

การติดเกมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น อำเภอวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี

ปิยดา จรรยาเลิศอดุลย์*

บทคัดย่อ

สถานการณ์เด็กติดเกมในปัจจุบันได้ทวีความรุนแรงมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง ส่งผลให้เกิดอาการทั้งทางร่างกายและจิตใจเช่น อาการกระวนกระวาย อารมณ์รุนแรง ก้าวร้าว พุดปิดและลักขโมย ทำให้ปัญหาการติดเกมเป็นปัญหาระดับชาติ รัฐบาลและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องจึงได้มีการออกมาตรการควบคุมการเล่นเกมมากขึ้น การศึกษานี้จึงมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความชุกของการติดเกมในเด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นแห่งหนึ่งในอำเภอวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี โดยใช้การวิจัยเชิงพรรณนาภาคตัดขวาง(cross-sectional descriptive study)ช่วงเวลาที่ศึกษาตั้งแต่วันที่ 1 ถึง 31 ธันวาคม พ.ศ. 2550 โดยข้อมูลที่ได้จะถูกนำไปใช้ในการวางแผนทางป้องกันและแก้ไขก่อนเกิดปัญหากับอนาคตของชาติต่อไป เครื่องมือที่ใช้คือแบบทดสอบการติดเกมฉบับเด็กและวัยรุ่น(Game Addiction Screening Test-GAST : child and adolescent version) ซึ่งเป็นแบบทดสอบที่พัฒนาขึ้นโดยสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ร่วมกับสาขาจิตเวชเด็กและวัยรุ่น ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ผลการวิจัยพบความชุกของการติดเกมร้อยละ 6.04 และร้อยละ 31.57ของกลุ่มติดเกมจัดอยู่ในระดับรุนแรง นักเรียนหญิงติดเกมมากกว่านักเรียนชาย(ร้อยละ3.81 และ2.22 ตามลำดับ) นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เล่นเกมมากที่สุด โดยมีจำนวนนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ที่เล่นเกมเท่ากับ 211 คน จากจำนวนนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 ทั้งหมด 237 คนคิดเป็นร้อยละ 89.03 ดังนั้น การป้องกันปัญหาเด็กติดเกมควรเริ่มตั้งแต่กลุ่มนักเรียนชั้นประถมศึกษา

คำสำคัญ: การติดเกม

*กุมารแพทย์, โรงพยาบาลวารินชำราบ อ.วารินชำราบ จ.อุบลราชธานี

บทนำ

สถานการณ์เด็กคิดเกมในปัจจุบันได้ทวีความรุนแรงมากขึ้นอย่างต่อเนื่อง ผลกระทบต่างๆ ที่เกิดจากการคิดเกมทั้งทางร่างกายและจิตใจส่งผลให้เกิดปัญหาทั้งในครอบครัว สังคม และกลายเป็นปัญหาระดับชาติ จากการรวบรวมข้อมูลของสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์พบว่า ผลกระทบที่เป็นปัญหาต่อเด็กมากที่สุดคือเรื่องการเรียน ผลการเรียนตกต่ำ หนีเรียน รองลงมาคือ ปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าว ไม่เชื่อฟัง ตะคอกพ่อแม่ พุดปด ลักขโมย รวมถึงหนีออกจากบ้าน ผลกระทบด้านอื่นๆ อีกหลายด้าน ได้แก่ ผลต่อจิตใจเช่น อารมณ์รุนแรง เอาแต่ใจ ผลต่อสุขภาพเช่น กินอาหารไม่ตรงเวลา นอนดึก มีปัญหาด้านสายตา และขาดความสัมพันธ์ในครอบครัวเช่น ไม่มีเวลาให้กัน ขาดความเข้าใจ เอาอารมณ์โกรธเข้าหากัน พบว่าอัตราเด็กที่มีปัญหาคิดเกมในกลุ่มเด็กประถมศึกษาและมัธยมศึกษาสูงถึงร้อยละ 52.73⁽¹⁾ ศิริไชย หงษ์สงวนศรี และคณะ⁽²⁾ ได้รายงานปัญหาวัยรุ่นติดเกมคอมพิวเตอร์ในปี พ.ศ.2548 พบว่าร้อยละ 16.6 ของนักเรียนมัธยมศึกษาอยู่ในระดับที่มีปัญหาติดเกม นักเรียนที่มีปัญหาติดเกมยอมรับว่าเล่นเกมมากเกินไปและทำให้ผลการเรียนแย่ลงมากกว่ากลุ่มตัวอย่างที่ไม่มีปัญหาติดเกมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ปรีศนา แซ่โจ้วและคณะ⁽³⁾ ได้ศึกษาเรื่องการคิดเกมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในเทศบาลนครขอนแก่น พบความชุกของการคิดเกมเท่ากับร้อยละ 14 สำนักงานสถิติแห่งชาติได้สำรวจความคิดเห็นของประชาชนเกี่ยวกับเกมอ

นไลน์ปี 2546 ในกลุ่มเด็กอายุตั้งแต่ 15 ปีขึ้นไปพบว่าประชาชนมีความเห็นว่าผลกระทบจากการเล่นเกมมีผลเสียมากกว่าผลดีถึงร้อยละ 34.1 และคิดว่าเป็นปัญหาทางสังคมถึงร้อยละ 48.1⁽⁴⁾

สำหรับอำเภอวารินชำราบมีที่ตั้งอยู่ติดชุมชนเมือง การเข้าถึงเทคโนโลยีต่างๆ ทำได้ง่าย อีกทั้งเด็กวัยรุ่นเป็นกลุ่มที่มีความเสี่ยงสูงต่อการเกิดปัญหาการคิดเกม เนื่องจากภาวะในการควบคุมพฤติกรรมที่ส่งผลต่อความยับยั้งชั่งใจจึงทำให้เกิดปัญหาได้ง่าย ผู้วิจัยได้ตระหนักถึงปัญหาที่เกิดขึ้นจึงได้ทำการศึกษาความชุกของการคิดเกมในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในโรงเรียนแห่งหนึ่งของอำเภอวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี เพื่อนำข้อมูลที่ได้ไปใช้ในการวางแผนป้องกันและแก้ไขปัญหาร่วมกับทางโรงเรียนต่อไป

วัสดุและวิธีการ

เป็นการวิจัยเชิงพรรณนาภาคตัดขวาง (cross-sectional descriptive study) โดยศึกษาในกลุ่มนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น (มัธยมศึกษาปีที่ 1-มัธยมศึกษาปีที่ 3) ทุกคนที่ศึกษาอยู่ที่โรงเรียนแห่งหนึ่งในอำเภอวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี ระหว่างวันที่ 1 ถึง 31 ธันวาคม พ.ศ. 2550 โดยเครื่องมือที่ใช้ในการเก็บรวบรวมข้อมูลเป็นแบบทดสอบแบบตอบเอง ประกอบด้วย 2 ส่วนคือ ข้อมูลทั่วไปของผู้ตอบแบบทดสอบได้แก่ เพศ อายุ ผลการเรียน และพฤติกรรมการเล่นเกมน และข้อมูลเกี่ยวกับพฤติกรรมการเล่นเกมโดยใช้แบบทดสอบการคิดเกมฉบับเด็กและวัยรุ่น (Game

Addiction Screening Test –GAST: child and adolescent version) ซึ่งเป็นแบบทดสอบที่พัฒนาขึ้นโดยสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ร่วมกับสาขาจิตเวชเด็กและวัยรุ่น ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล ทำการวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติเชิงพรรณนาได้แก่ ความถี่ ร้อยละ การกระจายตัวของข้อมูล

กลุ่มตัวอย่างในการศึกษา ได้แก่ เด็กและวัยรุ่นที่มีอายุตั้งแต่ 8 ปี ที่เล่นเกมเป็นประจำในช่วงเวลาอย่างน้อย 3 เดือนที่ผ่านมา ทั้งนี้ คำว่า “เกม” ในแบบทดสอบฉบับนี้หมายถึง วิดีโอเกม เกมเพลสเทชัน เกมบอย เกมคอมพิวเตอร์ เกมโทรศัพท์มือถือ และเกมออนไลน์ทุกชนิด เพื่อใช้สำหรับค้นหาเด็กและวัยรุ่นที่อาจมีปัญหาด้านเกมคอมพิวเตอร์หรือหมกมุ่นกับการเล่นเกมคอมพิวเตอร์มากจนก่อให้เกิดปัญหาต่างๆ ซึ่งแบบทดสอบการติดเกม (GAST ฉบับเด็กและวัยรุ่น เป็นเพียงเครื่องมือที่ใช้ในการคัดกรอง (screening) เพื่อค้นหาเด็กและวัยรุ่นที่อาจมีปัญหาในการเล่นเกมนั้น มิใช่เป็นเครื่องมือในการใช้วินิจฉัย (diagnosis) เด็กที่ติดเกม การจะวินิจฉัยว่าเด็กรายใดมีภาวะติดเกมจำเป็นต้องผ่านกระบวนการตรวจประเมินอย่างละเอียดจากจิตแพทย์หรือนักจิตวิทยา ผู้ซึ่งจะลงความเห็นได้ว่าเด็กรายใดติดเกมหลังจากได้ข้อมูลอย่างละเอียดและพบกับเด็กและครอบครัวแล้วเท่านั้น ทั้งนี้ผู้วิจัยได้รับอนุญาตจากผู้อำนวยการสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ในการนำแบบทดสอบฉบับนี้มาใช้ในการศึกษา

ผลการศึกษา

จำนวนนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นทั้งหมด 746 คน เป็นเพศชายและเพศหญิงเท่ากันคือ 373 คน จำนวนนักเรียนที่ไม่ได้เล่นเกมเป็นประจำในช่วงเวลาอย่างน้อย 3 เดือนที่ผ่านมา มีจำนวน 117 คน คิดเป็นร้อยละ 15.6 ที่เหลือเล่นเกมเป็นประจำในช่วงเวลาอย่างน้อย 3 เดือนที่ผ่านมา มีจำนวน 629 คน คิดเป็นร้อยละ 84.4 ส่วนเพศชายเล่นเกม 327 คน จากจำนวนเพศชายทั้งหมด 373 คน หรือร้อยละ 87.66 ส่วนเพศชายเล่นเกม 302 คน จากจำนวนเพศชายทั้งหมด 373 คน หรือร้อยละ 80.96

ผู้ตอบแบบทดสอบมีอายุต่ำสุด 12 ปี และสูงสุด 16 ปี ส่วนใหญ่ของผู้ตอบแบบทดสอบมีอายุ 14 ปี มีค่าการกระจายของกลุ่มนักเรียนใกล้เคียงกัน โดยนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เล่นเกมมากที่สุด ร้อยละ 89.03 (211 คน จาก 237 คน) นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 เล่นเกมร้อยละ 83.52 (223 คน จาก 267 คน) และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 เล่นเกมน้อยที่สุด ร้อยละ 80.57 (195 คน จาก 242 คน)

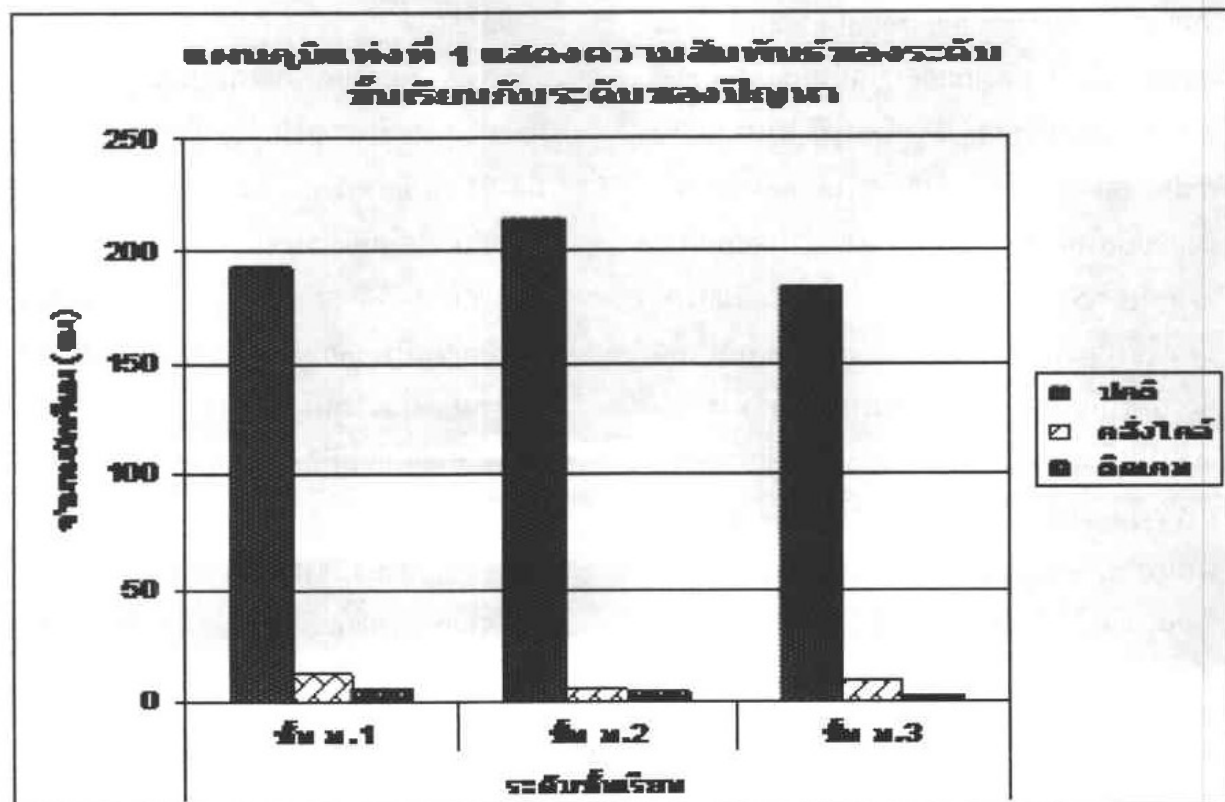
สำหรับจำนวนผู้ที่ติดเกมและไม่ติดเกมแยกตามเพศตามเกณฑ์การพิจารณาการติดเกมของสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์พบว่า จำนวนนักเรียนที่อยู่ในระดับคลั่งไคล้และอยู่ในระดับน่าจะติดเกมเท่ากับ 38 คน จากจำนวนนักเรียนที่เล่นเกมทั้งหมด คิดเป็นร้อยละ 6.04 และอยู่ในระดับรุนแรงร้อยละ 31.57 แบ่งเป็นจำนวน

นักเรียนหญิงที่อยู่ในระดับคลังไคล์และอยู่ในระดับน่าจะติดเกมเท่ากับ 24 คน (ร้อยละ 3.81) และจำนวนนักเรียนชายที่อยู่ในระดับคลังไคล์และอยู่ในระดับน่าจะติดเกมเท่ากับ 14 คน (ร้อยละ 2.22) ซึ่งไม่พบว่ามีความแตกต่างของกลุ่มติดเกมและไม่ติดเกมในแต่ละเพศอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} > 0.05$)

จำนวนผู้ที่ติดเกมและไม่ติดเกมแยกตามระดับชั้นพบว่า จำนวนนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่

1 ที่อยู่ในระดับคลังไคล์และน่าจะติดเกมมีจำนวนมากที่สุดเท่ากับ 18 คนจากนักเรียนชั้นเดียวกัน ที่เล่นเกมทั้งหมด 211 คนคิดเป็นร้อยละ 8.5 และนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 ที่อยู่ในระดับคลังไคล์และน่าจะติดเกมมีจำนวนน้อยที่สุดเท่ากับ 9 คนจากนักเรียนชั้นเดียวกัน ที่เล่นเกมทั้งหมด 223 คนคิดเป็นร้อยละ 4.03 (แผนภูมิที่ 1) และไม่พบความแตกต่างของกลุ่มติดเกมและไม่ติดเกมในแต่ละระดับชั้นอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} > 0.05$)

แผนภูมิที่ 1 แสดงความสัมพันธ์ของระดับชั้นเรียนกับระดับของปัญหา



ส่วนระดับผลการเรียนและระดับความรุนแรงของปัญหา ซึ่งมีผู้ไม่ตอบข้อมูลในส่วนจากระดับผลการเรียนเฉลี่ยภาคเรียนที่ผ่านมาจำนวน 265 คน แต่เมื่อพิจารณาจากระดับผลการเรียนเฉลี่ยภาคเรียนที่ผ่านมาเฉพาะผู้ที่ให้ข้อมูลกับระดับความรุนแรงของปัญหาการติดเกมพบว่า กลุ่มนักเรียนที่

อยู่ในระดับคลังไคล้และน่าจะติดเกมมีระดับผลการเรียนเฉลี่ยภาคเรียนที่ผ่านมาลดลงถึงร้อยละ 43.8 และ 22.2 ตามลำดับ (ตารางที่ 1) อย่างไรก็ตามไม่พบความแตกต่างของระดับผลการเรียนเฉลี่ยภาคเรียนที่ผ่านมาในแต่ละระดับความรุนแรงของปัญหาอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ($p\text{-value} > 0.05$)

ตารางที่ 2 แสดงผลการเรียนและระดับความรุนแรงของปัญหา

ระดับการเล่นเกม	ผลการเรียน (ระดับผลการเรียนเฉลี่ยภาคเรียนที่ผ่านมา)			รวม (ร้อยละ)
	ลดลง (ร้อยละ)	เท่าเดิม (ร้อยละ)	เพิ่มขึ้น (ร้อยละ)	
ปกติ	101 (29.8)	138 (40.7)	100 (29.5)	339 (100)
คลังไคล้	7 (43.8)	6 (37.5)	3 (18.8)	16 (100)
น่าจะติดเกม	2 (22.2)	5 (55.6)	2 (22.2)	9 (100)
รวม	110 (30.2)	149 (40.9)	105 (28.8)	364 (100)

ข้อมูลปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการเล่นเกมในกลุ่มที่ติดเกมพบว่า กลุ่มนักเรียนที่อยู่ในระดับคลังไคล้และน่าจะติดเกมมีปัญหาด้านการหมก

หมุ่นกับเกมถึงร้อยละ 59.46 รองลงมาคือปัญหาด้านการสูญเสียความสามารถในการควบคุมการเล่นเกม และการสูญเสียหน้าที่ความรับผิดชอบตามลำดับ

วิจารณ์

ผลการวิจัยนี้พบว่า ความชุกของการติດเกมน้อยกว่าผลการวิจัยของ ปรีศนา แซ่โจ้ว และคณะ⁽¹⁾ ซึ่งศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการเล่นเกมนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในเทศบาลนครขอนแก่น น่าจะเกิดจากความแตกต่างของกลุ่มตัวอย่าง เนื่องจากมีนักเรียนส่วนหนึ่งอาศัยอยู่นอกเขตเทศบาล อำเภอวารินชำราบ ทำให้มีอุปกรณ์ในการเล่นเกมน้อยกว่า จำนวนและที่ตั้งของร้านเกมในเขตชุมชนและใกล้อำเภอน้อยกว่า โอกาสในการเข้าถึงอุปกรณ์ในการเล่นเกมน้อยกว่า ทำให้โอกาสที่จะติດเกมน้อยกว่าประชากรที่อาศัยอยู่ในเขตเทศบาลเมือง เมื่อพิจารณาแยกตามเพศและระดับปัญหาการติດเกมพบว่า จำนวนเพศหญิงเล่นเกมมากกว่าเพศชาย และเพศหญิงที่อยู่ในระดับคลั่งไคล้และติດเกมมีจำนวนมากกว่าเพศชาย ซึ่งแตกต่างกับผลการวิจัยของ ปรีศนา แซ่โจ้ว และคณะ⁽³⁾ และผลการวิจัยของ สุกเชษฐ์ และคณะ⁽⁵⁾ อาจเนื่องจากปัจจุบันมีการสร้างเกมใหม่ๆ ที่มีเนื้อหาเหมาะสมกับเพศหญิงมากขึ้นเช่น cooking game, dollhouse game, dress up game, fashion game, music game, funny girl และ painting game เป็นต้น ทำให้ปัจจุบันเด็กผู้หญิงหันมาเล่นเกมมากขึ้น ประกอบกับภัยอันตรายนอกบ้านที่เกิดกับเพศหญิงมีมากขึ้นในสังคมปัจจุบัน โดยเฉพาะอย่างยิ่งข่าวข่มขืนหรือถูกทำอนาจาร ทำให้ผู้ปกครองไม่อยากให้บุตรหลานออกนอกบ้าน การเล่นเกมอยู่ที่บ้านน่าจะเป็นการปลอดภัยกว่า จึงทำให้เด็กผู้หญิงส่วนหนึ่งใช้เวลาส่วนใหญ่ไปกับ

การเล่นเกมน้อยที่บ้าน ทำให้มีโอกาสดิດเกมมากขึ้น เช่นเดียวกับผลการวิจัยที่พบว่าชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 มีจำนวนนักเรียนที่เล่นเกมและจำนวนนักเรียนที่อยู่ในระดับคลั่งไคล้และติດเกมมากกว่าชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 และมัธยมศึกษาปีที่ 3 นั้น ก็แตกต่างกับรายงานของปรีศนา และคณะ⁽³⁾ และผลการวิจัยของ สุกเชษฐ์ และคณะ⁽⁵⁾ ผู้วิจัยมีความเห็นว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เป็นกลุ่มประชากรที่อยู่ในช่วงที่มีการเปลี่ยนแปลงหลายๆ อย่าง ทั้งร่างกายจิตใจและสิ่งแวดล้อม เช่น การเปลี่ยนแปลงทางสรีระร่างกายที่กำลังเติบโตเข้าสู่วัยหนุ่มสาว การปรับตัวให้เข้ากับโรงเรียนใหม่ อาจารย์ และกลุ่มเพื่อนใหม่ๆ การเรียนที่ยากขึ้น รวมทั้งความรับผิดชอบที่ต้องมีมากขึ้น ทำให้เด็กนักเรียนบางคนอาจมีความรู้สึกเครียด เหนง สับสน หรือซึมเศร้า โดยเฉพาะอย่างยิ่งเด็กที่มาจากครอบครัวแตกแยก ผู้ปกครองไม่มีเวลาให้บุตรหลาน เด็กที่ขาดการฝึกวินัยหรือครอบครัวที่คาดหวังกับลูกมากเกินไป ประกอบกับเด็กวัยนี้ยังไม่มีวุฒิภาวะที่ดีพอในการควบคุมพฤติกรรมของตน ทำให้เด็กกลุ่มนี้มีโอกาสดิດเกมสูงขึ้น และเมื่อพิจารณาระดับผลการเรียนเฉลี่ยภาคเรียนที่ผ่านมาที่ระดับความรุนแรงของปัญหาการติດเกมพบว่า กลุ่มนักเรียนที่อยู่ในระดับคลั่งไคล้และน่าจะติດเกม ยอมรับว่ามีระดับผลการเรียนเฉลี่ยภาคเรียนที่ผ่านมาลดลงมาค่อนข้างมาก

ผลกระทบอื่นๆ ที่พบจากการศึกษาในต่างประเทศพบว่า การเล่นวิดีโอเกมประเภทเกมรุนแรงมีผลโดยตรงกับการเพิ่มขึ้นของพฤติกรรม

ก้าวร้าว อารมณ์รุนแรง และพฤติกรรมช่วยเหลือตัวเองลดลงอย่างมีนัยสำคัญ⁽⁶⁾ พบความสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญระหว่างการใช้เวลาเล่นเกมมากกว่า 1 ชั่วโมงต่อวัน กับการลดลงของสมาธิ และการเพิ่มขึ้นของการเกิด ADHD ⁽⁷⁾ จากสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมที่จะทวีความรุนแรงมากขึ้น สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์จึงได้จัดตั้งศูนย์ป้องกันและแก้ไขปัญหาดังกล่าว รวมถึงได้มีการจัดตั้งมาตรการควบคุมเกมออนไลน์ของกระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร

อย่างไรก็ตามเครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัยฉบับนี้เป็นแบบทดสอบการติดเกมฉบับวัยรุ่น เป็นแบบทดสอบแบบตอบเองโดยเป็นการประเมินตนเองเพียงด้านเดียวของวัยรุ่น โดยไม่ได้เก็บข้อมูลการติดเกมจากผู้ปกครองมาร่วมวิเคราะห์ด้วย ซึ่งกลุ่มประชากรอยู่ในช่วงวัยรุ่นการประเมินความรู้สึกของตนเองอาจต่ำหรือสูงกว่าความเป็นจริง และเนื่องจากผู้วิจัยได้เนบการแปรผลไปกับแบบทดสอบทุกฉบับเพื่อให้ผู้กรอกแบบทดสอบรู้ถึงสถานะและระดับปัญหาการติดเกมของตนนั้น อาจทำให้เกิดมีความคลาดเคลื่อนแบบสุ่มเกิดขึ้นได้ การใช้สถิติที่เหมาะสมในการแปรผลและใช้แบบทดสอบการติดเกมฉบับผู้ปกครองร่วมด้วยอาจทำให้ได้ข้อเท็จจริงมากยิ่งขึ้น

สำหรับข้อเสนอแนะเพื่อวางแผนทางป้องกันและแก้ไขปัญหาดังกล่าวคือ จัดให้ความรู้เกี่ยวกับผลกระทบและผลเสียจากการติดเกมแก่คณาจารย์ ผู้ปกครองและนักเรียนตั้งแต่ชั้นประถม

ศึกษา มีการประชาสัมพันธ์ถึงแหล่งให้คำปรึกษาบำบัดหรือแหล่งความรู้เกี่ยวกับเด็กติดเกม เช่น ศูนย์ป้องกันและแก้ไขปัญหาดังกล่าวและสิ่งยั่วยุสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์หรือ www.icamtalk.com เครือข่ายผู้ปกครองออนไลน์ หรือ www.ThaiSafeNet.org หรือ www.thaimental.com หรือ www.thaicleannet.com หรือ hotline สายสุขภาพจิต 0-2354-8300 และอื่นๆ เป็นต้น ส่วนข้อควรปฏิบัติสำหรับผู้ปกครองจากแบบทดสอบการติดเกมฉบับเด็กและวัยรุ่น (GAST) คือ หากระดับการเล่นเกมของลูกท่านยังอยู่ในเกณฑ์ปกติควรมีมาตรการป้องกันติดเกม โดยการสร้างสัมพันธ์ภาพที่ดีและให้เวลาที่มีคุณภาพกับลูก ฝึกวินัยสอนให้เด็กรู้จักแบ่งเวลาและใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ กำหนดกติกาและจำกัดเวลาในการเล่น ส่งเสริมให้เด็กมีงานอดิเรกที่เด็กชอบทำนอกเหนือจากการเล่นเกม หากระดับการเล่นอยู่ในระดับคลั่งไคล้หรือเริ่มมีปัญหา ควรพูดคุยกับลูกถึงพฤติกรรมที่เป็นปัญหาในการเล่นของลูกอย่างจริงจัง มีการกำหนดกติกาและจำกัดเวลาในการเล่นอย่างเข้มงวด ใส่ใจและให้เวลาที่มีคุณภาพกับลูก ส่งเสริมให้เด็กมีงานอดิเรก หรือทำกิจกรรมที่ผ่อนคลายอื่นๆ นอกเหนือจากการเล่นเกม หากระดับการเล่นอยู่ในระดับน่าจะติดเกมหรือมีปัญหาหนักและได้พยายามปรับลดเวลาการเล่นของลูกท่านแล้วแต่ยังไม่ได้ผล ควรรีบปรึกษาจิตแพทย์เด็กและวัยรุ่นเพื่อรับการช่วยเหลือโดยเร็ว

สรุป

ความชุกของการติดเกมในเด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นแห่งหนึ่งในอำเภวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานีเท่ากับร้อยละ 6.04 พบในเพศหญิงมากกว่าเพศชาย โดยที่นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 เล่นเกมและติดเกมมากที่สุด ดังนั้น การป้องกันปัญหาเด็กติดเกมควรเริ่มตั้งแต่กลุ่มนักเรียนชั้นประถมศึกษา

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบพระคุณ ผู้อำนวยการสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ที่อนุญาตให้ใช้แบบทดสอบการติดเกมฉบับเด็กและวัยรุ่น (GAST: child and adolescent version) ผู้อำนวยการและคณาจารย์ โรงเรียนวารินชำราบทุกท่านที่ช่วยประสานงานเป็นอย่างดี พญ.นิธิกุล เต็มเอี่ยม สาขาเวชศาสตร์ป้องกัน แขนงระบาดวิทยา โรงพยาบาลศรีสะเกษ อ. เมือง จ. ศรีสะเกษ ที่ให้คำแนะนำด้านสถิติ และทำยี่สิบสองขอขอบคุณนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นทุกคนที่ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีในการศึกษาครั้งนี้

เอกสารอ้างอิง

1. นิภาพร. เด็กติดเกม. kid&family. 2548 [12/4/2007] ; ปีที่ 10 (เล่มที่ 12). [www.backtohome .org/autopage3_new/show_page.php?h=3&s.id_16&page=1](http://www.backtohome.org/autopage3_new/show_page.php?h=3&s.id_16&page=1)
2. ศิริไชย หงษ์สงวนศรี, โขมิตา ภาวะสุทธิไพสิฐ, สุวรรณา เรื่องกาญจนเศรษฐ์. พฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์และปัญหาการติดเกมในวัยรุ่น. นำเสนอในการประชุมวิชาการราชวิทยาลัยจิตแพทย์แห่งประเทศไทยประจำปี 2548: 10-12 ตุลาคม 2548, กรุงเทพมหานคร; 2548.
3. ปรีศนา แซ่โจ้ว, จรุงธรรม ขันดี, ชนม์รัตน์ กาญจนะบัตร, ภัทรี เลิศอุทัย, วิชชุดา นาควิเชียร, จาริณญ์ จินดาประเสริฐ. การติดเกมของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในเทศบาลนครขอนแก่นปี 2548. ขอนแก่น: นักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 5 กองเวชศาสตร์ชุมชน คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น; 2548.
4. สำนักงานสถิติแห่งชาติ. รายงานผลการสำรวจความคิดเห็นของประชาชนเกี่ยวกับเกมออนไลน์ในเขตกรุงเทพมหานคร พ.ศ 2546. สำนักงานสถิติแห่งชาติ; 2546.
5. สุกเชษฐ์ ชีรณวณิช, ปกครอง ลิ้มปวีรธรรม, ปาริฉัตร สงวนตระกูล, ภูบดินทร์ วงศ์ธารณาวุฒิ, ดวงพร รัตนลาภไพบูลย์, สุกศิริ หะยะกัณฑ์. ความชุกของการติดเกมและพฤติกรรมการเล่นเกมของนักศึกษาปริญญาตรี มหาวิทยาลัยขอนแก่นปี 2548. ขอนแก่น: นักศึกษาแพทย์ชั้นปีที่ 5 กองเวชศาสตร์ชุมชน คณะแพทยศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น; 2548.
6. Anderson CA. An update on the effect of playing violent video games. J Adolescence 2004; 27: 113-22.
7. Philip CA, Rabinowitz T. A cross-sectional analysis of video games and attention deficit hyperactivity disorder symptoms in adolescents. Annals of General Psychiatry 2006; 5: 1-11.

Game Addiction among Junior High School Student at Warinchamrap, Ubon Ratchatani

*Piyada Janyalertadun**

Abstract

The problem of the game addiction in children is increasing nowadays resulting in negative physical and mental impacts on the youth. It is a serious national psychiatric health concern. The government approved control measures for online game participations by minors. To determine the guidelines for planning and implementating these control measures, the information about the prevalence of game addiction in students grade 7-9 of a school at Warinchamrap were obtained from December 1 to 31, 2007. The study was a cross-sectional descriptive study that had the data collection from the self-administered questionnaires; game addiction screening test (GAST): children and adolescent version, developed by Department of Mental Health, Ministry of Public Health. The prevalenlence of game addiction was 6.04%, of which 31.57% were severe addiction, in girls significantly more than boys (3.81% : 2.22%). The most number of addicted students was in grade 7; totally 237 students, there were 211 students (89.03%) addicted to game. The prevention of game addiction in students should begin from primary school.

Keywords : game addiction, game addiction screening test.

* Pediatricist. Department of Pediatrics, Warinchamrap Hospital, Ubon Ratchathani.