

## ปัญหาเด็กติดเกมส์ / แนวทางแก้ไข



จัดทำโดย

นางสายจิตต์ พรหมมา

ตำแหน่งนักวิชาการวัฒนธรรมชำนาญการ

สำนักงานวัฒนธรรมจังหวัดลพบุรี

## คำนำ

ในปัจจุบัน “ร้านเกมส์” เกิดขึ้นมากมาย ทุกหัวระแหง อันก่อให้เกิดการร้องเรียนไปยังหน่วยงานภาครัฐ และร้านเกมส์ จำนวนไม่น้อยได้กลายเป็นแหล่งมั่วสุมเป็นสถานที่เสี่ยงต่อการแพร่ของ ยาเสพติด ตลอดจนการล่อลวงและอาชญากรรมต่างๆ

จากอดีตจนถึงปัจจุบัน “เกมส์” ถือว่าเป็นการละเล่นอย่างหนึ่งที่ทำให้ความสนุกสนานเพลิดเพลินมีส่วนสร้างทักษะแก่เด็ก แต่ขณะเดียวกันก็มีเกมส์อีกจำนวนไม่น้อย ที่มีเนื้อหารุนแรง หรือมีภาพที่ไม่เหมาะสมกับเด็ก หากผู้ประกอบการร้านเกมส์ขาดความรับผิดชอบมุ่งแสวงหาแต่ผลกำไร ไม่คำนึงถึงผลดี ก็จักก่อให้เกิดปัญหา “เด็กเสพติดเกมส์” และปัญหาอื่นๆ ตามมา

สำนักงานวัฒนธรรมจังหวัดลพบุรี หวังว่าความรู้เรื่องปัญหาเด็กติดเกมส์ เล่มนี้คงจะเป็นประโยชน์สำหรับผู้ปกครอง ครู อาจารย์ และบุคคลทั่วไป ใช้เป็นแนวทางอบรม ดูแล บุตรหลาน เยาวชนให้พ้นภัยจากเกมส์ได้อีกแนวทางหนึ่ง

นางสายจิตต์ พรหมมา

นักวิชาการวัฒนธรรมชำนาญการ

## สารบัญ

เรื่อง	หน้า
ปัญหาเด็กติดเกมส์	1- 2
สาเหตุที่เกิดจากเกมส์คอมพิวเตอร์	3 - 4
มาตรการส่งเสริมการเรียนรู้จากเกมส์ 3 ระยะ	5 - 6
อาการเด็กติดเกมส์	7 - 8
หลักปฏิบัติ 7 วิธีที่ทำให้เด็กหลุดออกจากวัฏจักรการคุกคาม ของเกมส์ออนไลน์ที่ไม่สร้างสรรค์	9 - 10
การแก้ไขปัญหาเด็กติดเกมส์	11 - 13



### ...ปัญหาเด็กติดเกมส์...

ทุกวันนี้ปัญหาที่เป็นอุปสรรคต่อการศึกษาของเด็กไทย คงหนีไม่พ้นปัญหา เด็กติดเกมส์ออนไลน์ เด็กทั้งหลายหันหน้าเข้าสู่โลกไซเบอร์หรืออินเทอร์เน็ตกันมากกว่า การหันหน้าเข้าสู่การศึกษามากขึ้น เห็นได้จากพฤติกรรมรุนแรงที่มากับเกมส์ไม่ว่าจะเป็นเกมส์ DotA GTA ล้วนเป็นปัญหามากมายก่ายกอง สัดส่วนระหว่างเกมส์สร้างสรรค์กับเกมส์ทำลายล้าง มันช่างต่างกันสิ้นเชิง ปัจจุบันโปรแกรมเมอร์ได้สร้างเกมส์ที่มีสาระเช่น เกมส์เกี่ยวกับวันสำคัญทางศาสนา หรือ วันที่มีคุณค่าต่อการจดจำ ไม่ได้ช่วยอะไรมากมาย เพราะค่านิยมของการเล่นเกมของเด็ก ไม่ได้วัดกันที่สาระแต่อย่างใด มิใช่เพียงความสนุก ความนิยม เวลาที่ได้ เงินที่ได้จากการเล่นเกม ซึ่งมันไม่ได้สามารถคอนเวิร์ท หรือ เปลี่ยนมาเป็นทักษะในการดำรงชีวิตของเด็กและเงินจริงได้เลยแม้แต่น้อย รังแต่จะกัดกินจิตใจในแง่ดีของเด็ก ให้กลายเป็นจิตใจที่หยาบซ้า เพราะว่าเกมส์บางเกมส์ไม่ได้สร้างให้เด็ก คิดดีทำดี มีแต่เกลียดชัง เช่น ฆ่า ปล้น ชิงทรัพย์ ซึ่งผู้ที่ทำได้ดี ก็สามารถที่จะทำผู้อื่นๆ ได้ ซึ่งเป็นเรื่องที่ไม่ได้สร้างสรรค์แต่อย่างใด รังแต่ทำลายเท่านั้น

ปัญหาที่เกิดขึ้นไม่สามารถที่จะโทษร้านเน็ต หรือ สังคม แม้กระทั่งเพื่อนของเด็กได้เองหรอก เพราะว่าเด็กบางคนสามารถที่จะดำรงชีวิตอยู่ได้ เล่นเกมส์ออนไลน์ได้ โดยไม่ได้ส่งผลกระทบต่อการศึกษาเล่าเรียน แต่สำหรับเด็กบางคนแล้ว ไม่สามารถควบคุมจิตใจตัวเองให้กระทำในสิ่งที่ได้ จรรยาบรรณเสีย และนำไปสู่ปัญหาผู้สังคมมากมายจากการเล่นเกม ดังนั้น ครอบครัว เป็นสถาบันที่สำคัญที่สุด เป็นสถาบันแรกที่ทำให้การอบรมสั่งสอน ที่ให้การอุปการะเลี้ยงดู จึงมีวิธีการที่อาจจะเป็นแนวทางในการแก้ไขปัญหาเด็กติดเกมส์ได้หลายวิธี



**เกมส์ออนไลน์ที่เล่นในคอมพิวเตอร์** ในปัจจุบันนี้ได้รับการพัฒนารูปแบบการเล่นเกมส์ให้ก้าวหน้าไปมาก จากเกมส์ 2 มิติ เป็น 3 มิติ จนมีลักษณะเป็นเกมส์เสมือนจริง ถ้าเนื้อหาของเกมส์เป็นแบบการ์ตูน มีความน่ารัก อบอุน ก็ไม่แปลกที่เด็กจะเล่นเกมส์นั้น แต่ส่วนมากเกมส์เสมือนจริงเหล่านี้มักจะมีเนื้อหารุนแรง เกี่ยวกับอาชุนานาชนิดที่สร้างสรรค์ออกมาเพื่อตามล่าฝ่ายตรงข้ามอย่างเอาเป็นเอาตายและเด็กที่เล่นเกมส์ ก็จริงจังกับเกมส์มากจนน่าเป็นห่วง ยิ่งเกมส์ไหนพัฒนารูปแบบและเนื้อหาได้ดูเด็ดโหดร้ายประเภทเลือดท่วมจอ สมจริงสมจังได้มากแค่ไหน เด็กที่เล่นเกมส์ก็จะรู้สึกว่าเขา มั่นนั้นมีเสน่ห์น่าสนใจที่จะเล่นเกมส์นั้นและจะเล่นเกมส์ต่อเนื่องจนกลายเป็น ปัญหาเด็กติดเกมส์



**ปัญหาเด็กติดเกมส์มีสาเหตุสำคัญ** มาจากการที่พ่อแม่ - ผู้ปกครอง ไม่มีเวลาให้กับเด็ก จะเห็นได้ว่า เด็กที่ติดเกมส์ส่วนมากจะเป็นเด็กที่มีฐานะดี ไม่มีปัญหาเรื่องการเงิน สิ่งที่เป็นปัญหาสำหรับเด็กติดเกมส์เหล่านี้ก็คือ พ่อแม่ - ผู้ปกครอง ไม่ค่อยมีเวลาให้กับเด็ก เด็กจึงหันหน้าไปพึ่งพาเกมส์เป็นที่พึ่งทางใจ ใช้เกมส์ฆ่าเวลาและสนองความต้องการในส่วนลึกของตัวเด็ก ยิ่งเด็กที่อยู่ในช่วงวัยรุ่น ถ้าทางบ้านไม่ให้เวลาและความอบอุนอย่างเพียงพอ เด็กจะหันไปเชื่อเพื่อนในกลุ่ม ทำให้ปัญหาที่ควรจะได้รับแก้ไขหรือทราบปัญหาตั้งแต่เนิ่น ๆ จะกลับกลายเป็นปัญหาที่หนักยิ่งขึ้นหากได้รับการแก้ไขไม่ทันเวลา

## สาเหตุที่เกิดจากเกมส์คอมพิวเตอร์ มีดังนี้



1. สังคมไทยขาดการสร้างการเรียนรู้เท่าทัน โดยผู้ใหญ่ครูอาจารย์ขาดทักษะความรู้ในการพูดคุย ดูแล เด็กที่เล่นเกมส์คอมพิวเตอร์ขณะที่เด็กเองก็ขาดทักษะในการยับยั้งชั่งใจในการเล่นเกมส์อย่างพอดีและเล่นเกมส์อย่างสร้างสรรค์ ไม่รู้จักแยกแยะบทบาทจริงบทบาทสมมุติออกจากกันได้



## **2. การขาดระบบและเครื่องมือให้กับพ่อและแม่ในการเลือกรับเกมสื่อกอมพิวเตอร์ให้กับ ลูก ๆ**

หมายถึงระบบการจัดระดับความเหมาะสมของเกมสื่อกอมพิวเตอร์ ทำให้เด็กเยาวชนสามารถเข้าถึง เกมสื่อกอมพิวเตอร์ ที่อาจไม่เหมาะสมกับวัยของตนเอง ส่งผลต่อการเลียนแบบพฤติกรรมที่อยู่ในเนื้อหาของ เกมสื่อกอมพิวเตอร์ รวมถึงผลกระทบต่อการใช้สังคมโลกแห่งเกมส์ ที่อาจส่งผลต่อพฤติกรรมในโลกแห่งความเป็นจริง

## **3. การขาดการส่งเสริมการประกอบธุรกิจเพื่อสังคม ของผู้ประกอบการที่เกี่ยวข้องกับ คอมพิวเตอร์**

ทั้งในเรื่องของพื้นที่ร้านเกมสื่อกอมพิวเตอร์ ซึ่งเป็นพื้นที่หลักในการเข้าถึงเกมสื่อกอมพิวเตอร์และ อินเทอร์เน็ต นอกจากนี้ที่บ้านและโรงเรียนให้กลายเป็นพื้นที่ ด้านการเรียนรู้ ด้านไอซีทีรวมไปถึงพื้นที่ เข้าถึงคอมพิวเตอร์แหล่งอื่นๆ เช่น ร้านค้า และเว็บไซต์ที่ให้บริการดาวน์โหลดเกมสื่อกอมพิวเตอร์ ทำให้เด็ก เยาวชนเข้าถึงเกมส์ได้อย่างเสรี และบางเกมส์นั้นอาจไม่เหมาะสมกับวัยของผู้เล่น ทำให้ผู้เล่นเกมส์เรียนรู้เพียง ความสนุกของเกมสื่อกอมพิวเตอร์เพียงด้านเดียวเท่านั้น ไม่ได้เห็นถึงมุมมองเชิงประโยชน์ อีกทั้งเรื่องของการขาด การส่งเสริมให้ผู้ประกอบการให้บริการเกมคอมพิวเตอร์อย่างสร้างสรรค์ ทำให้เสียโอกาสในการสร้าง กิจกรรมสร้างสรรค์เชื่อมต่อระหว่างโลกในเกมส์และนอกเกมส์

## **4. การขาดการส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาเกมสื่อกอมพิวเตอร์เชิงสร้างสรรค์**

เพื่อส่งเสริมการศึกษาและการศึกษาและการเรียนรู้ให้กับเด็กเยาวชน ครอบครัวอย่างจริงจัง ทำให้ เด็กๆ ขาดทางเลือกในการเลือกเกมส์ เล่นเกมส์ที่สนุกและสร้างสรรค์ สุดท้ายเรายังคงเป็นผู้รับเกมส์ คอมพิวเตอร์จากต่างประเทศเข้ามาโดยไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ และเนื้อหาในเกมสื่อกอมพิวเตอร์เหล่านั้นอาจไม่ เหมาะกับบริบทในสังคมไทย

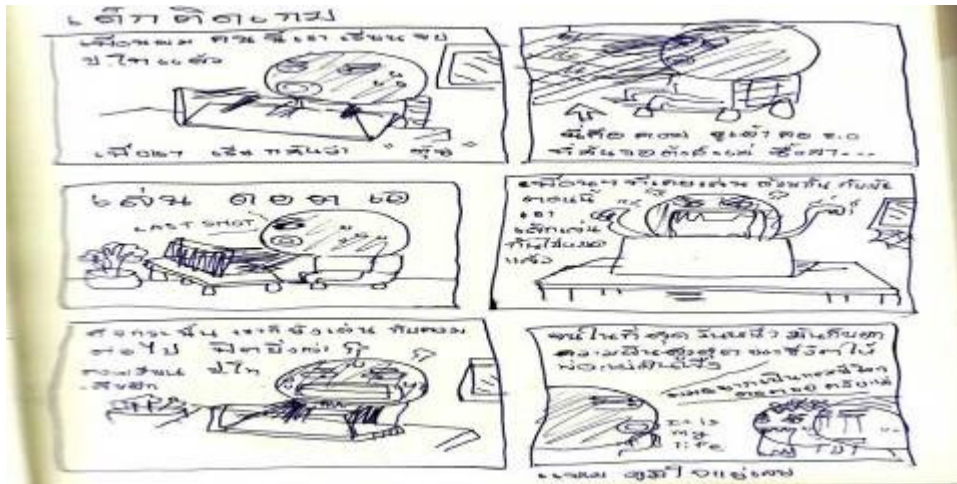
## **5. ขาดการจัดการเชิงบูรณาการระหว่างหน่วยงานที่รับผิดชอบ**

การบังคับใช้กฎหมายที่มีประสิทธิภาพ การสร้างกฎหมายที่เป็นไปได้จริงในทางปฏิบัติ ที่สำคัญก็คือ การขาดความต่อเนื่องในการจัดการระยะยาว

## **6. การขาดการมีส่วนร่วมของชุมชน**

เป็นสาเหตุหลักที่มักถูกมองข้าม แต่หากสร้างการมีส่วนร่วมของชุมชนเข้ามา จะทำให้มาตรการ ต่างๆ ละเอียดลึกซึ่งและเป็นไปได้จริง

## มาตรการการส่งเสริมการเรียนรู้จากเกม 3 ระยะ



**1. มาตรการระยะเร่งด่วน** ก็คือ มาตรการส่งเสริมการเรียนรู้เท่าทันเกมส์คอมพิวเตอร์ร่วมกับกระทรวงศึกษาธิการ และกระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ โดยมีเนื้อหาหลักสูตรการอบรมในเรื่อง

- (1) การจัดระดับความเหมาะสมของเกมส์คอมพิวเตอร์
- (2) การรู้จักเลือกรับเกมส์คอมพิวเตอร์ให้กับพ่อแม่ ครู
- (3) ทักษะในการประเมินการคิดเกมส์ รวมไปถึงทักษะในการดูแลพูดคุยกับลูก หรือลูกศิษย์ที่เล่นเกม

(4) การสร้างกิจกรรมสร้างสรรค์เชื่อมต่อระหว่างโลกแห่งเกมส์กับโลกจริงในโรงเรียน โดยคุณครูประกอบกับมาตรการในการจัดทำระบบการจัดระดับความเหมาะสมของเกมส์คอมพิวเตอร์ **มาตรการในการกำกับดูแลเวลาในการเล่น** นอกจากการจัดทำร่างกฎหมายเรื่องระยะเวลาในการเล่นเกมส์ของเด็กอายุต่ำกว่า 18 ปี ไม่เกิน 3 ชั่วโมงแล้ว จำเป็นที่จะต้องขับเคลื่อนร่วมกับ กระทรวงมหาดไทย ในการจัดทำฐานข้อมูลในการลงทะเบียนการเล่นเกมส์ ระหว่างรอการจัดทำดังกล่าว เสนอให้หารือกับกระทรวงไอซีที จัดทำข้อมูลจราจรคอมพิวเตอร์ของผู้เล่นเกม โดยต้องทำงานร่วมกับชุมชนและร้านเกมส์ ในการตรวจสอบเพื่อป้องกันการขายร้านของเด็ก เยาวชน โดยอาศัย พรบ. การกระทำความผิดเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์



**2. มาตรการระยะกลาง** คือ จัดทำนโยบายส่งเสริมการมีส่วนร่วมของชุมชนในการส่งเสริมการประกอบการร้านเกมส์คาเฟ่เพื่อสังคม เพื่อเปลี่ยนร้านเกมส์ให้เป็นพื้นที่การเรียนรู้ โดยหารือร่วมกับกระทรวงมหาดไทยและเครือข่ายร้านเกมส์คาเฟ่ ในการส่งเสริมให้เกิดกิจกรรมในชุมชนให้เกิดการเฝ้าระวังการสร้างกิจกรรมในชุมชนเพื่อเชื่อมต่อระหว่างโลกเสมือนกับโลกจริงโดยให้ร้านเกมส์คาเฟ่ เป็นภาคีหลักร่วมกับองค์กรปกครองท้องถิ่น โรงเรียนชุมชน และหน่วยงานนโยบายในพื้นที่ในการทำงาน

**3. มาตรการระยะยาว** คือ การส่งเสริมให้เกิดเกมส์คอมพิวเตอร์ในเชิงสร้างสรรค์ เพื่อเป็นทางเลือกให้กับเด็กๆ มากกว่าในปัจจุบัน แม้งานสำคัญในการจัดการทั้งระบบคงเป็น **“คณะกรรมการสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์แห่งชาติ”** ซึ่งเป็นหน่วยงานกลางที่รับผิดชอบในการป้องกันปราบปราม ส่งเสริมสื่อที่ปลอดภัยและสร้างสรรค์ ที่จะต้องดำเนินการเชิงบูรณาการที่ต้องจัดวาง กลไกที่ต่อเนื่องระยะยาว รวมทั้งการปฏิรูปกฎหมายและนโยบายที่สอดคล้องกับการทำงานที่เป็นไปได้จริง



## อาการเด็กติดเกมที่พอสังเกต

เด็กจะเสียเวลากับการเล่นเกมเป็นส่วนมากโดยมุมมองของตัวเองจะไม่คิดว่าเป็นการเสียเวลาแต่เป็นสิ่งที่เด็กทำแล้วเพลิดเพลินมีความสุขเหมือนเป็นการพักผ่อนคลายความเครียด เด็กจะคอยหาเวลาเข้าหาเครื่องคอมพิวเตอร์อยู่ตลอดเวลา ขอมอดข้าวเพื่อเอาเงินไปเล่นเกม ผลการเรียนแยลง เกรดลดลง ไม่มีความรับผิดชอบในงานต่างๆ ที่ได้รับมอบหมาย เด็กติดเกมส์มักจะพูดน้อยลง ชอบเก็บตัวอยู่แต่ในห้องเพื่อเล่นเกม หนังสือที่อ่านจะเป็นหนังสือที่เกี่ยวกับเกมส์ที่สนใจ เด็กติดเกมส์จะฉุนเฉียวง่ายเมื่อถูกจำกัดเวลาเล่นเกม อาการเด็กติดเกมส์เหล่านี้เป็นอาการที่สังเกตได้ง่ายถ้าพ่อแม่ – ผู้ปกครองมีความใส่ใจในตัวเด็ก



### ลักษณะของการติดเกมส์

1. ใช้เวลาเล่นเกมส์ เกิน 2 ชั่วโมงต่อวัน
2. ครอบงำหน้าที่การเรียน ขาดทักษะสังคม ขาดความสัมพันธ์ในบ้าน และกับเพื่อนนอกบ้าน
3. หงุดหงิดง่าย
4. ขาดไม่ได้ จะมีอาการรุนแรง อารมณ์เสีย
5. บุคลิกภาพผิดไปจากเดิม
6. ใช้เงินมาก แอบทำ แอบโกหก ขโมยเงิน ไปเล่นเกมส์

### ลักษณะเด็กที่จะติดเกมส์ง่าย

เด็กที่มีลักษณะต่อไปนี้ ควรเฝ้าระวังเป็นพิเศษ มีโอกาสติดเกมส์ได้ง่าย หรือถ้าเล่นเกมส์ต้องคอยควบคุมอย่างใกล้ชิด

1. สมาธิสั้น ปัญหาการเรียน
2. ปัญหาเพื่อน ขาดทักษะสังคม
3. ปัญหาอารมณ์ เหงา เครียด ซึมเศร้า
4. ขาดการยับยั้งใจตนเอง
5. รอคอยไม่ได้
6. ขาดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง



## หลักปฏิบัติ 7 วิธีที่ทำให้เด็กสามารถหลุดออกจากวัฏจักรการคุกคามของเกมส์ออนไลน์ที่ไม่สร้างสรรค์

### 1. ให้พ่อและแม่ฟังลูกอย่างใจเป็นกลาง

ไม่คิดว่าตัวเองถูก เพราะระยะห่างระหว่างวัย ทำให้ความคิดไม่เหมือนกัน อย่างตอนเด็กเราเคยคิดในใจ เพราะได้แค่คิดเท่านั้นว่า ทำไมพ่อแม่ไม่เข้าใจกันบ้าง ทำไมและทำไม...นั่นแหละครับ ทุกท่านที่คุณไปขัดหรือแย้งอะไรเขา คำถามทั้งโลกจะรวมอยู่ในหัวของเขาว่า ทำไม และ ทำไม การที่พ่อแม่รู้จักฟังลูกซะบ้าง ไม่ใช่เป็นการเถียงนะ แต่ผู้ใหญ่ควรรับฟังเด็กบ้างว่าคิดยังไง ไม่ใช่ตัวเองโตกว่าแล้วคิดว่าฉลาดกว่ามันจะทำให้เด็กเกิดคำถาม และกฎเกณฑ์สำคัญที่ไม่ควรพูดคือ การถูกสั่ง ชกใช้ ไล่เลียง และดำเนินทางลบ ไม่สมควรอย่างยิ่ง เพราะมันจะทำให้เด็กรำคาญ และเบื่อ มีความคิดทางลบต่อคุณทันที ทำไมผมถึงรู้เพราะว่า โคนบ๋อย เลยไม่อยากให้พ่อแม่คนอื่นๆ ทำกับลูกแบบนี้

### 2. หนามยอกต้องเอาหนามบ่ง

ลองเข้าไปในอาณาจักรของเขาดู ว่าเกมส์ที่ลูกเล่นมันสร้างสรรค์ไหม ตัดสินยังไง สนุกมากไหม รุนแรงหรือเปล่า ให้ลูกๆสอนคุณเล่น สิ่งที่ได้กระทำการแบบนี้คือ เด็กจะคิดว่า พ่อแม่ก็สนใจเขาเหมือนกัน ไม่ใช่เอาแต่ด่า ถ้าเกมส์ไม่สร้างสรรค์ก็อาจเปลี่ยนกิจกรรมหรือเกมส์ที่สร้างสรรค์ก็ได้ อย่าลบด้วยเท้าหรือหักแรงเด็ดขาด เด็กจะต่อต้านอย่างถึงที่สุด

### 3. ยุทธวิธีเอาหน้าแข็งแ้งเข้าลูบ

ทำไมต้องใช้วิธีนี้ มันคือการขโมยจิตใจว่าทำอะไรให้ใจเย็นๆ ไว้ก่อน เช่น กรณีที่ลูกกลับบ้านช้า หรือ กลับบ้านไม่ตรงเวลา ห้ามเด็ดขาดเลยนะ ห้ามพูดว่า ไปไหนมา หรือ กลับช้าไป เด็ดขาดหรือบ่นว่าเด็ก ไม่สมควร ทางที่ดีหันมาให้นมอุ่นๆ ถามเด็กว่าเรียนเป็นไงบ้างลูก แล้วพอลูกใจเย็นก็แกล้งๆ ถามว่าเป็นเพราะอะไร มีอะไรให้พ่อหรือแม่ช่วยไหม เด็กก็อยากจะกลับบ้านเร็วมาหาพ่อแม่มากขึ้นกว่าเดิม สร้างความสัมพันธ์ที่ดีให้กับครอบครัว

#### 4. เรียกแผนยุทธการปราบมาร หลุดดักขุดบ่อล่อปลา

คือการหากิจกรรมสร้างสรรค์ในครอบครัว มาให้ลูกทำแทนในการใช้เวลา 3 ใน 4 ของวัน หมกมุ่นอยู่กับเกมออนไลน์ เช่น พาลูกไปเดินเล่นสวนสาธารณะ ไปทำบุญเข้าวัดจะทำให้เด็กออกห่างจากเกมออนไลน์มากขึ้น

#### 5. เต็มรัก

ยุทธการนี้คือการให้ความสำคัญซึ่งกันและกัน มันยังช่วยให้ลูกของท่านหลุดออกจากโลกออนไลน์ได้เร็วมากขึ้น มันคือกันและกันคือ ส่วนหนึ่งในชีวิตของกัน คุณเรื่องการทำงานให้ลูกฟัง พ่อแม่ทำทุกอย่างทำงานหาเงิน ส่งให้ลูกได้เรียน พ่อและแม่ทำเพื่อลูกนะคนดี ถ้าลูกต้องการหาพ่อหรือแม่ ลูกก็ส่งสัญญาณรักมาหาพ่อแม่จะโทรกลับไป ลูกก็บอกว่าถ้าแม่อยากคุยกับผมแม่ก็เป็นแม่ที่ไม่น่าเบื่อ เป็นแม่ที่เข้าใจลูกตลอด มันจะทำให้พ่อแม่และลูกเข้าใจซึ่งกันและกันมากขึ้น

#### 6. การแสดงออกถึงความรัก

ข้อนี้อย่าคิดไปไกลมากนัก ไม่ได้ใช้สื่อถึงความหมายแบบนั้น เพียงแต่ว่า ให้แสดงว่าเป็นห่วงลูกแค่ไหน อาจจะลูบหัวลูก และกอดลูก ไม่ต้องทำต่อหน้าเข้าบ้านนะ เดี่ยวเขาคิดไปกันใหญ่ไม่ต้องโอเวอร์มาก เดี่ยวลูกจะไม่ได้คิดว่ามันออกมาจากใจมันคือการเฟคหรือเสแสร้ง ซึ่งไม่ใช่เรื่องจริง ทุกอย่างต้องเป็นไปตามธรรมชาติ

#### 7. ข้อนี้สำคัญที่สุดเรียก กฎประจำบ้าน

บ้านทุกหลังต้องสอนให้เด็กมีระเบียบวินัย มีกฎของบ้าน มันคือการวางกฎระเบียบภายในบ้านให้เด็กปฏิบัติตาม และสิ่งที่ต้องระวังเป็นพิเศษคือ ไม่ละเมิดเอง ไม่ทำผิดซะเอง ไม่งั้นลูกจะบอกว่า ขนาดพ่อแม่ยังทำเองเลย แล้วทำไมต้องทำ มันทำให้กฎภายในบ้านขาดความศักดิ์สิทธิ์

## การแก้ปัญหาเด็กติดเกม

เกมสำหรับเด็กเป็นของกลุ่มเด็กๆ ชอบเล่นเกม เพราะความสนุกเพลิดเพลิน เกมเป็นโปรแกรมที่มีทั้งภาพเคลื่อนไหว เสียง สี แสง ปัจจุบันนี้ทำได้ใกล้เคียงกับของจริงจึงเป็นที่ดึงดูดเด็กได้ดี และเมื่อเด็กเล่นไป ก็จะสนุกและพอใจกับเกมที่เล่น

นอกจากนี้ยังมีเกมใหม่ๆ แปลกๆ ออกมาเรื่อยๆ ทำให้เด็กอยากที่จะเล่น และทดลองจนในที่สุดเล่นไปๆ ก็ติด จนกระทั่งไม่ยอมรับประทานอาหารทั้งวัน และล่าสุดมีข่าวออกมาว่าเด็กเล่นเกมแล้วชัก แล้วเสียชีวิต ในทางกลับกัน เกมก็ยังมีข้อดีบ้าง เช่น เพิ่มทักษะการใช้เมาส์และคีย์บอร์ด ตลอดจนการค้นคว้าข้อมูลต่างๆ ด้วยคอมพิวเตอร์อีกด้วย

<u>ข้อดีของเด็กในการเล่นเกม</u>	<u>ข้อเสียของเด็กติดเกม</u>
<p><b><u>ด้านสมอง</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- มีการพัฒนาเส้นใยสมอง</li> <li>- สมองซีกขวาได้รับการพัฒนาตามภาพตามจินตนาการของเกม</li> </ul> <p><b><u>ด้านจิตใจ</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- เป็นแรงจูงใจ</li> <li>- เป็นความพยายามที่จะทำให้บรรลุเป้าหมายของการเล่นเกมสามารถนำต้นแบบของการพยายามไปใช้กับการทำงานด้านอื่นได้ เช่น การทำการบ้าน การอ่านหนังสือ และการแสวงหาวิธีการเรียนรู้ได้</li> </ul> <p><b><u>ด้านทักษะ</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- มีทักษะในการใช้เมาส์ หรือการใช้กล้ามเนื้อมัดเล็ก ซึ่งสามารถจะพัฒนาประสิทธิภาพในการใช้คอมพิวเตอร์ด้านอื่นๆ ต่อไปได้ เช่น ทักษะการพิมพ์ตัวอักษร ทักษะการแสวงหาความรู้จากสื่ออิเล็กทรอนิกส์ต่างๆ ได้ เช่น การใช้สื่อ การหาความรู้ทาง</li> </ul>	<p><b><u>ด้านสมอง</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ความคิด</li> <li>- ไม่มีเวลาพัฒนาตนเอง เช่น การอ่านหนังสือ การทำการบ้าน</li> </ul> <p><b><u>ด้านร่างกาย</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- คลื่นรังสีจากคอมพิวเตอร์ไปรบกวนการทำงานของสมอง ทำให้ไม่มีสมาธิในการทำงานและการคิด</li> <li>- รังสีจากแสงคอมพิวเตอร์ทำลายเยื่อตากระจกตา ทำให้กระจกตาเปื่อย เกิดปวดตาและตาบอดได้</li> <li>- ขาดการออกกำลังกาย ซึ่งทำให้กล้ามเนื้อใหญ่ไม่ได้รับการพัฒนาทำให้กล้ามเนื้ออริบได้</li> </ul>

<p>อินเทอร์เน็ต การทำข้อสอบทางสื่ออิเล็กทรอนิกส์ ซึ่งการแสวงหาความรู้แบบนี้จำเป็นต้องมีการใช้ทักษะการใช้คอมพิวเตอร์ การใช้เมาส์ เป็นต้น</p>	<p><b>ด้านจิตใจ</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ด้านอารมณ์อาจมีความคิดการแก้ปัญหาโดยใช้ความรุนแรง หรือชอบความรุนแรงตามเกมส์ที่เล่นได้</li> <li>- เห็นมนุษย์เป็นเครื่องจักรกล ไม่มีชีวิตจิตใจ</li> <li>- ขาดคุณธรรมจริยธรรม</li> </ul> <p><b>ด้านสังคม</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ไม่มีปฏิสัมพันธ์กับสังคมภายนอก</li> <li>- เด็กปรับตัวเข้ากับสังคมยาก ขาดการสื่อสารด้วยคำพูดจากบุคคลทั่วไป ขาดการมีมนุษยสัมพันธ์จากบุคคลอื่น</li> </ul>
---	--

เด็กเล่นเกมสไมล์ไม้มิใช่แต่ข้อดี หรือข้อเสียอย่างเดียว ฉะนั้นในการแก้ไขนั้น เห็นควรว่าทุกฝ่ายต้องมีส่วนร่วมในการแก้ไขปัญหาเด็กติดเกมส์ ดังนี้

### 1. บ้านมีพ่อแม่คอยให้คำแนะนำ

- ชนิดของเกมส์ที่ควรที่จะเล่น
- ระยะเวลา หรือมีช่วงเวลาที่เหมาะสม
- รับผิดชอบต่อหน้าที่ เช่น ทำการบ้านให้เสร็จก่อน อ่านหนังสือก่อนแล้วจึงไปเล่นเกม
- ทำกิจกรรมในครอบครัวร่วมกันเพราะจะได้มีเวลาพักผ่อน สั่งสอน อบรมได้
- ชี้ให้เห็นถึงข้อดี ข้อเสีย ของการเล่นเกมส์นานๆ เช่น ความเครียด ซึ่งอาจทำให้ชักและเสียชีวิตได้ ทำให้สายตสั้น เป็นต้น
- ไม่ให้เงินเด็กครั้งละมาก ๆ เพราะอาจนำไปเล่นเกมสไมล์ได้ทั้งวัน

## 2. วัด

- พาไปวัด เพื่อทำบุญและเรียนรู้วิถีชีวิตของชาวพุทธ ปลูกฝังคุณธรรมและจริยธรรม
- อบรมเรื่องคุณธรรม จริยธรรม และการอยู่ร่วมกันในสังคม
- บวชภาคฤดูร้อน หรือช่วงปิดภาคเรียน

## 3. โรงเรียน

- ครู อบรมสั่งสอน วิธีการใช้สื่อให้เป็นประโยชน์ในด้านการศึกษา หาแหล่งเรียนรู้ ไม่ใช่มีไว้เล่นเกมเพียงอย่างเดียว
- สอดแทรกคุณธรรมเข้าไปกับการเรียนการสอนทุกวิชา
- ให้คั่นงานจากอินเทอร์เน็ต มาส่ง มานำเสนอ เพื่อที่เด็กจะได้มีความรู้ด้านอื่นด้วยจะได้ ไม่เล่นเกมเพียงอย่างเดียว

## 4. ชุมชน

- ช่วยกันสอดส่องดูแล ไม่เห็นแก่ประโยชน์ส่วนตัว ให้ความสำคัญของคุณค่าของลูกหลาน เช่น ไม่เปิดร้านเกมส์เพิ่ม ไม่ส่งเสริมหรือจูงใจเด็กเข้าไปเล่นเกมเพื่อผลประโยชน์
- ชุมชนควรส่งเสริมเด็กด้านกีฬาให้มากขึ้น รวมทั้งสร้างแรงจูงใจให้เด็กเล่นกีฬาด้วย
- ทำตนเป็นแบบอย่างแก่เด็กในการช่วยเหลือสังคม จูงใจให้เด็กเข้ามามีส่วนร่วมในการบำเพ็ญประโยชน์

## 5. การเมือง

- มีนโยบายในการตรวจสอบเกมส์ที่อาจเป็นอันตรายแก่เด็ก
- มีมาตรการทางกฎหมายเพื่อปราบปราม ร้านเกมส์ ที่เปิดเกินเวลา หรือเป็นแหล่งมั่วสุม



ที่ปรึกษา

นายพจน์ ธีรัมย์ วัฒนธรรมจังหวัดลพบุรี

ผู้จัดทำ / เรียบเรียงพิมพ์

นางสายจิตต์ พรหมมา นักวิชาการวัฒนธรรมชำนาญการ

แหล่งอ้างอิงข้อมูล

[www.google.co.th](http://www.google.co.th)

[www.changsunha.com](http://www.changsunha.com)

[www.thaihealth.or.th](http://www.thaihealth.or.th)

[www.bloggang.com](http://www.bloggang.com)