

## บทที่ ๒

### แนวคิด ทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษา การสำรวจและสร้างภูมิคุ้มกันการติดเกม ของเด็กและเยาวชนในจังหวัดยะลา นั้น ผู้ศึกษา ได้ศึกษาแนวคิดทฤษฎี ตลอดจนผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อเป็นกรอบแนวคิดในการศึกษาวิจัยรายละเอียด ดังนี้

๑. พฤติกรรม
๒. แนวคิดเกี่ยวกับพัฒนาการของวัยรุ่น
๓. แนวคิดเกี่ยวกับอิทธิพลของสื่อสารมวลชน
๔. แนวคิดการเล่นเกมออนไลน์
๕. แนวคิดเกี่ยวกับครอบครัว
๖. แนวคิดเกี่ยวกับผลกระทบของวิดีโอเกมหรือเกมออนไลน์ต่อเด็กและเยาวชนไทย
๗. แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรมความเสี่ยงเด็กติดเกม และพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงในวัยรุ่นไทย
๘. แนวคิดเกี่ยวกับการประเมินผลกระทบของเกมคอมพิวเตอร์ต่อเด็ก เพื่อสร้างมาตรการในการจัดการ
๙. แนวคิดเกี่ยวกับวินัยและความรับผิดชอบกับการเล่นเกม
๑๐. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### ๑. แนวคิดเกี่ยวกับพฤติกรรม

##### ๑.๑ ความหมายของพฤติกรรม

ประเทือง ภูมิภักทราคม (๒๕๔๐ : อ้างถึงในสรศักดิ์ พลประเสริฐ, ๒๕๔๒:๓๔) ได้ให้ความหมายของคำว่าพฤติกรรมไว้ว่า พฤติกรรม (Behavior) หมายถึง การกระทำ การแสดงออก ของบุคคลในสภาพการณ์ใดสภาพหนึ่งที่สามารถสังเกตได้ ได้ยิน และวัดด้วยเครื่องมือที่เป็นปรนัย

ในทางจิตวิทยาซึ่งศาสตร์ที่ศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมของมนุษย์ได้นิยามความหมายของพฤติกรรมคือกิจกรรมที่สามารถสังเกตได้โดยบุคคลอื่น หรือเครื่องมืออื่นๆ เช่นการวิ่ง การกิน การกระพริบตา การคิด เป็นต้น นักจิตวิทยาได้แบ่งพฤติกรรมออกเป็น ๒ ประเภทคือ( สมาน มานะกิจ,๒๕๓๙ : ๑๑อ้างถึงใน วรณภา กรีระตระกูล,๒๕๔๕:๙ )

๑) พฤติกรรมภายนอก หมายถึง พฤติกรรมที่สามารถสังเกตได้โดยบุคคลอื่น เช่นการอ่านหนังสือ การนอน การรับประทานอาหาร การปฏิบัติต่างๆ เป็นต้น

๒) พฤติกรรมภายใน หมายถึง พฤติกรรมที่บุคคลอื่นไม่สามารถสังเกตได้ แต่เราสามารถทราบว่า มีพฤติกรรมเกิดขึ้น โดยใช้เครื่องมือต่างๆ เช่น ความรู้ ความคิด ความฝัน ทศนคติ เป็นต้น

##### ๑.๒ สาเหตุที่ทำให้เกิดพฤติกรรม

สุชา จันทร์เอม (๒๕๒๙:๑๑-๑๓ อ้างถึงใน วรณภา กรีระตระกูล,๒๕๔๕:๑๐) จากการศึกษาพฤติกรรมมนุษย์ทุกเพศทุกวัย พบว่าพฤติกรรมทุกชนิดที่มีการแสดงออก มีจุดหมายปลายทางที่ผู้แสดงต้องการไปให้ถึง และมีหลักการในการศึกษาพฤติกรรมดังนี้

- ๑) พฤติกรรมทุกชนิดต่างต้องมีสาเหตุ

๒) พฤติกรรมที่เหมือนกัน อาจจะมาจากสาเหตุที่แตกต่างกัน

๓) พฤติกรรมอย่างใดอย่างหนึ่ง ไม่จำเป็นต้องเกิดมาจากสาเหตุเพียงอย่างเดียวแต่อาจเกิดมาจากหลายสาเหตุก็ได้

พฤติกรรมของวัยรุ่นย่อมมีความสัมพันธ์อย่างใกล้ชิดกับความเจริญเติบโต ความเปลี่ยนแปลงของร่างกายและจิตใจ ตลอดถึงความปรารถนาของหัวใจ นอกจากนี้ขนบธรรมเนียมประเพณีหรือวัฒนธรรมก็เป็นส่วนที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมขึ้นกับวัยรุ่น สิ่งประกอบที่สำคัญและมีอิทธิพลของเด็กที่สำคัญคือ ตัวบุคคล เช่น พ่อแม่ ครู เพื่อนฝูง และประชาชนผู้มีส่วนเกี่ยวข้องที่วัยรุ่นมีส่วนติดต่อสัมพันธ์ด้วย แม้แต่ตัววัยรุ่นเองก็ยังเป็นเหตุ เช่น เมื่อรู้สึกเกิดปมด้อย รู้สึกขาดความเชื่อมั่นในตนเอง รู้สึกน้อยเนื้อต่ำใจ เห็นตัวเองไม่มีค่า ก็ทำให้พฤติกรรมของเด็กเปลี่ยนแปลงไป สาเหตุของพฤติกรรมมีมากมายหลายอย่าง แต่ที่อยู่เบื้องหลังการแสดงออกของมนุษย์ส่วนใหญ่ นั้น ได้แก่ แรงขับในตัวมนุษย์ซึ่งเกิดขึ้นเพราะมีสิ่งจากภายนอกมากระตุ้นอวัยวะสัมผัส

อะไรเป็นสาเหตุให้เกิดพฤติกรรม คำตอบอาจตอบได้ว่า บุคคลจะทำอะไร ก็ตามเพื่อความพอใจของตนเองแต่ต้องทำให้ตนเองดีขึ้น และความต้องการของคนนั้น มีตั้งแต่ความต้องการขั้นพื้นฐาน คือ ความต้องการอาหาร อากาศ จนกระทั่งถึงความต้องการขั้นสูง คือ ความรู้สึกมีศักดิ์ศรีและมีค่า

## ๒. แนวคิดพัฒนาการและการเปลี่ยนแปลงของวัยรุ่น

### ๒.๑ ความหมายของวัยรุ่น

วัยรุ่น (adolescent) ในภาษาละติน มีความหมายว่า เจริญเติบโตไปสู่วุฒิภาวะ นั่นคือ วัยเริ่มเข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่ โดยยึดถือความพร้อมทางด้านร่างกายเป็นตัวตัดสิน วัยนี้มีความเจริญเติบโตทางด้านร่างกายอย่างรวดเร็ว รวมทั้งการเปลี่ยนแปลงทางด้านจิตใจและความรู้สึกนึกคิด โดยเฉพาะมีความคิดอย่างอิสระ และเรียนรู้ความผิดพลาดด้วยตนเองมากกว่าที่จะเรียนรู้จากคำสั่งสอน ถ้าหากได้รับการขัดขวางไม่ให้ปฏิบัติสิ่งที่วัยรุ่นต้องการ มักเป็นผลทำให้วัยรุ่นมีความรู้สึกน้อยเนื้อต่ำใจและหาทางออกในทางที่ผิดๆ เช่น ต้มสุรา หนีออกจากบ้าน นอกจากนี้อาจมีการตัดสินใจอย่างวู่วาม และแสดงออกทางด้านอารมณ์อย่างรุนแรงและรวดเร็ว เช่น การฆ่าตัวตาย เป็นต้น (สุชา จันทรเอม, ๒๕๓๖: ๑๓๖ อ้างถึงใน สุนิตย์ พัวพันพัฒนา, ๒๕๔๗: ๑๙) วัยรุ่นถือว่าเป็นระยะของช่วงชีวิตที่คั่นกลางระหว่างความเป็นเด็กและความเป็นผู้ใหญ่ แบ่งออกเป็น ๓ ระยะ คือ (สุชา จันทรเอม, ๒๕๓๖: ๑๓๖-๑๓๗ อ้างถึงใน สุนิตย์ พัวพันพัฒนา, ๒๕๔๗: ๑๙)

๑. วัยรุ่นตอนต้น (early adolescence) โดยเด็กหญิงจะมีอายุระหว่าง ๑๓-๑๕ ปี และเด็กชายจะมีอายุระหว่าง ๑๕-๑๗ ปี ในวัยนี้ วัยรุ่นทั้งสองเพศจะมีการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย จิตใจ และความคิด การเจริญเติบโตทางด้านร่างกายในระยะนี้ จะมีการเปลี่ยนแปลงมากมาย กล่าวคือ เด็กชายจะมีการพัฒนาการเกี่ยวกับหน้าที่ทางเพศ สามารถหลั่งน้ำอสุจิได้ จะมีประสบการณ์เกี่ยวกับความสุขสุดยอดทางเพศอันอาจทำให้เกิดการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง สำหรับเด็กหญิงจะมีการพัฒนาการทางเพศคือมีประจำเดือน หน้าอกและตะโพกขยายใหญ่ขึ้น ส่วนการพัฒนาทางด้านอารมณ์และจิตใจนั้น Roger (๑๙๗๒ : ๑๑๕-๑๑๙ อ้างถึงใน สุนิตย์ พัวพันพัฒนา, ๒๕๔๗: ๑๙) กล่าวว่า วัยรุ่นเป็นวัยที่มีอารมณ์รุนแรงการแสดงออกซึ่งอารมณ์ต่างๆ จะเป็นไปโดยเปิดเผยตรงไปตรงมา อารมณ์ต่างๆ เช่น อารมณ์รัก อารมณ์โกรธ เกิดการเปลี่ยนแปลงง่าย

๒. วัยรุ่นตอนกลาง (middle adolescence) เด็กหญิงจะมีอายุระหว่าง ๑๖-๑๘ ปี เด็กชายจะมีอายุระหว่าง ๑๘-๑๙ ปี วัยรุ่นตอนกลางจะเป็นช่วงที่แยกจากครอบครัว ทำตัวห่างเหินกับสมาชิกในครอบครัว เริ่มรวมกลุ่มกับเพื่อนวัยเดียวกันและเพศเดียวกันมากขึ้น จากลักษณะเพศที่ปรากฏอย่างชัดเจน ทำให้สำนึกในความแตกต่างระหว่างเพศช่วงนี้บางคนจะติดกลุ่มเพื่อนมาก จนอาจละเลยหน้าที่ความรับผิดชอบในบ้านที่ได้รับ

มอบหมายจึงอาจเป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้เกิดการขัดแย้งกับสมาชิกในครอบครัวหรือกับผู้ใหญ่ นอกจากนี้วัยรุ่นอาจเริ่มคิดกันที่จะไม่ให้ผู้ใหญ่มายุ่งเกี่ยวในเรื่องส่วนตัว เริ่มมีการแยกตัวจากผู้ใหญ่มากขึ้น คบกับเพื่อนมากขึ้น แต่ลักษณะการคบเพื่อนในวัยนี้ยังไม่จริงจังถาวร อาจเปลี่ยนเพื่อนไปเรื่อยๆ ตามความพอใจในแต่ละระยะ (ปราณี รามสูต, ๒๕๒๘: ๒๔ อ้างถึงใน สุนิตย์ พัวพันพัฒนา ๒๕๔๗: ๒๐ )

๓. วัยรุ่นตอนปลาย ( late adolescence) เด็กหญิงจะมีอายุระหว่าง ๑๙-๒๐ ปี เด็กชายจะมีอายุระหว่าง ๒๐-๒๑ ปี (สุชา จันท์ธอม, ๒๕๓๖ : ๑๓๖-๑๓๗ อ้างถึงใน สุนิตย์ พัวพันพัฒนา ๒๕๔๗ : ๒๐ ) วัยรุ่นตอนปลายร่างกายทุกส่วนเจริญเต็มที่ บ่งบอกความเป็นผู้ใหญ่ที่สมบูรณ์ น้ำหนักและส่วนสูงเพิ่มขึ้น โครงกระดูกใหญ่โตและแข็งแรงเต็มที่ อวัยวะภายใน เช่น หัวใจ ปอด และกระเพาะอาหารจะเจริญอย่างเต็มที่แบบผู้ใหญ่ ดังนั้น วัยรุ่นจะรับประทานอาหารได้มาก จึงมักถูกเรียกว่าเป็นวัยกำลังกินกำลังนอน ในด้านความเคลื่อนไหวทั่วไป เริ่มมีจังหวะดีขึ้นเพราะเผชิญกับภาวะการเปลี่ยนแปลงของร่างกายมานานพอสมควร จนเริ่มปรับตัวได้กับการเปลี่ยนแปลง (ปราณี รามสูต, ๒๕๒๘ - ๒๖ อ้างถึงใน สุนิตย์ พัวพันพัฒนา ๒๕๔๗ : ๒๐) อาจกล่าวได้ว่าวัยรุ่นตอนปลายนี้จะมีลักษณะแบบผู้ใหญ่มากขึ้น เริ่มแยกอารมณ์เป็นประเภทๆ ได้อย่างชัดเจน ไม่สับสนวุ่นวาย เช่น อารมณ์รัก อารมณ์สุข ความรู้สึกซาบซึ้ง ความมีน้ำใจต่อผู้อื่น ความรู้สึกน้อยเนื้อต่ำใจ หรือความรู้สึกเป็นปมด้อย ความรู้สึกผิด ความรู้สึกเศร้า ความวิตกกังวลและความกระวนกระวาย เป็นต้น ( Roger , ๑๙๗๒ : ๑๒๐ -๑๒๒ อ้างถึงใน สุนิตย์ พัวพันพัฒนา ๒๕๔๗ : ๒๐ ) โดยทั่วไปพัฒนาการที่สำคัญของวัยรุ่นมีดังนี้

๑) พัฒนาการทางด้านร่างกาย ( physical development ) วัยรุ่นจะพัฒนาทางด้านร่างกายรวดเร็วมาก อัตราการเจริญเติบโตทางร่างกายอย่างรวดเร็วนี้ประมาณได้ว่าน้ำหนักเพิ่มขึ้น ประมาณร้อยละ ๕๐ และส่วนสูงเพิ่มขึ้นในอัตราร้อยละ ๒๕ เด็กหญิงเริ่มมีประจำเดือนครั้งแรก หน้าอกและตะโพกเริ่มขยาย เด็กชายจะมีเสียงแตกพร่า มีการหลั่งน้ำอสุจิเวลาหลับ วัยรุ่นส่วนใหญ่จึงมุ่งความสนใจไปที่ตัวเอง พิจารณาลักษณะของตนเปลี่ยนไป ถ้าเปลี่ยนแปลงไปในทางที่ดี สังคมยอมรับวัยรุ่นก็จะสบายใจ แต่ถ้าการเปลี่ยนแปลงนั้นไม่เป็นที่พอใจของวัยรุ่น วัยรุ่นจะเกิดความวิตกกังวล มีพฤติกรรมแปลกๆ ที่อาจจะเป็นปัญหาต่อไป เช่น วัยรุ่นที่รู้สึกว่าอ้วนมากเกินไป จะพยายามลดน้ำหนักด้วยวิธีการอดอาหาร หรือกินยาลดความอ้วน ซึ่งอาจเป็นอันตรายต่อสุขภาพได้(ฉวีวรรณ สุขพันธ์โพธาราม, ๒๕๒๗ : ๒๔-๒๕ อ้างถึงใน สุนิตย์ พัวพันพัฒนา, ๒๕๔๗ : ๒๐ )

๒). พัฒนาการด้านอารมณ์ ( emotional development ) วัยรุ่นมักมีอารมณ์รุนแรง แสดงความรู้สึกอย่างเปิดเผยและตรงเกินไปมีความเชื่อมั่นในตนเอง บางครั้งก็รู้สึกหดหู่ มีความสงสัยตลอดเวลา ต้องการให้ผู้อื่นยอมรับในความเป็นชายหญิงของตนทั้งจากเพศเดียวกันและเพศตรงข้าม มีความต้องการเป็นส่วนหนึ่งของกลุ่ม และเนื่องจากวัยรุ่นต้องการที่จะให้ผู้อื่นยอมรับ จึงมักเอาใจใส่กับรูปร่างของตนมากขึ้นจะกังวลเกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกายอยู่ตลอดเวลา เช่น ความสูง ความเตี้ย ความอ้วน ความผอม บางคนกลัวว่าตนจะมีสิว มีกลิ่นตัวแรง สายตาสั้นหรือฟันไม่สวย เป็นต้น โดยทั่วไปสาเหตุที่ทำให้วัยรุ่นมีอารมณ์เปลี่ยนแปลงง่ายและรุนแรง สรุปได้ดังนี้ ( สุชา จันท์ธอม , ๒๕๓๖ : ๑๓๖ - ๑๓๗ อ้างถึงใน สุนิตย์ พัวพันพัฒนา, ๒๕๔๗ : ๒๑)

๒.๑) ความเปลี่ยนแปลงทางด้านร่างกาย เนื่องจากวัยรุ่นไม่สามารถเข้าใจและทำตนขัดแย้งกับผู้ใหญ่หรือบิดามารดาตลอดเวลา เป็นสาเหตุหนึ่งที่ทำให้อารมณ์ของวัยรุ่นไม่มั่นคง เกิดความเครียดและมักแสดงออกมาทันที

๒.๒) การเปลี่ยนแปลงของอวัยวะภายใน ต่อมไร้ท่อ เป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้ วัยรุ่นมีการเปลี่ยนแปลงต่างๆ ด้าน เช่น ภาวะโภชนาการขยายขึ้นทำให้ได้รับประทานอาหารมากขึ้น การทำงานของต่อมเพศทำให้วัยรุ่นมีความต้องการใหม่ๆ และเริ่มสนใจเพศตรงข้าม ความต้องการที่สำคัญคือ ต้องการมีส่วนร่วมร่วมกับหมู่คณะ จึงมักรวมกันเป็นหมู่ กรณีผู้ใหญ่ไม่เข้าใจและไม่ส่งเสริมหรือขัดขวางการอยู่ร่วมกับหมู่คณะหรือกลุ่มเพื่อนจะทำให้เกิดความเครียดขึ้นในวัยรุ่น

๒.๓) การปรับตัวให้เข้ากับสิ่งแวดล้อมใหม่ ประสบการณ์ที่วัยรุ่นพบมักจะเป็นตลอดจนการคบเพื่อน การเรียน การแต่งกาย เป็นเหตุให้อารมณ์ของวัยรุ่นไม่มั่นคง หงุดหงิด มีความรู้สึกไวและแสดงออกทันที เพราะยังไม่เป็นผู้ใหญ่โดยสมบูรณ์

๓) พัฒนาการทางบุคลิกภาพและสังคม ( personality & social development ) วัยรุ่นจะมีความต้องการอย่างรุนแรงที่จะทำให้ตนเป็นที่ยอมรับนับถือของเพื่อนๆ และบุคคลในสังคม วัยรุ่นจะพยายามอย่างสุดความสามารถเพื่อเอาชนะใจเพื่อนฝูงดังจะสังเกตได้จากการแต่งตัวที่พิถีพิถันเป็นพิเศษ การเอาใจใส่ในกิริยาท่าทางของตัวเองและบุคคล ในครอบครัวที่มากขึ้นเป็นพิเศษ ในบางกรณีวัยรุ่นต้องการให้ผู้ใหญ่ยอมรับว่าตนเป็นผู้ใหญ่ และจากการที่วัยรุ่นเป็นช่วงต่อระหว่างเด็กและผู้ใหญ่ ไม่ว่าจะเป็นลักษณะรูปร่าง สังคมหรือความคิดทำให้วัยรุ่นเกิดความสับสนในบทบาทหน้าที่ของตนบางครั้งวัยรุ่นอยากเป็นเด็กเพราะไม่ต้องรับผิดชอบอะไรแต่บางครั้งก็อยากเป็นผู้ใหญ่ที่มีอิทธิพลต่างๆในสังคมความสับสนนี้ทำให้วัยรุ่นจับกลุ่มกันเองสร้างลักษณะเฉพาะกลุ่ม มีค่านิยมกลุ่ม จะเข้าหากกลุ่มเพื่อนซึ่งมักจะเป็นเพศเดียวกัน ซึ่งการเข้าหากกลุ่มเพื่อนนี้จะช่วยให้เกิดความอิสระจากครอบครัวและ ในขณะเดียวกันก็อาจถูกเพื่อนชักจูงให้ลองทำสิ่งทีอาจเป็นผลเสียต่อสุขภาพและอนาคต มีการศึกษาถึงผลของแรงกดดันชักจูงของเพื่อน ( peer pressure ) ในเด็กอายุ ๑๐-๑๔ ปี พบว่า มากกว่าร้อยละ ๕๐ ของวัยรุ่นตอนต้นที่ถูกคำชักชวน และแรงทำท่ายจูงใจจากเพื่อน ได้ทดลองทำพฤติกรรมเสี่ยงซึ่งก่อให้เกิดอันตรายต่อสุขภาพ เช่น การสูบบุหรี่ การดื่มสุรา การใช้ยาเสพติด การขับรถด้วยความเร็วสูง เป็นต้น ( จันทิตา พุกขานานนท์,๒๕๓๘:๑๔๒ อ้างถึงใน สุนิตย์ พัวพันพัฒนา,๒๕๔๗ : ๒๒ )

๔) พัฒนาการด้านสติปัญญา(intellectual development ) วัยรุ่นเป็นวัยที่มีพัฒนาการทางสติปัญญาที่ก้าวหน้าอย่างรวดเร็วสามารถคิดหาเหตุผลในด้านต่างๆเพื่อหาทางแก้ปัญหาได้อย่างมีประสิทธิภาพ วัยรุ่นจะมีความจำดี วิเคราะห์เหตุการณ์ต่างๆได้ดี ลักษณะการพัฒนากการทางสติปัญญาของวัยรุ่นพอสรุปได้ดังนี้

๔.๑) เป็นวัยแห่งการเรียนรู้จากสิ่งแวดล้อมและบุคคลรอบข้าง มีสมาธิดี มีการสังเกตลองกระทำหรือลองผิดลองถูกในการแก้ปัญหา เป็นวัยแห่งการสร้างจินตนาการและทัศนคติที่ตีงาม เช่น ทัศนคติทางประชาธิปไตย สังคม ค่านิยม

๔.๒) เป็นวัยแห่งการคิดอย่างมีเหตุผล มีความเชื่อมั่น มีระบบพิจารณาใคร่ครวญตามแนวที่เป็นของตนเองมีความสามารถเรียนรู้ทักษะต่างๆได้ดี เป็นวัยที่เหมาะสมในการศึกษาพัฒนาความสามารถทุกด้าน อีกทั้งยังเริ่มเข้าใจในสิ่งที่เป็นนามธรรมได้ดีอีกด้วย

๔.๓) เริ่มคิดถึงอนาคตและรู้จักสำรวจตนเองว่าเหมาะสมสำหรับอาชีพใด มีวิธีตัดสินใจในการคบเพื่อน การเข้าสังคมและการเลือกคู่ครอง ( สุชา จันทรเอม ,ม.ป.ป:๒๕-๒๖ อ้างถึงใน สุนิตย์ พัวพันพัฒนา , ๒๕๔๗:๒๒)

จะเห็นได้ว่าวัยรุ่นเป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงด้านสรีระจิตตะและสังคมแต่ยังขาดประสบการณ์ความสามารถในการปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมและสังคม เนื่องจากวุฒิภาวะทางอารมณ์ยังไม่สมบูรณ์ทำให้เกิดปัญหาในด้านการปรับตัวตามมา ลาซารัส( Lazaras,๑๙๖๙:๑๗-๑๘ อ้างถึงใน สุนิตย์ พัวพันพัฒนา

,๒๕๔๗:๒๒) ได้ให้ทัศนะเกี่ยวกับเรื่องการปรับตัว ( adjustment ) ว่ามีจุดเริ่มต้นมาจากการปรับตัวทางชีววิทยาเรียกว่า adaptation ซึ่งเป็นความคิดพื้นฐานทางทฤษฎีวิวัฒนาการดาร์วิน ที่เชื่อว่าเผ่าพันธุ์ที่แข็งแรงเท่านั้นที่จะสามารถปรับตัวให้เข้ากับสภาพแวดล้อมต่างๆ และสามารถดำรงเผ่าพันธุ์อยู่ได้ นักจิตวิทยาได้ยืมเอาความคิดนี้มาใช้แล้วใช้คำว่า adjustment แทนคำว่า adaptation

นักจิตวิทยาหลายท่าน ได้ให้ความหมายของการปรับตัวไว้ เช่น พจนานุกรมทางพฤติกรรมศาสตร์ ( Stephen, ๑๙๘๘:๕๐๒-๕๑๖ อ้างถึงใน สุนิตย์ พัวพันพัฒนา, ๒๕๔๗:๒๒ ) ได้ให้ความหมายของการปรับตัวว่า (๑) เป็นความสัมพันธ์ที่สอดคล้องระหว่างสภาพแวดล้อมกับความต้องการของตน ทั้งด้านร่างกายและจิตใจ (๒) เป็นการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่จำเป็น เพื่อตอบสนองความต้องการและความสัมพันธ์ที่กลมกลืนเช่นเดียวกับสภาพแวดล้อม Coleman & Hammen ( ๑๙๘๑:๑๐๕-๑๑๐ อ้างถึงใน สุนิตย์ พัวพันพัฒนา, ๒๕๔๗:๒๓) กล่าวว่า การปรับตัวหมายถึง ผลของความพยายามของบุคคลที่พยายามปรับสภาพปัญหาที่เกิดขึ้นแก่ตนเอง ไม่ว่าจะปัญหานั้นจะเป็นปัญหาด้านบุคลิกภาพ ด้านความต้องการ หรือ ด้านอารมณ์ ให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมจนเป็นสภาพการณ์ที่บุคคลนั้น สามารถอยู่ในสภาพแวดล้อมนั้นๆ ได้

Brown, Berrien และ Russel & Wells (๑๙๖๖:๕๒ อ้างถึงใน สุนิตย์ พัวพันพัฒนา, ๒๕๔๗:๒๓) กล่าวว่า การปรับตัวหมายถึง การที่บุคคลสามารถปรับตัว ให้เข้ากับตนเองและโลกภายนอกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ความพึงพอใจและความสามารถ ที่จะเผชิญและยอมรับความเป็นจริงของชีวิต

จากคำจำกัดความของการปรับตัวที่กล่าวมาแล้วข้างต้นพอสรุปได้ว่า การปรับตัวหมายถึง การปรับและการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของบุคคลให้สอดคล้องกลมกลืนกับสภาพแวดล้อมและความต้องการของตนเอง

วัยรุ่นเป็นวัยที่มีภาวะการปรับตัวสูงเนื่องจากต้องปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ และประสบการณ์ใหม่ๆ เช่น การสร้างเอกลักษณ์ของตนเองและบุคลิกภาพ ทัศนคติ ค่านิยม การสร้างมิตรภาพ การพัฒนาการทางอารมณ์และสังคม นอกจากนี้ต้องปรับตัวให้เข้ากับสภาพสังคม และสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงไป ถ้าวัยรุ่นสามารถปรับตัวได้ดีก็จะสามารถดำรงชีวิตได้อย่างปกติสุข แต่วัยรุ่นส่วนใหญ่มักมีปัญหาเกิดขึ้นมากมาย ในขณะที่ปรับตัว เนื่องจากประสบความล้มเหลวในการปรับตัว ทำให้เกิดปัญหาในลักษณะรุนแรงมากขึ้นจะทำให้เกิดปัญหาที่มีพฤติกรรมที่รุนแรงเกี่ยวกับ ยาเสพติดให้โทษ อุบัติเหตุ การฆ่าตัวตาย และพฤติกรรมเสี่ยงทางเพศ ซึ่งล้วนเป็นปัญหาด้านพฤติกรรมที่มีผลต่อสุขภาพของวัยรุ่นทั้งสิ้น ดังนั้นวัยรุ่นเป็นวัยที่นับว่ามีความสำคัญต่อการพัฒนาพฤติกรรมสุขภาพ รวมทั้งการแก้ไขเปลี่ยนแปลงแนวความคิดที่ไม่ถูกต้อง เกี่ยวกับสุขภาพ ความเชื่อที่ผิดๆ เช่น คิดว่าเป็นลูกผู้ชายแสดงออกด้วยการสูบบุหรี่ ดื่มเหล้า เทียบหญิงบริการทางเพศ เล่นการพนัน ซึ่งพฤติกรรมดังกล่าวล้วนแล้วแต่มีโทษต่อสุขภาพทั้งสิ้น โดยเฉพาะการสูบบุหรี่ ดื่มสุรา เทียบหญิงบริการทางเพศ มีผลต่อสุขภาพทางกายอย่างเห็นได้ชัดเจน เช่น การเป็นโรคทางเดินหัวใจเรื้อรัง มะเร็งหรือโรคกระเพาะอาหาร และการติดเชื้อเอชไอวีจากการเทียบหญิงบริการทางเพศ ( กองโรคเอดส์, ๒๕๓๘:๕ อ้างถึงใน สุนิตย์ พัวพันพัฒนา, ๒๕๔๗:๒๓) ฉะนั้น พฤติกรรมต่างๆ จึงเป็นพฤติกรรมเสี่ยงของวัยรุ่นทั้งสิ้น

สุทธิษา ปรีชารัตน์ (๒๕๓๓:๑ อ้างถึงใน เสถียร อัทธุมิ, ๒๕๔๙:๑๙) ได้ให้ความหมายของวัยรุ่นว่า เป็นวัยผู้ที่อายุ ๑๑-๒๐ ปี เป็นวัยที่กำลังเจริญเติบโตไปสู่วุฒิภาวะหรือเป็นวัยย่างเข้าสู่ความเป็นผู้ใหญ่ โดยถือเอาความพร้อมทางด้านร่างกายหรือภาวะสูงสุดของร่างกาย ซึ่งระยะนี้เป็นระยะที่ร่างกายมีความเจริญเติบโตของระบบอวัยวะ ผู้ชายเป็นระยะระหว่าง ๑๒-๒๐ ปี ผู้หญิงระยะระหว่าง ๑๐-๑๘ ปี

## ๒.๒ ช่วงอายุของวัยรุ่น

สุชา จันทร์เอม ( ๒๕๔๐:๑๓๖ อ้างถึงใน เสถียร อุตภูมิ ,๒๕๔๙:๒๐-๒๒) กำหนดช่วงอายุวัยรุ่นออกเป็น ๓ ระยะ คือ

๑). วัยรุ่นตอนต้น ( Early Adolescence ) เด็กหญิงจะมีอายุระหว่าง ๑๓-๑๕ ปี เด็กชาย มีอายุระหว่าง ๑๕-๑๗ ปี

๒). วัยรุ่นตอนกลาง (Middle Adolescence) เด็กหญิงจะมีอายุระหว่าง ๑๕-๑๘ ปี เด็กชายจะมีอายุระหว่าง ๑๗-๑๙ ปี

๓). วัยรุ่นตอนปลาย ( Late Adolescence ) เด็กหญิงจะมีอายุระหว่าง ๑๘-๒๑ ปี เด็กชายจะมีอายุระหว่าง ๑๘-๒๑ ปี

#### ๒.๒.๑ วัยรุ่นตอนต้น (อายุ ๑๒-๑๕ ปี)

ระยะนี้ความสัมพันธ์กับสังคม วัฒนธรรม และชีววิทยาของร่างกาย เด็กจะเข้าสู่วัยแตกหนุ่มสาวและมีการพัฒนาทางด้านร่างกายเกิดขึ้น นอกจากลักษณะทางเพศที่เกิดขึ้น เช่น ผู้ชายจะเริ่มมีหนวดเคราเสียงห้าว ร่างกายสูงใหญ่และมีขนที่รักแร้และที่หัวเหน่า เป็นต้น ยังมีการพัฒนาเกี่ยวกับหน้าที่ทางเพศในตัวตนๆนั้นด้วย และการพัฒนาทางเพศแต่ละเพศก็แตกต่างกันมาก การพัฒนาที่สำคัญของเด็กชายวัยนี้คือ การสามารถหลั่งน้ำอสุจิได้ และสิ่งนี้มีความเกี่ยวข้องโดยตรงกับสุขภาพทางเพศของเขา ภายในเวลา 2 ปีของระยะแตกหนุ่ม เด็กชายส่วนใหญ่จะมีประสบการณ์เกี่ยวกับความสุขสุดยอดทางเพศ และประสบการณ์นี้ทำให้เกิดความสำเร็จความใคร่ด้วยตนเอง ซึ่งจะเกิดบ่อยและสม่ำเสมอในวัยนี้ นอกจากการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองที่ตามลำพังไม่เกี่ยวข้องกับผู้อื่นในสังคม เขาอาจจะมีกิจกรรมทางเพศกับเพศตรงข้ามด้วย ทั้งๆที่เข้าเกี่ยวข้องกับเพศเดียวกันเป็นอย่างมาก สำหรับผู้หญิงการพัฒนาที่สำคัญของวัยนี้คือ การมีประจำเดือน แต่เป็นสิ่งที่ผู้หญิงไม่ชอบ การที่เลือดออกมาเป็นระยะๆ ทำให้ความขงใจเกี่ยวกับอวัยวะเพศของตนมากยิ่งขึ้น ทั้งยังเป็นเครื่องบอกว่าเขาจะสามารถตั้งครรรภ์ได้ ถ้ามีการร่วมเพศ เพราะฉะนั้นเด็กผู้หญิงส่วนใหญ่ในวัยนี้จะหลีกเลี่ยงการสำรวจอวัยวะเพศของตัวเอง และสำเร็จความใคร่จนถึงจุดสุดยอดน้อยทางเพศมาก หรืออาจกระทำโดยบังเอิญเพียงครั้งเดียว ไม่บ่อยหรือสม่ำเสมอเหมือนผู้ชาย แต่อย่างไรก็ตามสังคมของเขาจะเหมือนเด็กผู้ชาย คือสมาคมกันในหมู่เพศเดียวกัน

#### ๒.๒.๒ วัยรุ่นตอนกลาง (อายุ ๑๖-๑๘ ปี)

เป็นช่วงระยะที่มีการพัฒนาการเป็นตัวของตัวเองและพยายามจะออกจากความปกครองของผู้ใหญ่ เป็นระยะที่ ๒ เพศมีความใกล้ชิดกันในสังคมมากขึ้น เช่น การเรียนร่วมกันในโรงเรียนหรือในมหาวิทยาลัย สำหรับผู้ชายการสำเร็จความใคร่ก็ยังมียู่ และรักร่วมเพศก็ยังเห็นได้ชัด ในคนทุกระดับสังคม กิจกรรมทางเพศส่วนใหญ่ของเด็กหนุ่มในวัยนี้ คือการกอดจูบ ลูบคลำกันมากกว่าจะมีการร่วมเพศ ยกเว้นคนที่มีฐานะทางเศรษฐกิจต่ำหรือพวกกรรมกรส่วนใหญ่จะมีกิจกรรมการร่วมเพศเร็วกว่า เด็กหนุ่มบางคนอาจมีการร่วมเพศเร็วถ้าอยู่ในกลุ่มเพื่อนที่มีความสนใจเรื่องนี้มาก หรือมีนัดระหว่างชายหญิงบ่อย แต่ความสัมพันธ์จะเป็นไปไม่นานและมักจะดำเนินไปไม่ถึงขั้นแต่งงาน เพราะเขายังคิดว่าผู้หญิงที่ร่วมเพศก่อนแต่งงานไม่ใช่ผู้หญิงที่ดีการร่วมเพศครั้งแรกของเด็กหนุ่มวัยนี้มักจะร่วมเพศกับโสเภณีหรือหญิงที่สำส่อนทางเพศ จากการศึกษาเมื่อไม่นานมานี้พบว่า ในปัจจุบันเด็กสาววัยนี้ประสบการณ์การร่วมเพศสูงกว่าเมื่อก่อน ในขณะที่เด็กหนุ่มวัยนี้น้อยลง

การที่หนุ่มสาววัยรุ่นเริ่มมีความสัมพันธ์กับเพศตรงข้ามจะทำให้เกิดความขัดแย้งภายในจิตใจ ปัญหานี้มีปัญหามากกว่าเด็กหนุ่ม เพราะพ่อแม่จะเคร่งครัดในเรื่องนี้มาก ตัวเด็กเองก็จะรู้สึกสับสนว่าเขาควรวางตัวอย่างไร เพราะในขณะที่ร่างกายอยู่ในวัยสวยงามและดึงดูดเพศตรงข้าม เขากลับจะต้องไม่แสดง

ลักษณะเด่นของตัวเองออกมา ทั้งการที่เขาไปมีความสัมพันธ์กับเพศตรงข้ามทำให้เขาห่างเหินไปจากพ่อแม่และเพื่อเพศเดียวกันซึ่งทำให้เขายังพอใจที่จะมีความสัมพันธ์กับเพศตรงข้ามใกล้ชิดกันต่อไปอีกสำหรับในเด็กผู้ชาย นั้นปัญหาเหล่านี้ดูจะมีความสำคัญน้อย เพราะทางครอบครัวมักจะให้เสรีภาพในเรื่องเพศมากกว่าเด็กหญิง และลักษณะอารมณ์ผู้ชายมักหนักแน่นกว่าเด็กหญิงอยู่แล้ว แต่อย่างไรก็ตามเด็กหนุ่มบางคนก็อาจถูกผลักดันให้มีกิจกรรมทางเพศมากเกินไปจากครอบครัวหรือเพื่อน โดนเฉพาะถ้าเข้ามามีอายุมากกว่าเพื่อนในกลุ่ม

๒.๒.๓ วัยรุ่นตอนปลาย (อายุ ๑๘-๒๓ ปี)

เป็นวัยที่ร่างกายทุกส่วนเจริญเติบโตเต็มที่ เป็นระยะก่อนแต่งงาน ในระยะนี้เขาอาจจะคิดถึงความสัมพันธ์กับเพศตรงข้ามและเรื่องเพศของตนมากที่สุด สถานะเกี่ยวกับเพศของเขาเริ่มมีความเกี่ยวข้องกับสังคมและกฎหมาย โดยมีการแสดงออกอย่างเปิดเผยและมีการแต่งงานกันตามกฎหมาย การร่วมเพศก่อนแต่งงานอาจเกิดขึ้นได้ในระยะนี้ แต่ความผูกพันทางจิตใจของผู้ชายต่อคู่ร่วมเพศจะน้อยกว่าผู้หญิง ในระยะนี้ความสัมพันธ์ทางเพศของผู้ชายจะมาก แต่ส่วนใหญ่จะไม่มีความรู้สึกจริงจังจนถึงขั้นแต่งงาน และการที่เขามีความสัมพันธ์ทางเพศมากก็อาจทำให้เกิดปัญหาทางเพศ โดยเฉพาะโรคที่เกี่ยวกับสมรรถภาพ นอกจากนี้ก็อาจจะมีความขัดแย้งภายในจิตใจเกี่ยวกับผู้หญิงที่เขาจะเลือกเป็นคู่ครองว่าคนไหนดีคนไหนไม่ดีอีกด้วย ยิ่งถ้าเขามีปัญหาการสำเร็จความใคร่ด้วยตนเองมาก่อน ก็จะทำให้ปัญหาทางเพศมีมากขึ้น สำหรับผู้หญิงที่เป็นคู่ร่วมเพศ เมื่อเธอมีความมั่นใจในผู้ชายมากขึ้น เธอจะเริ่มคิดถึงการมีความสุขทางเพศ และสิ่งที่จะสร้างปัญหาให้กับผู้ชายหลายๆคน คือเขาจะกังวลว่าจะทำให้ผู้หญิงมีความสุขทางเพศได้อย่างไร สำหรับในผู้หญิงมีความสัมพันธ์ทางเพศก่อนสมรสจะทำให้เกิดความกังวลเกี่ยวกับการตั้งครรภ์และเกี่ยวกับชื่อเสียงของตนเอง ด้วยโดยเฉพาะถ้าความสัมพันธ์นั้น จะดำเนินไปไม่ถึงขั้นแต่งงาน

จากที่กล่าวมาข้างต้น พอสรุปได้ว่า วัยรุ่นเป็นช่วงระหว่างชีวิตวัยเด็กกับวัยผู้ใหญ่ เป็นวัยที่มีการเปลี่ยนแปลงอย่างมาก ทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ และสติปัญญา ทางร่างกายมีการเปลี่ยนแปลงอย่างมากเกี่ยวกับขนาดและรูปร่าง ทางจิตใจก็มีการเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์เพศ ความรู้สึกเกี่ยวกับตนเอง ความต้องการเป็นอิสระและความต้องการมีความสุขกับเพศตรงข้าม เขาว่าปัญญาก็เช่นกันมีการพัฒนาอย่างมากวัยรุ่นสามารถคิดอย่างมีเหตุผล มีความคิดลึกซึ้ง มีความคิดรอบคอบและมีอุดมการณ์ ( โสภภาพรรณ เพียงเพิ่ม,๒๕๔๑:๑๖ อ้างถึงใน เสถียร อัทธุมิ,๒๕๔๙:๒๖ )

วัยรุ่นเป็นวัยแห่งการศึกษาค้นคว้า ปรับตัว มีการพัฒนาบุคลิกภาพผ่านช่วงวัยต่างๆ มาได้ด้วยดี เพื่อเข้าสู่การมีเอกลักษณ์แห่งตน หรือมีความเป็นตัวของตัวเอง ส่วนหนึ่งของการพัฒนาเอกลักษณ์แห่งตนของวัยรุ่น คือ การพัฒนาเอกลักษณ์ทางเพศ ( Gender Identity ) โดยวัยรุ่นได้พยายามวางตัวให้เหมาะสมกับเพศของตนเอง

### ๓. แนวคิดเกี่ยวกับอิทธิพลของสื่อสารมวลชน

#### ๓.๑ ความหมายของสื่อสารมวลชน

สื่อสารมวลชน หมายถึง การสื่อสารที่มุ่งไปสู่ผู้รับสารจำนวนมาก ซึ่งมีความแตกต่างกันและไม่เป็นที่รู้จักของผู้ส่งสาร สารถูกส่งไปยังประชาชนทั่วไป เพื่อให้ประชาชนรับสารได้รวดเร็วในเวลาเดียวกัน และสารนั้นมีลักษณะที่ไม่ยั่งยืน โดยอาศัยสื่อมวลชนเป็นสื่อ ผู้ส่งสารมักจะเป็นหรือดำเนินกิจการภายใต้องค์การที่สลับซับซ้อน ซึ่งมีค่าใช้จ่ายมหาศาล ( Wright,๑๙๗๕ : ๘ อ้างถึงใน อภินิษฐา นาเกาะห์ ๒๕๔๖:๖ )

ส่วนคำว่า “สื่อมวลชน” ในพจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. ๒๕๒๕ ได้ให้ความหมายเป็นคำนาม หมายถึง สื่อกลางที่นำข่าวและความรู้ไปสู่มหาชน เช่น หนังสือพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ และภาพยนตร์ อย่างไรก็ตาม สื่อมวลชนอาจหมายถึงตัวบุคคล ได้แก่ นักหนังสือพิมพ์ นักจัดรายการวิทยุ ก็ได้

ณรงค์ สมพงษ์ (๒๕๔๓:๑๔ อ้างถึงใน อภินิษฐา นาละเห่ ๒๕๔๖:๗) กล่าวว่า “สื่อมวลชน” เป็นตัวกลางในการนำข่าวสารผ่านไปยังกลุ่มเป้าหมายที่เป็นมวลชนซึ่งมีอำนาจไม่แน่นอน สื่อมวลชน ถือเป็นสถาบันที่มีจุดมุ่งหมายเพื่อการเผยแพร่ข่าวสารไปสู่มวลชนตลอดจนในอาณาบริเวณกว้างขวางในเวลาไล่เลี่ยกัน หรือในเวลาเดียวกันโดยใช้วิธีการสื่อสารด้วยสื่อเมื่อพูดถึงสื่อมวลชนโดยทั่วไปจะหมายถึง หนังสือพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ ภาพยนตร์ หรืออื่นๆ ที่มุ่งเน้นการส่งข่าวสารไปยังมวลชน”

วรวิทย์ ฤทธิพิศ (๒๕๓๘ : ๑๓ อ้างถึงใน อภินิษฐา นาละเห่ ๒๕๔๖ : ๗) กล่าวว่า “ สื่อมวลชน” กับ “ การสื่อสารมวลชน”จะมีข้อแตกต่างกันในแง่ที่ว่า “ สื่อมวลชน” นั้น หมายถึง สื่อที่จะใช้ในการติดต่อส่งข่าวสารถึงมวลชน อันได้แก่ หนังสือพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ ภาพยนตร์หรืออาจรวมถึงตัวบุคคลที่เป็นสื่อสารมวลชนและ “สื่อสารมวลชน”จะหมายถึงกระบวนการ หรือกรรมวิธีการส่งข่าวสารไปสู่มวลชนจำนวนมากที่อาศัยสื่อมวลชนเป็นเครื่องมือคำว่า “สื่อมวลชน” (Mass Communication ) คณะกรรมการราชบัณฑิตยสถาน ก็ได้อนุโลมให้ใช้คำทั้งสองแทนกันได้

ดังนั้นเราจึงสรุปได้ว่า สื่อมวลชน หรือบางครั้งเรียกว่าสื่อสารมวลชนเป็นสื่อกลางในการนำข้อมูลข่าวสารจากผู้ส่งสาร ผ่านช่องทางการสื่อสารไปยังผู้รับสารมวลชนในเวลาอันรวดเร็ว หรือในเวลาเดียวกัน

### ๓.๒ คุณลักษณะของสื่อสารมวลชน

กาญจนา แก้วเทพ (๒๕๔๑:๔๘-๔๙ อ้างถึงใน อภินิษฐา นาละเห่ ๒๕๔๖:๗) เมื่อเวลาที่เราใช้คำว่า “ สถาบันสื่อสารมวลชน” นั้น มักมีนัยยะในทางที่เป็นนามธรรมและมีขอบเขตกว้างขวาง กล่าวคือ จะรวมเอาสื่อทุกประเภท ( สิ่งพิมพ์ ภาพยนตร์ โทรทัศน์ วิทยุ ฯลฯ) ที่อยู่ในทุกองค์กรและรวมกิจกรรมทุกอย่างของสื่อ ในตัวสถาบันสื่อสารมวลชนนี้ จะมีมิติทั้งด้านที่คงที่และด้านที่เปลี่ยนแปลง ตัวอย่างเช่น แม้ว่าการเปลี่ยนแปลงทางเทคโนโลยีจะดำเนินไปอย่างไม่หยุดยั้ง แต่ทว่า ภารกิจหน้าที่ของหนังสือพิมพ์ก็ยังคงเป็นเช่นเดิม เป็นต้น

### ๓.๓ ประเภทของสื่อมวลชน

เมื่อกล่าวถึงประเภทของสื่อมวลชนนั้น( ประมะ สตะเวทิน,๒๕๔๑:๕๘ อ้างถึงใน อภินิษฐา นาละเห่ ๒๕๔๖:๘) อาจจำแนกได้ ๒ ลักษณะคือ

๓.๓.๑ จำแนกตามเทคนิคการผลิตของสื่อ มีอยู่ ๒ ประเภท คือ

๓.๓.๑.๑ สื่อสิ่งพิมพ์ ( Printed Media) เป็นสื่อที่อาศัยเทคนิคด้านการพิมพ์บนแผ่นกระดาษ โดยสร้างเป็นรูปเล่มในลักษณะต่างๆเช่น หนังสือพิมพ์ นิตยสาร เป็นต้น

๓.๓.๑.๒ สื่อประเภทกระจายเสียงและแพร่ภาพ ( Broadcasting Media ) เป็นสื่อที่ต้องอาศัยเทคนิคด้านอิเล็กทรอนิกส์ช่วยแปลงภาพและหรือเสียงเป็นคลื่นวิทยุส่งกระจายออกไป และแปลงคลื่นวิทยุกลับเป็นภาพหรือเสียงให้ได้ยินทางวิทยุกระจายเสียง หรือได้ยินได้เห็นทางโทรทัศน์ เป็นต้น

๓.๓.๒ จำแนกตามคุณลักษณะของสื่อได้ ๕ ประเภท คือ

๓.๓.๒.๑ สื่อสิ่งพิมพ์ เป็นสื่อมวลชนประเภทแรกในโลกที่ใช้การพิมพ์ตัวอักษรลงในวัสดุต่างๆ ได้แก่ หนังสือพิมพ์ นิตยสารและหนังสือเล่ม การถ่ายทอดเนื้อหาสาระจะถ่ายทอดด้วยภาษาเขียนซึ่งให้ผู้อ่านเห็นภาพหรือเกิดจินตนาการพร้อมๆ กับการถ่ายทอดข่าวสารความรู้



๓.๓.๒.๒ วิทยุกระจายเสียง เป็นสื่อในการสื่อสารที่แพร่หลายมากที่สุด ประชาชนไม่ว่าจะเป็นในชนบทหรือในเมือง ต่างก็มีเครื่องรับวิทยุกระจายเสียงทั้งยังไม่จำเป็นต้องอาศัยไฟฟ้า ดังนั้นจึงสามารถนำติดตัวไปได้ หรือมีอยู่ในรถยนต์เปิดรับฟังได้ในขณะเดินทาง ในแง่ของนักประชาสัมพันธ์ วิทยุกระจายเสียงเป็นเครื่องมือที่สามารถใช้ในการเผยแพร่ข่าวสาร ได้โดยไม่ต้องเสียค่าใช้จ่าย หรือถ้าจะซื้อเวลาในการเผยแพร่ข่าวก็จะมีราคาถูกกว่าวิทยุโทรทัศน์มาก อย่างไรก็ตามการเตรียมรายการทางวิทยุกระจายเสียงนั้น ครอบคลุมถึงการเขียนต้นฉบับ การซ้อมพูด และซ้อมอ่าน ซึ่งอาจต้องมีความลำบากอีกระดับหนึ่ง

๓.๓.๒.๓ วิทยุโทรทัศน์ ถึงแม้โทรทัศน์จะได้พัฒนามาจากวิทยุกระจายเสียงก็ตาม แต่ก็เป็นการพัฒนาที่ได้รับความสำเร็จมาก ทั้งด้านการดึงดูดความสนใจ การให้ภาพความนิยมและมีความสำคัญมากต่อการรับข่าวสาร สาระ ความรู้ ความบันเทิงต่างๆ อย่างกว้างขวาง ดังนั้น ในปัจจุบันนักประชาสัมพันธ์จึงมุ่งที่จะให้ความสนใจในการเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารของหน่วยงานผ่านโทรทัศน์กันมากขึ้น

๓.๓.๒.๔ ภาพยนตร์ เมื่อก้าวถึงภาพยนตร์ อาจจำแนกออกได้เป็นภาพยนตร์ที่เป็นสื่อมวลชน คือ ภาพยนตร์ที่ฉายตามโรงภาพยนตร์ทั่วไป ภาพยนตร์ที่ฉายตามงานประเพณีต่างๆ ฉายกลางแจ้ง และฉายกายตัวอาคารซึ่งบุคคลทั่วไปที่สนใจสามารถเข้าชมได้ ส่วนภาพยนตร์อีกประเภทหนึ่ง เป็นภาพยนตร์ที่หน่วยงานสร้างขึ้น มา เพื่อเป็นเครื่องมือในการประชาสัมพันธ์โดยเฉพาะ มีการเผยแพร่แก่กลุ่มประชาชนเป้าหมายของหน่วยงาน ตามสถานที่ต่างๆ ภาพยนตร์ที่เป็นสื่อมวลชนนี้เป็นสื่อที่มีอิทธิพลมากที่สุดหนึ่ง ทั้งนี้ เพราะภาพยนตร์จะประกอบด้วยภาพ แสง สี เสียง และตัวอักษรที่เคลื่อนไหวได้เหมือนกับเหตุการณ์จริง ถูกสร้างตัดตอนผสมผสานเป็นเรื่องที่มีการลำดับขั้นตอนก่อนหลัง เป็นเรื่องที่น่าสนใจติดตามง่าย สามารถทำให้ผู้ชมมีความรู้ความเข้าใจอย่างละเอียด ให้ความทรงจำ ความประทับใจ สร้างทัศนคติและพฤติกรรมแก่ผู้ชมได้

๓.๓.๒.๕ สื่อคอมพิวเตอร์ ผสมกับสื่ออิเล็กทรอนิกส์ หรือสื่อประสม ได้แก่ การนำเอาความสามารถจากคอมพิวเตอร์มาผสมผสานกับภาพและเสียง และข้อความที่เก็บไว้ในฐานข้อมูลมาใช้ในการเสนอข่าวสารของมนุษย์มากที่สุด ที่ได้รับการพัฒนาและนิยมเพิ่มขึ้นขณะนี้ คือ อินเทอร์เน็ต แต่ยังไม่นิยมใช้กันแพร่หลายในครัวเรือนเช่นสื่อประเภทอื่น

### ๓.๔ บทบาทหน้าที่สื่อมวลชน

#### ๓.๔.๑ บทบาทหน้าที่สื่อมวลชน

Schramm (๑๙๖๔ อ้างถึงใน อภินิษฐา นาละห์ ๒๕๔๖:๑๖) ได้สรุปบทบาทของสื่อมวลชนที่มีผลต่อการพัฒนาประเทศ ดังนี้

๑) สื่อมวลชนทำหน้าที่เป็นยาม รายงานเหตุการณ์ต่างๆที่เกิดขึ้น ให้กับประชาชนได้ทราบ ทั้งนี้ เพราะสื่อมวลชนสามารถรายงานและแจ้งข่าวสารอย่างมีประสิทธิภาพ ซึ่งเป็นหน้าที่ของสื่อมวลชนที่จะเป็นแหล่งสำคัญสำหรับกระจายข่าวสารเกี่ยวกับการพัฒนาประเทศไม่ว่าจะเป็นข่าวการเมือง เศรษฐกิจ รวมทั้งข่าวศิลปวัฒนธรรม ให้ประชาชนได้ทราบอย่างกว้างขวางในเวลาอันรวดเร็ว

๒) สื่อมวลชนทำหน้าที่ขยายทัศนวิสัยให้กว้างขวางยิ่งขึ้น สื่อมวลชนนำสิ่งที่ไม่เคยพบเห็นไม่เคยได้ยินเข้ามาสู่ประสบการณ์ของประชาชน การสร้างประสบการณ์ดังกล่าว เท่ากับสื่อมวลชนได้ช่วยพัฒนาคุณลักษณะของการเข้าใจผู้อื่น หรือลักษณะเอาใจเขามาใส่ใจเรา ซึ่งช่วยให้เกิดความรู้สึกอยากมีส่วนร่วมในสังคม นอกจากนี้ สื่อมวลชนยังจัดอุปสรรคเกี่ยวกับระยะทาง และความโดดเดี่ยวห่างไกล สามารถนำประชาชนออกจากสังคมประเพณีไปสู่สังคมที่ทันสมัย สามารถนำสิ่งที่อยู่ห่างไกลให้เข้ามาใกล้ และสามารถทำให้การเปลี่ยนแปลงทางสังคมจากลักษณะแบบประเพณีเป็นแบบทันสมัยให้ง่ายขึ้น

๓). สื่อมวลชนสามารถเน้นหรือกำหนดความสนใจ สื่อมวลชนจะเป็นตัวกำหนดผู้รับสารด้านใดและอะไรบ้างนั้น เป็นการกำหนดของสื่อมวลชนเอง สื่อมวลชนจึงมีอิทธิพลต่อการสร้างความสนใจความสำคัญให้ประชาชนรับรู้เป็นการเลือกให้ประชาชนว่าอะไรควรทราบ อะไรควรพูด จึงเป็นประโยชน์ที่จะกำหนดความสนใจให้อยู่กับการพัฒนาได้

๔). สื่อสารมวลชนสามารถยกระดับความปรารถนา หรือความต้องการโดย สื่อมวลชนสามารถเสนอข่าวเกี่ยวกับสังคมที่พัฒนาแล้วให้ได้เห็น ได้ยิน ได้ฟัง ทำให้สังคมที่ด้อยการพัฒนาเกิดความต้องการที่จะบรรลุมาตรฐานเช่นนั้นบ้าง ปัจเจกบุคคลจะเกิดความปรารถนาที่จะมีชีวิตที่ดีกว่าที่เป็นอยู่ และเต็มใจที่จะทำงานเพื่อบรรลุชีวิตที่ดีขึ้น

๕). สื่อสารมวลชนสามารถสร้างบรรยากาศที่ดี เอื้ออำนวยต่อการพัฒนา การให้ข่าวสารจำนวนมากหลากหลายทำให้ประชาชนเห็นโลกกว้างขึ้น สามารถกำหนดความสนใจของประชาชน ให้อยู่กับการพัฒนา และยกระดับความต้องการของบุคคล นำไปสู่การสร้างบรรยากาศของข่าวสารที่เอื้ออำนวย ต่อการพัฒนาโดยชี้ให้เห็นถึงวิธีการและชีวิตที่ทันสมัยในสังคมที่ก้าวหน้าทางธุรกิจ โดยการเผยแพร่ข่าวเกี่ยวกับการพัฒนาสังคมที่ห่างไกลโดยการถ่ายทอดข่าวสารเกี่ยวกับการเมือง เศรษฐกิจ สังคม วัฒนธรรมของประเทศและของโลกทำให้สื่อสารมวลชนสามารถสร้างบรรยากาศทางปัญญา ซึ่งกระตุ้นประชาชนให้สำรวจดูสิ่งที่ตนทำในปัจจุบันและสิ่งที่ควรทำในอนาคต

๖). สื่อสารมวลชนสามารถช่วยเปลี่ยนแปลงทัศนคติที่ฝังลึก หรือการปฏิบัติที่ยึดถือกันมานานได้โดยอ้อม ทัศนคติหรือค่านิยมบางอย่างที่ไม่ถูกต้องเป็นความเชื่อผิดๆ ที่ยึดถือสืบต่อกันมาทำให้การพัฒนาเป็นไปโดยยากลำบาก สื่อมวลชนสามารถให้ข่าวสารที่ถูกต้องตามหลักวิชา ก็จะสามารถช่วยเปลี่ยนแปลงสิ่งเหล่านั้นได้เป็นการเสริมการใช้สื่อบุคคลในการพัฒนา

๗). สื่อมวลชนให้ข่าวสารเพื่อนำมาเป็นเรื่องพูดคุยหรือปรึกษาหารือกัน โดยที่ใช้สื่อมากจะเป็นผู้รู้และมีข่าวสารมาก สามารถนำความรู้หรือข่าวสารเพื่อนำมาเป็นเรื่องพูดคุยปรึกษาหารือได้โดยผ่านบุคคล นับเป็นสิ่งสำคัญในการพัฒนา

๘). สื่อสารมวลชนสามารถให้สถานภาพของบุคคล การให้ข่าวสาร โดยการยกย่องหรือดูถูกเหยียดถึงโดยสื่อมวลชนเป็นการช่วยยกสถานภาพของปัจเจกดังกล่าวที่ว่า

สื่อมวลชนให้ชื่อเสียงและเพิ่มอำนาจแก่บุคคลโดยการยอมรับสถานภาพของบุคคลนั้น มีความสำคัญมากพอที่จะถูกคัดเลือกออกมาจากมวลชน จำนวนมากที่ต่างไม่รู้จักกันและแสดงให้เห็นว่าพฤติกรรมและความคิดเห็นของบุคคลที่ถูกคัดเลือกนั้น มีความสำคัญมากพอที่ประชาชนควรให้ความสนใจ”

๙). สื่อมวลชนทำให้ประชาชนเชื่อฟังและทำตามบรรทัดฐานของสังคม สื่อมวลชนมีภารกิจหน้าที่ในการเปิดเผยพฤติกรรมที่เป็นบรรทัดฐานของสังคม และพฤติกรรมที่เบี่ยงเบนไปจากทำนองคลองธรรม สื่อมวลชนจึงทำให้เกิดความเชื่อฟัง และสร้างบรรทัดฐานเกี่ยวกับพฤติกรรมในการพัฒนาได้

๑๐). สื่อมวลชนสามารถสร้างรสนิยมตามธรรมดาตามมนุษย์จะชอบสิ่งที่ได้ยินหรือเห็นเมื่อสิ่งนั้นได้รับเป็นสิ่งที่ปรากฏทางสื่อมวลชน ได้รับการยกย่องจากสื่อมวลชนต่างๆ ก็จะนิยมชมชอบตามไปด้วย สื่อมวลชนจึงมีอิทธิพลต่อการสร้างรสนิยม

๑๑). สื่อมวลชนสามารถมีอิทธิพลต่อทัศนคติที่ไม่ฝังรากลึก สื่อมวลชนมีอิทธิพลต่อเรื่องที่ยังไม่ค่อยเป็นที่ทราบกันและต่อความคิดเห็นหรือความเชื่อที่ยังไม่พัฒนา จนกลายเป็นทัศนคติที่ฝังรากลึก ในการพัฒนา สื่อมวลชนจะช่วยเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของประชาชนหรือทิศทางทัศนคติที่เป็นอยู่ทั่วไป สามารถใช้สื่อชักจูงโน้มน้าวใจ ถ้าไม่ใช่ ทัศนคติที่ยึดถืออย่างเหนียวแน่น

Harold D. Lasswell (๑๙๔๘ อ้างถึงใน อภินิษฐา นาเลาะห์ ๒๕๕๖:๑๘) ได้ให้แนวคิดในการศึกษาบทบาททางสังคมของสื่อมวลชน (Sociological Perspective of Mass Communication) โดยแบ่งหน้าที่ของสื่อมวลชนในสังคมออกเป็น ๓ ประเภท คือ

๑. หน้าที่ในการพิทักษ์ไว้ซึ่งสิ่งแวดล้อม (Surveillance of the Environment) ซึ่งหมายถึงหน้าที่ในด้านการสังเกต และการติดตามเอาใจใส่เหตุการณ์ หรือเรื่องราวที่เกิดขึ้นกับสภาพแวดล้อมทั้งภายในและภายนอกสังคม เท่ากับหน้าที่เก็บรวบรวมและรายงานข่าว (New Reporting) หรือการแจ้งข่าว (Informing) ที่ควรแก่การสนใจไปสู่สมาชิกในสังคมเพื่อให้ตระหนักถึงภัยอันตราย และมองเห็นโอกาสหรือช่องทางต่างๆ ที่มีอยู่ในสังคม

๒. หน้าที่ในการหาความสัมพันธ์ในส่วนต่างๆ ของสังคม (Correlation of the parts of Society) ซึ่งหมายถึงการทำหน้าที่ชี้แจงให้เข้าใจว่า มีส่วนใดในสังคม ที่เกี่ยวข้องสัมพันธ์กับเหตุการณ์หรือเรื่องราวที่เกิดขึ้น โดยการศึกษารายละเอียดของเหตุการณ์ และเรื่องราวอย่างรอบคอบ พร้อมทั้งทำหน้าที่ในการตีความ และอธิบายความเข้าใจให้แก่สมาชิก ซึ่งเป็นการกระตุ้นให้มีปฏิกิริยาโต้ตอบเหตุการณ์หรือเรื่องราวที่เกิดขึ้น

๓. หน้าที่ในการถ่ายทอดมรดกของสังคม จากคนรุ่นหนึ่งไปยังอีกรุ่นหนึ่ง (Transition of the social Heritage) หมายถึง หน้าที่สืบทอดความคิดเห็น ความเชื่อ ค่านิยม และบรรทัดฐานทางสังคม จากสมาชิกของสังคมในช่วงยุคสมัยหนึ่งไปสู่สมาชิกในยุคสมัยต่อไป เพื่อเป็นการอบรมให้สมาชิกใหม่ของสังคมได้เรียนรู้บทบาทและสถานภาพทางสังคม เป็นหน้าที่ด้านการให้การศึกษาศึกษาของสื่อมวลชน

นิยดา พุทธรังค์ (๒๕๓๔:๓-๗ อ้างถึงใน อภินิษฐา นาเลาะห์ ๒๕๕๖:๒๒) ได้จำแนกบทบาทของสื่อมวลชนไว้ ๔ ลักษณะ คือ

#### ๑. บทบาทด้านสังคม

บทบาทของสื่อมวลชนที่มีต่อสังคมประเภทแรก คือ เป็นสื่อกลางให้คนในสังคมได้ทราบข่าวสารความเคลื่อนไหวต่างๆ ภายใน สังคมที่ตนเองอาศัยอยู่ร่วมกัน ตลอดจนความเคลื่อนไหวของคนในสังคมอื่นๆ ที่แตกต่างกันออกไป ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีและฐานะทางเศรษฐกิจของแต่ละประเทศในการที่จะเสนอบทบาททางด้านนี้ได้เร็วมากน้อยแค่ไหน เพียงไร

บทบาทประการที่สอง คือ การเป็นเวทีกลาง ให้คนในสังคมได้แสดงความคิดเห็น ความต้องการให้ปรากฏ ซึ่งจะทำให้ผู้มีหน้าที่เกี่ยวข้องหรือรับผิดชอบต่อประชาชนได้ทราบปัญหาของความกดดันต่างๆ เพื่อที่จะได้พยายามหาทางแก้ไขได้ ซึ่งบทบาททางด้านนี้สื่อมวลชนจะแสดงออกมากน้อยแค่ไหน เพียงไรขึ้นอยู่กับสังคม ประเพณี วัฒนธรรม และระบบการปกครองของแต่ละประเทศ

บทบาทประการที่สาม ซึ่งถือเป็นบทบาทที่สำคัญอีกด้านหนึ่ง คือการให้ความบันเทิงแก่สังคมในรูปแบบต่างๆ เพื่อเป็นการช่วยผ่อนคลายภาวะความตึงเครียดในชีวิตประจำวัน ซึ่งทุกคนเผชิญอยู่ เช่น ปัญหาการประกอบอาชีพ ปัญหาเศรษฐกิจ ปัญหาสิ่งแวดล้อม ตลอดจนปัญหาส่วนตัวต่างๆ การบันเทิงจะมีส่วนช่วยคลายความตึงเครียดดังกล่าวได้ไม่มากนักนี่ยังเป็นการช่วยลดภาระและปัญหาสังคมได้อีกทางหนึ่ง

บทบาทประการที่สี่ คือ การสร้างค่านิยมใหม่ๆ ที่เหมาะสมกับสภาวะการณ์ปัจจุบันขึ้นในหมู่ประชาชน เช่น ค่านิยมแห่งความยุติธรรมทางสังคม ค่านิยมแห่งความรับผิดชอบและวินัยทางสังคม ฯลฯ ค่านิยมดังกล่าวจะช่วยให้สังคมมีความสุข ทำให้ความขัดแย้งและความสับสนลดน้อยลง เพราะค่านิยมแห่งความยุติธรรมทางสังคมถ้ามีอยู่มากในหมู่ประชากร จะมีผลทำให้การเล่นพวก การสร้างอิทธิพล การใช้อำนาจอภิสิทธิ์ ฯลฯ เพื่อประโยชน์ส่วนตนและพรรคพวก โดยไม่คำนึงถึงผลเสียหายแก่ส่วนรวม ตลอดจนการฉ้อราษฎร์บังหลวงน้อยลงไปด้วย ส่วนค่านิยมแห่งความรับผิดชอบและวินัยทางสังคม ก็จะมีผลทำให้ สังคมนั้นมีความ

เป็นอยู่อย่างมีระเบียบ มีกฎเกณฑ์ และมีความสุข ซึ่งส่งผลต่อการพัฒนาสังคมนั้นมากขึ้น เช่น ค่านิยมในการอนุรักษ์ธรรมชาติ วัฒนธรรมประเพณีนิยมแห่งชาติ การรักษาความสะอาด การประหยัด การรักษาสาธารณสุขสมบัติ การเคารพต่อกฎหมาย กฎเกณฑ์ และระเบียบวินัยต่างๆในสังคม

## ๒. บทบาททางการเมือง

ระบบการเมืองของแต่ละประเทศจะเป็นตัวกำหนดว่า สื่อมวลชนจะต้องทำหน้าที่อะไร ทำเพื่อใคร คือ เนื้อหาที่สื่อมวลชนเสนอออกมานั้นจะสะท้อนให้เห็นว่า ประชาชนในประเทศนั้นมีความคิดอย่างไร มีค่านิยมเช่นไร เช่น เนื้อหาของสื่อมวลชนในประเทศสังคมนิยมจะสะท้อนให้เห็นถึงความคิด ในเรื่องการสร้างความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกันทางการเมืองและการพัฒนาอุตสาหกรรมในประเทศ บทบาททางการเมืองของสื่อมวลชนก็ถูกระบบการเมืองของประเทศนั้นกำหนดว่า สื่อมวลชนในประเทศจะถูกใช้เพื่อวัตถุประสงค์อะไร ถูกควบคุมด้วยวิธีการใด ในขณะที่ประเทศทุนนิยมหรือเสรีประชาธิปไตย สื่อมวลชนสามารถดำเนินกิจการตนเองได้อย่างเป็นอิสระ บทบาททางการเมืองของสื่อมวลชนในกรปกครองในระบอบประชาธิปไตยนี้จะมีลักษณะเป็นกระจกเงาของรัฐบาล และขณะเดียวกันก็ทำหน้าที่ตรวจสอบการปฏิบัติงานของรัฐไปในตัวด้วย ดังเช่น รัฐบาลจำเป็นต้องอาศัยสื่อมวลชนมาก เพราะสื่อมวลชนจะทำหน้าที่ส่งข่าวสารจากรัฐบาลไปสู่ประชาชน และในทำนองเดียวกันก็สะท้อนความคิดเห็นจากประชาชนสู่รัฐบาล ทำให้รัฐบาลสามารถวางนโยบายในการดำเนินงานต่างๆ ได้ตามความต้องการของประชาชนอย่างถูกต้อง

นอกจากนี้รัฐบาลยังมีความจำเป็นต้องใช้สื่อมวลชนเพื่อการประชาสัมพันธ์ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อสร้างความสามัคคี ความเข้าใจอันดีระหว่างคนในชาติ ตลอดจนส่งเสริมความสัมพันธ์อันดีกับต่างประเทศ เพื่อรักษาเสถียรภาพของรัฐบาลเองด้วย ดังนั้นบทบาทของสื่อมวลชนทางการเมืองในระบอบประชาธิปไตยก็คือ เป็นสื่อกลางติดต่อระหว่างรัฐบาลกับประชาชน

## ๓. บทบาททางด้านเศรษฐกิจ

บทบาทของสื่อมวลชนทางด้านเศรษฐกิจมีมากมาย สื่อมวลชนจะเป็นแหล่งแนะนำให้ประชาชนรู้จักกับการผลิตใหม่ๆ ตลอดจนลู่ทางของอาชีพต่างๆ ทำให้คนสามารถปรับตัวเองให้ก้าวหน้าอยู่เสมอในปัจจุบัน สื่อมวลชนจะเสนอความเคลื่อนไหวต่างๆในทางเศรษฐกิจ เช่น แนวโน้มการลงทุนในด้านต่างๆ ภาวะตลาดการค้า ความต้องการของผู้บริโภค ตลอดจนการพาณิชย์ การเกษตรและยิ่งประเทศที่มีการประกอบอาชีพทางด้านอุตสาหกรรม และการค้าเป็นหลัก สื่อมวลชนย่อมสำคัญเป็นเงาตามตัว การสนองตอบของสื่อมวลชนในด้านการพัฒนาเศรษฐกิจจึงนับว่า มีความจำเป็นอย่างยิ่งในสังคมที่กำลังพัฒนาและสังคมที่พัฒนาแล้ว ทั้งในด้านอุตสาหกรรมและเกษตรกรรม เช่น

๓.๑ บทบาทในการช่วยส่งเสริมด้านการค้า สื่อมวลชนจะทำหน้าที่เสนอข้อมูลข่าวสาร และรูปแบบของสินค้า ผลิตภัณฑ์รวมทั้งการบริการอื่นๆ ต่อมาชวนให้ทราบถึงสินค้านั้นๆ ซึ่งส่วนมากจะออกมาในรูปแบบของการโฆษณาประชาสัมพันธ์

๓.๒ บทบาทในการช่วยส่งเสริมในด้านการลงทุน นอกจากจะเป็นสื่อกลางในการถ่ายทอดข้อมูลข่าวสารทางด้านการตลาดในรูปแบบของข่าวสารการโฆษณา ประชาสัมพันธ์ เพื่อให้เกิดผลทางการค้าแล้วสื่อมวลชนยังได้เสนอให้ทราบถึงความเคลื่อนไหวในการลงทุนอีกด้วย

## ๔. บทบาททางการศึกษา

ความสำคัญต่อสื่อมวลชนที่มีผลต่อการพัฒนาคุณภาพของประชาชนก็คือ การให้การศึกษ ได้แก่ การให้ความรู้เทคนิคในด้านต่างๆ แก่มวลชน หรือทำหน้าที่ให้การศึกษแนะนำสิ่งที่เป็นประโยชน์แก่มวลชนในสังคม การให้ความรู้รอบตัว และวิทยาการหรือประสบการณ์ใหม่ๆ รวมทั้งการให้ความรู้ด้านการเมือง เศรษฐกิจ

และสังคม เป็นต้น ดังนั้นบทบาทของสื่อมวลชนในด้านการให้การศึกษแก่ประชาชน จึงมีลักษณะที่แตกต่างไปจากการศึกษาในโรงเรียนหรือสถาบันการศึกษาต่างๆในแง่ที่ การให้การศึกษาด้านสื่อมวลชนเป็นการถ่ายทอดความรู้ข่าวสารที่ง่าย ตรง และรวบรัด โดยผู้รับไม่ต้องมีทักษะพิเศษอะไรเลย ในการที่จะรับรู้สิ่งที่เห็นและได้ยิน นับว่าเป็นการช่วยยกระดับการศึกษาของประชาชนที่ไม่มีโอกาสศึกษาในโรงเรียน หรือในสถาบันให้สูงขึ้น และสามารถนำความรู้ไปปรับปรุงประกอบอาชีพตลอดจนการดำเนินชีวิตประจำวันตามควรแก่อัตภาพ การให้การศึกษาด้านสื่อมวลชนนั้นสามารถให้ได้ทั้งทางตรงและทางอ้อม ตลอดจนยืดหยุ่นได้ เป็นการให้ความรู้เพื่อที่จะปรับปรุงให้เข้ากับสังคมให้ดีที่สุด โดยไม่มีเวลาที่สิ้นสุด จนบางครั้งอาจกล่าวได้ว่า สื่อมวลชนเป็นมหาวิทยาลัยนอกหลักสูตรของชาวบ้าน จึงนับว่าได้ประโยชน์แก่ประชาชนในวงกว้างโดยไม่จำกัด

### ๓.๕ การควบคุมสื่อมวลชน

เมื่อมีการกล่าวถึงสื่อมวลชน มักมีการถกเถียงเรื่องเสรีภาพควบคู่กันไปด้วย เสรีภาพ หมายถึง การประพฤตินั้นให้อยู่ใต้ขอบเขตของกฎหมายและมีความรับผิดชอบต่อสังคม ทฤษฎีความรับผิดชอบต่อสังคม เริ่มต้นมาจากแนวคิดของคณะกรรมการด้านเสรีภาพ ของหนังสือพิมพ์ในประเทศสหรัฐอเมริกา ซึ่งได้นำเสนอรายงานว่า แม้เสรีภาพของสื่อมวลชนเป็นสิ่งที่ต้องยึดถือไว้ แต่จะต้องมีหลักการในเรื่องของความรับผิดชอบต่อสังคม และได้ประกาศสิ่งที่สื่อมวลชนพึงปฏิบัติ ได้แก่

๑) หนังสือพิมพ์จะต้องนำเสนอข่าวสารที่เป็นจริง ครบถ้วนรอบด้าน และผ่านการตรวจสอบอย่างละเอียดรอบคอบ

๒) หนังสือพิมพ์ควรเป็นเวทีในการแลกเปลี่ยนความคิดเห็นของสาธารณะ

๓) หนังสือพิมพ์ควรมีภาพเป็นตัวแทนของทุก ๆ กลุ่มคนในสังคม และควรนำเสนอเป้าหมายและคุณค่าของสังคมอย่างชัดเจน

ทฤษฎีนี้ได้นำไปประยุกต์ใช้กับสื่อมวลชนประเภทอื่นๆ ด้วยทั้งสื่อมวลชนประเภทสื่อสิ่งพิมพ์ที่มีเอกชนเป็นเจ้าของ และสื่อกระจายภาพกระจายเสียงที่มีรัฐบาลเป็นเจ้าของ

ประเด็นสำคัญของทฤษฎีนี้จะเน้นที่การควบคุมกันเองของสื่อมวลชน โดยหลักของทฤษฎีก็คือ สื่อมวลชนต้องตระหนักว่าตนมีพันธะสัญญาต่อสังคม โดยสาธารณชนฝากความหวังและให้ความไว้วางใจกับผู้ประกอบกิจการ สื่อมวลชนเสมือนว่าสื่อมวลชนเป็นตัวแทนของสาธารณชน สื่อมวลชนจึงควรมีอิสระและเสรีภาพอย่างเต็มที่ แต่ก็ต้องอยู่ภายใต้การกำกับดูแลตนเองที่ดี ต้องปฏิบัติตามหลักจริยธรรม จรรยาบรรณแห่งวิชาชีพอย่างเคร่งครัด ข่าวสารที่สื่อมวลชนนำเสนอต้องเชื่อถือได้ เทียบตรง เป็นธรรม และตรงประเด็น นอกจากนี้สื่อมวลชนควรเป็นเวทีในการแลกเปลี่ยนแสดงความคิดเห็นของคนในสังคม เพื่อสะท้อนความหลากหลายของสังคม เปิดโอกาสให้ผู้ที่มิทัศนะที่ต่างกันได้ใช้สื่อมวลชนเพื่อแสดงทัศนะต่างๆ รวมถึงผู้ที่ถูกกล่าวหาหาพาดพิง ควรมีโอกาสในการใช้สื่อมวลชนตอบโต้ข้อกล่าวหา

ทั้งนี้ สังคมและสาธารณชนมีสิทธิที่จะคาดหวังมาตรฐานขั้นสูงจากการดำเนินงานของสื่อมวลชน ดังนั้น ในบางสถานการณ์สังคมและสาธารณชนอาจมีความจำเป็นต้องเข้าไปก้าวกายแทรกแซงการดำเนินงานของสื่อมวลชน เพื่อประโยชน์สาธารณะ ( Denis Mcquail, ๑๙๙๔: ๑๒๔ อ้างถึงใน อภินิษฐาน นาละห์, ๒๕๔๖: ๒๖)

สุกัญญา สุตบรรทัด (๒๕๔๑: ๔๓ อ้างถึงใน อภินิษฐาน นาละห์, ๒๕๔๖: ๒๖) ได้อธิบายหลักทางจริยธรรมเชิงวารสารศาสตร์ (Ethical Principle) ว่า เป็นหลักความคิดที่ช่วยให้นักหนังสือพิมพ์สามารถนำไปประกอบการตัดสินใจได้ โดยมีทิศทางให้เลือก ๒ ทิศทาง ดังนี้

ทิศทางแรก เน้นวิธีการ (Means) ซึ่งเป็นวิธีการที่เน้นหน้าที่ในการสะท้อนเหตุการณ์ (Event-oriented) ได้แก่ การมองเหตุการณ์แล้วหาวิธีการจัดการกับเหตุการณ์นั้น วิธีการที่ดีและเป็นธรรมเป็นสิ่งสำคัญมากกว่าผลที่จะเกิดตามมา

ทิศทางที่สอง เน้นเป้าหมาย(Ends) เป็นทิศทางที่เน้นผลกระทบต่อประชาชน (People-oriented) มีความเป็นอัตวิสัยมากกว่า คือ มองไปที่ผลที่จะเกิดขึ้น เป็นการคาดคะเนตัวตนเอง เพราะอาจจะไม่เป็นเช่นนั้นก็ได้

โดยทั่วไป วงการวิชาชีพจะยึด “วิธีการ” มากกว่า “เป้าหมาย” คือ คำนึงถึงหน้าที่มากกว่าผลกระทบต่อทั้งแง่บวกของการเลือกข่าวและการเสนอข่าว โดยถือว่าจริยธรรมนั้นวัดกันที่ผู้ส่งสารไม่ใช่ต่อผู้รับสาร แต่ยังมีอีกหลายกลุ่มที่เชื่อในการคำนึงถึงผลกระทบต่อผู้รับสาร

วัฒนา พัฒนพงศ์ และคณะ(๒๕๒๙:๑๕๓ อ้างถึงใน อภิกนิษฐา นาเลาะห์,๒๕๔๖:๓๑) กำหนดลักษณะของหลักจริยธรรมสื่อมวลชน ดังนี้

๑) หลักจริยธรรมที่ยึดกฎเกณฑ์สังคมเป็นหลัก (Legalistic Ethics) เป็นระบบที่ผูกพันอยู่กับจารีตประเพณีหรือศีลธรรม จริยธรรมของสื่อมวลชนในระบบนี้ค่อนข้างเข้มงวด

๒). จริยธรรมที่ไม่มีกฎเกณฑ์ใดๆ (Antinomian Ethics) เป็นระบบที่ไม่เห็นด้วยกับระบบจริยธรรมที่ยึดกฎเกณฑ์อันเคร่งครัด เป็นกลุ่มสื่อมวลชนที่ต้องการความเป็นอิสระ ต้องการตัดสินใจด้วยสามัญสำนึกที่คนเห็นว่าถูกต้องแล้ว

๓). จริยธรรมที่ยึดสถานการณ์เป็นหลัก (Situation Ethics) เป็นระบบที่ประนีประนอมระหว่าง ๒ ระบบข้างต้น สื่อมวลชนในประเทศไทยเรานิยมยึดหลักจริยธรรมข้อนี้ สำหรับจริยธรรมของหนังสือพิมพ์นั้นจะเกี่ยวเนื่องกับ “สิทธิและเสรีภาพของหนังสือพิมพ์” และ “หน้าที่และความรับผิดชอบของหนังสือพิมพ์” ซึ่งจะมีความพัวพันแน่นอยู่กับเงื่อนไขทางสังคมและเงื่อนไขทางธุรกิจ

#### จริยธรรมและมาตรฐานทางวิชาชีพของผู้ประกอบวิชาชีพสื่อสารมวลชน

สภาการหนังสือพิมพ์แห่งชาติได้แถลงการณ์เมื่อวันที่ ๑๖ พฤศจิกายน พ.ศ. ๒๕๔๔ โดยเห็นว่าผู้ประกอบกรวิชาชีพสื่อมวลชน โดยเฉพาะหนังสือพิมพ์และสื่อสิ่งพิมพ์อื่นๆ ควรเข้มงวดกวดขันความประพฤติ จริยธรรม และมาตรฐานวิชาชีพของผู้ปฏิบัติงานในสังกัด เพื่อธำรงไว้ซึ่งภาพลักษณ์อันดี และความน่าเชื่อถือของสถาบันสื่อมวลชน โดยมุ่งเน้นให้ความสำคัญเป็นเรื่องพิเศษในเรื่องดังต่อไปนี้

วิชาชีพสื่อมวลชนเป็นวิชาชีพที่มีเกียรติและสร้างสรรค์คุณประโยชน์ต่อสังคม ดังนั้นผู้ปฏิบัติงานภาคสนาม ไม่ว่าจะเป็นผู้สื่อข่าวหรือช่างภาพควรให้เกียรติแหล่งข่าวและสถานที่ที่ตนไปทำข่าวด้วยการแต่งกายและแสดงกิริยามารยาทที่สุภาพ

ข้อพึงปฏิบัติขั้นพื้นฐานที่มีความสำคัญยิ่ง สำหรับผู้สื่อข่าวคือ การทำการบ้าน โดยเตรียมข้อมูลภูมิหลังในหัวข้อเรื่องที่ได้รับมอบหมาย ทั้งนี้เพื่อเอื้อประโยชน์อย่างเต็มที่ในการซักถามตอบโต้กับแหล่งข่าว เพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูลข่าวสารที่ครบถ้วนสมบูรณ์

ผู้ปฏิบัติงานในสำนักงาน โดยเฉพาะบรรณาธิการ และหัวหน้าข่าว พึงระมัดระวังในเรื่องความถูกต้อง แม่นยำ และเป็นกลางในการพาดหัวข่าว ตลอดจนความถูกต้องและสมบูรณ์ของเนื้อหาข่าว

ถือเป็นหน้าที่และความรับผิดชอบขั้นสุดท้ายของบรรณาธิการขององค์กรสื่อต่างๆ ที่จะต้องกำกับดูแลและตรวจสอบ ให้ข้อมูลข่าวสารที่น่าเสนอต่อประชาชนมีความถูกต้องครบถ้วนสมบูรณ์เป็นธรรมแก่ผู้พาดพิง ทั้งนี้เพื่อจรรโลงไว้ซึ่งจริยธรรมและมาตรฐานทางวิชาชีพอันดีของสถาบันสื่อมวลชน

#### ๔.แนวคิดการเล่นเกมออนไลน์

นุชนาฏ:

เกมออนไลน์ (online game) เป็นการสื่อสารอีกรูปแบบหนึ่งในสังคมออนไลน์ที่ไม่มีข้อจำกัดในด้านเวลา การเข้าถึงและยากต่อการควบคุม เมื่อนักเรียนไม่ได้รับคำแนะนำที่ถูกต้องในการเลือกเปิดรับสื่อ ส่งผลต่อพฤติกรรม ของนักเรียนจากการเปิดรับสื่อเกมออนไลน์ ทำให้ต้องการทราบความคิดเห็นของผู้ปกครองต่อพฤติกรรมการ เล่นเกมออนไลน์ของนักเรียน

เกมออนไลน์ในปัจจุบันได้รับความนิยมอย่างมากเนื่องจาก ผู้เล่นได้เข้าสังคมจึงรู้สึกสนุกที่จะมีเพื่อน เล่นเกมไปด้วยกันมากกว่าการเล่นคนเดียว เกมออนไลน์หลายเกมมีกราฟิกที่สวยงามมาก จึงเป็นสิ่งที่ดึงดูด ให้คนหันมาเล่นเกมออนไลน์

เกมออนไลน์ หมายถึง เกมที่เล่นผ่านระบบเครือข่ายอินเทอร์เน็ต (internet) โดย ผู้เล่นจะต้องทำการลง โปรแกรมเกม (client) ลงในเครื่องคอมพิวเตอร์ของตนเองและต้องเล่นเกมออนไลน์ผ่านเครื่อง Server โดย ข้อมูลต่าง ๆ ของผู้เล่นจะถูกเก็บไว้ในเซิร์ฟเวอร์ ในการเล่นเกมออนไลน์ผู้เล่นต้องเสียค่า Air Time ในการเล่นเกม ตามอัตราที่ผู้ให้บริการได้กำหนดไว้ (ณัฐวุฒิ นามณิวงค์, ๒๕๔๘, หน้า ๑๘)

การเล่นเกมออนไลน์ยังเป็นช่องทางให้เกิดการติดต่อสื่อสารกับบุคคลอื่น ทำให้ผู้เล่นสามารถเล่นเกม กับผู้เล่นทั่วโลกได้ ก่อเกิดเป็นชุมชนทางอินเทอร์เน็ตขึ้น (human community on internet หรือ cyber community) ภายในโลกเสมือนจริง (virtual world) ทั้งนี้เนื่องจากในโลกเสมือนจริง ผู้เล่นสามารถปกปิด ตัวตนที่แท้จริง และสร้างตัวตนใหม่ภายใต้นามแฝง และบุคลิกภาพของตัวละครจากการกำหนดของตัวผู้เล่น เองได้อย่างอิสระ การปรากฏตัวของชุมชนทางอินเทอร์เน็ตถูกสร้างขึ้นจากความรักรักในเกมคอมพิวเตอร์ของ ผู้ เล่นในเกมเอง เช่น Ragnarok หรือในกระดานสนทนาในเว็บไซต์ต่าง ๆ ที่จะพูดคุยกันถึงเรื่องเกม การเกิดชุมชนทาง อินเทอร์เน็ตเป็นแรงดึงดูดสำคัญอีกประการหนึ่งที่ทำให้ ผู้เล่นติดเกม (กระทรวงวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี, สำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ, ศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ (เนคเทค), ๒๕๔๗, หน้า ๑๓)

การรายงานผลการสำรวจความคิดเห็นของผู้ปกครองเกี่ยวกับการใช้อินเทอร์เน็ต และคอมพิวเตอร์ของ บุตรหลานหรือสมาชิกในครัวเรือน ในเขตกรุงเทพมหานคร ปี พ.ศ. ๒๕๔๖ ของสำนักงานสถิติแห่งชาติ กระทรวง เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร พบว่า ผู้ปกครองส่วนใหญ่มีความคิดเห็นว่า การใช้อินเทอร์เน็ตหรือ คอมพิวเตอร์เพื่อการ ศึกษา ค้นคว้าหาข้อมูลของสมาชิกในครัวเรือนมีผลดีมากกว่าผลเสีย และไม่ผลกระทบ ต่อการเรียนรู้ แม้ว่าเพื่อศึกษาหาข้อมูลและเพื่อเล่นเกมต่างก็มีสัดส่วนที่อยู่ในระดับใกล้เคียงกัน รองลงมา คือ ใช้ เพื่อติดตามข่าวสารและเพื่อเล่นเกมออนไลน์ ผู้ปกครองเห็นว่า บุตรหลานสามารถแยกประเภทเกมที่สมควร เหมาะสมในการเล่นได้ กลุ่มที่ระบุว่ามีปัญหาเกี่ยวกับเด็ก คือ ชอบเล่นเกมมากกว่าอ่านหนังสือ ผลการเรียนรู้อ่อน ทำให้เสียเวลา เสียค่าใช้จ่ายและเสียสุขภาพ ซึ่งส่วนใหญ่เด็กที่มีปัญหาใช้อินเทอร์เน็ตตามร้านค้ามากกว่าใช้ที่บ้าน และใช้เพื่อเล่นเกมคอมพิวเตอร์และเกมออนไลน์ในสัดส่วนที่สูง (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, ๒๕๔๖)

การวิจัยชุดกรุงเทพมหานคร เมืองสีเทาของเด็กและเยาวชน ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑลโดย การสัมภาษณ์เด็กนักเรียนชั้นประถมศึกษาและมัธยมศึกษาตอนต้น ๑๘ คน เรื่องเด็กติดเกม พบว่า เกมที่นิยม เล่นส่วนใหญ่ ได้แก่ เกม Warcraft และเกม Pangya ชอบเล่นเกมเกี่ยวกับการสู้รบ และการวางแผนการรบ เด็กผู้ชายเล่นเกม ๗๐-๘๐% เด็กและเยาวชนเกือบทุกคนที่สำรวจเล่นเกมแล้วรู้สึกสนุกสนาน เพลิดเพลิน และ มองว่าการเล่นเกมเป็นกิจกรรมที่สะดวก อารมณ์ที่ได้รับจากการเล่นเกมขึ้นอยู่กับลักษณะของเกมที่เล่นว่าเป็น เกมประเภทใด นอกจากนั้น พบว่า เด็กเล่นเกมเพราะเลียนแบบเพื่อน เล่นตามแฟชั่น เล่นเพราะทันสมัยตาม

เทคโนโลยีทางคอมพิวเตอร์ มีร้านให้บริการเกมออนไลน์มากขึ้น และเด็กมีเวลาว่างเกินไป (สมพงษ์ จิตระดับ, ๒๕๕๐, หน้า ๑๘๙)

กลุ่มผู้ที่นิยมเล่นเกมออนไลน์โดยทั่วไป เกมออนไลน์สามารถแบ่งตามลักษณะและวิธีการเล่นเป็น ๗ ประเภท ได้แก่ (กระทรวงวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี, สำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ, ศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ (เนคเทค), ๒๕๔๗, หน้า ๑๒)

๑. เกมประเภท Action เน้นการบังคับและการตัดสินใจที่รวดเร็ว มีการดำเนินเรื่องไม่ซับซ้อน ใช้การฝึกประสาทสัมผัส และการตัดสินใจเฉพาะหน้า เช่น เกม Rockman, Pacman เป็นต้น

๒. เกมประเภท Adventure เน้นการแก้ปัญหาอย่างมีขั้นตอน ไม่เน้นการเคลื่อนไหวที่รวดเร็ว แต่จะฝึกให้ผู้เล่นตั้งสติและวิเคราะห์โจทย์อย่างเป็นระเบียบ

๓. เกมประเภท Simulation เน้นการจำลองสถานการณ์ โดยจะมีฉากจำลองที่เสมือนจริง เช่น เกมจำลองการขับรถไฟ (TSLG-train simulation) เกมจำลองการทำสงคราม (war simulation)

๔. เกมประเภท Strategy เป็นเกมประเภทวางแผนการรบ มีการจำลองสมรรถุมิทางการทหาร มีการแก้ปัญหาหาวิธีการเอาชนะ เช่น Front mission (TBS) เป็นต้น

๕. เกมประเภท Role Playing Game เป็นเกมที่ผู้เล่นจะถูกสมมติ หรือเลือกสมมติให้ตนเอง มีบทบาทในเกม เพื่อค้นหาสิ่งของหรือไขปริศนา มีลักษณะคล้ายเกมประเภท Adventure แต่มีการผูกเรื่องและใช้ภาษามากกว่า เช่น Final Fantasy, Dragon Quest เป็นต้น

๖. เกมประเภท Sport เป็นเกมจำลองการแข่งขันกีฬาต่าง ๆ โดยใช้กติกาในการเล่นเหมือนจริง เช่น ฟุตบอล สนุกเกอร์ กอล์ฟ เป็นต้น

๗. เกมประเภท Hybrid เป็นการผสมผสานการเล่นแบบต่าง ๆ เข้าด้วยกัน โดยการใช้เทคนิคหลาย ๆ แบบ ให้ผู้เล่นมีความสุขและเกิดความสมจริงมากขึ้น

นอกจากนั้นหากแบ่งกลุ่มผู้เล่นเกมออนไลน์ที่เป็นนักเรียน เกมออนไลน์ที่ได้รับความนิยม ได้แก่ (สมพงษ์ จิตระดับ, ๒๕๕๐, หน้า ๑๘๖)

๑. เกม Warcraft เป็นเกมต่อสู้ที่สงคราม เล่นเป็นทีม ทีมละไม่เกิน ๕ คน มีการซื้อของ และนำมาใช้ต่อสู้ใครทำลายเมืองหรือฐานของอีกฝ่ายหนึ่งได้จะเป็นผู้ชนะ มีการปล่อยพลังและทำไม้ตายของตัวเองละครแต่ละตัว

๒. เกมปังกย่า (pangya) เป็นเกมออนไลน์เกี่ยวกับกีฬากอล์ฟ ตีกอล์ฟเพื่อเก็บคะแนนเป็นปังก แล้วสามารถนำปังกที่ได้ไปซื้ออุปกรณ์มาเพิ่มความสามารถของตนเองได้

๓. เกม Winning เป็นเกม Play Station เกี่ยวกับการแข่งขันฟุตบอล

๔. เกม Counter-Strike เป็นเกมการต่อสู้ระหว่างโจรกับตำรวจ มีการซื้ออาวุธ เช่น ปืน มีด ระเบิด มีการชิงตัวประกัน อาจมีการแบ่งกลุ่มเล่นกันเป็นข้าง ๆ แข่งกันฆ่าฝ่ายตรงข้าม เป็นต้น

๕. เกม Ragnarok เป็นเกมออนไลน์ มีรูปแบบการเล่น คือ การสร้างสังคมของตนเอง แบ่งเป็นอาชีพต่าง ๆ เช่น พ่อค้า นักพรต นักดาบ เป็นต้น กิจกรรมส่วนใหญ่เป็นการต่อสู้กับสัตว์ประหลาดเพื่อสะสม Item หรือสิ่งของต่าง ๆ ที่มีค่า มีคะแนนสะสม เป็นต้น

๖. เกมอื่น ๆ ได้แก่ The Sims, The House of The Dead, Vcop, Bomber Man, Xbox, Residence Evil, Maple Story เป็นต้น



เกมออนไลน์ สามารถเล่นและสนทนาไปกับบุคคลอื่นๆ ในเกมได้ ทำให้ได้ ได้รับความนิยมนมาก เนื่องจากผู้เล่นได้เข้าสังคมจึงรู้สึกสนุกที่จะมีเพื่อนเล่นเกมไปด้วยกันมากกว่าการเล่นคนเดียว หลายเกมมีกราฟฟิกที่สวยงามมาก จึงเป็นสิ่งที่ดึงดูดให้นักเรียนสนใจเล่นเกมออนไลน์มากขึ้น แนวคิดดังกล่าวผู้วิจัยนำมาศึกษาเพื่อให้เกิดความเข้าใจในลักษณะของเกมออนไลน์ รูปแบบ และประเภทเกี่ยวกับเกมออนไลน์ ที่นำไปสู่ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดจากเกมออนไลน์ต่อไป

การที่เทคโนโลยีเข้ามาสู่ชุมชนอย่างรวดเร็ว นักเรียนยังไม่รู้เท่าทันเทคโนโลยีนั้นเป็นเหตุให้เกิดความขัดแย้งและสร้างผลกระทบต่อพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียนได้ทางหนึ่ง ลักษณะความรุนแรงที่เกิดขึ้นในครอบครัว อันเนื่องมาจากการที่นักเรียนเล่นเกมออนไลน์ว่ามีสาเหตุมาจากการพัฒนาและความทันสมัย ทำให้เกิดช่องว่างระหว่างวัยและความรู้ เกิดความไม่เข้าใจกันระหว่างผู้ปกครองกับนักเรียน นักเรียนที่เล่นเกมมักคิดว่าผู้ปกครองไม่รู้จักรักเกม ไม่มีความทันสมัย จึงบังคับให้ตนหยุดเล่น แต่ไม่รู้ว่าเกมนั้นทำให้มีเพื่อนมีอิสระทางความคิด

ปัจจัยที่ส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียน คือ การเติบโตท่ามกลางสังคมที่เน้นวัตถุนิยม ทำให้นักเรียนต้องการแสวงหาความสุขแบบง่าย ๆ ขณะที่ผู้ปกครองไม่ได้มอบหมายหน้าที่ให้นักเรียนรับผิดชอบนอกจากการเรียน รวมทั้งไม่มีเวลาดูแล แต่ใช้คอมพิวเตอร์ ใช้โทรศัพท์ และให้เงินนักเรียนดูแลตัวเอง นอกจากนี้ สังคมยังขาดพื้นที่ให้นักเรียนได้เล่นหรือทำกิจกรรม ทำให้นักเรียนต้องอาศัยอยู่กับอุปกรณ์เทคโนโลยีต่าง ๆ จนเกิดปัญหาติดเกมในที่สุด

สาเหตุที่ทำให้นักเรียนมีพฤติกรรมติดเกม เนื่องจากประเด็นหลัก ๆ ดังนี้

(๑) ครอบครัวและการเลี้ยงดู ผู้ปกครองไม่มีเวลาในการดูแล จึงทดแทนโดยการให้สิ่งอื่นกับนักเรียน เช่น ซื้อคอมพิวเตอร์ให้ หรือบางครอบครัวที่มีความขัดแย้งทำให้นักเรียนรู้สึกท้อแท้ในชีวิตตนเองไม่มั่นคง

(๒) นักเรียนทุกคนต้องการความภาคภูมิใจในตนเองจึงพยายามหาวิธีหรือช่องทางในการแสดงออก เช่น ในโลกของเกมออนไลน์

(๓) เกมทำให้นักเรียนรู้สึกที่ตนเองเก่ง เมื่อเล่นเกมชนะจะได้คะแนนเพิ่มหรือได้รับรางวัลจากในเกม

(๔) มีร้านอินเทอร์เน็ตเกิดขึ้นมากมายในชุมชน แต่บุคคลในชุมชนเองหรือแม้แต่รัฐบาลก็ไม่สามารถควบคุมได้อย่างจริงจัง

(๕) สังคม วัฒนธรรมในปัจจุบัน ทำให้นักเรียนหลงไปกับวัตถุนิยม มากกว่าความรู้สึกภาคภูมิใจกับคุณธรรมภายในจิตใจ นักเรียนจึงโอนอ่อนไปกับสิ่งยั่วยุได้ง่าย และ

(๖) เกมและอินเทอร์เน็ตสามารถเข้าถึงนักเรียนได้ง่ายขึ้น เพราะเกมมีการวิจัยและพัฒนาให้ตรงกับความต้องการของนักเรียนตลอดเวลา (โครงการอินเทอร์เน็ตสีขาวเพื่อเยาวชน, ๒๕๕๐)

ผู้ปกครองจึงต้องสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนว่าติดเกมมากน้อยแค่ไหน นักเรียนที่มีพฤติกรรมติดเกมคอมพิวเตอร์ มีการอธิบายว่า การเล่นเกม ๓ ชั่วโมงติดต่อกัน ๑๕ สัปดาห์ จะส่งผลให้เกิดการเสพติดติดเกม เช่นเดียวกับยาเสพติด ผู้ที่ติดเกมจะมีการหลั่งสารชนิดเดียวกับแอมเฟตามีนที่ผู้ติดยาเสพติดหลั่งออกมา โดยมีสาเหตุจากการมีพฤติกรรมซ้ำ ๆ ความรุนแรงในการติดเกมนั้นแบ่งเป็น ๓ ระยะ ได้แก่ ระยะเริ่มติด นักเรียนจะใช้เวลากับการเล่นเกมมากกว่าการทำกิจกรรมอื่น ๆ ระยะที่ ๒ นักเรียนเริ่มขาดความสัมพันธ์กับครอบครัว ใน

การพูดคุยหรือนั่งดูโทรทัศน์กับผู้ปกครอง ระยะที่ ๓ ระยะร้ายแรง นักเรียนขาดความสัมพันธ์กับครอบครัวมากขึ้น ไม่ทานข้าว ไม่สนใจการเรียน (โครงการอินเทอร์เน็ตสีขาวเพื่อเยาวชน, ๒๕๕๐)

วิธีการสังเกตนักเรียนที่เข้าข่ายเสพติดเกม ได้แก่ ความรับผิดชอบลดลงทั้งเรื่องการเรียนและการใช้ชีวิตประจำวันใช้เงินไปกับการเล่นเกมมากขึ้น มีความวิตกกังวล อารมณ์หงุดหงิดง่าย โดยแสดงออกอย่างชัดเจนในลักษณะพฤติกรรมก้าวร้าว ไม่สนใจกิจกรรมในชีวิตประจำวันที่เคยทำมา ไม่สามารถควบคุมตัวเองไม่ให้ไปเล่นเกมได้ หรือควบคุมให้เล่นเฉพาะเวลาที่กำหนด และปิดบังหรือโกหกเกี่ยวกับการใช้เวลาในการเล่นเกมที่แท้จริง เป็นต้น หากนักเรียนเข้าข่ายพฤติกรรมเหล่านี้ ผู้ปกครองควรให้ความช่วยเหลือนักเรียนทันที หากปล่อยทิ้งไว้ปัญหาใหญ่อาจตามมาได้ (โครงการอินเทอร์เน็ตสีขาวเพื่อเยาวชน, ๒๕๕๐ค)

### ผลกระทบด้านบวก

การเล่นเกมที่เหมาะสมจะช่วยให้เด็กนักเรียนมีพัฒนาการและการเรียนรู้ในหลายด้าน ฝึกทักษะการใช้ อุปกรณ์เทคโนโลยี ฝึกพัฒนาการกล้ามเนื้อให้สัมพันธ์กับสายตา การมีโอกาสฝึกฝนในการใช้ภาษา กระตุ้นให้เด็กนักเรียนมีความกระตือรือร้นสนใจการเรียนรู้อื่นๆ ต่างๆ เพิ่มขึ้น นอกจากนี้ความบันเทิงจากเกมช่วยให้ผู้เล่นได้ผ่อนคลายความตึงเครียด และยังช่วยให้นักเรียนไม่ใช้เวลาไปมั่วสุมกับสิ่งเลวร้ายอื่น ๆ ไม่ว่าจะเป็นยาเสพติดหรือการเที่ยวเตร่ในเวลากลางคืน (กระทรวงวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี, สำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ, ศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ (เนคเทค), ๒๕๔๗, หน้า ๑๕)

เกมต่างประเภทกันทำให้ได้รับความเพลิดเพลินที่ต่างกัน เช่น ฝึกการวางแผน สำหรับเกมประเภทวางแผน ฝึกการทำงานเป็นทีม และรู้จักแบ่งหน้าที่ ฝึกทักษะ ทางด้านการค้า สามารถฝึกได้ในหลาย ๆ เกม ฝึกการเข้าสังคม เนื่องจากเกมออนไลน์เป็นเกมที่ต้องเล่นกับผู้อื่น จึงต้องมีการปรับตัว มีการทักทาย เพื่อทำความรู้จักเพื่อนใหม่ ฝึกการขอโทษ และให้อภัยผู้อื่น การเล่นเกมออนไลน์ ต้องเล่นกับผู้เล่นคนอื่น ๆ ที่เข้าสู่ระบบเดียวกันในการเล่นออนไลน์ มีจุดประสงค์เดียวกัน ฝึกที่จะเป็นคนที่น้ำใจ ให้ความช่วยเหลือผู้เล่นใหม่ ไม่เห็นแก่ตัว ฝึกสมาธิ ฝึกความอดทน ความพยายาม จุดประกายให้อยากเป็นนักพัฒนาเกม ผู้เล่นหลายคน เล่นเกมแล้วเกิดความคิด อยากรมีเกมของตัวเอง อยากรเรียนคอมพิวเตอร์ และเป็นนักพัฒนาเกม ซึ่งถือว่าการจุดประกายเป็นการเริ่มต้นที่ดี

### ผลกระทบด้านลบ

การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศอย่างไม่เหมาะสมของเกมออนไลน์ แบ่งออกเป็น ๓ ประเด็น ได้แก่ (กระทรวงวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี, สำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ, ศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ (เนคเทค), ๒๕๔๗, หน้า ๑๔)

๑. ผลจากเกมที่มีเนื้อหารุนแรง ได้แก่ เกมการต่อสู้แบบต่าง ๆ เกมที่มีเนื้อหารุนแรงจะส่งผลต่อพฤติกรรมของนักเรียนทั้งในปัจจุบันและระยะยาว สังเกตได้จาก การเปลี่ยนแปลงทางอารมณ์หลังจากการเล่นเกมที่บ่อยๆ เนื้อหาของเกมจะค่อย ๆ ซึมซับจนก่อให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว นำความรุนแรงในเกมมาใช้กับชีวิตจริงได้ เช่น ใช้ความรุนแรงในการแก้ไขปัญหา เมื่อเกิดความขัดแย้งกับผู้อื่น เป็นต้น

๒. ผลจากการใช้เวลาว่างอย่างไม่เหมาะสม ก่อให้เกิดผลกระทบ ดังนี้

๒.๑ ผลต่อสุขภาพจากการใช้เวลา นั่งหน้าคอมพิวเตอร์เป็นเวลานาน โดยไม่เปลี่ยนอิริยาบถ ไม่ดูแลเรื่องการรับประทานอาหาร และการนอนตามเวลาที่ควร จะส่งผลทำให้สุขภาพเสื่อมโทรม โดยเฉพาะกับผู้ที่ไม่สามารถควบคุมตนเองได้

๒.๒ ผลกระทบต่อผลการเรียนเนื่องจากนักเรียนใช้เวลากับความบันเทิงที่ได้รับจากเกมมากเกินไป ส่งผลกระทบต่อหน้าที่หลัก คือ การศึกษาและการเรียนรู้

๓. ผลจากการเสียค่าใช้จ่ายในการเล่นเกมนอกจากผลสำรวจนักเรียนเสียค่าใช้จ่ายในการเล่นเกมนอนไลน์มากกว่า ๓,๐๐๐ บาทต่อเดือน ในอนาคตนักเรียนมีโอกาสเสียค่าใช้จ่ายไปกับการเล่นเกมเพิ่มมากขึ้น หากนักเรียนไม่สามารถขอเงินผู้ปกครองเล่นเกมได้ ต้องหาทางออกโดยวิธีอื่น เช่น ขโมยเงิน ขโมยสิ่งของไปขาย เพื่อให้ได้เงินมาเล่นเกม สามารถนำไปสู่ปัญหาอาชญากรรมที่เพิ่มขึ้นได้ เป็นต้น

ผู้เล่นหลายคนมองข้ามประโยชน์ดังกล่าวและมุ่งแต่ความบันเทิงเพียงด้านเดียวโดย เฉพาะนักเรียนที่ยังไม่มีวุฒิภาวะพอ เช่น เมื่อนักเรียนได้เข้าเล่นเกมออนไลน์แล้ว นักเรียนจะมีการสร้างตัวตนของผ่านตัวละครในเกมออนไลน์ ด้วยการเลือก เพศ ชื่อ เสียง และสีผม จากการสร้างตัวละครของนักเรียนชี้ให้เห็นถึงการโยนตนเองกับสิ่งที่นักเรียนสัมผัสกับโลกในชีวิตจริง มาสู่ตัวละครในโลกของเกมออนไลน์ ทำให้นักเรียนกับตัวละครในเกมออนไลน์คือสิ่งเดียวกัน จึงมีผลกระทบต่อพฤติกรรมการเล่นเกมนอนไลน์ กล่าวคือ เมื่อนักเรียนเกิดอารมณ์และความรู้สึกของตัวละครในเกมออนไลน์ในสภาวะ ความพึงพอใจความโกรธแค้น นักเรียนจึงคิดว่าตัวละครในเกมออนไลน์กับผู้ที่เล่นอยู่ไม่ได้เป็นสิ่งที่แยกขาดออกจากกัน

การสื่อสารในชุมชนออนไลน์ (cyber community) ทำให้เกิดความสัมพันธ์ภายในชุมชนที่เรียกว่าชุมชนเสมือนจริง เป็นการสื่อสารแบบอิเล็กทรอนิกส์หรือพื้นที่บนอินเทอร์เน็ต (cyberspace) ที่เปิดกว้างสำหรับทุกคน เป็นพื้นที่ที่อยู่เหนือขอบเขตของเวลาและพื้นที่จริง (real space) ชุมชนแห่งนี้มีปฏิสัมพันธ์ความผูกพันกันเสมือนอยู่ในชุมชนที่เป็นจริง แต่ไม่ได้อยู่ในพื้นที่ที่เป็นจริง ชุมชนเสมือนจริง จึงเป็นชุมชนที่สามารถเลือกนำเสนออัตลักษณ์ที่เราต้องการนำเสนอและสมาชิกทุกคนมีสถานภาพที่เหมือนกัน คือ มีความเป็นอิสระ (จำเริญลักษณ์ ธนะรังน้อย, ๒๕๔๖, หน้า ๑๒๗)

การสื่อสารเสมือนจริง (virtual communication) ในโลกของเกมออนไลน์ในปัจจุบันมีที่มาจากรูปแบบของการสื่อสารผ่านสื่อคอมพิวเตอร์ (computer-mediated communication) ที่ส่งผลให้มนุษย์เราติดต่อสื่อสารกันได้ทั่วโลก โดยการสื่อสารผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ตที่เป็นสื่อคุณสมบัติพิเศษ สามารถเชื่อมโยงคอมพิวเตอร์ที่มีอยู่ทุกหนแห่งในโลกเข้าด้วย กันได้ ยิ่งถือเป็นการเผชิญหน้ากันในโลกคอมพิวเตอร์ (cyberspace) ไม่ใช่โลกทางกายภาพ (กาญจนา แก้วเทพ, กิตติ กัญภัย และปาริชาติ สถาปิตานนท์ สโรบล, ๒๕๔๓, หน้า ๑๐๑)

การพัฒนาของเกมคอมพิวเตอร์สู่สังคมของเกมออนไลน์ ที่สามารถเล่นเกมกับคนอื่น ๆ ที่อยู่ต่างพื้นที่กันได้ภายในเวลาเดียวกัน ทำให้เกิดความสะดวกรวดเร็วทางการสื่อสารและมีลักษณะเหมือนจริง รวมทั้งมีสภาพความเป็นชุมชนจริง ๆ อยู่ในเกมซึ่งต่างจากโลกแห่งความเป็นจริง สาเหตุสำคัญของชุมชนเสมือนจริง เพื่อแสดงจุดยืนของความรู้สึกนึกคิดของตน และปลดปล่อยภาวะทางอารมณ์ที่ไม่สามารถกระทำได้ในโลกแห่งความเป็นจริง เนื่องจากมนุษย์ต้องการที่จะหลุดพ้นจากโลกแห่งความเป็นจริง ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิดดังกล่าว เป็นตัวบ่งชี้ของปัญหาความรุนแรงในครอบครัวที่เกิดจากการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียน ในรูปแบบของปัญหาที่ต่างกัน ไม่ว่าจะสังคมจะเข้าสู่ยุคสมัยใด

วิถีชีวิตของนักเรียนที่ได้รับอิทธิพลของเกมออนไลน์ คือ นักเรียนต้องการบริโภคสินค้าอย่างต่อเนื่อง เพื่อตอบสนองความพึงพอใจของตนเอง สามารถส่งผลไปสู่ชีวิตจริงของนักเรียน การยอมรับงานของมนุษย์ต่อการครอบงำของอิทธิพลทางเทคโนโลยีที่เกิดขึ้นจากกระบวนการผลิตซ้ำทางเทคโนโลยี และการใช้เทคโนโลยี เห็นได้จากผู้คนจำนวนมากใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อความบันเทิง เนื้อหาที่ไหลเวียนอยู่ในอินเทอร์เน็ต มีทั้งเนื้อหาที่มีประโยชน์และโทษ มีรูปแบบการกระทำผิดและเข้าข่ายอาชญากรรมต่อสังคม เช่น การใส่ร้ายในกระดานข่าว การพนัน การขายบริการทางเพศ การล่อลวงโดยใช้อินเทอร์เน็ตเป็นสื่อ การเจาะระบบเข้าไปในเครือข่ายโดยไม่ได้รับอนุญาต การขโมยข้อมูลส่วนตัว การติดเกมออนไลน์ และอื่น ๆ เหล่านี้ล้วนแล้วมาจากเทคโนโลยีทั้งสิ้น

สื่อเกมออนไลน์มีความสอดคล้องในการทำหน้าที่ของสื่อมวลชน ดังนี้ (กาญจนา แก้วเทพ, ๒๕๔๑, หน้า ๒๑๑)

๑. หน้าที่พาผู้คนหลบหนีไปจากโลกแห่งความเป็นจริง (escapist) สื่อมวลชนจะทำหน้าที่ให้บุคคลลี้มโลกแห่งความเป็นจริงชั่วขณะ และมีความสุขกับความบันเทิงที่สื่อมวลชนนำเสนอ สำหรับโลกแห่งการสื่อสารทางอินเทอร์เน็ตแล้ว ผู้ใช้งานสามารถเปลี่ยนแปลงเอกลักษณ์ของตัวเองให้เป็นอย่างที่ตนปรารถนาได้ โดยการพาผู้ที่เล่นเกมออนไลน์เข้าสู่โลกของสังคมเสมือนจริง ที่บุคคลเหล่านั้นสามารถสร้างตัวตนของตนเองขึ้นมาได้

๒. หน้าที่ผ่อนคลายความตึงเครียด (tension-relaxing) ผู้ใช้งานสามารถใช้เทคโนโลยีการสื่อสารทางอินเทอร์เน็ตเป็นสิ่งที่ช่วยปลดปล่อยความตึงเครียด ไม่ว่าจะเป็นการค้นหาข้อมูลที่ตนเองต้องการ ใช้เป็นสื่อพูดคุยกับบุคคลอื่น หรือแม้กระทั่งการเล่นเกมนออนไลน์

๓. หน้าที่สร้างสิ่งชดเชยหรือทดแทน (compensation) แม้สังคมเมืองจะไม่มีการสร้างสัมพันธ์ที่เหนียวแน่นระหว่างบุคคลในชุมชน แต่สื่อสามารถทดแทนให้คนในสังคมเมืองมีความรู้สึกร่วมกันได้ โดยในโลกของเกมออนไลน์ผู้เล่นเกมจะมีความรู้สึกเป็นพวกเดียวกัน สร้างกลุ่มของตนเองขึ้นมา มีการติดต่อสื่อสารทำความรู้จักกันในโลกของสังคมออนไลน์

อิทธิพลของสื่อเกมออนไลน์ได้แฝงความอันตรายที่เป็นความรุนแรงไว้รอบตัวนักเรียน มีส่วนทำให้นักเรียนเกิดความเฉื่อยชา มองความแตกต่างระหว่างสิ่งที่ผิดและถูกไม่ชัดเจน และมีส่วนกระตุ้นให้นักเรียนที่อ่อนแอกระทำในสิ่งที่มีความรุนแรงขึ้นได้ ซึ่งความรุนแรงในสื่อนำไปสู่พฤติกรรมที่ก้าวร้าวรุนแรงได้

อิทธิพลของสื่อมวลชนมีอยู่ทั้งทางตรงและทางอ้อม และจะมีอิทธิพลอย่างยิ่งสำหรับผู้รับสารที่เป็นนักเรียน สื่อประเภทเกมออนไลน์ได้รับความนิยมมากและส่งผลกระทบต่อนักเรียน คือ นักเรียนใช้เวลาไปกับเกมออนไลน์มากเกินไป ไม่ใช่เวลาว่างทำคุณประโยชน์ให้กับครอบครัวหรือสังคม นักเรียนที่ไม่มีวุฒิภาวะพอ นอกจากสร้างปัญหาสังคมในเกมแล้ว ยังไม่สามารถแบ่งแยกโลกในเกมกับโลกแห่งความเป็นจริงได้

รองศาสตราจารย์ ดร.พันธุ์ทิพย์ กาญจนะจิตรา สายสุนทร

บทความรายงานสถานการณ์เกมคอมพิวเตอร์ที่ส่งผลกระทบต่อสุขภาพสังคมไทย เพื่อประกอบรายงานความก้าวหน้าของแนวทางการประมวลสถานการณ์สำคัญที่เกี่ยวกับสุขภาพคนไทยในรอบปี ในการประชุมคณะกรรมการชี้แนะทิศทางของโครงการรายงานสุขภาพคนไทยประจำปี ณ ห้องประชุมสำนักงานกองทุนส่งเสริมสนับสนุนสุขภาพ ในวันจันทร์ที่ ๔ สิงหาคม พ.ศ. ๒๕๔๖ เวลา ๙.๐๐ น. - ๑๒.๐๐ น.

๑. ทักษะติดต่อเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์

ในวันนี้ของประเทศไทย ดูเหมือนจะเกิดความแตกต่างในทัศนคติของคนในสังคมไทยต่อเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ซึ่งอาจจำแนกได้เป็น ๓ แบบคือ

- (๑) แนวคิดแรกมองว่าเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์เป็นสิ่งที่ทำลายสังคมไทย
- (๒) แนวคิดที่สองเป็นมองเกออนไลน์ทางบวก ส่วนใหญ่คือแนวคิดของกลุ่มคนที่โปรดปรานเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์เป็นอย่างดี
- (๓) แนวคิดที่สามคือมองเห็นทวิลักษณะของเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ ที่ทั้งอาจเป็นคุณหรือเป็นโทษต่อผู้เล่นเกมและสังคม

จากการติดตามศึกษาเรื่องนี้มาเป็นระยะเวลามากกว่าหนึ่งปี (ข้อสรุปที่ได้จากการทำงานเป็นที่ปรึกษาโครงการศึกษาอันเกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ ๒ โครงการของกองทุนศาสตราจารย์ คณิต ฤไชย คณะนิติศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ คือ

(๑) โครงการศึกษาพฤติกรรมของมนุษย์ในสังคมไทยบนอินเทอร์เน็ต ซึ่งมีนางสาวมณฑนา สีสสุวรรณ นางสาวสุภารัตน์ แก้วงาม และนายอิทธิพล ปรีติประสงค์ เป็นนักวิจัย

(๒) โครงการศึกษาผลกระทบของเกมคอมพิวเตอร์ต่อเด็กในสังคมไทยบนอินเทอร์เน็ต ซึ่งมีนายสมา โกลสิงห์ เป็นนักวิจัย ข้อมูลการวิจัยจากโครงการทั้งสองถูกใช้เพื่อสนับสนุนการทำงานของ ๒ องค์กรอิสระ กล่าวคือ (๑) คณะอนุกรรมการพิจารณาศึกษาหามาตรการในการแก้ไขปัญหาภัยทางเทคโนโลยีสารสนเทศ ที่มีต่อเด็กและสตรี ซึ่งมีนายวัลลภ ตังคณานุก์ชัย เป็นประธาน และ (๒) คณะอนุกรรมการด้านเด็ก เยาวชน และครอบครัวของคณะกรรมการสิทธิมนุษยชนแห่งชาติ ซึ่งมีคุณหญิงจันทน์ สันตะบุตร เป็นประธาน)

ผู้เขียนพบว่ากลุ่มที่มีทัศนคติด้านลบต่อเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์มักจะเป็นผู้ปกครองของเด็กและเยาวชน โดยเฉพาะพ่อแม่ของเด็กที่ติดเล่นเกมออนไลน์งอมแงม และบุคคลที่พันวัยเด็กและเยาวชนแต่ไม่ค่อยได้สัมผัสตัวเกมนอนไลน์นัก ขณะที่กลุ่มที่ชื่นชมเกมออนไลน์ส่วนใหญ่คือเด็กและเยาวชน ทั้งในกลุ่มที่เล่นเกมออนไลน์เองและกลุ่มที่ไม่เสพติดเกมออนไลน์เลย น่าสนใจว่าเด็กและเยาวชนกลุ่มหลังนี้ไม่มีทัศนคติทางลบต่อเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ และยอมรับเสรีภาพของเด็กและเยาวชนกลุ่มแรกที่จะเสพติดเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ โดยเชื่อว่าส่วนใหญ่ของเด็กและเยาวชนมีความสามารถที่จะควบคุมตนเองมิให้ลุ่มหลงกับการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์จนถึงระดับที่จะเป็นภัยต่อตนเอง และเชื่อว่ามีเด็กและเยาวชนกลุ่มข้างน้อยเท่านั้นที่เสพติดเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์จนเกิดภัยต่อตนเอง โดยที่เด็กและเยาวชนข้างน้อยนี้จะมีปัญหาอื่นๆ อยู่แล้ว จนมาอาศัยเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์เป็นเกราะกันตนเองจากความเจ็บปวดที่ถูกกดทับโดยปัญหาอื่นที่ตนมีอยู่

## ๒. สถานการณ์เกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ที่พบในประเทศไทย

เป็นที่น่าสังเกตว่า เกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ที่ให้บริการในเชิงพาณิชย์เป็นเกมที่สร้างสรรค์ในต่างประเทศ อาทิ raknarok หรือ dragon raja ซึ่งเป็นลิขสิทธิ์ตามกฎหมายเกาหลี หรือ kong of king ซึ่งเป็นลิขสิทธิ์ตามกฎหมายไต้หวัน แต่ผู้ประกอบการเพื่อให้บริการเกมออนไลน์มักเป็นบริษัทตามกฎหมายไทย ซึ่งอาจจะเป็นบริษัทซึ่งใช้ทุนในประเทศไทย อาทิ บริษัท Justsunday cybernation จำกัด หรืออาจจะเป็นบริษัทซึ่งร่วมทุนกับนักลงทุนต่างด้าว อาทิ บริษัท asiasoftware จำกัด แม้จะปรากฏมีการสร้างสรรค์เกมไทย แต่ก็ไม่มีปรากฏมีเกมคอมพิวเตอร์ไทยในลักษณะที่อาจเล่นในลักษณะ massive ที่เล่นบนอินเทอร์เน็ต แต่ก็มีเกมไทยอยู่บ้างที่อาจเล่นคนเดียวหรือเล่นหลายคนในระบบ lan ซึ่งเป็นอินทราเน็ต อาทิ บางระจัน (สร้างสรรค์โดยนายหาญศักดิ์ ชมบุญ และนายบุญธรรม พันธุ์ใหญ่ เป็นเกมที่ได้รับรางวัลรองชนะเลิศ โครงการแข่งขัน พัฒนาโปรแกรมคอมพิวเตอร์แห่งประเทศไทยครั้งที่ ๔ (The 4th National Software Contest : NSC 2002) เป็นเกมที่นำประวัติศาสตร์ของไทยมาทำเป็นเกมแนว RPG ซึ่งเนื้อหาของเกมจะคอยสอดแทรกความรู้ด้านประวัติศาสตร์อยู่

ตลอดเวลา โปรดดู <http://www20.brinkster.com/4tian/>) หรือ พิชัยดาบหัก หรือพิชิตจักรวาล (Conquest Galaxy) (สร้างสรรค์โดยนายวสันต์ เจียรณวิสิลินและนายพิศาล เจียรณวิสิลินซึ่งเป็นนักเรียนชั้นมัธยม ๔ ของโรงเรียนอัสสัมชัญ บางรัก และมีอายุ ๑๕ ปี และเป็นเกมที่ได้รับรางวัล รองชนะเลิศอันดับ 1 จากการประกวดโครงการแข่งขันพัฒนาโปรแกรมคอมพิวเตอร์แห่งประเทศไทย ครั้งที่ 3 (NSC2001) ของ NECTEC เป็นเกมแนว Shooting Fighter ซึ่งเล่นได้ 1 - 2 คน โปรดดู <http://www.geocities.com/conquestgalaxy/>) และก็ยังไม่พบในเชิงพาณิชย์ ซึ่งเหตุผลก็อาจจะเป็นเพราะเกมนั้นยังไม่มีลักษณะที่ขายได้ในตลาดหรือยังไม่ได้รับการสนับสนุนในเชิงพาณิชย์ และที่น่าแปลกใจก็คือเกมไทยมักเป็นเกมที่ให้ดาวน์โหลดไปเล่นได้ฟรีคือเป็น freeware แต่ก็ไม่ได้รับความนิยมในระดับเดียวกับเกมจากต่างประเทศเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ก็บังจรรยาจริยกิจเกี่ยวข้องผู้เขียนตรวจสอบพบว่า แม้เกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ในเชิงพาณิชย์จะเป็นเกมที่สร้างสรรค์ในต่างประเทศ แต่ก็มีผลต่อเศรษฐกิจไทยค่อนข้างมาก เนื่องจากการปรากฏตัวของเกม ๑ เกม ย่อมนำมาซึ่งการประกอบกิจการต่อมาของธุรกิจอย่างน้อย 7 ลักษณะ กล่าวคือ อันเริ่มต้นจาก (๑) ธุรกิจให้บริการและดูแลระบบออนไลน์ (๒) ธุรกิจให้บริการ server อันเป็นที่ตั้งของเกมออนไลน์ (๓) ธุรกิจเผยแพร่ข้อมูลข่าวสารเกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ ตัวอย่างเช่น ในปัจจุบันมีการทำวารสารหรือนิตยสารเกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์โดยเฉพาะเจาะจง นอกจากนั้นในทุกหนังสือพิมพ์รายวันจะมีคอลัมน์เกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ อาทิ เดลินิวส์ ผู้จัดการ (๔) ธุรกิจจัดจำหน่ายเกมคอมพิวเตอร์ (๕) ธุรกิจค้าปลีกเกมคอมพิวเตอร์ (๖) ธุรกิจอินเทอร์เน็ตคาเฟ่ (Internet Café) ซึ่งให้บริการเกมคอมพิวเตอร์ และ (๗) ธุรกิจคุ้มครองการละเมิดทรัพย์สินทางปัญญาอันเกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์

### ๓. การจัดการเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์

โดยที่เกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์มีลักษณะที่ทั้งเป็นลบและบวกต่อสังคมมนุษย์ กระบวนการจัดการย่อมต้องมีลักษณะที่ทั้งส่งเสริมและควบคุม โดยในส่วนของสร้างสรรค์ก็มีความจำเป็นที่สังคมจะต้องผลักดันให้มีการส่งเสริมให้มีการสร้างสรรค์เกมและประกอบการมากขึ้น แต่ในส่วนที่อาจเป็นภัยก็มีความจำเป็นที่สังคมจะต้องผลักดันให้มีการควบคุมและกำจัดออกจากสังคมไทย แต่ความยากอยู่ตรงที่ว่า เกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์มักมีลักษณะที่ผสมระหว่างสร้างสรรค์และเป็นภัย กระบวนการจัดการจึงต้องมีลักษณะที่รอบด้าน

#### ๓.๑ แนวคิดในแง่บวกเกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์

ในความเป็นจริง เกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ส่งผลบวกทั้งในทางเศรษฐกิจและสังคม แต่ผลกระทบด้านเศรษฐกิจดูจะชัดเจนมากกว่าด้านสังคม ในประสบการณ์ของหลายประเทศ เกมคอมพิวเตอร์จึงเป็น “อูบาย” ในการสร้างความคุ้นชินต่อการใช้เทคโนโลยีคอมพิวเตอร์แก่มนุษย์ สำหรับนักศึกษาในสายเทคโนโลยี การสร้างสรรค์เกมมิใช่เรื่องที่ยากเกินไป ซึ่งมีการเปรียบเสมือนว่า มนุษย์ทุกคนร้องเพลงได้ นักศึกษาที่ศึกษาในทิศทางนี้ ก็ย่อมมีศักยภาพที่จะสร้างสรรค์เกมได้ เพียงแต่เกมนั้นจะได้รับความนิยมในเชิงการค้าหรือไม่ ตัวอย่างของประเทศเกาหลีทำให้เราทราบว่า ความแพร่หลายของเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์หรือแม้ออฟไลน์ในตลาดโลกเกิดจากนโยบายส่งเสริมของรัฐบาลเกาหลีในยุคที่คนเกาหลีนิยมเล่นเกมอเมริกัน ซึ่งผลของนโยบายที่มองกาลไกล คนเกาหลีจึงหันมาเล่นเกมเกาหลี และอุตสาหกรรมอันเกี่ยวกับคอมพิวเตอร์ของเกาหลีก็เติบโตอย่างรวดเร็ว และก็มีผลให้เกมสัญชาติเกาหลีได้กลายเป็นเกมที่นิยมอย่างยิ่งในตลาดโลก มิใช่แค่ในประเทศเกาหลี เกมคอมพิวเตอร์ได้กลายเป็นทรัพย์สินทางปัญญาที่เป็นสินค้าออกของประเทศเกาหลี และผลลัพธ์ต่อมาก็คือการขยายตัวทางเศรษฐกิจอย่างรวดเร็วของประเทศเกาหลีในทางเทคโนโลยีสารสนเทศ

#### ๓.๒ แนวคิดในแง่ลบเกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์

ถ้าพิจารณาในด้านผลกระทบต่อสังคมมนุษย์ พบว่าในหลายประเทศมีความเคลื่อนไหวทั้งในเชิงกฎหมายและนโยบายในการจัดการปัญหาผลกระทบต่อด้านลบของเกมคอมพิวเตอร์ ดังเช่นที่เกิดขึ้นในบ้านเรา ตัวอย่างคือสภานิติบัญญัติของกรีซได้ผ่านกฎหมายเมื่อเดือนกรกฎาคมนี้เอง (2546) ห้ามประชาชนเล่นเกมคอมพิวเตอร์หรือวิดีโอเกมในสถานที่สาธารณะ เช่น ในสถานบริการอินเทอร์เน็ต หรืออินเทอร์เน็ตคาเฟ่ แล้วประเทศไทยล่ะ อะไรคือความเคลื่อนไหวในการจัดการผลกระทบต่อด้านลบของเกมคอมพิวเตอร์ต่อสังคมมนุษย์ในประเทศไทย ?

#### ๔.ภาครัฐของไทยต่อการสร้างมาตรการจัดระเบียบเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์

ภาครัฐไทยโดยการนำกระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร พยายามสร้างมาตรการเพื่อคุ้มครองเด็กและเยาวชนใน ๓ รูปแบบคือ

##### ๔.๑ .มาตรการต่อผู้เล่นเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์

เสนอให้มีการกำหนดจำกัดเวลาในการเล่นของผู้เล่นเกม ซึ่งเน้นการจัดระเบียบที่ตัวผู้เล่นเกมเอง โดยกำหนดให้ผู้เล่นเกมออนไลน์ได้เพียงในจำนวนเวลาการเล่นที่ไม่ทำลายสุขภาพ ในปัจจุบันผู้ประกอบการเกมคอมพิวเตอร์บางรายได้พยายามที่จะคิดค้นวิธีการขายชั่วโมงการเล่นโดยจำกัดเวลาเล่นของผู้เล่น (กรณีของบริษัท Justsunday cybernation จำกัด)

##### ๔.๒ .มาตรการต่อบริษัทผู้ให้บริการเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์

เสนอให้มีการปิด server ของบริษัทผู้ให้บริการเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ในช่วงเวลากลางคืน เพื่อมุ่งบังคับให้เด็กและเยาวชนได้พักผ่อนในช่วงเวลากลางคืน ซึ่งมาตรการนี้ส่งผลกระทบต่อกระทันหัน (ศูนย์ข้อมูลกสิกรไทย ได้มีการประเมินความกระทบที่เกิดจากนโยบายการจัดระเบียบเกมออนไลน์ของกระทรวงไอซีทีโดยปิดให้บริการหลังเวลา ๒๒.๐๐ – ๐๖.๐๐ น. เป็นระยะเวลา ๒ เดือนครึ่งว่าสร้างความเสียหายให้กับธุรกิจเกมออนไลน์ และธุรกิจที่เกี่ยวข้องคิดเป็นมูลค่า ๓๐๔.๕ ล้านบาทหากมาตรการดังกล่าวมีการขายระยะเวลาออกไป ๑ ปี จะสร้างความเสียหายให้กับธุรกิจมูลค่า ๑,๔๖๑.๖๐ ล้านบาท) ต่อบริษัทผู้ให้บริการเกมอย่างมาก และรวมตลอดถึงผู้ให้บริการอินเทอร์เน็ต (เร็กนาร์ร็อกบวนตลาดลาม ISP พังยับ ๑๐๐ ล้าน ใน : ฐานเศรษฐกิจ ปีที่ ๒๓ ฉบับที่ ๑,๘๑๙ วันที่ ๒๐-๒๓ กรกฎาคม ๒๕๔๖) ทั้งยังมีข้อโต้แย้งว่าการกระทำดังกล่าวเป็นการละเมิดสิทธิมนุษยชน ซึ่งนพ.สุรพงษ์ สืบวงศ์ลี รัฐมนตรีว่าการกระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารกล่าวว่าการปิดบริการเกมออนไลน์หลัง ๔ ทุ่มไม่ถือเป็นการละเมิดสิทธิมนุษยชน แต่เป็นนโยบายที่จะป้องกันปัญหาสังคม เช่นเดียวกับการห้ามคนเมาขับรถ หรือการปราบปรามยาบ้า เพื่อไม่ให้บุคคลเหล่านี้ กระทำการที่กระทบสิทธิผู้อื่น แต่นพ.สุรพงษ์ ยอมรับว่ามาตรการปิดเกมออนไลน์ ๔ ทุ่ม เป็นการแก้ปัญหาที่ปลายเหตุและคงแก้ไม่ได้ทั้งหมด ดังนั้น จะต้องกำหนดมาตรการเพิ่มเติมว่าด้วยเรื่องการจำกัดชั่วโมงการเล่นเกมต่อวัน ซึ่งจะหาร่วมกับกรมสุขภาพจิตกระทรวงสาธารณสุข (ข้อมูลจากการสัมภาษณ์ นพ.สุรพงษ์ สืบวงศ์ลี เมื่อวันที่ ๒๘ กรกฎาคม ๒๕๔๖ เวลา ๑๗.๓๐ น. – ๑๙.๐๐ น. ณ ห้องประชุมกระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร) นอกจากนั้น มีข้อเสนอให้มีการจัดตั้งเกมออนไลน์ ซึ่งหมายถึงการจัดประเภทเกมเพื่อจัดระเบียบการนำเข้าเกมคอมพิวเตอร์จากต่างประเทศ ตลอดจนการจัดระเบียบการขายเกมของผู้ขายต่อผู้บริโภคในตลาดไทย ซึ่งมาตรการนี้ย่อมจะทำได้โดยความร่วมมือระหว่างกระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร และกระทรวงพาณิชย์

##### ๔.๓ มาตรการต่อผู้ประกอบการที่เกี่ยวข้อง

เสนอให้มีการออกกฎหมายและนโยบายมาควบคุมร้านอินเทอร์เน็ตคาเฟ่ สืบเนื่องจากข้อเท็จจริงที่ว่าเด็กและเยาวชนจำนวนมากไม่ยอมเล่นเกมในร้านอินเทอร์เน็ตคาเฟ่ ดังนั้น การเข้าไปจัดระเบียบการ

เข้าใช้ร้านอินเทอร์เน็ตคาเฟ่ ก็จะทำให้เด็กไม่ได้รับผลร้ายของเกมออนไลน์ ซึ่งแนวคิดในลักษณะนี้ถูกโต้แย้งอย่างมากจากผู้ประกอบการอินเทอร์เน็ตคาเฟ่ เพื่อประเมินคุณค่าของเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ เราคงหลีกเลี่ยงไม่ได้ว่าเกมนี้มีทั้ง ๒ ลักษณะ กล่าวคือ (๑) สร้างพฤติกรรมด้านบวกให้แก่มนุษย์ และ (๒) สร้างพฤติกรรมด้านลบให้แก่มนุษย์ ดังนั้นการจัดการเกมคอมพิวเตอร์อย่างเหมาะสม ก็น่าจะทำให้เราสามารถส่งเสริมด้านบวกและควบคุมหรือขจัดด้านลบออกไป ดังนั้นคำตอบของของคำถามที่ว่า เกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์เป็นสร้างสรรค์หรือทำลายสังคมไทยนั้น จึงขึ้นอยู่กับว่าเราจริงจังและตั้งใจที่จะควบคุมสมดุลของความเป็นดาบสองคมของเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์หรือไม่ หากมีความไม่มีประสิทธิภาพในการควบคุมผลกระทบด้านร้ายและส่งเสริมผลกระทบด้านดี เกมก็จะส่งผลกระทบแต่เพียงด้านลบต่อสังคมมนุษย์ แต่หากมีการควบคุมผลกระทบด้านร้ายและส่งเสริมผลกระทบด้านดีอย่างมีประสิทธิภาพ เกมก็จะส่งผลกระทบแต่เพียงด้านดีต่อสังคมมนุษย์ แต่หากกระบวนการจัดการมีประสิทธิภาพบ้างไม่มีบ้าง ผลกระทบที่ส่งออกมาก็ย่อมหลากหลาย

### ปัจจัยทางชีวภาพ

เนื่องจากเด็กและวัยรุ่นที่ติดเกมคอมพิวเตอร์มีพฤติกรรมคล้ายผู้ป่วยติดสารเสพติด จึงเริ่มมีการศึกษาผลของการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ต่อการทำงานของสมองโดยอาศัยพื้นฐานจากความรู้ทางชีววิทยาระบบประสาทของผู้ป่วยติดสารเสพติดมากขึ้น เพื่อให้เข้าใจพฤติกรรมของเด็กและวัยรุ่นที่ติดเกมคอมพิวเตอร์ที่เกิดจากปัจจัยทางชีวภาพ จึงควรเข้าใจพฤติกรรมของผู้ป่วยติดสารเสพติดที่เกิดจากฤทธิ์ของสารเสพติดเสียก่อน พฤติกรรมของผู้ป่วยติดสารเสพติดมีลักษณะสำคัญ คือ ในระยะแรกผู้ป่วยเสพสารเสพติดเพราะต้องการฤทธิ์ของสารเสพติดที่ทำให้เกิดความสุขความเพลิดเพลินใจ แต่ในระยะสุดท้ายผู้ป่วยจะเสพสารเสพติดเพราะมีอาการต้องการเสพ (craving) และพฤติกรรมเสาะหาสารเสพติด (drug seeking) เมื่อมีสิ่งเร้าที่สัมพันธ์กับการเสพสารเสพติด โดยไม่สามารถยับยั้งความต้องการดังกล่าวได้ แม้ทราบว่าจะต้องเผชิญกับผลร้ายที่ตามมา อาการในระยะสุดท้ายนี้จะยังคงอยู่หลังจากเลิกเสพแล้วไปอีกนานการศึกษาทางชีววิทยาระบบประสาทของพฤติกรรมติดสารเสพติดพบว่าสารเสพติดทุกชนิดกระตุ้นการหลั่ง dopamine ที่ nucleus accumbens ซึ่งทำให้เกิดความรู้สึกมีความสุขความเพลิดเพลินใจ การหลั่ง dopamine ที่ nucleus accumbens นี้มีความสำคัญในการทำให้ติดสารเสพติดเฉพาะในระยะแรกเท่านั้น แต่การหลั่ง dopamine ใน brain reward circuit ที่มีปริมาณมากและเป็นเวลานานจากฤทธิ์ของเสพสารเสพติดทำให้สมองส่วนที่เกี่ยวข้องเกิดการเปลี่ยนแปลง (neuroplasticity) และการเปลี่ยนแปลงที่ glutamatergic projection จาก prefrontal cortex ไปยัง nucleus accumbens มีความสำคัญในการทำให้เกิดอาการในระยะสุดท้าย ผลที่เกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวคือผู้ป่วยจะมีการหลั่ง dopamine ที่ nucleus accumbens ลดลงและ prefrontal cortex จะมีการทำงานลดลงในภาวะที่ไม่มีสิ่งเร้าที่สัมพันธ์กับสารเสพติด ผู้ป่วยจึงขาดความสนใจต่อสิ่งเร้าที่ให้ความเพลิดเพลินใจตามธรรมชาติต่างๆ แต่เมื่อมีสิ่งเร้าที่สัมพันธ์กับสารเสพติด เช่น ความเครียดสภาพแวดล้อมที่สัมพันธ์กับการเสพสารเสพติด เป็นต้น สิ่งเร้าเหล่านี้จะกระตุ้นให้มีการหลั่ง dopamine ทั้งที่ nucleus accumbens, amygdala, และ prefrontal cortex มากผิดปกติ และจะไปกระตุ้นให้ glutamatergic projection จาก prefrontal cortex ไปยัง nucleus accumbens ทำงานมากตามไปด้วย ซึ่งทำให้ผู้ป่วยเกิดอาการต้องการเสพและพฤติกรรมเสาะหาสารเสพติด โดยไม่สามารถยับยั้งได้

Koeppe และคณะ พบว่าการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ทำให้มีการหลั่ง dopamine ที่ striatum รวมทั้ง nucleus accumbens เพิ่มขึ้น ๒๗ % และเริ่มมีหลายการศึกษาที่พบว่าเด็กและวัยรุ่นที่เล่นเกมคอมพิวเตอร์มีการทำงาน prefrontal cortex ลดลง ๒๘% จากข้อมูลดังกล่าวและความรู้ทางชีววิทยาระบบประสาทเกี่ยวกับ



พฤติกรรมผู้ป่วยติดสารเสพติด จึงอาจอธิบายได้ว่าการหลั่ง dopamine ใน brain reward circuit ทำให้เกิดแรงจูงใจในการเล่นเกมนิวเคลียร์ในระยะแรกแต่การหลั่ง dopamine ที่มีปริมาณมากและเป็นเวลานานจากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์อาจทำให้สมองส่วนที่เกี่ยวข้องเกิดการเปลี่ยนแปลงในลักษณะเดียวกัน ในระยะต่อมาเด็กและวัยรุ่นที่ติดเกมคอมพิวเตอร์จึงมีความคิดหมกมุ่นกับการเล่นเกมอย่างมาก คล้ายกับผู้ป่วยติดสารเสพติดที่หมกมุ่นกับการเสพยาเสพติดและผู้ป่วยติดพนันที่หมกมุ่นกับการพนัน จนละเลยกิจกรรมที่ให้ความเพลิดเพลินใจอย่างอื่น และมีความต้องการเล่นเกมที่สามารถควบคุมได้ยาก โดยเฉพาะเมื่อมีสิ่งเร้าที่สัมพันธ์กับการเล่นเกมคือ ความเครียด และสภาพแวดล้อมที่สัมพันธ์กับการเล่นเกม เช่น เครื่องคอมพิวเตอร์ ร้านเกมหรือสถานที่ที่เคยเล่นเกม และเพื่อน เป็นต้น นอกจากนี้การกลับไปเล่นเกมคอมพิวเตอร์หลังจากเลิกเล่นเกมไปนานแล้วก็สามารถกระตุ้นให้กลับมีความต้องการเล่นเกมมากขึ้นได้เช่นเดียวกัน

### ปัจจัยด้านจิตสังคม

เกมคอมพิวเตอร์มีคุณสมบัติที่สามารถตอบสนองความต้องการทางจิตใจของเด็กและวัยรุ่น ได้แก่ ความสนุกสนาน ความรู้สึกประสบความสำเร็จ และการระบายแรงขับความก้าวร้าว เป็นต้น การเล่นเกมจะมีความยากมากขึ้นตามลำดับจึงทำให้เกิดความรู้สึกท้าทาย แต่ผู้เล่นทุกคนมีโอกาสชนะหรือประสบความสำเร็จมากขึ้นได้จากการเล่นซ้ำๆ และจะได้รับรางวัล เช่น คะแนน การได้เล่นในระดับสูงขึ้น เป็นต้น เป็นแรงเสริมทางบวกจากการเล่นชนะทันที จึงเกิดความรู้สึกพึงพอใจที่ตนเองสามารถเอาชนะหรือประสบความสำเร็จได้ เด็กและวัยรุ่นที่มีความนับถือตนเอง (self-esteem) ต่ำเนื่องจากไม่ค่อยประสบความสำเร็จจากกิจกรรมอื่นๆ จึงมักสนุกสนานและพึงพอใจกับความสำเร็จจากการเล่นเกมจนไม่สามารถควบคุมได้ โดยเฉพาะเด็กและวัยรุ่นที่ขาดการฝึกวินัยอย่างเหมาะสมมาก่อน เกมคอมพิวเตอร์รุ่นใหม่ที่ได้รับการนิยมนำมาใช้ในปัจจุบัน คือ Massively-Multiplayer Role-Playing Online Game (MMRPOG) ยังสามารถตอบสนองความต้องการทางจิตในด้านสังคม เช่น ความรู้สึกมีกลุ่มเพื่อน การยอมรับ เป็นต้น เด็กและวัยรุ่นที่เล่นเกมออนไลน์มักควบคุมเวลาในการเล่นได้ยากเนื่องจากความสนุกสนาน ความต่อเนื่องของเกม การมีเพื่อนเข้ามาเล่นจำนวนมากทำให้มีตัวละครในเกมหลายบทบาท รวมทั้งถ้าเพื่อนในกลุ่มยังไม่เลิกเล่นก็ต้องเล่นต่อเพื่อช่วยเหลือเพื่อนในกลุ่ม พบว่าเด็กและวัยรุ่นที่ติดเกมมักมีผลการเรียนไม่ดี ขาดความนับถือตนเอง มีปัญหาพฤติกรรมอย่างอื่น เครียด และมีอารมณ์ซึมเศร้า เด็กและวัยรุ่นจำนวนมากเล่นเกมเพื่อหลีกเลี่ยงการเผชิญความเครียดในด้านต่างๆ

ครอบครัวของเด็กและวัยรุ่นที่ติดเกมคอมพิวเตอร์มักเป็นครอบครัวที่ขาดการฝึกวินัยให้ลูกอย่างเหมาะสมมาตั้งแต่วัยเด็ก อาจเกิดเนื่องจากขาดทักษะในการฝึกวินัย ไม่มีเวลา หรือไม่ได้ให้ความสำคัญเพียงพอ มักเป็นครอบครัวที่พ่อแม่ไม่สามารถติดตามพฤติกรรมของลูกได้อย่างเหมาะสม บางครอบครัวพ่อแม่มีความใกล้ชิดและความผูกพันทางอารมณ์กับลูกน้อย บางครอบครัวเด็กและวัยรุ่นอาจมีความเครียดจากความคาดหวังของพ่อแม่ ปัญหาความขัดแย้ง หรือปัญหาการสื่อสารในครอบครัว จึงหาทางออกด้วยการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ ปัญหาในครอบครัวเหล่านี้ส่วนหนึ่งมีสาเหตุจากปัญหาสุขภาพจิตหรือโรคทางจิตเวชของพ่อแม่ อีกประการหนึ่งคือพ่อแม่ไม่ได้เป็นแบบอย่างและสนับสนุนให้ลูกทำกิจกรรมที่สร้างเสริมสุขภาพเพียงพอ โดยเฉพาะการเล่นกีฬา การทำกิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหวมาก หรือกิจกรรมสร้างสรรค์อย่างอื่น แต่การเลี้ยงดูทำให้ลูกเคยชินกับกิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหวน้อย เช่น การดูโทรทัศน์ เป็นต้น นอกจากนี้พ่อแม่ยังมีความรู้เกี่ยวกับคอมพิวเตอร์ ผลดีผลเสียของการใช้คอมพิวเตอร์ และการใช้คอมพิวเตอร์อย่างเหมาะสมน้อย และไม่คอยทราบลูกใช้คอมพิวเตอร์เพื่อวัตถุประสงค์อะไรบ้าง

สังคม กลุ่มเพื่อนและสังคมมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของเด็กและวัยรุ่นมาก เด็กและวัยรุ่นจำนวนมากมีเครื่องเล่นวิดีโอเกมหรือเครื่องคอมพิวเตอร์สำหรับเล่นเกมที่บ้าน จึงเป็นแรงผลักดันให้เด็กและวัยรุ่นอีกส่วนหนึ่งเกิดความต้องการเล่นเกมตามไปด้วย และในปัจจุบันสังคมมีค่านิยมสนับสนุนให้เด็กและวัยรุ่นใช้คอมพิวเตอร์ โดยยังไม่ได้ตระหนักถึงผลดีผลเสียของเทคโนโลยีเพียงพอ และยังไม่ได้เตรียมเด็กและวัยรุ่นให้พร้อมสำหรับการใช้เทคโนโลยีอย่างเหมาะสมเสียก่อน รวมทั้งอุปสรรคในการเล่นคอมพิวเตอร์และเครื่องเล่นวิดีโอเกมเป็นสินค้าที่หาซื้อได้ง่ายในราคาไม่แพง จึงทำให้เด็กและวัยรุ่นมีโอกาสนเล่นเกมคอมพิวเตอร์มากขึ้น นอกจากนี้ยังมีร้านเกมอยู่ทั่วไปในชุมชนและบริเวณใกล้โรงเรียน จากการสำรวจของสำนักวิจัยเอแบคโพลล์พบว่า ร้อยละ ๘๘.๓ ของเด็กและเยาวชนตอบว่ามีร้านเกมในบริเวณใกล้บ้าน ร้อยละ ๒๒.๐ ตอบว่ามีร้านเกมในบริเวณใกล้บ้านมากกว่า 5 ร้าน และใช้เวลาเดินจากบ้านไปร้านเกมเฉลี่ย ๑๐ นาทีเท่านั้น

## ผลกระทบของการเล่นเกมคอมพิวเตอร์

### ๑. ความก้าวร้าวรุนแรง

จากกรณี Eric Harris และ Dylan Klebold นักเรียนมัธยมศึกษาโรงเรียน Columbine High School ใช้อาวุธปืนยิงครูและนักเรียนในโรงเรียนเสียชีวิต ๑๓ ศพ บาดเจ็บ ๒๓ คน ก่อนจะฆ่าตัวตายตาม พบว่านักเรียนที่กระทำความผิดมีประวัติเล่นเกม Doom ที่มีความรุนแรงอย่างหมกมุ่น และก่อเหตุรุนแรง โดยมีสถานการณ์เหมือนกับสถานการณ์ที่เขาสร้างขึ้นในเกม และยังมีอีกหลายกรณีที่นักเรียนใช้อาวุธทำร้ายครูและนักเรียนในโรงเรียนทั้งในประเทศไทยและอีกหลายประเทศ พบว่าเด็กและวัยรุ่นที่กระทำความผิดมักเป็นผู้เล่นเกมคอมพิวเตอร์ที่มีความรุนแรงอย่างหมกมุ่นและกระทำความผิดในลักษณะเดียวกับเกมที่เล่นเช่นเดียวกัน องค์ความรู้เกี่ยวกับอิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมของเด็กและวัยรุ่นยืนยันชัดเจนแล้วว่าสื่อ เช่น โทรทัศน์ ภาพยนตร์ ทีวีวิดีโอ เป็นต้น ที่มีความรุนแรงทำให้เด็กและวัยรุ่นมีความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง การเล่นเกมคอมพิวเตอร์น่าจะกระตุ้นให้เกิดความก้าวร้าวรุนแรงมากกว่า เนื่องจากผู้เล่นเกมมีบทบาทเป็นผู้กระทำความรุนแรงด้วยตนเองและได้รับรางวัลเป็นแรงเสริมจากการกระทำนั้นด้วย ในขณะที่สื่ออื่นนั้นผู้รับสื่อเป็นเพียงผู้รับรู้การกระทำของผู้อื่นเท่านั้น นอกจากนี้เกมรุ่นใหม่ยังมีการพัฒนาให้ภาพและการเคลื่อนไหวเหมือนจริงมาก ผู้เล่นสามารถกำหนดให้ตัวละครในเกมมีบุคลิกเหมือนตนเองหรือตามความต้องการได้ด้วย และเกมในอนาคตจะมีความสมจริงมากขึ้นอีก เช่น เกมที่มีระบบ Eye Toy สามารถช่วยให้ผู้เล่นรู้สึกว่าจะเข้าไปมีส่วนร่วมในเกมมากขึ้นโดยการนำภาพของตนเองไปใส่เป็นตัวละครในเกมได้ และยังมีอุปกรณ์รับสัญญาณจากท่าทางและการเคลื่อนไหวในการต่อสู้ของผู้เล่นด้วย เกมที่มีระบบ Navix ผู้เล่นเกมเบสบอลสามารถใช้ไม้เบสบอลที่มีอุปกรณ์รับสัญญาณจากท่าทางและการเคลื่อนไหวตีลูกเบสบอลได้เหมือนการเล่นจริงทั้งความแรงและทิศทาง เป็นต้น ๑๔ ในทางการทหาร ยังมีการนำเกมคอมพิวเตอร์ที่มีความรุนแรงมาใช้ฝึกทหารให้เคยชินกับความรุนแรงก่อนออกปฏิบัติการในสนามรบ ทั้งในสหรัฐอเมริกาและสหราชอาณาจักร และพบว่าร้อยละ ๗๕-๘๐ ของเกมที่เด็กและวัยรุ่นนิยมเป็นเกมที่มีความรุนแรง แต่พ่อแม่ส่วนใหญ่ไม่รู้เรื่องเกี่ยวกับเกมที่เด็กและวัยรุ่นนิยมเล่น เช่น ร้อยละ ๘๐ ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษารู้จักเกม Duke Nukem เป็นอย่างดี แต่ร้อยละ ๕ ของพ่อแม่เคยได้ยินชื่อเกม เป็นต้น ด้วยเหตุผลดังกล่าวจึงมีการศึกษาผลกระทบของการเล่นเกมที่มีความรุนแรงต่อพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงของเด็กและวัยรุ่นมากที่สุดในปัจจุบัน แม้ว่ายังมีการศึกษาอิทธิพลของเกมคอมพิวเตอร์ต่อเด็กและวัยรุ่นน้อยเมื่อเทียบกับอิทธิพลของสื่ออื่นๆ แต่องค์ความรู้ที่มีอยู่ในปัจจุบันยืนยันได้ว่า การเล่นเกมคอมพิวเตอร์ที่มีความรุนแรงทำให้เด็กและวัยรุ่นมีอารมณ์ ความคิด และพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงอย่างชัดเจนทั้งในระยะสั้นและระยะยาว และยังพบว่าการเล่นเกมที่มีความรุนแรงทำให้เด็กและวัยรุ่นมีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นและพฤติกรรม

ช่วยเหลือผู้อื่นลดลง แต่ผลกระทบดังกล่าวยังขึ้นอยู่กับปัจจัยอีกหลายประการ เช่น อายุ เพศ เชื้อชาติ ปัญญาบุคลิกภาพ สถานะทางเศรษฐกิจและสังคม และครอบครัว เป็นต้น การทบทวนการศึกษาเกี่ยวกับการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ที่มีความรุนแรงและความก้าวร้าว บางรายงานสรุปว่าการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ที่มีความรุนแรงทำให้เด็กเล็กและเด็กวัยรุ่นมีพฤติกรรมก้าวร้าวมากที่สุด โดยอธิบายว่าเด็กวัยนี้ยังไม่สามารถแยกแยะสถานการณ์จริงและจินตนาการหรือสิ่งที่เกิดขึ้นในเกมได้ดีนัก บางรายงานสรุปว่าทำให้วัยรุ่นมีพฤติกรรมก้าวร้าวมากที่สุด โดยเฉพาะวัยรุ่นตอนต้น เนื่องจากพัฒนาการทางจิตสังคม การเปลี่ยนแปลงของระบบต่อมไร้ท่อ และการพัฒนาของสมองในระยะวัยรุ่นตอนต้น ทำให้วัยรุ่นมีโอกาสเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ง่ายอยู่แล้ว ส่วนปัจจัยด้านเพศนั้นพบว่าเกมคอมพิวเตอร์ที่มีความรุนแรง ทำให้เด็กและวัยรุ่นเพศชายมีความก้าวร้าวได้มากกว่าเพศหญิง

**Funk** อธิบายว่าการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ที่มีความรุนแรงทำให้เกิดความเคียดแค้นต่อความรุนแรงและมีเจตคติสนับสนุนความรุนแรง Anderson และคณะ อธิบายกลไกการเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวจากการเล่นเกมที่มีความรุนแรงทั้งในระยะสั้นและระยะยาวโดยใช้ General Aggression Model ดังนี้

๑.ระยะสั้น ตาม General Aggression Model พฤติกรรมก้าวร้าวเกิดจากปัจจัยส่วนบุคคลหรือโดยรวมแล้วก็คือบุคลิกภาพของบุคคลนั้นที่ตอบสนองต่อสถานการณ์ที่กระตุ้นความก้าวร้าว ทำให้เกิดอารมณ์และความคิดที่ก้าวร้าวรวมทั้งภาวะตื่นตัว การตอบสนองทั้ง ๓ ด้านนี้ยังมีผลต่อกันและกันด้วย และแสดงพฤติกรรมก้าวร้าวออกมาในที่สุด พฤติกรรมก้าวร้าวจะถูกตอบสนองจากผู้อื่นและจะมีผลกระทบย้อนกลับไปยังบุคคลนั้นและสถานการณ์ที่เกิดขึ้นด้วย จากการศึกษาพบว่าการเล่นเกมที่มีความรุนแรงเป็นสถานการณ์ที่ทำให้เกิดอารมณ์และความคิดที่ก้าวร้าวรวมทั้งภาวะตื่นตัว จึงกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ง่าย

๒.ระยะยาว การเล่นเกมคอมพิวเตอร์ที่มีความรุนแรงเป็นเวลานานทำให้เกิดแนวคิดที่สนับสนุนความก้าวร้าว ๔ ด้าน ทำให้บุคคลนั้นรับรู้ แปลความหมาย ตัดสินใจและตอบสนองต่อสถานการณ์ต่างๆไปในทางก้าวร้าวรุนแรง และยังทำให้เคียดแค้นกับความรุนแรงด้วย สุดท้ายก็จะพัฒนาเป็นบุคลิกภาพที่ก้าวร้าวรุนแรง อันเป็นสาเหตุให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ง่ายตามรูปภาพที่ 1 นอกจากนี้บุคคลที่มีบุคลิกภาพก้าวร้าวรุนแรงมักมีพฤติกรรมที่ทำให้ตนเองเข้าไปสู่สถานการณ์ที่กระตุ้นความก้าวร้าวได้ง่ายอีกด้วย

### ผลกระทบต่อพัฒนาการ

การเล่นเกมคอมพิวเตอร์เป็นกิจกรรมที่กระทำคนเดียว จึงมีความกังวลว่าอาจมีผลต่อพัฒนาการด้านสังคมของเด็กและวัยรุ่น แม้ว่าเด็กและวัยรุ่นจะมีสังคมแบบออนไลน์จากการเกมออนไลน์แบบ Massively-Multiplayer Online Game (MMOG) แต่ปฏิสัมพันธ์ในสังคมออนไลน์แตกต่างจากในสังคมจริงมาก ในปัจจุบันยังมีการศึกษาผลกระทบทางด้านสังคมน้อย การศึกษาในระยะแรกสรุปว่าการเล่นเกมไม่มีผลกระทบต่อความสัมพันธ์ทางสังคม บางรายงานพบว่าเด็กที่เล่นเกมมีสังคมกับเพื่อนนอกโรงเรียนมากกว่า แต่เป็นการศึกษาผลของการเล่นเกมในยุคต้นๆและไม่ได้ศึกษาในเด็กและวัยรุ่นที่ติดเกมหรือเล่นเกมมากเท่าในปัจจุบัน การศึกษาในระยะหลังพบว่าวัยรุ่นที่เล่นเกมออนไลน์มากมีสุขภาวะทางจิตใจและสังคมลดลง เช่น รู้สึกว่าเหว่ ซึมเศร้าและขาดความสัมพันธ์ที่มั่นคงกับผู้อื่น เป็นต้น และมีความสัมพันธ์ในครอบครัวและสังคมลดลง สำหรับพัฒนาการด้านความคิด การเล่นเกมคอมพิวเตอร์อาศัยความสามารถด้านมิติสัมพันธ์จึงช่วยให้ทักษะด้านมิติสัมพันธ์ดีขึ้น แต่ต้องเป็นเกมที่อาศัยทักษะด้านมิติสัมพันธ์ในระดับที่เพียงพอด้วย มีสมมุติฐานว่าคอมพิวเตอร์ทำให้กระบวนการคิดของมนุษย์เปลี่ยนจากอาศัยภาษาเป็นพื้นฐานเป็นอาศัยการมองเห็น และความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีอาจสัมพันธ์กับผลการศึกษาที่พบว่าเด็กและวัยรุ่นมีระดับเชาว์ปัญญาในด้าน performance IQ สูงขึ้นในทศวรรษที่ผ่านมา

มา พบว่าการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ทำให้มีสมาธิในด้าน divided visual attention ดีขึ้น แต่ไม่สามารถกล่าวได้ว่าการเล่นเกมทำให้เด็กและวัยรุ่นมีสมาธิรวมทั้งความสำเร็จในด้านการเรียนและการทำงานดีขึ้น และเนื่องจากการดูโทรทัศน์มากตั้งแต่วัยเด็กทำให้มีสมาธิแย่งการเล่นเกมจึงมีโอกาสทำให้สมาธิแย่งลงเช่นเดียวกัน พบว่าเด็กและวัยรุ่นที่เล่นเกมคอมพิวเตอร์ประจำ โดยเฉพาะเด็กและวัยรุ่นที่ติดเกม มีผลการเรียนต่ำกว่าเด็กและวัยรุ่นที่ไม่เล่นเกม และต่ำกว่าผลการเรียนที่ผ่านมาของตนเองด้วย

### ผลกระทบต่อสุขภาพกาย

เด็ก และวัยรุ่นที่เล่นเกมคอมพิวเตอร์เป็นเวลานานอาจมีอาการทางกายที่ไม่ทราบสาเหตุ เช่น ปวดศีรษะ ปวดหลัง ปวดข้อ ปวดท้อง เจ็บหน้าอก อ่อนเพลีย เป็นต้น อาการเหล่านี้จะหายไปได้หลังจากหยุดเล่นเกม การเล่นเกมคอมพิวเตอร์ทำให้หัวใจเต้นเร็วขึ้นและความดันโลหิตสูงขึ้น Mark Ovitz และคณะ พบว่าการตอบสนองทางหัวใจและหลอดเลือดต่อการเล่นเกมคอมพิวเตอร์สามารถทำนายการเปลี่ยนแปลงความดันโลหิตและการเป็นโรคความดันโลหิตสูงในวัยรุ่นหนุ่มในอีก ๕ ปีต่อมา มีรายงานว่าเด็กที่นั่งเล่นเกมคอมพิวเตอร์เป็นเวลานานเกิด venous thromboembolism หรือเรียกว่า “eThrombosis” และมีรายงานผู้ป่วยที่เล่นเกมติดต่อกัน ๘๐ ชั่วโมงเสียชีวิตจาก pulmonary thromboembolism ด้วย การเล่นเกมคอมพิวเตอร์ยังสัมพันธ์กับการเป็นโรคอ้วนในเด็กและวัยรุ่นที่เพิ่มมากขึ้นในปัจจุบัน นอกจากนี้ยังมีรายงานว่าการเล่นเกมคอมพิวเตอร์อาจกระตุ้นให้เกิดอาการลมชักได้ และบางคนอาการลมชักหายไปหลังจากเลิกเล่นเกมโดยไม่ได้กินยากันชัก แต่จากการศึกษาในระยะหลังสรุปได้ว่า ผู้ป่วยโรคลมชักชนิดไวต่อแสงเท่านั้นที่ถูกกระตุ้นให้เกิดอาการลมชักจากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ได้

### การป้องกัน

พ่อแม่สามารถป้องกันการติดเกมได้ โดยเริ่มต้นตั้งแต่วัยยังไม่เกิดปัญหา การป้องกันมิได้ห้ามเด็กเล่นเกม แต่ให้เด็กเรียนรู้การเล่นเกมอย่างถูกต้อง มีกติกา มีการตกลงกันก่อน และพ่อแม่จะเอาจริงตามที่ตกลงกัน ดังนี้

๑. พ่อแม่ควรรู้เรื่องเกม แยกแยะประเภทของเกม เลือกใช้เกมที่เป็นประโยชน์แก่ลูกได้ ควรพูดคุยและให้ความรู้สอดแทรกให้ลูกเข้าใจและยอมรับได้ว่าการเล่นเกมที่ดีควรเลือกเกมอะไร เกมใดที่ไม่ส่งเสริมให้เล่น เนื่องจากเหตุผลใด

๒. จัดระบบการเล่นเกมที่ชัดเจน ให้ลูกฝึกที่จะเล่นเกมที่กำหนดได้ตามเวลาที่ตกลงกันควรตกลงกันได้ก่อนที่จะมีเกมในบ้าน ไม่ควรกำหนดตามหลังปัญหาที่เกิดขึ้นแล้ว เพราะจะยากที่จะเปลี่ยนพฤติกรรมการเล่นเกมในภายหลัง การกำหนดเวลาควรให้ชัดเจน เช่น เวลา ๑๘.๓๐-๑๙.๓๐ น. ไม่ควรบอกลอยๆว่าให้เล่นน้อยๆ ควรจัดเวลากับเด็กให้สอดคล้องกับตารางเวลากิจกรรมต่างๆ

๓. การเล่นเกมต้องควบคุมได้ อยู่ในสายตาพ่อแม่ ในเวลาที่กำหนด ไม่ให้เสียหน้าที่อื่นๆ เช่น การทำการบ้าน หน้าที่ความรับผิดชอบอื่นๆที่มีอยู่แล้ว ควรกำหนดให้เล่นเกมได้หลังจากทำงานในหน้าที่เสร็จเรียบร้อย มีการปิดกั้นการเข้าถึงเกมที่อันตรายพ่อแม่คอยกำกับให้เป็นไปตามที่ตกลงกันไว้อย่างจริงจัง ผลสำเร็จจะเกิดเมื่อเด็กเริ่มปรับตัวเองให้อยู่ในกรอบกติกา แต่ในช่วงแรกๆอาจเผลอหรือขาดการยับยั้งใจบ้าง พ่อแม่อย่ายอมให้ละเมิดหรือปล่อยให้เล่นเองโดยไม่มีควบคุม

๔. เมื่อมีการละเมิด ให้กลับมาทบทวนอย่างจริงจังว่าเกิดปัญหาอุปสรรคใดที่ทำให้ไม่ทำตามนั้น กำหนดมาตรการควบคุมเพิ่มเติม เช่น ให้เด็กเตือนตัวเองก่อน ถ้าไม่ได้พ่อแม่อาจเตือน ๑ ครั้งล่วงหน้า ๕-๑๐ นาที

ถ้าไม่เลิกตามเวลา พ่อจะปิดเครื่อง ไม่มีการต่อรอง ไม่ต้องอธิบายมากมายหรือบ่นว่าหรือพูดเตือนซ้ำๆหลายครั้ง ไม่สนใจปฏิริยาเด็กที่อาจบ่น โวยวาย ถ้ายังทำไม่ได้อาจเพิ่มมาตรการแรงขึ้น เช่น ห้ามเปิดเกม ๑-๓ วัน หรือนานกว่านั้น

๕ การป้องกันที่ควรทำล่วงหน้าก่อนคือการฝึกให้เด็กมีการควบคุมตนเอง ไม่ตามใจเด็กไม่ปล่อยเด็ก มีการจัดตารางเวลามาตั้งแต่เล็ก ควรฝึกตั้งแต่เด็กอายุ ๒ ปีขึ้นไป เด็กจะคุ้นเคยกับการอยู่ในกรอบกติกา เมื่อจะฝึกให้ฝึกกติกาเรื่องเกมจะทำได้ง่าย ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ลูกที่ดีก็ช่วยให้เด็กเชื่อฟังพ่อแม่ได้ง่ายด้วย

### การแก้ไข

ในปัจจุบันยังไม่มีรายงานผลการบำบัดวัยรุ่นที่ติดเกมคอมพิวเตอร์เลย แต่เริ่มมีคลินิกและการจัดค่ายสำหรับวัยรุ่นติดเกมในต่างประเทศ โดยเฉพาะจีน เกาหลีใต้ และอีกบางประเทศในทวีปเอเชีย ในประเทศไทย สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์เริ่มจัดทำหลักสูตรสำหรับแก้ไขปัญหาเด็กและวัยรุ่นติดเกมแล้ว และภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์โรงพยาบาลรามาธิบดี กำลังเตรียมจัดค่ายสำหรับวัยรุ่นที่ติดเกมด้วยวิธีกลุ่มบำบัด เพื่อปรับพฤติกรรมให้เอื้อต่อการสร้างเสริมสุขภาพในเร็ววัน

### ๕. แนวคิดเกี่ยวกับครอบครัว

ครอบครัว คือ กลุ่มคนที่มีความเกี่ยวพันกันทางสายโลหิต มีหน้าที่ในการให้กำเนิดบุตร ปลูกฝังอบรมให้สามารถอยู่ร่วมกับสังคมได้ ค้ำครองผู้อยู่ร่วมครอบครัวตามหลักกฎหมาย จารีตประเพณี และเป็นแบบอย่างให้สมาชิกในครอบครัวได้ปฏิบัติตาม นอกจากนี้ นั้นครอบครัวยังเป็นผู้เสริมสร้างลักษณะนิสัย อัจฉริยะ ความอดทน อ่อนแอ ความฉลาด ที่เป็นคุณสมบัติทั้งทางร่างกายและจิตใจอีกด้วย (บุญลือ วันทายนต์, ๒๕๒๕, หน้า ๔๑)

๕.๑ ลักษณะทั่วไปของครอบครัวสมัยใหม่ในสังคมเมือง โดยเฉพาะในกรุงเทพมหานคร มีลักษณะดังนี้

- (๑) เป็นครอบครัวเดี่ยวหรือครอบครัวสมัยใหม่
- (๒) ความผูกพันระหว่างสมาชิกของครอบครัวเสื่อมคลายลง
- (๓) สมาชิกในครอบครัวมีอิสระมากขึ้น โดยหญิงชายมีสิทธิเท่าเทียมกัน
- (๔) นิยมความสะดวกสบายต่าง ๆ เพื่อสนองความต้องการในการดำรงชีพ
- (๕) มีการออกไปประกอบอาชีพนอกบ้านมากขึ้น
- (๖) มีองค์การและสถาบันต่าง ๆ มาทำหน้าที่ทางสังคมประกิตแทนครอบครัว
- (๗) โอกาสที่จะสังสรรค์กับสมาชิกในครอบครัวไม่ค่อยมี
- (๘) สมาชิกมักให้ความสนใจสังคมนอกบ้านมากกว่าในบ้าน
- (๙) ลดค่านิยมทางศาสนวัฒนธรรม จารีตประเพณี (บุญลือ วันทายนต์, ๒๕๒๕, หน้า ๘๗-๘๘)

วิธีการอบรมสั่งสอนที่ไม่เหมาะสมจึงเป็นสาเหตุสำคัญอีกสาเหตุหนึ่งที่ทำให้นักเรียนหันไปหาสิ่งชดเชยอื่นที่สามารถสนองความต้องการของเขา เช่น บางคนหันไปมั่วสุม คบเพื่อนนอกบ้าน บางคนหันไปหายาเสพติดหรือสิ่งเสพติดชนิดอื่น ๆ หรือการเล่นเกมออนไลน์ อันเป็นผลเสียต่อสุขภาพกาย และสุขภาพจิตตามมา

๕.๒ รูปแบบการสื่อสารภายในครอบครัว

ผู้เชี่ยวชาญการศึกษาวิจัยสาขาการสื่อสารภายในครอบครัว ได้แบ่งรูปแบบการ สื่อสารภายในครอบครัว ออกเป็น ๓ รูปแบบ ดังนี้ (Kantor & Lehr, ๑๙๗๖, pp. ๗๗-๘๑)

๑. การสื่อสารในครอบครัวแบบปิด คือ ครอบครัวที่มีวิธีการเลือกสารในครอบครัวที่เข้มงวด มีการกั้นกรองประเด็นการสนทนา ตลอดจนข่าวสารที่ผ่านสื่อต่าง ๆ เพื่อให้เป็นไปตามบรรทัดฐานของครอบครัว ในครอบครัวแบบนี้จะมีการวางระเบียบในเรื่องเวลาไว้อย่างเคร่งครัดมีตารางเวลาสำหรับกิจกรรมต่าง ๆ ในชีวิตประจำวัน และทุกคนต้องรักษา

ข้อดีของครอบครัวแบบปิด ก็คือ การใช้วินัยควบคุมพฤติกรรมทำให้สมาชิกรู้สึกมั่นคงและปลอดภัย นอกจากนี้ยังมีการจัดสรรการใช้ทรัพยากรในครอบครัวอย่างรอบคอบ ส่วนข้อเสีย คือ ทำให้สมาชิกไม่มีอิสระอย่างเต็มที่ ดำเนินกิจวัตรประจำวันอย่างเต็มไปด้ด้วยข้อกำหนด

๒. การสื่อสารภายในครอบครัวแบบเปิด คือ ครอบครัวที่สมาชิกแต่ละคนมีส่วนร่วมในการตัดสินใจความเป็นไปต่าง ๆ ในครอบครัวสูง ประเด็นต่าง ๆ ที่นำมาพูดคุยสามารถถกเถียงกันได้ โครงสร้างอำนาจภายในครอบครัวไม่ตายตัว สมาชิกมีสิทธิ์ที่จะเสนอร่วมตัดสินใจและดำเนินการได้ ครอบครัวแบบเปิดมีการติดต่อสื่อสารกับบุคคลภายนอกมาก จึงรับอิทธิพลจากภายนอกอยู่เสมอ และไม่มีการสกัดกั้นข้อมูลข่าวสารจากสื่อต่าง ๆ

ข้อดีของครอบครัวแบบเปิด คือ สมาชิกมีสิทธิ์ที่จะปรับความต้องการของตนเองให้เข้ากับครอบครัว เปิดโอกาสให้สมาชิกได้พัฒนาทั้งอารมณ์ สังคม และสติปัญญา เพราะใช้วิธีสื่อสารเพื่อโน้มน้าวใจ และยืดหยุ่น ข้างมาก ส่วนข้อเสีย คือ แยกแยะง่าย ไม่ปรองดองกัน เพราะสมาชิกต่างยึดมั่นในความคิดของตน

๓. การสื่อสารในครอบครัวแบบปล่อย คือ ครอบครัวที่สมาชิกแต่ละคนสามารถทำตามที่ต้องการ มีการเปลี่ยนแปลงกฎระเบียบต่าง ๆ อยู่เสมอ มีการติดต่อสื่อสารกับบุคคลภายนอกสูง และรับอิทธิพลจากภายนอกตามอัธยาศัยของสมาชิกแต่ละคน

ข้อดีของครอบครัวแบบปล่อย จึงให้ออกาสสมาชิกที่จะดำเนินชีวิตอย่างเสรีภาพ สร้างสรรค์ ส่วนข้อเสีย คือ เด็ก ๆ อาจถูกปล่อยปละละเลย ไม่ได้รับการเอาใจใส่อย่างเพียงพอ จึงเป็นสาเหตุให้ครอบครัวแยกแยะง่าย

ครอบครัวมีอิทธิพลต่อการเลี้ยงดูนักเรียนอย่างยิ่ง ครอบครัวที่อบอุ่น ผู้ปกครองมีความเข้าใจความต้องการของนักเรียน ตลอดจนสามารถเป็นเพื่อนคู่คิด และเป็นທີ່ปรึกษาของบุตรได้ จะทำให้นักเรียนไม่มีพฤติกรรมหันไปหาสิ่งชดเชยนอกบ้าน ตรงข้ามกับครอบครัวที่แตกแยก อันเนื่องมาจากผู้ปกครองหย่าร้างหรือทะเลาะวิวาทกันมีผลกระทบต่อพัฒนาการของนักเรียนมาก ดังนั้น การวิจัยเรื่องความคิดเห็นของผู้ปกครองต่อการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียน ผู้วิจัยได้ใช้แนวความคิดเกี่ยวกับครอบครัวมาประกอบการศึกษา เนื่องจากเห็นว่าหากลักษณะครอบครัวใน และรูปแบบการสื่อสารภายในครอบครัวมีความแตกต่างกันย่อมมีผลต่อความคิดเห็นของผู้ปกครองต่อการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียนในลักษณะที่แตกต่างกัน และได้นำรูปแบบการสื่อสารภายในครอบครัวไปพัฒนาใช้ในแบบสอบถามอีกด้วย

### ๕.๓ การสร้างความสัมพันธ์กับวัยรุ่นและครอบครัว

การให้คำปรึกษาวัยรุ่นต้องอาศัยพื้นฐานจากการสร้างความสัมพันธ์ที่ดีกับวัยรุ่น ผู้ให้คำปรึกษาต้องเข้าใจพัฒนาการและความต้องการทางจิตใจของวัยรุ่น รับฟังเรื่องราวด้วยการเป็นผู้ฟังที่ดี เข้าใจความรู้สึกของวัยรุ่น หลีกเลี่ยงการตัดสินถูกผิดโดยใช้ประสบการณ์ของตนเอง ควรกระตุ้นให้วัยรุ่นแสดงความรู้สึกและความคิดเห็นเกี่ยวกับผลกระทบของการเล่นเกมต่อตนเองและครอบครัว และหลีกเลี่ยงการพูดในเชิงตำหนิหรืออบรมสั่งสอนตั้งแต่ระยะแรก ควรให้การประคับประคองทางจิตใจแก่พ่อแม่ด้วยเพราะพ่อแม่มักมีความตึงเครียดและรู้สึกสิ้นหวังในการแก้ไขพฤติกรรมของลูก และสนับสนุนให้พ่อแม่สร้างบรรยากาศความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัว

ก่อนการแก้ไขพฤติกรรมต่างๆ สร้างบรรยากาศการพูดคุยให้ผ่อนคลาย การพูดคุยถึงปัญหาให้พูดเฉพาะเรื่องที่เกิดในปัจจุบันเท่านั้น และหลีกเลี่ยงการใช้อารมณ์และความรุนแรง รวมทั้งการให้คำแนะนำตามความเหมาะสม หากครอบครัวมีปัญหาที่ทำให้วัยรุ่นเกิดความตึงเครียด เช่น ความคาดหวังมากเกินไป ปัญหาความขัดแย้งและการสื่อสารในครอบครัว เป็นต้น

#### ๕.๔ การให้ความรู้และสร้างแรงจูงใจ

หลังจากให้วัยรุ่นพูดถึงผลกระทบของการเล่นเกมต่อตนเองและครอบครัวแล้ว ควรให้ความรู้เกี่ยวกับผลกระทบที่วัยรุ่นยังไม่ทราบเพิ่มเติม จูงใจให้วัยรุ่นมองเห็นข้อดีหรือความสามารถของตนเองในการทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์หรือสร้างเสริมสุขภาพ และผลที่จะเกิดขึ้นกับตนเองและครอบครัว และจูงใจให้วัยรุ่นรู้สึกว่าเขาเป็นผู้กำหนดและเลือกทำกิจกรรมที่เป็นประโยชน์กับตัวเองด้วยตนเอง นอกจากนี้ควรให้ความรู้เรื่องการใช้คอมพิวเตอร์อย่างเหมาะสมแก่วัยรุ่นและครอบครัว ที่ดัดแปลงมาจากคำแนะนำเกี่ยวกับสื่อของ American Academy of Pediatrics คือ เด็กและวัยรุ่นใช้เวลากับการรับสื่อรวมทั้งเกมคอมพิวเตอร์ไม่เกิน ๑-๒ ชั่วโมงต่อวัน พ่อแม่ควรมีส่วนร่วมในการเลือกเกมที่ลูกต้องการเล่น และกระตุ้นให้ลูกพูดคุยถึงผลกระทบจากการเล่นเกมในด้านต่างๆ ทั้งนี้พ่อแม่ควรทราบข้อมูลเกี่ยวกับการจัดระดับ (rating) ของเกมที่ลูกต้องการเล่น และเป็นตัวอย่างที่ดีในการบริโภคสื่อและเทคโนโลยีต่างๆ ด้วย

#### ๕.๕ การตั้งเป้าหมายร่วมกัน

การกำหนดให้เด็กทำตามพ่อแม่มักยากขึ้นเมื่อเด็กเข้าสู่วัยรุ่น พ่อแม่ควรมีวิธีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมโดยให้เด็กมีส่วนร่วม เริ่มจากการทำความเข้าใจตกลงกันใหม่ในเรื่องเวลาการเล่น เกม ช่วยกันกำหนดเวลาไม่ให้มากเกินไปเหมือนเดิม ในช่วงแรกอาจมีการประนีประนอมลดเวลาลงก่อน แล้วค่อยๆ ลดลงให้มากขึ้นจนถึงจุดที่เหมาะสม จัดเวลาที่ไม่ได้เล่นเกมเป็นกิจกรรมอื่นที่สนุกสนานและเบี่ยงเบนความสนใจเด็กได้เช่นกัน เช่น กีฬา กิจกรรมครอบครัว งานอดิเรก เป็นต้น

#### ๕.๖ การฝึกวินัย

แนะนำให้พ่อแม่ฝึกวินัยลูกอย่างเหมาะสม ด้วยการตั้งกฎเกณฑ์ที่วัยรุ่นมีส่วนร่วมกำหนดและยอมรับด้วยเหตุผลอย่างชัดเจน พ่อแม่ต้องสามารถติดตามพฤติกรรมให้เป็นไปตามข้อตกลง ให้รางวัล เช่น คำชมเชย ของขวัญ สิทธิพิเศษ เป็นต้น เมื่อลูกสามารถทำตามข้อตกลงได้ และมีการลงโทษตามข้อตกลงหากลูกไม่สามารถทำตามข้อตกลงอย่างจริงจัง นอกจากนี้พ่อแม่ควรเป็นแบบอย่าง สนับสนุน และจูงใจให้วัยรุ่นทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์หรือกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพ เช่น กีฬา ดนตรี ศิลปะ เป็นต้น และสนับสนุนให้ลูกทำกิจกรรมที่ช่วยให้ค้นพบความสามารถของตนเองและพัฒนาความนับถือตนเอง

### ๖. แนวคิดผลกระทบของวิดีโอเกมหรือเกมออนไลน์ต่อเด็กและเยาวชนไทย

เนื่องจากวิดีโอเกมต่างๆ ที่ผลิตขึ้นเป็นเกมที่ผู้เล่นจะต้องเข้าไปมีบทบาท เข้าไปมีส่วนร่วมในเกมด้วยตนเองไม่ใช่เพียงแต่สังเกตการณ์หรือดูเท่านั้น ผู้เล่นจะต้องเข้าไปเล่นและเป็นส่วนหนึ่งที่สำคัญในเกม ซึ่งต่างจากการดูภาพยนตร์หรือเกมทางโทรทัศน์ทั่วไป และยังมีส่วนได้รับผลประโยชน์จากการที่สามารถแสดงการกระทำที่รุนแรงเพิ่มขึ้น โดยได้มีโอกาสผ่านเข้าไปเล่นเกมในระดับที่สูงขึ้นอีกระดับหนึ่งด้วย เป็นเหตุผลอันหนึ่งที่ทำให้วิดีโอเกมหรือเกมต่างๆ ส่งผลกระทบต่อเด็กและวัยรุ่นมากกว่า ภาพยนตร์ รายการโทรทัศน์ที่มีความรุนแรงแบบเดียวกัน การเล่นเกมเป็นการกระทำที่มีความต่อเนื่องและซ้ำๆ กันตลอดระยะเวลาที่เล่นเกม

ซึ่งวิธีการดังกล่าวเป็นที่ยอมรับกันทั่วไปว่าเป็นการช่วยเพิ่มแรงกระตุ้นการเรียนรู้วิธีหนึ่งจึงทำให้มีผลกระทบต่อเด็กและเยาวชนในหลายๆ ด้านดังนี้

๑. ทำให้เด็กมีพฤติกรรมก้าวร้าวเป็นผลมาจากเด็กได้รับการกระตุ้นจากเกม โดยเฉพาะเกมที่มีรูปแบบเนื้อหาความรุนแรง และทำให้ความสามารถในการควบคุมหรือแสดงพฤติกรรมที่รุนแรงไม่ให้เกิดขึ้นลดน้อยลง
๒. ทำให้เกิดการทะเลาะวิวาท ชกต่อยในกลุ่มเด็กและเยาวชนด้วยกัน
๓. ตี้อารมณ์ต่อต้านต่อผู้ใหญ่ถึงคุณครูและผู้ปกครองมากขึ้น
๔. มีผลกระทบต่อทำให้การเรียนรู้ลดลง ผลการเรียนรู้ลดลง
๕. มีผลกระทบต่อพัฒนาการเรียนรู้ ทักษะชีวิตในด้านต่างๆ การเข้าสังคมที่เด็กและวัยรุ่นควรจะได้รับ เนื่องจากเด็กใช้เวลาส่วนใหญ่เสียไปกับการเล่นวิดีโอเกม
๖. ทำให้ความรู้สึกสังสารผู้อื่นลดน้อยลง
๗. มีผลกระทบนำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ การล่วงละเมิดทางเพศ ใช้ความรุนแรงและการข่มขืน
๘. นำไปสู่การเอาชนะ การพนันโดยไม่ได้คำนึงถึงความถูกต้องทางสังคม

ปัญหาเหล่านี้เป็นปัญหาของสังคม และเป็นปัญหาของทุกๆ คน ดังนั้นทุกคนต้องร่วมมือกันในการป้องกันและหาแนวทางในการแก้ไข เพราะเด็กและเยาวชนรวมถึงตัวเราทุกคน หลีกเลียงไม่ได้ที่จะเข้าไปสัมผัสกับสิ่งเหล่านี้ซึ่งมีอยู่และเข้าถึงได้ง่ายมากในสังคมปัจจุบัน ทำอย่างไรที่จะทำให้เด็กที่ใช้เวลาส่วนใหญ่ในการเล่นวิดีโอเกมกลายเป็นเวลาแห่งการเรียนรู้ที่เกิดประโยชน์ มีผลในการสร้างเสริมสุขภาพและมีผลกระทบต่อสุขภาพน้อยที่สุดจากการเล่นวิดีโอเกมหรือเกมออนไลน์ต่างๆ ซึ่งถือเป็นแหล่งข้อมูลข่าวสารของเด็กในยุคปัจจุบัน

## ๗. แนวคิดเรื่องพฤติกรรมเสี่ยง เด็กติดเกมและพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงในวัยรุ่นไทย

ในปัจจุบันเทคโนโลยีอินเทอร์เน็ตสมัยต่างๆ ล้วนมีส่วนเสริมสร้างให้มนุษย์พัฒนาแนวคิด กระบวนการเรียนรู้และเสาะแสวงหาผลการแก้ไขปัญหาได้อย่างทันทั่วทั้งที่ เรามีการพัฒนาด้านการคมนาคมที่สะดวกรวดเร็วกว่าแต่ก่อน เรามีผลิตภัณฑ์ที่สามารถรักษาโรคต่างๆ ให้หายขาดได้มากกว่าในยุคอดีต ที่สำคัญเรามีเทคโนโลยีทางการสื่อสารที่สามารถติดต่อหากันได้เพียงปลายนิ้วสัมผัส ไม่ว่าจะป็นในเรื่องของโทรศัพท์มือถือที่มีประสิทธิภาพสูงรับส่งภาพและเสียงรวมถึงส่งข้อมูลต่างๆ ไปมาหาสู่กันได้ในระยะทางไกลโดยข้อมูลไม่ตกหล่น

คอมพิวเตอร์ก็เช่นเดียวกันมีกระบวนการพัฒนาที่ย่อขนาดให้เล็กลงกว่าแต่ก่อนมาก สามารถพกพาถือไปไหนมาไหนได้ค่อนข้างสะดวกและหาซื้อได้ในราคาถูกย่อมเยาสบายกระเป๋า ด้วยความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีเหล่านี้เองเครื่องเล่นสำหรับผ่อนคลายบันเทิงเรีงใจภายในบ้านชนิดหนึ่งที่เป็นที่รู้จักกันเป็นวงกว้างก็พลอยได้รับอันสงส์พัฒนาแบบก้าวกระโดดตามไปด้วย เครื่องเล่นดังกล่าวนี้มีชื่อเรียกว่า “เครื่องเล่นเกม”

เครื่องเล่นเกมนี้เองเท่าที่มีนักวิจัยหลายท่านในประเทศไทยได้ทำการศึกษาถึงผลกระทบต่ออันเกิดแก่เด็กและเยาวชนภายในประเทศ ผลหรือภาพรวมที่แสดงออกมัล้วนได้ผลทางลบมากกว่าผลทางบวก ซึ่งอาจเพราะเด็กและเยาวชนอันอยู่ในวัยศึกษาเล่าเรียนมิได้คิด ตระหนักถึงผลเสียที่ตามมาจากการเล่นเครื่องเล่นดังกล่าว ในระยะเวลาที่นานเกินพอดีหากแต่เด็กกลับมองว่าเครื่องเล่นเกมเป็นเพียงเครื่องที่ใช้พักผ่อนคลายเหงาในเวลาว่างกว่าจะรู้ว่าเล่นจนเสพติดเสียแล้วก็เมื่อเวลาล่วงเลยผ่านจนยากที่จะยัดเหนียวเอากลับมายังจุดเดิม ด้วยพิชภัยอันซ่อนอยู่ในภาพลักษณ์อันน่าหลงใหลนี้เองผู้เขียนจึงได้สร้างงานเขียนชุด “แนวคิดการพัฒนานวัตกรรมด้านพฤติกรรมเสี่ยง: กรณีศึกษาการแก้ปัญหาเด็กติดเกมของวิทยาลัยเทคนิคหาดใหญ่ อำเภอหาดใหญ่



จังหวัดสงขลา” ขึ้นเพื่อศึกษาเรียนรู้ร่วมกัน และให้เกิดความตระหนักในโทษภัยของเครื่องบันเทิงเรีงใจอันแสนอันตรายชิ้นนี้

### ๗.๑ เครื่องเล่นเกมคืออะไร?

เครื่องเล่นเกมถือเป็นอุปกรณ์ภายในบ้านที่ได้รับความนิยมมาแต่ยุคอดีต ได้รับการพัฒนาจากรุ่นสู่รุ่นจนมีความทันสมัยทั้งทางด้านภาพและเสียงน่าตื่นตาตื่นใจเป็นยิ่ง เครื่องเล่นเกมเท่าที่ได้มีการจดบันทึกเอาไว้ในเว็บไซต์ต่างๆพอจะจำแนกออกได้เป็น 3 ส่วนคือเครื่องเล่นเกมภายในบ้าน เครื่องเล่นเกมแบบพกพา และเครื่องเล่นเกมออนไลน์(Online Game)ซึ่งกำลังได้รับความนิยมเป็นอย่างมากในยุคปัจจุบันใน Wikipedia ได้อธิบายเอาไว้ว่าเครื่องเล่นเกม หมายถึง เครื่องเล่นวีดีโอเกม หรือ Video Game Console คือ เครื่องใช้ไฟฟ้าที่ใช้ในการเล่นวีดีโอเกม โดยแสดงภาพผ่านทางหน้าจอภายในเครื่องหรือโทรทัศน์ แบ่งเป็น เครื่องเล่นเกมคอนโซลเป็นเครื่องเล่นเกมที่มีไว้เล่นภายในบ้าน ไม่ใช่เครื่องเกมมือถือ เช่น วิ เพลย์สเตชัน ๓ เป็นต้น และเครื่องเล่นเกมพกพา เช่น เกมบอย ดีเอส พีเอสพี เป็นอาทิ นอกจากนี้ Wikipedia ยังได้จำแนกแยกยุคสมัยของเครื่องเล่นเกมในโลกนี้ออกเป็น ๗ ยุคด้วยกันคือ

ยุคที่หนึ่ง โคลโคเทลสตาร์ • ป็อง • แม็กนาวอกซ์ไอตีสซี

ยุคที่สอง โคลโควิชั่น • แฟร์ไรล์ แชนนอล เอฟ • เว็คเทิร์กซ์ • อาตารี 2600 • อาตารี 5200 • อาร์เคเดีย 2001 • อินเตอร์ตัน วีซี 4000 • อินเทลลิวิชั่น • เอสจี-1000 • ไอตีสซี<sup>2</sup>

ยุคที่สาม แฟมิกอม • มาสเตอร์ซิสเต็ม • อาตารี 7800

ยุคที่สี่ ซูเปอร์แฟมิกอม • นีโอจีโอ • พีซี เอนจิน • เมกาไดรฟ์

ยุคที่ห้า 3DO • จากัวร์ • แซทเทิร์น • นินเทนโด 64 (ไอคิว) • พีซี-เอฟเอกซ์ • เพลย์สเตชัน • เวอร์ชวลบอย • อะมีกา ซีดี 32

ยุคที่หก เกมคิวบ์ • ดรีมแคสต์ • เพลย์สเตชัน 2 • เอกซ์บอกซ์

ยุคที่เจ็ด เพลย์สเตชัน 3 • วี • เอกซ์บอกซ์ 360

เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์, ทันยา ไบรอน และสุชาติ ตันชนะเดชา ได้อธิบายความหมายของคำว่าเครื่องเล่นเกมเอาไว้ดังนี้ เครื่องเล่นเกม คือเครื่องเล่นอันสร้างความบันเทิงเรีงใจให้ผู้เล่นแต่แฝงอันตรายในระยะยาวให้แก่เด็กและเยาวชนในภายภาคหน้าได้ เราคาดหวังที่จะให้ผู้ผลิตเกมสร้างเกมที่ Edutainment คือ ได้ความรู้ พร้อมกับฝึกทักษะไปด้วย แต่สิ่งที่เราที่พบในตอนนี้อย่างบริษัท ผลิตเกมส่วนใหญ่ล้วนนำเข้าเกมมาจากต่างประเทศ ดังนั้นเนื้อหาส่วนใหญ่จึงไม่สามารถเปลี่ยนแปลงได้ เกมส่วนใหญ่ที่เด็กและเยาวชนไทยเล่นกันจึงมีเนื้อหาที่ค่อนข้างรุนแรง ดิบ และจะส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมของเด็กในระยะยาว อนึ่งการที่ผู้ปกครองไม่ควบคุมการเล่นและดูโทรทัศน์ของลูก เป็นตัวการบ่มเพาะพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของเด็ก การเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงตามมาในภายภาคหน้าจึงมีโอกาสเป็นไปได้หากไม่ได้รับการกล่อมเกลาแก้ไข (เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์, ๒๕๕๑, ทันยา ไบรอน, ๒๕๕๒, สุชาติ ตันชนะเดชา, ๒๕๔๘)

ในหนังสือจิตวิทยาวัยรุ่น/ก้าวข้ามปัญหาและพัฒนาคุณภาพด้านบวก โดยผู้เขียนวิทยากร เชียงกุล ได้อธิบายความหมายของเครื่องเล่นเกมออนไลน์(Online Game)เอาไว้ว่า Online Game หรือที่เด็กและเยาวชนไทยรู้จักกันในชื่อ “เกมออนไลน์” นั่นคือเกมคอมพิวเตอร์รุ่นใหม่ที่ได้รับการนิยมนมากในปัจจุบัน ซึ่งก็คือ Massively-Multiplayer Role Online Game หรือตัวย่อคือ MMRPOG อันสามารถตอบสนองความต้องการทางจิตใจด้านสังคม เช่น ความรู้สึกมีกลุ่มเพื่อน การยอมรับ เป็นต้น เด็กและวัยรุ่นที่เล่นเกมออนไลน์มักควบคุม

เวลาในการเล่นได้ยาก เนื่องจากความสนุกสนาน ความต่อเนื่องของเกม การมีเพื่อนเข้ามาเล่นเป็นจำนวนมาก ทำให้มีตัวละครในเกมหลายบทบาท รวมทั้งถ้าเพื่อนในกลุ่มยังไม่เลิกเล่นก็ต้องเล่นต่อเพื่อช่วยเหลือเพื่อนในกลุ่ม พบว่าเด็กและวัยรุ่นที่ติดเกมมักมีผลการเรียนไม่ดี ขาดความนับถือตนเอง มีปัญหาพฤติกรรมอย่างอื่น เครียด และมีอารมณ์ซึมเศร้า เด็กและวัยรุ่นจำนวนมากเล่นเกมเพื่อหลีกเลี่ยงความเครียดในด้านต่างๆ (วิทยากร เชียงกูล, ๒๕๕๒)

จากทรรศนะของนักวิชาการและผู้รู้ในเรื่องเกี่ยวกับเครื่องเล่นเกมประเภทต่างๆ จึงสรุปได้ว่า เครื่องเล่นเกม มีทั้งหมด 3 ประเภทคือ ประเภทแรกเครื่องเล่นเกมคอนโซล หรือเครื่องเล่นเกมภายในบ้าน ประเภทที่สองเครื่องเล่นเกมแบบพกพา และประเภทที่สามเครื่องเล่นเกมแบบออนไลน์ หรือ Online Game เป็นต้น โดยเฉพาะ Online Game หรือที่เด็กและเยาวชนไทยรู้จักกันในชื่อ “เกมออนไลน์” นั่นคือเกมคอมพิวเตอร์รุ่นใหม่ที่ได้รับการนิยมนมากในยุคปัจจุบัน ซึ่งก็คือ Massively-Multiplayer Role Online Game หรือตัวย่อคือ MMRPOG อันสามารถตอบสนองความต้องการทางจิตใจด้านสังคมของผู้เล่นได้อย่างเต็มที่ เกมที่เล่นกันในประเทศไทยส่วนใหญ่จะเป็นเกมที่ส่งมาจากต่างประเทศ ผลิตโดยต่างประเทศ ทั้งๆที่เราคาดหวังที่จะให้ผู้ผลิตเกมสร้างเกมที่ Edutainment คือได้ความรู้ พร้อมกับฝึกทักษะไปด้วย แต่สิ่งที่เราพบในตอนนี้ก็คือบริษัทผลิตเกมต่างผลิตสินค้าออกมาเพื่อเร่งยอดขายกันจนเกินงาม ไม่คำนึงถึงศีลธรรมจรรยา เน้นกำไรเป็นตัวตั้ง เกมส่วนใหญ่ที่เด็กและเยาวชนไทยเล่นกันจึงมีเนื้อหาที่ค่อนข้างรุนแรง ดิบ และจะส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมของเด็กในระยะยาว อนึ่งการที่ผู้ปกครองไม่ควบคุมการเล่นและดูโทรทัศน์ของลูก เป็นตัวการบ่มเพาะพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของเด็ก การเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงตามมาในภายภาคหน้าจึงมีโอกาสเป็นไปได้หากไม่ได้รับการกล่อมเกลาแก้ไข

### ๗.๒ ปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ในเด็กและเยาวชนไทย

ยอมรับกันเป็นวงกว้างขณะนี้แล้วว่าปัญหาเด็กติดเกมเป็นปัญหาใหญ่ในระดับนานาชาติ ในประเทศไทยเองปัญหานี้กำลังลุกลามขยายวงกว้างออกไปทุกขณะ จากเด็กในเมืองแพร่ไปสู่เด็กในชนบทซึ่งในอนาคตอันใกล้นี้มีโอกาสเป็นยิ่งที่จะลุกลามเข้าไปสู่ชนบท ซึ่งในเรื่องนี้มีนักวิชาการหลายท่านได้แสดงทรรศนะเอาไว้ในประเด็นปัญหาดังกล่าวมาข้างต้น

ปรัชญนันท์ นิลสุข, วัลลภ ปิยะมโนธรรม และสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (วช.) ได้แสดงทรรศนะเอาไว้ในประเด็นปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ในเด็กและเยาวชนไทยเอาไว้ สรุปได้ว่า ปัญหาเด็กติดเกมมีแนวโน้มทวีความรุนแรงขึ้นเรื่อยๆ กลายเป็นปัญหาระดับประเทศและระดับโลก ขนาดมีการจัดตั้งศูนย์ป้องกันและแก้ไขปัญหาเด็กติดเกม ของสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ต้องยกเป็นกรณีศึกษา ผลกระทบหรือโทษที่เกิดขึ้นอยู่ในหลายรูปแบบทั้งต่อสุขภาพร่างกายสุขภาพจิตสุขภาพสังคม รวมถึงต่อผลิตของชีวิต เช่น การเรียนตกเสียการเรียน หรือเสียความสัมพันธ์กับคนรอบข้าง เด็กติดเกมซึ่งมีนิสัยชอบเล่นเกมทั้งคืนไม่หลับไม่นอน จะมีผลเสียต่อสมองอย่างมาก โดยเปรียบเทียบสมองเหมือนกับนาฬิกาชีวภาพ ถ้านอนเที่ยงคืนติดต่อกันมาตลอด เมื่อถึงเวลาเที่ยงคืนก็จะง่วงนอนเป็นปกติ แต่ถ้าหากนอนไม่เป็นเวลาก็จะทำให้ร่างกายไม่ง่วง หรือบางครั้งอยากจะนอนแต่ก็นอนไม่หลับ เด็กที่เล่นเกมแล้วไม่นอนสมองไม่ได้พักผ่อน ตื่นไปโรงเรียนก็จะง่วง พอกลับมาบ้านเล่นเกมอีกสมองก็จะตื่นตัวขึ้นมาอีก มีแต่จะทำให้ร่างกายของตัวเองแย่ลง ที่ผ่านมามีหน่วยงานทั้งภาครัฐและเอกชนหลายฝ่ายที่เกี่ยวข้อง ร่วมมือกันจัดเวทีประชุมหาแนวทางป้องกัน และแก้ปัญหาดังกล่าวอย่างต่อเนื่อง ปัญหาเด็กติดเกมจึงเป็นปัญหาใหญ่ระดับโลกในปัจจุบันซึ่งต้องร่วมมือกันหลายฝ่ายลงมือแก้ไขให้ถูกทาง(ปรัชญนันท์ นิลสุข, ๒๕๕๓, วัลลภ ปิยะมโนธรรม, ๒๕๔๘, สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ, ๒๕๕๓)

สอดคล้องกับที่ เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์, จอห์น แมคเบธ และทันยา ไบรอน ได้แสดงทรรศนะเอาไว้ในประเด็นปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ในเด็กและเยาวชนเอาไว้ สรุปได้ว่า ผลสำรวจปัญหาเด็กและเยาวชนที่ได้รับความสนใจอย่างมากคือ ผลกระทบของเกมและโทรทัศน์ต่อพฤติกรรมของเด็กและเยาวชน ซึ่งหากไม่เร่งแก้ไขจะก่อปัญหาสังคมตามมา ภาพยนตร์และเกมจะส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมของเด็กในระยะยาว เมื่อเด็กเข้าสู่ชั้นมัธยมศึกษาจะยิ่งยากต่อการดัดนิสัย เพราะเด็กจะก้าวร้าวมากขึ้นและอ่านสอนง่ายน้อยลง อนึ่ง อาจอธิบายได้ว่า การที่ผู้ปกครองไม่ควบคุมการเล่นเกมและดูโทรทัศน์ของลูก เป็นตัวการบ่มเพาะพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของเด็ก โดยเฉพาะการเล่นเกมในร้านอินเทอร์เน็ตคาเฟ่ที่มีความเสี่ยงเป็นอย่างสูงที่เด็กจะซึมซับการใช้ความรุนแรง อาทิ พุดจาหยาบค้าย โวยวาย ด่าทอ และทำร้ายร่างกาย อีกทั้ง เด็กและเยาวชนส่วนใหญ่นิยมเข้าไปเกมจะเสี่ยงต่อการมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม สม เนื่องจากเกมที่ให้บริการมีทั้งเกมต่อสู้ เกมใช้ความรุนแรง เกมที่มีภาพโป๊ เกมเกี่ยวกับเพศสัมพันธ์ (เกรียงศักดิ์ เจริญวงศ์ศักดิ์, ๒๕๕๑, จอห์น แมคเบธ, ๒๕๕๑, ทันยา ไบรอน, ๒๕๕๒)

นอกจากนี้วิทยากร เชียงกุล และนวลฉวี ประเสริฐสุข ยังได้แสดงทรรศนะเกี่ยวกับปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ในเด็กและเยาวชนไทยเพิ่มเติมว่า จากการทำวิจัยในเรื่องพฤติกรรมเสี่ยงด้านต่างๆพบว่าพฤติกรรมเสี่ยงที่มีค่าเฉลี่ยสูงสุดในรายด้านในเด็กและเยาวชนไทยก็คือพฤติกรรมเสี่ยงด้านการเรียน โดยมีพฤติกรรมเสี่ยงในแบบรายชื่อที่สูงที่สุดก็คือพฤติกรรมเสี่ยงในด้านการเล่นเกมคอมพิวเตอร์และอินเทอร์เน็ต ดังนั้นปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ในเด็กและเยาวชนไทยจึงไม่ใช่ปัญหาเล็กๆดังที่ใครเข้าใจอีกต่อไป เด็กและวัยรุ่นที่ติดเกมจะมีอาการคล้ายผู้ป่วยที่ติดสารเสพติด คือมีความรู้สึกเพลิดเพลินใจเวลาที่ได้เล่นเกม มีความพึงพอใจที่ได้รับชัยชนะในการเล่นเกมนั้นๆ เด็กมักจะใช้เวลาเล่นเกมนานจนกว่าจะบรรลุเป้าหมายที่ต้องการ และจะรู้สึกหงุดหงิดกระวนกระวายหรือมีอาการทางกายตาคความเครียดเมื่อถูกขัดขวางการเล่นเกม เด็กจะหงุดหงิดง่ายบางครั้งจะเล่นเกมเพื่อหลบเลี่ยงการเผชิญปัญหาต่างๆ เมื่อเด็กในรายนั้นๆติดเกมหนักเข้าๆก็จะหมกมุ่นคิดเกี่ยวกับการเล่นเกมที่ผ่านมามวางแผนเพื่อเอาชนะในครั้งต่อไป มีความต้องการที่จะเล่นเกมอยู่ตลอดเวลา จนในที่สุดก็จะส่งผลกระทบต่อผลการเรียน ไม่สามารถควบคุมตนเองให้หยุดเล่นได้ทั้งๆที่หลายคนทราบดีว่ามีผลกระทบตามมาอย่างมาก เด็กที่ติดเกมหนักๆเข้าจะเกิดผลกระทบต่อสุขภาพ ยอมเลิกกิจกรรมอื่นที่เคยสนุกสนานเพื่อให้ได้เล่นเกม และมีปัญหาทางด้านพฤติกรรมต่างๆตามมา เช่น โกหก ขโมย ก้าวร้าว หนีเรียน หนีออกจากบ้าน และติดการพนัน เป็นต้น นอกจากนี้ยังมีรายงานข่าววัยรุ่นหมกมุ่นการเล่นคอมพิวเตอร์มาก อดนอนมากจนมีอาการโรคจิต และเด็กบางคนฆ่าตัวตายเลียนแบบเนื้อหาในเกมที่เล่น (วิทยากร เชียงกุล, 2552, นวลฉวี ประเสริฐสุข, 2551)

### ๗.๓ สาเหตุของการติดเกมคอมพิวเตอร์ในเด็กและเยาวชนไทย

สมชาย เจริญอำนวยสุข(รองผู้อำนวยการสำนักงานส่งเสริมสวัสดิภาพและพิทักษ์เด็กเยาวชนผู้ด้อยโอกาส คนพิการและผู้สูงอายุ/สท.)และฤทธิรงค์ แก้ววีเชียร(Senior Project Manager บริษัทเอเซียซอฟต์แวร์ คอร์ปอเรชั่น จำกัด)ได้บ่งชี้ถึงสาเหตุของการติดเกมคอมพิวเตอร์ในเด็กและเยาวชนไทยว่า ในเกมนั้นคุณสามารถเป็นอะไรก็ได้ที่ไม่จำกัด ทุกคนสามารถเป็นได้อย่างหลากหลายและอิสระ มีความสนุกสนานเพลิดเพลิน ตอบสนองจินตนาการ แต่หากเล่นนานๆจนเกิดอาการติดเกมแล้วก็จะส่งผลให้สุขภาพเสื่อมโทรม สัมพันธภาพระหว่างเพื่อนลดลง ทำให้เกิดปัญหาการหนีเรียน และการเล่นเกมรุนแรงมาก ทำให้เด็กกลายเป็นคนก้าวร้าว ส่วนสาเหตุการเล่นเกมนั้นมาจากความอยากลอง เกมมีความท้าทาย เพื่อนชักชวน รู้สึกเข้ากับกลุ่มเพื่อนมีเรื่องพูดคุย และเกมต่างๆ มีความหลากหลายชวนค้นหา โดยจากการศึกษาวิจัยของสำนักงานส่งเสริมสวัสดิภาพและพิทักษ์เด็กเยาวชนผู้ด้อยโอกาส คนพิการและผู้สูงอายุ ร่วมกับศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์ และคอมพิวเตอร์แห่งชาติ หรือ เนคเทค ทำให้ทราบข้อมูลที่น่าตกใจเกี่ยวกับเด็กติดเกมคอมพิวเตอร์ในเมืองไทยก็คือ สรุปได้ว่า เด็กอายุ ๑๐-๑๔ ปี

ร้อยละ ๗๖.๕ เล่นเกมออนไลน์มากที่สุด รองลงมาคืออายุ ๑๕-๑๙ ปี ร้อยละ ๗๑.๑ และอายุ ๒๐-๒๙ ปี ร้อยละ ๕๙.๕ โดยเฉลี่ยจะเล่นเกมสัปดาห์ละ ๙.๒ ชม. ซึ่งเป็นตัวเลขที่น่าตกใจมาก (สมชาย เจริญอำนวยสุข, ๒๕๔๘, ฤทธิรงค์ แก้ววิเชียร, ๒๕๔๘)

นอกจากนี้ จอห์น แมคเบธ แห่งมหาวิทยาลัยเคมบริดจ์ และวิทยาการ เชียงกูล ยังได้กล่าวถึงสาเหตุของการติดเกมคอมพิวเตอร์ในเด็กและเยาวชนสอดคล้องสัมพันธ์ไปในทิศทางเดียวกัน กล่าวคือ การที่ผู้ปกครองไม่ห้ามปรามเมื่อเด็กต้องการเล่นเกมหรือดูโทรทัศน์ที่มี เนื้อหาไม่เหมาะสม หรืออยู่ในเวลาที่ไม่เหมาะสม อีกทั้ง การล้ามนโยบายที่มีไว้เพื่อควบคุมพฤติกรรมการเล่นเกมและดูโทรทัศน์เพียง เพื่อต้องการให้ลูกสงบและอยู่บ้าน เป็นปัจจัยทำให้เด็กเสียนิสัยและบ่มเพาะพฤติกรรมก้าวร้าวที่เด็กได้รับจาก เกมและโทรทัศน์ บางครอบครัวไม่กล้าพูดคำว่า “ไม่” เมื่อเด็กเรียกร้องของดูโทรทัศน์และเล่นเกมคอมพิวเตอร์ในห้องนอน หลายครอบครัวยอมตามใจเพราะต้องการสงบศึกในบ้าน เด็กจึงสามารถนั่งเล่นเกมหรือดูโทรทัศน์ได้วันละหลายชั่วโมง นอกจากนี้หากศึกษาให้ดี เด็กและวัยรุ่นที่ติดเกมคอมพิวเตอร์มักมีพฤติกรรมคล้ายผู้ป่วยติดสารเสพติด คือในระยะแรกผู้ป่วยเสพติดเพราะต้องการฤทธิ์ของสารเสพติดที่ไปกระตุ้นการหลั่งฮอร์โมน Dopamine ทำให้เกิดความสุขความเพลิดเพลินในระยะแรก ในระยะหลังจะมีการหลั่ง Dopamine ลดลง และผู้ป่วยจะขาดความสนใจต่อสิ่งเร้าที่ให้ความเพลิดเพลินตามธรรมชาติต่างๆ แต่เมื่อมีสิ่งเร้าเหล่านี้จะกระตุ้นให้มีการหลั่ง Dopamine มากผิดปกติ ซึ่งทำให้ผู้ป่วยเกิดอาการต้องการเสพ และมีพฤติกรรมเสาะหาสารเสพติดโดยไม่สามารถยับยั้งได้(จอห์น แมคเบธ, ๒๕๕๑, วิทยาการ เชียงกูล, ๒๕๕๒)

**วิชญ์ โคตรจรัส** ภาควิชาวิศวกรรมคอมพิวเตอร์ยังได้กล่าวถึงปัจจัยที่ส่งผลให้เด็กติดเกมตามหลัก “ทฤษฎีความต้องการพื้นฐานของผู้เล่น” ดังมีรายละเอียด ๔ ข้อดังต่อไปนี้

๑. ผู้เล่นต้องการมีกลุ่มเข้าสังคม ถ้ามารู้ได้อย่างไร ว่าคนที่เล่นเกมต้องการมีกลุ่ม จริง ๆ แล้วเราสามารถสังเกตได้จากนิสัยทัศนคติวิศวกรรมเราเอง ตอนที่นิสัยเล่นเกมกันผ่านเน็ตเวิร์คนั้น จะมีการอะอะไววายวายเป็นอันมาก แต่เป็นการอะอะไววายวายที่แสดงถึงการสนุกสนาน และการหยอกล้อกันของเพื่อนฝูง ดังนั้นเกมออนไลน์จึงควรต้องมี Chat ไว้เสมอ เพื่อให้กลุ่มเพื่อนๆ ที่เล่นเกมด้วยกันเหล่านี้ ได้คุยสนทนา หยอกล้อกัน นอกจากนี้คู่แข่งที่เป็นคนมักเก่งกว่าเครื่องด้วย ทำให้เกิดความท้าทายมากขึ้น เกมที่สนองความต้องการนี้ก็คือเกมออนไลน์ทั้งหลายนั่นเอง

๒. ผู้เล่นต้องการความท้าทาย ผู้เล่นนั้นต้องการที่จะคิดหาวิธีแก้ปัญหาต่าง ๆ ในเกมด้วยตนเอง และทดสอบว่าวิธีในการแก้ปัญหาของตนเองนั้นสามารถใช้ได้จริงหรือไม่ จริงพฤติกรรมแบบนี้มีในธรรมชาติของสิ่งมีชีวิตหลายๆชนิดอยู่แล้ว ลิงชิมแปนซีเรียนรู้การกินลูกไม้ไม่มีเปลือกจากการลองผิดลองถูกลูกสิงโตเรียนรู้วิธีการตะครุบเหยื่อจากการเล่นต่อสู้กัน เกมก็ถือเป็นการเรียนรู้วิธีแก้ปัญหา ในสภาวะที่ผู้เล่นมีโอกาสแก้ตัวได้เช่นกัน ตัวอย่างเกมที่แสดงถึงความท้าทายในการแก้ปัญหาก็เช่นเกม มาริโอ และเททริสแอทแทค ( Tetris Attack) สำหรับมาริโอ นั้นมีความท้าทายในการฝ่าด่านให้ไปถึงจุดหมาย โดยจะต้องกระโดดหลบศัตรูและก็ต้องไม่ให้ตกเหวด้วย สำหรับเททริสแอทแทค การเล่นก็จะเป็นการแข่งขันเรียง บล็อกกระหว่าง สองฝ่าย ใครเรียงได้สามบล็อกที่มีสีติดกัน บล็อกเหล่านั้นก็จะหายไป ถ้าเรียงได้มากกว่าสามบล็อกในคราวเดียวกัน หรือเรียงที่หนึ่งแล้วบล็อกที่ไม่หายตกหายไป เรียงกันอีก ก็จะเป็นการปล่อยบล็อก ไปยังฝ่ายตรงกันข้าม เนื่องจากบล็อกจะถูกดันสูงขึ้นเรื่อย ๆ ตามเวลา และคนที่บล็อกติดเพดานก่อนจะเป็นฝ่ายแพ้ การเล่นเพื่อถล่มบล็อกไปยังฝั่งตรงกันข้ามจึงสำคัญมากคนเล่นจะต้องถูกบังคับ ให้ใช้หัวคิดและไหวพริบไปโดยปริยาย

๓. ผู้เล่นเกมต้องการโลกในฝัน ช่วงเวลาที่เล่นเกมนั้นลำบากเป็นช่วงเวลาที่เรา สามารถหนีจากความยากลำบาก เป็นช่วงเวลาที่เราสามารถหนีจากความยากในโลกแห่งความจริงเข้าสู่โลกแห่ง ความฝันได้ นี่คือนิสัยที่ผู้เล่น ต้องการทำให้เป็นการพักผ่อนนั่นเอง ในโลกแห่งความฝันนั้นไม่ต้องมีกิจวัตรประจำวันที่น่าเบื่อ เช่นการกิน การนอน ผู้เล่นเกมจึงสามารถผจญภัยได้เต็มที่ในโลกแห่งความฝัน นอกจากนี้ ผู้เล่นเกม ยังต้องการบังคับตัวละครที่เก่ง และน่าตื่นเต้น ซึ่งเขาจะไม่มีโอกาสได้เป็นตัวละครเช่นนี้ในชีวิตจริง เพราะโลกในฝันของเกมดีกว่าในหนังสือเสีย อีก เพราะในหนังสือนั้น ผู้เล่นเกมเปรียบเสมือน ผู้ดูเหตุการณ์อยู่ภายนอก ในเกมนั้นผู้เล่นเป็นตัวเอกของเรื่องเลย การที่เราได้เข้าสู่โลกแห่งความฝันของเกมนั้นยังทำให้ผู้เล่นสามารถทดลองนำ สิ่งต่างๆ ได้มากมายที่ไม่สามารถ ทำได้ในชีวิตจริง เช่นการปล้นฆ่าในเกม Grand Theft Auto การขับรถหนีตำรวจใน Driver และการเป็น ขโมยใน Theft (แต่เกมพวกนี้ควรห้ามเด็กเล่นเด็ดขาด เพราะจะมีปัญหาในการแยกแยะ ความดีความชั่ว)ใน โลกแห่งความฝันนั้นอาจรวมถึงโลกในประวัติศาสตร์ การได้มีส่วนร่วมในเหตุการณ์ประวัติศาสตร์ เช่น สงครามโลกครั้งที่สอง ก็มีค่าน่าตื่นเต้นท้าทายที่ผู้เล่นหลายๆคนชอบ แนวคิดที่ว่า ตัวเอง สามารถเปลี่ยน ประวัติศาสตร์โลกได้นั้น เป็นอีกแนวคิดหนึ่งที่ผู้เล่นไม่เคยเบื่อ ตัวอย่างเกมในประเภทนี้มักจะเป็นเกมแนว วางแผนรบ เช่น Red Alert ด้วยเทคโนโลยี ทั้งทางด้านภาพ และเสียง ที่พัฒนาขึ้นเป็นอย่างมากในปัจจุบัน ผู้ เล่นสมัยใหม่จึงหันมาเล่นเกมโดยมุ่งหวังจะได้รับประสบการณ์ในแบบที่ใกล้ เคียงกับการชมภาพยนตร์มากขึ้น เช่น การรับรู้ถึงอารมณ์ความรู้สึก ของตัวละครในเกม การที่เกมเป็นสื่อที่ผู้เล่นสามารถควบคุมตัวละครได้เอง นั้นยิ่งช่วยเสริมให้ ผู้เล่นเกมมีอารมณ์ร่วมในประสบการณ์มากขึ้น บางกรณีนี้อาจเรียกได้ว่า มากกว่าการชม ภาพยนตร์ ตัวอย่างของเกมที่น่าให้ผู้เล่นได้สัมผัสความรู้สึกตื่นเต้นเร้าใจของการเจอศัตรูโดยไม่คาดฝัน ต้องระวัง ตลอดเวลา คือ เกม Resident Evil และ Doom ซึ่งเกม Resident Evil นั้น มีนักเล่นเกม หลายคนสารภาพว่า เคยตกใจจนสะดุ้งขึ้นยืนระหว่างที่เล่นอยู่ เนื่องจากโดนศัตรูซึ่งในเกมนี้เป็นผีดิบ จู่โจมแบบไม่คาดฝัน ที่ได้กล่าว มาคือ ความต้องการชนิดต่างๆของผู้เล่นเกม ซึ่งเกมที่เราสร้างขึ้นนั้น อาจสนองความต้องการใดความต้องการหนึ่ง หรือสนองหลายความต้องการก็ได้ คราวนี้เราลองมาดูสิ่งที่ผู้เล่นคิดว่า เกมทุกเกมต้องมีกันดูบ้าง

๔. วิธีเล่น ผู้เล่นเกมคาดหวังว่าจะรู้วิธีผ่านด่าน หรือรู้สิ่งที่จำเป็นสำหรับการเล่น ได้จากการเล่นเกมเลย ซึ่ง ผู้ออกแบบเกมควรคำนึงถึงการสอนผู้เล่นด้วยตัวเกมเอง ไม่ควรให้ผู้เล่นศึกษาจากคู่มือ เพราะจะทำให้ ขาดการ ติดต่อกับตัวเกม เป็นเหตุให้ผู้เล่นเกิดความเบื่อหน่ายได้ ถ้ามีบางส่วนของเกมต่างจากการเล่นทั่วไป ก็ควรมีการ สอนการเล่นในส่วนนั้นด้วย เช่น เกมแข่งรถที่อยู่ภายในเกมไฟนอลแฟนตาซี 7 อีกทีหนึ่งนั้น ผู้เล่นเกมได้รับการ สอนวิธีบังคับรถ ขณะอยู่ในเกกดังกล่าวเอง(วิชญ์ โคตรจรัส,2548)

### เด็กติดเกม-นักศึกษาติดเกม มีระยะแห่งการบ่มฝึก ดังนี้

๑. ระยะเริ่มติด นักศึกษาจะใช้เวลากับการเล่นเกมมากกว่าการประกอบกิจกรรมอื่นๆ สัมพันธ์ภาพกับพ่อแม่ยังดี

๒. ระยะปัญหาปานกลาง นักศึกษาจะเริ่มมีปัญหาขาดความสัมพันธ์กับครอบครัว ใช้เงิน และเวลาส่วนใหญ่กับการเล่นเกม

๓. ระยะปัญหารุนแรง นักศึกษาจะติดและหมกมุ่นกับเกมคล้ายติดยาเสพติด รับประทานอาหารไม่ตรงเวลา นอนดึกหรือไม่นอน ไม่เรียนหนังสือ ขาดสัมพันธ์ภาพกับคนในครอบครัว

### วิธีการแก้ไขเด็กติดเกม-นักศึกษาติดเกม

๑. ระยะเริ่มติด คุณพ่อคุณแม่ต้องกำหนดตารางเวลาประจำวันร่วมกับลูกกลับบ้านต้องทำอะไรบ้าง ช่วงไหนทำการบ้าน ช่วงไหนเล่น ช่วงไหนดูทีวี ส่วนใหญ่วันไปโรงเรียนไม่ควรอนุญาตให้ลูกเล่นเกม เนื่องจากเป็นการยากที่เกมจะจบภายในเวลา ๑-๒ ชั่วโมง และเมื่อลูกไม่รักชากฎกติกาที่วางไว้ ต้องมีบทลงโทษที่เหมาะสม เช่น ลดเวลาเล่นเกมวันถัดไป งดเล่นในช่วงเวลาหนึ่ง ตัดสิทธิการใช้คอมพิวเตอร์ ร่วมกับจัดกิจกรรมอื่นๆ ที่เหมาะสมให้กับลูก ได้แก่ วิ่งเล่นกับเพื่อน ออกกำลังกาย เล่นกีฬา ดนตรี ช่วยพ่อแม่ทำงานบ้าน เป็นต้น

๒. ระยะปัญหาปานกลาง คุณพ่อคุณแม่เริ่มตั้งกติกา เริ่มเอาจริงเอาจังเล่นได้วันไหนบ้าง วางกฎติดตาม กำกับสม่ำเสมอ ถ้าละเมิดกฎ มีบทลงโทษตามที่ตกลงไว้ ไม่ใช่ละเมิดแล้วปล่อยปะละเลย ลูกจะได้เกิดการเรียนรู้ใหม่และปฏิบัติตามกติกา ดังนั้นควรหาวันเริ่มต้นเพื่อตกลงกติกากับลูกใหม่ พร้อมทั้งจัดกิจกรรมเสริมอื่นๆ เพื่อให้ลูกกลับถึงบ้านเวลาใกล้เคียงกับพ่อแม่ พ่อแม่จะได้สามารถติดตามควบคุมเวลา ปิด-เปิด เกมได้เหมาะสม

๓. ระยะปัญหารุนแรง เล่นติดต่อกันวันละหลายชั่วโมง ปัญหาติดเกมต่อเนื่องยาวนานเป็นเดือน บางรายเป็นปี ควรสอนให้ลูกเรียนรู้การหยุดเล่น เวลาช่วงปิดเทอมเป็นเวลาที่ดีที่สุดที่จะฝึกลูกให้เลิกยุ่งกับเกม เพื่อให้สมองส่วนอยาก (เล่น) ลดการถูกกระตุ้นลง วิธีการ ได้แก่ การพาออกไปค่ายทัศนศึกษาหรือเข้าโปรแกรมต่างๆ เวลาที่ใช้อย่างน้อย ๑ เดือน ที่ลูกไม่มีโอกาสกลับไปเล่นอีก เมื่อสมองส่วนอยากไม่ถูกกระตุ้น ควรจัดกิจกรรมต่างๆ ให้ลูกเพื่อให้สมองส่วนคิดมีประสิทธิภาพมากขึ้น เช่น การวิเคราะห์ วิจารณ์ ดนตรี กีฬา ดึงลูกมาอยู่ในโลกของความเป็นจริง ลูกยังมีกิจกรรมอื่นๆ ที่น่าสนใจ มีการเรียน มีเพื่อน มีคุณพ่อคุณแม่ที่คอยห่วงใย สนับสนุนให้กำลังใจ คุณพ่อคุณแม่ควรสนับสนุนส่งเสริมให้ลูกเก่ง เอาชนะอุปสรรคต่างๆ เป็นฮีโร่ในชีวิตจริง ได้สมดังความฝันไม่ใช่แค่ฮีโร่ในเกมหรือโลกไซเบอร์เท่านั้น

## ๘.แนวคิดในการประเมินผลกระทบของเกมคอมพิวเตอร์ต่อเด็กเพื่อสร้างมาตรการในการจัดการ

แม้เกมคอมพิวเตอร์จะเป็นนวัตกรรมที่นำมาซึ่งความเคลื่อนไหวในการประกอบธุรกิจแก่คนจำนวนไม่น้อยในประชาคมโลก รวมทั้งยังสร้างทั้งภูมิปัญญาและความบันเทิงให้แก่คนจำนวนมากเช่นกัน แต่เกมคอมพิวเตอร์ก็ส่งผลกระทบต่อสิทธิมนุษยชนอย่างมาก โดยเฉพาะต่อเด็ก แต่อย่างไรก็ตาม จะต้องไม่ลืมว่า เกมคอมพิวเตอร์อาจจะเป็นสิ่งที่ดีหรือเลวต่อมนุษย์ก็ได้ ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับเนื้อหาของเกม และสภาวะทางจิตใจของผู้เล่นเกม แล้วในการประเมินว่า เกมคอมพิวเตอร์มีผลกระทบเป็นลบหรือบวกต่อเด็กนั้น ควรจะต้องมีแนวคิดและวิธีการประเมินอย่างไร ?

๘.๑.แนวคิดในการจัดการเนื้อหาของเกมคอมพิวเตอร์ที่เป็นภัยต่อเด็กจะเห็นว่า การจัดการอย่างตรงประเด็นต่อประเด็น ก็คือ เมื่อภัยอยู่ที่เนื้อหา ก็จะต้องปราบปรามมิให้ผู้ใดสร้างสรรค์เกมที่มีเนื้อหาที่เป็นภัยต่อเด็ก และป้องกันให้เกมในลักษณะดังกล่าวเป็นภัยต่อเด็ก ปัญหาประการแรกที่จะต้องชี้กัน ก็คือ เนื้อหาในลักษณะใดของเกมที่ดีว่า เป็นความรุนแรงหรือลามกอนาจารจนเป็นภัยต่อเด็ก คำตอบต่อปัญหาดังกล่าวต้องการความรู้ในวิชาพฤติกรรมศาสตร์ จิตวิทยาและศีลธรรมจะเห็นว่า การเข้าป้องกันและปราบปรามในกรณีนี้ย่อมเป็นการรบกวนเสรีภาพของฝ่ายผู้สร้างสรรค์เกม ซึ่งการรบกวนดังกล่าวจะมีใช้การกระทำที่ผิดกฎหมาย หากได้มีกฎหมายให้อำนาจที่จะกระทำเช่นนั้น ดังนั้น สิ่งที่จะต้องศึกษาในประการต่อไป ก็คือ เกมดังกล่าวเป็นสิ่งที่ถูกต้องตามกฎหมายที่มีผลอยู่ในวันนี้หรือไม่ ? และถ้ากฎหมายระบุว่า ผิดกฎหมาย ก็จะต้องมาศึกษาว่าโทษของความผิดนั้นเหมาะสมหรือไม่ ? และมาตรการในการจัดการนั้นมีประสิทธิภาพหรือไม่ ?

๘.๒. แนวคิดในการจัดการเกมที่เป็นภัยอันเนื่องมาจากสภาวะทางจิตใจของผู้เล่นเกม ในสถานการณ์ที่ตัวผู้เล่นเกมเองทำให้เกมคอมพิวเตอร์นั้นกลายเป็นสิ่งเลวร้ายสำหรับตนเอง ในสถานการณ์นี้ เนื้อหาของเกมอาจจะไม่มีลักษณะที่สื่อความรุนแรงหรือสื่อความวิปริตทางเพศ แต่ด้วยวัยของผู้เล่นนั้นที่ยังไม่เหมาะสมที่จะเข้าถึงเนื้อหาของเกม อาทิ เด็กเกินไป หรือเป็นบุคคลที่มีความบกพร่องทางจิต

เป็นที่ชัดเจนว่า เกมคอมพิวเตอร์สามารถส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมของมนุษย์ที่เข้าไปอยู่ในระบบของเกมได้ อย่างมาก ยิ่งเล่นนานเท่าไร ก็ยิ่งมีพฤติกรรมตามตัวละครในเกม ทั้งนี้ เพราะสมาธิในการเล่นจะมีผลต่อจิตสำนึก ของผู้เล่นได้อย่างลึกซึ้งและแนบแน่น แต่อย่างไรก็ตาม การเสพติดเกมคอมพิวเตอร์ของมนุษย์นั้นอาจจะไม่ก่อ ภัยต่อผู้เล่นเกมหากผู้เล่นเกมนั้นมีศักยภาพที่จะใช้เหตุผลในการกำหนดตนเอง ตัวอย่างแรก ก็คือเด็กสองคน เล่นเกมคอมพิวเตอร์อยู่ เด็กคนหนึ่งอาจจะหยุดเล่นภายใน ๒ ชั่วโมงได้ทั้งที่อยากเล่นต่อ ทั้งนี้เพราะกังวลว่า การบ้านยังไม่เสร็จและกลัวถูกตำหนิจากครูผู้สอน ในขณะที่เด็กอีกคนอาจจะไม่หยุดในช่วงระยะเวลาเดียวกัน แม้จะนึกได้ว่ามีการบ้านต้องทำ ทั้งนี้เพราะไม่อาจเอาชนะความอยากเล่นเกมที่มีอยู่ในจิตใจในขณะนั้น จนยอมรับ หากว่าครูจะตำหนิในวันรุ่งขึ้น จะเห็นว่า เกมมีอิทธิพลต่ออารมณ์ของมนุษย์ แต่ก็จะครอบงำมิได้หากมนุษย์คน นั้นยังมีระบบความคิดที่ใช้เหตุผลมาเป็นตัวกำหนดควบคุมการใช้อารมณ์ที่ตนเองก็มีอยู่ ในสถานการณ์นี้ เหตุผลย่อมชนะอารมณ์ เด็กผู้หลงใหลในเกมคอมพิวเตอร์คนแรกจึงละทิ้งการเล่นเกมๆ ไปทำการบ้าน ในขณะที่ เด็กคนที่สองไม่มีระบบความคิดแบบชอบด้วยเหตุผลในหัว หรือมีในระดับที่น้อยมาก อารมณ์ก็จะเป็น ตัวกำหนดพฤติกรรมของเด็กอีกตัวอย่างหนึ่งเกมที่ไม่มีเนื้อหาที่เป็นภัยแต่อย่างไรแต่ก่อภัยแก่เด็ก ก็คือ Raknarok ซึ่งเป็นเกมที่ถูกล่ามำหาว่า เป็นภัยต่อเด็กในสังคมไทยนั้น ทั้งนี้มิได้มีเนื้อหาที่เป็นภัยต่อสังคมแต่อย่างใด เนื้อหาของเกมเป็นเรื่องของการปราบปีศาจแล้วได้คะแนน ตัวละครเป็นการ์ตูนที่มีสีสวยงามน่ารัก แต่ก็ได้รับการกล่าวโทษว่า เป็นภัยต่อเด็ก ด้วยเหตุผลที่ไม่เกี่ยวกับตัวเนื้อหาของเกมเลย ความเป็นภัยเกิดจากผู้เล่นเองไม่ อาจจะหยุดเล่นในเวลาอันสมควร หรือผู้เล่นอาจจะไปพบปะผู้เล่นคนอื่นในเกม และถูกหลอกลวงจากผู้เล่นคน อื่นให้ไปพบปะกันนอกเกม และได้รับอันตรายต่อชีวิตร่างกายหรือทรัพย์สิน

โดยสรุป ไม่ว่าจะปัจจัยที่ทำให้เกมคอมพิวเตอร์เป็นภัยต่อมนุษย์จะมาจากเรื่องราวของเกมที่รุนแรงและ ลามกอนาจาร หรือจะมาจากปัญหาความไม่สามารถที่จะควบคุมตัวเองของผู้เล่นเกม เกมนั้นก็ส่งอิทธิพล ทางลบต่อมนุษย์ หากมนุษย์นั้นมีภูมิคุ้มกันทางสังคมที่ดีพอ

## ๙. วินัยและความรับผิดชอบกับการเล่นเกม

แพทย์หญิงกุสุมาวดี คำเกลี้ยง นายแพทย์ ๘

วินัยสำคัญอย่างไร

วินัย คือ การปฏิบัติตนตามระเบียบสังคมยอมรับว่าดีเหมาะสม การฝึกวินัย เป็นการฝึกหัดให้เด็กควบคุมความ ต้องการหรือแรงผลักดันในตนเองให้อยู่ในขอบเขตที่เหมาะสม แสดงออกเหมาะสมกับกาลเวลา สถานการณ์ และด้วยวิธีการที่เหมาะสม หรือกล่าวง่ายๆ คือการรู้ว่าอะไรควรหรือไม่ควร พฤติกรรมต่างๆ มีขอบเขตแค่ไหน สามารถบังคับและควบคุมพฤติกรรมตนเองได้ โดยไม่ต้องมีผู้อื่นหรือกฎเกณฑ์อื่นๆ มาควบคุม เด็กวัยเรียน (6-12 ปี) เป็นช่วงเวลาของ “หน้าต่างแห่งโอกาสพัฒนาเรื่องวินัย” วินัยไม่ได้เกิดขึ้นเองในตัวเด็ก คุณพ่อคุณแม่ต้อง สร้างให้ ในเวลาที่เหมาะสม ถ้าคุณปล่อยให้เด็กเล่นเกมตามสบาย เท่ากับกำลังทำลายโอกาสการสร้างให้ลูก มีวินัย ถ้าปล่อยให้เวลาล่วงเลยเข้าสู่วัยรุ่น การฝึกวินัยจะทำได้ยากลำบาก

การฝึกวินัยและความรับผิดชอบไม่่ง่ายแต่ก็ไม่ยากเกินไปการสร้างวินัยทั้งคุณพ่อคุณแม่และลูกทุกคนมีส่วนร่วมในการวางแผนและกำหนดบทบาทหน้าที่ความรับผิดชอบให้เหมาะสม การวางแผนที่ไม่ตรงกันนั้นเป็นสิ่งปกติที่พบได้เสมอ ทุกคนจำเป็นต้องปรับเปลี่ยน แบบค่อยเป็นค่อยไป บางครั้งอาจใช้เวลา เด็กๆมีโอกาสมักผิดพลาดได้บ่อย ครอบครัวควรให้โอกาส อดทนและให้อภัยเพื่อประคับประคองจิตใจ และรักษาสัมพันธ์ภาพที่ดีระหว่างคุณพ่อคุณแม่กับลูกไว้

จะเริ่มต้นฝึกวินัยอย่างไร

ขั้นแรกคุณพ่อคุณแม่ต้องอดทน หนักแน่น ฝึกแบบเสมอต้นเสมอปลายโดยยึดหลักการที่สอดคล้องกัน ถูกต้อง ชัดเจน สิ่งที่คุณพ่อคุณแม่ควรทำคืออะไร สิ่งที่ไม่ควรทำคืออะไร และคุณพ่อคุณแม่ต้องสื่อให้เด็กรู้และปฏิบัติตาม คุณพ่อคุณแม่ติดตามกำกับให้ลูกทำในสิ่งที่ตกลงไว้ กลวิธีในการฝึกวินัยมีหลากหลาย ได้แก่

• ให้เหตุผลที่สั้นกระชับ เข้าใจง่าย ฝึกให้ใช้เหตุผลแก้ปัญหาทางอารมณ์

• ใช้สีหน้า ท่าที และคำสั่งที่หนักแน่นจริงจัง

• ให้สิ่งทดแทน เช่น เด็กอยากเล่นเกมต่อสืู่ เบี่ยงเบนให้เด็กสนใจ หรือมีโอกาเรียนศิลปะการต่อสู้ใน ชีวิตจริงภายใต้กฎกติกาที่สังคมยอมรับ

• ใช้วิธีเพิกเฉยหรือเลิกให้ความสนใจ เช่น เมื่อเด็กดูตุนิวพุดคำหยาบถ้าคุณพ่อคุณแม่เข้าไปดูเท่ากับเป็นการให้ความสนใจในพฤติกรรมนั้น

• ควรให้รางวัล หรือคำชมเมื่อเด็กทำสิ่งที่เหมาะสมเพื่อเป็นแรงเสริมและการยืนยันว่าเขาทำในสิ่งที่ถูกต้อง

• การลงโทษโดยใช้ความรุนแรง ควรเป็นวิธีสุดท้ายถ้าวิธีอื่นๆ ไม่ได้ผล เพราะจะเป็นการทำลายสัมพันธ์ภาพระหว่างคุณกับเด็กและเด็กจะเรียนรู้ และเลียนแบบเอาความรุนแรงไปใช้แก้ปัญหา

### กฎระเบียบในครอบครัว

ข้อมูลจากหนังสือกิจกรรมกลุ่มสำหรับครอบครัวที่มีเด็กเสพรหรือติดยาเสพติด ของสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ได้กล่าวถึงการวางกฎระเบียบในครอบครัวว่าเป็นสิ่งที่สอดคล้องอยู่ในวิถีชีวิตประจำวันของครอบครัว ซึ่งจำเป็นจะต้องจัดให้มีขึ้นตามสมควร เพื่อให้ลูกสามารถฝึกระเบียบวินัย เพื่อเตรียมพร้อมที่จะปรับตัวเผชิญกับระเบียบข้อบังคับของสังคมในอนาคต เพราะเด็กที่มาจากครอบครัวที่มีกฎเกณฑ์ข้อจำกัดที่ชัดเจน จะสามารถสร้างวินัยในตนเองและสามารถควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้ การตั้งกฎระเบียบในครอบครัวให้ลูก อาจจะดูยุ่งยากสำหรับครอบครัวที่ขาดทิศทางที่ชัดเจนในการปฏิบัติ ฉะนั้น การกำหนดกฎระเบียบของบ้านต้องชัดเจนเข้าใจง่าย เหมาะกับวัยของเด็กที่เขาสามารถปฏิบัติได้พ่อแม่เองต้องรักษากฎอย่างมั่นคงเสมอต้นเสมอปลาย สิ่งสำคัญก็คือจะต้องปฏิบัติในทิศทางเดียวกัน เป็นแบบอย่างที่ดีในทิศทางเดียวกัน เป็นแบบอย่างที่ดีในการเคารพกฎ ไม่ละเมิดกฎเสียเอง แล้วท่านก็จะได้ลูกที่สามารถสร้างวินัยในตนเองควบคุมพฤติกรรมของตนเองได้และสามารถปรับตัวเข้ากับเพื่อนในสังคมได้เป็นอย่างดี

เคล็ด (ที่ไม่ลับ) ของการวางกฎระเบียบในครอบครัว

• ให้ลูกได้ร่วมกำหนดระเบียบ กำหนดกฎเกณฑ์การปฏิบัติร่วมกับลูก โดยต้องอธิบายถึง ความรู้สึกของพ่อแม่ที่ได้รับความกระทบกระเทือนใจจากพฤติกรรมที่เป็นต้นเหตุให้ต้องวางกฎข้อบังคับนั้นๆ หรือความจำเป็นที่จะต้องสร้างนิสัยนั้นๆ ให้กับลูก

• กฎระเบียบต้องชัดเจน ปฏิบัติได้ และเข้าใจง่าย เช่น “ในวันธรรมดา ลูกต้องทำการบ้านให้เสร็จก่อนจึงจะออกไปเล่นนอกบ้านกับเพื่อนได้และไม่อนุญาตให้เล่นเกม ” “ส่วนวันหยุดอนุญาตให้เล่นเกมได้ แต่ไม่เกิน 3 ชั่วโมงต่อวัน”



• ต้องให้เหมาะสมกับวัยและปฏิบัติได้ กฎที่วางต้องมีเหตุผล เหมาะสมกับวัยของเด็กที่จะปฏิบัติ ได้ระมัดระวังไม่บังคับให้เด็กปฏิบัติตามค่านิยม หรือความต้องการของพ่อแม่โดยไม่คำนึงถึงความต้องการของเด็ก และต้องให้เด็กมีอิสระเสรีในการตัดสินใจเลือกหาทางปฏิบัติด้วยตนเอง แต่ต้องอยู่ในขอบเขตที่พ่อแม่ กำหนด

• สร้างทางเลือกเพื่อลดความขัดแย้ง ในการกำหนดกฎควรสร้างทางเลือกเพื่อให้เด็กมีโอกาส เลือก ทำให้เด็กมีความสามารถในการวางแผน ตัดสินใจเลือกด้วยตนเองและเป็นการลดความขัดแย้งได้อีกด้วย สำหรับเด็กเล็กควรมีทางเลือกไม่มากและควรใช้คำถามง่ายๆ ไม่สลับซับซ้อน เช่นจะล้างจานก่อนไปช้อปปิ้งหรือจะไปช้อปปิ้งก่อนล้างจาน

• ปฏิบัติตามอย่างเสมอต้นเสมอปลาย เมื่อวางกฎแล้วต้องบังคับใช้สม่ำเสมอ ต้องปฏิบัติตาม อย่างเสมอต้นเสมอปลาย เพราะความเสมอต้นเสมอปลายจะทำให้เด็กปฏิบัติตามกฎได้ด้วยความรู้สึกรอบอุ้ม และปลอดภัย แม้ในบางครั้งลูกอาจจะงอแงไม่ยอมทำตาม พ่อแม่ก็อาจยืดหยุ่นให้ลูกได้บ้างแต่ไม่ได้หมายความว่าลูกจะได้รับอนุญาตให้ไม่ต้องทำตามกฎนั้นๆ เพราะความยืดหยุ่นหมายถึงการปรับวิธีต่างๆ มาใช้เพื่อให้งาน บรรลุเป้าหมายปลายทางที่ต้องการ เช่น ลูกจะต้องล้างจานในมือเย็นหลังรับประทานอาหารเสร็จ แต่เมื่อ รับประทานอาหารเสร็จลูกบอกแม่ว่า “วันนี้หนูขอโทษไม่ล้างจานได้ไหมเพราะหนูมีการบ้านเยอะมากเลย” แม่ ยิ้มอย่างรู้ทันโอบไหล่ลูกไว้ (ไม่แสดงความโกรธหรือตำหนิ) แล้วบอกว่า “คงไม่ได้หรอกลูก แต่ลูกจะทำการบ้าน ก่อนแล้ว ค่อยมาล้างจานก็ได้” ลูกมีสีหน้าผิดหวังเล็กน้อยแต่ก็เดินไปทำการบ้านต่อไม่ได้ว่าอะไร แล้วก็กลับมา ล้างจานเมื่อทำการบ้านเสร็จแล้ว

• เตือนเมื่อทำผิดกฎ การที่คุณพ่อคุณแม่ไม่แสดงอาการโกรธหรือลงโทษสั่งสอน เพียงแต่รับฟัง และให้ลูกอธิบายผลการกระทำของตนเอง ไม่ยอมใจอ่อนจะทำให้ลูกเรียนรู้ที่จะปรับปรุงตนเอง และยึดมั่นปฏิบัติตาม กฎได้ดีขึ้น แม้ในครั้งต่อไป มาลูกอาจจะลองแสดงพฤติกรรมใหม่ๆ เพื่อหยั่งดูความเข้มแข็งของพ่อแม่บ้าง ทั้ง พ่อและแม่ก็จะต้องยึดหลักปฏิบัติแน่นอนเหมือนเดิม ไม่ยอมปล่อยให้ลูกทำตามใจตนถือเป็นการสร้างนิสัยการ ต่อสู้กับความอ่อนแอในการตามใจตนที่มักมีอยู่ในตัวของเด็กทุกคนได้เป็นอย่างดี

• ไม่พร่ำบ่นซ้ำซาก เมื่อลูกปฏิบัติตามกฎได้แล้ว ไม่ควรสั่งสอนหรืออ้างเรื่องเดิมซ้ำซากในวัน ต่อๆไป เพราะลูกไม่ชอบการพร่ำบ่น เพราะอาจมีพฤติกรรมต่อต้านได้

• ชื่นชมเมื่อลูกปฏิบัติตามกฎชื่นชมเมื่อลูกปฏิบัติตามกฎเช่นยกย่องชมเชยหรือจัดหา รางวัลให้ เหมาะสมกับโอกาสหรือสถานการณ์ โดยอาจจะเปลี่ยนรูปแบบไป เพื่อสนับสนุนให้พฤติกรรมนั้นของลูกคงอยู่ แต่ระมัดระวังไม่ใช่รางวัลนั้นๆ เป็นเครื่องตอรองให้ลูกกระทำพฤติกรรมที่ผู้ใหญ่ต้องการเช่น บอกลูกว่า “ ถ้าลูก มารับประทานอาหารตรงเวลาแม่จะพาไปเที่ยวสวนสนุก” อย่างนี้ถือว่าเป็นการตอรอง เพราะแม่เอารางวัลมา ล่อใจลูกให้ลูกทำสิ่งที่พ่อแม่ต้องการให้ทำ ถึงตอนนี้คุณพ่อคุณแม่อาจจะสงสัยว่าแล้วเราจะให้รางวัลแก่ลูก อย่างไร รางวัลเป็นสิ่งตอบแทนความดีที่กระทำ พ่อแม่ควรมอบให้หลังจากที่ลูกได้กระทำสิ่งนั้นๆลงไปแล้ว เช่น วันหนึ่งลูกมารับประทานอาหารตรงเวลา เมื่อลูกรับประทานอาหารเสร็จก่อนพ่อแม่ก็บอกว่า “ วันนี้ทุกคน รับประทานอาหารตรงเวลา ทำให้เรารับประทานอาหารเสร็จแล้ว พ่อแม่ก็เลยมีเวลาที่จะพาลูกไปเที่ยวสวน สนุกในวันนั้นะจ๊ะ” นอกจากนี้ลักษณะของรางวัลที่ให้ก็ควรเปลี่ยนแปลงไปในครั้งต่อไป เช่น ครั้งนี้พาไปเที่ยว แต่ในคราวหน้าอาจเปลี่ยนเป็นการชื่นชมแทนบ้าง โดยอาจบอกลูกว่า “ พ่อแม่ภูมิใจมากที่ลูกทุกคนรู้จักรักษา ระเบียบของการมารับประทานอาหารกันตรงเวลาโดยที่พ่อแม่ไม่ต้องเตือน” และไม่จำเป็นต้องให้รางวัลทุกครั้ง

• ลดข้อบังคับเมื่อลูกฝึกตนได้ ค่อย ๆ ลดจำนวนข้อบังคับให้เหลือน้อยลงเมื่อลูกสามารถปฏิบัติ

ตามกฎได้อย่างมีวินัยในตนเอง เพื่อฝึกให้ลูกปกครองตนเองได้ด้วยตนเอง โดยอาศัยการบังคับจากพ่อแม่ให้น้อยที่สุด

### ความหลากหลายของการฝึกวินัยและความรับผิดชอบในเด็กติดเกม

ระยะที่ ๑ ระยะเริ่มต้น เด็กจะใช้เวลากับการเล่นเกมมากกว่าการประกอบกิจกรรมอื่น ๆ สัมพันธภาพกับพ่อแม่ยังดี

ระยะที่ ๒ ระยะปัญหาปานกลาง เด็กจะเริ่มมีปัญหาขาดความสัมพันธ์กับครอบครัว ใช้เงินและเวลาส่วนใหญ่กับการเล่นเกม

ระยะที่ ๓ ระยะปัญหารุนแรง เด็กจะติดและหมกมุ่นกับเกมคล้ายติดยาเสพติด รับประทานอาหารไม่ตรงเวลา นอนดึกหรือไม่นอน ไม่เรียนหนังสือ ขาดสัมพันธภาพกับคนในครอบครัว

### วิธีแก้ไขมีดังนี้

ระยะที่ ๑ คุณพ่อคุณแม่ต้องกำหนดตารางเวลาประจำวันร่วมกับลูก กลับมาบ้านต้องทำอะไรบ้าง ช่วงไหนทำการบ้าน ช่วงไหนเล่น ช่วงไหนดูทีวี ส่วนใหญ่วันไปโรงเรียนไม่ควรอนุญาตให้เด็กเล่นเกมเนื่องจากเป็นการยากที่เกมจะจบภายในเวลา 1-2 ชั่วโมง และเมื่อลูกไม่รักษากฎกติกาที่วางไว้ ต้องมีบทลงโทษที่เหมาะสม เช่น ลดเวลาเล่นเกมวันถัดไป งดเล่นในช่วงเวลาหนึ่ง ตัดสิทธิ์การใช้คอมพิวเตอร์ร่วมกับจัดกิจกรรมอื่น ๆ ที่เหมาะสมกับลูก ได้แก่ วิ่งเล่นกับเพื่อน ออกกำลังกาย เล่นกีฬาดนตรี ช่วยพ่อแม่ทำงานบ้าน เป็นต้น

ระยะที่ ๒ คุณพ่อคุณแม่เริ่มต้นตั้งกติกาเริ่มเอาจริงจัง เล่นได้วันไหนบ้าง วางกฎติดตามกำกับสม่ำเสมอ ถ้าละเมิดกฎมีบทลงโทษตามที่ตกลงไว้ ไม่ใช่ละเมิดแล้วปล่อยปละละเลยลูกจะได้เกิดการเรียนรู้ใหม่ และปฏิบัติตามกติกา ดังนั้นควรหาวันเริ่มต้นเพื่อตกลงกติกากับลูกใหม่พร้อมทั้งจัดกิจกรรมเสริมอื่นๆ เพื่อให้ลูกกลับถึงบ้านเวลาใกล้เคียงกับพ่อแม่ พ่อแม่จะที่สามารถติดตามควบคุมเวลาปิด-เปิดเกมได้เหมาะสม

ระยะที่ ๓ ปัญหารุนแรง เล่นติดต่อกันวันละหลายชั่วโมง เกิดปัญหาติดเกมต่อเนื่องยาวนานเป็นเดือน บางรายเป็นปี ควรสอนให้เด็กเรียนรู้การหยุดเล่น เวลาช่วงปิดเทอมเป็นเวลาดีที่สุดที่จะฝึกเด็กให้เลิกยุ่งกับเกม เพื่อให้สมองส่วนอยาก (เล่น) ลดการถูกกระตุ้นลง วิธีการได้แก่ การพาออกไปค่าย ทักษะศึกษาหรือเข้าโปรแกรมต่างๆ เวลาที่ใช้อย่างน้อย ๒ เดือนที่เด็กไม่มีโอกาสกลับไปเล่นอีก เมื่อสมองส่วนอยากไม่ถูกกระตุ้น ควรจัดกิจกรรมต่างๆ ให้เด็กเพื่อให้สมองส่วนคิดมีประสิทธิภาพมากขึ้น เช่น การวิเคราะห์ วิจัย ดนตรี กีฬา ดึงเด็กมาอยู่ในโลกของความเป็นจริง เขายังมีกิจกรรมอื่นๆ ที่น่าสนใจ มีการเรียน มีเพื่อน มีคุณพ่อคุณแม่ที่คอยห่วงใยสนับสนุนให้กำลังใจ คุณพ่อคุณแม่ควรสนับสนุนส่งเสริมให้เด็กเก่ง เอาชนะอุปสรรคต่างๆ เป็นฮีโร่ในชีวิตจริงได้สมดังความฝัน ไม่ใช่แค่ฮีโร่ในเกมหรือโลกไซเบอร์เท่านั้น

ผศ. นพ. ชาญวิทย์ พรนภดล จิตเวชเด็กและวัยรุ่น ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล  
ได้ให้แนวคิดวิธีป้องกันและแก้ไขดังนี้

### วิธีป้องกัน

๑. คุยกับเด็กเพื่อกำหนดกติกาที่ล่วงหน้าก่อนจะซื้อเกมหรืออนุญาตให้เด็กเล่นว่าเด็กสามารถเล่นเกมได้ในวันใดบ้าง วันใดเล่นได้ เล่นได้ครั้งละไม่เกินกี่ชั่วโมง ตั้งแต่เวลาใดถึงเวลาใด ก่อนจะเล่นต้องรับผิดชอบทำอะไรให้เสร็จเรียบร้อยก่อนบ้าง หากเด็กไม่รักษากติกา เช่น เล่นเกินเวลา ไม่ทำการบ้านให้เสร็จก่อน ฯลฯ

เด็กจะถูกทำโทษอย่างไร (แนะนำให้ใช้วิธีรับเกมหรือตัดสิทธิการเล่นเป็นเวลาระยะหนึ่งหากเด็กไม่ทำตามกติกาที่ตกลง)

๒. วางตำแหน่งคอมพิวเตอร์หรือเครื่องเล่นเกมในสถานที่ที่เป็นที่โล่ง มีคนเดินผ่านไปผ่านมาบ่อย ๆ ไม่ควรตั้งไว้ในห้องนอนหรือห้องที่ปิดมิดชิด เพื่อให้ผู้ปกครองจะได้ติดตามเฝ้าดูได้ เป็นการป้องกันมิให้เด็กเก็บตัวแอบเล่นคนเดียวในห้อง หรือแอบเล่นทั้งคืน

๓. วางนาฬิกาขนาดใหญ่ไว้หน้าเครื่องหรือในตำแหน่งที่เด็กสามารถมองเห็นได้ชัดเจน

๔. ให้คำชมแก่เด็กเมื่อสามารถรักษาเวลาการเล่น ควบคุมตัวเองไม่ให้เล่นเลยเวลาที่กำหนด

๕. เอาจริง เต็ดขาดหากเด็กไม่รักษากติกา เช่น รีบเกมโดยไม่ใจอ่อน ถอดสายโมเด็มออก ฯลฯ

๖. ส่งเสริมจัดหากิจกรรมที่สนุกสนานอย่างอื่น (ที่สนุกพอ ๆ กับ/หรือมากกว่าการเล่นเกม) ให้เด็กทำหรือมีกิจกรรมที่ทำร่วมกันในครอบครัว

๗. หลีกเลี่ยงการใช้เกมเป็นเสมือนที่เลี้ยงเด็ก เพื่อที่พ่อแม่จะได้มีเวลาส่วนตัวไปทำอย่างอื่น

๘. สอนให้เด็กรู้จักการแบ่งเวลา รู้จักใช้เวลาอย่างเหมาะสม

### วิธีแก้ไข

๑. หากในบ้านยังไม่มีกฎหรือกติกาการเล่น เกม จำเป็นที่จะต้องพูดคุยกับเด็กและให้เด็กเข้ามามีส่วนร่วมในการวางกติกา กำหนดเวลาการเล่น (เหมือนข้อ 1 ในหัวข้อการป้องกัน)

๒. มีเวลาอยู่กับเด็กมากขึ้น พาออกนอกบ้านเพื่อไปทำกิจกรรมที่เด็กชอบ (ยกเว้นการไปเล่นเกมนอกบ้าน) อย่าลืมนำเด็กส่วนหนึ่งติดเกมเพราะความเหงา เบื่อ ไม่มีอะไรสนุก ๆ

๓. รักษาสัมพันธ์ภาพระหว่างกันให้ดี หลีกเลี่ยงการบ่น ตำหนิ ใช้อารมณ์หรือถ้อยคำรุนแรง แสดงความเห็นใจ เข้าใจว่าเด็กไม่สามารถควบคุมตัวเองหรือตัดขาดจากเกมได้จริง ๆ

๔. ผู้ปกครองควรร่วมมือในการแก้ปัญหาโดยใช้กฎเดียวกัน อย่าปิดให้เป็นภาระหรือความรับผิดชอบของใครคนใดคนหนึ่ง

๕. สร้างเครือข่ายผู้ปกครองที่มีเด็กติดเกมเหมือน ๆ กันหลาย ๆ ครอบครัวแล้วผลักดันนำเด็กทำกิจกรรมหลังเลิกเรียนหรือในวันหยุด เช่น เข้าค่ายพักแรมไปทัศนศึกษา ฯลฯ จัดตั้งเป็นกลุ่มย่อย ๆ ชมรมต่าง ๆ เช่น ชมรมกีฬา ชมรมดนตรี เป็นต้น

๖. ในรายที่ติดมากจริง ๆ และเด็กต่อต้านรุนแรงที่จะเลิก ในระยะแรกพ่อแม่ควรร่วมเล่นเกมกับเด็ก (แต่อย่าเผลอติดเองเสียล่ะ) ทำความรู้จักกับเกมที่เด็กชอบเล่น หากเห็นว่าเป็นเกมที่ไม่เหมาะสมหรือเกมที่ใช้ความรุนแรง พยายามเบี่ยงเบนให้เด็กมาสนใจเกมอื่นที่พอจะมีส่วนดี ดึงเอาส่วนดีของเกมมาสอนเด็ก เช่น เกมสร้างเมือง เกมบทบาทสมมติเพื่อฝึกทักษะทางสังคม เป็นต้น เมื่อสัมพันธ์ภาพกับเด็กเริ่มดีขึ้น พ่อแม่จึงค่อย ๆ ดึงเด็กให้มาสนใจในกิจกรรมอื่น ๆ ทีละเล็กละน้อย

๗. หากทำทุกวิธีข้างต้นแล้วไม่ได้ผล พ่อแม่ควรพาเด็กมาพบจิตแพทย์เด็ก เนื่องจากเด็กอาจจะป่วยมีปัญหาด้านสุขภาพจิตอยู่ลึก ๆ เช่น ป่วยเป็นโรคซึมเศร้า วิตกกังวล สมาธิสั้น ฯลฯ เพื่อรับการวินิจฉัยและบำบัดรักษาต่อไป

### ๑๐. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

วัฒนา พัฒนพงษ์และคณะ (๒๕๒๙: บทคัดย่อ) ได้ศึกษาเรื่อง สื่อมวลชนกับบทบาทด้านจริยธรรม ได้รับทุนอุดหนุนจากการวิจัยจาก สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติข้อค้นพบในการวิจัยครั้งนี้มีดังนี้

๑. สื่อที่เข้าถึงผู้รับมากที่สุด คือ โทรทัศน์ ติดตามด้วยหนังสือพิมพ์ นิตยสาร วิทยุ ภาพยนตร์ โรง วีดีโอ และเทปคาสเซ็ท ตามลำดับ

๒. สื่อที่ผู้รับสื่อนิยมเปิดรับ คือ นักวิชาการนิยมใช้สื่อวิทยุและเทปคาสเซ็ท สื่อมวลชนนิยมอ่าน นิตยสาร เยาวชนนิยมใช้สื่อวีดีโอ และภาพยนตร์โรง

๓. รายการที่เข้าถึงผู้รับมากที่สุดคือ ข่าว รองลงไปได้แก่โฆษณา สารคดี และบันเทิง ตามลำดับ

๔. รายการที่ผู้รับสื่อนิยมคือ ประชาชนนิยมรายการข่าว นักวิชาการนิยมสารคดี เยาวชนนิยม รายการบันเทิง และสื่อมวลชนให้ความสนใจโฆษณามากที่สุด

๕. ความสัมพันธ์ระหว่างปัจจัยทางเศรษฐกิจ สังคมและพฤติกรรมมารับสื่อ เพศ อายุ สถานภาพการสมรส ระดับการศึกษา อาชีพ จำนวนสมาชิกครอบครัว มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทาง สถิติกับพฤติกรรมมารับสื่อ

ข้อค้นพบเหล่านี้ สอดคล้องกับรายงานการวิจัยที่ผ่านมา แต่เมื่อพิจารณาประเด็นย่อยของสื่อแต่ละประเภท จะพบว่าบางประเด็นไม่พบความสัมพันธ์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับพฤติกรรมมารับสื่อ

๖. บทบาทของสื่อมวลชน ทุกสื่อมีโอกาสในการแสดงบทบาททั้งในด้านสร้างสรรค์และไม่สร้างสรรค์ โดยเฉพาะสื่อที่แสดงบทบาทด้านไม่สร้างสรรค์นั้นสื่อบันเทิงเป็นสื่อที่น่าห่วงใยมากที่สุด เพราะเยาวชนให้ความสนใจสื่อประเภทนี้มาก โดยเฉพาะวีดีโอ สื่อที่น่าสนใจรองลงมาคือ นิตยสารประเภทวัยรุ่น กามารมณ์ และภาพยนตร์โทรทัศน์ที่เสนอเรื่องราวที่ปลุกฝังค่านิยมผิดๆ เช่น การใช้ความรุนแรง ความอาฆาตพยาบาท ความอิจฉาริษยา เป็นต้น

สุทธิพร นิราพาธ (๒๕๔๗ : บทคัดย่อ) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย พบว่าการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ไม่มีความสัมพันธ์ทางลบกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ซึ่งไม่ได้รับการยอมรับ และการเล่นเกมคอมพิวเตอร์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมความก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย ซึ่งได้รับการยอมรับ

ญาดา ศรีชัย (๒๕๔๗ : บทคัดย่อ) ศึกษาตัวตนเสมือนจริงบนเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ในโลกเสมือนจริงในเวลาจริง พบว่าผู้เล่นเกมมีพฤติกรรมแสดงออกโดยแปรความหมายของการเล่นเกมเหมือนชีวิตจริงและแปรลักษณะพฤติกรรมของชีวิตจริงมาใช้ในการเล่นเกม

สุภัทร ชูประดิษฐ์ (๒๕๔๙ : บทคัดย่อ) ศึกษาการใช้เทคนิคเอไอซีในการแก้ปัญหาให้นักเรียน ดิดเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ในโรงเรียนปล้องวิทยาคม อำเภอเทิง จังหวัดเชียงราย พบว่า เทคนิคเอไอซี เป็นกระบวนการที่ช่วยให้นักเรียน ครู และผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการรับรู้ปัญหา กำหนดเป้าหมาย ร่วมกัน คิดค้นวิธีแก้ปัญหา และการดำเนินการแก้ไขปัญหานักเรียนดิดเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ร่วมกัน

มาโนช ชาบรา (๒๕๕๐ : บทคัดย่อ) ศึกษาการจัดการตัวตนในโลกเสมือนจริงกับโลกที่เป็นจริง: กรณีศึกษาวัยรุ่นดิดเกมออนไลน์ ได้ข้อมูลเกี่ยวกับเกมออนไลน์ ดังนั้นสำหรับผู้ที่มีความเกี่ยวข้อง โดยเฉพาะครอบครัวควรเอาใจใส่และให้การดูแล คอยชี้แนะ และส่งเสริมการเล่นเกมออนไลน์ให้ถูกวิธี และก่อให้เกิดประโยชน์ต่อตัวเด็กและต่อสังคม

วิภาวี ไจยะวัง (๒๕๕๑: บทคัดย่อ) ศึกษาการพัฒนาสื่อประสมเพื่อรณรงค์การเล่นเกมคอมพิวเตอร์ อย่างสร้างสรรค์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น: กรณีศึกษานักเรียนในจังหวัดเชียงใหม่ พบว่าหลังจาก การใช้สื่อประสมรณรงค์เพื่อการเล่นเกมอย่างสร้างสรรค์ของนักเรียนชั้นมัธยมต้นพบว่ากลุ่มประชากรมีความ

ตระหนัก เรื่องผลกระทบของการเล่นเกมมากเกินไปมากขึ้น ทำให้เปลี่ยนแปลงทัศนคติเกี่ยวกับการเล่นเกม คอมพิวเตอร์ไปในทางที่ดีขึ้น

สิริวรรณ ปัญญาภาศ (๒๕๕๐: บทคัดย่อ) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความรุนแรงในสื่อ เกมออนไลน์กับพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กวัยรุ่นตอนปลายในจังหวัดเชียงใหม่ พบว่าความรุนแรงในสื่อ เกมออนไลน์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กวัยรุ่นตอนปลาย

คมกริช แม่นยำ (๒๕๔๔) ศึกษาพฤติกรรมของผู้ปกครองในการควบคุมและส่งเสริมการใช้ อินเทอร์เน็ตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์โดยกลุ่ม ตัวอย่าง ได้แก่ ผู้ปกครองนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสาธิตแห่งมหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์ ปี การศึกษา ๒๕๔๓ ที่มีการติดตั้งเครือข่ายอินเทอร์เน็ตไว้ที่บ้าน จำนวน ๒๓๐ คน พบว่า ๑) ผู้ปกครองเป็น แบบอย่างที่ดีและส่งเสริมให้เด็กสนใจในการใช้อินเทอร์เน็ตที่มีสาระประโยชน์และใช้อินเทอร์เน็ตในทาง สร้างสรรค์ โดยผู้ปกครองจะพูดคุยหรือเล่าเรื่องราวต่าง ๆ เหตุการณ์ข่าวสารเกี่ยวกับอินเทอร์เน็ตให้เด็กฟังเมื่อ พบเห็นข่าวสารจาก โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ เป็นต้น เมื่อได้รับมอบหมายงานจากทางโรงเรียนผู้ปกครองจะ แนะนำข้อมูลข่าวสารให้กับเด็ก ผู้ปกครองจะให้เด็กเล่าเรื่องราวต่าง ๆ เกี่ยวกับอินเทอร์เน็ตและพฤติกรรมการ รับสื่ออินเทอร์เน็ตของเด็กโดยจะเล่าให้ฟังด้วยความเต็มใจ ๒) ผู้ปกครองให้อิสระในการใช้อินเทอร์เน็ต โดย ไม่ได้กำหนดเวลาในการใช้อินเทอร์เน็ต แต่จะใช้อินเทอร์เน็ตร่วมกับเด็กเป็นบางโอกาส ๓) ผู้ปกครองพบว่า เด็กเรียนรู้การใช้อินเทอร์เน็ตด้วยตนเอง และจะใช้อินเทอร์เน็ตที่โรงเรียนนอกเหนือจากการใช้ที่บ้าน สาเหตุที่ ใช้อินเทอร์เน็ตเนื่องจากความสนุกสนานเพลิดเพลิน บริการที่ใช้อยู่คือ บริการเว็ลด์ไวด์เว็บ (www) และมักจะ ใช้อินเทอร์เน็ตเพียงลำพัง พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์จากการใช้อินเทอร์เน็ต คือ การมีโลกเป็นส่วนของตัวเอง และผู้ปกครองมีความเห็นว่าสิ่งที่น่าเป็นห่วงสำหรับเด็กที่ใช้อินเทอร์เน็ต คือ สื่อลามกอนาจาร

สลีธร เทพตระการพร, สุวรรณิ จุฑามณีพงษ์ และกรรณิการ์ บรรเท็งจิต (๒๕๕๐) ศึกษาสถานการณ์ เด็กและเยาวชนในการใช้คอมพิวเตอร์เป็นเวลานาน กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-5 ใน กรุงเทพมหานคร และในโรงเรียน 12 แห่งที่เป็นตัวแทนจากทุกภาคของประเทศ จำนวน 1,954 คน พบว่า 44.7% ของกลุ่มศึกษาดังกล่าว ใช้เวลากับคอมพิวเตอร์ส่วนใหญ่เพื่อการศึกษาหาความรู้ และ 30.1% ใช้ คอมพิวเตอร์ส่วนใหญ่เพื่อเล่นเกม ทั้งนี้ 72.9% ไม่มีการกำหนดกฎระเบียบเกี่ยวกับการใช้คอมพิวเตอร์ในบ้าน 21% มีการติดตั้งคอมพิวเตอร์ไว้ในห้องนอน เมื่อสอบถามถึงผลกระทบต่อสุขภาพจากการใช้คอมพิวเตอร์ พบว่า 49.1% มีปัญหาแสบตา และ 42.1% มีปัญหาปวดเมื่อยตามส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย นอกจากนี้ 79.5% ของกลุ่มศึกษามีความเห็นด้วยว่า หากมีการบังคับใช้กฎหมายควบคุมร้านอินเทอร์เน็ต จะมีผลดีต่อการ ใช้คอมพิวเตอร์อย่างเหมาะสมได้ สำหรับแนวทางการแก้ปัญหาเด็กติดเกมนั้น จำเป็นต้องหาสิ่งทดแทนหรือ กิจกรรมทางเลือกที่เป็นความสุข หรือความสำเร็จให้กับเด็ก เช่น การเล่นกีฬา ดนตรี ศิลปะ หรือกิจกรรมการ ออกกำลังกาย นอกจากนี้ การฝึกให้เด็กมีวินัย และความรับผิดชอบต่อตนเอง โดยเริ่มตั้งแต่ในครอบครัว ก็จะช่วยให้ แก้ปัญหาโดยรวมได้

ลักษณะ พลอยเสื่อมแสง (2545) ศึกษาผลกระทบของอินเทอร์เน็ตต่อสุขภาพจิตของผู้ใช้ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ โดยกลุ่มตัวอย่างเป็นผู้ใช้อินเทอร์เน็ตในเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 140 คน และผู้เชี่ยวชาญด้านจิตเวชถึงผลกระทบที่คาดว่าจะพบจำนวน 38 คน ในช่วงเดือนธันวาคม 2543 ถึงเดือนเมษายน 2544 ผลการศึกษา พบว่า ร้อยละ 39.3 ของผู้ใช้อินเทอร์เน็ตประสบกับปัญหาจากการใช้ โดยร้อยละ 37.9 ประสบปัญหาเฉพาะเรื่อง และร้อยละ 1.4 เกิดภาวะติดอินเทอร์เน็ต โดยพบในกลุ่มวัยรุ่นอายุ 15-20 ปี ปัญหาที่สำคัญ ได้แก่ การใช้เวลามากเกินไป ไม่สามารถควบคุมหรือกำหนดระยะเวลาในการใช้อินเทอร์เน็ตได้ เกิดผลกระทบต่อสุขภาพกายจากการใช้เวลานานและไม่ได้พักผ่อน ผลกระทบต่อความสัมพันธ์กับผู้อื่นรอบข้าง ผลกระทบต่อการทำงาน อาชีพ กิจกรรมและ การเรียน ผลกระทบต่อการแสดงพฤติกรรมและสุขภาพจิต เช่น การเก็บตัว แยกออกจากสังคม สับสน กังวลใจ ขาดความมั่นใจ เป็นต้น จากความสัมพันธ์ของปัจจัยเกี่ยวกับผู้ใช้พบว่า อายุของผู้ใช้มีความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติกับการเกิดปัญหาจากการใช้ และในแต่ละวัยจะมีความแตกต่างของลักษณะปัญหาจากการใช้นี้ วัยรุ่นเป็นช่วงอายุที่มีปัญหามากที่สุด วิธีการในการป้องกันและลดความรุนแรงของปัญหาในวัยรุ่นที่ดี คือ การสนใจ ช่วยเหลือ และตระหนักถึงปัญหาที่เกิดขึ้นของสมาชิกในครอบครัวทั้งจากผู้ปกครองและทุกคนในครอบครัว

Li & Chung (๒๐๐๖) ศึกษาหน้าที่ของอินเทอร์เน็ตและพฤติกรรมการติดอินเทอร์เน็ต พบว่าหน้าที่ของอินเทอร์เน็ตเกี่ยวข้องกับความร้ายแรงของการติดอินเทอร์เน็ตและการวิจัยนี้ศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างหน้าที่ของอินเทอร์เน็ตและพฤติกรรมการติดอินเทอร์เน็ต การวิจัยนี้ทำกับนักศึกษามหาวิทยาลัย 76 คน ซึ่งได้ตอบคำถามเกี่ยวกับหน้าที่ของอินเทอร์เน็ต ไม่ว่าจะเป็นหน้าที่ทางสังคม หน้าที่ให้ข้อมูล หน้าที่ด้านบันเทิง และหน้าที่ด้านอารมณ์ และระดับการติดอินเทอร์เน็ตของคนจีน แบ่งเป็น ใช้แบบขาดไม่ได้ ใช้มานานมาก ปัญหาเรื่องการบริหารเวลา ปัญหาระหว่างบุคคลและปัญหาสุขภาพ การวิจัยไม่เพียงแสดงถึงความสัมพันธ์ระหว่างหน้าที่ทางสังคมและรายการการใช้อินเทอร์เน็ต ที่แบ่งเป็นใช้แบบขาดไม่ได้ รวมถึงปัญหาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและสุขภาพ แต่ยังแสดงถึงความสัมพันธ์ระหว่างหน้าที่ทางข้อมูล และรายการการใช้อินเทอร์เน็ตในทางที่ผิด ซึ่งก็คือปัญหาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลและสุขภาพ พบว่าหน้าที่ทางสังคมมีบทบาทสำคัญในพฤติกรรมการติดอินเทอร์เน็ต