมหาวิทยาลัย

เนื่องด้วย นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์เรื่อง "การบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์นันทนา วงษ์อินทร์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอให้ นิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1-4 จำนวน 800 คน ตอบแบบสอบถามการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา ในระหว่างเดือนมิถุนายน - กรกฎาคม 2547

จึงเรียนมาเพื่อขอกความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย ได้เก็บข้อมูลในการทำสารนิพนธ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

/๗๖๓

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เพ็ญศิริ จิระเดชากุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

๑. นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย
๒. รองคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
๓. อาจารย์ผู้ช่วยสอน

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ มือถือ 01-4254522

ผู้วิจัยจะดำเนินการเก็บและรวบรวมข้อมูล ด้วยตนเองตามคณะที่วาง

๓. เรียน รองคณบดีฝ่ายกิจการนิสิตทุกคณะ ขอแจ้งให้ทราบ
เพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์ให้นักศึกษาในการไปแจกและรวบรวม
แบบสอบถามด้วย จักขอบคณยิ่ง
(นางคณบดี) ๕๖.๒๕๕๖

ที่ ศธ 0519 12/ 5934



สำนักงานปลัดกระทรวงศึกษาธิการ
46-2856
12 ก.ค. 2547
บันทึกด้วย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๒๑ มิถุนายน 2547

เรื่อง ขออนุญาตเพื่อการศึกษา

เรียน รองอธิการบดี (รองศาสตราจารย์จุมพล รอดคำดี)

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่อยู่นอกมหาวิทยาลัย

๑ แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่อยู่นอกมหาวิทยาลัย

เนื่องด้วย นางสาวอิศรา รุ่งทวีชัย นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์ เรื่อง “การบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์นันทนา วงษ์อินทร์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอให้ นิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1-4 จำนวน 800 คน ตอบแบบสอบถามการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา ในระหว่างเดือนมิถุนายน - กรกฎาคม 2547

จึงเรียนมาเพื่อขออนุญาตให้ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวอิศรา รุ่งทวีชัย ได้เก็บข้อมูลในการทำสารนิพนธ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

/๗๗๓

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์เพ็ญศิริ จิระเชษฐกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ มือถือ 01-4254522

: ผู้วิจัยจะดำเนินการเก็บและรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองตามคณะต่างๆ

๓ เรียน รองคณบดีฝ่ายกิจการนิสิตทุกคณะ สักการะ รร มศว

เพื่อโปรดพิจารณาอนุญาตให้นักศึกษาในการไปแจกและรวบรวม

แบบสอบถามด้วย จักขอบคณยิ่ง

นางสาวกมลทิพย์ สิงห์สี

ที่ ศธ 0519 12/ 5934



สำนักเลขาธิการ
16.2556
12 ก.ค. 2547
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๒ มิถุนายน 2547

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน รองอธิการบดี (รองศาสตราจารย์จุมพล รอดคำดี)

สิ่งที่ส่งมาด้วย: แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่อยู่นอกของมหาวิทยาลัย
๑ แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่ไม่อยู่นอกของมหาวิทยาลัย

เนื่องด้วย นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์เรื่อง "การบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์นันทนา วงษ์อินทร์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอให้นิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1-4 จำนวน 800 คน ตอบแบบสอบถามการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา ในระหว่างเดือนมิถุนายน - กรกฎาคม 2547

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย ได้เก็บข้อมูลในการทำสารนิพนธ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เพ็ญศิริ จีระเชชากุล)

กณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงาน กณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ มือถือ 01-4254522

ผู้วิจัยจะดำเนินการเก็บและรวบรวมข้อมูล ด้วยตนเองตามคณะต่างๆ

๓ เรียน รองกณบดีฝ่ายกิจการนิสิตทุกคณะ 12 มิถุนายน 2547

เพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์ให้นักศึกษาในการไปแจกและรวบรวม

แบบสอบถามด้วย จักขอบคณธิง

(นางกณบดีฯ) ส.จ.ล.ล.

ที่ ศธ 0519 12/ 5934



สำนักเลขาธิการฯ
16-2856
12 ก.ค. 2547
บันทึกที่
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๗ มิถุนายน 2547

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน รองอธิการบดี (รองศาสตราจารย์จุมพล รอดคำดี)

สิ่งที่ส่งมาด้วย: แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่อยู่นอกของมหาวิทยาลัย
3 แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่ไม่อยู่นอกของมหาวิทยาลัย

เนื่องด้วย นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์เรื่อง "การบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์นันทนา วงษ์อินทร์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอให้นิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1-4 จำนวน 800 คน ตอบแบบสอบถามการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา ในระหว่างเดือนมิถุนายน - กรกฎาคม 2547

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย ได้เก็บข้อมูลในการทำสารนิพนธ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์เพ็ญสิริ จีระเชชากุล)

คณะจิตวิทยา

สำนักงานคณะจิตวิทยา

โทร 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

หมายเหตุ . ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ มือถือ 01-4254522

ผู้วิจัยจะดำเนินการเก็บและรวบรวมข้อมูล ด้วยตนเองตามคณะต่างๆ

3) เรียน รองคณบดีฝ่ายกิจการนิสิตทุกคณะ ลงนามและรวบรวมข้อมูล

เพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์ให้นักศึกษาในการไปแจกและรวบรวม

แบบสอบถามด้วย จักขอขอบคุณ

(นางกมลเบญจมาภรณ์ สิงห์)

ที่ ศธ 0519 12/ 5734



สำนักงานปลัด - ศ.พ.นศ
16.2356
รับ 12 พ.ค. 2547
บันทึกด้วย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๒ มิถุนายน 2547

เรื่อง ขออนุญาตเผยแพร่ผลการวิจัย

เรียน รองอธิการบดี (รองศาสตราจารย์จุฬพล รวดคำดี)

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย

๓ แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่ไม่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย

เนื่องด้วย นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์ เรื่อง “การบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์นันทนา วงษ์อินทร์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในกรณี นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอให้นิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1-4 จำนวน 800 คน ตอบแบบสอบถามการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา ในระหว่างเดือนมิถุนายน - กรกฎาคม 2547

จึงเรียนมาเพื่อขออนุญาตเผยแพร่ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย ได้เก็บข้อมูลในการทำสารนิพนธ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

/๗๖๖

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์เพ็ญศิริ จิระเชษฐกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

① ในนามของมหาวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

② คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
นางสาวกมลทิพย์...

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ มือถือ 01-4254522

ผู้วิจัยจะดำเนินการเก็บและรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองตามคณะต่างๆ

③ เรียน รองคณบดีฝ่ายกิจการนิสิตทุกคณะ

เพื่อโปรดพิจารณาขออนุญาตให้นักศึกษาในการไปแจกและรวบรวม

แบบสอบถามด้วย จักขอบคุณยิ่ง

(นางกมลทิพย์ ...)

ที่ ศธ 0519.12/ ๕๙34



สำนักเลขาธิการรัฐมนตรี
16.๑๕๕6
รับ 12 ก.ค. 2547
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุมนวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๒ มิถุนายน 2547

เรื่อง ขอกความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน รองอธิการบดี (รองศาสตราจารย์จุมพล รรค์คำดี)

สิ่งที่ส่งมาด้วย: แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่อยู่นอกมหาวิทยาลัย

๑ แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่ไม่อยู่นอกมหาวิทยาลัย

เนื่องด้วย นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์ เรื่อง "การบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์นันทนา วงษ์อินทร์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอให้นิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1-4 จำนวน 800 คน ตอบแบบสอบถามการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา ในระหว่างเดือนมิถุนายน - กรกฎาคม 2547

จึงเรียนมาเพื่อขอกความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย ได้เก็บข้อมูลในการทำสารนิพนธ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

/๑.๖.๔๗

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์เพ็ญศิริ จิระเชษฐากุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ มือถือ 01-4254522

ผู้วิจัยจะดำเนินการเก็บและรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองตามคณะต่างๆ

๓ เรียน รองคณบดีฝ่ายกิจการนิสิตทุกคณะ วิทยาฯ/มท.

เพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์ให้นักศึกษาในการไปแจกและรวบรวม

แบบสอบถามด้วย จักขอบคณขัง

(นางกมลแสง ธีระกิจ)

ที่ ศธ 0519 12/ 5934



สำนักฯ นิสิต-วิน. พันธ์
16.2856
รับ 12 ก.ค. 2547
บันทึกวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๙ มิถุนายน 2547

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน รองอธิการบดี (รองศาสตราจารย์จุมพล รุคคำดี)

สิ่งที่ส่งมาด้วย: แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่อยู่นอกมหาวิทยาลัย
๑ แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่ไม่อยู่นอกมหาวิทยาลัย

เนื่องด้วย นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์เรื่อง "การบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์นันทนา วงษ์อินทร์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอให้นิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1-4 จำนวน 800 คน ตอบแบบสอบถามการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา ในระหว่างเดือนมิถุนายน - กรกฎาคม 2547

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย ได้เก็บข้อมูลในการทำสารนิพนธ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

/๗๗๖

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เพ็ญสิริ จีระเชษฐกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ มือถือ 01-4254522

ผู้วิจัยจะดำเนินการเก็บและรวบรวมข้อมูล ด้วยตนเองตามคณะสำรวจ

๓ เรียน รองคณบดีฝ่ายกิจการนิสิตทุกคณะ รุ้ง/จุมพล

เพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์ให้นักศึกษาในการไปแจกและรวบรวม

แบบสอบถามด้วย จักขอบพระคุณยิ่ง

(นางกมลแก้ว สิงห์สี)

ที่ ศธ 0519.12/ 5934



สำนักเลขาธิการ - อธิการบดี
รับ 46.2856
12 ก.ค. 2547
บันทึกด้วย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๒ มิถุนายน 2547

เรื่อง ขอกความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน รองอธิการบดี (รองศาสตราจารย์จุมพล รศกาคี)

สิ่งที่ส่งมาด้วย: แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่อยู่นอกของมหาวิทยาลัย
๑ แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่ไม่อยู่นอกของมหาวิทยาลัย

เนื่องด้วย นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์ เรื่อง “การบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์นันทนา วงษ์อินทร์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอให้นิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1-4 จำนวน 800 คน ตอบแบบสอบถามการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา ในระหว่างเดือนมิถุนายน - กรกฎาคม 2547

จึงเรียนมาเพื่อขอกความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย ได้เก็บข้อมูลในการทำสารนิพนธ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

/๒๖๖

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เพ็ญศิริ จีระเชษฐากุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ มือถือ 01-4254522

ผู้วิจัยจะดำเนินการเก็บและรวบรวมข้อมูลตัวบทเอกสาร คณะต่าง ๆ

๓ เรียน รองคณบดีฝ่ายกิจการนิสิตทุกคณะ (นางสาวกมลทิพย์)

เพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์ให้นักศึกษาในการไปแจกและรวบรวม

แบบสอบถามด้วย จักขอบคุณยิ่ง

(นางกมลทิพย์ ใจดี)

ที่ ศธ 0519.12/ 5934



103

สำนัก - ปลัด - อธิการบดี
16.2556
รับ 12 ก.ค. 2547
บันทึกวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๙ มิถุนายน 2547

เรื่อง ขอความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน รองอธิการบดี (รองศาสตราจารย์จุมพล รุชกาคี)

สิ่งที่ส่งมาด้วย: แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย

๑. แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่ไม่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย

เนื่องด้วย นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์เรื่อง "การบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์นันทนา วงษ์อินทร์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในกรณี นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอให้นิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1-4 จำนวน 800 คน ตอบแบบสอบถามการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา ในระหว่างเดือนมิถุนายน - กรกฎาคม 2547

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย ได้เก็บข้อมูลในการทำสารนิพนธ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

/น.น.น.

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ เพ็ญสิริ จีระเชษฐกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ มือถือ 01-4254522

ผู้วิจัยจะดำเนินการเก็บและรวบรวมข้อมูล ด้วยตนเองตามคณะสำรวจ

๓. เรียน รองคณบดีฝ่ายกิจการนิสิตทุกคณะ // 11/7/47

เพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์ให้นักศึกษาในการไปแจกและรวบรวม

แบบสอบถามด้วย จักขอบคุณยิ่ง

(นางกมลแก้ว สิงห์สี)

ลำดับที่ ๑๖-๘๘๕๖
 วันที่ ๑๒ ก.ค. ๒๕๔๓
 บัณฑิตวิทยาลัย
 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
 สุขุมวิท ๒๓ กรุงเทพฯ ๑๐๑๑๐

เรื่อง เอกความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

สิ่งที่ส่งมาด้วย: แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่อยู่นอกมหาวิทยาลัย
3 แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่ไม่อยู่นอกมหาวิทยาลัย

จึงเรียนมาเพื่อขอความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย ได้เก็บข้อมูลในการทำสารนิพนธ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

12/2/20

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

ผู้วิจัยจะดำเนินการเก็บและรวบรวมข้อมูล ด้วยตนเองตามสถานที่ต่างๆ

③ เรียน รองคณบดีฝ่ายกิจการนิสิตทุกคณะ มหาวิทยาลัยมหิดล
เพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์ให้นักศึกษาในการไปแจกและรวบรวม

แบบสอบถามด้วย จักขอขอบคุณยิ่ง

(מחזורי 2-4)

ที่ ศธ 0519 12/ 5934



สำนัก - ส.ส. - ส.ว. - ส.ว. - ส.ว.
15.2856
12 ก.ค. 2547
บันทึกด้วย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

๗ มิถุนายน 2547

เรื่อง ขอกความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน รองอธิการบดี (รองศาสตราจารย์จุมพล รุณคำดี)

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่อยู่นอกมหาวิทยาลัย
๑ แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่ไม่อยู่นอกมหาวิทยาลัย

เนื่องด้วย นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์เรื่อง "การบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์นันทนา วงษ์อินทร์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอให้นิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1-4 จำนวน 800 คน ตอบแบบสอบถามการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา ในระหว่างเดือนมิถุนายน - กรกฎาคม 2547

จึงเรียนมาเพื่อขอกความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย ได้เก็บข้อมูลในการทำสารนิพนธ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

1/2/3

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์เพ็ญศิริ จีระเชษฐกุล)

กณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานกณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ มือถือ 01-4254522

ผู้วิจัยจะดำเนินการเก็บและรวบรวมข้อมูล ด้วยตนเองตามคณะต่าง ๆ

③ เรียน รองกณบดีฝ่ายกิจการนิสิตทุกคณะ มีผลให้

เพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์ให้นักศึกษาในการไปแจกและรวบรวม

แบบสอบถามด้วย จักขอบคณขิง

ที่ ศธ 0519.12/5934



ฉบับที่ ๑๑๕-๕๖
รับ ๕๖.๒๕๕๖
๑๒ ก.ค. ๒๕๕๗
๑๐๐๐
บัณฑิตวิทยาลัย
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ
สุขุมวิท ๒๓ กรุงเทพฯ ๑๐๑๑๐

๒ มิถุนายน ๒๕๕๗

เรื่อง ขอกความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน รองอธิการบดี (รองศาสตราจารย์จุมพล รอดคำดี)

สิ่งที่ส่งมาด้วย: แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่อยู่ต่างประเทศ
๑. แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่ไม่อยู่ในต่างประเทศ

เนื่องด้วย นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์เรื่อง “การบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา” โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์นันทนา วงษ์อินทร์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในการนี้ นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอให้นิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ ๑-๔ จำนวน ๘๐๐ คน ตอบแบบสอบถามการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา ในระหว่างเดือนมิถุนายน - กรกฎาคม ๒๕๕๗

จึงเรียนมาเพื่อขอกความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย ได้เก็บข้อมูลในการทำสารนิพนธ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

๑๗๖

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์เพ็ญศิริ จิระเดชากุล)
กณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

สำนักงานกณบดีบัณฑิตวิทยาลัย
โทร ๐๒-๖๖๔-๑๐๐๐ ต่อ ๕๖๑๘, ๕๗๓๑

๑. นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย
๒. รองอธิการบดี
๓. อธิการบดี

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ มือถือ ๐๑-๔๒๕๔๕๒๒

ผู้วิจัยจะดำเนินการเก็บและรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองตามคณะต่างๆ

๓. เรียน รองกณบดีฝ่ายกิจการนิสิตทุกคณะ ให้แจ้งให้ทราบ
เพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์ให้นักศึกษาในการไปแจกและรวบรวม
แบบสอบถามด้วย จักขอบพระคุณยิ่ง

16-2856

รับ 12 ก.ค. 2547

com 1000

บัณฑิตวิทยาลัย

มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ

สุขุมวิท 23 กรุงเทพฯ 10110

ที่ ศธ 0519 12/ 5934



๙ มิถุนายน 2547

เรื่อง ขอบความอนุเคราะห์เพื่อการวิจัย

เรียน รองอธิการบดี (รองศาสตราจารย์จุมพล รรคคำดี)

สิ่งที่ส่งมาด้วย แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่อยู่นอกของมหาวิทยาลัย

๑ แบบสอบถาม สำหรับนิสิตที่ไม่อยู่นอกของมหาวิทยาลัย

เนื่องด้วย นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย นิสิตระดับปริญญาโท สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ได้รับอนุมัติให้ทำสารนิพนธ์เรื่อง "การบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา" โดยมี ผู้ช่วยศาสตราจารย์นันทนา วงษ์อินทร์ เป็นอาจารย์ที่ปรึกษาสารนิพนธ์ ในกรณี นิสิตมีความจำเป็นต้องเก็บข้อมูลเพื่อการวิจัย โดยขอให้นิสิตปริญญาตรี ชั้นปีที่ 1-4 จำนวน 800 คน ตอบแบบสอบถามการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา ในระหว่างเดือนมิถุนายน - กรกฎาคม 2547

จึงเรียนมาเพื่อขอบความอนุเคราะห์ ได้โปรดพิจารณาให้ นางสาวอิสรา รุ่งทวีชัย ได้เก็บข้อมูลในการทำสารนิพนธ์ และขอขอบพระคุณเป็นอย่างสูง ณ โอกาสนี้ด้วย

ขอแสดงความนับถือ

/ส.ค.ร.

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์เพ็ญศิริ จิระเชษฐกุล)

คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

① เน้นการตอบแบบสอบถาม

สำนักงานคณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

โทร 02-664-1000 ต่อ 5618, 5731

② เน้นการให้ข้อมูล
//รับทราบและดำเนินการ
๑๕ ก.ค. ๒๕๔๗

หมายเหตุ : ต้องการสอบถามข้อมูลเพิ่มเติม กรุณาติดต่อ นิสิต โทรศัพท์ มือถือ 01-4254522

ผู้วิจัยจะดำเนินการเก็บและรวบรวมข้อมูลด้วยตนเองตามคณะต่างๆ

③ เรียน รองคณบดีฝ่ายกิจการนิสิตทุกคณะ และขอความร่วมมือ

เพื่อโปรดพิจารณาอนุเคราะห์ให้นักศึกษาในการไปแจกและรวบรวม

แบบสอบถามด้วย จักขอบพระคุณยิ่ง

ร.ด.

ภาคผนวก ค

แบบสอบถามการบริหารเวลาของนิสิตนักศึกษา

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามข้อมูลส่วนตัว ได้แก่ เพศ ระดับชั้นปี คณะที่ศึกษา และที่พักอาศัย
ของนิสิต

คำชี้แจง เมื่อนิสิตอ่านข้อความแล้วโปรดทำเครื่องหมาย ✓ ลงใน () หรือเติมคำลงในช่อง
ว่างที่ตรงกับนิสิตมากที่สุด

- 1 เพศ () ชาย
() หญิง
- 2 ท่านกำลังศึกษาอยู่ในระดับ
() ชั้นปีที่ 1
() ชั้นปีที่ 2
() ชั้นปีที่ 3
() ชั้นปีที่ 4
- 3 คณะ/สาขาวิชา ที่ท่านกำลังศึกษาอยู่
- 4 ที่พักอาศัย
() อยู่หอพักมหาวิทยาลัย
() ไม่ได้อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการบริหารเวลาของนิสิต

คำชี้แจง ให้นิสิตอ่านข้อความเกี่ยวกับการบริหารเวลาของนิสิตในแต่ละด้านแล้วบันทึกระยะเวลาในการปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ ตามที่ระบุไว้ โดยบันทึกเวลาเฉลี่ยที่ใช้ในแต่ละสัปดาห์ ตามความเป็นจริงของนิสิต

ข้อความ	เวลาที่ใช้(โดยเฉลี่ย/ สัปดาห์)	
	ชั่วโมง	นาที
1 จำนวนเวลาที่ใช้ในด้านการเรียน 1 1 ในชั้นเรียน 1 2 อ่านหนังสือทบทวนความรู้ 1 3 ทำรายงานที่ได้รับมอบหมาย 1 4 ค้นคว้าหาความรู้ในห้องสมุด 1 5 ค้นคว้าหาความรู้จากอินเทอร์เน็ต 1 6 อื่น ๆ (โปรดระบุ)		
2 จำนวนที่ใช้ในช่วงเวลาว่าง 2 1 ดูโทรทัศน์ 2 2 เดินศูนย์การค้า 2 3 ฟังเพลงจากวิทยุ/CD 2 4 ดูรายการต่างๆทางCable TV 2 5 ออกกำลังกาย 2 6 อื่นๆ (โปรดระบุ		
3 จำนวนเวลาที่ใช้กับครอบครัว 3 1 รับประทานอาหารร่วมกับครอบครัว 3 2 พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็น 3 3 ช่วยครอบครัวทำงานบ้าน 3 4 ช่วยครอบครัวประกอบอาชีพ 3 5 ไปเที่ยวกับครอบครัว 3 6 ซื้อของนอกบ้านกับครอบครัว 3 7 อื่นๆ (โปรดระบุ)		
4 จำนวนเวลาที่ใช้ในการพบอาจารย์ 4 1 ขอคำปรึกษาคำแนะนำด้านการเรียน 4 2 ขอคำปรึกษาคำแนะนำเรื่องส่วนตัว		

ข้อความ	เวลาที่ใช้(โดยเฉลี่ย/ สัปดาห์)	
	ชั่วโมง	นาที
4 จำนวนเวลาที่ใช้ในการพบอาจารย์ 4 3 ช่วยเหลืออาจารย์ทำงานต่างๆที่นอกเหนือจากการเรียน 4 4 อื่นๆ (โปรดระบุ)		
5 จำนวนที่ใช้ในช่วงเวลาว่าง 5 1 ร่วมรับประทานอาหารกับเพื่อน 5 2 พบปะสังสรรค์พูดคุยกับเพื่อน 5 3 เล่นเกมส์การดำกับเพื่อน 5 4 เที่ยวสถานบันเทิงกับเพื่อน 5 5 พุดคุยกับเพื่อนทางอินเทอร์เน็ต 5 6 ร่วมทำกิจกรรมชมรมของหอพัก/มหาวิทยาลัยกับเพื่อน 5 7 ทำกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ด้านอื่นๆกับเพื่อน 5 8 อื่น ๆ (โปรดระบุ)		

ตอนที่ 2 แบบสอบถามเกี่ยวกับการบริหารเวลาของนิสิต(สำหรับนิสิตที่อยู่หอพักของมหาวิทยาลัย)

คำชี้แจง ให้นิสิตอ่านข้อความเกี่ยวกับการบริหารเวลาของนิสิตในแต่ละด้านแล้วบันทึกระยะเวลาในการปฏิบัติกิจกรรมต่างๆ ตามที่ระบุไว้ โดยบันทึกเวลาเฉลี่ยที่ใช้ในแต่ละสัปดาห์ ตามความเป็นจริงของนิสิต

ข้อความ	เวลาที่ใช้(โดยเฉลี่ย/ สัปดาห์)	
	ชั่วโมง	นาที
1 จำนวนเวลาที่ใช้ในด้านการเรียน 1 1 ในชั้นเรียน 1 2 อ่านหนังสือทบทวนความรู้ 1 3 ทำรายงานที่ได้รับมอบหมาย 1 4 ค้นคว้าหาความรู้ในห้องสมุด 1 5 ค้นคว้าหาความรู้จากอินเทอร์เน็ต 1 6 อื่น ๆ (โปรดระบุ)		
2 จำนวนที่ใช้ในช่วงเวลาว่าง 2 1 ดูโทรทัศน์ 2 2 เดินศูนย์การค้า 2 3 ฟังเพลงจากวิทยุ/CD 2 4 ดูรายการต่างๆทางCable TV 2 5 ออกกำลังกาย 2 6 อื่นๆ (โปรดระบุ		
3 จำนวนเวลาที่ใช้กับครอบครัว 3 1 นิสิตมีโอกาสพบกับครอบครัวในช่วงเวลา เสาร์ - อาทิตย์ ช่วงปิดเทอม ประมาณ วัน อื่นๆ(โปรดระบุ)ประมาณ วัน 3 2 รวมกับประทานอาหารกับครอบครัว 3 3 พูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็น 3 4 ช่วยครอบครัวทำงานบ้าน 3 5 ช่วยครอบครัวประกอบอาชีพ 3 6 ไปเที่ยวกับครอบครัว 3 7 ชื้อของนอกบ้านกับครอบครัว 3 8 อื่นๆ (โปรดระบุ)		

ข้อความ	เวลาที่ใช้(โดยเฉลี่ย/ สัปดาห์)	
	ชั่วโมง	นาที
4 จำนวนเวลาที่ใช้ในการพบอาจารย์ 4 1 ขอคำปรึกษา คำแนะนำด้านการเรียน 4 2 ขอคำปรึกษา คำแนะนำในเรื่องส่วนตัว 4 3 ช่วยเหลืออาจารย์ทำงานต่างๆ ที่นอกเหนือจาก การเรียน 4 4 อื่นๆ (โปรดระบุ)		
5. จำนวนที่ใช้ในช่วงเวลาว่าง 5 1 ร่วมรับประทานอาหารกับเพื่อน 5 2 พบปะสังสรรค์พูดคุยกับเพื่อน 5 3 เล่นเล่นศูนย์การค้ากับเพื่อน 5 4 เที่ยวสถานบันเทิงกับเพื่อน 5 5 พุดคุยกับเพื่อนทางอินเทอร์เน็ต 5 6 ร่วมทำกิจกรรมชมรมของหอพัก/มหาวิทยาลัยกับ เพื่อน 5 7 ทำกิจกรรมบำเพ็ญประโยชน์ด้านอื่นๆกับเพื่อน 5 8 อื่น ๆ (โปรดระบุ)		

ตอนที่ 3 แบบสอบถามความสนใจต่อสภาพแวดล้อมของนิสิต ด้านสังคม วัฒนธรรม และสื่อมวลชน

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย / ลงในช่องว่างทางขวามือเพียงช่องใดช่องหนึ่ง ที่ตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตมากที่สุด ดังนี้

จริงมากที่สุด หมายถึง ตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตมากที่สุด

จริงมาก หมายถึง ตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตมาก

จริงปานกลาง หมายถึง ตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตบ้างและบางครั้งไม่ตรงบ้าง

จริงน้อย หมายถึง ตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตน้อย

จริงน้อยที่สุด หมายถึง ตรงกับข้อเท็จจริงของนิสิตน้อยที่สุด

ข้อที่	กิจกรรม	จริงมากที่สุด	จริงมาก	จริงปานกลาง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
1	ความสนใจด้านสังคม					
2	ข้าพเจ้าสนใจในการรับรู้ข่าวสารและความเป็นไปของสังคมจากสื่อต่างๆ					
3	เมื่อมีเหตุการณ์ต่างๆเกิดขึ้นในสังคม ข้าพเจ้าจะติดตามข้อมูลในเรื่องนั้นๆโดยไม่ปล่อยให้ผ่านไป					
4	ข้าพเจ้าและเพื่อนๆมักจะพูดคุยแลกเปลี่ยนความคิดเห็นเกี่ยวกับเรื่องราวต่างๆที่เกิดขึ้นในสังคม					
5	ข้าพเจ้าเห็นว่าในขณะนี้เราควรตั้งใจเรียนมากกว่าการทำกิจกรรมเพื่อสังคมหรือสวชนรวม					
6	ข้าพเจ้าเป็นสมาชิกโครงการค่ายอาสาพัฒนา					
7	ข้าพเจ้าเข้าร่วมเป็นคณะกรรมการในการจัดกิจกรรมค่ายอาสาพัฒนาชนบท					
8	ข้าพเจ้าเข้าร่วมเป็นคณะกรรมการในโครงการเกี่ยวกับศิลปวัฒนธรรมในหอพัก					
9	ข้าพเจ้าเข้าร่วมเป็นคณะกรรมการในโครงการที่เกี่ยวกับศิลปวัฒนธรรมของทางมหาวิทยาลัย					
	ข้าพเจ้าเข้าร่วมเป็นคณะกรรมการในโครงการที่เกี่ยวกับกิจกรรมกีฬาและสันทนาการกับทางมหาวิทยาลัย					

ข้อที่	กิจกรรม	จริงมากที่สุด	จริงมาก	จริงปานกลาง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
10	ข้าพเจ้าเข้าร่วมเป็นคณะกรรมการในโครงการที่เกี่ยวกับกิจกรรมกีฬาและสันทนาการในหอพัก					
11	ข้าพเจ้าเข้าร่วมเป็นผู้เข้าร่วมจัดกิจกรรมให้บริการ แนะนำความรู้ด้านต่างๆ แก่ชุมชนที่ข้าพเจ้าอาศัยอยู่					
12	ข้าพเจ้าเข้าร่วมกิจกรรมของสภาพหรือองค์กรการนิสิต					
13	ข้าพเจ้าเข้าร่วมเป็นอาสาสมัครทำงานให้องค์กรการกุศลและมูลนิธิต่างๆ					
	ความสนใจด้านวัฒนธรรม					
	<u>การแต่งกาย</u>					
1	ข้าพเจ้าคิดว่าการแต่งกายแบบสากลน่าสนใจกว่าการแต่งกายแบบไทย					
2	ข้าพเจ้าจะเลือกซื้อเสื้อผ้าที่ประเทศไทย					
3	ข้าพเจ้าสนใจเสื้อผ้าที่ผลิตจากผ้าทอแบบไทย					
4	ข้าพเจ้าเห็นว่าการแต่งกายแบบไทยเป็นสิ่งที่เหมาะสมสำหรับคนไทย					
	<u>การบริโภค</u>					
5	ข้าพเจ้าชอบทานอาหาร Fast Food เพราะสะดวกและรวดเร็วดี					
6	ข้าพเจ้าชอบรับประทานอาหารญี่ปุ่น					
7	ข้าพเจ้าชอบรับประทานอาหารแบบตะวันตก					
8	ข้าพเจ้าชอบรับประทานอาหารไทยมากกว่าอาหารชาติอื่นๆ					
	<u>ภาษาที่ใช้พูด</u>					
9	ข้าพเจ้าคิดว่าควรมีการส่งเสริมให้คนไทยใช้ภาษาไทยอย่างถูกต้องเหมาะสม					
10	ภาษาต่างประเทศจำเป็นสำหรับการดำรงชีวิตของคนไทยควรได้รับการส่งเสริม					

ข้อที่	กิจกรรม	จริงมากที่สุด	จริงมาก	จริงปานกลาง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
11	ความสนใจด้านวัฒนธรรม (ต่อ)					
12	ข้าพเจ้าเห็นว่าการพูดภาษาไทยปนกับภาษาอังกฤษเป็นสิ่งที่ไม่เหมาะสม					
13	ข้าพเจ้าใช้ภาษาไทยเป็นหลักในการพูดกับคนทั่วไป					
14	การแสดงความเคารพแก่ผู้อาวุโส					
15	ข้าพเจ้าให้บุคคลที่อาวุโสกว่าข้าพเจ้าเมื่อพบกัน					
16	ข้าพเจ้าไปรดน้ำขอพรจากญาติผู้ใหญ่ในวันสงกรานต์ของทุกปี					
1	ข้าพเจ้าจะก้มตัวเวลาเดินผ่านหน้าผู้ใหญ่					
2	ข้าพเจ้าจะให้ข้อขอบคุณเมื่อผู้ใหญ่ให้ของ					
3	ความสนใจด้านสื่อบันเทิง					
4	ข้าพเจ้าดูโทรทัศน์เพื่อรับรู้ข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ					
5	ข้าพเจ้าจะเลือกดูละครที่วิพากษ์การขบวนการขาว					
6	ข้าพเจ้ารับรู้ข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ จากการฟังวิทยุ					
7	เมื่อเปิดวิทยุข้าพเจ้าจะฟังเพลงมากกว่าฟังข่าวสาร					
8	ข้าพเจ้ารับรู้ข่าวสารต่าง ๆ จากการอ่านหนังสือพิมพ์					
9	ข้าพเจ้ารับรู้ข้อมูลข่าวสารต่าง ๆ จาก Cable TV					
10	เมื่อดู Cable TV ข้าพเจ้าจะเลือกดูภาพยนตร์หรือดนตรีมากกว่าขาว					
11	ข้าพเจ้าติดตามข้อมูลข่าวสารและความเคลื่อนไหวต่าง ๆ ทางสังคมจากการอ่านนิตยสารรายสัปดาห์					
12	ข้าพเจ้าติดตามข้อมูลข่าวสารและความเคลื่อนไหวต่าง ๆ ทางสังคมจากการอ่านนิตยสารรายปักษ์					

ข้อที่	กิจกรรม	จริงมากที่สุด	จริงมาก	จริงปานกลาง	จริงน้อย	จริงน้อยที่สุด
10	ความสนใจด้านสื่อมวลชน (ต่อ) ข้าพเจ้าติดตามข้อมูลข่าวสารและความเคลื่อนไหวต่างๆทางสังคมจากการอ่านนิตยสารรายเดือน					
11	ข้าพเจ้าจะชมภาพยนตร์สัปดาห์ละครั้ง					
12	ข้าพเจ้าจะชมภาพยนตร์เดือนละครั้ง					
13	ข้าพเจ้ามักจะใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อการรับรู้ข่าวสารและความเคลื่อนไหวต่างๆที่เกิดขึ้นในสังคม					
14	ข้าพเจ้าไม่ค่อยมีเวลาติดตามข้อมูลข่าวสารหรือความเคลื่อนไหวต่างๆทางสังคมจากสื่อมวลชน					

ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์

ประวัติย่อผู้ทำสารนิพนธ์

ชื่อ สกุล	นางสาวอิศรา รุ่งทวีชัย
วันเดือนปีเกิด	16 พฤศจิกายน 2516
สถานที่เกิด	จังหวัดนครปฐม
สถานที่อยู่ปัจจุบัน	16 หมู่ 4 ตำบลสามง่าม อำเภอดอนตูม จังหวัดนครปฐม 73150

ประวัติการศึกษา

พ ศ 2535	มัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยศิลปากร วิทยาเขตพระราชวังสนามจันทร์ จังหวัดนครปฐม
พ ศ 2540	ศิลปศาสตรบัณฑิต (มนุษยศาสตร์ สาขาวิชาสื่อสารมวลชน) มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ วิทยาเขตบางเขน กรุงเทพมหานคร
พ ศ 2548	กศ ม (จิตวิทยาการแนะแนว) มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ