

# การศึกษาปัจจัยทำนายและแนวทางการปรับลด พฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของวัยรุ่นในจังหวัดชลบุรี\*

## PREDICTING AND AMELIORATING ONLINE GAME ADDICTION BEHAVIOR OF CHON BURI ADOLESCENTS

นางสาวศรัณญา ไพรawanรัตน์ \*\*  
ดร.สมศิริชัย จิตราสถาพร \*\*\*

### บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษา (1) ปัจจัยทำนายพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของวัยรุ่นในจังหวัดชลบุรี จากปัจจัยทั้งสาร "ได้แก่ ภูมิหลังของครอบครัว การอบรมเลี้ยงดู กลุ่มเพื่อน แรงจูงใจ และปัจจัยด้านการออกแบบและคุณลักษณะพิเศษของเกมออนไลน์ (2) เปรียบเทียบผลกระทบจากพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของวัยรุ่นในจังหวัดชลบุรี (3) แนวทางปรับลดพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของวัยรุ่นในจังหวัดชลบุรี กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาปัจจัยทำนายและผลกระทบเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 ปีการศึกษา 2552 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาชลบุรี จำนวน 400 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บข้อมูลเป็นแบบสอบถาม และในการสัมภาษณ์เชิงลึกมีผู้ให้ข้อมูลสำคัญ ได้แก่ นักเรียน ผู้ปกครอง ครู จิตแพทย์ นักสังคมสงเคราะห์ และผู้ประกอบการร้านเกม สกิดติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ค่าร้อยละ ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน การวิเคราะห์ทดสอบโดยโลจิสติก และการวิเคราะห์แบบตัวแปรหลายตัว ผลการวิจัยพบว่า (1) ปัจจัยทำนายด้านกลุ่มเพื่อนและด้านแรงจูงใจ สามารถร่วมกันทำนายโอกาสที่วัยรุ่นที่จะมีพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ได้ ร้อยละ 38.8

ซึ่งเปียนสมการทำนายโอกาสที่วัยรุ่นจะมีพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ ได้ดังนี้  $Odds = e^{-8.19 + 0.98(\text{กลุ่มเพื่อน}) + 0.34(\text{แรงจูงใจ})}$  (2) พฤติกรรมติดเกมออนไลน์ส่งผลกระทบต่อกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ในระดับมากที่สุด ในด้านสุขภาพกาย ด้านการใช้จ่าย ด้านการเรียน และด้านความสัมพันธ์ในครอบครัวและสังคม มากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ในระดับนักเล่น คำลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 (3) แนวทางในการปรับลดพฤติกรรมการติดเกมออนไลน์ คือ การหาจิกรรมอื่นให้เด็กปฏิบัติในนามว่าง ผู้ปกครองควรมีกิจกรรมร่วมกับลูก สร้างข้อตกลงในการเกณฑ์ลูก ร้านเกมควรมีจิตสาธารณะ ทำความนับถือภูมิปัญญา ชุมชนควรส่งเสริมกิจกรรมอื่น ๆ เช่น สนามกีฬา ห้องสมุด โดยจัดให้เพียงพอต่อความต้องการของผู้ใช้ ครูและโรงเรียน ควรให้ความรู้และส่งเสริมการใช้คอมพิวเตอร์ที่ถูกต้องเหมาะสมอย่างต่อเนื่อง

**คำสำคัญ:** ปัจจัยทำนาย/ แนวทางการปรับลดพฤติกรรมติดเกมออนไลน์/ วัยรุ่นในจังหวัดชลบุรี

\* ศูนย์นิพนธ์สาขาวิชาการศึกษาและการพัฒนาสังคม คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

\*\* นิติศิลป์สุตรปรัชญาดุษฎีบัณฑิต สาขาวิชาการศึกษาและการพัฒนาสังคม คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

\*\*\* รองศาสตราจารย์ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยบูรพา

## Abstract

The objectives of this research were to determine: (1) predictors of online game addiction behavior of adolescents in Chon Buri base on selected factors : family background, child-rearing practices, peer group, motivation, online games' designs and their special characteristics; (2) the impact of online game addiction behavior of Chon Buri adolescents; and, (3) the amelioration of online game addiction behavior of Chon Buri adolescents by using both quantitative and qualitative research. The samples for the part of quantitative research consisted of 400 secondary school students in Chon Buri. The instruments used for data collection were questionnaires and in-depth interviews. Key informants were online game addiction adolescents and the person who relate with online game addiction adolescents. Data were analyzed by means, percentages, standard deviations, logistic regression and one-way MANOVA. The findings of the study were: (1) two variables with significant influence on behavior prediction: peer group and motivation: accounted for 38.8 percent and standard predictive equation was “ $Odds = e^{-8.19 + 0.98 (\text{peer group}) + 0.343 (\text{motivation})}$ ”; (2) Online game addiction behavior has impacts on the sample in the Hardcore Gamer group about physical health, expenditure, family and social relationship and studying more than Casual Gamer group at the statistical significance of .05 level; (3) the amelioration of online game addiction behavior were to promote other activities in free time, encourage participation of parents and children in common activity, make

family's agreement on online game. Online game shop operators should strictly comply with the law. The community should support other activities by providing sufficient accommodating tools such as sport fields and library. Teachers should constantly encourage their pupils to use computer and internet properly and constructively.

## บทนำ

เราไม่อาจปฏิเสธได้ว่า เกมออนไลน์มีบทบาทสำคัญในการเปลี่ยนแปลงลักษณะ การดำเนินชีวิตของสังคมเด็กและเยาวชน โดยเฉพาะในกลุ่มวัยรุ่น ซึ่งถือว่า เป็นคนกลุ่มใหม่ๆที่ใช้อินเทอร์เน็ตในปัจจุบัน โดยจะใช้เพื่อความบันเทิงเป็นหลัก เกมออนไลน์จึงนับเป็นยอดแห่งความปรารถนาของเด็กและเยาวชนสมัยนี้ (ผู้จัดการออนไลน์, 2549) เพราะ เกมสามารถทำให้ ผู้เล่นเป็นอะไรหรือจะทำอะไรก็ได้ตามใจปรารถนา (Yee, 2001) และยังสามารถที่จะเริ่มเกมใหม่ได้ทันทีเมื่อเล่นแล้วแพ้ ผู้เล่นจะมองว่าเกมให้ความสนุกสนานเพลิดเพลิน เป็นส่วนเติมจินตนาการของพวกรา ได้ปลดปล่อยความเป็นตัวของตัวเอง ระยะจิตใต้สำนึกออกมายอดยิ่ง ผู้เล่นหรือ ตัวแสดงหนึ่งในเกม ซึ่งสิ่งเหล่านี้เด็กไม่สามารถทำได้ในสังคมแห่งความเป็นจริง สิ่งสำคัญไปกว่านั้นคือ เกมเป็นเสมือนเครื่องมือ ในการสำรวจหาความภาคภูมิใจในตนเอง เมื่อเล่นเกมชนะเข้าใจสึกประสบความสำเร็จ (บัณฑิต ศรีไพบูล, 2549) ได้รับรางวัลจากเกม ได้รับการยอมรับ และการยกย่องจากกลุ่มเพื่อน ทั้งเพื่อนจริงและเพื่อนในโลกไซเบอร์ อีกทั้งการพัฒนาเครือข่ายอินเทอร์เน็ตจากการเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ตความเร็วปกติ ไปสู่การให้บริการอินเทอร์เน็ตความเร็วสูง ผู้เล่นสามารถเล่นเกมได้อย่างต่อเนื่อง มีความสนุกและดื่นเต้นมากยิ่งขึ้นในขณะเล่น เพราะไม่มีการระดูดหรือขาดตอน (ศรีวรรณ พุนสรรสพสิทธิ์, 2548, หน้า 83) การเล่นเกมจึง

กลยุทธ์ในการสร้างสังคมใหม่แบบไฮเบอร์ที่ตัวละครต่าง ๆ สามารถพูดคุยกันแบบแชท (Chat ผู้เล่นสามารถติดต่อและเด่นกับคนอื่นได้โดยไม่ต้องอยู่ที่เดียวกัน)

ปัญหาเด็กติดเกมจึงเป็นปัญหานั่นที่พนอยู่เป็นประจำ เนื่องจากเกมสามารถสร้างความสนุกได้แบบลับลับ อีกทั้งยังท้าทายให้อาชานะได้ต่อไปที่ลับน้อย ๆ การติดเกมจะก่อให้เกิดผลกระทบต่อการเรียนรู้และพัฒนาการในด้านต่าง ๆ ทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ จิตใจและสังคม ทำให้เกิดปัญหาต่าง ๆ ตามมาซึ่งโดยกว่าครึ่งของเกมออนไลน์ในปัจจุบันจะแฝงไว้ด้วยความก้าวร้าวที่มุ่งไปสู่ความเป็นที่หนึ่งและต่อสู้แข่งขันเพื่อให้ได้เงินในเกมเพื่อนำมาซื้อของต่าง ๆ ในเกมจนถึงนี้ก็ถึงความเป็นจริง สิ่งเหล่านี้ล้วนมีผลกระทบโดยตรงกับผู้เล่นเกม เนื่องจากเกมออนไลน์มีอิทธิพลในการซักจูงผู้เล่นมากกว่าโทรศัพท์ เพราะผู้เล่นเกมได้เป็นผู้แสดงบทบาทเอง จากรูปแบบของนักวิจัยสหราชูป盉ริกา กลุ่มนี้ (สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, 2551) พบว่า เกมคอมพิวเตอร์ทั้งเกมสร้างสรรค์ และเกมรุนแรงต่างก็ทำให้การเรียนของเด็กที่ติดเกมแย่ลง ทำให้เด็กมีสังคมแแคบลง แยกตัว ไม่มีเพื่อน แต่เกมที่เต็มไปด้วยความรุนแรงจะน่ากลัวกว่าตรงที่มันทำให้เด็กมีพฤติกรรมก้าวร้าวมากขึ้น ชอบใช้กำลัง มีความคิดว่าการใช้ความรุนแรงคือความถูกต้อง เป็นทางออกของการแก้ไขปัญหา ดูด้วยเด็กที่ชอบเล่นเกมส่วนใหญ่ก็จะติดเกมไม่ว่าจะเป็นเกมที่สร้างสรรค์หรือเกมประเภทที่เต็มไปด้วยความรุนแรง นอกจากนี้ กอลเวลและเพย์น (Collwell J., & Payne J., 2000) และ กริฟฟิธส์ , เดวิทและเชปเพล (Griffiths, Davies & Chappell, 2004) ได้ศึกษาและพบเห็นเดียวกันว่า ผู้เล่นเกมส่วนหนึ่งหมกมุ่นกับการเล่นเกมมากจนถึงขั้นที่เรียกได้ว่ามีปัญหาติดเกมคอมพิวเตอร์ คือ มีพฤติกรรมการเล่นเกมที่ไม่สามารถควบคุมได้ เด็กและวัยรุ่นที่ติดเกมจะหมกมุ่นกับการเล่นเกมมากจนละเลยหน้าที่ความรับผิดชอบด้านการเรียน การทำงานบ้าน ผลการเรียนลดลง ยอมอดอาหารและ

อดนอน จนมีผลกระทบต่อสุขภาพ ยอมเลิกกิจกรรมอื่นที่เคยสนุกสนาน และมีปัญหาพฤติกรรมหลายอย่างตามมา

ผู้จัดได้ศึกษาและคัดสรรตัวแบบจากทฤษฎีเรียนรู้ทางสังคมของบันดูรา (Bandura, 1977) ทฤษฎีลำดับขั้นความต้องการของมาสโลว์ (Maslow's Needs Hierarchy) และแนวคิดของซันลิวัน (Sullivan, 2004, pp. 74-79) โดยบูรณาการระหว่างปัจจัยทางชีวสังคมและปัจจัยทางจิตสังคม ตามแนวคิดของ ศิริไชย วงศ์ส่วนครี และพนน พฤตมาน (2549) ร่วมกับงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง และสกัดตัวแบบที่ใช้ในการวิจัย รายละเอียดดังต่อไปนี้

ปัจจัยด้านภูมิหลังครอบครัว ได้แก่ รายได้ ส่วนตัวต่อสัปดาห์ สถานภาพสมรสของพ่อแม่ อาชีพผู้ปกครอง ทำเลที่ตั้งของที่พักอาศัย (หงส์ส่วนครี และพนน พฤตมาน, 2549; สุกาวารี อ็อกกิตติศัพท์, 2549; วรสิทธิ์ แสงแดง, 2547; พลฤทธิ์ ฐิติวิธินันท์, 2550; Yee, 2006 a) สามาตรถท่านายพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของวัยรุ่นได้เนื่องจากผู้ปกครองใช้เวลาในการประกอบอาชีพจนไม่มีเวลาให้บุตรหลาน ให้เงินเป็นรายได้ส่วนตัวของบุตรหลานตามที่บุตรหลานต้องการ โดยผู้ปกครองจะจ่ายค่าบัตรเล่นเกม ถ้ามีร้านเกมอยู่ใกล้ ๆ บ้านผู้ปกครองจะส่งบุตรหลานไปเล่นเกมที่ร้านด้วยความยินดี ซึ่งส่งผลให้บุตรหลานไม่สนใจด้านการเรียนและ มีอาการติดเกมตามมา การที่วัยรุ่นไม่มีพ่อหรือแม่ดูแลทำให้ไม่มีกิจกรรมในครอบครัว ไม่มีเวลาในการดูแลวัยรุ่น บางครั้งเกิดความเหงา การเล่นเกมออนไลน์จึงถือเป็นการสร้างสังคมของเด็กยุคใหม่

ปัจจัยด้านการอบรมเลี้ยงดูจากครอบครัว ได้แก่ การเลี้ยงดูแบบเข้มงวดกดขัน การเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย การเลี้ยงดูแบบรักตามใจ และการเลี้ยงดูแบบลงโทษทางกาย (มุขธิดา ศิริจันทร์, 2547; พลฤทธิ์ ฐิติวิธินันท์, 2550; ชนพงษ์ มุ่งไฟดี, 2548; Baumrind, 1967 cited in Baumrind, 1971; Shapiro, 1998; Kail & Cavanaugh, 2000; Becker, 1964;

Sullivan, 2004) สามารถทำนายพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของวัยรุ่นได้เนื่องจากครอบครัว มีอิทธิพลต่อการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ของเด็กและวัยรุ่น โดยที่ความสัมพันธ์ในครอบครัวส่งผลต่อความคิดเห็นเรื่องความรุนแรงในเนื้อหาเกมออนไลน์และทัศนคติในการเล่นเกมออนไลน์ของวัยรุ่น ผู้ปกครองที่เลี้ยงดูบุตรหลานแบบปล่อยละเลย ไม่มีเวลาให้ จะจ่ายค่าบัตรเล่นเกม จ่ายค่าอุปกรณ์ต่าง ๆ รวมถึงการซื้อคอมพิวเตอร์ให้ลูกเล่นที่บ้านเพื่อความเป็นส่วนตัว

ปัจจัยด้านกลุ่มเพื่อน ได้แก่ การเลียนแบบกลุ่มเพื่อน การได้รับการเสริมแรงจากกลุ่มเพื่อน (บันฑิต ศรีไพศาล, 2549; พลฤทธิ์ ฐิติวิธิธินันท์, 2550; ญาดา ศรีชัย, 2547; อุษา บีกกินส์, 2549; Adams, 2005; Sullivan, 2004) สามารถทำนายพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของวัยรุ่นได้เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยที่ให้ความสำคัญกับกลุ่มเพื่อนในฐานะ ส่งเสริมและเป็นแบบอย่างของพฤติกรรมต่างๆ

ปัจจัยด้านแรงจูงใจในการเล่นเกมออนไลน์ ได้แก่ การได้สัมผัสนักกับผู้อื่น การได้ บันการผู้อื่น การได้เป็นคนอื่น การได้รับความสำเร็จ การได้หลีกหนีจากโลกแห่งความเป็นจริง (Yee, 2006 a; Bartle, 2003; Murphy, 2007) สามารถทำนายพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของวัยรุ่นได้เนื่องจาก แรงจูงใจในการเล่นเกม ทำให้ผู้เล่นได้บรรลุจุดประสงค์ในการเล่นเกมออนไลน์ บรรลุความต้องการ ได้แก่ ได้รับการยอมรับและยกย่อง รู้สึกถึงความท้าทาย ซึ่งสอดคล้องตามหลักความต้องการของมาสโลว์ แรงจูงใจในการเล่นเกมจึงเป็นสิ่งที่ทำให้วัยรุ่นหดหู่เล่นเกมไม่ได้

ปัจจัยด้านการออกแบบและคุณลักษณะพิเศษของเกมออนไลน์ ได้แก่ ความหลากหลาย ความสมจริง ระบบทาง เวลา (ดวงอาทิตย์ เปี่ยมอยู่สุข, 2549; อุษา บีกกินส์, 2549; นันทกานต์ ตันเจริญ, 2546; Murphy, 2007; สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, 2551) สามารถทำนายพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของวัย

รุ่นได้เนื่องจากความสามารถดึงดูดผู้เล่นให้กลับมาเป็นส่วนหนึ่งของเกมได้ การออกแบบเกมมีอิทธิพลต่อแบบแผนในการเล่นเกมออนไลน์ของเด็กและวัยรุ่น อีกจุดประสงค์หนึ่งของการเข้าร่วมเล่นเกมออนไลน์ คือ การออกแบบเกมให้มีความเหมือนจริง มีชีวิตชีวา สามารถปฏิสัมพันธ์กันได้หลายวิธี มีความรู้สึกเหมือนได้อยู่ในที่เดียวกัน ในเวลาเดียวกัน

จากการบททวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ผู้วิจัยคาดว่าปัจจัยสำคัญ ได้แก่ ปัจจัยด้านภูมิหลังของครอบครัว การอบรมเลี้ยงดู กลุ่มเพื่อน แรงจูงใจ และปัจจัยด้านการออกแบบและลักษณะพิเศษของเกมออนไลน์ มีความสัมพันธ์และสามารถอธิบายทำนายพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของวัยรุ่นได้ และจากการที่จังหวัดชลบุรีเป็นจังหวัดที่บริษัทเจ้าของเกมเลือกเป็นตัวแทนของภาคตะวันออก ในการจัดงานต่าง ๆ ที่แสดงให้เห็นได้ว่าเป็นการแสดงพลังของเกมออนไลน์ (ศศิพร ต่ายคำ, 2547, หน้า 89) และจังหวัดชลบุรีมีร้านอินเทอร์เน็ตมากที่สุด ในเขต ภาคกลาง (มหันตภัย “เก็นออนไลน์” ทำลายสมองของชาติ, 2548) นอกจากนี้ยังไม่มีการศึกษาสาเหตุพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของวัยรุ่น ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาปัจจัยทำนายและแนวทางในการปรับลดพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของวัยรุ่นในจังหวัดชลบุรี เพื่อนำข้อมูลมาเป็นแนวทางในการเฝ้าระวัง ป้องกัน และแก้ไขปัญหาที่จะเกิดขึ้นตามมากับวัยรุ่นซึ่งจะเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาสังคมและประเทศชาติต่อไป

## คำถามในการวิจัย

1. ปัจจัยทำนายซึ่งแบ่งเป็น ภูมิหลังของครอบครัว การอบรมเลี้ยงดู กลุ่มเพื่อน แรงจูงใจ และปัจจัยด้านการออกแบบและคุณลักษณะพิเศษของเกมออนไลน์ สามารถอธิบายทำนายพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของวัยรุ่นในจังหวัดชลบุรี หรือไม่

2. พฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของวัยรุ่นในจังหวัดชลบุรี ส่งผลกระทบต่อผู้เล่นหรือไม่ อย่างไร

3. แนวทางในการปรับลดพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของวัยรุ่นในจังหวัดชลบุรีเป็นอย่างไร

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อศึกษาปัจจัยทำนายพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของวัยรุ่นในจังหวัดชลบุรี ได้แก่ ภูมิหลังของครอบครัว การอบรมเดียงดู กลุ่มเพื่อน แรงจูงใจ และปัจจัยด้านการออกแบบและคุณลักษณะพิเศษของเกมออนไลน์

2. เพื่อศึกษาเปรียบเทียบผลกระทบจากพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของวัยรุ่นในจังหวัดชลบุรี

3. เพื่อศึกษาแนวทางการปรับลดพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของวัยรุ่นในจังหวัดชลบุรี

## นิยามศัพท์เฉพาะ

1. เกมออนไลน์ (Online Game) หมายถึง กิจกรรมที่เล่นหรือแข่งขันบนคอมพิวเตอร์และต้องเล่นผ่านระบบเครือข่ายในอินเทอร์เน็ต สามารถเล่นร่วมกันได้ครั้งละหลาย ๆ ผู้เล่น โดยที่ไม่ต้องอยู่ในที่เดียวกัน ซึ่งอาจจะเสียค่าใช้จ่ายหรือไม่ก็ได้

2. พฤติกรรมติดเกมออนไลน์ (Online Game Addiction Behavior) หมายถึง ภาวะที่เกิดจากการเล่นเกมออนไลน์มากเกินพอดี พยายามแสวงหาการเล่นเกม ขวนขวยที่จะเล่นตลอดเวลา โดยเล่นทั้งที่บ้านหรือที่ร้านอินเทอร์เน็ต จนก่อให้เกิดผลกระทบต่อสุขภาพร่างกาย ความสัมพันธ์ในสังคม และหน้าที่ความรับผิดชอบที่พึงมีโดยแบ่งออกเป็น 2 ระดับ คือ

2.1 พฤติกรรมติดเกมออนไลน์ในระดับนักเล่นลำลอง (Casual Gamer) หมายถึง ภาวะที่เล่นเกมออนไลน์โดยใช้เวลาเล่นวันละไม่เกิน 3 ชั่วโมง หรือไม่เกิน 4-16 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ ไม่มีการแสดงออกถึงพฤติกรรมที่เป็นปัญหาต่อร่างกายและจิตใจหรือมี

การแสดงออกบ้างเพียงเล็กน้อย เมื่อไม่ได้รับการอนุญาตให้เล่น

2.2 พฤติกรรมติดเกมออนไลน์ในระดับหนักมุ่น (Hardcore Gamer) หมายถึง ภาวะการเล่นเกมออนไลน์โดยใช้เวลาเล่นเกมรวมมากกว่าวันละ 3 ชั่วโมงขึ้นไป หรือ 16-30 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ หรือจนกระทั้งใช้เวลาทั้งหมดที่ทำกิจกรรมอื่นมาเล่นเกม มีพฤติกรรมที่หนักมุ่นในการเล่นเกมออนไลน์จนไม่อาจไปสักิจกรรมใด ๆ ทั้งสิ้นแม้แต่กิจกรรมประจำวันของตนเอง เมื่อไม่ได้เล่นจะมีความกระวนกระวาย หงุดหงิด ซึ่งอาจก่อให้เกิดปัญหาทางสภาพอารมณ์ และจิตใจได้

3. ปัจจัยทำนายพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของวัยรุ่น (Predicting Online Game Addiction Behavior) หมายถึง ตัวแปรคัดสรรที่มีอิทธิพลเป็นสาเหตุชักนำให้วัยรุ่นเกิดพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ ประกอบด้วย ภูมิหลังครอบครัว การอบรมเดียงดู กลุ่มเพื่อน แรงจูงใจ และปัจจัยด้านการออกแบบและคุณลักษณะพิเศษของเกมออนไลน์

4. ผลกระทบจากพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ (Online Game Effect) หมายถึง ผลที่เกิดขึ้นเนื่องมาจากพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ ทั้งด้านสุขภาพกาย การใช้จ่าย การเรียน ความสัมพันธ์ในครอบครัวและสังคมของผู้เล่นที่ติดเกมออนไลน์

5. แนวทางการปรับลดพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ (Ameliorating Online Game Addiction Behavior) หมายถึง กระบวนการในการหาวิธีที่เหมาะสมในการควบคุมพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของวัยรุ่นให้ลดลง

## วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยแบ่งเป็น 2 ขั้นตอน คือ

ขั้นตอนที่ 1 การศึกษาปัจจัยทำนายพฤติกรรมติดเกมออนไลน์และผลกระทบจากพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของวัยรุ่นในจังหวัดชลบุรี ดำเนินการโดย

การวิจัยเชิงปริมาณ กลุ่มตัวอย่าง เป็นนักเรียนที่กำลังศึกษา ระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 ปีการศึกษา 2552 โรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาชลบุรี จำนวน 400 คน ได้มาโดยการสุ่มแบบหลายขั้นตอน รวมรวมข้อมูลโดยนำแบบสอบถามปัจจัยทำนายพฤติกรรมติดเกมออนไลน์และผลกระทบที่เกิดจากพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของวัยรุ่นไปเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างแล้วนำผลมาวิเคราะห์ ดังนี้ (1) ข้อมูลส่วนบุคคล และภูมิหลังครอบครัวของกลุ่มตัวอย่าง นำมาแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (2) วิเคราะห์ความสัมพันธ์ในเชิงทำนายระหว่างปัจจัยคัดสรรคับพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ โดยวิธีการวิเคราะห์ทดสอบโดยโลจิสติก (Logistic Regression Analysis) (3) วิเคราะห์ผลผลกระทบที่เกิดจากพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ โดยวิธีการวิเคราะห์แบบตัวแปรหลายตัว (One-Way MANOVA)

**ขั้นตอนที่ 2 การศึกษาแนวทางการปรับลดพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของวัยรุ่นในจังหวัดชลบุรี** ดำเนินการโดยการวิจัยเชิงคุณภาพ กลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญ กลุ่มที่ 1 คือ นักเรียนที่กำลังศึกษาระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-6 ปีการศึกษา 2552 ของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาชลบุรี และมีพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ จำนวน 25 คน กลุ่มที่ 2 คือ ผู้เกี่ยวข้องกับนักเรียนที่มีพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ จำนวน 45 ท่าน ประกอบด้วย ผู้ปกครองนักเรียน 16 คน ครูผู้ดูแลหรือครุภูที่ปรึกษา 15 คน จิตแพทย์ 2 คน นักสังคมสงเคราะห์ 2 คน และผู้ประกอบการร้านเกม 10 ร้าน เก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ให้ข้อมูลสำคัญเป็นรายบุคคล ไปจนครบทุกคน ตามคำถามในแบบสัมภาษณ์เชิงลึก และตรวจสอบข้อมูลแบบสามเส้า (Triangulation) ด้วยการสัมภาษณ์กลุ่มผู้ให้ข้อมูลสำคัญหลายคนในเรื่องเดียวกัน ตรวจสอบข้อมูลด้วยเอกสารจากนิตยสารเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ และตรวจสอบข้อมูลด้วยการสังเกตพฤติกรรมการตอบข้อคำถามของผู้ให้ข้อมูลสำคัญ

## สรุปผลการวิจัย

### 1. ในการศึกษาปัจจัยทำนายพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ พนว่า

การวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของปัจจัยทำนายพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้เทคนิคการวิเคราะห์ทดสอบโดยโลจิสติก พนว่า ปัจจัยทำนายด้านกลุ่มเพื่อน มีค่าประมาณสัมประสิทธิ์เท่ากับ 0.98 ซึ่งมีอำนาจในการทำนายพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ในระดับหนึ่งกู่นี้ได้ 2.68 เท่าของกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ในระดับนักเล่นลำลอง และปัจจัยทำนายด้านแรงจูงใจ มีค่าประมาณสัมประสิทธิ์เท่ากับ 0.34 ซึ่งมีอำนาจในการทำนายพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ในระดับหนึ่งกู่นี้ได้ 1.40 เท่าของกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ในระดับนักเล่นลำลอง

ปัจจัยทำนายด้านกลุ่มเพื่อน และปัจจัยทำนายด้านแรงจูงใจ สามารถร่วมกันทำนายโอกาสที่วัยรุ่นจะมีพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ได้ ร้อยละ 38.8 (Cox and Snell  $R^2 = .388$ ) โดยโมเดลที่ได้นี้เป็นโมเดลที่มีความเหมาะสม (-2LL = 300.66, Chi-square = 196.20, p-value = .000) ทั้งนี้สามารถอ้างเป็นสมการทำนายโอกาสที่วัยรุ่นจะมีพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ได้ดังนี้

$$\text{Odds} = e^{-8.19 + 0.98(\text{กลุ่มเพื่อน}) + 0.34(\text{แรงจูงใจ})}$$

โดยสมการดังกล่าวนี้ เป็นสมการที่เชื่อถือได้ (Hosmer and Lemeshow Test: Chi-square = 8.70 df = 8 , P-value = .368)

สมการทำนายพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ในระดับนักเล่นลำลองได้ถูกต้อง ร้อยละ 91.6 และ ทำนายพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ในระดับหนึ่งกู่นี้ได้ถูกต้อง ร้อยละ 68.0 โดยเฉลี่ยแล้วสมการทดสอบโดยโลจิสติกสามารถทำนายได้ถูกต้องร้อยละ 84.3

## 2. การศึกษาผลกระทบที่เกิดจากพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ พบว่า

กลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ในระดับมากมุ่น มีผลกระทบด้านสุขภาพกาย ด้านการใช้จ่าย ด้านการเรียน และด้านความสัมพันธ์ในครอบครัว และสังคม มากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ในระดับนักเล่นลำดองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

## 3. การศึกษาแนวทางการปรับลดพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ โดยการสัมภาษณ์เชิงลึกผู้ให้ข้อมูลสำคัญ พบว่า

แนวทางปรับลดพฤติกรรมการติดเกมออนไลน์ คือ จัดหากิจกรรมอื่นให้เด็กปฏิบัติ พาเด็กรออกสู่สถานที่ต่างๆ ด้วยตัวของเด็กเอง และผู้ปกครองควรร่วมกับลูกอุทิ扬ส่งเสริม ผู้ปกครองควรสร้างข้อตกลงในการยกเว้นเวลาให้ลูกนากาขึ้น เพื่อลูกจะได้มีเวลาร์เรียน ค่อยดูแลไม่ให้ลูกเล่นเกมมากเกินไป แต่ไม่ใช่ห้ามเล่นจนเต็กลิ้น เชื่อฟัง และมีปัญหาหนี้เพ้อแม่ไปเล่นเกมที่ร้าน และปัญหาลูกค้าไม่ถึงกรณีเด็กหนีออกจากบ้านเพื่อไปเล่นเกม ในส่วนของร้านเกมควรนั่นควรมีจิตสาธารณะ เปิด-ปิด ร้านให้ตรงเวลา ทำตามบทบัญญัติกฎหมาย ดูแลไม่ให้เด็กอายุต่ำกว่า 10 ปีเข้ามาเล่นในร้าน และกำหนดให้เด็กคนหนึ่งๆ เล่นไม่เกิน 3 ชั่วโมง แต่ละชุมชนควรจัดกิจกรรมอื่นๆ เช่น มีห้องสมุด ที่มีหนังสือที่น่าสนใจสำหรับเด็ก จำนวนมากพอกับความต้องการของเด็ก มีจำนวนสำนวนภาษาที่เพียงพอต่อความต้องการของเด็กในชุมชน ด้านครูและโรงเรียน ควรมีการให้ความรู้และส่งเสริมการใช้คอมพิวเตอร์ที่เหมาะสมและเป็นประโยชน์ รวมทั้งโดยของ การเล่นเกมออนไลน์ แก่เด็กอย่างต่อเนื่อง และจัดกิจกรรมที่สนุกสนานตอบสนองความต้องการของเด็ก

## อภิปรายผล

จากการศึกษาสำนักงาน疾控中心 พบว่า ผลกระทบจากการเล่นเกมออนไลน์ต่อสุขภาพของเด็ก ทำให้เด็กมีน้ำหนักตัวมากกว่าเด็กที่ไม่เล่น เนื่องจากเด็กที่เล่นเกมออนไลน์มักจะนั่ง不动 ไม่เคลื่อนไหว และไม่ได้ออกกำลังกาย ทำให้เด็กมีน้ำหนักตัวมากกว่าเด็กที่ไม่เล่น ประมาณ 10% ต่อเดือน ทำให้เด็กเสี่ยงต่อโรคอ้วนและโรคกระดูกพรุนในระยะยาว ดังนั้น ควรจัดทำกิจกรรมทางกายภาพอย่างต่อเนื่อง ให้เด็กได้ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ไม่ใช่แค่การเดินทางไปโรงเรียน แต่ต้องมีกิจกรรมที่สนุกสนาน เช่น การวิ่ง การว่ายน้ำ การเล่นฟุตบอล การโยนลูก ฯลฯ ที่จะช่วยให้เด็กได้รับพลังงานที่เพียงพอ ไม่เกิน 2-3 ชั่วโมงต่อวัน แต่ต้องคำนึงถึงความปลอดภัยของเด็กด้วย

จากการศึกษาของมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ พบว่า ผลกระทบจากการเล่นเกมออนไลน์ต่อสุขภาพของเด็ก ทำให้เด็กมีน้ำหนักตัวมากกว่าเด็กที่ไม่เล่น ประมาณ 10% ต่อเดือน ทำให้เด็กเสี่ยงต่อโรคอ้วนและโรคกระดูกพรุนในระยะยาว ดังนั้น ควรจัดทำกิจกรรมทางกายภาพอย่างต่อเนื่อง ให้เด็กได้ออกกำลังกายอย่างสม่ำเสมอ ไม่ใช่แค่การเดินทางไปโรงเรียน แต่ต้องมีกิจกรรมที่สนุกสนาน เช่น การวิ่ง การว่ายน้ำ การเล่นฟุตบอล การโยนลูก ฯลฯ ที่จะช่วยให้เด็กได้รับพลังงานที่เพียงพอ ไม่เกิน 2-3 ชั่วโมงต่อวัน แต่ต้องคำนึงถึงความปลอดภัยของเด็กด้วย

ความต้องการที่จะเล่นเกมเก่งแบบเพื่อน ต้องใช้เวลาและประสบการณ์เล่นที่ยาวนาน ส่งผลทำให้เกิดภาวะติดเกมออนไลน์ (พลฤทธิ์ สุจิตวิธิชินันท์, 2550) จากผลการวิจัยของ ประกาญทิพย์ นิยมรัฐ (2547, หน้า 103) ที่พบว่า เด็กที่มีเพื่อนสนิทมากจะทำให้เด็กเล่นเกมออนไลน์มาก เพราะเด็กต้องการหาเพื่อนคุย บางครั้งมีเพื่อนซักชวนให้เล่นหรือเห็นเพื่อนเล่นแล้วอยากลองเล่นบ้าง ซึ่งสอดคล้องกับความต้องการของวัยรุ่นที่ต้อง การการยอมรับในกลุ่มเพื่อนและวัยรุ่นจะเลือกกิจกรรมที่กลุ่มเพื่อนสนับเพื่อให้เป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพื่อน (ศรีเรือน แก้วกังวล, 2545, หน้า 337-338) และจากศึกษาของ สุภาพร ลือกิตติศพท์ (2549, หน้า 11) พบว่า วัยรุ่น เป็นวัยแห่งความรุนแรงต้องการเรียนรู้สิ่งใหม่ ๆ คือเกมออนไลน์เนื่องจากต้องการการยอมรับจากกลุ่มเพื่อน ต้องการเพื่อนใหม่ แสดงให้เห็นได้ว่า วัยรุ่นติดเกมเกิดจากมีความต้องการเพื่อน และเป็นที่ยอมรับในสังคม กลุ่มเพื่อน ต้องการหาเพื่อนใหม่ในเกม และการได้เล่นกับเพื่อนหลายคนในเวลาเดียวกัน(อุษา บักกินส์, 2549) นอกจากนี้ มนิษัย วงศ์ทองสวาง (2550, หน้า 69) ยังพบอีกว่า กลุ่มเพื่อนมีความสำคัญกับการใช้เวลาในการเล่นเกมออนไลน์เป็นอย่างยิ่ง วัยรุ่นจะใช้เวลาในการเล่นเกมออนไลน์เป็นส่วนใหญ่เนื่องจากเมื่อวัยรุ่นเล่นได้ถึงระดับสูง จะได้รับการยกย่องนับถือจากกลุ่มเพื่อน

ปัจจัยหน้ายอดสำคัญใจ ซึ่งประกอบด้วย การได้สัมพันธ์กับผู้อื่น ได้บังการผู้อื่น ได้เป็น คนอื่น ได้รับความสำเร็จ และการได้หลีกหนีจากโลกความจริง มีค่าประมาณสัมประสิทธิ์เท่า กับ 0.34 ซึ่งมีอำนาจในการทำนายพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของกลุ่มตัวอย่างที่ มีพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ในระดับหมู่บ้านได้ 1.40 เท่าของกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ในระดับนักเล่นลำลอง ผลการวิจัยสอดคล้องกับทฤษฎี การใช้ประโยชน์และความพึงพอใจเชิง Blumler, McQuail and Brown (1972) ซึ่งการเล่นเกมออนไลน์ของวัยรุ่นตรงกับตัวแปรความพึงพอใจในด้านความ

เพลิดเพลิน (Diversion) ซึ่งจะอุปมาในรูปของการใช้สื่อเพื่อหลบหนีปัญหา เพื่อหลีกหนีงานประจำ และเพื่อผ่อนคลาย อารมณ์ บัณฑิต ศรีไพศาล (2551) กล่าวว่า สิ่งที่ดึงดูดให้เด็กติดเกมและอินเทอร์เน็ต ได้แก่ ความสวยงาม (Graphic) ทำให้มองเพลิน ดึงดูดใจ เนื้อหาเกมท้าทายความสามารถ ทำให้เด็กต้องการพิสูจน์ว่าตนเองเก่ง โดยการเอาชนะเกมให้ได้ อีกทั้งการชนะเกมทำให้เด็กประสบความสำเร็จ ได้รับรางวัล ได้รับการยอมรับและยกย่อง ตลอดจนเกิดความรู้สึกภูมิใจในตนเอง ซึ่งเป็นลักษณะเฉพาะตัวของเกมออนไลน์ ที่สามารถเล่นกันร่วมกับคนอื่นๆ ในเวลาเดียวกัน ผู้เล่นได้เข้าไปอยู่ในโลกเสมือนจริง มีสังคม รู้จักกับคนอื่น ๆ ได้จริง และแสดงตัวตนเป็นคนอื่นได้ อีกทั้งยังทำให้ผู้เล่นมีความสุขที่ได้อยู่ในโลกที่สามารถทำให้ตนเป็นที่ยอมรับและได้รับชัยชนะ (ดรุต์ ชัยันทร์, 2548, หน้า 55)

จากการศึกษาผลกระทบจากการติดเกมออนไลน์ของวัยรุ่นในจังหวัดชลบุรี พบว่า กลุ่ม ตัวอย่างที่มีพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ในระดับนักเล่นลำลอง ได้รับผลกระทบจากการเล่นเกมออนไลน์ในด้านสุขภาพ การใช้จ่าย การเรียน และความ สัมพันธ์ในครอบครัวและสังคม อยู่ในระดับปานกลางทุกด้าน ส่วนกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ในระดับหมู่บ้าน ได้รับผลกระทบจากการเล่นเกมออนไลน์ในด้านสุขภาพ การใช้จ่าย และด้านความสัมพันธ์ในครอบครัวและสังคม อยู่ในระดับสูง และได้รับผลกระทบ ทบด้านการเรียนอยู่ในระดับปานกลาง โดยกลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ในระดับหมู่บ้านได้รับผลกระทบในทุกด้านมากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ ในระดับนักเล่นลำลองอย่างมีระดับนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05 สอดคล้องกับ พลฤทธิ์ สุจิตวิธิชินันท์ (2550, บทคัดย่อ) ที่พบว่า ผลของปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เล่นกับเกมในเชิงลบ ได้แก่ ด้านการเรียน ด้านค่าใช้จ่าย ด้านร่างกายและจิตใจ พิมพ์ชร อาสานะพันธุ์ (2551, บทคัดย่อ) ได้ศึกษาพฤติกรรมและผลกระทบจากการเล่น

เกมออนไลน์ เกลส์ รันเนอร์ ของนักเรียนมัธยมศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานคร พนว่า การเล่นเกมออนไลน์ เกลส์ รันเนอร์ มีผลกระทบในด้านสุขภาพ ด้านความสัมพันธ์ กับเพื่อน และด้านการศึกษา บัณฑิต ศรีไพศาล (2551) กล่าวว่า หากเล่นเกมหรืออินเทอร์เน็ตนานๆ จะเกิดผลกระทบหรือโทษได้หลายประการ ได้แก่ ไทยต่อสุขภาพ ภายนอก สุขภาพจิต ไทยต่อสุขภาพและไทยต่อการผลิตผลงานของชีวิต

จากการศึกษาแนวทางในการปรับลดพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของวัยรุ่นในจังหวัดชลบุรี พัฒนาทางในการปรับลด ดังนี้

- ผู้ให้ข้อมูลสำคัญเห็นว่าความมีแนว ทางในการปรับลดพฤติกรรมการติดเกมออนไลน์ กือ หากิจกรรมอื่นให้เด็กปฏิบัติ พาเด็กรอจากสภาพแวด ล้อมของ การเล่นเกม สอดคล้องกับมูลนิธิเพื่อพัฒนาเด็ก (2550) ที่เสนอว่า การจัดให้มีกิจกรรมสร้าง สรรค์ทัดแทนเพื่อสนับสนุนให้ลูกได้ก้าวแสดงออก และแสดงความสามารถ พิเศษ รวมมิตรกรรมที่หลากหลายสำหรับทำร่วม กับระหว่างพ่อแม่ลูก อป่าให้เก็บเป็นกิจกรรมเดียวที่ลูกทุกคน เวลาให้ รวมทั้งหน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งภาครัฐและเอกชน จะต้องหากิจกรรมที่สร้างสรรค์มารองรับในช่วงปิดเทอม ถึงแม้เป็นกิจกรรมการแก้ไขปัญหาปลายทาง แต่ยังดีกว่า ปล่อยให้ปัญหาเกิดขึ้นแล้วไม่ได้รับการแก้ไข ผู้ปกครอง รวมมิตรกรรมร่วมกับลูกอยู่อย่างสม่ำเสมอ และมีการ สร้างข้อตกลงใน การเล่นเกมกับลูก และมีเวลาให้ลูกมากขึ้น อยอยู่แล้วให้ลูกเล่นเกมมากเกินไป แต่ไม่ใช่ห้าม เล่นจนเด็กไม่เชื่อฟัง และมีปัญหาหนึ่นพ่อแม่ไปเล่นเกม ที่ร้านและปัญหาลูกตามไปถึงกรณีเด็กหนีออกจากบ้าน เพื่อไปเล่นเกม ดังในบทความเรื่องเกมคอมพิวเตอร์เล่น สนุกแบบเท่าทัน (2550) ได้เสนอวิธีช่วยให้ปัญหาดัง เกมน่องแข็งไม่เกิดขึ้น กือ ต้องมีการตกลงกฎกติกาว่า กันและควบคุมเวลาเล่นเกมอย่างจริงจัง เพื่อไม่ให้เด็กใช้เวลาเล่นเกมอยู่ที่หน้าจอนานเกินไป โดย ต้องรักษากฎ อย่างเคร่งครัด ให้ลูกได้ทำกิจ กรรมหลากหลาย หากมี

กิจกรรมอื่นๆ ที่น่าสนใจทำร่วมกันในบ้านก็จะทำให้เด็กไม่พุ่งความสนใจไปที่การเล่นเกมเพียงอย่างเดียว สอดคล้องกับ ประการ ณรงค์ (2548, หน้า 25-39) กล่าวว่า การมีวินัยในบ้าน การร่วงกฎกติกาในบ้านเป็นสิ่งสำคัญ การฝึกวินัยกันตั้งแต่เล็กๆ แม้เด็กโตก็ยังต้องฝึกต่อให้มีวินัยในตนเอง เด็กที่มีวินัยจะรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง เพราะทำอะไรก็มักประสบผลสำเร็จ ซึ่งการสร้างวินัยทั้งปวง แม้และลูกทุกคน มีส่วนร่วมในการวางแผน และกำหนดบทบาทหน้าที่ความรับผิดชอบให้เหมาะสม การวางแผน ที่ไม่ตรงกันนั้นเป็นลิ่งปகติที่พบได้เสมอ ทุกคนจำเป็นต้องปรับเปลี่ยนและปรับเปลี่ยนแบบค่อยเป็นค่อยไป บางครั้งอาจใช้เวลา เด็กๆ มีโอกาสทำผิดพลาดได้บ่อย ครอบครัวควรให้โอกาส และรักษาสัมพันธภาพที่ดีระหว่างพ่อแม่กับลูกไว้ (กุญแจราด คำเกลียง, 2551) นอกจากนี้ ชาญวิทย์ พรนกัด (2551) ได้เสนอแนะว่า ควรมีการฟอร์มเครือข่าย (Network) ผู้ปกครองที่มีลูกติดเกมเหมือนกันหลาย ๆ ครอบครัว แล้วผลัดกันนำลูกไปทำกิจกรรมหลังเลิกเรียน หรือในวันหยุด เช่น Camping, Field Trip, Walk Rally ฯลฯ จัดตั้งเป็นกลุ่มย่อยๆ ชุมนุมต่างๆ เช่น Sport Club, Adventure Club เป็นต้น

- ชุมชนควรจัดกิจกรรมอื่นๆ เช่น มีห้องสมุด ที่มีหนังสือที่น่าสนใจสำหรับเด็ก จำนวนมากพอกับความต้องการของเด็ก มีจำนวนสำนวนกีฬาที่เพียงพอต่อความต้องการของเด็กในชุมชนสอดคล้องกับ ศรียิเดว ทรีปไต (2550) ที่เสนอแนะว่า ในระดับชุมชนควรรณรงค์ร้านอินเทอร์เน็ตสีขาว มีการกำหนดปริมาณร้านและกำหนดเวลาในการเล่น กำหนดพื้นที่ในทุกชุมชนในการทำกิจกรรมเรียนรู้ร่วม กันระหว่างเด็ก เยาวชน ในครอบครัว ซึ่งในส่วนของร้านเกมควรนั่นควรมีจิตสาธารณะ เปิด-ปิดร้านให้ตรงเวลา ทำตามบทบัญญัติกฎหมาย ดูแลไม่ให้เด็กอายุต่ำกว่า 10 ปีเข้ามาเล่นในร้าน และกำหนดให้เด็กคนหนึ่งๆ เล่นไม่เกิน 3 ชั่วโมง

- ครูและโรงเรียน ควรมีการให้ความรู้และส่ง

เสริมการใช้คอมพิวเตอร์ที่เหมาะสมและ เป็นประโยชน์ รวมทั้งไทยของการเล่นเกมออนไลน์แก่เด็กอย่างต่อเนื่อง และจัดกิจกรรมที่ สนุก สนานตอบสนองความต้องการของเด็ก สอดคล้องกับ สุริยเดว ทรีปตี (2550) ที่เสนอ แนวว่า ในระดับโรงเรียนควรเปิดพื้นที่ให้มีกิจกรรมกีฬาที่ หลากหลาย ใช้อินเทอร์เน็ตให้เป็นประโยชน์กับกิจกรรม การเรียนแทนการเล่นเกม จัดชั้นเรียนเพื่อนช่วยเพื่อน เพื่อ ช่วยกันดูแล

## ข้อเสนอแนะ

### ข้อเสนอแนะที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้

1. ควรมีหน่วยงานที่ศึกษาวิจัยหรือสนับสนุน การศึกษาวิจัยเรื่องเกมออนไลน์ให้เป็นไปอย่างครอบคลุม เพื่อนำไปสู่การกำหนดนโยบายและวางแผนทางการ ป้องกันแก้ปัญหา

2. จากการศึกษาพบว่า เด็กเริ่มเล่นเกมออนไลน์ ตั้งแต่ในระดับชั้นประถมศึกษา เนื่อง จากมีเวลาว่าง มาก พ่อแม่หรือผู้ปกครองทำงานมากจนไม่ค่อยมีเวลา ให้ ดูนั่งสถานะนักการศึกษาและครอบครัว ต้องร่วมกัน จัดกิจกรรมให้มีความหลากหลาย สนใจเข้าใจได้และร่วม กิจกรรมกับเด็กให้มากที่สุด อีกทั้งยังต้องทำความเข้าใจ และเรียนรู้แบบแผนพุทธิกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของ เด็ก ต้องชัดระเบียบวินัยในการเล่นเกมออนไลน์ให้กับ เด็กให้เหมาะสม

3. ผู้ประกอบการร้านเกมควรพิจารณาเกม ออนไลน์ที่เหมาะสมกับระดับอายุและระดับ การศึกษา

ของวัยรุ่น ตลอดจนควรพิจารณาถึงระยะ เวลาที่ให้บริการ และระยะเวลาที่เด็กและวัยรุ่นเข้ามารับบริการให้ถูกต้อง เหมาะสม

### ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. จากการศึกษาพบว่า มีการเสนอแนวทาง ในการป้องกันวัยรุ่นติดเกมออนไลน์ในหลากหลายรูป แบบ จึงควรจะมีการศึกษารูปแบบที่เหมาะสมในการจัด กิจกรรมเพื่อแก้ปัญหาเด็กมีพุทธิกรรมติดเกมออนไลน์

2. วัยรุ่นที่มีพุทธิกรรมติดเกมออนไลน์มีผล ผลกระทบที่เกิดจากการติดเกมออนไลน์ทั้งในด้านสุขภาพ กาย ด้านการใช้จ่าย ด้านการเรียน และด้านความสัมพันธ์ ไม่ครอบครัวและสังคม จึงควรมีการศึกษาถึงผลกระทบ ด้านอื่น ๆ เช่น สุขภาพจิต ความเครียด บุคลิกภาพ และ ด้านอื่น

3. จากการศึกษาพบว่า วัยรุ่นที่มีพุทธิกรรม ติดเกมออนไลน์ส่วนใหญ่เริ่มเล่นเกมออนไลน์มาตั้งแต่ ระดับประถมศึกษา ดังนั้นจึงควรมีการศึกษาปัจจัยทำนาย พุทธิกรรมติดเกมออนไลน์กลุ่มเดียวกับระดับประถมศึกษา

4. ควรมีการจัดสอนทางกลุ่มทั้งวัยรุ่นที่มี พุทธิกรรมติดเกมออนไลน์ สถาบันครอบครัว สถาน ศึกษา จิตแพทย์หรือองค์กรที่มีส่วนแก้ไขปัญหาเด็กติด เกม และทางฝ่ายผู้ประ กอบการร้านเกม เพื่อร่วมกันจัด กิจกรรมแก้ปัญหาวัยรุ่นมีพุทธิกรรมติดเกมออนไลน์ได้ อย่างยั่งยืน

## เอกสารอ้างอิง

บันฑิต ศรีไฟศาล. (2549, 1 พฤศจิกายน). เกมออนไลน์. ข่าวสด, หน้า 31.

ผู้จัดการออนไลน์. (2549). ห้องแชทกับเกมออนไลน์. วันที่กันข้อมูล 13 กันยายน 2549, เข้าถึงได้จาก [www.cablephet.com](http://www.cablephet.com)

พลฤทธิ์ สุกิติวิธินันท์. (2550). ปฏิสัมพันธ์เกมออนไลน์ กรณีศึกษา : นักเรียนมัธยมศึกษา เพศอ่อนเมือง จังหวัด เชียงใหม่. วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต, สาขาวิชานิเทศศาสตร์, บัณฑิตวิทยาลัย, มหาวิทยาลัย เชียงใหม่.

มหันตภัย “เกมออนไลน์” ทำลายสมองของชาติ. (2548, 1 เมษายน). *สยามรัฐ*, หน้า 8.

มูลนิธิเพื่อการพัฒนาเด็ก. (2550). เด็กติดเกม ภาค 2. วันที่สืบค้นข้อมูล 28 กันยายน 2551, เข้าถึงได้จาก <http://www.iamchild.org>.

รัตนารบรรณ หอมเนียม. (2550). พฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของเด็กและเยาวชนไทย. *วิทยานิพนธ์ศิลปศาสตร์ มหาบัณฑิต, สาขาวิชาระบบทรัตนารบรรณ, คณะสังคมสงเคราะห์ศาสตร์, มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.*

ศรีวรรณ พุนสรรสิทธิ์. (2548, 1 กรกฎาคม). รู้ทันปัญหาเด็กติดเกม. *ชีวจิต*, 7 (162), หน้า 82-83.

ศศิพร ต่ายคำ. (2547, ตุลาคม – ธันวาคม). เกมคอมพิวเตอร์ ข้อชนวนของผู้แพ้ในสังคมแห่งความ. *สวนดุสิต*, 1(4). หน้า 45

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการเสริมสร้างสุขภาพ. (2551). เกม...ต้นตอเด็กก้าวร้าว ทำร้ายร่างกาย ล่วงละเมิดทางเพศ วันที่ค้นข้อมูล 27 กันยายน 2551, เข้าถึงได้จาก <http://www.thaibluehealth.or.th>

สุริยเดว ทรีปตี. (2550, กันยายน). บันได 3 ขั้นเมืองต้นเยี่ยวปัญหาเด็กติดเกม. *ขาดหมายข่าว ฉบับ สร้างสุข*. หน้า 10

Blumler, J. G., McQuail, D., & Brown, R. (1972). *Why do People Watch Television?* Retrieved September 29, 2008, from <http://www.aber.ac.uk>.

Colwell J. & Payne J. (2000). Negative correlates of computer game play in adolescents. *Journal of Psychol*, 91, p. 295-310.

Griffiths, Davies, & Chappell. (2004). Online computer gaming: A comparison of adolescent and adult gamers. *Journal of Adolesc*, 27, p. 87-96.

Yee, N. (2001). *The Norrathian scrolls: A study of Everquest (v 2.5)*, Retrieved from <http://www.nickyee.com/eqr/report.html>.