

## RELATIONSHIP BETWEEN SELF-ESTEEM AND DEPRESSION AND INTERNET ADDICTION AMONG SECONDARY SCHOOL STUDENTS\*

Lalita Wongkawprajug, B.N.S.\*\* , Tusana Thaweekoon, RN, Ph.D.\*\*\*, Patcharin Nintachan, RN, Ph.D.\*\*\*\*

### Abstract

**Objective:** This descriptive correlational research design aimed at investigating relationships between self-esteem and depression and internet addiction among secondary school students.

**Methods:** The participants were 400 secondary school students of the 2019 academic year in the northeastern region. The research instruments included a socio-demographic and internet using questionnaire, Thai version of Young's Internet Addiction Test, Rosenberg's Self - esteem Scale, and Center for Epidemiologic Studies-Depression Scale. Data were analyzed using descriptive statistics and Spearman's rank - order correlation.

**Results:** The findings revealed that self - esteem was negatively and significantly associated with internet addiction ( $r = -.36, p < .001$ ), while depression was positively and significantly associated with internet addiction ( $r = .42, p < .001$ ).

**Conclusion:** Results from this study provided important information for the internet addiction prevention among secondary school students.

**Keywords:** internet addiction, self - esteem, depression, secondary school students

---

\*Thesis, Master of Nursing Science Program in Psychiatric and Mental Health Nursing, Faculty of Medicine Ramathibodi Hospital, Mahidol University

\*\*Student, Master of Nursing Science Program in Psychiatric and Mental Health Nursing, Faculty of Medicine Ramathibodi Hospital, Mahidol University

\*\*\*Corresponding author: Assistant Professor, Ramathibodi School of Nursing, Faculty of Medicine Ramathibodi Hospital, Mahidol University, e-mail: tusana.tha@mahidol.edu

\*\*\*\* Associate Professor, Ramathibodi School of Nursing, Faculty of Medicine Ramathibodi Hospital, Mahidol University

Received: 15 February 2021, Revised: 25 August 2021, Accepted: 31 August 2021

# ความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองและภาวะซึมเศร้ากับการเสพติดอินเทอร์เน็ตในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย\*

ลลิตา วงศ์แก้วประจักษ์, พย.บ. \*\*, ทศนา ทวีคุณ, RN, Ph.D. \*\*\*, พัชรินทร์ นันทจันทร์, RN, Ph.D. \*\*\*\*

## บทคัดย่อ

**วัตถุประสงค์ :** การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเอง และภาวะซึมเศร้า กับการเสพติดอินเทอร์เน็ตในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย

**วิธีการศึกษา :** กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในจังหวัดแห่งหนึ่งในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ปีการศึกษา 2562 จำนวน 400 คน เครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ประกอบด้วย 1) แบบสอบถามข้อมูลทั่วไปและพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ต 2) แบบประเมินการเสพติดอินเทอร์เน็ต 3) แบบประเมินการเห็นคุณค่าในตนเอง และ 4) แบบประเมินภาวะซึมเศร้า วิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติบรรยาย และสถิติสหสัมพันธ์แบบสเปียร์แมน

**ผลการศึกษา :** พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับการเสพติดอินเทอร์เน็ตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r_s = -.36, p < .001$ ) และภาวะซึมเศร้ามีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเสพติดอินเทอร์เน็ตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r_s = .42, p < .001$ )

**สรุป :** ผลการศึกษานี้เป็นข้อมูลพื้นฐานที่จะนำไปใช้ในการวางแผนให้การดูแลและป้องกันการเสพติดอินเทอร์เน็ตในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายต่อไป

**คำสำคัญ :** การเสพติดอินเทอร์เน็ต การเห็นคุณค่าในตนเอง ภาวะซึมเศร้า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย

\*วิทยานิพนธ์ พยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

\*\*นักศึกษา หลักสูตรพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลจิตเวชและสุขภาพจิต คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

\*\*\*ผู้ประสานงานบทความ: ผู้ช่วยศาสตราจารย์ โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล, e-mail: tusana.tha@mahidol.edu

\*\*\*\*รองศาสตราจารย์ โรงเรียนพยาบาลรามาธิบดี คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล

วันที่รับ: 15 กุมภาพันธ์ 2564, วันที่แก้ไข: 25 สิงหาคม 2564, วันที่ออกรับ: 31 สิงหาคม 2564

## ความสำคัญของปัญหา

วัยรุ่นในปัจจุบันเติบโตมาในยุคที่มีความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีที่ช่วยอำนวยความสะดวกต่าง ๆ รวมไปถึงการใช้อินเทอร์เน็ต วัยรุ่นใช้อินเทอร์เน็ตเป็นสื่อกลางในการติดต่อสื่อสารและเป็นช่องทางในการศึกษาเรียนรู้ด้วยตนเอง จากการสำรวจการใช้เทคโนโลยีและสารสนเทศของเด็กและเยาวชนในประเทศไทยพบว่า กลุ่มที่มีการใช้งานอินเทอร์เน็ตมากที่สุด เป็นกลุ่มที่อยู่ในช่วงอายุ 15 - 19 ปี โดยมีการใช้งานอินเทอร์เน็ต 10 - 12 ชั่วโมงต่อวัน (สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์, 2561; สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2560) การใช้งานอินเทอร์เน็ตที่มากเกินไป อาจนำไปสู่การเสพติดอินเทอร์เน็ตได้

การเสพติดอินเทอร์เน็ตเป็นความผิดปกติในการควบคุมแรงกระตุ้น ทำให้ไม่สามารถหยุดการใช้งานอินเทอร์เน็ตได้ ส่งผลให้เกิดความทุกข์ใจ มีปัญหาสัมพันธภาพและปัญหาในการใช้ชีวิตประจำวัน (Young, 1998) จากการทบทวนงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสพติดอินเทอร์เน็ตของกลุ่มนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้น ตอนปลาย และนักศึกษาระดับปริญญาตรีในต่างประเทศพบว่า มีการเสพติดอินเทอร์เน็ตอยู่ในช่วงร้อยละ 6.4 - 33.5 (Ni, Yan, Chen, & Liu, 2009; Wu et al., 2016; Yadav, Banwari, Parmar, & Maniar, 2013) สำหรับการศึกษาในประเทศไทย พบว่ามีการเสพติดอินเทอร์เน็ตอยู่ในช่วงร้อยละ 2.3 - 29.6 (ธีราพร วิทิตสิริ, 2560; วัชรานันต์ นันทเวชและจินตวีร์ มั่นสกุล, 2551; วราพร วันไชยธนวงศ์ และ เกศราภรณ์ ชูพันธ์, 2557; Boonvisudhi & Kuladee, 2017) และพบว่า

การเสพติดอินเทอร์เน็ต มีแนวโน้มพบมากในกลุ่มนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย (ธีราพร วิทิตสิริ, 2560; Cao, Sun, Wan, Hao & Tao, 2011; Tran et al., 2017)

การเสพติดอินเทอร์เน็ตในวัยรุ่นส่งผลกระทบต่อในหลายด้าน ได้แก่ 1) ผลกระทบต่อตัววัยรุ่นเอง วัยรุ่นที่มีการเสพติดอินเทอร์เน็ตจะมีปัญหาทั้งทางด้านสุขภาพกาย เช่น ปวดตา ปวดหลัง ปวดศีรษะ และอ่อนเพลีย เป็นต้น (Zheng, Wei, Li, Zhu, & Ning, 2016) ปัญหาทางด้านจิตใจ เช่น ภาวะซึมเศร้า (Banjanin, Banjanin, Dimitrijevic, & Pantic, 2015; Boonvisudhi & Kuladee, 2017; Ostovar et al., 2016; Yoo, Cho, & Cha, 2014) มีความคิดฆ่าตัวตาย (Yoo et al., 2014) และมีโรคร่วมทางจิตเวช (เช่น โรคย้ำคิดย้ำทำ โรคสมาธิสั้น) เป็นต้น (Bozkurt et al., 2013; Tsitsika et. al., 2011) นอกจากนี้อาจส่งผลให้เกิดปัญหาทางด้านศึกษา เช่น ขาดเรียน (Evren, Dalbudak, Evren & Demirci, 2014) ผลการเรียนไม่ดี (Iyitoglu & Çeliköz, 2017) 2) ผลกระทบต่อครอบครัว การที่วัยรุ่นใช้เวลาส่วนใหญ่ไปกับอินเทอร์เน็ต แทนการมีกิจกรรมกับครอบครัว ทำให้เกิดการทะเลาะเบาะแว้งในครอบครัวได้ (Young, 1998) และ 3) ผลกระทบต่อสังคม พบว่า วัยรุ่นที่เสพติดอินเทอร์เน็ตมักแยกตัวจากสังคม และมีปัญหาสัมพันธภาพกับเพื่อน (Missaoui et al., 2015) นอกจากนี้การที่การเสพติดอินเทอร์เน็ตในวัยรุ่นส่งผลให้เกิดภาวะโรคร่วมจึงต้องใช้เวลารักษาเป็นเวลานาน ส่งผลให้ต้องเสียงบประมาณในการบำบัดรักษา เช่น จัดตั้งศูนย์ให้คำปรึกษา การจัดค่าย

บำบัดรักษา รวมไปถึงการฝึกอบรมผู้ให้การบำบัดเป็นต้น (Kwon, 2011)

งานวิจัยที่ศึกษาปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสพติดอินเทอร์เน็ตในวัยรุ่นที่ผ่านมาพบว่า มีปัจจัยหลายด้านประกอบไปด้วย ปัจจัยส่วนบุคคล ได้แก่ เพศ (Baharainian & Khanzaee, 2014; Durak & Durak, 2014) ระยะเวลาในการใช้อินเทอร์เน็ต (Durak & Durak, 2014) การเห็นคุณค่าในตนเอง (Aydin & Sari, 2011; Baharainian & Khanzaee, 2014; Bozoglan, Demirer, & Sahin, 2013; Fortes & Fernandes, 2016; Jang & Ji, 2012; Pantic et al., 2017; Rastergar & Dousti, 2016; Seabra et al., 2017) ความเครียด (Akin & Iskender, 2011) ความวิตกกังวล (Akin & Iskender, 2011) และภาวะซึมเศร้า (Ayas & Horzum, 2013; Baharainian & Khazae, 2014; Orsal, Orsal, Unsal, & Ozalp, 2013; Panicker & Sachdev, 2014) ปัจจัยด้านครอบครัว เช่น สัมพันธภาพที่ไม่ดีระหว่างสมาชิกในครอบครัว (Wang et al, 2011) และปัจจัยด้านสังคม เช่น สัมพันธภาพกับเพื่อนและครู (Wang et al, 2011) และการคบเพื่อนที่มีพฤติกรรมเสี่ยง (การไม่เข้าเรียน ขโมยของ ดื่มสุรา) เป็นต้น (Li, Zhou, Li, & Zhou, 2016)

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยทำการศึกษาในจังหวัดแห่งหนึ่งในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ ซึ่งปัจจุบันเป็นศูนย์กลางทางเศรษฐกิจของภูมิภาคอีสานใต้ ซึ่งมีความเจริญทางเศรษฐกิจและเทคโนโลยี (สำนักงานสรรพสามิตสัมพันธภาคที่ 3, 2561) จากรายงานการใช้อินเทอร์เน็ตที่พบว่าในจังหวัดดังกล่าว พบแนวโน้มการใช้งานอินเทอร์เน็ตสูงขึ้นเรื่อย ๆ (สำนักงานสถิติพยากรณ์, 2559; 2560) ซึ่งหาก

วัยรุ่นมีการใช้งานอินเทอร์เน็ต โดยไม่ได้รับการควบคุมดูแลจากครูหรือผู้ปกครองอาจส่งผลให้เกิดการเสพติดอินเทอร์เน็ตได้ จากการสอบถามครูในโรงเรียนแห่งหนึ่งของจังหวัดดังกล่าวพบว่า ปัญหานักเรียนเล่นอินเทอร์เน็ตในเวลาเรียนพบมากขึ้น รวมถึงนักเรียนที่ขาดเรียนเนื่องจากติดอินเทอร์เน็ต มีแนวโน้มเพิ่มมากขึ้น จากกรทบทวนวรรณกรรมจะเห็นได้ว่า การเสพติดอินเทอร์เน็ตในวัยรุ่นเป็นปัญหาสำคัญที่ควรได้รับการดูแลช่วยเหลือ โดยมีหลายปัจจัยที่มีความเกี่ยวข้องกับการเสพติดอินเทอร์เน็ตในวัยรุ่น โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเห็นคุณค่าในตนเองและภาวะซึมเศร้า ซึ่งเป็นปัจจัยทางจิตสังคมที่สำคัญ และถึงแม้ว่าการศึกษาที่ผ่านมาเกี่ยวกับการเห็นคุณค่าในตนเองและภาวะซึมเศร้ากับการเสพติดอินเทอร์เน็ตในวัยรุ่นจะมีจำนวนการศึกษาพอสมควรแต่ผลการศึกษาที่ได้ไม่เป็นไปในทิศทางเดียวกัน (Agaj, 2015; Ayas & Horzum, 2013; Sahin, 2014; Sharma, Gupta, Sharma, & Sharma, 2016) การศึกษาความสัมพันธ์ของการเห็นคุณค่าในตนเองและภาวะซึมเศร้ากับการเสพติดอินเทอร์เน็ตในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายจึงมีความจำเป็นอย่างยิ่ง ซึ่งผลที่ได้จากการศึกษาในครั้งนี้จะเป็นข้อมูลพื้นฐานที่จะนำไปใช้ในการวางแผนและพัฒนาแนวทางการดูแลและป้องกันการเสพติดอินเทอร์เน็ตในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายได้อย่างเหมาะสมต่อไป

### วัตถุประสงค์การวิจัย

เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองและภาวะซึมเศร้า กับการเสพติด

อินเทอร์เน็ตในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย

### สมมติฐานของการวิจัย

การเห็นคุณค่าในตนเอง และภาวะซึมเศร้า มีความสัมพันธ์กับการเสพติดอินเทอร์เน็ตในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย

### กรอบแนวคิดการวิจัย

กรอบแนวคิดของการวิจัยครั้งนี้ ได้จากการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการเสพติดอินเทอร์เน็ตในวัยรุ่น จากการศึกษาพบว่า การเสพติดอินเทอร์เน็ต มีการเปลี่ยนแปลงทางระบบประสาทในสมองที่คล้ายคลึงกับการติดสารเสพติด (Kim et al., 2011) เมื่อวัยรุ่นมีการใช้งานอินเทอร์เน็ต กิจกรรมในอินเทอร์เน็ตจะกระตุ้นเซลล์ประสาทให้ปล่อยสารสื่อประสาท ซึ่งเป็นสารเดียวกันกับเมื่อมีการใช้สารเสพติด ทำให้เกิดความสุข ความพึงพอใจ (Lin & Luo, 2015) การใช้อินเทอร์เน็ตเป็นหนทางหนึ่ง ที่ช่วยให้วัยรุ่น หลบหนีจากความรู้สึกไม่สบายใจ ความรู้สึกที่ ได้รับจากการใช้อินเทอร์เน็ต ทำให้มีการใช้งานอินเทอร์เน็ตเพิ่มขึ้น ความรู้สึกดังกล่าวผลักดันให้ใช้งานอินเทอร์เน็ตมากขึ้นเรื่อย ๆ จนเกิดสภาวะที่มีการรับรู้ลดลง ส่งผลให้มีความต้องการใช้งานมากขึ้น เพื่อที่จะได้รับความสุข ความตื่นตื้นเหมือนเดิม (tolerance) การหมกมุ่นกับการใช้อินเทอร์เน็ตอย่างต่อเนื่องส่งผลกระทบต่อการเรียนและสัมพันธ์ทางกับคนในครอบครัว ผลกระทบดังกล่าวทำให้วัยรุ่นเริ่มตระหนักถึงปัญหา เมื่อพยายามที่จะเลิกใช้งานอินเทอร์เน็ตแต่ไม่ประสบความสำเร็จ เพราะเมื่อลด

หรือหยุดใช้งานอินเทอร์เน็ต วัยรุ่นจะมีอาการหงุดหงิด กระวนกระวายใจ (withdrawal) ทำให้วัยรุ่นไม่สามารถทนต่ออาการไม่สุขสบายได้ ต้องกลับไปใช้งานอินเทอร์เน็ตคงเดิม ซึ่งอาการที่ได้กล่าวมาข้างต้นแสดงถึง การเสพติดอินเทอร์เน็ต (internet addiction) (Young, Yue & Ying, 2011) โดยที่ลักษณะการใช้งานอินเทอร์เน็ตของวัยรุ่น ได้แก่ การรับชมคลิปวิดีโอออนไลน์ การใช้สื่อสังคมออนไลน์ การเล่นเกมออนไลน์ และการพนันออนไลน์ เป็นต้น (Young, 2009) จากการทบทวนงานวิจัยปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการเสพติดอินเทอร์เน็ตในวัยรุ่นพบว่า มีหลายปัจจัย โดยปัจจัยคัดสรรที่ศึกษาในครั้งนี้คือ การเห็นคุณค่าในตนเอง และภาวะซึมเศร้า โดยมีรายละเอียด ดังนี้

### การเห็นคุณค่าในตนเองกับการเสพติดอินเทอร์เน็ต

การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นความคิด ความเชื่อ ความรู้สึก และทัศนคติทั้งในแง่บวกหรือแง่ลบต่อตัวบุคคลเอง รวมทั้งการรับรู้การตอบสนองของบุคคลอื่นที่มีต่อตนเอง โดยผู้ที่มีคุณค่าในตนเองสูงจะพิจารณาว่าตนมีคุณค่าในฐานะบุคคลคนหนึ่ง มีความเคารพตนเอง มองเห็นตนเองเป็นคนมีค่า โดยไม่จำเป็นต้องเปรียบเทียบกับบุคคลอื่นว่าดีกว่าหรือด้อยกว่า ในขณะที่ผู้ที่มีคุณค่าในตนเองต่ำจะขาดการเคารพตนเอง คิดว่าตนเองไร้ค่า ไม่ดีพอเมื่อเปรียบเทียบกับผู้อื่น (Rosenberg & Simmons, 1971) วัยรุ่นที่เห็นคุณค่าในตัวเองต่ำ มีแนวโน้มที่จะใช้งานอินเทอร์เน็ตประเภทเครือข่ายสังคมออนไลน์เพิ่มมากขึ้น โดยความคิดเห็นเชิงบวกที่ได้รับจากเพื่อนเมื่อ ใช้งานเครือข่ายสังคมออนไลน์ ทำให้วัยรุ่นมี

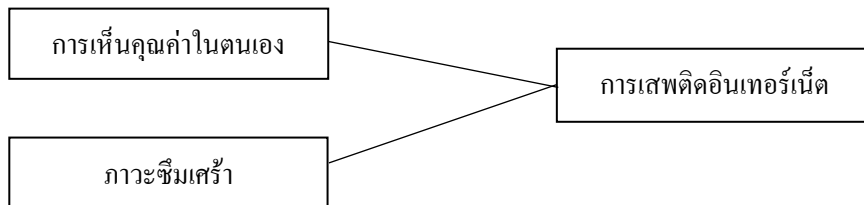
การเห็นคุณค่าในตนเองเพิ่มขึ้น (Wang, Jackson, Zhang, & Su, 2012) ความคิดเห็นเชิงบวกที่ได้รับนับเป็นแรงจูงใจสำคัญที่ทำให้วัยรุ่นที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ เข้าไปใช้งานอินเทอร์เน็ตเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเอง ซึ่งถ้ามีการใช้งานอินเทอร์เน็ตมากขึ้น นำไปสู่ภาวะพึ่งพาหรือการเสพติดในที่สุด (Griffiths, 2000) จากการทบทวนงานวิจัยที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับการเสพติดอินเทอร์เน็ต พบว่าวัยรุ่นที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ มีแนวโน้มที่จะมีการเสพติดอินเทอร์เน็ตสูง (Aydin & Sari, 2011; Baharainian & Khanzaee, 2014; Bozoglan et al., 2013; Fortes & Fernandes, 2016; Jang & Ji, 2012; Pantic et al., 2017; Rastergar & Dousti, 2016; Seabra et al., 2017) อย่างไรก็ตาม บางงานวิจัยไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับการเสพติดอินเทอร์เน็ต (Agaj, 2015; Ayas & Horzum, 2013)

**ภาวะซึมเศร้ากับการเสพติดอินเทอร์เน็ต**

ภาวะซึมเศร้าเป็นกลุ่มอาการที่ประกอบด้วย อารมณ์เศร้า ความรู้สึกผิด ไม่มีคุณค่า สิ้นหวัง ไร้หนทางสู้ เฉื่อยชา เบื่ออาหาร และมีปัญหาเกี่ยวกับการนอน ส่งผลกระทบถึงการปฏิบัติหน้าที่ในชีวิตประจำวัน (Radloff, 1977) วัยรุ่นที่มีภาวะ

ซึมเศร้ามักจะแยกตัว อันจะทำให้เกิดปัญหาสัมพันธภาพกับผู้อื่น (Whisman, 2017) วัยรุ่นอาจใช้อินเทอร์เน็ตจัดการกับอาการซึมเศร้าด้วยตนเอง เพื่อทดแทนความสัมพันธ์ในชีวิตจริง โดยใช้อินเทอร์เน็ตเป็นสื่อกลางในการติดต่อ สร้างความสัมพันธ์ทางสังคมกับผู้อื่นบนโลกออนไลน์ (Young & Roger, 1998) และเมื่อวัยรุ่นที่มีภาวะซึมเศร้าเกิดความพึงพอใจกับการสร้างสัมพันธภาพบนโลกออนไลน์ ทำให้มีการเพิ่มระยะเวลาในการใช้งานอินเทอร์เน็ต และไม่สามารถหยุดการใช้งานอินเทอร์เน็ตได้ จนเกิดการเสพติดอินเทอร์เน็ต (Young, 2009) จากการทบทวนงานวิจัยที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภาวะซึมเศร้ากับการเสพติดอินเทอร์เน็ต พบว่า วัยรุ่นที่มีภาวะซึมเศร้าสูง มีแนวโน้มที่จะมีการเสพติดอินเทอร์เน็ตเพิ่มขึ้น (Ayas & Horzum, 2013; Baharainian & Khazae, 2014; Orsal et al., 2013; Ostovar et al., 2016) อย่างไรก็ตาม มีบางงานวิจัยไม่พบความสัมพันธ์ระหว่างภาวะซึมเศร้ากับการเสพติดอินเทอร์เน็ต (Sahin, 2014; Sharma et al., 2016)

การศึกษานี้เป็นการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองและภาวะซึมเศร้ากับการเสพติดอินเทอร์เน็ตในวัยรุ่น ดังภาพที่ 1



**ภาพที่ 1** กรอบแนวคิดการวิจัย

## วิธีดำเนินการวิจัย

การศึกษาครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงบรรยายความสัมพันธ์ (descriptive correlational design) มีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองและภาวะซึมเศร้ากับการเสพติดอินเทอร์เน็ตในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายในเขตอำเภอเมืองของจังหวัดแห่งหนึ่งในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ เก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือน มิถุนายน ถึง กรกฎาคม พ.ศ.2562

### การเลือกกลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษาครั้งนี้เป็นนักเรียนในโรงเรียนมัธยมศึกษาของจังหวัดแห่งหนึ่งในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ เลือกกลุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (multi-stage sampling) มีขั้นตอนในการเลือกตัวอย่าง ดังนี้

ขั้นที่ 1 เลือกอำเภอแบบเจาะจง (purposive sampling) โดยเลือกอำเภอที่อยู่ในเขตอำเภอเมืองของจังหวัดแห่งหนึ่งในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ

ขั้นที่ 2 เลือกโรงเรียนที่เป็นตัวแทนของโรงเรียนในเขตอำเภอเมืองของจังหวัดแห่งหนึ่งในภาคตะวันออกเฉียงเหนือ โดยในเขตอำเภอเมืองจำนวนทั้งหมด 8 โรงเรียน ใช้วิธีการสุ่มอย่างง่ายมา 2 โรงเรียน

ขั้นที่ 3 ในแต่ละโรงเรียนใช้วิธีสุ่มอย่างง่ายในการสุ่มห้องเรียน โดยสุ่มห้องเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 - 6 มาชั้นปีละ 2 ห้องเรียน รวมได้กลุ่มตัวอย่างโรงเรียนละ 6 ห้องเรียน (รวม 2 โรงเรียนเท่ากับ 12 ห้องเรียน) ซึ่งแต่ละห้องมีนักเรียนประมาณ 35 - 45 คน เก็บรวบรวมข้อมูลทั้งห้องเรียนตามความสมัครใจ

## การกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง

การกำหนดขนาดกลุ่มตัวอย่าง ใช้หลักการวิเคราะห์อำนาจการทดสอบ (power analysis) ของโคเฮน (Cohen, 1988) จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่า ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับการเสพติดอินเทอร์เน็ตมีค่า อยู่ระหว่าง  $-.15$  ถึง  $-.60$  (Aydin & Sari, 2011; Baharainian & Khanzaee, 2014; Bozoglan et al., 2013; Fortes & Fernandes, 2016; Jang & Ji, 2012; Pantic et al., 2017; Rastegar & Dousti, 2016) และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบเพียร์สันระหว่างภาวะซึมเศร้ากับการเสพติดอินเทอร์เน็ตมีค่าอยู่ระหว่าง  $.27$  -  $.80$  (Banjanin et al., 2015; Kaur, 2015; Ni et al., 2009; Orsal et al., 2013; Yadav et al., 2013) การศึกษาครั้งนี้จึงกำหนดค่าขนาดอิทธิพล (effect size) เท่ากับ  $.15$  กำหนดค่ากำลังทดสอบ (power) เท่ากับ  $.80$  ระดับนัยสำคัญทางสถิติเท่ากับ  $.05$  ใช้สถิติสหสัมพันธ์ และทดสอบสมมติฐานแบบ 2 ทิศทาง (two-tails) คำนวณกลุ่มตัวอย่างโดยใช้โปรแกรม G\*Power 3.1 (Faul, Erdfelder, Buchner, & Lang, 2009) ได้ขนาดกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 346 คน และเพื่อป้องกันแบบสอบถามที่ไม่สมบูรณ์จึงเพิ่มขนาดกลุ่มตัวอย่างอีก ร้อยละ 15 (จรนิตแก้วกั้วถาวร และประตาศิ สิงหวิวานนท์, 2551) เป็นจำนวน 52 คน ได้กลุ่มตัวอย่างที่ต้องเก็บข้อมูลทั้งสิ้นจำนวน 398 คน การศึกษาครั้งนี้เก็บรวบรวมข้อมูลจากตัวอย่างทั้งห้องเรียน ได้กลุ่มตัวอย่างที่สมัครใจและตอบแบบสอบถามสมบูรณ์จำนวน 400 คน ซึ่งเพียงพอกับขนาดตัวอย่างที่กำหนดไว้ข้างต้น

## การพิทักษ์สิทธิของกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้ผ่านการพิจารณาจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล หลังจากนั้นผู้วิจัยจึงดำเนินการส่งหนังสือขออนุญาตดำเนินการวิจัยจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล ถึงผู้อำนวยการ โรงเรียนของแต่ละโรงเรียน ซึ่งการเข้าร่วมการวิจัยของกลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้เป็นไปด้วยความสมัครใจ ผู้ปกครองและกลุ่มตัวอย่างมีสิทธิที่จะตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมการวิจัยได้ โดยไม่มีผลกระทบต่อผลการเรียน ข้อมูลทั้งหมดถูกเก็บเป็นความลับ และนำเสนอเฉพาะในภาพรวมเท่านั้น

### เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

1. แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลและพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ต เป็นแบบสอบถามที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น มีข้อคำถามทั้งหมด 16 ข้อ ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับชั้น แผนการเรียน เกรดเฉลี่ยสะสม ความสัมพันธ์กับเพื่อนและครอบครัว บุคคลที่อาศัยอยู่ด้วยกัน สถานภาพสมรสของบิดามารดา รายได้ของครอบครัว และพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ต

2. แบบประเมินการเสพติดอินเทอร์เน็ต พัฒนาโดย ยังและคณะ (Young et al., 1998) แปลเป็นภาษาไทยโดยธวัชชัย วรพงศธร และคณะ (2547) ประกอบด้วยข้อคำถาม 20 ข้อ เป็นคำถามเกี่ยวกับพฤติกรรมหมกมุ่นและสูญเสียการควบคุมตนเองในการใช้อินเทอร์เน็ต ซึ่งทำให้ละเลยหน้าที่และสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น ลักษณะคำตอบเป็นแบบให้เลือกรับตอบ 5 ระดับ ตั้งแต่ 1 (ไม่เคย) ถึง 5 (เป็นประจำ) คะแนนรวมอยู่ในช่วง 20 - 100 คะแนน โดย

คะแนนรวมสูง หมายถึง มีการเสพติดอินเทอร์เน็ตสูง และสามารถแปลผลโดยแบ่งเป็น 3 กลุ่มคือ กลุ่มที่มีการเสพติดอินเทอร์เน็ต (คะแนนรวมตั้งแต่ 80 คะแนนขึ้นไป) กลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดอินเทอร์เน็ต (คะแนนรวมอยู่ในช่วง 50 - 79 คะแนน) และกลุ่มที่ไม่เสพติดอินเทอร์เน็ต (คะแนนรวมต่ำกว่า 49 คะแนน) จากการนำแบบประเมินไปหาค่าความเชื่อมั่นโดยนำไปใช้ในนักเรียนที่มีลักษณะใกล้เคียงกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาช เท่ากับ .85 และจากงานวิจัยนี้ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาช เท่ากับ .89

3. แบบสอบถามการเห็นคุณค่าในตนเอง (Rosenberg self – esteem scale: RSE) พัฒนาโดย โรเซนเบิร์ก (Rosenberg, 1965) แปลเป็นภาษาไทยโดยพัศตร์วิไล ศรีแสง (Srisaeng, 2003) ประกอบด้วยข้อคำถาม 10 ข้อ เป็นคำถามเกี่ยวกับความคิด ความเชื่อ หรือทัศนคติทั้งทางบวกหรือทางลบที่มีต่อตนเอง ลักษณะคำถามมีทั้งข้อคำถามเชิงบวก 5 ข้อ และข้อคำถามเชิงลบ 5 ข้อ ลักษณะคำตอบเป็นแบบให้เลือกรับตอบ 4 ระดับ ตั้งแต่ 1 (ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง) ถึง 4 (เห็นด้วยอย่างยิ่ง) และมีการกลับคะแนนในข้อความที่มีความหมายในทางลบ คะแนนรวมมีค่าตั้งแต่ 10 - 40 คะแนน ผู้ที่มีคะแนนรวมสูง แสดงว่ามีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองสูง จากการนำแบบประเมินไปหาค่าความเชื่อมั่นโดยนำไปใช้ในนักเรียนที่มีลักษณะใกล้เคียงกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาช เท่ากับ .76 และจากงานวิจัยครั้งนี้ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาช เท่ากับ .83

4. แบบประเมินภาวะซึมเศร้า (Center for



Epidemiologic Studies-Depression Scale: CES-D) พัฒนาโดยเรดลอฟฟ์ (Raddloff, 1977) แปลเป็นภาษาไทยโดยอุมาพร ตรังคสมบัติ และคณะ (2540) ประกอบด้วยข้อคำถาม 20 ข้อ เป็นคำถามเกี่ยวกับอาการซึมเศร้า ลักษณะคำถามเป็นข้อความทางบวก จำนวน 4 ข้อ และข้อความทางลบ จำนวน 16 ข้อ ลักษณะคำตอบเป็นแบบให้เลือกตอบ 4 ระดับ ตั้งแต่ 0 (ตลอดเวลา) ถึง 3 (ไม่เคย) คะแนนรวมมีค่าตั้งแต่ 0 - 60 คะแนน คะแนนรวมสูงหมายถึง มีภาวะซึมเศร้าสูง โดยคะแนนรวมตั้งแต่ 22 คะแนนขึ้นไปถือว่า มีภาวะซึมเศร้า จากการนำแบบประเมินไปหาค่าความเชื่อมั่น โดยนำไปใช้ในนักเรียนที่มีลักษณะใกล้เคียงกลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาช เท่ากับ .84 และจากงานวิจัยครั้งนี้ได้ค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาช เท่ากับ .9

#### การเก็บรวบรวมข้อมูล

1. หลังได้รับการอนุมัติการทำวิจัยจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัยในคน คณะแพทยศาสตร์ โรงพยาบาลรามาธิบดี มหาวิทยาลัยมหิดล ผู้วิจัยทำหนังสือขออนุญาตดำเนินการวิจัยจากบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดลถึงผู้อำนวยการ โรงเรียนที่จะดำเนินการวิจัย

2. ผู้วิจัยยื่นหนังสือขอดำเนินการวิจัยต่อผู้อำนวยการ โรงเรียนที่เข้าร่วมการวิจัย หลังจากได้รับอนุญาตดำเนินการวิจัยจากผู้อำนวยการ โรงเรียน ผู้วิจัยเข้าพบครูที่เกี่ยวข้องเพื่อแนะนำตัวชี้แจงวัตถุประสงค์ในการวิจัย และขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูล พร้อมทั้งนัดหมายวัน เวลาสถานที่ที่จะเข้าพบผู้กลุ่มตัวอย่าง

3. เมื่อถึงวันเวลาที่นัดหมาย ผู้วิจัยชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย การเก็บรวบรวมข้อมูล ระยะเวลาในการเก็บรวบรวมข้อมูล สิทธิในการเข้าร่วมวิจัย รวมถึงชี้แจงให้ทราบ ว่า กลุ่มตัวอย่างสามารถปฏิเสธเข้าร่วมงานวิจัยได้ โดยไม่มีผลกระทบต่อการศึกษา และผลการศึกษารายงาน เป็นภาพรวมเท่านั้น จากนั้นมอบหนังสือยินยอม เข้าร่วมวิจัยและเอกสารข้อมูล/ คำแนะนำสำหรับกลุ่มตัวอย่างและผู้ปกครอง ให้กลุ่มตัวอย่างนำไปเรียนผู้ปกครอง โดยผู้วิจัยได้ระบุชื่อ นามสกุล และหมายเลขโทรศัพท์ เพื่อให้กลุ่มตัวอย่างและผู้ปกครองสามารถติดต่อสอบถามเกี่ยวกับการวิจัยได้ หลังจากผู้ปกครองและกลุ่มตัวอย่างลงนามในหนังสือยินยอม ให้กลุ่มตัวอย่างส่งเอกสารกับหัวหน้าห้องเพื่อรวบรวมและนำไปส่งที่ห้องแนะแนวหรือห้องโฮมรูม

4. หลังจากได้รับเอกสารยินยอมจากผู้ปกครอง ให้กลุ่มตัวอย่างเข้าร่วมงานวิจัยและหนังสือยินยอมเข้าร่วมการวิจัยจากกลุ่มตัวอย่าง โดยการลงนาม ผู้วิจัยประสานงานกับครูแนะแนวหรือครูฝ่ายวิชาการ เพื่อนัดหมายวันเวลา สถานที่สำหรับเก็บข้อมูล

5. ผู้วิจัยเข้าพบกลุ่มตัวอย่างตามวันนัดหมายเพื่อเก็บรวบรวมข้อมูล แจกแบบสอบถาม โดยใช้ช่วงเวลาของวิชาแนะแนวหรือช่วงที่ไม่มี การเรียนการสอน ผู้วิจัยเก็บรวบรวมแบบสอบถามด้วยตนเอง โดยครูไม่ได้อยู่ในชั้นเรียนขณะที่นักเรียนทำแบบสอบถาม ก่อนทำแบบสอบถาม ผู้วิจัยได้ชี้แจงเกี่ยวกับรายละเอียดของแบบสอบถาม และให้กลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถามโดยไม่ต้อง

ระบุชื่อ ซึ่งใช้เวลาประมาณ 25 - 30 นาที

6. เมื่อกลุ่มตัวอย่างทำแบบสอบถามเสร็จเรียบร้อยขอให้กลุ่มตัวอย่างนำแบบสอบถามมาใส่ในกล่องที่ปิดผนึกและมีช่องสำหรับใส่แบบสอบถามด้วยตนเอง

7. ผู้วิจัยจึงตรวจสอบความสมบูรณ์ของแบบสอบถาม ลงรหัสข้อมูล และวิเคราะห์ข้อมูล

### การวิเคราะห์ข้อมูล

1) วิเคราะห์ข้อมูลทั่วไปและตัวแปรที่ศึกษาโดยใช้สถิติบรรยาย ได้แก่ การแจกแจงความถี่ ร้อยละ ค่าพิสัย ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

2) วิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองและภาวะซึมเศร้า กับการเสพติดอินเทอร์เน็ต ซึ่งจากการทดสอบข้อตกลงเบื้องต้นของการแจกแจงแบบโค้งปกติของตัวแปรที่ศึกษาโดยใช้สถิติ Kolmogorov-Smirnov test พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองมีการแจกแจงแบบโค้งปกติ ส่วนภาวะซึมเศร้าและการเสพติดอินเทอร์เน็ตไม่มีการแจกแจงแบบโค้งปกติ จึงใช้สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์แบบสเปียร์แมน (Spearman's rank - order correlation coefficient) ในการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ของตัวแปร

### ผลการวิจัย

#### 1. ข้อมูลส่วนบุคคล

ผลการวิจัยพบว่ากลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง (ร้อยละ 63.5) มีอายุอยู่ในช่วง 15 - 19 ปี (Mean = 16.25, SD = 1.007) ศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ร้อยละ 37.3 มัธยมศึกษาปีที่ 5

ร้อยละ 23.3 และมัธยมศึกษาปีที่ 6 ร้อยละ 39.4 เรียนแผนวิทย์คณิตและศิลป์ภาษา คิดเป็นร้อยละ 50.5 และ 47.5 ตามลำดับ ผลการเรียนรู้ในช่วง 3.00 - 4.00 ร้อยละ 75.8 (Mean = 3.26, SD = .51) ส่วนใหญ่ใช้สมาร์ตโฟนในการเชื่อมต่ออินเทอร์เน็ต (ร้อยละ 96.5) มีระยะเวลาในการใช้งานอินเทอร์เน็ต 4 - 6 ชั่วโมงต่อวัน (ร้อยละ 39.5) มีการใช้อินเทอร์เน็ตที่บ้านและโรงเรียน ร้อยละ 95.75 และ 76.25 ตามลำดับ กิจกรรมการใช้งานอินเทอร์เน็ตที่กลุ่มตัวอย่างด้วยความถี่บ่อยและบ่อยมาก 3 อันดับแรกคือ (1) ชมคลิปวิดีโอ โทททัศน์ ภาพยนตร์ ฟังวิทยุ หรือเพลงออนไลน์ ร้อยละ 89.1 (2) ใช้สื่อสังคมออนไลน์ เช่น Facebook, Line, Instagram, Twitter เป็นต้น ร้อยละ 87.1 และ (3) สืบค้นข้อมูลออนไลน์ สื่อการเรียนรู้ เพื่อการศึกษา หรือทำรายงาน ร้อยละ 76.5 ตามลำดับ นอกจากนี้ยังพบว่าวัยรุ่นนมีการเล่นเกมนออนไลน์ด้วยความถี่บ่อยถึงบ่อยมาก ร้อยละ 26.3

2. การเสพติดอินเทอร์เน็ต การเห็นคุณค่าในตนเอง และภาวะซึมเศร้า ผลการวิจัยพบว่าคะแนนเฉลี่ยของการเสพติดอินเทอร์เน็ตเท่ากับ 48.02 (SD = 12.72) การเห็นคุณค่าในตนเองเท่ากับ 28.72 (SD = 4.76) และภาวะซึมเศร้าเท่ากับ 16.01 (SD = 9.21) ดังตารางที่ 1 เมื่อจำแนกตามการเสพติดอินเทอร์เน็ต พบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการเสพติดอินเทอร์เน็ต จำนวน 5 คน (ร้อยละ 1.25) และมีความเสี่ยงต่อการเสพติดอินเทอร์เน็ต จำนวน 158 คน (ร้อยละ 39.5) เมื่อจำแนกตามการมีภาวะซึมเศร้าพบว่า กลุ่มตัวอย่างที่มีภาวะซึมเศร้า ทั้งหมด 99 คน ส่วนใหญ่จะเป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดอินเทอร์เน็ต

**ตารางที่ 1** ค่าพิสัย ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐานของการเสพติดอินเทอร์เน็ต การเห็นคุณค่าในตนเอง และภาวะซึมเศร้า (n = 400)

ตัวแปรที่ศึกษา	ช่วงคะแนน		ค่าเฉลี่ย	ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน
	ค่าที่เป็นไปได้	ค่าที่เป็นจริง		
การเสพติดอินเทอร์เน็ต	20 - 100	21 - 87	48.02	12.72
การเห็นคุณค่าในตนเอง	10 - 40	13 - 40	28.72	4.76
ภาวะซึมเศร้า	0 - 60	0 - 53	16.01	9.21

**ตารางที่ 2** จำนวน ร้อยละของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามการมีภาวะซึมเศร้าและการเสพติดอินเทอร์เน็ต (n = 400)

ตัวแปร	มีการเสพติดอินเทอร์เน็ต		เสี่ยงต่อการเสพติดอินเทอร์เน็ต		ไม่มีการเสพติดอินเทอร์เน็ต		รวม	
	จำนวน		ร้อยละ		จำนวน		ร้อยละ	
	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ	จำนวน	ร้อยละ
มีภาวะซึมเศร้า	4	4.00	64	64.70	31	31.3	99	24.75
ไม่มีภาวะซึมเศร้า	1	0.33	94	31.23	206	68.44	301	75.25
รวม	5	1.25	158	39.50	237	59.25	400	100

**ตารางที่ 3** ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (r) แบบสเปียร์แมนระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองและภาวะซึมเศร้ากับการเสพติดอินเทอร์เน็ต

ตัวแปร	r	p - value
การเห็นคุณค่าในตนเอง	-.36	<.001
ภาวะซึมเศร้า	.42	<.001

จำนวน 64 คน (ร้อยละ 64.7) นอกจากนี้ยังพบว่าในกลุ่มที่มีการเสพติดอินเทอร์เน็ต จำนวน 5 คน มีภาวะซึมเศร้าทั้งหมด 4 คน ดังตารางที่ 2

### 3. ความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองและภาวะซึมเศร้า กับการเสพติดอินเทอร์เน็ต

ผลการศึกษาพบว่า การเห็นคุณค่าในตนเอง

มีความสัมพันธ์ทางลบกับการเสพติดอินเทอร์เน็ต อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = -.36, p < .001$ ) ในขณะที่ภาวะซึมเศร้ามีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเสพติดอินเทอร์เน็ตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .42, p < .001$ ) (ตารางที่ 3)

## การอภิปรายผล

การเสพติดอินเทอร์เน็ตในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีความเสี่ยงต่อการเสพติดอินเทอร์เน็ตจำนวน 158 คน คิดเป็น ร้อยละ 39.5 ซึ่งใกล้เคียงกับผลการศึกษาที่ผ่านมาโดยการศึกษาในนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 4 ในกรุงเทพมหานคร จำนวน 401 คน พบความเสี่ยงต่อการเสพติดอินเทอร์เน็ตร้อยละ 33.2 (พงศยา ตราชุนิตย์, ทวีศักดิ์ กสิผล และจริยาวัตร คมพยัคฆ์, 2562) และการศึกษาในนักเรียนมัธยมศึกษาจากประเทศจีน จำนวน 2352 คน พบความเสี่ยงต่อการเสพติดอินเทอร์เน็ตร้อยละ 35.5 (Xin et al., 2018) ในขณะที่จำนวนผู้ที่มีการเสพติดอินเทอร์เน็ตในการศึกษาครั้งนี้พบ จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 1.25 สอดคล้องกับผลการศึกษาที่ผ่านมา โดยการศึกษาในประเทศไทยพบการเสพติดอินเทอร์เน็ต ร้อยละ 0.7 (พงศยา ตราชุนิตย์, ทวีศักดิ์ กสิผล และจริยาวัตร คมพยัคฆ์, 2562) การศึกษาในต่างประเทศ พบการเสพติดอินเทอร์เน็ตในประเทศจีน ร้อยละ 1.5 (Xin et al., 2018) และประเทศอิหร่าน ร้อยละ 1.6 (Hashemian et al., 2014) จากการศึกษาครั้งนี้แม้นักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายจะพบการเสพติดอินเทอร์เน็ตไม่มากนัก อย่างไรก็ตาม ประมาณหนึ่งในสามของกลุ่มตัวอย่างจัดเป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดอินเทอร์เน็ต และจากการศึกษาที่ผ่านมา ก็พบว่า วัยรุ่นกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดอินเทอร์เน็ตมีปัญหาทางด้านอารมณ์ และพฤติกรรม (Kormas, Critselis, Janikian, Kafetzis & Tsitsika, 2011) และมีความคิดฆ่าตัวตาย (Yoo et al., 2014) ไม่แตกต่างจากกลุ่มเสพติดอินเทอร์เน็ต วัยรุ่นที่เสี่ยงต่อการเสพติดอินเทอร์เน็ตจึงน่าจะ

ได้รับการดูแลและหาแนวทางป้องกันไม่ให้เกิดผลกระทบทางสุขภาพกายและสุขภาพจิตเช่นเดียวกับวัยรุ่นที่มีการเสพติดอินเทอร์เน็ต

ความสัมพันธ์ระหว่างการเห็นคุณค่าในตนเองกับการเสพติดอินเทอร์เน็ต ผลการศึกษาครั้งนี้พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองมีความสัมพันธ์ทางลบกับการเสพติดอินเทอร์เน็ตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ นั่นคือวัยรุ่นที่มีการเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ มีแนวโน้มที่จะเสพติดอินเทอร์เน็ตสูง ซึ่งผลการศึกษาครั้งนี้มีความสอดคล้องกับผลการศึกษาที่ผ่านมา (Aydin & Sari, 2011; Baharainian & Khanzaee, 2014; Bozoglan, Demirer, Sahin, 2013; Fortes & Fernandes, 2016; Jang & Ji, 2012; Naseri, Mohamadi, Sayehmiri & Azizpoor, 2015; Pantic et al., 2017; Rastergar & Dousti, 2016) การเห็นคุณค่าในตนเองเป็นความคิด ความเชื่อ และทัศนคติทั้งในแง่บวกและลบต่อตนเอง การที่วัยรุ่นมีความคิดเปรียบเทียบ คิดว่าตนเองด้อยกว่าคนอื่น นำไปสู่การเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ (Rosenberg & Simmons, 1971) โดยลักษณะการใช้งานอินเทอร์เน็ตของวัยรุ่นที่พบว่ามีความเกี่ยวข้องกับการเห็นคุณค่าในตนเอง ได้แก่ การใช้สื่อสังคมออนไลน์ และการเล่นเกมออนไลน์ (Koronczi et al., 2013; You, Kim, & Lee, 2017) จากการศึกษาที่ผ่านมาพบว่า วัยรุ่นที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ มีแนวโน้มที่จะใช้เวลาส่วนใหญ่ไปกับสื่อสังคมออนไลน์ (จุฑามาศ ทองประดับ, พัศนา ทวีคุณ และพัชรินทร์ นินทจันทร์, 2562; Tazghini & Siedlecki, 2013) ซึ่งจากผลการศึกษาครั้งนี้พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการใช้สื่อสังคมออนไลน์ เช่น Facebook, Line หรือ Instagram ด้วยความถี่บ่อยถึง

บ่อยมาก ร้อยละ 87.1 การที่วัยรุ่นหันไปใช้งานอินเทอร์เน็ตผ่านสื่อสังคมออนไลน์ อาจเป็นเพราะต้องการเพิ่มคุณค่าในตนเอง ชดเชยในสิ่งที่ตนเองขาด เช่น การสร้างข้อมูลโปรไฟล์ หรือรูปภาพของตนเองขึ้นมาใหม่โดยไม่ตรงตามความเป็นจริง (Koronczai et al., 2013) เมื่อได้รับการตอบสนองทางบวกกับภาพลักษณ์ใหม่ของตนเองบนโลกออนไลน์ ทำให้วัยรุ่นเลือกที่จะใช้เวลากับอินเทอร์เน็ตและสร้างสัมพันธภาพในโลกออนไลน์มากกว่าการอยู่ในโลกความเป็นจริง (Fortes & Fernandes, 2016) ความต้องการที่ได้รับการตอบสนองทางบวกบนโลกออนไลน์ เช่น จำนวนยอดไลค์ การชมเชย หรือให้กำลังใจ ส่งผลให้วัยรุ่นใช้เวลาเล่นอินเทอร์เน็ตมากขึ้นเพื่อที่จะได้รับความรู้สึกดีเท่าเดิม มีความคิดหมกมุ่นถึงสิ่งต่าง ๆ บนโลกออนไลน์แม้จะปิดเครื่องไปแล้ว นำไปสู่การเสพติดอินเทอร์เน็ตในที่สุด (Young, 2009)

นอกจากนี้จากการศึกษาที่ผ่านมายังพบว่าวัยรุ่นที่เห็นคุณค่าในตนเองต่ำ มีแนวโน้มที่จะเล่นเกมออนไลน์มากขึ้น (You, Kim, & Lee, 2017) ผลจากการศึกษาครั้งนี้พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีการเล่นเกมออนไลน์ ความถี่บ่อยถึงบ่อยมาก คิดเป็นร้อยละ 26.3 การเล่นเกมออนไลน์จะช่วยให้วัยรุ่นสามารถเข้าไปอยู่ในโลกแห่งจินตนาการ ได้ลองสวมบทบาทที่ต่างไปจากชีวิตจริง ทำให้รู้สึกว่าคุณค่าตนเองมีพลังอำนาจจากการเล่นเกมชนะหรือได้รับการเลื่อนระดับที่สูงขึ้น รวมถึงการได้รับการยอมรับจากกลุ่มผู้เล่นด้วยกัน (Park, Kang, & Kim, 2014) ความรู้สึกที่ดีต่อตนเองจากการเล่นเกมออนไลน์ ส่งผลให้วัยรุ่นเพิ่มระยะเวลาในการเล่นเกมออนไลน์นาน

ขึ้นส่งผลให้เกิดการเสพติดอินเทอร์เน็ต (Young, 2009)

ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะซึมเศร้ากับการเสพติดอินเทอร์เน็ต ผลการศึกษาครั้งนี้ พบว่าภาวะซึมเศร้ามีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเสพติดอินเทอร์เน็ตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ คือวัยรุ่นที่มีภาวะซึมเศร้าสูงมีแนวโน้มที่จะเสพติดอินเทอร์เน็ตสูง ซึ่งผลการศึกษาครั้งนี้มีความสอดคล้องกับการศึกษาที่ผ่านมา (Akin & Iskender, 2011; Ayas & Horzum, 2013; Baharainian & Khazae, 2014; Banjanin et al., 2015; Boonvisudhi & Kuladee, 2017; Orsal et al., 2013; Ostovar et al., 2016) วัยรุ่นที่ซึมเศร้านั้น นอกจากจะมีอาการท้อแท้ สิ้นหวัง เบื่อหน่าย ยังมีความรู้สึกว่าคุณคนรอบข้างไม่ชอบตนเอง (Radloff, 1977) อาการดังกล่าวส่งผลให้วัยรุ่นมีปัญหาสัมพันธภาพ เกิดความรู้สึกอึดอัดใจ และวิตกกังวลในการสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น (Whisman, 2017) จากการศึกษามาก่อนพบว่าวัยรุ่นที่มีภาวะซึมเศร้าหันไปใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อช่วยบรรเทาความรู้สึกในแง่ลบของตนเอง (Tian, Qin, Cao, & Gao, 2021) ผลการศึกษาครั้งนี้ยังพบว่ากลุ่มตัวอย่างที่มีการเสพติดอินเทอร์เน็ตและกลุ่มที่เสี่ยงต่อการเสพติดอินเทอร์เน็ต มีภาวะซึมเศร้า ร้อยละ 4 และร้อยละ 64.7 ตามลำดับ วัยรุ่นที่มีภาวะซึมเศร้าใช้งานอินเทอร์เน็ตเพื่อต้องการที่จะได้รับการช่วยเหลือ สนับสนุนและกำลังใจจากผู้อื่น ชดเชยการที่ไม่ได้รับการช่วยเหลือเมื่อไม่ได้ใช้งานอินเทอร์เน็ต (Lin et al., 2018) วัยรุ่นคิดว่าอินเทอร์เน็ตเป็นสื่อกลางในการติดต่อสื่อสารกับผู้อื่นตามที่ต้องการได้ เพราะสามารถใช้ชื่อแฝงโดยไม่ต้อง

แสดงอัตลักษณ์ของตนและยังสามารถแก้ไขข้อความที่ไม่มั่นใจก่อนที่จะสื่อสารออกไป (Fioravanti, G., Dèttore, D., & Casale, S., 2012) การที่ไม่ต้องใช้เสียงและไม่ต้องเปิดเผยตัวตน ทำให้วัยรุ่นมีความรู้สึกปลอดภัย รู้สึกว่าตนเองสามารถควบคุมการสนทนาได้ มีความวิตกกังวลน้อยกว่า การมีปฏิสัมพันธ์แบบเผชิญหน้า (Lin et al., 2018; Young & Roger, 1998) ซึ่งการใช้งานอินเทอร์เน็ตลักษณะดังกล่าว ช่วยให้วัยรุ่นมีโอกาสที่จะได้รับการช่วยเหลือและกำลังใจจากผู้อื่นได้มากกว่าการที่ไม่ได้ออนไลน์ ความพึงพอใจที่ได้พูดคุยและสร้างสัมพันธภาพกับผู้อื่นในโลกออนไลน์ ทำให้วัยรุ่นที่ซึมเศร้ามีแนวโน้มที่จะใช้งานอินเทอร์เน็ตเพิ่มมากขึ้น จนเกิดการเสพติดอินเทอร์เน็ต (Tian et al., 2021)

### ข้อเสนอแนะ

1. ผลการศึกษาครั้งนี้ถึงแม้จะพบการเสพติดอินเทอร์เน็ตจำนวนไม่มากนัก อย่างไรก็ตามมากกว่าหนึ่งในสามของกลุ่มตัวอย่างจัดเป็นกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดอินเทอร์เน็ต และเป็นกลุ่มที่มีแนวโน้มที่จะมีปัญหาซึมเศร้า ดังนั้น พยาบาลในโรงเรียน ครูแนะแนว หรือครูผู้รับผิดชอบเกี่ยวกับงานสุขภาพจิตของนักเรียน ควรมีการคัดกรองการเสพติดอินเทอร์เน็ตในนักเรียน เพื่อให้การดูแลและช่วยเหลือทั้งในกลุ่มที่มีการเสพติดอินเทอร์เน็ต และกลุ่มเสี่ยงต่อการเสพติดอินเทอร์เน็ต และเฝ้าระวังกลุ่มที่ไม่มีอาการเสพติดอินเทอร์เน็ตเพื่อป้องกันไม่ให้มีการเสพติดอินเทอร์เน็ตในอนาคต

2. ผลการศึกษาครั้งนี้ พบว่า การเห็นคุณค่าในตนเองและภาวะซึมเศร้ามีความสัมพันธ์กับการ

เสพติดอินเทอร์เน็ตอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ดังนั้น พยาบาลในโรงเรียน ครูแนะแนว หรือครูผู้รับผิดชอบเกี่ยวกับงานสุขภาพจิตของนักเรียน ควรจัดกิจกรรมเพื่อเสริมสร้างการเห็นคุณค่าในตนเองและลดภาวะซึมเศร้าเพื่อป้องกันการเสพติดอินเทอร์เน็ตในนักเรียนต่อไป

3. ควรมีการศึกษาเพิ่มเติมเกี่ยวกับปัจจัยส่วนบุคคลอื่น ๆ ที่เกี่ยวข้องกับการเสพติดอินเทอร์เน็ต เช่น ความพึงพอใจในชีวิต ความเครียด ความวิตกกังวล เป็นต้น รวมถึงปัจจัยด้านครอบครัว และปัจจัยด้านสังคม เช่น ความสัมพันธ์กับเพื่อน และครู เป็นต้น

### เอกสารอ้างอิง

- จรนิต แก้วกัญจาล และ ประดาป สิงห์หวานนท์. (2551). ขนาดกลุ่มตัวอย่างในการวิจัยทางคลินิก. ใน พรณี ปิติสุทธิธรรม และ ชยันต์ พิเชียรสุนทร (บรรณาธิการ), *ตำราการวิจัยทางคลินิก (หน้า 107-143)*. กรุงเทพฯ: อมรินทร์พริ้นติ้งแอนด์พับลิชชิ่ง.
- จุฑามาศ ทองประดับ, ทศนา ทวีคุณ, และ พัชรินทร์ นินทจันทร์. (2562). ความสัมพันธ์ระหว่างภาวะคิดเฟ้นกับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองและภาวะซึมเศร้าในนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย. *วารสารพยาบาลสภาวิชาชีพไทย*, 12(2), 116-133.
- รัชชัช วรพงษ์สรร, ชนิดตา พลอยล้อมแสง, และสุรีย์พันธุ์ วรพงษ์สรร. (2547). การพัฒนาและการตรวจสอบคุณภาพของแบบวัดภาวะการคิดอินเทอร์เน็ต. *วารสารสาธารณสุขศาสตร์*, 34(1), 50-60.
- ธีราพร วิทิตสิริ. (2560). การใช้อินเทอร์เน็ตและปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับการคิดอินเทอร์เน็ตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในจังหวัดนครสวรรค์. *สวารค์ประชารักษ์เวชสาร*, 14 (2), 96-106.

- พงศยา ตราชูนิษฐ์, ทวีศักดิ์ กสิผล และจริยาวัตร คมพยัคฆ์. (2562). ปัจจัยทำนายพฤติกรรมเสี่ยงการติดอินเทอร์เน็ตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 เขตพื้นที่การศึกษา มัชฌมศึกษา เขต 2 กรุงเทพมหานคร. *ราชวาทศาสตร์ วิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุรินทร์*, 9(1), 46-59.
- รวีกรานต์ นันทเวช และ จินตวีร์ มั่นสกุล. (2551). ปัจจัยที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการติดอินเทอร์เน็ตของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในกรุงเทพมหานคร. *วารสารอิเล็กทรอนิกส์ทางการศึกษา*, 3(1), 1404-1418.
- รราพร วันไชยธนวงศ์ และ เกศรารักษ์ ชูพันธ์. (2557). การสำรวจพฤติกรรมการใช้อินเทอร์เน็ตและผลกระทบของการใช้อินเทอร์เน็ตในนักศึกษาวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี เชียงใหม่. *วารสารการพยาบาลและการศึกษา*, 7(3), 124-132.
- สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์. (2561). *รายงานผลการสำรวจพฤติกรรมผู้ใช้อินเทอร์เน็ตในประเทศไทย ปี 2556*. กรุงเทพฯ: สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์.
- สำนักงานสถิติพยากรณ์. (2559). *รายงานสถิติจังหวัด พ.ศ. 2559 อุบลราชธานี*. กรุงเทพฯ: สำนักงานสถิติแห่งชาติ.
- สำนักงานสถิติพยากรณ์. (2560). *รายงานสถิติจังหวัด พ.ศ. 2560 อุบลราชธานี*. กรุงเทพฯ: สำนักงานสถิติแห่งชาติ.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2560). *สรุปผลที่สำคัญการใช้ไอซีทีของเด็กและเยาวชน พ.ศ. 2560*. กรุงเทพฯ: เท็กซ์ แอนด์เจอร์นัล พับลิเคชั่น.
- สำนักงานสรรพสามิตสัมพันธ์ภาคที่ 3. (2561). *แนะนำจังหวัดในสังกัดสรรพสามิตสัมพันธ์ภาคที่ 3, จุลสารสามิตสัมพันธ์ภาค 3*, 6(1), 6-8.
- อุมาพร ตรังคสมบัติ, วชิระ ลากบุญทรัพย์, และปิยลัมพร หะวานนท์. (2540). การใช้ CES-D ในการคัดกรองภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น. *วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย*, 42(1), 2 - 13.
- Agaj, D. (2015). Predictive effects of self-esteem, shyness and loneliness on internet addiction, case of Albania. *International Journal of Education and Research*, 3(12), 129-134.
- Akin, A., & Iskender, M. (2011). Internet addiction and depression, anxiety and stress. *International Online Journal of Educational Sciences*, 3(1), 138-148.
- Ayas, T. & Horzum, H. (2013). Relationship between depression, loneliness, self-esteem and internet addiction. *Education*, 133 (3), 283-288.
- Aydin, B. & Sari, S. V. (2011). Internet addiction among adolescents: The role of self-esteem. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 15(1), 3500-3505.
- Baharainian, A. & Khazae, A. (2014). Internet addiction among students: The relation of self-esteem and depression. *Bulletin of Environment, Pharmacology and Life Sciences*, 3(3), 1-6.
- Banjanin, N., Banjanin, N., Dimitrijevic, I., & Pantic, I. (2015). Relationship between internet use and depression: Focus on physiological mood oscillations, social networking and online addictive behavior. *Computers in Human Behavior*, 43(1), 308-312.
- Boonvisudhi, T. & Kuladee, S. (2017). Association between internet addiction and depression in Thai medical students at Faculty of Medicine, Ramathibodi Hospital. *PLOS One*, 12(3), 1-10.
- Bozkurt, H., Coskun, M., Ayaydin, H., Adak, I., & Zoroglu, S. (2013). Prevalence and patterns of psychiatric disorders in referred adolescents with internet addiction. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 67(5), 352-9.
- Bozoglan, B., Demirev, V., & Sahin, I. (2013). Loneliness, self-esteem, and life satisfaction as predictors of internet addiction: A cross-sectional study among Turkish university students. *Scandinavian Journal of Psychology*, 54 (4), 313-319.
- Cao, H., Sun, Y., Wan, Y., Hao, J., & Tao, F. (2011). Problematic Internet use in Chinese adolescents and its relation to psychosomatic symptoms and life satisfaction. *BMC Public Health*, 11(802).
- Durak, M. & Durak, S. (2014). Which personality traits are associated with cognitions related to problematic internet use? *Asian Journal of Social Psychology*, 17(1), 206-218.

- Evren, C., Dalbudak, E., Evren, B. & Demirci, C. (2014). High risk of internet addiction and its relationship with lifetime substance use, psychological and behavioral problems among 10th grade adolescents. *Psychiatria Danubina*, 26(4), 330-339.
- Faul, F., Erdfelder, E., Buchner, A. & Lang, G. (2009) Statistical power analyses using G\*power 3.1: tests for correlation and regression analyses. *Behavior Research Methods*, 41(1), 1149-1160.
- Fioravanti, G., Dèttore, D., & Casale, S. (2012). Adolescent internet addiction: Testing the association between self-esteem, the perception of internet attributes, and preference for online social interactions. *Cyberpsychology Behavior and Social Network*, 15(6), 318-23.
- Griffiths, M. (2000). Does internet and computer addiction exist? Some case study evidence. *Cyber Psychology and Behavior*, 3(2), 211-218.
- Hashemian, A., Direkvand-Moghaam, A., Delpisheh, A., Direkvand-Moghaam, A., Kolivand, Z. & Abasi, M. (2014). Prevalence of internet addiction in Iranian high school students: A cross-sectional study. *Journal of Basic Research in Medical Sciences*, 1(3), 39-44.
- Iyitoglu, O., & Çeliköz, N. (2017). Exploring the impact of internet addiction on academic achievement. *European Journal of Education Studies*, 3(5), 38-59.
- Jang, M. H. & Ji, E. S. (2012). Gender differences in associations between parental problem drinking and early adolescents' internet addiction. *Journal for Specialists in Pediatric Nursing*, 17(4), 288-300.
- Kim, H., Lau, H., Cheuk, K., Kan, P., Hui, L., & Griffiths, M. (2011). Brief report: Predictors of heavy internet use and associations with health-promoting and health risk behaviours among Hong Kong university students. *Journal of Adolescence*, 33(1), 215-220.
- Kormas, G., Critselis, E., Janikian, M., Kafetzis, D., & Tsitsika, A. (2011). Risk factors and psychosocial characteristics of potential problematic and problematic internet use among adolescents: A cross-sectional study. *BMC Public Health*, 11(1), 595-603.
- Koronczai, B., Kökönyei, G., Urbán, R., Kun, B., Pápay, O., Nagygyörgy, et al. (2013). The mediation effect of self-esteem, depression and anxiety between satisfaction with body appearance and problematic internet use. *American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 39(4), 259-265.
- Kwon, J. H. (2011). Toward the prevention of adolescent internet addiction. In K. S. Young & C. N. de Abreu (Eds.), *Internet addiction: A handbook and guide to evaluation and treatment* (pp. 223-243). Hoboken, NJ: Wiley.
- Li, D., Zhou, Y., Li, X., & Zhou, Z. (2016). Perceived school climate and adolescent internet addiction: The mediating role of deviant peer affiliation and the moderating role of effortful control. *Computers in Human Behaviour*, 60(1), 54-61.
- Lin, M. P., Wu, J. Y. W., You, J., Chang, K. M., Hu, W. H., & Xu, S. (2018). Association between online and offline social support and internet addiction in a representative sample of senior high school students in Taiwan: The mediating role of self-esteem. *Computers in Human Behavior*, 84, 1-7.
- Liu, M., & Luo, J. (2015). Relationship between peripheral blood dopamine level and internet addiction disorder in adolescents: A pilot study. *International Journal of Clinical and Experimental Medicine*, 6(1), 9943-9948.
- Missaoui, G., Brahim, T., Bouriga, W. & Abdelaziz, B. (2015). Prevalence and consequences of internet addiction in a cohort of Tunisian adolescents: A Pilot Study. *Journal of Child and Adolescent Behaviour*, 3(6), 108-123.
- Naseri, L., Mohamadi, J., Sayehmiri, K., & Azizpoor, Y. (2015). Perceived social support, self-esteem, and internet addiction among students of Al-Zahra University, Tehran, Iran. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 9(3), 412-421.



- Ni, X., Yan, H., Chen, S., & Liu, Z. (2009). Factors influencing internet addiction in a sample of freshmen university students in China. *Cyberpsychology & behavior*, 12(3), 327-230.
- Orsal, O., Orsal, O., Unsal, A., & Ozalp, S. (2013). Evaluation of internet addiction and depression among university students. *Social and Behavioural Sciences*, 82(1), 445-454.
- Ostovar, S., Allahyar, N., Aminpoor, H. Moafian, F., Nor, M. & Griffiths, M. (2016). Internet addiction and its psychosocial risks (depression, anxiety, stress and loneliness) among Iranian adolescents and young adults: A structural equation model in a cross-sectional study. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 14(3), 257-267.
- Pantic, I., Milanovic, A., Loboda, B., Blachnio, A., Przepiorka, A., Nestic, D. et al. (2017). Association between physiological oscillations in self-esteem, narcissism and internet addiction: A cross-sectional study. *Psychiatry Research*, 258(1), 239-243.
- Park, S., Kang, M. & Kim, E. (2014). Social relationship on problematic internet use (PIU) among adolescents in South Korea: A moderated mediation model of self-esteem and self-control. *Computer in Human Behavior*, 38(1), 349-357.
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D Scale: A self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement*, 1(3), 385-401.
- Rosenberg, M., & Simmons, R. G. (1971). Black and white self-esteem: The urban school child. In A.J. Reiss, B. Barber, G.F. Edwards, N. B. McDill, A.L. Stinchcombe, & H. C. White, (Eds.), *Arnold and Caroline Rose monograph series in ecology*. Washington, DC: American Sociological Association.
- Sahin, C. (2014). An analysis of the relationship between internet addiction and depression levels of high school students. *Participatory Educational Research*, 1(2), 53-67.
- Seabra, L., Loureiro, M., Pereira, H., Monteiro, S., Afonso, M. & Esgalhado, G. (2017). Relationship between internet addiction and self-esteem: Cross-cultural study in Portugal and Brazil. *Interacting with Computers*, 29(5), 767-778.
- Sharma, D., Gupta, D., Sharma, R. & Sharma, D. (2016). Internet pattern among high school students of Jaipur city: A descriptive study. *International Multispecialty Journal of Health*, 5(2), 25-31.
- Srisaeng, P. (2003). *Self - esteem, stressful life events, social support, and postpartum depression in adolescent mothers in Thailand*. Unpublished doctoral dissertation, Case Western Reserve University, Cleveland, Ohio.
- Tazghini, T. & Siedlecki, L. (2013). A mixed method approach to examining Facebook use and its relationship to self-esteem. *Computers in Human Behavior*, 29(1), 827 - 823.
- Tian, Y., Qin, N., Cao, S., & Gao, F. (2021). Reciprocal associations between shyness, self-esteem, loneliness, depression and internet addiction in Chinese adolescents. *Addiction Research & Theory*, 29(2), 98-110.
- Tran, B., Mai, H., Nguyen, L., Nguyen, C., Latkin, C., Zhang, M. et al. (2017). Vietnamese validation of the short version of Internet Addiction Test. *Addictive Behaviors Reports*, 6(1), 45-50.
- Tsitsika, A., Critselis, E., Louizou, A., Janikian, M., Freskou, A., Marangou, E., et al. (2011). Determinants of internet addiction among adolescents: A case-control study. *Scientific World Journal*, 11(1), 866-874.
- Wang, H., Zhou, X., Lu, C., Wu, J., Deng, X., & Hong, L. (2011). Problematic internet use in high school students in Guangdong province, China. *PLOS One*, 6(5), 568 - 579.
- Wang, J. L., Jackson, L. A., Zhang, D. L., & Su, Z. Q. (2012). The relationship among the big five personality factors, self-esteem, narcissism, and sensation-seeking to Chinese university students' uses of social networking sites (SNSs). *Computers in Human Behavior*, 28(1), 2313-2319.
- Whisman, M. A. (2017). Interpersonal perspectives on depression. In R. J. DeRubeis & D. R. Strunk (Eds.), *Oxford library of psychology: The Oxford handbook of mood disorders (p. 167 - 178)*. Oxford University Press.

- Wu, S., Zhang, H., Zhao, F., Wang, J., Li, F., Bi, L. et al. (2016). Prevalence of internet addiction and its association with social support and other related factors among adolescents in China. *Journal of Adolescence*, 52(1), 103-111.
- Xin, M., Xing, J., Pengfei, W., Houru, L., Mengcheng, W., & Hong, Z. (2018). Online activities, prevalence of internet addiction and risk factors related to family and school among adolescents in China. *Addictive Behaviours Reports*, 7(1), 14-18.
- Yadav, P., Banwari, G., Parmar, C., & Maniar, R. (2013). Internet addiction and its correlates among high school students: A preliminary study from Ahmedabad, India. *Asian Journal of Psychiatry*, 6(6), 500-505.
- Yoo, S., Cho, H., & Cha, S. (2014). Associations between overuse of the internet and mental health in adolescents. *Nursing and Health Sciences*, 16(2), 193-200.
- Young, K. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology & Behavior*, 1(3), 237 - 244.
- Young, K. (2009). Internet addiction: Diagnosis and treatment considerations. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 39(1), 241-246.
- Young, K. & Rogers, C. (1998). The relationship between depression and Internet addiction. *Cyberpsychology & Behavior*, 1(1), 25-28.
- Young, K., Yue, D., & Ying, L. (2011). Prevalence estimates and etiologic model of internet addiction. In K.S. Young and C.N. de Abreu (Eds.), *Internet addiction: A handbook and guide to evaluation and treatment* (pp. 6-14). Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
- Zheng, Y., Wei, D., Li, J., Zhu, T. & Ning, H. (2016). Internet use and its impact on individual physical health. *IEEE Access*, 4(1), 5135 - 5142.