

บทความวิจัย (Research Article)

ผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อแก้ปัญหาวงจรการติดเกมของเด็กและเยาวชน

ในเขตตำบลทุ่งผาย อำเภอเมืองลำปาง จังหวัดลำปาง

THE EFFECTS OF GUIDANCE ACTIVITIES FOR SOLVING GAME ADDICTION OF YOUNG CHILDREN AND YOUTHS IN TONG FAI SUBDISTRICT MUANG LAMPANG PROVINCE

Received: March 19, 2019

Revised: October 5, 2019

Accepted: October 15, 2019

อัมเรศ เนตาสิต^{1*} พิชชา ถนอมเสียง² จิรพันธ์ เครือสาร³ นภลัย ศรีวิชัย⁴ และพงษ์ศักดิ์ บุษเนียร⁵Ammaret Netasit^{1*} Pitcha Thanomsiang² Jirapan Khruessarn³Napalai Sriwichai⁴ and Phongsak Bussniam⁵^{1,2,3,4}คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏลำปาง⁵องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่งผาย^{1,2,3,4}Faculty of Education, Lampang Rajabhat University, Lampang 52100, Thailand⁵Tong Fai Subdistrict Administrative Organization, Lampang 52100, Thailand

*Corresponding Author, E-mail: a.netasit@yahoo.com

บทคัดย่อ

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อแก้ปัญหาวงจรการติดเกมของเด็กและเยาวชน และเพื่อประเมินผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว กลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวในชุดที่ได้พัฒนาขึ้นนั้น เป็นเด็กและเยาวชนในเขตตำบลทุ่งผาย อำเภอเมืองลำปาง จังหวัดลำปาง จำนวน 41 คน ได้มาโดยการสุ่มเจาะจงของเด็กและเยาวชน ที่ผู้ปกครองประเมินการติดเกมจากแบบคัดกรองการติดเกมฉบับผู้ปกครอง เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยได้แก่ แบบวิเคราะห์เอกสาร แบบสัมภาษณ์ แบบสังเกตพฤติกรรม การประชุมสนทนากลุ่ม แบบทดสอบการติดเกมฉบับเด็กและวัยรุ่น (Game Addiction Screening Test-GAST: Child and Adolescent Version) และแบบทดสอบการติดเกมฉบับผู้ปกครอง (Game Addiction Screening Test-GAST) สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และ t-test

ผลการวิจัยทำให้ได้ชุดกิจกรรมแนะแนวสำหรับแก้ปัญหาวงจรการติดเกมของเด็กและเยาวชน ชื่อชุดว่า “ปรับตัวเปลี่ยนใจ ไม่ติดเกม” ซึ่งประกอบไปด้วย บทนำ บทบาทของวิทยากร/ผู้ช่วยวิทยากร ในการจัดกิจกรรม ตัวอย่างแผนการจัดการกิจกรรม และกิจกรรมย่อยทั้งหมด 6 กิจกรรม ได้แก่ กิจกรรม 1) คนสองคน 2) My Idol 3) อุณภูมิมีพฤติกรรมเสี่ยง 4) สัญญาใจสู่นาคตที่ดีกว่า 5) ครั้งนั้น ฉันจำได้ และ 6) เป้าหมายมีไว้พุ่งชน ชุดกิจกรรมแนะแนวที่พัฒนาขึ้น ได้ทดสอบประสิทธิภาพด้วยการทดลองใช้กับกลุ่มตัวอย่าง พบว่า เด็กและเยาวชนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างลดพฤติกรรมการติดเกม และในภาพรวมเด็กและเยาวชนเพศชายลดพฤติกรรมการติดเกม คิดเป็นร้อยละ 46.40 เด็กและเยาวชนเพศหญิงลดพฤติกรรมการติดเกม คิดเป็นร้อยละ 45.01 เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยการติดเกมของเด็กและเยาวชนเพศชายและเพศหญิง ก่อนและหลังการเข้าร่วมกลุ่มในชุดกิจกรรมแนะแนว พบว่า ค่าเฉลี่ยการติดเกมของเด็กและเยาวชน มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยค่าเฉลี่ยการติดเกมของเด็กและเยาวชนหลังใช้ชุดกิจกรรมต่ำกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรม สำหรับการทดสอบการติดเกมของเด็กและเยาวชนในระยะติดตามที่ประเมินโดยผู้ปกครอง พบว่า เด็กและเยาวชนมีพัฒนาการพฤติกรรมการติดเกมลดลง คิดเป็นร้อยละ 46.55 เมื่อเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยการติดเกมของเด็กและเยาวชน ก่อนและระยะติดตาม 1 เดือน หลังจากใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว พบว่า

ค่าเฉลี่ยการติดเกมของเด็กและเยาวชน มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยค่าเฉลี่ยการติดเกมของเด็กและเยาวชนหลังใช้ชุดกิจกรรมต่ำกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรม

คำสำคัญ: ชุดกิจกรรมแนะแนว ติดเกม เด็กและเยาวชน

Abstract

This research aims to develop the guidance activity for solving game addiction in young children and youths and to assess the use of these guidance activity to solve the game addition problem. By volunteer sampling, the samples consisted of 41 young children and youths in Tong Fai Subdistrict, Muang, Lampang province, who were considered additive to games by their parents. The research instruments were content analysis, interview test, behavior observation form, focus group discussion, Game Addiction Screening Test-GAST: Child and Adolescent Version, and Game Addiction Screening Test-GAST for parents. The data were analyzed by using the mean standard deviation and T-test.

From the study, the guidance activity for solving game addition in young children and youths named "Adaption Change No games" was obtained. It consisted of introduction, lecturer/ assistant speaker roles, activity plan examples, and 6 activities such as "Two People" activity, "My Idol" activity, "Risk Behavior Temperature" activity, "Promise for Better Future" activity, "I Remember" activity, and "Run for the Goal" activity. After implementing this activity, the game additive behavior in the samples was decreased. The boys and girls lowered their game additive behavior accounting for 46.40 and 45.01 percent, respectively. The finding, according to before and after using the guidance activity, is different with statistically significant at .01. The mean of game addiction in young children and youths after using the guidance activity is lower than before using the activity. For assessment of the game addiction in children and youths in the follow-ups by parents, the data analysis revealed that the game additive behavior was decreased to 46.55 percent. The difference between before using the guidance activity and during the 1-month follow-ups is different with statistically significant at .01. The mean of game addiction in young children and youths after using the guidance activity is lower than that before using the activity.

Keywords: Guidance Activities, Game Addiction, Young Children and Youths

บทนำ

ในสภาวะการณ์ปัจจุบัน การดำรงชีวิตในสังคมหากจะมุ่งมั่นให้ประสบความสำเร็จต้องอาศัยปัจจัยหลายอย่างประกอบเข้าด้วยกัน อาทิเช่น การมีสุขภาพแข็งแรง ฐานะทางเศรษฐกิจที่มั่นคง มีการศึกษาที่ดี ทั้งนี้ ปัจจัยหนึ่งที่มีความสำคัญยิ่ง นั่นคือ การมีสุขภาพจิตที่ดี มีจิตใจที่เข้มแข็ง สามารถแก้ปัญหาและเอาชนะอุปสรรคต่างๆ ที่ผ่านเข้ามาในชีวิตได้ แต่ทว่าในสังคมปัจจุบันโดยเฉพาะอย่างยิ่งสถาบันครอบครัวที่มีเด็กและเยาวชนรวมอยู่ด้วย ประกอบกับการเป็นอยู่ของผู้ปกครองที่มีความเร่งรีบในด้านการงานหลัก ส่งผลให้ต้องหาเครื่องมือช่วยในการเลี้ยงดูบุตรหลาน เช่น โทรทัศน์และโทรศัพท์มือถือ เป็นต้น ทั้งนี้ จากการประชุมเวทีสภาเด็กและเยาวชน ซึ่งกองสวัสดิการ องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่งผาย Khetama (Persomal communication, September 20, 2017) ได้จัดขึ้นร่วมกับสำนักกิจการเด็กและเยาวชน พบข้อมูลว่า ประเด็นปัญหาของชุมชนประเด็นหนึ่งคือเด็กและเยาวชนใช้เทคโนโลยีและสื่อสังคมออนไลน์ในเด็กและเยาวชนที่มากเกินไป ทั้งนี้ อาจจะเป็นเพราะพ่อแม่ ผู้ปกครองนำเอาเทคโนโลยีมาเป็นเครื่องมือช่วยเลี้ยงดูบุตรหลาน และขาดการควบคุมสอดส่องหรือกำกับการใช้เทคโนโลยีนั้นๆ ส่งผลให้เกิดปัญหาเกิดขึ้นทั้งเด็กและชุมชน เช่น เด็กขาดการพัฒนาตนเองและขาดทักษะในการใช้ชีวิตของเด็กและเยาวชนที่ดี เกิดการล่อลวงให้เด็กและเยาวชนมีพฤติกรรมทางเพศที่ไม่

เหมาะสม โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเล่นเกมที่มาจากอุปกรณ์เหล่านั้น เกม คือ เครื่องเล่น หรืออุปกรณ์การเล่น เพื่อความสนุกสนาน เป็นเทคโนโลยีที่มีการพัฒนาอยู่ตลอด เกมที่เด็กและเยาวชนนิยมเล่นกันในปัจจุบันมีหลายรูปแบบ ได้แก่ ตู้เกมหยอดเหรียญ วิดีโอเกม เกมคอมพิวเตอร์ทั้งแบบออนไลน์และไม่ออนไลน์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเกมคอมพิวเตอร์ได้เข้ามาสู่เด็กๆ โดยเริ่มต้นจากการที่ทุกบ้านต้องมีคอมพิวเตอร์ใช้เพื่อการศึกษา การสื่อสาร และความบันเทิง ตลอดจนการมีโทรศัพท์ส่วนตัวทำให้เด็กเยาวชนเข้าถึงเกมคอมพิวเตอร์ได้มาก

เกมคอมพิวเตอร์ในปัจจุบันมีเครือข่ายกว้างขวางและเข้าถึงได้ง่ายและสามารถตอบสนองความต้องการทางจิตใจของเด็กได้แก่ ความสนุกสนาน ตื่นเต้นเร้าใจ และระบายความก้าวร้าว เกมมักจะมีความยากเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ ทำให้เกิดความท้าทาย และมักจะได้รับรางวัลเป็นแรงเสริมด้านบวกทันทีเมื่อได้รับชัยชนะ เด็กและวัยรุ่นที่มีความเชื่อมั่นในตนเองต่ำจากการที่ไม่ค่อยประสบความสำเร็จจากกิจกรรมอื่นๆ ในโลกความเป็นจริง แต่จะมีความสนุกสนานและพึงพอใจกับความสำเร็จในเกมจนไม่สามารถควบคุมได้ โดยเฉพาะเด็กที่ขาดการฝึกระเบียบวินัยที่เหมาะสม (Pornnoppadol, 2008) สำหรับเกมคอมพิวเตอร์รุ่นใหม่ที่ได้รับการนิยมนอย่างมากในปัจจุบันได้แก่เกมออนไลน์ที่มีลักษณะเป็นการสวมบทบาทสมมติในเกมโดยผู้เล่นหลายๆ คนโดยไม่จำเป็นต้องเปิดเผยตัวตนจริงๆ ของผู้เล่นจึงสามารถตอบสนองความต้องการทางจิตใจและสังคม ซึ่งได้แก่ ความรู้สึกมีกลุ่มเพื่อนและได้รับการยอมรับแก่เด็กได้ เด็กสามารถพูดคุยกับเพื่อนได้ในเรื่องเกม ประกอบกับสังคมปัจจุบันมีค่านิยมสนับสนุนให้เด็กใช้คอมพิวเตอร์เพื่อดูเหมือนว่าเป็นเด็กฉลาด ทันสมัย โดยไม่ได้ตระหนักถึงผลดี ผลเสียของเทคโนโลยี ไม่ได้เตรียมความพร้อมเด็กสำหรับการใช้เทคโนโลยีอย่างเหมาะสม เพื่อเป็นการป้องกันไม่ให้เกิดติดเกม

จากผลการวิจัยทั้งในและต่างประเทศชี้ให้เห็นว่าปัจจัยที่ทำให้เด็กเกิดพฤติกรรมติดเกมนั้นเกิดจากหลายปัจจัยด้วยกัน ไม่ว่าจะเป็นปัจจัยทางด้านชีวภาพ จิตใจ ครอบครัว หรือสังคม ล้วนเป็นปัจจัยที่ช่วยส่งเสริมหรือยับยั้งการเกิดพฤติกรรมการติดเกมในเด็กทั้งสิ้น นอกจากนี้ การเล่นเกมเป็นระยะเวลานานยังส่งผลกระทบต่อที่เป็นปัญหากับเด็กอีกมากมาย ได้แก่ สุขภาพร่างกาย การเรียน และพฤติกรรม ซึ่งถือเป็นผลกระทบที่สำคัญที่จะขัดขวางการพัฒนาของเด็กไม่ว่าจะเป็นการพัฒนาด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม โดยอาจส่งผลกระทบต่อเด็กเกิดปัญหาขึ้นในอนาคตได้ (Pornnoppadol & Vasupanrajit, 2015) ดังนั้น การดูแลแก้ไขปัญหาดังกล่าวเกมถือเป็นพันธกิจหลักที่ต้องให้ความสำคัญ เพราะไม่ใช่หน้าที่ของหน่วยงานใดหน่วยงานหนึ่งที่จะดูแลเรื่องนี้ แต่ทุกฝ่ายต้องร่วมมือกันทั้งครอบครัว โรงเรียน ชุมชน ภาครัฐ และภาคเอกชนที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ควรตระหนักถึงปัญหาและให้ความสำคัญกับการแก้ไขปัญหาอย่างจริงจัง เพื่อช่วยให้การแก้ไขปัญหาดังกล่าวพฤติกรรมติดเกมของเด็กและวัยรุ่นมีประสิทธิภาพมากที่สุด

ด้วยเหตุผลดังกล่าวทำให้คณะผู้วิจัยพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนว ซึ่งเป็นเครื่องมือทางการแนะแนวที่ประกอบด้วยกิจกรรมหลายๆ กิจกรรมมารวมกันอย่างเป็นระบบ ประกอบด้วยส่วนสำคัญ เช่น คู่มือผู้ใช้ชุดกิจกรรม เนื้อหา แผนจัดกิจกรรม ใบงาน และแบบประเมินผล เป็นต้น บรรจุมารวมกันไว้เป็นชุด และนำไปจัดกิจกรรมเพื่อส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนเกิดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการเล่นเกมที่เหมาะสม ซึ่งส่งผลให้สามารถช่วยแก้ปัญหาพฤติกรรมติดเกมของเด็กและเยาวชนได้

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

1. เพื่อพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อแก้ปัญหาพฤติกรรมติดเกมของเด็กและเยาวชน ในเขตตำบลทุ่งผาย อำเภอเมืองลำปาง จังหวัดลำปาง
2. เพื่อศึกษาผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวในการแก้ปัญหาพฤติกรรมติดเกมให้กับเด็กและเยาวชน ในเขตตำบลทุ่งผาย อำเภอเมืองลำปาง จังหวัดลำปาง
3. เพื่อติดตามผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมติดเกม ของเด็กและเยาวชน ในเขตตำบลทุ่งผาย อำเภอเมืองลำปาง จังหวัดลำปาง

วิธีดำเนินการวิจัย

1. **กำหนดกลุ่มตัวอย่างในการวิจัย** คือ เด็กและเยาวชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลทุ่งผาย อายุระหว่าง 11-18 ปี จำนวน 41 คน ได้จากแบบคัดกรองการติดเกมฉบับผู้ปกครอง และสมัครใจเข้าร่วมกิจกรรม (Volunteer Sampling)

2. **เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย** ประกอบไปด้วย แบบวิเคราะห์เอกสารโดยใช้เทคนิคการวิเคราะห์สาระ แบบสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญเพื่อศึกษาถึงกิจกรรมสำหรับแก้ปัญหาพฤติกรรมติดเกมของเด็กและเยาวชน แบบสอบถามเกี่ยวกับการยอมรับชุดกิจกรรม แบบบันทึกการสังเกตพฤติกรรมของเด็กและเยาวชนระหว่างการทำกิจกรรม การประชุมสนทนากลุ่ม แบบทดสอบการติดเกมฉบับเด็กและวัยรุ่น (Game Addiction Screening Test-GAST: Child and Adolescent Version) และแบบทดสอบการติดเกมฉบับผู้ปกครอง (Game Addiction Screening Test-GAST) ของสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์

3. **ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย** แยกเป็นขั้นตอนการพัฒนาชุดกิจกรรม การใช้ชุดกิจกรรม และการประเมินผลการใช้ชุดกิจกรรม ดังนี้

3.1 ขั้นตอนการพัฒนาชุดกิจกรรมเพื่อแก้ปัญหาพฤติกรรมติดเกมของเด็กและเยาวชน ได้แก่

1) ศึกษาเอกสาร งานวิจัย และเว็บไซต์ที่เกี่ยวข้อง เรื่อง ทฤษฎีของแบนดูรา และการแก้ไขพฤติกรรมติดเกม เพื่อนำมาวิเคราะห์ถึงแนวทางในการแก้ปัญหาพฤติกรรมติดเกมของเด็กและเยาวชน

2) สัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาและการแนะแนว และผู้เชี่ยวชาญด้านการจัดกิจกรรมสำหรับเด็กและเยาวชน เพื่อให้ได้แนวทางการจัดทำชุดกิจกรรมแนะแนวที่ใช้ในการแก้ไขพฤติกรรมติดเกมของเด็กและเยาวชน

3) ร่างชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อแก้ปัญหาพฤติกรรมติดเกมของเด็กและเยาวชน จากผลที่ได้จากการวิเคราะห์ข้อมูล และจากการสัมภาษณ์ และตามแนวคิดการปรับพฤติกรรมของแบนดูรา (Bandura, 1986) ซึ่งประกอบไปด้วย บทนำ บทบาทของวิทยากร/ผู้ช่วยวิทยากร ในการจัดกิจกรรม ตัวอย่างแผนการจัดกิจกรรม และกิจกรรมทั้งหมด 6 กิจกรรม ซึ่งในแต่ละกิจกรรมจะประกอบไปด้วย ชื่อกิจกรรม แนวคิดเกี่ยวกับการปรับพฤติกรรม วัตถุประสงค์ แนวคิดสำคัญ เวลาในการจัดกิจกรรม อุปกรณ์ วิธีดำเนินการกิจกรรม และการประเมินผล

4) หาคุณภาพของชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อแก้ปัญหาพฤติกรรมติดเกมของเด็กและเยาวชน โดย 4.1) สอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับการยอมรับชุดกิจกรรม กับนักวิชาการด้านจิตวิทยาการแนะแนว จำนวน 30 คน เพื่อให้แน่ใจว่าชุดกิจกรรมแนะแนวสามารถนำไปใช้ได้จริงกับกลุ่มตัวอย่าง โดยใช้แบบสอบถามที่มีลักษณะเป็นแบบมาตราส่วนประมาณค่า (Rating Scale) 5 ระดับ และปรับปรุงชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อแก้ปัญหาพฤติกรรมติดเกมของเด็กและเยาวชน ตามข้อเสนอแนะของนักวิชาการด้านจิตวิทยาและการแนะแนว และ 4.2) ตรวจสอบและยืนยันชุดกิจกรรมชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อแก้ปัญหาพฤติกรรมติดเกมของเด็กและเยาวชน โดยการจัดประชุมสนทนากลุ่ม ผู้ปกครอง เด็กและเยาวชน และผู้เกี่ยวข้องในชุมชน จำนวน 10 ท่าน เพื่อยืนยันและให้ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้ร่วมกับเด็กและเยาวชนในเขตองค์การบริหารส่วนตำบลทุ่งผาย และปรับปรุงชุดกิจกรรมแนะแนวเพื่อแก้ปัญหาพฤติกรรมติดเกมของเด็กและเยาวชน ตามข้อเสนอแนะของผู้เข้าร่วมประชุมสนทนากลุ่ม

3.2 ขั้นตอนการใช้ชุดกิจกรรมเพื่อแก้ปัญหาพฤติกรรมติดเกมของเด็กและเยาวชน ได้แก่

1) เด็กและเยาวชนทำแบบทดสอบการติดเกมฉบับเด็กและวัยรุ่น (Game Addiction Screening Test-GAST: Child and Adolescent Version) ก่อนการเข้าร่วมกิจกรรม

2) จัดกิจกรรมตามชุดแนะแนวเพื่อแก้ปัญหาพฤติกรรมติดเกมของเด็กและเยาวชน ให้กับกลุ่มตัวอย่างระยะเวลา 2 วัน ณ องค์การบริหารส่วนตำบลทุ่งผาย

3) เด็กและเยาวชนทำแบบทดสอบการติดเกมฉบับเด็กและวัยรุ่น (Game Addiction Screening Test-GAST: Child and Adolescent Version) หลังการเข้าร่วมกิจกรรม

3.3 ขั้นตอนการประเมินผลการใช้ชุดกิจกรรมเพื่อแก้ปัญหาพฤติกรรมติดเกมของเด็กและเยาวชน ได้แก่

1) สังเกตพฤติกรรมของเด็กและเยาวชนระหว่างการทำกิจกรรม โดยการบันทึกการสังเกตแบบไม่เป็นทางการ

2) ผู้ปกครองทำแบบทดสอบการติดเกมฉบับผู้ปกครอง (Game Addiction Screening Test-GAST) หลังจากเด็กและเยาวชนร่วมกิจกรรมผ่านไปแล้ว 1 เดือน

3) สรุปผลการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว โดยการเปรียบเทียบผลการประเมินก่อน หลัง และระยะติดตาม การใช้ชุดกิจกรรมพัฒนาขึ้น จากผลการทดสอบการติดเกมฉบับเด็กและวัยรุ่น

ผลการวิจัย

1. ผลการพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวสำหรับแก้ปัญหาพฤติกรรมติดเกมของเด็กและเยาวชน ทำให้ได้ชุดกิจกรรมแนะแนวสำหรับแก้ปัญหาพฤติกรรมติดเกมของเด็กและเยาวชน ชื่อชุดว่า “ปรับตัว เปลี่ยนใจ ไม่ติดเกม” ซึ่งประกอบไปด้วย บทนำ บทบาทของวิทยากร/ผู้ช่วยวิทยากร ในการจัดกิจกรรม ตัวอย่างแผนการจัดกิจกรรม และกิจกรรมย่อยทั้งหมด 6 กิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมที่ 1 “คนสองคน” กิจกรรมที่ 2 “My Idol” กิจกรรมที่ 3 “อุณหภูมิพฤติกรรมเสี่ยง” กิจกรรมที่ 4 “สัญญาณเตือนขนาดที่ติกว่า” กิจกรรมที่ 5 “ครั้งนั้น ฉันจำได้” และ กิจกรรมที่ 6 “เป้าหมายมีไว้พุ่งชน” โดยในแต่ละกิจกรรมย่อยจะประกอบไปด้วย ชื่อกิจกรรม แนวคิดเกี่ยวกับการปรับพฤติกรรม วัตถุประสงค์ แนวคิดสำคัญ เวลาในการจัดกิจกรรม อุปกรณ์ วิธีดำเนินกิจกรรม และการประเมินผลทั้งนี้ชุดกิจกรรมดังกล่าวได้จัดทำเป็นรูปเล่มมีภาพประกอบและสีสันสวยงาม ขนาด A5 เพื่อให้สะดวกต่อการพกพาไปใช้งานและการเผยแพร่ ดังภาพ 1



ภาพ 1 ชุดกิจกรรมแนะแนวสำหรับแก้ปัญหาพฤติกรรมติดเกมของเด็กและเยาวชน ชื่อชุด “ปรับตัว เปลี่ยนใจ ไม่ติดเกม”

2. ผลการนำชุดกิจกรรม “ปรับตัว เปลี่ยนใจ ไม่ติดเกม” ไปใช้กับกลุ่มตัวอย่าง มีการสังเกตโดยใช้แบบบันทึก การสังเกต สังเกตพฤติกรรมของเด็กและเยาวชนระหว่างการทำกิจกรรมด้วย ผลการสังเกตพฤติกรรมของเด็กและเยาวชนระหว่างทำกิจกรรม พบว่า เด็กและเยาวชนมีพฤติกรรมการแสดงออกที่เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของกิจกรรม และมีพฤติกรรมที่น่าสนใจ ดังนี้

2.1 กิจกรรมเรื่อง “คนสองคน” ผู้เข้าร่วมกิจกรรมสามารถช่วยกันสรุปสิ่งที่ได้เรียนรู้จากกิจกรรมคนสองคน พบว่า พวกเขาช่วยกันสรุปว่า การเล่นเกมทำให้พวกเขามีลักษณะนิสัยซึ่งหึงหวงติดเมื่อไม่ได้เล่น ทำให้พวกเขามีสมาธิในการเรียน หรือการทำการบ้านลดลง เป็นต้น ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าพวกเขาสามารถสังเกตความแตกต่างของผลที่ได้รับจากการกระทำของเขา และสามารถเรียนรู้จากการสังเกตตัวเองได้

2.2 กิจกรรมเรื่อง “My Idol” เด็กและเยาวชนส่วนใหญ่มีความเห็นตรงกันว่าจากการชมการแสดงบทบาทสมมติของแต่ละกลุ่มถึงรู้ว่าสิ่งที่พวกเขาทำไปนั้นบางเป็นเรื่องที่น่าตลก ไม่รู้ว่าพวกเขาทำไปได้อย่างไร เช่น การที่เมววานให้ไปซื้อของแล้วพวกเขาไม่เคยคืนเงินทอนให้กับแม่เลย เพราะพวกเขาต้องเก็บไว้เล่นเกม เป็นต้น ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าพวกเขาสามารถเปลี่ยนแปลงความคิดของตนเองได้ ซึ่งเป็นไปตามวัตถุประสงค์ของกิจกรรมนี้

2.3 กิจกรรมเรื่อง “อุณภูมิพฤติกรรมเสี่ยง” สิ่งที่พวกเขาได้ได้เรียนรู้จากกิจกรรมอุณภูมิพฤติกรรมเสี่ยง คือ การรู้ถึงพฤติกรรมความเสี่ยงในการเล่นเกมนของตนเอง ซึ่งเป็นเรื่องที่พวกเขาไม่เคยวิเคราะห์ตนเองมาก่อน การรู้พฤติกรรมความเสี่ยงนี้จะทำให้พวกเขารู้ถึงวิธีการกำกับหรือควบคุมตนเองเพื่อไม่ให้ไปเล่นเกมได้ ถือได้ว่าเป็นการแก้ที่สาเหตุ นอกจากนั้นพวกเขายังได้ตั้งรางวัลให้กับตนเองถ้าพวกเขาลดการเล่นเกมนได้ตามเป้าที่กำหนดอีกด้วย นั่นหมายความว่าพวกเขาสามารถสังเกตพฤติกรรมการเล่นเกมนของตนเองได้ เปรียบเทียบพฤติกรรมการเล่นเกมนของตนเอง และบรรทัดฐานที่เป็นมาตรฐานได้ และยังสามารถบอกวิธีการกำกับตนเอง การให้รางวัลและการลงโทษเพื่อนำไปสู่การเล่นเกมนอย่างสร้างสรรค์ได้อีกด้วย

2.4 กิจกรรมเรื่อง “ครั้งนั้น ฉันจำได้” เมื่อวิทยากรสอบถามความคิด ความรู้สึกของผู้เข้าร่วมกิจกรรม พวกเขาได้สะท้อนว่ากิจกรรมนี้ทำให้พวกเขารู้ว่าตนเองก็มีความสามารถไม่แพ้คนอื่น ส่งผลให้พวกเขามีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองมากยิ่งขึ้น และพวกเขาจะพยายามต่อไปอย่างไม่ท้อถอยเพื่อให้พวกเขาได้ประสบความสำเร็จในเรื่องอื่นๆ

2.5 กิจกรรมเรื่อง “เป้าหมายมีไว้พุ่งชน” ในขั้นตอนการสรุปวิทยากรกระตุ้นให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมให้แสดงถึงความรู้สึกของพวกเขาคือกิจกรรมนั้น ทำให้ทราบว่าบางคนยังไม่เคยกำหนดเป้าหมายของตนเองมาก่อน ดังนั้นการทำกิจกรรมนี้ทำให้พวกเขาได้ทราบเป้าหมายในการเรียน และการทำงานของตนเอง มีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองมากยิ่งขึ้น วิทยากรจึงได้เน้นย้ำให้พวกเขามีความความอดทน ไม่ท้อถอย เมื่อพบอุปสรรค และทำให้สำเร็จตามเป้าหมายที่วางแผนไว้

2.6 กิจกรรมเรื่อง “สัญญาใจสู่อนาคตที่ดีกว่า” ผู้เข้าร่วมกิจกรรมได้สะท้อนว่าทำให้พวกเขาได้ค้นพบบางอย่างเกี่ยวกับตนเอง ได้เป้าหมายในการเรียนและการทำงาน และที่สำคัญพวกเขาเกิดแรงจูงใจในการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเล่นเกมนของพวกเขา นอกจากนั้นวิทยากรยังเน้นย้ำถึงการนำข้อตกลงที่ได้ทำสัญญาไว้ไปปฏิบัติ และให้กำลังใจผู้เข้าร่วมกิจกรรมในการลดพฤติกรรมการเล่นเกมนอีกด้วย

3. ผลการประเมินการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการเล่น

3.1 การทดสอบการติดเกมของเด็กและเยาวชนก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวของเด็กและเยาวชนเพศชาย จำนวนทั้งหมด 23 คน พบว่า ก่อนร่วมกิจกรรมแนะแนว มีพฤติกรรมติดเกมจัดอยู่ในกลุ่ม น่าจะติดเกม คิดเป็นร้อยละ 38.70 หลังร่วมกิจกรรมแนะแนว มีพฤติกรรมติดเกมจัดอยู่ในกลุ่ม ปกติ คิดเป็นร้อยละ 20.74 โดยลดพฤติกรรมการเล่นเกมน คิดเป็นร้อยละ 46.40

สำหรับเด็กและเยาวชนเพศหญิง จำนวนทั้งหมด 18 คน พบว่า ก่อนร่วมกิจกรรมแนะแนว มีพฤติกรรมติดเกมจัดอยู่ในกลุ่ม น่าจะติดเกม คิดเป็นร้อยละ 27.28 หลังร่วมกิจกรรมแนะแนว มีพฤติกรรมติดเกมจัดอยู่ในกลุ่ม ปกติ คิดเป็นร้อยละ 15.00 โดยลดพฤติกรรมการเล่นเกมน คิดเป็นร้อยละ 45.01

3.2 การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยการติดเกมของเด็กและเยาวชนเพศชาย ก่อนและหลังใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว พบว่า ค่าเฉลี่ยการติดเกมของเด็กและเยาวชนเพศชาย ระหว่างก่อนและหลังใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยค่าเฉลี่ยการติดเกมของเด็กและเยาวชนหลังใช้ชุดกิจกรรมต่ำกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรม

3.3 การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยการติดเกมของเด็กและเยาวชนเพศหญิง ก่อนและหลังใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว พบว่า ค่าเฉลี่ยการติดเกมของเด็กและเยาวชนเพศหญิง ระหว่างก่อนและหลังใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยค่าเฉลี่ยการติดเกมของเด็กและเยาวชนหลังใช้ชุดกิจกรรมต่ำกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรม

3.4 การทดสอบการติดเกมของเด็กและเยาวชนในระยะติดตามที่ประเมินโดยผู้ปกครองของเด็กและเยาวชน ก่อนและระยะติดตามการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่ประเมินโดยผู้ปกครอง จำนวนทั้งหมด 41 คน พบว่า ก่อนร่วมกิจกรรมแนะแนว มีพฤติกรรม

ติดเกมจัดอยู่ในกลุ่ม น่าจะติดเกม คิดเป็นร้อยละ 17.37 หลังร่วมกิจกรรมแนะแนว มีพฤติกรรมติดเกมจัดอยู่ในกลุ่ม ปกติ คิดเป็นร้อยละ 15.12 โดยมีพัฒนาการพฤติกรรมการเล่นเกมที่ดีขึ้น คิดเป็นร้อยละ 46.55

3.5 การเปรียบเทียบความแตกต่างของค่าเฉลี่ยการติดเกมของเด็กและเยาวชน ก่อนและระยะติดตามหลังจากใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว ที่ประเมินโดยผู้ปกครอง ค่าเฉลี่ยการติดเกมของเด็กและเยาวชนเพศหญิง ระหว่างก่อนและระยะติดตามหลังจากการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว ที่ประเมินโดยผู้ปกครอง มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยค่าเฉลี่ยการติดเกมของเด็กและเยาวชนหลังใช้ชุดกิจกรรมต่ำกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรม

อภิปรายผลการวิจัย

1. การพัฒนาชุดกิจกรรมแนะแนวสำหรับแก้ปัญหาพฤติกรรมติดเกมของเด็กและเยาวชน คณะผู้วิจัยได้ใช้รูปแบบกิจกรรมแนะแนว เป็นกิจกรรมเพื่อใช้แก้ปัญหาพฤติกรรมติดเกมของเด็กและเยาวชน กิจกรรมแนะแนว จำนวน 6 ครั้ง โดยเริ่มจากการละลายพฤติกรรมเพื่อเตรียมความพร้อมและสร้างความคุ้นเคยให้กับเด็กและเยาวชน คณะผู้วิจัยได้ดำเนินการทำกิจกรรมแนะแนวเพื่อปรับพฤติกรรมการเล่นเกมนอนไลน์ โดยได้ใช้แนวทางการปรับพฤติกรรมของแบนดูราเพื่อแก้ปัญหาพฤติกรรมติดเกมของเด็กและเยาวชน โดยเป็นการช่วยเหลือและส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนสนใจและเกิดความรู้ความเข้าใจในพฤติกรรมการเล่นของตนเองโดยใช้การรู้คิดในการกำหนดพฤติกรรม ซึ่ง Bandura (1986) ได้กล่าวถึงพฤติกรรมมนุษย์ที่เกิดขึ้นว่า มาจากองค์ประกอบส่วนบุคคล และองค์ประกอบทางสิ่งแวดล้อมมีอิทธิพลซึ่งกันและกัน พฤติกรรมของมนุษย์สามารถกำหนดสิ่งแวดล้อม สิ่งแวดล้อมก็สามารถกำหนดพฤติกรรม พฤติกรรมสามารถกำหนดองค์ประกอบส่วนบุคคล องค์ประกอบส่วนบุคคลก็สามารถกำหนดพฤติกรรมได้เช่นกัน ในทำนองเดียวกันองค์ประกอบทางสิ่งแวดล้อมและองค์ประกอบส่วนบุคคลก็มีอิทธิพลซึ่งกันและกัน ดังนั้นในการช่วยเหลือพฤติกรรมติดเกมจึงมีความสัมพันธ์กันกับในด้านองค์ประกอบส่วนบุคคลและสิ่งแวดล้อมด้วยใช้การเรียนรู้โดยการสังเกต การกำกับตนเอง และการรับรู้ความสามารถของตนเอง เช่นเดียวกับ Koocharoenpisa et al. (2018) ที่กล่าวว่า การจัดกิจกรรมที่ให้ให้นักเรียนได้ลงมือปฏิบัติ มีการทำงานร่วมกัน ได้แลกเปลี่ยนแสดงความคิดเห็นร่วมกันจะช่วยส่งเสริมให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ ส่งเสริมการคิดวิเคราะห์ การคิดอย่างมีระบบ

การเรียนรู้โดยการสังเกต เป็นการที่เด็กและเยาวชนได้เรียนรู้จากผลของการกระทำทั้งทางบวกและทางลบจากพฤติกรรมติดเกม ดังที่ Charoenwanit (2013) ได้กล่าวถึงผลกระทบที่เกิดจากพฤติกรรมติดเกม คือ ด้านสุขภาพร่างกาย ทำให้มีเวลาในการออกกำลังกายลดน้อยลงและส่งผลโดยตรงในการแสดงออกของอาการทางกายที่หาสาเหตุไม่ได้ ด้านพัฒนาการมีผลโดยตรงในเรื่องของพัฒนาการด้านสังคม ด้านพฤติกรรมและสภาพจิตใจเด็กติดเกมจะเสี่ยงต่อการมีพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงด้วยการเลียนแบบมาจากเกม และด้านการเรียนการทำงานและสังคมผู้เล่นเกมจะหมกมุ่นอยู่แต่กับการเล่นเกมจนไม่สนใจในการเรียนไม่รับผิดชอบต่อหน้าที่ของตนเองผลการเรียนตกต่ำลงไม่มีสมาธิเวลาทำงานและขาดสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น ดังนั้นการที่เด็กและเยาวชนสามารถที่จะรับรู้ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเล่น เกม ผลของการเล่นเกม โดยกระบวนการเรียนรู้จากผลการกระทำที่ได้จากการสังเกตจะทำให้ตระหนักรู้พฤติกรรมติดเกมว่าก่อให้เกิดผลกระทบอย่างไร ซึ่งจะทำให้เป็นแนวทางหนึ่งในการกำหนดพฤติกรรมการเล่น เกม ซึ่งชุดกิจกรรมการแนะแนวสำหรับแก้ปัญหาพฤติกรรมติดเกมของเด็กและเยาวชน จึงมีกิจกรรมการเรียนรู้โดยการสังเกต จำนวน 2 กิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมที่ 1 “คนสองคน” และ กิจกรรมที่ 2 “My Idol” โดยเด็กและเยาวชนจะสังเกตความแตกต่างของผลที่ได้รับจากพฤติกรรมติดเกม และสามารถเรียนรู้จากการสังเกตตัวแบบจากชีวิตจริงซึ่งเป็นเรื่องจริงของคนที่เคยติดเกมอย่างหนัก และสามารถจัดสรรเวลาเล่นเกมได้ ใช้การเล่นเกมให้เกิดประโยชน์มีชีวิตที่ดีขึ้นและมีความสุข Pornoppadol and Vasupanrajit (2015) ได้กล่าวถึง ผู้เสพติดเกมจะรู้สึกพึงพอใจและเพลิดเพลิน โดยไม่สามารถควบคุมพฤติกรรมและเวลาในการเล่นของตนเองได้ แม้พยายามจะลดหรือเลิกก็มักไม่สำเร็จไม่สามารถควบคุมตนเองให้หยุดเล่นได้ ดังนั้นผู้วิจัยจึงเลือกใช้แนวคิดในการกำกับตนเองของแบนดูราที่เชื่อว่าพฤติกรรมของมนุษย์เราไม่ได้เป็นผลพวงของการเสริมแรงและการลงโทษจากภายนอกแต่เพียงอย่างเดียวหากแต่ว่ามนุษย์เราสามารถกระทำให้บางสิ่งบางอย่างเพื่อควบคุมความคิดความรู้สึกและการกระทำของตนเอง ด้วยผลกระทบที่เขาหามาเองเพื่อตัวเขาซึ่งความสามารถในการดำเนินการดังกล่าวนี้ แบนดูราเรียกว่าเป็นการกำกับตนเองซึ่งจะสามารถทำได้ก็ต่อเมื่อมีการฝึกฝนและ

พัฒนา การฝึกฝนนั้นประกอบไปด้วย 3 ประการ คือ กระบวนการสังเกตของตนเอง กระบวนการตัดสินใจ และการแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง และในชุดกิจกรรมการแนะแนวสำหรับแก้ปัญหาพฤติกรรมติดเกมของเด็กและเยาวชน จึงมีกิจกรรมการกำกับตนเอง จำนวน 2 กิจกรรม คือ กิจกรรมที่ 3 “อุณหภูมิต่อพฤติกรรมเสี่ยง” โดยเด็กและเยาวชนสังเกตพฤติกรรมการเล่นของตนเอง เปรียบเทียบพฤติกรรมการเล่นของตนเอง และบรรทัดฐานที่เป็นมาตรฐาน และบอกวิธีการกำกับตนเอง การให้รางวัลและการลงโทษเพื่อนำไปสู่การเล่นอย่างสร้างสรรค์ และกิจกรรมที่ 6 “สัญญาใจสู่อุณหภูมิต่ำกว่าเดิม” ซึ่งจะช่วยให้เด็กและเยาวชนสามารถตั้งพฤติกรรมเป้าหมายที่ต้องการเกี่ยวกับการลดการเล่นหรือการเล่นอย่างสร้างสรรค์ที่ชัดเจนบอกถึงสิ่งที่ต้องกระทำเพื่อบรรลุเป้าหมายนั้น และบอกถึงการเสริมแรงหรือสิ่งล่อใจตนเองเมื่อบรรลุเป้าหมายที่สัญญากับตนเอง

การรับรู้ความสามารถของตนเอง ความสามารถของคนเรานั้นไม่ตายตัว หากแต่ยืดหยุ่นตามสภาพการณ์ ดังนั้น สิ่งที่จะกำหนดพฤติกรรมการเล่น จึงขึ้นอยู่กับความสามารถของตนเองในสภาวะการณ์นั้นๆ นั่นคือ ถ้าเด็กและเยาวชนมีความเชื่อว่ามีความสามารถ ก็จะแสดงออกถึงความสามารถนั้นออกมา ทำให้มีความอดทน อุตสาหะ ไม่ท้อถอยซึ่งจะนำไปสู่การประสบความสำเร็จ ในที่สุด ในชุดกิจกรรมการแนะแนวสำหรับแก้ปัญหาพฤติกรรมติดเกมของเด็กและเยาวชน จึงมีกิจกรรมการรับรู้ความสามารถของตนเอง จำนวน 2 ครั้ง คือ กิจกรรมที่ 4 “ครั้งนั้น ฉันทำได้” และกิจกรรมที่ 5 “เป้าหมายมีไว้พุ่งชน” โดยเด็กและเยาวชนจะได้เรียนรู้ผ่านกิจกรรมแนะแนวให้เป็นผู้มีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเอง และเกิดความอุตสาหะ ไม่ท้อถอย เมื่อพบอุปสรรคเป้าหมายในการประกอบอาชีพ หรือเป้าหมายในการเรียนต่อที่สอดคล้องกับจุดเด่น หรือความสามารถหรือความชอบของตนเอง ซึ่งสอดคล้องกับ Lohananthachai (2005) ซึ่งกล่าวว่า กิจกรรมแนะแนวว่าเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาความสามารถของผู้เรียนให้เหมาะสมตามความแตกต่างระหว่างบุคคล สามารถค้นพบพัฒนาศักยภาพของตนเอง รู้จักและเข้าใจตนเอง รู้ถึงความสามารถ ความสนใจ ความถนัด อันจะนำไปสู่การพัฒนากระบวนการคิดและการวางแผน ตลอดจนสามารถปรับตัวให้อยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข

2. การนำชุดกิจกรรม “ปรับตัว เปลี่ยนใจ ไม่ติดเกม” ไปใช้ คณะผู้วิจัยได้สังเกตพฤติกรรมของเด็กและเยาวชนระหว่างทำกิจกรรม พบว่าเด็กและเยาวชนมีพฤติกรรมแสดงออกที่เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของกิจกรรม และมีพฤติกรรมที่น่าสนใจ พบว่าเด็กถ่ายทอดความคิดที่เป็นความจริง ตรงตามลักษณะนิสัยและความคิดของตนเอง เวลาที่ไม่ได้เล่นเกมจะเป็นคนขี้หงุดหงิด เวลาที่เล่นเกมจะสนุกสนาน เป็นต้น นอกจากนี้ลักษณะนิสัยของเด็กติดเกมในระหว่างการเล่นเกม เช่น “ก็สนุกดี แต่ทำให้เครียด” “หัวร้อนถ้าเกมหลุด” “เครียด เพราะจิตใจจดจ่ออยู่กับเกม” “อารมณ์เสีย” “รำคาญคนรอบข้าง” “มีความสุขได้เล่นเกมที่ตัวเองชอบ” และคนรอบข้างของพวกเขามักจะชอบเด็กที่มีสมาธิในการเรียน ทำการบ้าน และเด็กที่ไม่ขี้โมโห เป็นต้นซึ่งสอดคล้องกับ Charoenwanit (2013) ซึ่งได้กล่าวถึง ด้านพฤติกรรมและสภาพจิตใจเด็กติดเกมจะเสี่ยงต่อการมีพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงด้วยการเลียนแบบมาจากเกมที่ตนเองเล่นอยู่แล้วมาใช้ในชีวิตจริงโดยเริ่มจากการมีความคิดและอารมณ์ที่รุนแรงจนแสดงออกมาเป็นพฤติกรรมในที่สุดเนื่องจากการเล่นเกมนั้นจะมีบทบาทของผู้เล่นให้เป็นผู้กระทำความรุนแรงด้วยตนเองและได้รับรางวัลหรือไต่ระดับความสามารถในเกมอื่นๆ ขึ้นเรื่อยๆ เป็นการเสริมแรงให้กับผู้เล่นการที่เล่นเกมที่มีความรุนแรงเป็นเวลานานทำให้บุคคลนั้นมีการรับรู้แปลความหมายติดสินใจและตอบสนองต่อสถานการณ์ต่างๆ ไปในทางก้าวร้าวรุนแรงมากขึ้นจนทำให้เกิดเป็นความเคยชิน และสอดคล้องกับ Pornnoppadol and Vasupanrajit (2015) ที่กล่าวว่าการเล่นอินเทอร์เน็ตเนตจะทำให้ไม่มีเวลาทำการบ้าน ศึกษาหาความรู้และไม่สนใจในการเรียน เพราะจิตใจมัวจดจ่อต่อการสนทนาออนไลน์ และการเล่นเกมออนไลน์

เด็กและเยาวชนส่วนใหญ่มีความเห็นตรงกันว่าจากการชมการแสดงบทบาทสมมติของแต่ละกลุ่มถึงรู้ว่าสิ่งที่พวกเขาทำไปนั้นบางเป็นเรื่องที่น่าตลก ไม่รู้ว่าพวกเขาทำไปได้อย่างไร เช่น การที่แม่ให้วานไปซื้อของแล้วพวกเขาไม่เคยคืนเงินทอนให้กับแม่เลย เพราะพวกเขาต้องเก็บไว้เล่นเกม เป็นต้น ซึ่งสอดคล้องกับ Pornnoppadol and Vasupanrajit (2015) ที่กล่าวว่าผู้เสพติดเกมจะสูญเสียค่าใช้จ่ายจำนวนมากไปกับกิจกรรมในอินเทอร์เน็ตไม่ว่าจะเป็นค่าบริการการใช้อินเทอร์เน็ตค่าโทรศัพท์รวมถึงการติดพันออนไลน์ เป็นต้น

พฤติกรรมเสี่ยงต่อการเล่นเกมของเด็กและเยาวชนมากที่สุดคือ การเดินผ่านร้านเกม เพื่อนชวน และการมีเงินส่วนพฤติกรรมที่เสี่ยงน้อยที่สุดคือ การดูทีวีอยู่ที่บ้าน การกลับบ้านทันทีหลังจากเลิกเรียน และการไม่พกเงินไปโรงเรียนมากเกินไป

ซึ่งสอดคล้องกับ Sompaisan (2008) ที่กล่าวถึง สาเหตุที่ทำให้เด็กติดเกม คือ ชุมชน ร้านอินเทอร์เน็ต ร้านเกมที่เกิดขึ้นมากมาย สังคม วัฒนธรรม ให้ความสำคัญกับวัตถุนิยมหรือการมีเงินจำนวนมาก ไม่รู้สึกภาคภูมิใจกับคุณธรรมจริยธรรมภายใน ถ้าเด็กมีความภาคภูมิใจกับคุณธรรมภายในใจ เด็กจะไม่แก่งแย่ง ไม่ว่าเพื่อนจะมาชวนไปลองบูห์รี่ ต้มเหล้า ซึ่งรถหรือเล่นเกมก็ตาม เพราะเด็กจะรู้ว่าคุณค่าของเขายังอยู่ แม้ว่าเขาจะไม่ทำตามที่เพื่อนชวนก็ตาม เด็กๆ ทุกคนต้องการความภาคภูมิใจในตัวเอง ซึ่งเป็นความรู้สึกว่าตัวเองมีอะไรดี แต่ถ้าเด็กรู้สึกไม่พร้อมที่จะอวดตัวเองกับคนอื่น เด็กจะไปสร้างความภาคภูมิใจในตัวเองด้วยวิธีการต่างๆ รวมถึงการเล่นเกมเพื่อให้เพื่อนยอมรับ การสร้างให้เด็กมองตัวเองในมุมดีจึงเป็นเรื่องจำเป็น

กิจกรรมกำกับหรือควบคุมที่เด็กและเยาวชนได้รู้ถึงพฤติกรรมความเสี่ยงในการเล่นเกมนของตนเอง ซึ่งเป็นเรื่องที่พวกเขาไม่เคยวิเคราะห์ตนเองมาก่อน ซึ่งการรู้พฤติกรรมความเสี่ยงนี้จะทำให้พวกเขาเรียนรู้วิธีการกำกับหรือควบคุมตนเองเพื่อไม่ให้ไปเล่นเกมได้ ถือได้ว่าเป็นการแก้ที่สาเหตุ สิ่งที่จะทำคือ การปฏิเสธเวลาเพื่อนชวนไปเล่นเกม ไปเล่นกีฬาแทนการเล่นเกม และเมื่อมีเงินพวกเขาจะนำไปฝากไว้กับผู้ปกครอง เป็นต้น สอดคล้องกับ Pornnoppadol (2008) ที่กล่าวว่า การแก้ไขปัญหาเด็กติดเกมนอกจากการให้ความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้องเกี่ยวกับปัญหาการติดเกมแก่เด็กและเยาวชนครอบครัวและสังคมแล้วควรสร้างความตระหนักให้ทราบถึงผลกระทบที่เกิดขึ้นจากปัญหาการติดเกมควบคู่กันไปด้วยเพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทัศนคติและนำได้มีกิจกรรมสร้างสรรค์อื่นๆ ทำในเวลาว่าง อาทิ การเล่นดนตรีกีฬาตามความสนใจของเด็ก นอกจากนั้นเด็กและเยาวชนได้เรียนรู้วิธีการให้รางวัลให้กับตนเองถ้าลดการเล่นได้ตามเป้าที่กำหนดอีกด้วย สอดคล้องกับ Skinner (1953) พฤติกรรมของมนุษย์ถูกควบคุมโดยเงื่อนไขของการเสริมแรงและการลงโทษ และให้ความสำคัญของการเสริมแรงในการเรียนรู้มาก การเสริมแรงเป็นการทำให้พฤติกรรมหนึ่งของอินทรีย์เพิ่มขึ้นอันเป็นผลมาจากอินทรีย์ได้รับผลกระทบที่พึงพอใจหลังจากการกระทำนั้นเสร็จสิ้นลง ดังนั้นเด็กและเยาวชนเมื่อได้รับการเสริมแรงจากการทำเป้าหมายคือลดพฤติกรรมการเล่นเกมได้สำเร็จ ก็ได้รับผลที่พอใจซึ่งจะส่งผลให้แสดงพฤติกรรมคือการเล่นเกมน้อยลง ซึ่งการจัดกิจกรรมแนะแนวสำหรับเด็กและเยาวชนครั้งนี้ นอกจากเด็กและเยาวชนได้เรียนรู้วิธีการเสริมแรงด้วยตัวเองแล้ว ก็ได้รับการเสริมแรงจากวิทยากร ทั้งนี้ การเสริมแรงสามารถใช้ในการส่งเสริมให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมแสดงพฤติกรรมกรรมที่พึงปรารถนา เช่น การให้ความสนใจ คำชม การให้ของรางวัลที่เหมาะสมกับสิ่งที่ผู้ร่วมกิจกรรมให้ความสนใจและเหมาะสมกับวัย เป็นต้น การจะเลือกจะใช้แรงเสริมแบบใดนั้น วิทยากรได้คำนึงถึงความเหมาะสมกับเด็กและเยาวชนแต่ละคนด้วยและมีข้อควรปฏิบัติในการให้การเสริมแรง เช่น ควรจะให้การเสริมแรงทันทีที่มีการตอบสนองได้อย่างถูกต้อง และควรให้การเสริมแรงอย่างสม่ำเสมอ เป็นต้น

เด็กและเยาวชนได้สำรวจตนเองจากอดีตถึงปัจจุบันว่ามีเหตุการณ์อะไรบ้างที่เป็นเหตุการณ์ที่ตนเองภูมิใจ หรือเป็นความสามารถ ซึ่งสิ่งที่ภูมิใจของพวกเขา เช่น การสอบเข้ามหาวิทยาลัยได้ การชนะเลิศประกวดทำนองเสนาะ การเคยสอบได้ที่หนึ่ง เป็นต้น และได้สะท้อนว่ากิจกรรมนี้ทำให้พวกเขารู้ว่าตนเองก็มีความสามารถไม่แพ้คนอื่น ส่งผลให้มีความเชื่อมั่นในความสามารถของตนเองมากยิ่งขึ้น การระบุเป้าหมายในการประกอบอาชีพหรือเป้าหมายในการเรียนต่อ ที่สอดคล้องกับจุดเด่น หรือความสามารถ หรือความชอบของตนเองในหน้าที่สาม สิ่งที่พวกเขาเขียน เช่น การประกอบอาชีพเป็นเชฟ เปิดร้านขายอุปกรณ์ตกปลา เป็นต้น เด็กและเยาวชนได้เรียนรู้วิธีการที่จะทำให้ตนเองไปถึงเป้าหมายนั้นๆ ได้ สิ่งที่พวกเขาเขียนเช่น เช่น ตั้งใจเรียนให้มากกว่าเดิม เก็บเงินให้ได้มากๆ เพื่อจะได้เปิดร้าน เป็นต้น ซึ่งสอดคล้องกับ Maslow (1977) ที่มีความเชื่อว่า มนุษย์เกิดมาพร้อมกับความดี ถ้าให้เสรีภาพแก่เด็กในการที่จะเลือกตัดสินใจ เด็กจะเลือกสิ่งที่ดีสำหรับตนเอง และมีความรับผิดชอบต่อการเลือกนั้น เขาจะเป็นตัวของเขาเองและพึ่งตนเองได้ ผู้ใหญ่ควรแสดงความไว้วางใจในตัวเด็ก ให้เขามีโอกาสจัดการกับชีวิตของเขาเอง ควบคุมตนเอง โดยไม่เข้าไปก้าวก่ายหรือควบคุมให้เด็กปรับพฤติกรรมตามความต้องการของผู้ใหญ่ เด็กก็จะพัฒนาเป็นคนที่มีความสามารถตามที่สังคมต้องการ และเด็กจะแสดงพฤติกรรมการเรียนรู้ตามแรงจูงใจที่เกิดจาก ความต้องการ ซึ่งความต้องการเป็นตัวกระตุ้นและผลักดันให้คนทำพฤติกรรม ดังนั้นการจัดกิจกรรมเพื่อแก้ปัญหาพฤติกรรมติดเกมของเด็กและเยาวชนครั้งนี้ ได้คำนึงถึงระดับแรงจูงใจที่มีอยู่ของเด็กและเยาวชนแต่ละคนและใช้การจูงใจที่เหมาะสม นอกจากนั้นกิจกรรมแนะแนวยังเป็นการส่งเสริมแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ให้กับเด็กและเยาวชนได้ด้วย กรณีเด็กและเยาวชนที่มีแรงจูงใจภายในและแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์ต่ำ วิทยากรได้ใช้แรงจูงใจภายนอกเป็นสิ่งผลักดันให้เด็กและเยาวชนแสดงพฤติกรรมหรือกระตุ้นให้เกิดพฤติกรรม เช่น การให้รางวัลคำชมการได้รับการยอมรับยกย่อง เป็นต้น โดยคำนึงถึงความเหมาะสมกับเด็ก

และเยาวชนแต่ละคน ตามความต้องการพื้นฐานของมนุษย์ตามหลักทฤษฎีความต้องการตามลำดับขั้นของมนุษย์ของมาสโลว์ โดยการตอบสนองความต้องการพื้นฐานของเด็กและเยาวชนเสียก่อนให้อิสระภาพและเสรีภาพในการเรียนรู้และการจัดบรรยากาศในระหว่างการทำกิจกรรมที่เอื้อต่อการเรียนรู้จะช่วยส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนการเกิดประสบการณ์ในการรู้จักตนเองตรงตามสภาพความเป็นจริง

3. การประเมินผลการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมเกมการติดเกม พบว่า การติดเกมของเด็กและเยาวชนเพศชายก่อนและหลังการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว ก่อนร่วมกิจกรรมแนะแนว มีพฤติกรรมติดเกมจัดอยู่ในกลุ่ม น่าจะติดเกม คิดเป็นร้อยละ 38.70 หลังร่วมกิจกรรมแนะแนว มีพฤติกรรมติดเกมจัดอยู่ในกลุ่ม ปกติ คิดเป็นร้อยละ 20.74 โดยมีพัฒนาการพฤติกรรมการเล่นเกมที่ดีขึ้น คิดเป็นร้อยละ 46.40 การติดเกมของเด็กและเยาวชนเพศหญิง ก่อนร่วมกิจกรรมแนะแนว มีพฤติกรรมติดเกมจัดอยู่ในกลุ่ม น่าจะติดเกม คิดเป็นร้อยละ 27.28 หลังร่วมกิจกรรมแนะแนว มีพฤติกรรมติดเกมจัดอยู่ในกลุ่มปกติ คิดเป็นร้อยละ 15.00 โดยมีพัฒนาการพฤติกรรมการเล่นเกมที่ดีขึ้น คิดเป็นร้อยละ 45.01 ค่าเฉลี่ยการติดเกมของเด็กและเยาวชนเพศชาย ระหว่างก่อนและหลังใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยค่าเฉลี่ยการติดเกมของเด็กและเยาวชนหลังใช้ชุดกิจกรรมต่ำกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรม ค่าเฉลี่ยการติดเกมของเด็กและเยาวชนเพศหญิง ระหว่างก่อนและหลังใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยค่าเฉลี่ยการติดเกมของเด็กและเยาวชนหลังใช้ชุดกิจกรรมต่ำกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรม การติดเกมของเด็กและเยาวชน ก่อนและระยะติดตามการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนวที่ประเมินโดยผู้ปกครอง พบว่า ก่อนร่วมกิจกรรมแนะแนว มีพฤติกรรมติดเกมจัดอยู่ในกลุ่ม น่าจะติดเกม คิดเป็นร้อยละ 17.37 หลังร่วมกิจกรรมแนะแนว มีพฤติกรรมติดเกมจัดอยู่ในกลุ่ม ปกติ คิดเป็นร้อยละ 15.12 โดยมีพัฒนาการพฤติกรรมการเล่นเกมที่ดีขึ้น คิดเป็นร้อยละ 46.55 ค่าเฉลี่ยการติดเกมของเด็กและเยาวชนเพศหญิง ระหว่างก่อนและระยะติดตามหลังจากการใช้ชุดกิจกรรมแนะแนว ที่ประเมินโดยผู้ปกครอง มีความแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 โดยค่าเฉลี่ยการติดเกมของเด็กและเยาวชนหลังใช้ชุดกิจกรรมต่ำกว่าก่อนการใช้ชุดกิจกรรม

จากผลการวิจัยดังกล่าวแสดงให้เห็นว่าพฤติกรรมเกมการติดเกมของเด็กและเยาวชนหลังเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวและสิ้นสุดการเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนวต่ำกว่าก่อนเข้าร่วมกิจกรรมแนะแนว ทั้งนี้อาจเป็นเพราะการสร้าง ชุดกิจกรรมแนะแนวสำหรับแก้ปัญหาพฤติกรรมติดเกมของเด็กและเยาวชนชื่อชุดว่า “ปรับตัว เปลี่ยนใจ ไม่ติดเกม” ที่คณะผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยการสัมภาษณ์ผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยาและการแนะแนว และผู้เชี่ยวชาญด้านการจัดกิจกรรมสำหรับเด็กและเยาวชน และได้รับการตรวจสอบคุณภาพด้วยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content Validity) โดยผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 5 ท่าน และมีค่าดัชนีความสอดคล้อง (IOC) เท่ากับ 0.60-1.00 ซึ่งผู้ทรงคุณวุฒิได้ให้ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ต่องานวิจัย ผู้วิจัยได้ปรับแก้ตามข้อเสนอแนะของผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อปรับปรุงข้อบกพร่องต่างๆ จากนั้นได้ตรวจสอบและยืนยันชุดกิจกรรมชุดกิจกรรมแนะแนว เพื่อแก้ปัญหาพฤติกรรมติดเกมของเด็กและเยาวชน โดยการจัดประชุมสนทนากลุ่มผู้ทรงคุณวุฒิ และผู้เกี่ยวข้องในชุมชน (Focus Group Discussion) จำนวน 10 ท่าน เพื่อยืนยันและให้ข้อเสนอแนะในการนำไปใช้จริงกับเด็กและเยาวชนในชุมชนตำบลทุ่งผา

กระบวนการกลุ่ม ที่ใช้ในชุดกิจกรรมแนะแนว โดยการจัดกิจกรรมแบบมีส่วนร่วม ซึ่งเป็นกระบวนการเรียนรู้ที่ผู้ร่วมกิจกรรมได้รับความรู้จากการลงมือปฏิบัติเป็นกลุ่ม กลุ่มจะมีอิทธิพลต่อการเรียนรู้ของเด็กและเยาวชนแต่ละคน และเด็กและเยาวชนแต่ละคนในกลุ่มก็มีอิทธิพลและปฏิสัมพันธ์ต่อกันและกัน นอกจากนี้ได้นำการแสดงบทบาทสมมติ การใช้เกมซึ่งเป็นกิจกรรมการเล่นง่ายๆ ที่มีกฎกติกาไม่ยุ่งยาก ทำให้เด็กและเยาวชนที่ร่วมกิจกรรมเกิดความสุขสนุกสนานมีแรงจูงใจและมีความสุขในการเรียนรู้การจัดการพฤติกรรมติดเกมของตนเองได้ดี ดังที่ Lohananthachai (2005) ได้กล่าวว่า กิจกรรมแนะแนวว่าเป็นกิจกรรมที่ส่งเสริมและพัฒนาความสามารถของผู้เรียนให้เหมาะสมตามความแตกต่างระหว่างบุคคล สามารถค้นพบ พัฒนาศักยภาพของตนเอง เสริมสร้างทักษะชีวิต วุฒิภาวะทางอารมณ์ การเรียนเชิงพหุปัญญาและการสร้างสัมพันธภาพที่ดี รู้จักและเข้าใจตนเอง รู้ถึงความสามารถ ความสนใจ ความถนัด อันจะนำไปสู่การพัฒนากระบวนการคิดและการวางแผน ตลอดจนสามารถปรับตัวให้อยู่ร่วมกับบุคคลอื่นในสังคมได้อย่างมีความสุข

แนวคิดทฤษฎี ที่คณะผู้วิจัยได้นำมาใช้ในการปรับพฤติกรรมเกมของเด็กและเยาวชนคือ แนวคิดการปรับพฤติกรรมของแบนดูรา ซึ่ง Bandura (1962) ได้กล่าวไว้ว่าพฤติกรรมของมนุษย์สามารถกำหนดสิ่งแวดล้อมสิ่งแวดล้อมก็สามารถกำหนดพฤติกรรม พฤติกรรมสามารถกำหนดองค์ประกอบส่วนบุคคล องค์ประกอบส่วนบุคคลก็สามารถกำหนดพฤติกรรมได้เช่นกัน ในทำนองเดียวกันองค์ประกอบทางสิ่งแวดล้อมและองค์ประกอบส่วนบุคคลก็มีอิทธิพลซึ่งกันและกัน ดังนั้น ในการช่วยเหลือพฤติกรรมเกมเด็กจึงมีความสัมพันธ์กันกับในด้านองค์ประกอบส่วนบุคคลและสิ่งแวดล้อม เพื่อแก้ปัญหาพฤติกรรมเกมเด็กและเยาวชนในชุดกิจกรรมแนวนวครั้งนี้ได้ให้ความสำคัญกับการปรับพฤติกรรมเกมของเด็กและเยาวชน โดยการเรียนรู้จากการสังเกต (Observational Learning หรือ Modeling) โดยการสังเกตจากผลของการกระทำ ซึ่งการเรียนรู้จากผลของการกระทำทั้งทางบวกและทางลบ ถือว่าเป็นการเรียนรู้เบื้องต้นที่สุดและเป็นการเรียนรู้จากประสบการณ์ตรง คือ การเรียนรู้จากผลของการกระทำทั้งทางบวกและทางลบ ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมถือว่ามนุษย์มีความสามารถทางสมองในการที่จะใช้ประโยชน์จากประสบการณ์ที่ผ่านมามนุษย์มีความสามารถที่จะรับรู้ความสัมพันธ์ระหว่างการกระทำและผลของการกระทำกระบวนการเรียนรู้จากผลของการกระทำจะทำหน้าที่ 3 ประการ คือ การทำหน้าที่ให้ข้อมูล การทำหน้าที่จูงใจ และการทำหน้าที่เสริมแรง นอกจากนี้การเรียนรู้จากการสังเกตโดยและการเรียนรู้จากการเลียนแบบ ซึ่งตัวแบบหรือผู้อื่นกระทำจากคลิปปิดโอเพื่อช่วยให้เด็กและเยาวชนเข้าใจพฤติกรรมเกมมากขึ้น แนวทางในการกำกับตนเอง (Self-Regulation) ซึ่ง Bandura (1962) เชื่อว่าพฤติกรรมของมนุษย์เราไม่ได้เป็นผลพวงของการเสริมแรงและการลงโทษจากภายนอกแต่เพียงอย่างเดียวหากแต่ว่ามนุษย์เราสามารถกระทำบางสิ่งบางอย่างเพื่อควบคุมความคิดความรู้สึกและการกระทำของตนเอง ด้วยผลกรรมที่เขาหาเองเพื่อตัวเขาซึ่งความสามารถในการดำเนินการดังกล่าวนี้ แบนดูราเรียกว่าเป็นการกำกับตนเองซึ่งจะสามารถทำได้ก็ต่อเมื่อมีการฝึกฝนและพัฒนา การฝึกฝนนั้นประกอบไปด้วย 3 ประการ คือ กระบวนการสังเกตของตนเอง กระบวนการตัดสินใจ และการแสดงปฏิกิริยาต่อตนเอง แนวทางการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy) Bandura (1962) มีความเชื่อว่า การรับรู้ความสามารถของตนเองนั้น มีผลต่อการกระทำของบุคคล บุคคล 2 คน อาจมีความสามารถไม่ต่างกัน แต่อาจแสดงออกในคุณภาพที่แตกต่างกันได้ ถ้าพบว่าคน 2 คนนี้มีการรับรู้ความสามารถของตนเองแตกต่างกัน ในคนคนเดียวก็เช่นกัน ถ้ารับรู้ความสามารถของตนเองในแต่ละสภาพการณ์แตกต่างกัน ก็อาจจะแสดงพฤติกรรมออกมาได้แตกต่างกันเช่นกัน แบนดูราเห็นว่าความสามารถของคนเรานั้นไม่ตายตัว หากแต่ยืดหยุ่นตามสภาพการณ์ ดังนั้นสิ่งที่กำหนดประสิทธิภาพของการแสดงออก จึงขึ้นอยู่กับ การรับรู้ความสามารถของตนเองในสภาวะการณ์นั้นๆ นั่นเอง นั่นคือ ถ้าเรามีความเชื่อว่าเรามีความสามารถ เราจะแสดงออกถึงความสามารถนั้นออกมา คนที่เชื่อว่าตนเองมีความสามารถจะมีความอดทน อุทิศหา ไม่ท้อถอยง่าย และจะประสบความสำเร็จในที่สุด

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปใช้

1.1 การนำชุดกิจกรรมแนวนวไปใช้เพื่อใช้ในการแก้ปัญหาพฤติกรรมเกมให้กับเด็กและเยาวชนไปประยุกต์ใช้ ผู้นำทำกิจกรรมควรมีความเข้าใจในแนวคิดการปรับพฤติกรรมของแบนดูรา

1.2 ชุดกิจกรรมนี้เหมาะสำหรับใช้กับเด็กและเยาวชนที่มีระดับการติดเกม “น่าจะติดเกม” ขึ้นไป จากการทำแบบทดสอบการติดเกมฉบับ ของสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ (กรมสุขภาพจิต, 2557)

2. ข้อเสนอแนะเพื่อการวิจัยครั้งต่อไป

2.1 การศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการแก้ปัญหาพฤติกรรมเกมให้กับเด็กและเยาวชน โดยการนำครอบครัวหรือผู้ปกครองเข้ามามีส่วนร่วม

2.2 การศึกษาวิจัยเกี่ยวกับการใช้ชุดกิจกรรมแนวนวในการแก้ปัญหาพฤติกรรมเด็กและเยาวชนในลักษณะอื่น เช่น พฤติกรรมก้าวร้าว ขาดความรับผิดชอบ เป็นต้น

กิตติกรรมประกาศ

งานวิจัยครั้งนี้ได้รับทุนอุดหนุนการวิจัยจากสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.) ปีงบประมาณ พ.ศ. 2560 ผู้วิจัยขอขอบพระคุณยิ่ง

References

- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, N.J.: Prentice-Hall.
- Charoenwanit, S. (2013). Game Addiction Behaviors: Impacts and Preventions. *Thai Science and Technology Journal*, 22(6), 871-879. [in Thai]
- Khertama, U. (2017, September 20). Community developer at Tong Fai Subdistrict Administrative Organization, Lampang. *Interview*. [in Thai]
- Koocharoenpisa, N., Kaewmueangjai, K., & Somnuek, W. (2018). Effects of using activity package on separation on learning achievement and interpreting data skills in science of 8th grade students. *Journal of Education Naresuan University*, 20(1), 100-111. [in Thai]
- Lohananthachai, P. (2005). *Constructing guidance activity teaching package to develop cognition of first level primary students* (Master thesis). Bangkok: Srinakharinwirot University. [in Thai]
- Maslow, H. A. (1977). *Motivation and personality* (2nd ed.). New York: Harper and Row.
- Pornnoppadol, C. (2008). Game addiction. *Journal of Home Economics*, 52(1) 36-39. [in Thai]
- Pornnoppadol, C., & Vasupanrajit, A. (2015). *Psychiatry Siriraj DSM-5*. Bangkok: Mahidol University. [in Thai]
- Skinner B. F. (1953). *Science and human behavior*. New York: Free Press.
- Sornpaisan, B. (2008). The results of the performance evaluation according to the alcohol beverage control act. *The 4th National Alcohol Conference Stop alcohol problem crisis by law and regulation* (pp. 26-27). Nonthaburi: Richmond Hotel. [in Thai]