

ประสิทธิผลของโปรแกรมป้องกันเด็กติดเกม

กนิษฐา จอดนอก

ฉวีวรรณ ยอดอินทร์

การทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับปัญหาเด็กติดเกม ในครั้งนี้ใช้วิธี Meta Analysis มีขั้นตอนต่างๆ 5 ขั้นตอนดังนี้ ขั้นตอนที่ 1 การตั้งคำถามและกำหนดวัตถุประสงค์ ขั้นตอนที่ 2 การทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย ขั้นตอนที่ 3 การรวบรวมข้อมูล ขั้นตอนที่ 4 การวิเคราะห์ข้อมูล และขั้นตอนที่ 5 รายงานและแปลผล (Hunter, Schmidt และ Jackson, 1982; Glass, McGaw และ Smith, 1979) โดยมีวัตถุประสงค์ของการศึกษา เพื่อวิเคราะห์ประสิทธิผลโปรแกรมป้องกันเด็กติดเกม โดยมีรายละเอียด ดังนี้

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สถานการณ์เด็กติดเกมในปัจจุบัน

ปัจจุบันปัญหาเด็กติดเกมได้กลายเป็นปัญหาที่พบในครอบครัวไทยได้บ่อยครั้ง พ่อแม่หลายคนลำบากใจที่จะบังคับให้ลูกเลิกเล่นเกม เด็กบางคนติดเกมมากเกินไปจนไม่สนใจการเรียน ทำให้ผลการเรียนแย่ลง หรือบางคนไม่ยอมไปโรงเรียน และใช้เวลาเล่นเกมที่บ้านทั้งวัน เมื่อถูกดำเนินหรือห้ามไม่ให้เล่นเด็กจะหลีกเลียงโดยการแอบหนีไปเล่นเกมที่ร้านเกม พ่อแม่ผู้ปกครองบางคนจึงซื้อเกมให้เด็กเล่นที่บ้านเนื่องจากเกรงว่าเด็กจะไม่กลับบ้าน แต่กลับเป็นปัญหามากยิ่งขึ้น กระแสเกี่ยวกับปัญหาเด็กติดเกมทวีความรุนแรงมากขึ้นและถูกมองว่าเป็นปัญหาสังคม เพราะผู้ที่เล่นเกมมากๆ จนเกินความพอดี มักจะทำให้ขาดความรับผิดชอบ มีพฤติกรรมก้าวร้าว อารมณ์รุนแรง บางรายถึงขั้นก่ออาชญากรรม ดังเช่นที่เคยเป็นข่าวดังเมื่อปี 2555 ที่ผ่านมา กรณีที่เด็กวัยรุ่นติดเกมจนฆ่าแม่เสียชีวิต จากการสำรวจของสำนักงาน สถิติแห่งชาติ เกี่ยวกับการใช้คอมพิวเตอร์ของเด็ก และเยาวชน ในปี 2545 พบว่าเด็กและเยาวชนอายุ 11 – 24 ปี ทั่วประเทศประมาณ 3 ล้านคนใช้คอมพิวเตอร์ เพื่อเล่นเกม นอกจากนี้ ศิริโชค หงษ์สงวนศรีและคณะ ได้ศึกษาพฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ และปัญหาพฤติกรรมติดเกมของนักเรียนระดับชั้น มัธยมศึกษาในปี พ.ศ. 2546 พบว่า ร้อยละ 16.6 มีปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ จำแนกเป็นชาย ร้อยละ 31.5 และเพศหญิง ร้อยละ 12.7 ข้อมูล การศึกษาของประเทศไทย Griffiths และคณะ4 พบว่าร้อยละ 19.9 ของวัยรุ่นอายุ 12 – 16 ปี มีปัญหา ติดเกม เมื่อพิจารณาอายุของเด็กที่เล่นเกมคอมพิวเตอร์ พบว่า เด็กอายุ 14-16 ปี เริ่มเล่นเกมตั้งแต่อายุ 10-13 ปี และจากสถานการณ์ที่เด็กและวัยรุ่นนิยมเล่นเกมคอมพิวเตอร์มากขึ้น สิ่งที่น่าเป็นห่วงคือผลกระทบที่ตามมาจากการเล่นเกมมากเกินไป และผู้เล่นเกมส่วนหนึ่งหมกมุ่นกับการเล่นเกมมาก จนถึงขั้นที่เรียกได้ว่ามีปัญหาติดเกมคอมพิวเตอร์ 4,6-12,16-19 ที่มีความรุนแรงมากขึ้นอย่างรวดเร็วในปัจจุบัน จนเป็นปัญหาสำคัญของครอบครัวส่วนใหญ่ ปัญหาของเกือบทุกโรงเรียน และกลายเป็นปัญหาระดับประเทศ

สาเหตุสำคัญที่ทำให้เด็กติดเกม คือ **ปัจจัยทางชีวภาพ** เนื่องจากเด็กและวัยรุ่นที่ติดเกมคอมพิวเตอร์มีพฤติกรรมคล้ายผู้ป่วยติดสารเสพติด จึงเริ่มมีการศึกษาผลของการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ต่อการทำงานของสมองโดยอาศัยพื้นฐานจากความรู้ทางชีววิทยาระบบประสาทของผู้ป่วยติดสารเสพติดมากขึ้น เพื่อให้เข้าใจพฤติกรรมของเด็กและวัยรุ่นที่ติดเกมคอมพิวเตอร์ที่เกิดจากปัจจัยทางชีวภาพ จึงควรเข้าใจพฤติกรรมของผู้ป่วยติดสารเสพติดที่เกิดจากฤทธิ์ของสารเสพติดเสียก่อน พฤติกรรมของผู้ป่วยติดสารเสพติดมีลักษณะสำคัญ คือ ในระยะแรกผู้ป่วยเสพยาเสพติดเพราะต้องการฤทธิ์ของสารเสพติดที่ทำให้เกิดความสุขความเพลิดเพลินใจ แต่ในระยะสุดท้ายผู้ป่วยจะเสพยาเสพติดเพราะมีอาการต้องการเสพยา (craving) และพฤติกรรมเสาะหาสารเสพติด (drug seeking) เมื่อมีสิ่งเร้าที่สัมพันธ์กับการเสพยาเสพติด โดยไม่สามารถยับยั้งความต้องการดังกล่าวได้ แม้ทราบว่าจะต้องเผชิญกับผลร้ายที่ตามมา อาการในระยะสุดท้ายนี้จะยังคงอยู่หลังจากเลิกเสพยาแล้วไปอีกนาน การศึกษาทางชีววิทยาระบบประสาทของพฤติกรรมติดสารเสพติดพบว่าสารเสพติดทุกชนิดกระตุ้นการหลั่ง dopamine ที่ nucleus accumbens ซึ่งทำให้เกิดความรู้สึกมีความสุขความเพลิดเพลินใจ การหลั่ง dopamine ที่ nucleus accumbens นี้มีความสำคัญในการทำให้ติดสารเสพติดเฉพาะในระยะแรกเท่านั้น แต่การหลั่ง dopamine ใน brain reward circuit ที่มีปริมาณมาก และเป็นเวลานานจากฤทธิ์ของเสพยาเสพติดทำให้สมองส่วนที่เกี่ยวข้องเกิดการเปลี่ยนแปลง (neuroplasticity) และการเปลี่ยนแปลงที่ glutamatergic projection จาก prefrontal cortex ไปยัง nucleus accumbens มีความสำคัญในการทำให้เกิดอาการในระยะสุดท้าย ผลที่เกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลง ดังกล่าวคือผู้ป่วยจะมีการหลั่ง dopamine ที่ nucleus accumbens ลดลงและ prefrontal cortex จะมีการทำงานลดลงในภาวะที่ไม่มีสิ่งเร้าที่สัมพันธ์กับสารเสพติด ผู้ป่วยจึงขาดความสนใจต่อสิ่งเร้าที่ให้ความเพลิดเพลินใจตามธรรมชาติต่างๆ แต่เมื่อมีสิ่งเร้าที่สัมพันธ์กับสารเสพติด เช่น ความเครียดสภาพแวดล้อมที่สัมพันธ์กับการเสพยาเสพติด เป็นต้น สิ่งเร้าเหล่านี้จะกระตุ้นให้มีการหลั่ง dopamine ทั้งที่ nucleus accumbens, amygdala, และ prefrontal cortex มากผิดปกติ และจะไปกระตุ้นให้ glutamatergic projection จาก prefrontal cortex ไปยัง nucleus accumbens ทำงานมากตามไปด้วย ซึ่งทำให้ผู้ป่วยเกิดอาการต้องการเสพยาและพฤติกรรมเสาะหาสารเสพติดโดยไม่สามารถยับยั้งได้ นอกจากนี้ยังพบว่า**ปัจจัยด้านจิตสังคม** มีผลต่อการติดเกมของเด็กและวัยรุ่น กล่าวคือ เกมคอมพิวเตอร์มีคุณสมบัติสามารถตอบสนองความต้องการทางจิตใจของเด็กและวัยรุ่นได้แก่ ความสนุกสนาน ความรู้สึกประสบความสำเร็จ และการระบายแรงขับความก้าวร้าว เป็นต้น การเล่นเกมจะมีความยากมากขึ้นตามลำดับจึงทำให้เกิดความรู้สึกท้าทาย แต่ผู้เล่นทุกคนมีโอกาสนะหรือประสบความสำเร็จมากขึ้นได้จากการเล่นซ้ำๆ และจะได้รับรางวัล เช่น คะแนน การได้เล่นในระดับสูงขึ้น เป็นต้น เป็นแรงเสริมทางบวกจากการเล่นขณะทันที จึงเกิดความรู้สึกพึงพอใจที่ตนเองสามารถเอาชนะหรือประสบความสำเร็จได้ เด็กและวัยรุ่นที่มีความนับถือตนเอง (self-esteem) ต่ำเนื่องจากไม่ค่อยได้รับความสำเร็จจากกิจกรรมอื่นๆ จึงมักสนุกสนานและพึงพอใจกับความสำเร็จจากการเล่นเกมจนไม่สามารถควบคุมได้ โดยเฉพาะเด็กและวัยรุ่นที่ขาดการฝึกวินัยอย่างเหมาะสมมาก่อน เกมคอมพิวเตอร์รุ่นใหม่ที่ได้รับการนิยมนำมาใช้ในปัจจุบัน คือ Massively-Multiplayer Role-Playing Online Game (MMRPOG) ยังสามารถตอบสนอง

ความต้องการทางจิตใจด้านสังคม เช่น ความรู้สึกมีกลุ่มเพื่อน การยอมรับ เป็นต้น เด็กและวัยรุ่นที่เล่นเกมออนไลน์มักควบคุมเวลาในการเล่นได้ยาก เนื่องจากความสนุกสนาน ความต่อเนื่องของเกม การมีเพื่อนเข้ามาเล่นจำนวนมากทำให้มีตัวละครในเกมหลายบทบาท รวมทั้งถ้าเพื่อนในกลุ่มยังไม่เลิกเล่นก็จะต้องเล่นต่อเพื่อช่วยเหลือเพื่อนในกลุ่ม พบว่าเด็กและวัยรุ่นที่ติดเกมมักมีผลการเรียนไม่ดี ขาดความนับถือตนเอง มีปัญหาพฤติกรรมอย่างอื่น เครียด และมีอารมณ์ซึมเศร้า เด็กและวัยรุ่นจำนวนมากเล่นเกมเพื่อหลีกเลี่ยงการเผชิญความเครียดในด้านต่างๆ **ครอบครัว**ก็เป็นปัจจัยสำคัญเช่นเดียวกัน กล่าวคือ ครอบครัวของเด็กและวัยรุ่นที่ติดเกมคอมพิวเตอร์มักเป็นครอบครัวที่ขาดการฝึกวินัยให้ลูกอย่างเหมาะสมมาตั้งแต่วัยเด็ก อาจเกิดเนื่องจากขาดทักษะในการฝึกวินัย ไม่มีเวลา หรือไม่ได้ให้ความสำคัญเพียงพอ มักเป็นครอบครัวที่พ่อแม่ไม่สามารถติดตามพฤติกรรมของลูกได้อย่างเหมาะสม บางครอบครัวพ่อแม่มีความใกล้ชิดและความผูกพันทางอารมณ์กับลูกน้อย บางครอบครัวเด็กและวัยรุ่นอาจมีความเครียดจากความคาดหวังของพ่อแม่ ปัญหาความขัดแย้ง หรือปัญหาการสื่อสารในครอบครัว จึงหาทางออกด้วยการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ ปัญหาในครอบครัวเหล่านี้ส่วนหนึ่งมีสาเหตุจากปัญหาสุขภาพจิตหรือโรคทางจิตเวชของพ่อแม่ อีกประการหนึ่งคือพ่อแม่ไม่ได้เป็นแบบอย่างและสนับสนุนให้ลูกทำกิจกรรมที่สร้างเสริมสุขภาพเพียงพอ โดยเฉพาะการเล่นกีฬา การทำกิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหวมาก หรือกิจกรรมสร้างสรรค์อย่างอื่น แต่การเลี้ยงดูทำให้ลูกเคยชินกับกิจกรรมที่มีการเคลื่อนไหวน้อย เช่น การดูโทรทัศน์ เป็นต้น นอกจากนี้พ่อแม่ยังมีความรู้เกี่ยวกับคอมพิวเตอร์ ผลดีผลเสียของการใช้คอมพิวเตอร์ และการใช้คอมพิวเตอร์อย่างเหมาะสมน้อย และไม่คอยทราบดีว่าลูกใช้คอมพิวเตอร์เพื่อวัตถุประสงค์อะไรบ้าง **กลุ่มเพื่อนและสังคม**มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของเด็กและวัยรุ่นมาก เด็กและวัยรุ่นจำนวนมากมีเครื่องเล่นวิดีโอเกมหรือเครื่องคอมพิวเตอร์สำหรับเล่นเกมที่บ้าน จึงเป็นแรงผลักดันให้เด็กและวัยรุ่นอีกส่วนหนึ่งเกิดความต้องการเล่นเกมตามไปด้วย และในปัจจุบันสังคมมีค่านิยมสนับสนุนให้เด็กและวัยรุ่นใช้คอมพิวเตอร์ โดยยังไม่ได้ตระหนักถึงผลดีผลเสียของเทคโนโลยีเพียงพอ และยังไม่ได้เตรียมเด็กและวัยรุ่นให้พร้อมสำหรับการใช้เทคโนโลยีอย่างเหมาะสมเสียก่อน รวมทั้งอุปกรณ์ในการเล่นคอมพิวเตอร์และเครื่องเล่นวิดีโอเกมเป็นสินค้าที่หาซื้อได้ง่ายในราคาไม่แพง จึงทำให้เด็กและวัยรุ่นมีโอกาสเล่นเกมคอมพิวเตอร์มากขึ้น นอกจากนี้ยังมีร้านเกมอยู่ทั่วไปในชุมชนและบริเวณใกล้โรงเรียน จากการสำรวจของสำนักวิจัยเอแบคโพลล์พบว่า ร้อยละ 88.3 ของเด็กและเยาวชนตอบว่ามีร้านเกมในบริเวณใกล้บ้าน ร้อยละ 22.0 ตอบว่ามีร้านเกมในบริเวณใกล้บ้านมากกว่า 5 ร้าน และใช้เวลาเดินจากบ้านไปร้านเกมเฉลี่ย 10 นาทีเท่านั้น โดยเกิดผลกระทบของการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ ได้แก่ **ความก้าวร้าวรุนแรง** จากกรณี Eric Harris และ Dylan Klebold นักเรียนมัธยมศึกษา โรงเรียน Columbine High School ใช้อาวุธปืนยิงครูและนักเรียนในโรงเรียนเสียชีวิต 13 ศพ บาดเจ็บ 23 คน ก่อนจะฆ่าตัวตายตาม พบว่านักเรียนที่กระทำความผิดมีประวัติเล่นเกม Doom ที่มีความรุนแรงอย่างหนักหน่วง และก่อเหตุรุนแรงโดยมีสถานการณ์เหมือนกับสถานการณ์ที่เขาสร้างขึ้นในเกม และยังมีอีกหลายกรณีที่นักเรียนใช้อาวุธทำร้ายครูและนักเรียนในโรงเรียนทั้งในประเทศไทยและอีกหลายประเทศ พบว่าเด็กและวัยรุ่นที่กระทำความผิดมักเป็นผู้เล่นเกมคอมพิวเตอร์ที่มีความรุนแรงอย่างหนักหน่วงและกระทำความผิดในลักษณะเดียวกับเกมที่เล่นเช่นเดียวกัน องค์

ความรู้เกี่ยวกับอิทธิพลของสื่อต่อพฤติกรรมของเด็กและวัยรุ่นยืนยันชัดเจนแล้วว่าสื่อ เช่น โทรทัศน์ ภาพยนตร์ มิวสิควิดีโอ เป็นต้น ที่มีความรุนแรงทำให้เด็กและวัยรุ่นมีความคิด อารมณ์ และพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง การเล่นเกมคอมพิวเตอร์น่าจะกระตุ้นให้เกิดความก้าวร้าวรุนแรงมากกว่า เนื่องจากผู้เล่นเกมมีบทบาทเป็นผู้กระทำความรุนแรงด้วยตนเองและได้รับรางวัลเป็นแรงเสริมจากการกระทำนั้นด้วย ในขณะที่สื่ออื่นนั้นผู้รับสื่อเป็นเพียงผู้รับรู้การกระทำของผู้อื่นเท่านั้น นอกจากนี้เกมรุ่นใหม่ยังมีการพัฒนาให้ภาพและการเคลื่อนไหวเหมือนจริงมาก ผู้เล่นสามารถกำหนดให้ตัวละครในเกมมีบุคลิกเหมือนตนเองหรือตามความต้องการได้ด้วย และเกมในอนาคตจะมีความสมจริงมากขึ้นอีก เช่น เกมที่มีระบบ EyeToy สามารถช่วยให้ผู้เล่นรู้สึกเข้าไปมีส่วนร่วมในเกมมากขึ้นโดยการนำภาพของตนเองไปใส่เป็นตัวละครในเกมได้ และยังมีอุปกรณ์รับสัญญาณจากท่าทางและการเคลื่อนไหวในการต่อสู้ของผู้เล่นด้วย เกมที่มีระบบ Xavix ผู้เล่นเกมเบสบอลสามารถใช้ไม้เบสบอลที่มีอุปกรณ์รับสัญญาณจากท่าทางและการเคลื่อนไหวตีลูกเบสบอลได้เหมือนการเล่นจริงทั้งความแรงและทิศทาง เป็นต้น 14 ในทางการทหาร ยังมีการนำเกมคอมพิวเตอร์ที่มีความรุนแรงมาใช้ฝึกทหารให้เคยชินกับความรุนแรงก่อนออกปฏิบัติการในสนามรบ ทั้งในสหรัฐอเมริกาและสหราชอาณาจักร และพบว่าร้อยละ 75-90 ของเกมที่เด็กและวัยรุ่นนิยมเป็นเกมที่มีความรุนแรง แต่พ่อแม่ส่วนใหญ่ไม่รู้เรื่องเกี่ยวกับเกมที่เด็กและวัยรุ่นนิยมเล่น เช่น ร้อยละ 80 ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา รู้จักเกม Duke Nukem เป็นอย่างดี แต่ร้อยละ 5 ของพ่อแม่เคยได้ยื่นชื่อเกม เป็นต้น ด้วยเหตุผลดังกล่าวจึงมีการศึกษาผลกระทบของการเล่นเกมที่มีความรุนแรงต่อพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงของเด็กและวัยรุ่นมากที่สุดในปัจจุบัน

นอกจากนี้ สำนักงานอัยการสูงสุดแห่งเด็กติดเกม-อินเทอร์เน็ต จนเสียชีวิตภาวะ เร่งบรรจุเป็นนโยบายสาธารณะเข้าที่ประชุมสมัชชาสุขภาพแห่งชาติ ร่วมกับอีก 7 ระเบียบวาระ หวังสร้างสุขภาพที่ดีให้แก่ประชาชน วันที่ 29 สิงหาคม 2555 ที่อาคารสุขภาพแห่งชาติ กระทรวงสาธารณสุข (สธ.) นางศิรินา ปาวโรฬาร วิทยา ประธานกรรมการจัดสมัชชาสุขภาพแห่งชาติ (สช.) พ.ศ.2555 กล่าวระหว่างการแถลงข่าวสมัชชาสุขภาพแห่งชาติครั้งที่ 5 “ทุกนโยบาย ห่วงใยสุขภาพ” ที่จะจัดขึ้นในวันที่ 18 - 25 ธันวาคม 2555 ที่ศูนย์นิทรรศการประชุมไบเทค บางนา ว่า การเตรียมความพร้อมในการจัดประชุมมีความคืบหน้าไปมาก โดยเฉพาะประเด็นนโยบายสาธารณะซึ่งคณะกรรมการจัดสมัชชาสุขภาพ (คจ.สช.) ได้กลั่นกรองคัดเลือกจาก 55 ข้อเสนอของตัวแทนองค์กรและภาคีเครือข่ายทั่วประเทศ จำนวน 52 องค์กร ตลอดช่วง 1 ปีที่ผ่านมา เพื่อนำเข้าสู่ที่ประชุมสมัชชาสุขภาพแห่งชาติ จำนวน 9 ระเบียบวาระ การคัดเลือกนโยบายสาธารณะทั้ง 9 ประเด็นเพื่อเสนอที่ประชุมจะพิจารณาจากความสำคัญของประเด็นและเป็นที่ต้องดำเนินการในปีนี้อย่างถึงคณะกรรมการจัดสมัชชาสุขภาพ (คจ.สช.) ก่อนข้างเป็นห่วงมีอยู่ 2 ประเด็น คือ

1. กลุ่มเด็กและเยาวชนไทยติดเกมและไอที จนสร้างผลเสียต่อสุขภาพ เนื่องจากขณะนี้ประเทศไทยกำลังเข้าสู่โลกใหม่ที่มีเทคโนโลยีที่เร็ว เด็กซึ่งเป็นอนาคตของชาติจึงเป็นเป้าหมายสำคัญที่ต้องดูแลและเป็นเรื่องด่วนที่ต้องป้องกันแก้ไข

2. กลุ่มพระสงฆ์ ซึ่งเป็นที่พึ่งทางจิตใจของประชาชน กำลังเผชิญโรคหลายอย่าง เนื่องมาจากพุทธศาสนิกชนนิยมดื่มน้ำบาดาลแบบผิดๆ จึงเป็นอีกหนึ่งประเด็นที่ต้องรีบแก้ไข เพื่อให้พระสงฆ์มีความสุขที่ดี และเป็นที่พึ่งของประชาชนต่อไป

จะเห็นว่า ปัญหาเด็กติดเกมเป็นปัญหาที่มีความสำคัญต่อครอบครัว ชุมชน และสังคมต้องเร่งแก้ไขเป็นการด่วน เพื่อให้มีแนวทางในการจัดการแก้ไขที่ถูกต้องเหมาะสมต่อไป

วิธีการดำเนินการศึกษา

การทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับปัญหาเด็กติดเกม ในครั้งนี้ใช้วิธี Meta Analysis มีขั้นตอนต่างๆ 5 ขั้นตอนดังนี้ ขั้นตอนที่ 1 การตั้งคำถามและกำหนดวัตถุประสงค์ ขั้นตอนที่ 2 การทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย ขั้นตอนที่ 3 การรวบรวมข้อมูล ขั้นตอนที่ 4 การวิเคราะห์ข้อมูล และขั้นตอนที่ 5 รายงานและแปลผล (Hunter, Schmidt และ Jackson, 1982; Glass, McGaw และ Smith, 1979) ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ขั้นตอนที่ 1 การตั้งคำถามและกำหนดวัตถุประสงค์

ปัจจุบันปัญหาเด็กติดเกมได้กลายเป็นปัญหาที่พบในครอบครัวไทยได้บ่อยครั้ง พ่อแม่หลายคนลำบากใจที่จะบังคับให้ลูกเลิกเล่นเกม เด็กบางคนติดเกมมากเกินไปจนไม่สนใจการเรียน ทำให้ผลการเรียนแย่ลง หรือบางคนไม่ยอมไปโรงเรียน และใช้เวลาเล่นเกมที่บ้านทั้งวัน เมื่อถูกตำหนิหรือห้ามไม่ให้เล่นเกมจะหลีกเลี่ยงโดยการแอบหนีไปเล่นเกมที่ร้านเกม พ่อแม่ผู้ปกครองบางคนจึงซื้อเกมให้เด็กเล่นที่บ้านเนื่องจากเกรงว่าเด็กจะไม่กลับบ้าน แต่กลับเป็นปัญหามากยิ่งขึ้น กระแสเกี่ยวกับปัญหาเด็กติดเกมทวีความรุนแรงมากขึ้นและถูกมองว่าเป็นปัญหาดังคม เพราะผู้ที่เล่นเกมมากๆ จนเกินความพอดี มักจะทำให้ขาดความรับผิดชอบ มีพฤติกรรมก้าวร้าว อารมณ์รุนแรง บางรายถึงขั้นก่ออาชญากรรม แม้ว่าจะมีวิธีการแก้ไข เช่น การอบรมจากสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ การพัฒนาศักยภาพชุมชน เป็นต้น แต่ก็ยังพบว่าปัญหาเด็กติดเกม ทวีความรุนแรงมากขึ้น ดังเช่นที่เคยเป็นข่าว ดังเมื่อปี 2555 ที่ผ่านมามีกรณีของเด็กวัยรุ่นติดเกมจนฆ่าแม่เสียชีวิต

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจในการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับโปรแกรมป้องกันเด็กติดเกมเพื่อให้สามารถหาแนวทางในการดำเนินการป้องกัน ตลอดจนแก้ไขปัญหาดังกล่าวได้ถูกต้องและเหมาะสมต่อไป

คำถามการศึกษา

1. ประสิทธิภาพของโปรแกรมการป้องกันเด็กติดเกมในประเทศไทยมีกี่อย่าง อย่างไรบ้าง?

วัตถุประสงค์ของการศึกษา

เพื่อวิเคราะห์ประสิทธิภาพโปรแกรมป้องกันเด็กติดเกม

ขั้นตอนที่ 2 การทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการวิจัย

1. ศึกษาทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับปัญหาการวิจัย ทั้งนี้เพื่อช่วยให้ปัญหาการวิจัยชัดเจน
2. ทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องทั้งงานวิจัยที่ศึกษาในประเทศไทยและต่างประเทศทั้งที่ตีพิมพ์และไม่ตีพิมพ์เผยแพร่ ตั้งแต่เดือนมกราคม 2548 – 2553 เนื่องจากมีข้อมูลเกี่ยวกับเด็กติดเกมในปี พ.ศ. ดังกล่าว

ขั้นตอนที่ 3 การรวบรวมข้อมูล

การ กำหนดวิธีและค้นหาผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

กำหนดคำสำคัญในการสืบค้นภาษาไทย ได้แก่ เด็กติดเกม, โปรแกรมการป้องกันการติดเกม และ คำสำคัญในการสืบค้นภาษาอังกฤษ ได้แก่ the games with the children. All solutions to games, How to prevent gaming addiction, Prevention and Alleviation of Game Addicted Children และทำการสืบค้นข้อมูลโดยการสืบค้นด้วยสื่ออิเล็กทรอนิกส์จากฐานข้อมูลต่าง ๆ คือ TDC (Thai Digital Collection) และ DCMS - iKnowledge Digital Contents Management System (มหาวิทยาลัยขอนแก่น) และสืบค้นด้วยมือจากวารสารต่าง ๆ ทั้งบทความ รายงานวิจัย และวิทยานิพนธ์ของมหาวิทยาลัยต่าง ๆ ได้งานวิจัยทั้งหมด 7 เรื่อง

การกำหนดเงื่อนไขสำหรับการคัดเลือกงานวิจัยมาสังเคราะห์

การทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องกับการแก้ไขปัญหาเด็กติดเกม ในครั้งนี้ ทำการสืบค้นโดยกำหนดขอบเขตของงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง โดยศึกษาจากเอกสารทางวิชาการ ได้แก่ งานวิจัยที่ศึกษาในประเทศไทยทั้งที่ตีพิมพ์และไม่ตีพิมพ์เผยแพร่ ตั้งแต่เดือนมกราคม 2548 – ธันวาคม 2553 กลุ่มตัวอย่างในการทบทวนวรรณกรรมในครั้งนี้ เป็นรายงานการวิจัยปฐมภูมิที่มีคุณสมบัติตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ มีเกณฑ์การคัดเลือก (inclusion criteria) ดังนี้

1. เป็นงานวิจัยของประเทศไทยเท่านั้น
2. เป็นรายงานการวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการป้องกันเด็กติดเกม
3. งานวิจัยต้องเป็นแบบทดลองหรือกึ่งทดลอง (experimental research design or quasi - experimental research)
4. การออกแบบวิจัยทดลองหรือกึ่งทดลองต้องเป็นวิจัยที่มีทั้งกลุ่มควบคุมและกลุ่มทดลอง (control and experimental group)
5. กลุ่มตัวอย่างเป็นวัยรุ่นและวัยรุ่น อายุ 6 – 18 ปี

คัดเลือกรอก (exclusion criteria) ดังนี้

1. การวิจัยเชิงสำรวจ
2. อายุกลุ่มตัวอย่างน้อยกว่า 6 ปี และอายุมากกว่า 18 ปี

การเลือกกลุ่มตัวอย่างวัยรุ่นและวัยรุ่น อายุ 6 – 18 ปี เนื่องจากว่า จากการทบทวนวรรณกรรม

พบว่า งานวิจัย จะพบกลุ่มตัวอย่างในกลุ่มวัยนี้มากที่สุด นอกเหนือจากกลุ่มวัยรุ่นและวัยรุ่นยังไม่พบงานวิจัยในประเทศไทย

ขั้นตอนที่ 4 การวิเคราะห์ข้อมูล

จากงานวิจัยและวรรณกรรมที่ทบทวน โดยใช้คำว่า โปรแกรมการป้องกันเด็กติดเกม ดังนี้

1. โปรแกรมส่งเสริมพัฒนกิจของครอบครัวในการป้องกันการติดเกมคอมพิวเตอร์ในเด็กวัยรุ่น (ชนิดา สีนวล, 2551)
2. ผลของโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ที่มีต่อนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 (นุจิอาภา ขจรบุญ, 2551)
3. ผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวัดยายร่ม กรุงเทพมหานคร (สุวณัฏฐ์ สุวรรณลิวค์, 2552)
4. ผลของการใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์(จันทร์พิมพ์ สุขเสริมฉันทนากล่อมจิต, 2553)
5. ผลของโปรแกรมส่งเสริมการทำหน้าที่ครอบครัว เพื่อป้องกันการติดเกมของเด็กวัยรุ่นต่อการทำหน้าที่ครอบครัว : กรณีศึกษาครอบครัวในเขตเทศบาลนครราชสีมา (ลัดดาวรรณ หิรัญเจริญสุข, 2553)

ขั้นตอนที่ 5 รายงานและแปลผล

การศึกษาเกี่ยวกับโปรแกรมป้องกันเด็กติดเกมนำเสนอผลการศึกษาใน 4 ประเด็น ได้แก่ ลักษณะทั่วไปของงานวิจัย ด้านระเบียบวิธีวิจัย ด้านเนื้อหาสาระของงานวิจัย และการวิเคราะห์ประสิทธิผลของโปรแกรมและความเป็นไปได้ในการนำไปใช้ สรุปผลการศึกษาได้ ดังนี้

1. ลักษณะทั่วไปของงานวิจัย

พบว่า งานวิจัยทั้งหมดเป็นงานวิจัยกึ่งทดลอง (Quasi –Experimental Research) ทั้งหมดจำนวน 5 เรื่อง เป็นงานวิจัยของนักศึกษาทั้งหมด จำนวน 5 เรื่อง คือ โปรแกรมส่งเสริมพัฒนกิจของครอบครัวในการป้องกันการติดเกมคอมพิวเตอร์ในเด็กวัยรุ่น (ชนิดา สีนวล, 2551) ผลของโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ที่มีต่อนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 (นุจิอาภา ขจรบุญ, 2551) ผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวัดยายร่ม กรุงเทพมหานคร (สุวณัฏฐ์ สุวรรณลิวค์, 2552) ผลของการใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์(จันทร์พิมพ์ สุขเสริมฉันทนากล่อมจิต, 2553) และผลของโปรแกรมส่งเสริมการทำหน้าที่ครอบครัว เพื่อป้องกันการติดเกมของเด็กวัยรุ่น ต่อการทำหน้าที่ครอบครัว : กรณีศึกษาครอบครัว

ในเขตเทศบาลนครราชสีมา (ลัดดาวรรณ หิรัญเจริญสุข, 2553)ศึกษาจำนวน 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม มีการวัดก่อนทดลองและหลังทดลอง จำนวน 4 เรื่อง คือ โปรแกรมส่งเสริมพัฒนกิจของครอบครัวในการป้องกันการติดเกมคอมพิวเตอร์ในเด็กวัยเรียน (ชนิดา สีนวล, 2551) ผลของโปรแกรมป้องกันการปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ที่มีต่อนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 (นุจิอาภา ขจรบุญ, 2551) ผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวัดยายร่ม กรุงเทพมหานคร (สุวณัญ สุวรรณลิวค์, 2552) ผลของการใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์(จันทร์พิมพ์ สุขเสริมฉันทนาถล่อมจิต, 2553) ศึกษาในกลุ่มตัวอย่างกลุ่มเดียว วัดก่อนและหลังการทดลอง (One group pretest – posttest design) จำนวน 1 เรื่อง ผลของโปรแกรมส่งเสริมการทำหน้าที่ครอบครัว เพื่อป้องกันการติดเกมของเด็กวัยเรียน ต่อการทำหน้าที่ครอบครัว : กรณีศึกษาครอบครัวในเขตเทศบาลนครราชสีมา (ลัดดาวรรณ หิรัญเจริญสุข, 2553)

2. ด้านระเบียบวิธีวิจัย

พบว่า งานวิจัยทั้งหมดเป็นงานวิจัยเชิงปริมาณ เป็นโปรแกรมป้องกันโดยครอบครัว จำนวน 2 เรื่อง เป็นโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต จำนวน 1 เรื่อง โปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญา จำนวน 1 เรื่อง เป็นโปรแกรมโดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ จำนวน 1 เรื่อง

1. ด้านเนื้อหาสาระของงานวิจัยเกี่ยวกับวิธีการเพื่อการป้องกันเด็กติดเกม

พบว่า งานวิจัยทั้งหมดมีเนื้อหาสาระของงานวิจัยเกี่ยวกับวิธีการเพื่อการป้องกันเด็กติดเกม โดยเน้นที่ตัวเด็ก จำนวน 5 เรื่อง คือ โปรแกรมส่งเสริมพัฒนกิจของครอบครัวในการป้องกันการติดเกมคอมพิวเตอร์ในเด็กวัยเรียน (ชนิดา สีนวล, 2551) ผลของโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ที่มีต่อนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 (นุจิอาภา ขจรบุญ, 2551) ผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวัดยายร่ม กรุงเทพมหานคร (สุวณัญ สุวรรณลิวค์, 2552) ผลของการใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์(จันทร์พิมพ์ สุขเสริมฉันทนาถล่อมจิต, 2553) ผลของโปรแกรมส่งเสริมการทำหน้าที่ครอบครัว เพื่อป้องกันการติดเกมของเด็กวัยเรียน ต่อการทำหน้าที่ครอบครัว : กรณีศึกษาครอบครัวในเขตเทศบาลนครราชสีมา (ลัดดาวรรณ หิรัญเจริญสุข, 2553) และประเภทโปรแกรม เน้นการป้องกันที่ครอบครัว จำนวน 2 เรื่อง คือ โปรแกรมส่งเสริมพัฒนกิจของครอบครัวในการป้องกันการติดเกมคอมพิวเตอร์ในเด็กวัยเรียน (ชนิดา สีนวล, 2551) และผลของโปรแกรมส่งเสริมการทำหน้าที่ครอบครัว เพื่อป้องกันการติดเกมของเด็กวัยเรียน ต่อการทำหน้าที่ครอบครัว : กรณีศึกษาครอบครัวในเขตเทศบาลนครราชสีมา (ลัดดาวรรณ หิรัญเจริญสุข, 2553) และเน้นที่ตัวเด็ก 4. การวิเคราะห์ประสิทธิภาพประสิทธิผลของโปรแกรมเด็กติดเกม

จากความหมายของคำว่า ประสิทธิภาพ หมายถึง ภาวะที่ทำให้เกิดความสำเร็จ เมื่อใช้กับบุคคล หมายถึง ความสามารถในการทำงานได้ดี รวดเร็ว และเสร็จตรงเวลา เช่น บุคลากรที่มีประสิทธิภาพย่อมทำให้หน่วยงานพัฒนาไปได้อย่างรวดเร็ว และคำว่า “ประสิทธิผล” (effectiveness) ที่หมายถึง การบรรลุตามวัตถุประสงค์หรือเป้าหมายที่พึงปรารถนาหรือเป็นไปตามที่คาดหวังไว้ การวัดหรือประเมินประสิทธิผลจึงพิจารณาจากการนำผลของงาน โครงการหรือกิจกรรมที่ได้รับเปรียบเทียบกับวัตถุประสงค์หรือเป้าหมาย ดังนั้น การศึกษาประสิทธิภาพและประสิทธิผลของโปรแกรมการป้องกันเด็กติดเกมจึงสามารถวิเคราะห์ได้ โดยความสามารถในการทำงานได้ดี รวดเร็ว และเสร็จตรงเวลา และเปรียบเทียบกิจกรรมของโปรแกรมเทียบกับเป้าหมายหรือผลลัพธ์ที่ต้องการคือพฤติกรรมการป้องกันการติดเกม ซึ่งวิเคราะห์ข้อมูลได้ดังนี้

ประเภทของโปรแกรมการป้องกันเด็กติดเกม แบ่งออกเป็น 2 ประเภทคือ

1. โปรแกรมการป้องกันเด็กติดเกมเน้นที่ครอบครัว คือ

1.1 โปรแกรมส่งเสริมพัฒนากิจของครอบครัวในการป้องกันการติดเกมคอมพิวเตอร์ในเด็กวัยเรียน (ชนิดา สีนวล, 2551)

1.2 ผลของโปรแกรมส่งเสริมการทำหน้าที่ครอบครัว เพื่อป้องกันการติดเกมของเด็กวัยเรียน ต่อการทำหน้าที่ครอบครัว : กรณีศึกษาครอบครัวในเขตเทศบาลนครราชสีมา (ลัดดาวรรณ หิรัญเจริญสุข, 2553)

ทั้งสองโปรแกรมล้วนมีประสิทธิภาพที่ดีในการส่งเสริมการป้องกันเด็กติดเกมโดยครอบครัวมีบทบาทสำคัญในการส่งเสริมการป้องกันเด็กติดเกม และเมื่อเปรียบเทียบกิจกรรมของโปรแกรมเทียบกับเป้าหมายหรือผลลัพธ์ที่ต้องการคือส่งเสริมพัฒนากิจของครอบครัวในการป้องกันการติดเกมคอมพิวเตอร์ในเด็กวัยเรียน และโปรแกรมส่งเสริมพัฒนากิจของครอบครัวในการป้องกันการติดเกมคอมพิวเตอร์ในเด็กวัยเรียนมีความเหมาะสมในการนำไปประยุกต์ใช้เพื่อป้องกันเด็กติดเกมได้อย่างมีประสิทธิภาพ (พิจารณาจากผลการวิจัย) และความเป็นไปได้ในการนำไปใช้ มีความเป็นไปได้สูง แต่ทั้งนี้ต้องอาศัยความร่วมมือจากสมาชิกในครอบครัว และผู้ที่ทำหน้าที่ในการจัดกิจกรรมตามโปรแกรม

2. โปรแกรมการป้องกันเด็กติดเกมเน้นที่ตัวเด็ก คือ

2.1 ผลของการใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์(จันทร์พิมพ์ สุขเสริมฉันทนากล่อมจิต, 2553)

2.2 ผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวัดยายร่ม กรุงเทพมหานคร (สุวณัฐ สุวรรณลิวงค์, 2552)

2.3 ผลของโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ที่มีต่อนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 (นุจิอาภา ขจรบุญ, 2551)

ทั้งสามโปรแกรม จะส่งเสริมให้นักเรียนทั้งชั้นประถมศึกษาและมัธยมศึกษาสามารถป้องกันการติดเกมได้ด้วยตัวของเด็กเอง จะเห็นได้ว่า ทั้งสามโปรแกรมมีประสิทธิภาพดีในการนำไปใช้ และเมื่อ

เปรียบเทียบกิจกรรมของโปรแกรมเทียบกับเป้าหมายหรือผลลัพธ์ที่ต้องการคือ กระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์(จันทร์พิมพ์ สุขเสริมฉันทนากล่อมจิต, 2553) การปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวัดยายร่ม กรุงเทพมหานคร (สุวณัฐ สุวรรณสิงค์, 2552) และการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ที่มีต่อนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 (นุจิอาภา ขจรบุญ, 2551)วิเคราะห์ได้ว่า กระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์(จันทร์พิมพ์ สุขเสริมฉันทนากล่อมจิต,2553) โดยโปรแกรมนี้จะช่วยพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนทำให้นักเรียนสามารถป้องกันการติดเกมของตัวเองได้เป็นอย่างดี ส่วนผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวัดยายร่ม กรุงเทพมหานคร (สุวณัฐ สุวรรณสิงค์, 2552) สามารถส่งเสริมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาของนักเรียนทำให้อลดพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการติดเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ได้ นักเรียนจะเรียนรู้วิธีการคิดวิเคราะห์จนกระทั่งสามารถป้องกันการติดเกมได้ด้วยตนเอง และผลของโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ที่มีต่อนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 (นุจิอาภา ขจรบุญ, 2551)เป็นการส่งเสริมการป้องกันเด็กติดเกมโดยการชักกลุ่มนักเรียนซึ่งเด็กในวัยนี้เพื่อนจะมีอิทธิพลสำคัญมากในการทำกิจกรรมใด ๆ ก็ตามเพื่อให้ตนเองเป็นที่ยอมรับ

ดังนั้น ทั้งสามโปรแกรมมีความเหมาะสมในการนำไปประยุกต์ใช้เพื่อป้องกันการติดเกมในนักเรียนได้อย่างมีประสิทธิภาพ (พิจารณาจากผลการวิจัย) และความเป็นไปได้ในการนำไปใช้ มีความเป็นไปได้สูง แต่ทั้งนี้ต้องอาศัยความร่วมมือของหลายฝ่ายร่วมกัน ได้แก่ ตัวนักเรียนเอง โดยเฉพาะตัวนักเรียนเองต้องตระหนักถึงความสำคัญถึงปัญหาติดเกมครู/อาจารย์ และผู้ที่ทำหน้าที่ในการจัดกิจกรรมตามโปรแกรมด้วย

ประเด็นช่องว่างของความรู้จากการทบทวนวรรณกรรม (Gap of knowledge)

จากการทบทวนวรรณกรรมครั้งนี้ ทำให้เห็นประเด็นช่องว่างของความรู้ (gap of knowledge) ดังนี้

1. การประยุกต์ใช้โปรแกรมส่งเสริมพัฒนากิจกรรมรอบครัวในการป้องกันการติดเกมคอมพิวเตอร์ในเด็กวัยเรียน ควรคำนึงถึงกิจกรรมในใบงานและวิธีการสอนให้เหมาะสมกับกลุ่มเป้าหมายแต่ละกลุ่ม เช่น การทำกิจกรรมกลุ่มสัมพันธ์ตามใบงานที่ 1 และความยากง่ายของใบงานต่าง ๆ ตามพื้นฐานของผู้ปกครองหรือตามสถานการณ์ปัญหาการติดเกมที่ตรงกับความต้องการของแต่ละกลุ่มเป้าหมายนั้น
2. ควรมีการศึกษาติดตามผล การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมของผู้ปกครอง โดยเฉพาะการปฏิบัติพันธกิจของครอบครัว ว่าสามารถทำได้อย่างต่อเนื่องหรือไม่
3. ควรศึกษาติดตามผลของการปฏิบัติพันธกิจสำหรับเด็กวัยเรียนของผู้ปกครองว่าส่งผลต่อพฤติกรรมของเด็กวัยเรียนในการควบคุมตนเอง เกี่ยวกับการเล่นเกมคอมพิวเตอร์หรือไม่อย่างไร

4. ควรมีการศึกษาการเสริมสร้างพันธกิจสำหรับเด็กวัยเรียนกับกลุ่มเด็กวัยเรียนเพื่อเพิ่มความสามารถในการควบคุมตนเองเพื่อป้องกันการติดเกมคอมพิวเตอร์

5. เนื่องจากงานวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับปัญหาเด็กติดเกมในเขตพื้นที่ตำบลศาลยา อำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม ก่อนวางกรอบเนื้อหาการป้องกัน ปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ ดังนั้นหากจะนำโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์นี้ไปใช้จริงในโรงเรียน ผู้ใช้อาจจะต้องปรับปรุงเนื้อหาการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์คอมพิวเตอร์ในบางประการ เช่น ลักษณะของร้านเกม/ร้านอินเทอร์เน็ต อันตรายนต่าง ๆ ในร้านเกม/ร้านอินเทอร์เน็ต ปัญหาต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นได้จากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์เพื่อให้เหมาะสมกับสภาพสังคมและปัญหาของนักเรียน อันจะทำให้เด็กนักเรียนสามารถนำความรู้จากการเรียนการป้องกันปัญหาการติดเกมไปใช้ได้จริงในชีวิตประจำวันซึ่งเป็นจุดมุ่งหมายในการนำเสนอข้อมูลในครั้งนี้

6. ครูผู้สอนควรจะมีใจกว้าง สามารถยอมรับความความคิดเห็นและข้อเสนอแนะของนักเรียนได้ นอกจากนี้ยังต้องเป็นผู้แสวงหาความรู้ใหม่ๆ

7. ในการสอนการป้องกันปัญหาเด็กติดเกมคอมพิวเตอร์ อาจมีวิธีอื่นที่สามารถนำมาใช้อย่างได้ผล

8. การสอนการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ควรจัดกระบวนการต่อเนื่อง

9. ควรมีการศึกษาวิจัยถึงแนวทางในการป้องกันและแก้ไขปัญหาเด็กติดเกมให้มากขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งการป้องกันปัญหาในระดับครอบครัว

10. ควรทำการศึกษาวิจัยในลักษณะนี้กับตัวอย่างประชากรกลุ่มอื่น ๆ เช่น เด็กที่เป็นโรคสมาธิสั้น (ADHD) เด็กที่มีปัญหาอารมณ์ซึมเศร้าหรือวิตกกังวล เด็กที่ขาดทักษะทางสังคม เข้ากับเพื่อนไม่ได้ เด็กที่มีปัญหาการเรียน เด็กที่มีความรู้สึกลดคุณค่าในตัวเองต่ำ (low self esteem) เป็นต้น เนื่องจากเด็กในกลุ่มต่าง ๆ เหล่านี้ มีความเสี่ยงต่อการติดเกมมากกว่าเด็กทั่วไป

11. โปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญา สามารถลดพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ของนักเรียนได้ ดังนั้นโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาดังกล่าว จึงเป็นเครื่องมือที่จะสามารถช่วยให้ครู ครูแนะแนว นักจิตวิทยา ตลอดจนบุคคลที่ทำงานเกี่ยวข้องกับนักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 สามารถนำไปประยุกต์ใช้ในการจัดกิจกรรมให้การช่วยเหลือนักเรียนให้สามารถลดพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์และเลือกทำสิ่งที่ประโยชน์และมีคุณค่าต่อตัวเองได้

12. ความพร้อมของสมาชิกกลุ่ม และผู้นำกลุ่ม บรรยากาศที่เป็นกันเองมีความอบอุ่นไว้วางใจซึ่งกันและกันภายในกลุ่ม ส่งผลให้การจัดโปรแกรมมีประสิทธิภาพมากยิ่งขึ้น

13. กิจกรรมที่นำมาใช้ในการทำสมาธิ ผู้วิจัยควรคำนึงถึงอายุ ความสนใจของสมาชิกกลุ่ม ความถนัดหรือความชำนาญของผู้วิจัย ตลอดจนข้อจำกัดต่างๆ เช่น สถานที่ สื่ออุปกรณ์ ระยะเวลาที่ใช้ในการฝึก

14. ควรมีการศึกษากับนักเรียนกลุ่มตัวอย่างในระดับอื่น เช่น ระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย ระดับอุดมศึกษา หรือกลุ่มเยาวชนที่มีพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์

15. ควรมีการศึกษาผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์กับผลของการศึกษาการลดพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ด้วยวิธีการอื่น ๆ ว่าวิธีการใดสามารถลดพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ได้เป็นเวลานานและคงทนกว่ากัน ทั้งนี้เพื่อนำผลการศึกษาที่ได้ไปพัฒนาและปรับปรุงการปรับพฤติกรรมทางปัญญา ที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเกมคอมพิวเตอร์ ออนไลน์ให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้นต่อไป

16. นักศึกษากลุ่มเสี่ยงต่อการติดเกมคอมพิวเตอร์สามารถพัฒนาทักษะชีวิตได้

17. ควรมีการส่งเสริมการทำหน้าที่ของครอบครัวในการป้องกันการติดเกมของเด็กวัยเรียนไปให้บริการกับครอบครัวในเชิงรุก เช่น งานด้านการส่งเสริมสุขภาพ งานด้านการให้คำปรึกษาคู่ครอบครัวและหน่วยงานสุขศึกษาต่าง ๆ ตลอดจนการให้ความรู้แก่ครอบครัว และบุคคลทั่วไปในการทำหน้าที่ของครอบครัวเพื่อป้องกันการติดเกมของเด็กวัยเรียน ตลอดจนสามารถนำเอาโปรแกรมการส่งเสริมการทำหน้าที่ของครอบครัว ไปใช้ในการส่งเสริมการทำหน้าที่ของครอบครัวเพื่อการป้องกันการติดเกมของเด็กวัยเรียนต่อไป

18. การส่งเสริมการทำหน้าที่ของครอบครัวสามารถเป็นแนวทางสำหรับบุคลากรทางด้านสุขภาพ และนักศึกษายาบาลที่ใช้ในการส่งเสริมการทำหน้าที่ของครอบครัวเพื่อการป้องกันการติดเกมของเด็กวัยเรียน เพื่อให้ครอบครัวคงไว้ซึ่งบทบาท และการทำหน้าที่ของครอบครัวในการป้องกันการติดเกมของเด็กวัยเรียนได้อย่างเหมาะสมต่อไป

19. ควรมีการศึกษาและติดตามผลของการส่งเสริมการทำหน้าที่ของครอบครัวในระยะยาวร่วมด้วย และควรมีการนำโปรแกรมส่งเสริมการทำหน้าที่ในการป้องกันการติดเกมของเด็กวัยเรียนไปใช้ในการศึกษาในกลุ่มตัวอย่างอื่น หรือในบริบทพื้นที่อื่น ๆ เพื่อเป็นการพัฒนาวิชาชีพ และเป็นการต่อยอดองค์ความรู้ และเพื่อให้เห็นถึงประสิทธิภาพของโปรแกรมในสถานที่ หรือบริบทอื่น ๆ ที่แตกต่างกันออกไป

Area setting งานวิจัยส่วนใหญ่ทำในสถานศึกษา ได้แก่ โรงเรียนประถมศึกษาและมัธยมศึกษา สิ่งที่น่าสนใจในการทำวิจัยต่อคือ ควรทำใน area setting อื่นๆ ที่มีบริบทแตกต่างกันไป เช่น ในชุมชน ในแหล่งชุมชนแออัด เป็นต้น

Intervention งานวิจัยส่วนใหญ่มีการจัดกระทำในลักษณะที่ใช้โปรแกรมต่างๆ จัดกระทำกับกลุ่มตัวอย่างเพื่อให้มีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมที่ต้องการ จึงเป็นที่น่าสนใจว่ามียะไรอีกที่จะทำให้กลุ่มตัวอย่างในการป้องกันเด็กติดเกม

ข้อจำกัดในการศึกษา

ในการศึกษาโปรแกรมการป้องกันเด็กติดเกมโดยการทบทวนวรรณกรรมครั้งนี้ มีข้อจำกัดด้านระยะเวลา ทำให้ได้งานวิจัยจำนวนไม่มากพอ ซึ่งหากมีงานวิจัยที่นำมาทบทวนในจำนวนที่มากพอ จะทำให้ได้ประเด็นเพิ่มเติมและเพิ่มความแข็งแกร่ง (strength) ของการศึกษามากขึ้น

เอกสารอ้างอิง

- กัตติกา ชนะขว้าง. (2553). การวิเคราะห์ห่อภิมาณ:แนวคิดและการประยุกต์ใช้ในการวิจัยทางการแพทย์. *วารสารสภาการพยาบาล*. 25(4): (10-22).
- โครงการเว็บไซต์ดูแลและป้องกันปัญหาเด็กติดเกม. www.healthygamer.net. [20 January 2013].
- จันทร์พิมพ์ สุขเสริมฉันทนากล่อมจิต. (2553). ผลของการใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์. *วารสารวิจัย มข. (บศ.)*. 10 (1) : 96 – 103.
- จุฬารณย์ โสตะ. (2554). *คู่มือการป้องกันและแก้ไขเด็กติดเกม*. ภาควิชาสุขศึกษาและการส่งเสริมสุขภาพ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ชนิดา สีนวล. (2551). *โปรแกรมส่งเสริมพัฒนากิจของครอบครัวในการป้องกันการติดเกมคอมพิวเตอร์ในเด็กวัยเรียน*. ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต (สาธารณสุขศาสตร์) สาขาวิชาเอกการพยาบาล สาธารณสุขบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.
- ชาญวิทย์ พรนภดล และสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ, <http://www.bangkokbiznews.com/home/detail/it/science> [20 January 2013].
- เชษฐา งามจรัส. (2552). การประเมินความแตกต่างของผลงานวิจัยในการวิเคราะห์เมตา. 24(2) : 142-147.
- นงลักษณ์ วิรัชชัย. (2542). *การวิเคราะห์ห่อภิมาณ*. กรุงเทพฯ. คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นุจิอาภา ขจรบุญ. (2551). *ผลของโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ ที่มีต่อนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5*. ปริญญาครุศาสตร์ มหาบัณฑิต สาขาวิชาประถมศึกษา ภาควิชาหลักสูตรการสอนและเทคโนโลยีการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- แผนพัฒนาเศรษฐกิจและสังคมแห่งชาติฉบับที่ 11 พ.ศ. 2555 – 2559, <http://www.nesdb.go.th/Default.aspx?tabid=395> [20 January 2013].
- ลัดดาวรรณ หิรัญเจริญสุข. (2553). *โปรแกรมส่งเสริมการทำหน้าที่ครอบครัวเพื่อป้องกันการติดเกมของเด็กวัยเรียน ต่อการทำหน้าที่ครอบครัว : กรณีศึกษาครอบครัวในเขตเทศบาลนครนครราชสีมา*. วิทยานิพนธ์ปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- สุวณัฐ สุวรรณลิขค์. (2552). *ผลของโปรแกรมการปรับพฤติกรรมทางปัญญาที่มีต่อพฤติกรรมเสี่ยงต่อการติดเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนวัดยายร่ม*. กรุงเทพมหานคร ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต (จิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว) สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว ภาควิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.

Glass, G.V. and Smith, M.L. (1979). Meta-Analysis of research in the relationship of class size and achievement. *Educational Evaluation and Policy Analysis*. 1: 2-16.

Hunter, J.E., Schmidt, F.L. and Jackson, G.B. (1982). *Meta-Analysis: Cumulating Research Findings Across Studies*. Beverly Hills: Sage Publications.