



ช่วงเวลาคุณภาพระหว่างผู้ปกครองกับเด็กปฐมวัย

Parent-Child Quality Time in Preschool

บุษบถ พุทธานานาชาติ*

Buttabote Pruksapanachart*

* โรงพยาบาลนครพิงค์ สำนักงานสาธารณสุขจังหวัดเชียงใหม่ สำนักงานปลัดกระทรวงสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข

* Psychiatry Unit, Nakomping Hospital, Chiangmai, Ministry of Public Health

บทคัดย่อ

วัตถุประสงค์ เพื่อสร้างแบบสำรวจที่มีความแม่นยำและเชื่อถือได้ในการสำรวจเวลาคุณภาพระหว่างผู้ปกครองและเด็กปฐมวัย

วิธีการศึกษา สร้างแบบสำรวจช่วงเวลาคุณภาพระหว่างผู้ปกครองกับเด็กปฐมวัย จากการศึกษาและทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับเวลาคุณภาพ (quality time) ระหว่างผู้ปกครองและเด็กปฐมวัย ทดสอบความแม่นยำ (validity) โดยผู้เชี่ยวชาญ และความน่าเชื่อถือ (reliability) ของแบบสำรวจ โดยสำรวจจากผู้ปกครอง (บิดาหรือมารดา คนใดคนหนึ่งที่ใช้เวลากับเด็กมากที่สุด) ของเด็กนักเรียนชั้นอนุบาล (ช่วงอายุ 3-5 ปี) ในเขตเมือง โดยการตอบแบบสำรวจในช่วงเดือนกันยายน 2563 จำนวน 135 ราย แบบสำรวจประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 23 ข้อ โดยแบ่งเป็นคำถามเกี่ยวกับข้อมูลทั่วไป จำนวน 13 ข้อ และคำถามเกี่ยวกับช่วงเวลาคุณภาพ จำนวน 10 ข้อ การวิเคราะห์ความน่าเชื่อถือของแบบสำรวจใช้วิธี test-retest และใช้สถิติ Pearson correlation สถิติในการวิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปใช้สถิติวิเคราะห์เชิงพรรณนา (descriptive analysis) โดยแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน สรุปเป็นข้อมูลช่วงเวลาคุณภาพโดยเฉลี่ยระหว่างผู้ปกครองและเด็กปฐมวัย

ผลการศึกษา จากการวิเคราะห์ทางสถิติ แบบสำรวจช่วงเวลาคุณภาพระหว่างผู้ปกครองและเด็กปฐมวัยที่สร้างขึ้นมีความแม่นยำ (content validity index = 1.00) และมีความน่าเชื่อถือ (Pearson's correlation = 0.909, $p < 0.01$) ค่าเฉลี่ยของช่วงเวลาคุณภาพระหว่างผู้ปกครองกับเด็กปฐมวัย คือ 21.32 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ หรือ 3.05 ชั่วโมงต่อวัน โดยพบว่ามารดาจะมีช่วงเวลาคุณภาพกับบุตรมากกว่าบิดา กิจกรรมที่ผู้ปกครองและเด็กใช้เวลาร่วมกันมากที่สุดคือการรับประทานอาหารร่วมกัน (5.55 ชั่วโมงต่อสัปดาห์) และกิจกรรมที่ผู้ปกครองและเด็กใช้เวลาร่วมกันน้อยที่สุดคือการทำกิจกรรมทางศาสนา (0.74 ชั่วโมงต่อสัปดาห์)

สรุป แบบสำรวจมีความแม่นยำและเชื่อถือได้ สามารถนำไปใช้สำรวจเวลาคุณภาพระหว่างผู้ปกครองและเด็กปฐมวัย

คำสำคัญ เวลาคุณภาพ ผู้ปกครอง เด็กปฐมวัย

Corresponding author: บุษบถ พุทธานานาชาติ

วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย 2564; 66(4): 385-392

ABSTRACT

Objectives : To create a questionnaire that can evaluate quality time between parents and their preschool children

Method : Data was collected from a sample group of 135 parents of preschool children aged between 3-5 years using a self-report questionnaire provided in September 2020. Only the parent, father or mother, who spent the more time with their child was asked to respond to the questionnaire. It consists of 23 items to evaluate quantity of quality time that parents spend with their children, 13 questions for general information and 10 questions related to quality time. Validity of the questionnaire was proven by 4 experts. Reliability was provided by test-retest reliability and Pearson's correlation. Descriptive data used descriptive statistic as frequency, percent, mean, and standard deviation.

Result : According to the statistical methods, the quality time questionnaire has validity and reliability (content validity index = 1.00 , Pearson's correlation = 0.909, $p < 0.01$). Means of quality time between parent and preschool children is 21.32 hours/ week or 3.05 hours/ day. The result from questionnaire demonstrated that eating together was the highest quality time that the family spent together (5.55 hour/week), whereas participate in religious or spiritual activities is the lowest (0.74 hour/ week).

Conclusion : The questionnaire has validity and reliability, so it could be apply to survey the quality time between parent and their preschool children.

Keywords : quality time, parent, preschool

Corresponding author: Buttabote Pruksapanachart

J Psychiatr Assoc Thailand 2021; 66(4): 385-392

บทนำ

ตั้งแต่อดีตถึงปัจจุบันมีการศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพัฒนาการเด็กมาอย่างต่อเนื่อง นอกจากพัฒนาการทางด้านร่างกายแล้ว สิ่งที่มีความสำคัญไม่แพ้กันก็คือพัฒนาการทางด้านจิตใจ ความมั่นคงทางจิตใจของเด็กจะเกิดขึ้นได้เมื่อปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวเด็กและผู้เลี้ยงดูนั้นดำเนินไปด้วยดี เช่น สามารถรับรู้ถึงอารมณ์ของเด็กและตอบสนองได้อย่างเหมาะสมและทันท่วงที มีความเอาใจใส่ รับฟัง พุดคุย และได้เล่นกับเด็ก ปฏิสัมพันธ์ลักษณะนี้เรียกได้ว่าเป็น “เวลาคุณภาพ” (quality time) ซึ่งเป็นปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมให้เด็กมีความมั่นคงทางจิตใจ¹

ช่วงเวลาคุณภาพที่มารดาหรือผู้เลี้ยงดูได้ทำกิจกรรมร่วมกับเด็กนับเป็นส่วนสำคัญของการส่งเสริมสัมพันธภาพระหว่างกัน อีกทั้งยังมีอิทธิพลต่อพัฒนาการของเด็กในด้านต่างๆ² รวมถึงความฉลาดทางอารมณ์อีกด้วย³

จากการศึกษา พบความสัมพันธ์ระหว่างผลลัพธ์เชิงคุณภาพของเด็กกับความสม่ำเสมอของกิจกรรมที่มีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันกับผู้เลี้ยงดู ไม่ว่าจะเป็นการอ่านหนังสือ การเล่น หรือการรับประทานอาหารด้วยกัน⁴⁻⁶ พบว่าเด็กที่ผู้เลี้ยงดูมักอ่านหนังสือหรือเล่นด้วยบ่อยๆ จะมีปัญหาพฤติกรรมน้อยกว่าและมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่ดีกว่าครอบครัวที่ไม่ค่อยมีปฏิสัมพันธ์กัน⁷ มารดาและเด็กที่มีปฏิสัมพันธ์หรือทำกิจกรรมร่วมกันน้อยจะสัมพันธ์กับปัญหาพฤติกรรมในเด็กปฐมวัย^{1,8,9} นอกจากนี้ยังมีการศึกษาที่พบว่าครอบครัวที่ใช้เวลารับประทานอาหารร่วมกันบ่อยๆ มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับสุขภาพและคุณภาพชีวิตที่ดีในเด็กวัยรุ่น¹⁰ ไม่ว่าจะเป็นผลการเรียนที่ดี ความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง และความถี่ของการมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันนั้นแปรผกผันกับการใช้สารเสพติด อากาการซึมเศร้าและการฆ่าตัวตาย¹⁰

ปริมาณเวลาและปฏิสัมพันธ์ที่มีคุณภาพเป็นสิ่งสำคัญที่มีผลต่อความฉลาดทางอารมณ์ในเด็ก มิใช่เพียงเพราะช่วงเวลาที่มีปฏิสัมพันธ์นั้นสะท้อนถึงลักษณะการเลี้ยงดูที่ดีเท่านั้น แต่ยังช่วยส่งเสริมลักษณะของการเป็นแบบอย่าง การให้แรงเสริม ให้ความสนใจเอาใจใส่และการมีส่วนร่วมในสังคมอีกด้วย⁶ ดังนั้นการให้เวลาคุณภาพกับเด็กจึงถือได้ว่าเป็นการลงทุน

อันคุ้มค่าในการพัฒนาคุณสมบัติของเด็กซึ่งจะเติบโตเป็นผู้ใหญ่ที่มีคุณภาพต่อไป¹⁰

จากการศึกษาในประเทศสเปน พบว่ามารดาใช้เวลาที่มีปฏิสัมพันธ์ร่วมกับบุตรโดยเฉลี่ย 2.2 ชั่วโมงต่อวัน³ การศึกษาในประเทศสหรัฐอเมริกา พบว่าบุตรคนแรกจะมีช่วงเวลาคุณภาพกับบิดามารดามากกว่าบุตรคนที่สองประมาณ 20-25 นาทีต่อวัน⁴ ปัจจุบันในประเทศไทยยังไม่มีเครื่องมือในการประเมินช่วงเวลาคุณภาพระหว่างผู้เลี้ยงดูกับเด็ก ผู้วิจัยจึงเห็นว่าหากมีเครื่องมือที่สามารถวัดและประเมินผลได้น่าจะเป็นประโยชน์ในการสำรวจเวลาคุณภาพระหว่างผู้ปกครองกับเด็ก รวมไปถึงการสังเกตและค้นหาปัจจัยอื่นๆ ที่เกี่ยวข้องที่เป็นประโยชน์ในการพัฒนาศักยภาพและพัฒนาการของเด็กในด้านต่างๆ ต่อไป

วิธีการศึกษา

กลุ่มตัวอย่าง

ศึกษาในผู้ปกครองและเด็กปฐมวัยช่วงอายุ 3-5 ปี จำนวน 150 ครอบครัว ช่วงเดือนกันยายน 2563 โดยสุ่มตัวอย่างจากนักเรียนโรงเรียนอนุบาลเอกชนในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษา

ขั้นตอนที่ 1 สร้างแบบสำรวจโดยสร้างข้อคำถามจากงานวิจัยที่ได้ทบทวนวรรณกรรม โดยแบบสำรวจอ้างอิงตามกิจกรรมที่มีการศึกษาว่าตรงตามนิยามของช่วงเวลาคุณภาพ (quality time) คือเป็นกิจกรรมใดๆ ที่ผู้ปกครองและเด็กได้มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกัน หรือได้ทำกิจกรรมร่วมกัน

แบบสำรวจมีทั้งหมด 2 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลพื้นฐานของผู้ปกครองและเด็ก จำนวน 13 ข้อ ได้แก่ เพศ อายุ สถานภาพสมรส จำนวนบุตร ลักษณะความสัมพันธ์ อายุบุตร จำนวนสมาชิกในครอบครัว ระดับการศึกษา อาชีพ ลักษณะการทำงาน และรายได้

ส่วนที่ 2 แบบสำรวจเกี่ยวกับช่วงเวลาคุณภาพ (quality time) โดยประเมินจากปริมาณเวลาของกิจกรรมที่เด็กและผู้ปกครองมีปฏิสัมพันธ์กันโดยเฉลี่ยใน 1 สัปดาห์ รวม 10 คำถาม โดยเป็นคำถามภาพรวม

ช่วงเวลาคุณภาพเฉลี่ยต่อสัปดาห์ 1 ชั่วโมง และส่วนที่เหลืออีก 9 ชั่วโมง แบ่งเป็นหมวดหมู่ย่อย ได้แก่ กิจกรรมสันตนาการ 3 ชั่วโมง (การเล่นด้วยกัน การทำกิจกรรมสันตนาการ และการอ่านหนังสือหรือนิทาน) กิจกรรมวิชาการ 1 ชั่วโมง (เช่น สอนการบ้าน สอนอ่านเขียน) ทักษะชีวิต 2 ชั่วโมง (รับผิดชอบงานบ้าน และดูแลความเป็นอยู่ในชีวิตประจำวัน) การดูแลด้านจิตใจ 3 ชั่วโมง (การอบรมสั่งสอน การทำกิจกรรมทางศาสนา และการรับประทานอาหารร่วมกัน)

ขั้นตอนที่ 2 ตรวจสอบคุณภาพแบบสำรวจทดสอบความมั่นคง (content validity) โดยผู้เชี่ยวชาญจำนวน 4 ท่าน ได้แก่ จิตแพทย์เด็กและวัยรุ่นจำนวน 1 ท่าน กุมารแพทย์ผู้เชี่ยวชาญด้านพัฒนาการเด็ก 1 ท่าน นักกิจกรรมบำบัดซึ่งมีประสบการณ์ในการดูแลประเมิน และกระตุ้นพัฒนาการเด็ก และมีบุตรอยู่ในช่วงปฐมวัยจำนวน 1 ท่าน และ แพทย์เวชศาสตร์ฟื้นฟูซึ่งมีประสบการณ์ในการดูแลเด็กที่มีความบกพร่องทางพัฒนาการ อีกทั้งมีบุตรอยู่ในช่วงปฐมวัย จำนวน 1 ท่าน

ผู้เชี่ยวชาญจะได้รับแบบสำรวจและประเมินความสอดคล้องของข้อคำถามที่ใช้ในแบบสำรวจ จากนั้นนำข้อมูลที่ตีความหาความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาโดยดัชนีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (content validity index: CVI) ได้แก่ ความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาตรงรายข้อ (Item content validity : I-CVI) ความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาทั้งฉบับ (content validity of scale : S-CVI) โดยการหาค่า S-CVI/UA (universal agreement) และ S-CVI/Ave

ขั้นตอนที่ 3 หลังจากทดสอบความมั่นคงเชิงเนื้อหาแล้ว นำแบบสำรวจให้ผู้ปกครอง (ในที่นี้หมายถึง บิดาหรือมารดา คนใดคนหนึ่งที่ใช้เวลากับเด็กมากที่สุด) เป็นผู้ตอบแบบสำรวจ และตรวจสอบความน่าเชื่อถือของแบบสำรวจ (reliability) โดยวิธี test-retest reliability โดยใช้ Pearson's correlation coefficient.

การวิเคราะห์ข้อมูล

วิเคราะห์ข้อมูลเชิงพรรณนา (descriptive analysis) ด้วยโปรแกรม Stata โดยใช้สถิติพื้นฐาน ได้แก่ ค่าความถี่ (frequency) ร้อยละ (percent) ค่าเฉลี่ย (mean) ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (standard deviation)

ผลการศึกษา

1. การตรวจสอบคุณภาพของแบบสำรวจ

พบว่าแบบสำรวจมีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา ทั้งความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาตรงรายข้อ (item content validity : I-CVI) ค่าดัชนีความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหารายข้อ (I-CVI) = 1.00 และความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาทั้งฉบับ (content validity of scale : S-CVI) S-CVI/UA = 1.00, S-CVI/Ave = 1.00

นอกจากนี้ จากการวิเคราะห์ทางสถิติ โดยวิธี test-retest reliability โดยใช้ Pearson's correlation coefficient พบว่าแบบสำรวจมีค่าความน่าเชื่อถือ = 0.909, $p < 0.01$

2. ผลการสำรวจ

1) ข้อมูลทั่วไป

ผู้ปกครองที่ตอบแบบสำรวจมีจำนวนทั้งหมด 135 ราย จากผู้ได้รับแบบสำรวจทั้งสิ้น 150 ราย คิดเป็นร้อยละ 90.0 ในจำนวนนี้มีมารดาเป็นผู้ตอบแบบสำรวจ 111 ราย (ร้อยละ 82.22) อายุเฉลี่ยของผู้ปกครองอยู่ในช่วง 31-40 ปี (ร้อยละ 66.7) ระดับการศึกษาปริญญาตรีหรือเทียบเท่า ร้อยละ 56.3 ส่วนใหญ่มีสถานภาพสมรสและอยู่ด้วยกัน (ร้อยละ 92.6) ลำดับบุตรที่เข้าร่วมในแบบสำรวจเป็นบุตรคนแรก ร้อยละ 69.6 มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวโดยเฉลี่ย 4-5 ราย เป็นลักษณะครอบครัวเดี่ยวเท่าๆ กับ ครอบครัวขยาย ผู้ปกครองส่วนใหญ่ทำงานนอกบ้าน (ร้อยละ 76.3) รายได้เฉลี่ยอยู่ในช่วง 30,000-50,000 บาท (ร้อยละ 38.5)

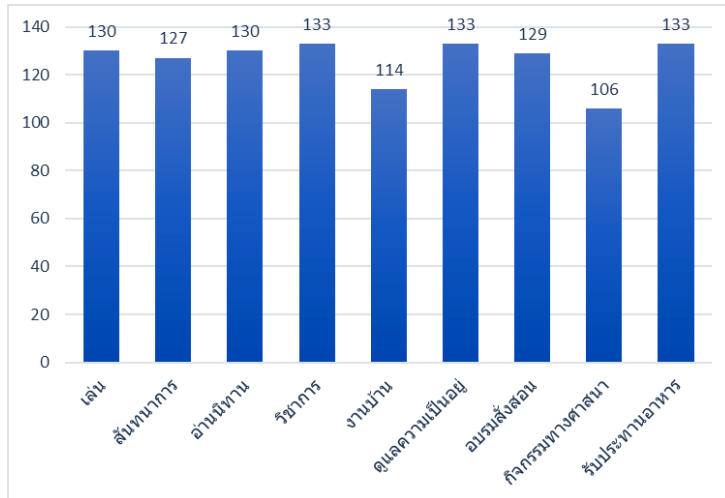
2) ข้อมูลเกี่ยวกับช่วงเวลาคุณภาพ

จากการสำรวจ พบว่าเวลาคุณภาพระหว่างผู้ปกครองกับเด็กปฐมวัยโดยเฉลี่ยประมาณ 21.32 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ หรือ 3.05 ชั่วโมงต่อวัน ซึ่งมากกว่าเวลาคุณภาพเฉลี่ยที่ศึกษาในต่างประเทศ³ โดยแต่ละกิจกรรมที่ผู้ปกครองและเด็กมีปฏิสัมพันธ์ร่วมกันมีค่าเฉลี่ยของเวลาคุณภาพที่แตกต่างกัน

กิจกรรมที่ผู้ปกครองและเด็กทำร่วมกันมากที่สุดมีทั้งหมด 3 กิจกรรมเท่าๆ กัน ได้แก่ การทำกิจกรรมส่งเสริมวิชาการ (เช่น สอนการบ้าน สอนอ่านเขียน สอนคิด

เลข) การดูแลความเป็นอยู่ในชีวิตประจำวัน (ช่วยอาบน้ำ แต่งตัว แปรงฟัน ทำผม ดูแลเวลาเจ็บป่วย) และการรับประทานอาหารร่วมกัน (133 ครอบครัว คิดเป็นร้อยละ 98.52) ส่วนกิจกรรมที่ทำร่วมกันน้อยที่สุดคือ

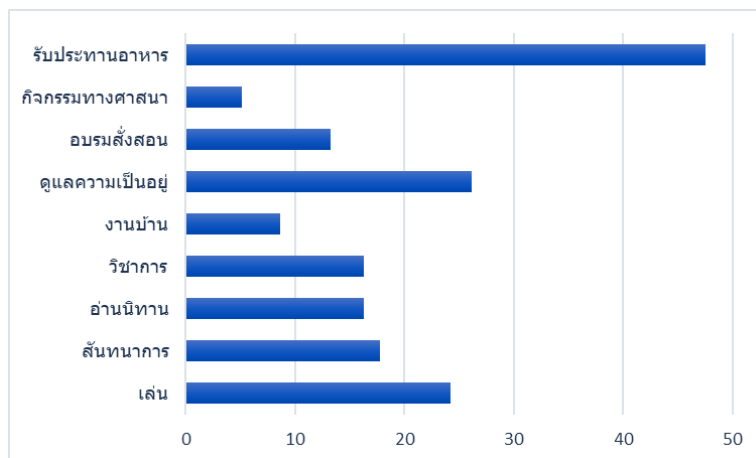
การทำกิจกรรมทางศาสนาด้วยกัน เช่น สวดมนต์ นั่งสมาธิ ไส้บาตร ไปโบสถ์ ละหมาด พิธีกรรมทางศาสนาต่างๆ (106 ครอบครัว คิดเป็นร้อยละ 78.52) (รูปที่ 1)



รูปที่ 1 แผนภูมิแท่งแสดงจำนวนครอบครัวที่มีช่วงเวลาคุณภาพในการทำกิจกรรมต่างๆ ร่วมกัน

กิจกรรมที่ใช้เวลาร่วมกันมากที่สุดคือ การรับประทานอาหารร่วมกัน (5.55 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ หรือ 47.5 นาทีต่อวัน) รองลงมาคือการช่วยเหลือดูแลความเป็นอยู่ในชีวิตประจำวัน (3.05 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ หรือ 26.14 นาทีต่อวัน) อันดับ 3 คือการเล่นด้วยกัน

เช่น เล่นทราย ของเล่น เกมเศรษฐกิจ ตัวต่อ บทบาทสมมติ วิ่งไล่จับ ซ่อนแอบ เป็นต้น (2.82 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ หรือ 24.19 นาทีต่อวัน) ส่วนกิจกรรมที่ทำร่วมกันน้อยที่สุดคือ การทำกิจกรรมทางศาสนาด้วยกัน (35.18 นาทีต่อสัปดาห์ หรือ 5.02 นาทีต่อวัน) (รูปที่ 2)



รูปที่ 2 แผนภูมิแท่งแสดงเวลาคุณภาพเฉลี่ยในแต่ละกิจกรรม (นาทีต่อสัปดาห์)

เมื่อหาความสัมพันธ์ระหว่างข้อมูลทั่วไปกับช่วงเวลาคุณภาพระหว่างผู้ปกครองและเด็กปฐมวัย พบว่ามารดาใช้เวลาคุณภาพร่วมกับเด็กมากกว่าบิดาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p < 0.05$) ลำดับของบุตร (birth order) และอาชีพของผู้ปกครองก็พบว่ามีความสัมพันธ์กับช่วงเวลาคุณภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติเช่นกัน ($p < 0.05$)

ส่วนอายุของผู้ปกครอง สถานภาพสมรส จำนวนสมาชิกในครอบครัว ลักษณะครอบครัว ระดับการศึกษาของผู้ปกครอง ลักษณะการทำงาน และรายได้ของผู้ปกครอง ไม่ได้มีความสัมพันธ์กับช่วงเวลาคุณภาพอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จากการศึกษาครั้งนี้ สามารถนำข้อมูลช่วงเวลาคุณภาพมาแบ่งอันตรายภาคชั้นโดยวิธีของ Best (Best, 1977) ได้ลำดับอันตรายภาคชั้น ดังนี้

เวลาคุณภาพน้อยกว่า 35 นาทีต่อวัน หมายถึง น้อยที่สุด

เวลาคุณภาพ 35 นาที-2 ชั่วโมงต่อวัน หมายถึง น้อยเวลาคุณภาพ 2.1-3.5 ชั่วโมงต่อวัน หมายถึง ปานกลาง

เวลาคุณภาพ 3.6-5.1 ชั่วโมงต่อวัน หมายถึง มากเวลาคุณภาพมากกว่า 5.1 ชั่วโมงต่อวัน หมายถึง มากที่สุด

ทั้งนี้ สามารถนำช่วงอันตรายภาคชั้นของช่วงเวลาคุณภาพที่ได้ไปใช้ในการสำรวจช่วงเวลาคุณภาพระหว่างผู้ปกครองและเด็กปฐมวัยในกลุ่มตัวอย่างอื่นได้

3. การนำแบบสำรวจไปใช้

แบบสำรวจช่วงเวลาคุณภาพระหว่างผู้ปกครองกับเด็กปฐมวัย มีข้อคำถามในส่วนประเมินเวลาคุณภาพจำนวน 10 ข้อ ดังนี้

1. ใน 1 สัปดาห์ ท่านได้มีเวลาร่วมกับบุตรหลานของท่านในการทำกิจกรรมต่างๆ ด้วยกัน เป็นเวลาโดยเฉลี่ย ชั่วโมงต่อสัปดาห์
คำถามข้อนี้ ผู้สำรวจเป็นผู้คำนวณโดยนำข้อมูลที่ได้จากข้อ 2-10 มาหาค่าเฉลี่ย ดังนี้

$$\begin{aligned} \text{เวลาคุณภาพเฉลี่ย (ชั่วโมงต่อสัปดาห์)} &= \\ \frac{\text{ผลรวมของ (จำนวนครั้ง} \times \text{เวลา) ของข้อ 2-10}}{60} \\ \text{หรือ เวลาคุณภาพเฉลี่ย (ชั่วโมงต่อวัน)} &= \\ \frac{\text{ผลรวมของ (จำนวนครั้ง} \times \text{เวลา) ของข้อ 2-10}}{420} \end{aligned}$$

จากเวลาตามข้อ 1 ท่านใช้เวลาร่วมกับบุตรของท่านในการทำกิจกรรมต่อไปนี้อย่างไร

2. เล่นด้วยกัน เช่น เล่นทราย ของเล่น เกมเศรษฐกิจ ต่อตัวต่อ บทบาทสมมติ วิ่งเล่น วิ่งไล่จับ เล่นซ่อนแอบ
 ไม่ได้ทำ ทำ สัปดาห์ละA.....
 ครั้ง ครั้งละB.....นาที
 สำหรับคำถามที่ 2-10 คำนวณหาเวลาคุณภาพของแต่ละกิจกรรม ดังนี้

$$\begin{aligned} \text{เวลาคุณภาพเฉลี่ยแต่ละกิจกรรม (นาทีต่อสัปดาห์)} &= \\ \text{จำนวนครั้ง (A)} \times \text{ระยะเวลา (B)} \\ \text{หรือ เวลาคุณภาพเฉลี่ย (นาทีต่อวัน)} &= \\ \frac{\text{จำนวนครั้ง (A)} \times \text{ระยะเวลา (B)}}{7} \end{aligned}$$

3. ทำกิจกรรมสนทนากันด้วยกัน เช่น เล่นดนตรี ร้องเพลง งานศิลปะ เล่นกีฬา
 ไม่ได้ทำ ทำ สัปดาห์ละA.....
 ครั้ง ครั้งละB.....นาที
4. อ่านหนังสืออ่านเล่นด้วยกัน / เล่นิทานให้ฟัง
 ไม่ได้ทำ ทำ สัปดาห์ละA.....
 ครั้ง ครั้งละB.....นาที
5. ทำกิจกรรมส่งเสริมวิชาการด้วยกัน เช่น สอนการบ้าน สอนอ่านเขียน สอนคิดเลข
 ไม่ได้ทำ ทำ สัปดาห์ละA.....
 ครั้ง ครั้งละB.....นาที
6. รับผิดชอบงานบ้านด้วยกัน เช่น ช่วยกันทำความสะอาดบ้าน ล้างจาน ทำอาหาร ซักผ้า ทำสวน
 ไม่ได้ทำ ทำ สัปดาห์ละA.....
 ครั้ง ครั้งละB.....นาที

- 7. ดูแลความเป็นอยู่ในชีวิตประจำวัน เช่น ช่วยอาบน้ำ ช่วยแต่งตัว แปรงฟัน ช่วยทำม ดูแลเวลาไม่สบาย
 - ไม่ได้ทำ ทำ สัปดาห์ละA.....
 - ครั้ง ครั้งละB.....นาที
- 8. พุดคุย รับฟัง ให้คำปรึกษา อบรมสั่งสอนในเรื่องต่างๆ เช่น ทักเซชีวิต ทักเซสังคม คุณธรรม จริยธรรม
 - ไม่ได้ทำ ทำ สัปดาห์ละA.....
 - ครั้ง ครั้งละB.....นาที
- 9. ทำกิจกรรมทางศาสนาด้วยกัน เช่น สวดมนต์ นั่งสมาธิ ใ้บาตร ไปโบสถ์ ละหมาด พิธีกรรมทางศาสนาต่างๆ
 - ไม่ได้ทำ ทำ สัปดาห์ละA.....
 - ครั้ง ครั้งละB.....นาที
- 10. รับประทานอาหารด้วยกัน
 - ไม่ได้ทำ ทำ สัปดาห์ละA.....
 - ครั้ง ครั้งละB.....นาที

เมื่อได้ค่าเฉลี่ยช่วงเวลาคุณภาพในข้อ 1 ในหน่วย ชั่วโมงต่อวัน จึงนำค่าที่ได้ไปเปรียบเทียบกับช่วง อันตรภาคชั้นของช่วงเวลาคุณภาพที่ได้คำนวณไว้แล้วข้างต้น ดังนี้

เวลาคุณภาพน้อยกว่า 35 นาทีต่อวัน หมายถึง น้อยที่สุด

เวลาคุณภาพ 35 นาที-2 ชั่วโมงต่อวัน หมายถึง น้อย

เวลาคุณภาพ 2.1-3.5 ชั่วโมงต่อวัน หมายถึง ปานกลาง

เวลาคุณภาพ 3.6-5.1 ชั่วโมงต่อวัน หมายถึง มาก

เวลาคุณภาพมากกว่า 5.1 ชั่วโมงต่อวัน หมายถึง มากที่สุด

วิจารณ์

ในต่างประเทศมีการสำรวจช่วงเวลาคุณภาพระหว่างผู้ปกครองกับเด็ก รวมทั้งศึกษาถึงปัจจัยและผลกระทบที่เกี่ยวกับการใช้เวลาคุณภาพระหว่างกันในผู้ปกครองและเด็กช่วงวัยต่างๆ ในขณะที่ประเทศไทยยังไม่มีแบบสำรวจที่ใช้สำรวจช่วงเวลาคุณภาพดังกล่าว

แบบสำรวจที่สร้างขึ้น มาจากการทบทวนวรรณกรรมและเลือกข้อคำถามที่มีการศึกษาว่าเป็นกิจกรรมที่สัมพันธ์กับเวลาคุณภาพ มีความแม่นยำและความน่าเชื่อถือจากการวิเคราะห์ทางสถิติ สามารถนำไปเปรียบเทียบอันตรภาคชั้นเพื่อให้ผู้ปกครองได้ประเมินเวลาคุณภาพที่มี และปรับให้เหมาะสมในแต่ละครอบครัว

ในการสำรวจ ได้สำรวจในกลุ่มผู้ปกครองของเด็กอนุบาลเอกชนในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ผู้ปกครองส่วนใหญ่ทำงานนอกบ้านและมีรายได้สูงกว่ารายได้เฉลี่ยของประชากรไทย ซึ่งลักษณะการดำรงชีวิตจะเป็นไปในรูปแบบประชากรในเขตเมือง ผลการสำรวจที่ได้ อาจไม่ได้เป็นตัวแทนกลุ่มผู้ปกครองและเด็กปฐมวัยทั้งหมดในจังหวัดเชียงใหม่ หากใช้แบบสำรวจนี้กลุ่มตัวอย่างที่แตกต่างกัน อาจทำให้ผลการสำรวจที่ได้แตกต่างกัน หรือหากใช้สำรวจในกลุ่มเด็กที่พ้นช่วงปฐมวัย อาจต้องมีการปรับเปลี่ยนข้อคำถามในบางข้อ

ในการศึกษาขั้นต่อไป ผู้วิจัยต้องการศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างช่วงเวลาคุณภาพกับปัจจัยอื่นๆ เช่น ความฉลาดทางอารมณ์ ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ความภาคภูมิใจในตนเอง ความสามารถในการปรับตัว ต่อภาวะเครียด หรือภาวะซึมเศร้า เป็นต้น

สรุป

แบบสำรวจที่สร้างขึ้นมีความแม่นยำและมีความน่าเชื่อถือ สามารถนำไปปรับใช้เพื่อสำรวจช่วงเวลาคุณภาพระหว่างผู้ปกครองและเด็กปฐมวัย ค่าเฉลี่ยของเวลาคุณภาพที่สำรวจได้มีค่ามากกว่าเวลาคุณภาพเฉลี่ยที่ศึกษาในต่างประเทศ เมื่อได้ผลสำรวจแล้วสามารถนำไปเทียบช่วงอันตรภาคชั้นเพื่อประเมินความมากน้อยของเวลาคุณภาพระหว่างผู้ปกครองและเด็กปฐมวัยได้

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ ผศ.ดร.ชิตชนก เรือนก้อน นพ.กิจจา เจียรวัฒนกก พญ.สุภาวีรัตน์ กาญจนะวณิช พญ.รจนพรพรรณ นันทิทรรก คุณนิลภา สุอังคะ รวมถึงผู้เชี่ยวชาญทั้ง 4 ท่าน ได้แก่ พญ.วรวรรณ จงสง่าวิทยาลัย

พญ.วราลี เดชพุทธวัฒน์ พญ.อัชญ์รีย์ แก้วมา และ
คุณอรุณี ธีปนวัฒนา ที่กรุณาให้คำแนะนำ เป็นที่ปรึกษา
จนกระทั่งงานวิจัยครั้งนี้สำเร็จลุล่วงไปได้ด้วยดี

เอกสารอ้างอิง

1. Gardner FE. The quality of joint activity between mothers and their children with behavior problems. *J Child Psychol Psychiatry* 1994; 35: 935-48.
2. Girolametto L, Verbey M, Tannock R. Improving Joint Engagement in Parent-Child Interaction: An Inventory Study. *Journal of Early Intervention* 1994; 18:155-67.
3. Algre A. The Relation Between the Time Mothers and Children Spent together and the Children's Trait Emotional Intelligence. *Child Youth Care Forum* 2012; 41: 493-508.
4. Price J. Parent-Child Quality time, Does birth order matter? *J Human Resources* 2008; 43: 240-265.
5. Parpal M, Maccoby EE. Maternal responsiveness and subsequent child compliance. *Child Development* 1985; 56(5): 1326-1334.
6. Zick CD, Bryant WK, Osterbacka E. Mother's employment, Parental Involvement, and the Implications for children's behavior. *Social Science Research* 2001; 30(1): 25-49.
7. Galboda-Liyanage KC, Prince MJ, Scott S. Mother-child joint activity and behavior problems of pre-school children. *J Child Psychol Psychiatry* 2003; 44(7): 1037-48.
8. Campbell SB, Breaux AM, Ewing L, Szumowski EK, Pierce EW. Parent-referred problem preschoolers: mother-child interaction at intake and one-year follow-up. *J Abnormal Child Psychol* 1986; 14: 425-40.
9. Eisenberg ME, Olson RE, Neumark-Sztainer D, Story M, Bearinger L. Correlations Between Family Meals and Psychosocial Well-being Among Adolescents. *Arch Pediatr Adolesc Med* 2004; 158 (8): 792-6.
10. Guryan J, Hurst E, Melissa K. Parent Educational and Parental time with Children. *Journal of Economic Perspectives* 2008; 22: 23-46.