

ภาวะซึมเศร้าและพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร

ธีระชัย สถาพรธนาสิน*

ดวงใจ กสานติกุล**

Satarpontanasin T, Kasantikul D. Depression and on-line game playing behaviors of high school students in Bangkok Metropolitan Area. Chula Med J 2010 Jul – Aug; 54(4): 391 - 403

- Objective** : *This purpose of this research was to study depression and on-line game playing behaviors of high school students in Bangkok Metropolitan.*
- Design** : *A cross – sectional descriptive study.*
- Setting** : *High school students in Bangkok Metropolitan.*
- Materials and Methods** : *The subjects were high schools students in Bangkok. The data obtained through self-completed questionnaires, Game Addiction Screening Test – GAST: child and adolescent version and Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale. The data were analyzed by SPSS for Window. The utilized statistical tools consisted of percentage, mean, standard deviation and one-way ANOVA.*
- Results** : *There were 711 students recruited in this study. The Game Addiction Screening Test indicator scores indicated that 86.5% of the subjects had no game addicted problem; 9.9% had mild game addicted problem and 3.6% had severe game addicted problem Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale scores indicated that 67.7% of the subject had depression, and 32.2% had depression. The factors related on-line game playing behaviors were gender, academic level, academic grade, close friend and depression.*

* นิสิตปริญญาโท สาขาวิชาสุขภาพจิต ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

** ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

Conclusion : *The majority of high school students had no game addicted problem. However, there are factors related on-line game playing behaviors, which should be further evaluated and followed up, especially the subject that had mild game addiction problem and severe game addiction problem, also depression. The cooperation between the school and parent would reduce depression and on-line game playing behaviors.*

Keywords : *Depression, on-line game playing behaviors, high school students.*

Reprint request: Satarpontanasin T. Graduated Student Program in Mental Health, Department of Psychiatry, Faculty of Medicine, Chulalongkorn, Bangkok 10330, Thailand.

Received for publication. March 15, 2010.

ธีระชัย สถาพรธนาสิน, ดวงใจ กสานติกุล. ภาวะซึมเศร้าและพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์
ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร. จุฬาลงกรณ์เวชสาร 2553
ก.ค. - ส.ค.; 54(4): 391 - 403

วัตถุประสงค์ : เพื่อศึกษาภาวะซึมเศร้าและพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียน
มัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร

รูปแบบการวิจัย : การวิจัยเชิงพรรณนา ณ จุดเวลาใดเวลาหนึ่ง

กลุ่มตัวอย่าง : นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ในสังกัดสำนักงานการศึกษาขั้นพื้นฐาน
กระทรวงศึกษาธิการในเขตกรุงเทพมหานคร

วิธีการศึกษา : นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายปีการศึกษา 2552 โดยใช้แบบสอบถาม
ข้อมูลส่วนบุคคล แบบทดสอบการติตเกมสำหรับเด็กและวัยรุ่น และแบบ
สอบถามเกี่ยวกับความรู้สึก CES-D วิเคราะห์ข้อมูลโดยโปรแกรม SPSS สถิติที่ใช้
ได้แก่ ค่าร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และวิเคราะห์ความแปรปรวน
ทางเดียว

ผลการศึกษา : นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 จำนวน 257 คน (ร้อยละ 33.3) นักเรียนชั้น
มัธยมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 255 คน (ร้อยละ 33.1) นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6
จำนวน 259 คน (ร้อยละ 33.6) ซึ่งเป็นเพศชายจำนวน 396 คน (ร้อยละ 51.4)
และเพศหญิง จำนวน 375 คน (ร้อยละ 48.6) จากการวิจัยพบว่ากลุ่มไม่มีปัญหา
ในการเล่นเกม ร้อยละ 86.5 คลั่งไคล้ เริ่มเกิดปัญหาในการเล่นเกม ร้อยละ 9.9
กลุ่มติตเกม มีปัญหาในการเล่นเกมมาก ร้อยละ 3.6 ส่วนด้านความรู้สึกพบว่า
กลุ่มที่ไม่อยู่ในข่ายภาวะซึมเศร้า ร้อยละ 67.7 ส่วนกลุ่มที่อยู่ในข่ายภาวะซึมเศร้า
32.2 และปัจจัยที่เกี่ยวข้องพบว่าปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการเล่นเกม ได้แก่
เพศชาย ระดับการศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 เกรดเฉลี่ยต่ำ รายได้ส่วนตัว
ต่ำและสูง จำนวนเพื่อนสนิทเพศเดียวกันน้อย และปัจจัยทางจิตสังคม มีภาวะ
ซึมเศร้า ร้อยละ 32.3

สรุปผล : นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในโรงเรียนที่ทำวิจัย ส่วนใหญ่ยังไม่มีปัญหาใน
การเล่นเกม แต่ก็พบว่าปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับพฤติกรรมการเล่นเกม ซึ่งควรที่จะ
ได้รับการประเมินและติดตามต่อไปในกลุ่มที่มีปัญหาพฤติกรรมการเล่นเกม
และมีภาวะซึมเศร้าวร่วมอยู่ด้วย รวมทั้งวางแผนทางความร่วมมือทั้งโรงเรียน
และผู้ปกครอง เพื่อที่จะช่วยให้เด็กลดพฤติกรรมการเล่นเกมลงและปฏิกิริยา
ทางอารมณ์ที่เกิดขึ้น

คำสำคัญ : ภาวะซึมเศร้า, พฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์, นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย.

เกมออนไลน์ในปัจจุบันได้กลายเป็นหนึ่งในกิจกรรมที่สร้างความบันเทิงบนโลกอินเทอร์เน็ต ผลกระทบของการเล่นเกมออนไลน์ติดต่อกันเป็นระยะเวลาที่นานจะก่อให้เกิดผลกระทบในด้านลบต่าง ๆ ที่ตามมา เช่น ผลการเรียนรู้ที่ตกต่ำ ความวิตกกังวล ภาวะซึมเศร้า ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลที่แย่ง แย้ง เก็บตัวแยกจากสังคมหลีกหนีจากความเป็นจริง และความรุนแรงต่าง ๆ ที่ตามมา⁽¹⁾

การศึกษาอิทธิพลของเกมคอมพิวเตอร์ต่อเด็กและวัยรุ่นน้อยเมื่อเทียบกับอิทธิพลของสื่ออื่น ๆ แต่องค์ความรู้ที่มีอยู่ในปัจจุบันยืนยันได้ว่า การเล่นเกมคอมพิวเตอร์ที่มีความรุนแรงทำให้เด็ก และวัยรุ่นมีอาการ อารมณ์ ความคิด และพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงอย่างชัดเจนทั้งในระยะสั้นและระยะยาว และยังพบว่าการเล่นเกมที่มีความรุนแรงทำให้เด็กและวัยรุ่นมีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และพฤติกรรมช่วยเหลือผู้อื่นลดลง แต่ผลกระทบดังกล่าวยังขึ้นอยู่กับปัจจัยอีกหลายประการ เช่น อายุ เพศ เซอร์วิบูลยา บุคลิกภาพ สถานะทางเศรษฐกิจ และสังคม และครอบครัว เป็นต้น⁽²⁻³⁾

การศึกษาเกี่ยวกับการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ที่มีความรุนแรงและความก้าวร้าว บางรายงานสรุปว่า การเล่นเกมคอมพิวเตอร์ที่มีความรุนแรงทำให้เด็กเล็ก และเด็กวัยรุ่นมีพฤติกรรมก้าวร้าวมากที่สุด โดยอธิบายว่าเด็กวัยนี้ยังไม่สามารถแยกแยะสถานการณ์จริง และจินตนาการหรือสิ่งที่เกิดขึ้นในเกมได้ดีนัก⁽⁴⁻⁵⁾ บางรายงานสรุปว่าทำให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมก้าวร้าวมากที่สุด โดยเฉพาะวัยรุ่นตอนต้น เนื่องจากพัฒนาการทางจิตสังคม การเปลี่ยนแปลงของระบบต่อมไร้ท่อ และการพัฒนาของสมองในระยะวัยรุ่นตอนต้น ทำให้วัยรุ่นมีโอกาสเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ง่ายอยู่แล้ว⁽⁶⁾ ส่วนปัจจัยด้านเพศนั้นพบว่า เกมคอมพิวเตอร์ที่มีความรุนแรงทำให้เด็กและวัยรุ่นเพศชายมีความก้าวร้าวได้มากกว่าเพศหญิง⁽⁷⁾

ผลจากการเล่นเกมเป็นระยะเวลานานอาจมีอาการทางกายที่ไม่ทราบสาเหตุ เช่น ปวดศีรษะ ปวดหลัง ปวดข้อ ปวดท้อง เจ็บหน้าอก อ่อนเพลีย เป็นต้น อาการเหล่านี้จะหายไปได้หลังจากหยุดเล่นเกม การเล่นเกม

คอมพิวเตอร์ทำให้หัวใจเต้นเร็วขึ้น และความดันโลหิตสูงขึ้น⁽⁸⁾ พบว่าการตอบสนองทางหัวใจและหลอดเลือดต่อการเล่นเกมคอมพิวเตอร์สามารถทำนายการเปลี่ยนแปลงความดันโลหิต และการเป็นโรคความดันโลหิตสูงในวัยรุ่น ในอีก 5 ปีต่อมา⁽⁹⁾ มีรายงานว่าเด็กที่นั่งเล่นเกมคอมพิวเตอร์เป็นเวลานานเกิด venous thromboembolism หรือเรียกว่า “eThrombosis” การเล่นเกมคอมพิวเตอร์ยังสัมพันธ์กับการเป็นโรคอ้วนในเด็กและวัยรุ่นที่เพิ่มมากขึ้นในปัจจุบัน⁽¹⁰⁾

ส่วนสาเหตุการติดเกมนั้นอาจจะเกิดได้ทั้งปัจจัยด้านบุคคลเองและปัจจัยทางจิตสังคม เช่น ภาวะซึมเศร้า ภาวะวิตกกังวล เป็นต้น

เนื่องจากผลกระทบของการเล่นเกมในเด็กไทย ก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ มากมายตามมา ทั้งแก่ตัวเด็กเอง และสังคม ดังนั้นการศึกษาที่เกี่ยวกับภาวะซึมเศร้าที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ที่มีผู้เล่นในวัยนี้มากที่สุด จะทำการศึกษาวัดความสัมพันธ์กันอย่างไร และภาวะซึมเศร้าจะเป็นปัจจัยเหตุหรือไม่ที่จะทำให้เด็กมีพฤติกรรมการเล่นเกมเพื่อที่ว่าหากพบความสัมพันธ์กันก็สามารถที่จะรักษาบุคคลผู้ที่มีภาวะซึมเศร้าให้สามารถเลิกพฤติกรรมการเล่นเกมต่อไป อีกทั้งยังมีการศึกษาพบว่ากลุ่มนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายมีการเข้าเกณฑ์วินิจฉัยว่ามีปัญหาการติดเกม ถึงร้อยละ 16.6⁽¹¹⁾ จึงทำให้ผู้วิจัยสนใจที่จะทำการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างที่เป็นนักเรียนในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในการวิจัยนี้

วิธีการศึกษา

ประชากรเป้าหมาย (Target Population) ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 - 6 ในเขตกรุงเทพมหานคร

ประชากรตัวอย่าง (Sample Population) ได้แก่ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 - 6 ในสังกัดสำนักงานการศึกษาขั้นพื้นฐาน กระทรวงศึกษาธิการในเขตกรุงเทพมหานคร

ขนาดตัวอย่าง (Sample Size) การคำนวณขนาดตัวอย่างใช้การสุ่มตัวอย่างแบบ multiple stage

cluster sampling จึงได้ค่าประชากร (n) จำนวน 384 คน และทำการทำการปรับค่า Design effect ที่ 2 เพราะฉะนั้น จึงได้ $n = 768$ คน

จากนั้นการสุ่มเลือกโรงเรียนมัธยมในเขต กรุงเทพมหานครทั้งหมด 50 เขต โดยการสุ่มเลือกเขต โรงเรียนที่มีนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลายมา 5 เขต โดยการสุ่มจับสลากเลขที่ลำดับของเขตในกรุงเทพมหานคร และหลังจากได้เขตที่ต้องการมา 5 เขตแล้ว จึงทำการสุ่มเลือกโรงเรียนในเขตนั้นมาเขตละ 2 โรงเรียนโดยวิธีการสุ่มแบบง่ายมาเขตละ 2 โรงเรียน รวมทั้งสิ้น 10 โรงเรียน

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาวิจัยนี้ ประกอบด้วย 3 ส่วน

แบบสอบถามส่วนที่ 1: เป็นคำถามเกี่ยวกับ ข้อมูลพื้นฐานส่วนบุคคลทั่วไป ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเองและ จากการศึกษางานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เช่น อายุ เพศ ระดับ การศึกษา แผนการเรียน ผลการเรียน รายได้หรือค่าใช้จ่ายส่วนตัวต่อเดือน รายได้รวมของครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือน จำนวนสมาชิกในครอบครัว เพื่อนสนิท กิจกรรมยามว่าง เป็นต้น

แบบสอบถามส่วนที่ 2: เป็นแบบทดสอบ การติดเกมสำหรับเด็กและวัยรุ่น (Game Addiction Screening Test – GAST : child and adolescent version) สำหรับใช้ในเด็กและวัยรุ่นอายุตั้งแต่ 8 ปีขึ้นไป พัฒนาโดย ผศ.นพ.ชาญวิทย์ พรนภดล ภาควิชาจิตเวช ศาสตราจารย์คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล เป็นแบบ ทดสอบการติดเกม (Game Addiction Screening Test-Gast) ที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นเพื่อใช้คัดกรองเด็กและวัยรุ่น ที่อาจมีภาวะการติดเกม ผู้วิจัยทดสอบค่าความเชื่อถือได้ (reliability) ของแบบทดสอบโดยการหาค่าความคงที่ ภายใน (internal consistency) สำหรับค่าความแม่นยำ (validity) ผู้วิจัยได้ตรวจสอบความแม่นยำด้านเนื้อหา (content validation) ร่วมกับการหาค่าความแม่นยำด้าน

การสร้าง (construct validity) โดยการทำการวิเคราะห์ องค์ประกอบ (factor analysis) อยู่ร้อยละ 97 ของเด็ก เข้าใจข้อคำถามของแบบทดสอบเป็นอย่างดี เวลาที่ใช้ในการตอบแบบทดสอบ เฉลี่ยประมาณ 5 นาที แบบทดสอบมี ค่าความคงที่ภายในอยู่ในเกณฑ์ดีเยี่ยมโดยมีค่า Intraclass Correlation Coefficient เท่ากับ 0.90 ความแม่นยำด้าน การสร้าง (construct validity) ของแบบทดสอบอยู่ใน เกณฑ์ดีโดยทุกข้อคำถามมีค่า loading factor มากกว่า 0.4

แบบสอบถามส่วนที่ 3: เป็นแบบสอบถาม เกี่ยวกับความรู้สึก CES-D (Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale) เป็นเครื่องมือวัดภาวะ ซึมเศร้าประเภท self-report ศาสตราจารย์แพทย์หญิง อุมพร ตรังคสมบัติ ได้นำ CES-D มาแปลเป็นภาษาไทย และศึกษาค่าทางสถิติจากการศึกษาในวัยรุ่นไทย พบว่า ความเที่ยงของ CES-D วัดโดย Cronbach's Coefficient Alpha มีค่าเท่ากับ 0.86 การศึกษาความตรงในการจำแนก พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ได้รับการวินิจฉัยว่ามีภาวะซึมเศร้า อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ เป็นเครื่องมือที่ใช้ในการคัดกรอง ภาวะซึมเศร้า เพื่อแยกวัยรุ่น (อายุระหว่าง 15 - 18 ปี) ที่ ซึมเศร้าออกจากวัยรุ่นที่ไม่ซึมเศร้าได้อย่างมีประสิทธิภาพ ค่าคะแนนรวมทุกข้อแล้วนำมาเปรียบเทียบกับเกณฑ์ปกติ ที่กำหนดตั้งนี้คะแนนรวมสูงกว่า 22 ถือว่าอยู่ในข่ายภาวะ ซึมเศร้า

การวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้โปรแกรมคอมพิวเตอร์ และค่าสถิติดังนี้คือ

สถิติเชิงพรรณนา (descriptive statistic) โดย แสดงค่า ความถี่ ร้อยละ มัชฌิมเลขคณิต ค่าเบี่ยงเบน มาตรฐาน

สถิติเชิงอนุมาน (inferential statistic) วิเคราะห์ การเปรียบเทียบตัวแปรระหว่าง 2 กลุ่มใช้การทดสอบ หาค่า t-test ระหว่าง 3 กลุ่มขึ้นไปใช้การวิเคราะห์ความ แปรปรวนทางเดียว (One-Way ANOVA) และถ้าพบว่า มีความแตกต่างกันใช้การทดสอบรายคู่โดยวิธีการของเซฟเฟ้ (Scheffe' Post hoc Comparison)

ผลการศึกษา

ข้อมูลส่วนบุคคล พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีช่วงอายุเท่ากับ 16 - 17 ปี (ร้อยละ 65.5) รองลงมา กลุ่มตัวอย่างที่มีอายุมากกว่า 17 ปี (ร้อยละ 17.6) และกลุ่มตัวอย่างที่มีอายุน้อยกว่า 16 ปี (ร้อยละ 16.9)

โดยจำแนกตามเพศ พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศชาย (ร้อยละ 51.4) และกลุ่มตัวอย่างเพศหญิง (ร้อยละ 48.6)

จำแนกระดับการศึกษา พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีระดับการศึกษามัธยมศึกษาปีที่ 6 (ร้อยละ 33.6) รองลงมา กลุ่มตัวอย่างที่มีระดับมัธยมศึกษาปีที่ 4 (ร้อยละ 33.3) และกลุ่มตัวอย่างที่มีระดับมัธยมศึกษาปีที่ 5 (ร้อยละ 33.1)

จำแนกตามแผนการเรียน พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เรียนแผนวิทย์-คณิต (ร้อยละ 40.6) รองลงมา กลุ่มตัวอย่างที่เรียนแผนศิลป์-คำนวณ (ร้อยละ 30.7) กลุ่มตัวอย่างที่เรียนแผน แผนศิลป์-ภาษา (ร้อยละ 17.4) และกลุ่มตัวอย่างที่เรียนแผน แผนศิลป์-สังคม (ร้อยละ 11.3)

จำแนกตามเกรดเฉลี่ยของสองเทอมที่ผ่านมา พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีเกรดเฉลี่ย 3.01 - 4.00 (ร้อยละ 41.6) รองลงมา กลุ่มตัวอย่างที่มีเกรดเฉลี่ย 2.01-3.00 (ร้อยละ 33.7) และกลุ่มตัวอย่างที่มีเกรดเฉลี่ยน้อยกว่าหรือเท่ากับ 2.00 (ร้อยละ 3.2)

จำแนกรายได้หรือค่าใช้จ่ายส่วนตัวต่อเดือน พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีรายได้หรือค่าใช้จ่ายส่วนตัวต่อเดือนเท่ากับ 2,001 - 4,000 บาท (ร้อยละ 36.7) รองลงมาคือกลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้หรือค่าใช้จ่ายส่วนตัวต่อเดือนระหว่าง 1,001 - 2,000 บาท (ร้อยละ 32.3) ถัดมาเป็นกลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้หรือค่าใช้จ่ายส่วนตัวต่อเดือนที่น้อยกว่าหรือเท่ากับ 1,000 บาท (ร้อยละ 20.9) และกลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้หรือค่าใช้จ่ายส่วนตัวต่อเดือนมากกว่าหรือเท่ากับ 4,001 (ร้อยละ 10.1)

จำแนกรายได้รวมของครอบครัวเฉลี่ยต่อเดือน พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีรายได้เฉลี่ยของครอบครัว

ต่อเดือน น้อยกว่าหรือเท่ากับ 10,000 บาท (ร้อยละ 46.2) รองลงมา กลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้เฉลี่ยของครอบครัวต่อเดือน 10,001 - 20,000 บาท และ 20,001 - 40,000 บาท มีค่าเท่ากัน (ร้อยละ 19.3) และกลุ่มตัวอย่างที่มีรายได้เฉลี่ยของครอบครัวต่อเดือน มากกว่าหรือเท่ากับ 40,000 บาท (ร้อยละ 15.2)

จำแนกจำนวนสมาชิกในครอบครัว พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัว 4 - 6 คน (ร้อยละ 68.9) รองลงมา กลุ่มตัวอย่างที่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัว 1 - 3 คน (ร้อยละ 22.6) และกลุ่มตัวอย่างที่มีจำนวนสมาชิกในครอบครัวมากกว่า 7 คน (ร้อยละ 8.6)

จำแนกกลุ่มตัวอย่างที่มีเพื่อนสนิทต่างเพศ (ร้อยละ 47.0) รองลงมา กลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีเพื่อนสนิทต่างเพศ (ร้อยละ 52.1)

จำแนกตามจำนวนเพื่อนสนิท พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีเพื่อนสนิท 0-3 คน (ร้อยละ 30.0) รองลงมา กลุ่มตัวอย่างที่มีเพื่อนสนิท 3 - 6 คน (ร้อยละ 26.1) และกลุ่มตัวอย่างที่มีเพื่อนสนิท 7 - 9 คน (ร้อยละ 17.9) สำหรับกลุ่มตัวอย่างที่มีเพื่อนสนิทมากกว่า 10 คนนั้น (ร้อยละ 26.1)

จำแนกตามเครื่องคอมพิวเตอร์ที่ใช้ภายในบ้าน พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีเครื่องคอมพิวเตอร์ที่ใช้ภายในบ้าน (ร้อยละ 81.5) รองลงมา กลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีเครื่องคอมพิวเตอร์ที่ใช้ภายในบ้าน (ร้อยละ 18.5)

จำแนกตามสมาชิกในครอบครัวที่เล่นเกมออนไลน์ พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีสมาชิกในครอบครัวที่เล่นเกมออนไลน์ (ร้อยละ 44.7) รองลงมา กลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีสมาชิกในครอบครัวเล่นเกมออนไลน์ (ร้อยละ 55.3)

จำแนกตามเพื่อนสนิทที่เล่นเกมออนไลน์ พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีเพื่อนสนิทที่เล่นเกมออนไลน์ (ร้อยละ 75.2) รองลงมา กลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีเพื่อนสนิทที่เล่นเกมออนไลน์ (ร้อยละ 24.8)

จำแนกตามเรียนกวดวิชา พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่เคยเรียนกวดวิชา (ร้อยละ 50.2) รองลงมา กลุ่มตัวอย่างที่ไม่เคยเรียนกวดวิชา (ร้อยละ 49.8)

จำแนกตามกิจกรรมยามว่าง พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีกิจกรรมยามว่าง (ร้อยละ 97.1) รองลงมา กลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีกิจกรรมยามว่าง (ร้อยละ 2.9)

ข้อมูลจากผลการศึกษาคะแนนแบบทดสอบการติดเกมสำหรับเด็กและวัยรุ่น (Game Addiction Screening Test – GAST: child and adolescent version) พบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีช่วงคะแนนต่ำกว่า 20 คะแนน ซึ่งอยู่ในกลุ่มปกติยังไม่มีปัญหาในการเล่นเกมน (ร้อยละ 86.5) รองลงมา กลุ่มตัวอย่างที่มีคะแนนระหว่าง 20 – 29 คะแนน ซึ่งอยู่ในกลุ่มคลั่งไคล้ เริ่มเกิดปัญหาในการเล่นเกมน (ร้อยละ 9.9) และกลุ่มตัวอย่างที่มีคะแนนมากกว่าหรือเท่ากับ 30 คะแนน ซึ่งน่าจะติดเกมมีปัญหาในการเล่นเกมนมาก (ร้อยละ 3.6)

ข้อมูลจากผลการศึกษาคะแนนแบบสอบถามเกี่ยวกับความรู้สึก CES-D (Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale) พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีช่วงคะแนน 0 – 22 คะแนน (ไม่อยู่ในข่ายภาวะซึมเศร้า) (ร้อยละ 67.7) รองลงมา กลุ่มตัวอย่างที่มีสูงกว่า 22 คะแนน (อยู่ในข่ายภาวะซึมเศร้า) (ร้อยละ 32.3)

ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร โดยการวิเคราะห์ส่วนนี้เป็นการทดสอบสมมติฐานที่ตั้งไว้ โดยแสดงผลทดสอบความสัมพันธ์ของตัวแปร ปัจจัยส่วนบุคคล และปัจจัยทางจิตสังคม (ภาวะซึมเศร้า) กับพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร

เปรียบเทียบพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของ

นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ พบว่าเพศ ที่ต่างกัน มีพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานครแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ดังแสดงตารางที่ 1

เปรียบเทียบพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามระดับการศึกษา พบว่าระดับการศึกษาที่ต่างกัน มีพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานครแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จึงได้ทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ โดยวิธีการของเซฟเฟ้ (Sheffe' Post hoc Comparison) พบว่ามีความแตกต่างระหว่างกลุ่ม 1 กลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ได้แก่ กลุ่มระดับการศึกษามัธยมศึกษาปีที่ 5 กับกลุ่มระดับการศึกษามัธยมศึกษาปีที่ 6 ดังแสดงตารางที่ 2

เปรียบเทียบพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามเกรดเฉลี่ย พบว่าเกรดเฉลี่ยที่ต่างกัน มีพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร แตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จึงได้ทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ โดยวิธีการของเซฟเฟ้ (Sheffe' Post hoc Comparison) พบว่ามีความแตกต่างระหว่างกลุ่ม 2 กลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ได้แก่กลุ่มเกรดเฉลี่ยต่ำกว่า 2.01 และ กลุ่มเกรดเฉลี่ย 2.01 – 3.00 กับกลุ่มเกรดเฉลี่ย 3.01 – 4.00ดังแสดงตารางที่ 3

ตารางที่ 1. เปรียบเทียบพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามเพศ (n = 771)

เพศ	n	Mean	S.D.	t	P-value
ชาย	396	11.16	9.395	5.274	0.000*
หญิง	375	7.86	7.940		

* P < 0.05

ตารางที่ 2. เปรียบเทียบพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขต กรุงเทพมหานคร จำแนกตามระดับการศึกษา (n = 771)

ระดับการศึกษา	n	Mean	S.D.	F	P-value
มัธยมศึกษาปีที่ 4	257	9.65	9.472	4.278	0.014*
มัธยมศึกษาปีที่ 5	255	10.65	8.567		
มัธยมศึกษาปีที่ 6	259	8.38	8.413		

* P < 0.05

ตารางที่ 3. เปรียบเทียบพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขต กรุงเทพมหานคร จำแนกตามเกรดเฉลี่ย (n = 771)

เกรดเฉลี่ย	n	Mean	S.D.	F	P-value
ต่ำกว่า 2.01	25	14.48	9.531	16.699	0.000*
2.01 – 3.00	260	11.12	9.146		
3.01 – 4.00	321	7.60	8.003		

* P < 0.05

เปรียบเทียบพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามรายได้ส่วนตัว พบว่ารายได้ส่วนตัวที่ต่างกัน มีพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานครแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จึงได้ทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ โดยวิธีการของเซฟเฟ้ (Sheffe' Post hoc

Comparison) พบว่ามีความแตกต่างระหว่างกลุ่ม 3 กลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ได้แก่ กลุ่มรายได้ส่วนตัวน้อยกว่า 1,001 บาท กับกลุ่มรายได้ส่วนตัว 1,001–2,000 บาท กลุ่มรายได้ส่วนตัว 1,001 – 2,000 บาท และกลุ่มรายได้ส่วนตัว 2,001 – 4,000 บาท กับกลุ่มรายได้ส่วนตัว มากกว่า 4,000 บาท ดังแสดงตารางที่ 4

ตารางที่ 4. เปรียบเทียบพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขต กรุงเทพมหานคร จำแนกตามรายได้ส่วนตัว (n = 771)

รายได้ส่วนตัว	n	Mean	S.D.	F	P-value
น้อยกว่า 1,001 บาท	161	10.58	8.979	9.429	0.000*
1,001 – 2,000 บาท	249	7.14	8.020		
2,001 – 4,000 บาท	283	10.87	9.110		
มากกว่า 4,000 บาท	78	10.33	8.921		

* P < 0.05

เปรียบเทียบพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามจำนวนเพื่อนสนิท พบว่าจำนวนเพื่อนสนิทที่ต่างกัน มีพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานครแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 จึงได้ทดสอบความแตกต่างเป็นรายคู่ โดยวิธีการของเซฟเฟ้ (Sheffe' Post hoc Comparison) พบว่าทดสอบ มีความแตกต่างระหว่างกลุ่ม 1 กลุ่ม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ได้แก่ กลุ่มจำนวนเพื่อนสนิท 0 – 3 คน กับกลุ่มจำนวนเพื่อนสนิท 10 คนขึ้นไป ดังแสดงตารางที่ 5

เปรียบเทียบพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามปัจจัยทางจิตสังคม (ภาวะซึมเศร้า) พบว่า ปัจจัยทางจิตสังคม (ภาวะซึมเศร้า) ที่ต่างกัน มีพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานครแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทาง

สถิติที่ระดับ 0.05 ดังแสดงตารางที่ 6

การศึกษาภาวะซึมเศร้ามีผลต่อโอกาสการติดเกม ด้วยวิธีการวิเคราะห์สมการถดถอย ภาวะซึมเศร้าค่าสัมประสิทธิ์ที่ได้มีค่า 0.324 โดยมีนัยสำคัญทางสถิติ ณ ระดับความเชื่อมั่นร้อยละ 95 และมีเครื่องหมายเป็นบวก แสดงว่าผลการเปลี่ยนแปลงของภาวะซึมเศร้ามีความสัมพันธ์ในทิศทางเดียวกันกับโอกาสติดเกมกล่าวคือ เมื่อภาวะซึมเศร้าเพิ่มขึ้นร้อยละ 1 จะมีผลทำให้โอกาสติดเกมเพิ่มขึ้น 0.324 เท่า

ความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมสำหรับเด็กและวัยรุ่นกับภาวะซึมเศร้า พบว่ากลุ่มปกติยังไม่มีปัญหาในการเล่นเกมไม่อยู่ในข่ายภาวะซึมเศร้า คิดเป็นร้อยละ 62.2 สำหรับกลุ่มคลังไคล้ เริ่มเกิดปัญหาในการเล่นเกมน้อย อยู่ในข่ายภาวะซึมเศร้า คิดเป็นร้อยละ 6.2 และกลุ่มติดเกมมีปัญหาในการเล่นเกมน้อย อยู่ในข่ายภาวะซึมเศร้า คิดเป็นร้อยละ 2.2 ดังแสดงตารางที่ 7

ตารางที่ 5. เปรียบเทียบพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามจำนวนเพื่อนสนิท (n = 771)

จำนวนเพื่อนสนิท	n	Mean	S.D.	F	P-value
0 – 3 คน	231	7.84	7.771	5.765	0.001*
4 – 6 คน	201	9.39	9.176		
7 – 9 คน	138	10.11	8.103		
10 คนขึ้นไป	201	11.30	9.869		

* P < 0.05

ตารางที่ 6. เปรียบเทียบพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตกรุงเทพมหานคร จำแนกตามภาวะซึมเศร้า (n = 771)

ภาวะซึมเศร้า	n	Mean	S.D.	t	P-value
ไม่อยู่ในข่ายภาวะซึมเศร้า	522	7.96	8.008	-7.023	0.000*
อยู่ในข่ายภาวะซึมเศร้า	249	12.90	9.632		

* P < 0.05

ตารางที่ 7. ความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมสำหรับเด็กและวัยรุ่นกับภาวะซึมเศร้า (n = 771)

การติดเกม	ภาวะซึมเศร้า		รวม
	ไม่อยู่ในข่ายภาวะซึมเศร้า	อยู่ในข่ายภาวะซึมเศร้า	
กลุ่มปกติ	483	184	667
ยังไม่มีปัญหาในการเล่นเกม	62.6%	23.9%	86.5%
กลุ่มคลังไคล	28	48	76
เริ่มเกิดปัญหาในการเล่นเกม	3.6%	6.2%	9.9%
ติดเกม	11	17	28
มีปัญหาในการเล่นเกมมาก	1.4%	2.2%	3.6%
รวม	522	249	771
	67.7%	32.3%	100.0%

อภิปรายผลการวิจัย

ปัจจัยทางด้านเพศที่มีความแตกต่างกัน พบว่าเพศชายจะมีพฤติกรรมการเล่นเกมมากกว่าเพศหญิง ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาของ Teijeiro⁽¹²⁾ ที่วัดภาวะพฤติกรรมการเล่นวิดีโอเกมในเด็กวัยรุ่น เป็นร้อยละ 57 ที่เล่นวิดีโอเกมเป็นประจำ คือ อย่างน้อยสัปดาห์ละครั้ง และเด็กผู้ชายเล่นวิดีโอเกมบ่อยกว่าผู้หญิงอย่างมีนัยสำคัญ โดยเด็กผู้ชายเล่นวิดีโอเกมร้อยละ 79 ส่วนผู้หญิงร้อยละ 32 และสอดคล้อง กับประภายทิพย์ นิยมรัฐ⁽¹³⁾ ที่ศึกษาพบว่าเพศชายมีความชุกของพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ ร้อยละ 62.07 ส่วนเพศหญิงมีความชุกของพฤติกรรมการเล่นเกม ร้อยละ 28.57

ปัจจัยทางด้านระดับการศึกษา พบว่าระดับการศึกษาที่ต่างกันมีผลต่อพฤติกรรมการเล่นเกมที่แตกต่างกัน ซึ่งในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 จะมีค่าการเล่นเกมสูงกว่าและจะน้อยสุดในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 เนื่องจากในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 เป็นระดับการศึกษาสุดท้ายที่จะต้องเตรียมตัวสอบเข้าเพื่อที่จะศึกษาในระดับมหาวิทยาลัย

ปัจจัยทางด้านผลการศึกษาที่แตกต่างกันพบว่า มีผลต่อพฤติกรรมการเล่นเกม ซึ่งจากการศึกษาของ

รพีพร มณีพงษ์⁽¹⁴⁾ พบว่าการเล่นเกมมีผลต่อการส่งเสริมการเรียนรู้ และทำให้การเรียนรู้ตกต่ำ โดยการเล่นเกมหลังจากการทำงานที่บ้าน หรืองานที่ได้รับมอบหมายแล้ว หรือการเล่นเกมตามที่ได้รับอนุญาตจากผู้ปกครองแล้ว มีความสัมพันธ์เชิงบวก และการเล่นเกมตามร้านที่มีเครื่องให้เช่าชั่วโมงเล่น จำนวนชั่วโมงที่เล่นต่อสัปดาห์ การเล่นเกมทั้งก่อนและหลังสอบ จะมีความสัมพันธ์เชิงลบต่อผลการเรียน⁽¹⁵⁾ และการศึกษาของ Griffith และคณะ⁽¹⁶⁾ พบว่าการเล่นเกมออนไลน์ของเด็กวัยรุ่นทำให้เสียการเรียนหรือการทำงานมากกว่าในวัยผู้ใหญ่

ปัจจัยทางด้านรายได้ส่วนตัว พบว่าแตกต่างกัน ซึ่งจากการศึกษาของ Debra⁽¹⁷⁾ พบว่าการเล่นเกมคอมพิวเตอร์จะสัมพันธ์กับสภาพเศรษฐกิจและสังคม และสอดคล้องกับองค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อการเล่นเกมของเด็กที่พบว่าการที่บิดามารดาของเด็กมีฐานะทางเศรษฐกิจที่แตกต่างกันส่งผลต่อพฤติกรรมการเล่นเกมของเด็กอย่างแตกต่างกัน เช่น ในครอบครัวที่มีบิดามารดามีฐานะดี ลูก ๆ จะสามารถเข้าถึงเกมที่หลากหลายและมีค่าใช้จ่ายมากกว่า ในขณะที่ครอบครัวที่มีบิดามารดามีฐานะไม่ดี ลูก ๆ จะสามารถเข้าถึงเกมได้น้อยมาก⁽¹⁸⁾

ปัจจัยจำนวนเพื่อนสนิทพบว่าจำนวนเพื่อนสนิทที่แตกต่างกันมีผลต่อพฤติกรรมการเล่นเกม เนื่องจากเพื่อนเป็นแรงกระตุ้นหรือแรงจูงใจให้มีความอยากที่จะเล่นและเมื่อเล่นได้การยอมรับที่เปรียบเสมือนรางวัลทำให้เด็กยิ่งเล่นมากขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของประกายทิพย์⁽¹³⁾ ที่พบว่า จำนวนเพื่อนสนิทมีผลต่อพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์อย่างมีนัยยะสำคัญทางสถิติที่ .01

ปัจจัยทางด้านจิตสังคม (ภาวะซึมเศร้า) ที่แตกต่างกันมีผลต่อพฤติกรรมการเล่นเกม ซึ่งจากการศึกษาของ Young⁽¹⁹⁾ ได้ระบุว่าปัจจัยทางด้านจิตสังคม (ภาวะซึมเศร้า) นั้นทำให้บุคคลมีแนวโน้มที่จะชวนหาสิ่งที่ใช้ในการเป็นหลักยึดเหนี่ยวในชีวิต เช่น ภาวะซึมเศร้าที่เกิดจาก ปัญหาบุคลิกภาพที่ผิดปกติ เช่น แยกตัว ทำให้ไม่มีเพื่อนปัญหาผิดหวังทั้งเรื่องสมาชิกในครอบครัว การเรียน หรือแม้กระทั่งความรัก ทำให้เกมกลายเป็นหลักที่จะช่วยให้ชีวิตของเด็กได้ระบายและหลีกเลี่ยงปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตและจิตใจ ซึ่งสอดคล้อง รพีพร มณีพงษ์ ที่พบว่านักเรียนเล่นเกมเพื่อผ่อนคลายปัญหา ความตึงเครียด ภาวะซึมเศร้า และวิตกกังวลที่เผชิญอยู่นั่นเอง

จากการวิจัยนี้ ทำให้พบว่าปัจจัยที่เกี่ยวข้องพบว่าปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการเล่นเกม ได้แก่ เพศชาย ระดับการศึกษาชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 เกรดเฉลี่ย ต่ำ รายได้ส่วนตัวต่ำและสูง จำนวนเพื่อนสนิทเพศเดียวกัน น้อย และ ภาวะซึมเศร้า มีความสัมพันธ์กันโดยเฉพาะอย่างยิ่งภาวะซึมเศร้าที่มีผลทำให้เด็กติดเกมเพิ่มขึ้นก็เป็นปัจจัยที่สำคัญ ที่ควรจะต้องตระหนักถึงปัจจัยในส่วนนี้

ข้อเสนอแนะ ในการแก้ปัญหาเด็กติดเกมนั้นที่ไม่ควรทำเป็นอย่างยิ่งก็คือการห้ามเด็กไม่ให้เล่นเกม แต่ควรที่จะมองถึงปัญหาและเข้าใจปัญหาว่าทำไมเด็กเอาเวลาไปเสียกับการเล่นเกมโดยควรที่จะต้องร่วมมือกันหลาย ๆ ฝ่ายในการช่วยแก้ไข้ปัญหา เริ่มจากครอบครัวที่จะควรช่วยแนะนำ และเตือนถึงชนิดของเกมที่จะ

เล่น สอนให้เด็กรู้จักกาใช้เวลา หรือมีมีช่วงเวลาเล่นที่เหมาะสม สอนรับผิดชอบหน้าที่ เช่น สามารถเล่นเกมได้แต่ต้องทำการบ้านให้เสร็จก่อน อ่านหนังสือก่อนแล้วจึงไปเล่นเกม ทำกิจกรรมในครอบครัวร่วมกัน เพราะจะได้มีเวลาพักผ่อน สังสรรค์ อบรมได้และชี้ให้เห็นถึงข้อดี ข้อเสียของการเล่นเกมนาน ๆ เช่น ความเครียด ซึ่งอาจทำให้ชักและเสียชีวิตได้ ทำให้สายตาสั้น และที่สำคัญครอบครัวไม่ควรที่จะให้เงินเด็กครั้งละมาก ๆ เพราะอาจนำไปเล่นเกมได้ทั้งวัน ควรสอนและปลูกฝังให้เด็กเห็นถึงคุณค่าของเงิน สอนให้ใช้จ่ายในทางที่ถูกต้อง

ชุมชน ได้แก่ วัด พาเด็กไปวัด เพื่อทำบุญและเรียนรู้วิถีชีวิตของชาวพุทธ ปลูกฝังคุณธรรมจริยธรรม อบรมเรื่องคุณธรรม จริยธรรม และการอยู่ร่วมกันในสังคม บวชภาคฤดูร้อน หรือช่วงปิดภาคเรียน โรงเรียน ครูควรที่จะอบรมสั่งสอน วิธีการใช้สื่อให้เป็นประโยชน์ในด้านการศึกษา หาแหล่งเรียนรู้ ไม่ใช่มีไว้เล่นเกมเพียงอย่างเดียวสอดคล้องคุณธรรมจริยธรรมเข้ากับการเรียนการสอนทุกวิชา สอนให้เด็กรู้จักที่จะค้นหาจากอินเทอร์เน็ต มาส่ง มานำเสนอ เพื่อที่เด็กจะได้มีความรู้ด้านอื่นด้วยจะได้ไม่เล่นเกมเพียงอย่างเดียว

อีกทั้งชุมชน ควรช่วยกันสอดส่องดูแล ไม่เห็นแก่ประโยชน์ส่วนตัว ให้มองที่อนาคตของลูกหลาน เช่น ไม่เปิดร้านเกมเพิ่ม ไม่ส่งเสริมหรือจูงใจเด็กเข้าไปเล่นเกม เพื่อผลประโยชน์ ควรส่งเสริมด้านกีฬาให้มากขึ้น รวมทั้งสร้างแรงจูงใจให้เด็กเล่นกีฬา เช่น การตั้งทีมกีฬาภายในชุมชนเพื่อที่แข่งขันกัน เช่น ทีมฟุตบอล เป็นต้น ผู้ใหญ่ในชุมชนควรทำตนเป็นแบบอย่างแก่เด็กในการช่วยเหลือสังคม จูงใจให้เด็กเข้ามามีส่วนร่วมในการบำเพ็ญประโยชน์ต่าง ๆ ภายในชุมชน

การเมือง ควรมีนโยบายในการตรวจสอบ เกมที่อาจเป็นอันตรายแก่เด็กและมีมาตรการทางกฎหมายเพื่อปราบปราม ร้านเกม ร้านอินเทอร์เน็ต ที่เปิดเกินเวลา หรือเป็นแหล่งมั่วสุม

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ ศาสตราจารย์แพทย์หญิงดวงใจ กษานติกุล ที่ให้คำปรึกษาและตรวจสอบแก้ไข ขอบพระคุณ ศาสตราจารย์แพทย์หญิงอุมาพร ตรังคสมบัติ ที่อนุญาตให้ใช้แบบสอบถามเกี่ยวกับความรู้สึก CES-D (Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale) และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์แพทย์ชาญวิทย์ พรนภดล ที่อนุญาตให้ใช้แบบทดสอบการติดเกมสำหรับเด็กและวัยรุ่น (Game Addiction Screening Test – GAST : child and adolescent version) ในงานวิจัยครั้งนี้

อ้างอิง

- Lo SK, Wang CC, Fang WC. Physical interpersonal relationship and social anxiety among online game player. *CyberPsychology & behavior* 2005 Feb; 8(1):15-20
- Funk JB. Video games. *Adolesc Med Clin* 2005 Jun; 16(2):395-411
- Dill KE, Dill JC. Video game violence: a review of the empirical literature. *Aggress Violent Behav* 1998; 3(4):407-28
- Griffiths M. Violent video game and aggression: a review of the literature. *Aggress violent Behav* 1999; 4(4):203-12
- Bensley L, Van Eenwyk J. Video games and real-life aggression: review of literature. *J adolesc Health* 2001 Oct; 29(4):244-57
- Kirsh SJ. The effect of violence video game on adolescents: the overlooked influence of development. *Aggress Violent Behav* 2003; 8(4):377-89
- Emes CE. Is Mr Pac Man eating our children? A review of the effect of video game on children. *Can J Psychiatry* 1997 May; 42(4):409-14
- Anderson CA, Bushman BJ. Effects of violent video games on aggressive behavior, aggressive cognition, aggressive effect, physiological arousal and prosocial behavior: a meta-analytic review of the scientific literature. *Psychol Sci* 2001 Sep;12(5): 353-9
- Markovitz JH, Raczynski JM, Wallace D, Chettur V, Chesney MA. Cardiovascular reactivity to video game predicts subsequent blood pressure increases in young men: The CARDIA study. *Psychosom Med* 1998 May-Apr; 60(2):186-91
- Vandewater EA, Shim M, Caplovitz AG. Linking obesity and activity level with children's television and Video game use. *J Adolesc* 2004 Feb; 27(1):71-85
- ศิริไชย หงส์สงวนศรี, โชษิตา ภาวะสุทธิไพรัฐ, สุวรรณมา เรื่องกาญจนเศรษฐ์. พฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์และปัญหาการติดเกมในวัยรุ่น. นำเสนอในการประชุมวิชาการราชวิทยาลัยจิตแพทย์แห่งประเทศไทยประจำปี 2548 กรุงเทพมหานคร 10-12 ตุลาคม 2548
- Tejeiro Salguero RA, Bersab Morlen RM. Measuring problem video game playing in adolescents. *Addiction* 2002 Dec; 97(12):1601-6
- ประกายทิพย์ นิยมรัฐ. ปัจจัยทางสังคมและความรู้สึกแสวงหาสิ่งตื่นเต้นเร้าใจที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในกรุงเทพฯ [วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต]. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2547
- รพีพร มณีพงศ์. ความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบการเล่นวิดีโอเกมกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 กรุงเทพมหานคร

- [วิทยานิพนธ์ปริญญาโท]. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย; 2533
15. พูนทรัพย์ จิระเศรษฐเมธากุล. ความสุข ชนิดของการเล่นวิดีโอเกม และทัศนคติของผู้ปกครองต่อการเล่นวิดีโอเกมในนักเรียน [วิทยานิพนธ์ปริญญาโท]. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2541
16. Griffiths MD, Hunt N. Dependence on computer games by adolescents. *Psychol Rep* 1998 Apr; 82(2):475-80
17. Lieberman D. Reading, television, and computers: children's patterns of media use and Academic achievement [dissertation]. Stanford, CA: Stanford University, 1986
18. Jordan A. The role of media in children's development: an ecological perspective. *J Dev Behav Pediatr* 2004 Jun; 25(3):196-206
19. Young KS. Psychology of computer use: XL. Addictive use of the Internet: a case that breaks the stereotype. *Psychol Rep* 1996 Dec;79(3 Pt 1):899-902