



รายงานฉบับสมบูรณ์

ชื่อโครงการภาษาไทย ความชุกและความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกเหงา ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียนของเยาวชนในเขตภาคเหนือของประเทศไทย

Project name Prevalence and association between mobile gambling addiction and depression, social anxiety, and loneliness among adolescents in northern Thailand.

(รหัสโครงการ..64-00223-0004)

โดย

ชื่อผู้รับผิดชอบโครงการ

รองศาสตราจารย์ ดร.จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ
ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อรรวรรณ กীরติสิโรจน์
นางสาว กัญยารัตน์ ธวัชชัยเจริญยิ่ง

ชื่อองค์กรรับทุน คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

ได้รับทุนสนับสนุนโดย

ศูนย์ศึกษาปัญหาการเสพติด (ศศก.)
คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตุลาคม 2565

รายงานฉบับสมบูรณ์

ชื่อโครงการภาษาไทย ความชุกและความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกเหงา ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียนของเยาวชนในเขตภาคเหนือของประเทศไทย

Project name Prevalence and association between mobile gambling addiction and depression, social anxiety, and loneliness among adolescents in northern Thailand.

(สัญญาเลขที่.....รหัสโครงการ.....)

โดย

ชื่อผู้รับผิดชอบโครงการ

รองศาสตราจารย์ ดร.จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.อรวรรณ กীরติสิโรจน์

นางสาว กัญยารัตน์ ธวัชชัยเจริญยิ่ง

ชื่อองค์กรรับทุน คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร

ได้รับทุนสนับสนุนโดย

ศูนย์ศึกษาปัญหาการเสพติด (ศศก.)

คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ชื่อเรื่อง : ความชุกและความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึก
ว่าเหว่ ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียนของเยาวชนในเขตภาคเหนือของ
ประเทศไทย

ผู้วิจัย : จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ^{1,2} อรรวรรณ กิรติสิโรจน์¹ และกัญญารัตน์ ธวัชชัยเจริญยิ่ง²

บทคัดย่อ

การติดเกมมือถือ (Mobile gaming addiction) คือ ปรากฏการณ์ที่บุคคลเล่นเกมมือถือซ้ำ ๆ
อย่างต่อเนื่องเป็นระยะเวลานานและไม่สามารถหยุดเล่นได้ง่าย ที่ผ่านมามีประเทศไทยยังมีการศึกษาใน
ประเด็นนี้ค่อนข้างจำกัด ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาในประเด็นดังกล่าวโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) ศึกษา
ความชุกของการติดเกมมือถือ และพฤติกรรมการติดเกมมือถือของเยาวชนในเขตภาคเหนือของ
ประเทศไทย 2) ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกว่าเหว่
ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียนของเยาวชนในเขตภาคเหนือของประเทศไทย
และ 3) อธิบายแบบแผน และภาพจำลองทางความคิดเกี่ยวกับมูลเหตุ และผลกระทบของการติดเกม
มือถือของเยาวชนในเขตภาคเหนือของประเทศไทย

การวิจัยครั้งนี้มีระเบียบวิธีการวิจัยแบบผสมผสานระหว่างการวิจัยเชิงสำรวจภาคตัดขวาง
(Cross-sectional survey research) ดำเนินการศึกษากับเยาวชนที่มีอายุ 15-24 ปีที่กำลังศึกษาอยู่ใน
ระดับชั้นมัธยมศึกษา อาชีวศึกษา และปริญญาตรี ในสถาบันการศึกษาที่ตั้งอยู่ในเขตภาคเหนือของ
ประเทศไทย จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 3,424 คน สุ่มตัวอย่างโดยใช้การสุ่มตัวอย่างแบบ Stratified
two stage cluster sampling เก็บรวบรวมโดยใช้แบบสอบถามแบบให้กลุ่มตัวอย่างตอบด้วยตนเอง
วิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณด้วยสถิติเชิงพรรณนา และสถิติการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง
(Structural Equation Modeling; SEM) และการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) ดำเนินการศึกษากับ
ผู้ให้ข้อมูลหลักที่เป็นเยาวชนที่มีอายุ 15-24 ปีที่กำลังศึกษาอยู่ในสถาบันการศึกษาที่ตั้งอยู่ในเขต
ภาคเหนือของประเทศไทย จำนวน 5 คน คัดเลือกแบบเจาะจงโดยเป็นผู้ที่มีประสบการณ์การติดเกม
และเคยได้รับผลกระทบจากการเล่นเกมมือถือ เก็บข้อมูลด้วยวิธีการสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง และ
วิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content analysis) ร่วมกับการวิเคราะห์แก่น
สาระ (Thematic analysis)

ผลการวิจัย พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เล่นเกมมือถือในระดับปกติหรือยังไม่มีปัญหาในการ
เล่นเกม คิดเป็นร้อยละ 77.8 รองลงมาคือเล่นเกมมือถือในระดับคลังโคล้หรือเริ่มมีปัญหาในการเล่น
เกมคิดเป็นร้อยละ 15.0 และเล่นเกมมือถือในระดับน่าจะติดเกมหรือมีปัญหาในการเล่นเกมนามาก
คิดเป็นร้อยละ 7.2 ผลการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้างด้วยโปรแกรม IBM SPSS AMOS พบว่า
การติดเกมมือถือ สามารถอธิบายความแปรปรวนของภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกว่าเหว่ และความรู้สึก

วิตกกังวลทางสังคม ได้ร้อยละ 13.0 ร้อยละ 10.0 และร้อยละ 8.0 ตามลำดับ โดยการติดเกมมือถือมีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะซึมเศร้า ($\beta = 0.36$, $p\text{-value} < 0.001$) ความรู้สึกว่าเหว่ ($\beta = 0.31$, $p\text{-value} < 0.001$) และความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.28$, $p\text{-value} < 0.001$) อย่างมีนัยสำคัญ 0.05 ในขณะที่การติดเกมมือถือ มีอิทธิพลทางอ้อมต่อผลการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยส่งผ่านความวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.10$, $p\text{-value} < 0.001$)

ในส่วนของผลการวิจัยเชิงคุณภาพ พบว่า ผู้ให้ข้อมูลหลักทั้ง 5 คนมีแบบแผนการเล่นเกมมือถือที่คล้ายคลึงกัน โดยเกมมือถือที่เลือกเล่นเป็นครั้งแรกในชีวิตมีความยากในการเล่นและมีความซับซ้อนของเกมน้อย ในส่วนของเกมมือถือที่เล่นเป็นประจำในปัจจุบันพัฒนาไปสู่เกมมือถือที่เน้นการเล่นเป็นทีมหรือเป็นกลุ่มแบบออนไลน์ โดยภาพจำลองทางความคิดที่เป็นมูลเหตุของการติดเกมมือถือประกอบด้วย 3 มูลเหตุ คือ 1) ปัจจัยภายในบุคคล (Internal personal factors) ได้แก่ มีความรู้สึกเหงาหรือรู้สึกว้าเหว่ มีความรู้สึกเบื่อหน่ายชีวิต มีความรู้สึกถูกกดดัน และมีความต้องการหารายได้จากการเล่นเกม 2) ปัจจัยสิ่งแวดล้อม (Environmental factors) ได้แก่ มีปัญหาครอบครัว มีตัวแบบที่เล่นเกมใกล้ตัว และการมีเวลารว่างจากการเรียนออนไลน์ และ 3) ปัจจัยเกี่ยวกับเกมมือถือ (Mobile game factors) ได้แก่ โปรโมชันดึงดูดใจ รูปแบบเกมตื่นเต้นท้าทาย และกระแสสังคมเกี่ยวกับ e-sport ในขณะที่ภาพจำลองทางความคิดที่เป็นผลกระทบของการติดเกมมือถือ สามารถจำแนกผลกระทบออกเป็น 3 ระยะตามช่วงเวลาของการเกิดผลกระทบ ประกอบด้วย 1) ผลกระทบระยะสั้น ได้แก่ ไม่สนใจคนรอบข้าง บุคลิกภาพเปลี่ยนแปลง ถูกบูลลี่ในเกม เกิดปัญหาด้านการเงิน และสุขภาพทางกายไม่ดี 2) ผลกระทบระยะกลาง ได้แก่ ทำให้รู้สึกเหงาหรือว้าเหว่ เกิดความวิตกกังวลทางสังคม และเกิดภาวะซึมเศร้าและมีความคิดฆ่าตัวตาย และ 3) ผลลัพธ์หรือผลกระทบระยะยาว ที่เกิดจากการติดเกมมือถือว่าเป็นสาเหตุที่ทำให้ตนเองมีผลการเรียนลดลง

เนื่องจากผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า เยาวชนทั้งในระดับมัธยมศึกษา อาชีวศึกษา และอุดมศึกษา มีความชุกของการเล่นเกมมือถือในระดับคลังโคลล์และระดับน่าจะติดเกมที่ค่อนข้างสูง ซึ่งการติดเกมทั้ง 2 ระดับนี้เป็นสัญญาณบ่งชี้ว่าเยาวชนกำลังประสบปัญหาจากการเล่นเกมมือถือ จึงเสนอให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งในระดับนโยบายและระดับปฏิบัติการเร่งพัฒนามาตรการการเฝ้าระวังการเล่นเกมมือถือพร้อม ๆ กับเร่งพัฒนามาตรการหรือกิจกรรมสำหรับป้องกันการติดเกมมือถือ ควบคู่ไปกับการพัฒนาแนวทางในการช่วยบำบัดการติดเกมมือถือที่สอดคล้องและเท่าทันสภาพปัญหาในปัจจุบัน

คำสำคัญ: การติดเกมมือถือ, ภาวะซึมเศร้า, ความรู้สึกว้าเหว่, ความวิตกกังวลทางสังคม

¹ อาจารย์ ประจำคณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยนครสวรรค์

² หน่วยปฏิบัติการวิจัยและวิชาการเพื่อการควบคุมยาสูบภาคเหนือ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยนครสวรรค์

กิตติกรรมประกาศ

วิจัยเรื่อง ความชุกและความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึก
ว่าเหว่ ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียนของเยาวชนในเขตภาคเหนือของประเทศไทย ได้รับ
ทุนสนับสนุนจากศูนย์ศึกษาปัญหาการเสพติด (ศศก.)

ผู้วิจัยขอขอบคุณศูนย์ศึกษาปัญหาการเสพติด (ศศก.) ที่สนับสนุนงบประมาณสำหรับการวิจัย
การอำนวยความสะดวกด้านการให้คำปรึกษา ติดตามทางออนไลน์ และการประชุมเชิงปฏิบัติการ
ที่มีส่วนช่วยเสริมสร้างโลกทัศน์ ข้อมูลข่าวสาร และความรู้ที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมสารเสพติด ซึ่งมี
ส่วนช่วยให้การวิจัยครั้งนี้สำเร็จตามวัตถุประสงค์การวิจัยทุกประการ

ผู้วิจัยขอขอบคุณ ผู้บริหาร อาจารย์ ครู นักศึกษาและนักเรียนของสถาบันการศึกษาในเขต
ภาคเหนือทุกแห่งที่ให้ความอนุเคราะห์ในการติดต่อประสานงาน และอนุญาตให้เก็บข้อมูลในพื้นที่
จนได้ข้อมูลครบถ้วนและมีคุณภาพ

ผู้วิจัยขอขอบคุณ คณบดี ผู้บริหาร และฝ่ายสนับสนุนของคณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัย
นเรศวรทุกท่านที่ให้การสนับสนุนด้านนโยบาย ด้านวิชาการ และอำนวยความสะดวกในวัสดุ
ด้านอุปกรณ์และสถานที่สำหรับการวิจัยครั้งนี้

คณะผู้วิจัย

ตุลาคม 2565

บทสรุปผู้บริหาร

รายละเอียดเกี่ยวกับโครงการวิจัย

ชื่อโครงการภาษาไทย

ความชุกและความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกรู้สึกว่าเหว
ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียนของเยาวชนในเขตภาคเหนือของประเทศไทย

ชื่อโครงการภาษาอังกฤษ

Prevalence and association between mobile gambling addiction and depression, social anxiety,
and loneliness among adolescents in northern Thailand.

ชื่อหัวหน้าโครงการ

รศ. ดร.จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ

ชื่อผู้ร่วมวิจัย

ผศ. ดร.อรุณรัตน์ กิรติสิโรจน์
คุณกัญญารัตน์ ธวัชชัยเจริญยิ่ง

ที่อยู่ที่สามารถติดต่อได้

คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร ตำบลท่าโพธิ์
อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก 65000

มือถือ

083-9524531

E-mail

chakgarphanp@nu.ac.th

สถานที่ทำงาน

คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร ตำบลท่าโพธิ์
อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก 65000

ระยะเวลาดำเนินการ

13 เดือน

ความสำคัญและที่มาของปัญหาการวิจัย

การติดเกมมือถือ (Mobile gaming addiction) คือ ปรากฏการณ์ที่บุคคลเล่นเกมมือถือซ้ำ ๆ
อย่างต่อเนื่องเป็นระยะเวลานานและไม่สามารถหยุดเล่นได้ง่าย ส่งผลกระทบต่อสุขภาพของผู้เล่นได้
ทั้งทางร่างกายและจิตใจ โดยเฉพาะผลกระทบต่อทางด้านจิตวิทยาที่พบว่า การติดเกมมือถือ
มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความวิตกกังวลทางสังคม (Social anxiety) ภาวะซึมเศร้า (Depression) และ
และความว่าเหว (Loneliness) รวมทั้ง หากมีภาวะติดเกมมือถืออย่างหนักก็จะผลต่อความตั้งใจเรียน
และผลการเรียนของเยาวชน ที่ผ่านมา ประเทศไทยยังมีการศึกษาในประเด็นนี้ค่อนข้างจำกัดซึ่งอาจไม่
สะท้อนสภาพปัญหาที่แท้จริง ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาความชุกและความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกม
มือถือและภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกรู้สึกว่าเหว ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียนของเยาวชนไทย
ในเขตภาคเหนือ

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาความชุกของการติดเกมมือถือ และพฤติกรรมการติดเกมมือถือของเยาวชนในเขตภาคเหนือของประเทศไทย
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกว่าเหว่ ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียนของเยาวชนในเขตภาคเหนือของประเทศไทย
3. เพื่ออธิบายแบบแผน และภาพจำลองทางความคิดเกี่ยวกับมูลเหตุ และผลกระทบของการติดเกมมือถือของเยาวชนในเขตภาคเหนือของประเทศไทย

ระเบียบวิธีวิจัย (โดยย่อ)

การวิจัยครั้งนี้มีระเบียบวิธีการวิจัยแบบผสมผสานระหว่างการวิจัยเชิงสำรวจภาคตัดขวาง (Cross-sectional survey research) เพื่อศึกษาความชุกของการติดเกมมือถือ พฤติกรรมการติดเกมมือถือ และความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกว่าเหว่ ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียนของเยาวชนในเขตภาคเหนือของประเทศไทย และการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) เพื่ออธิบายเชิงลึกเกี่ยวกับแบบแผนและภาพจำลองทางความคิดที่เป็นมูลเหตุ และผลกระทบของการติดเกมมือถือ ตามมุมมองและประสบการณ์ของเยาวชนที่ติดเกมมือถือในเขตภาคเหนือของประเทศไทย ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนธันวาคม พ.ศ. 2564 – กันยายน พ.ศ. 2565 โดยแบ่งการดำเนินงานวิจัยออกเป็น 2 ระยะ คือ

การวิจัยระยะที่ 1 ดำเนินการศึกษากับเยาวชนที่มีอายุ 15–24 ปีที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษา อาชีวศึกษา และปริญญาตรี ในสถาบันการศึกษาที่ตั้งอยู่ในเขตภาคเหนือของประเทศไทย จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 3,427 คน สุ่มตัวอย่างโดยใช้การสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi Stage Sampling) แบบ Stratified two stage cluster sampling เก็บรวบรวมข้อมูลโดยใช้แบบสอบถามแบบให้กลุ่มตัวอย่างตอบด้วยตนเอง ได้รับแบบสอบถามกลับคืนและตอบคำถามครบถ้วน คิดเป็นอัตราตอบกลับ ร้อยละ 99.9 วิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติเชิงพรรณนา และใช้โปรแกรม IBM SPSS AMOS ในการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง (Structural Equation Modeling; SEM) เพื่อทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกว่าเหว่ ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียน และกำหนดระดับความเชื่อมั่นทางสถิติไว้ที่ 95 %

การวิจัยระยะที่ 2 ดำเนินการศึกษากับผู้ให้ข้อมูลหลักที่เป็นเยาวชนที่มีอายุ 15–24 ปีที่กำลังศึกษาอยู่ในสถาบันการศึกษาที่ตั้งอยู่ในเขตภาคเหนือของประเทศไทย จำนวน 5 คน คัดเลือกแบบเจาะจงโดยเป็นผู้ที่มีประสบการณ์การติดเกมและเคยได้รับผลกระทบจากการเล่นเกมมือถือ เก็บข้อมูลด้วยวิธีการสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง และวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content analysis) ร่วมกับการวิเคราะห์แก่นสาระ (Thematic analysis)

สรุปผลการวิจัย

เยาวชนในเขตภาคเหนือที่เป็นกลุ่มตัวอย่างจำนวน 3,424 คน ส่วนใหญ่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษา อาชีวศึกษา และอุดมศึกษา คิดเป็นสัดส่วนที่ใกล้เคียงกันคือคิดเป็นร้อยละ 36.1, 32.8 และ 31.1 ตามลำดับ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่หรือคิดเป็นร้อยละ 56.3 เป็นเพศหญิง และอายุเฉลี่ย 17.85 ± 2.11 ปี (สูงสุด=24, ต่ำสุด=13) กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่ที่บ้านของตนเองคิดเป็นร้อยละ 76.3 และมีผลการเรียนสะสมเฉลี่ยเท่ากับ 3.23 ± 0.53 (สูงสุด=4.00, ต่ำสุด=0.50)

สรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์การวิจัย ได้ดังนี้

1. ความชุกของการติดเกมมือถือ และพฤติกรรมการติดเกมมือถือของเยาวชนในเขตภาคเหนือของประเทศไทย

ในภาพรวมกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เล่นเกมมือถือในระดับปกติหรือยังไม่มีปัญหาในการเล่นเกมน คิดเป็นร้อยละ 77.7 รองลงมาคือเล่นเกมมือถือในระดับคลังโคล้หรือเริ่มมีปัญหาในการเล่นเกมน คิดเป็นร้อยละ 15.0 และเล่นเกมมือถือในระดับน่าจะติดเกมหรือมีปัญหาในการเล่นเกมนมากคิดเป็นร้อยละ 7.2 เมื่อจำแนกตามเพศ พบว่า กลุ่มตัวอย่างเพศหญิงมีความชุกของการเล่นเกมในระดับน่าจะติดเกมและระดับคลังโคล้มากกว่าเพศชาย โดยความชุกของการเล่นเกมในระดับน่าจะติดเกมของเพศหญิงและเพศชายคิดเป็นร้อยละ 10.2 และ 3.3 ตามลำดับ ในขณะที่ความชุกของการเล่นเกมในระดับคลังโคล้ของเพศหญิงและเพศชายคิดเป็นร้อยละ 15.4 และ 14.6 ตามลำดับ เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า นักเรียนระดับมัธยมศึกษา มีความชุกของการเล่นเกมในระดับน่าจะติดเกมและระดับคลังโคล้มากกว่านักศึกษาระดับอาชีวศึกษาและอุดมศึกษา โดยความชุกของการเล่นเกมในระดับน่าจะติดเกมของนักเรียนมัธยมศึกษา นักศึกษาอาชีวศึกษา และนักศึกษามหาวิทยาลัย คิดเป็นร้อยละ 9.7, 5.4 และ 6.2 ตามลำดับ ในขณะที่ความชุกของการเล่นเกมในระดับคลังโคล้ของนักเรียนมัธยมศึกษา นักศึกษาอาชีวศึกษา และนักศึกษามหาวิทยาลัย คิดเป็นร้อยละ 15.9, 14.6 และ 14.4 ตามลำดับ

2. ความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกว่าเหว่ ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียนของเยาวชนในเขตภาคเหนือของประเทศไทย

ผลการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง (Structural Equation Modeling; SEM) ด้วยโปรแกรม IBM SPSS AMOS พบว่า การติดเกมมือถือ สามารถอธิบายความแปรปรวนของภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกว่าเหว่ และความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคม ได้ร้อยละ 13.0 ร้อยละ 10.0 และร้อยละ 8.0 ตามลำดับ โดยการติดเกมมือถือมีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะซึมเศร้า ($\beta = 0.36$, $p\text{-value} < 0.001$) ความรู้สึกว่าเหว่ ($\beta = 0.31$, $p\text{-value} < 0.001$) และความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.28$, $p\text{-value} < 0.001$) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในขณะที่การติดเกมมือถือ มีอิทธิพลทางอ้อมต่อผลการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยส่งผ่านความวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.10$, $p\text{-value} < 0.001$)

เมื่อวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้างจำแนกตามเพศ พบว่า การติดเกมมือถือในเพศชายมีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะซึมเศร้า ($\beta = 0.39$, p-value < 0.001) ความรู้สึกว่าเหว่ ($\beta = 0.34$, p-value < 0.001) และความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.32$, p-value < 0.001) ตามลำดับ และการติดเกมมือถือมีอิทธิพลทางอ้อมต่อผลการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยส่งผ่านความวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.11$, p-value < 0.001) ในขณะที่การติดเกมมือถือในเพศหญิงมีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะซึมเศร้า ($\beta = 0.41$, p-value < 0.001) ความรู้สึกว่าเหว่ ($\beta = 0.34$, p-value < 0.001) และความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.33$, p-value < 0.001) ตามลำดับ แต่การติดเกมมือถือไม่มีอิทธิพลทางอ้อมต่อผลการเรียนในนักเรียนหญิง

เมื่อวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้างจำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า การติดเกมมือถือในนักเรียนมัธยมศึกษา มีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะซึมเศร้า ($\beta = 0.37$, p-value < 0.001) ความรู้สึกว่าเหว่ ($\beta = 0.34$, p-value < 0.001) และความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.29$, p-value < 0.001) ตามลำดับ และการติดเกมมือถือมีอิทธิพลทางอ้อมต่อผลการเรียนโดยส่งผ่านความวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.15$, p-value < 0.001) ในขณะที่การติดเกมมือถือในนักศึกษาอาชีวศึกษามีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะซึมเศร้า ($\beta = 0.35$, p-value < 0.001) ความรู้สึกว่าเหว่ ($\beta = 0.31$, p-value < 0.001) และความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.30$, p-value < 0.001) ตามลำดับ แต่การติดเกมมือถือไม่มีอิทธิพลทางอ้อมต่อผลการเรียนในกลุ่มนักศึกษาอาชีวศึกษา เช่นเดียวกับการติดเกมมือถือในนักศึกษาอุดมศึกษามีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะซึมเศร้า ($\beta = 0.41$, p-value < 0.001) ความรู้สึกว่าเหว่ ($\beta = 0.33$, p-value < 0.001) และความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.35$, p-value < 0.001) ตามลำดับ แต่การติดเกมมือถือไม่มีอิทธิพลทางอ้อมต่อผลการเรียนในกลุ่มนักศึกษาอุดมศึกษา

3. แบบแผน และภาพจำลองทางความคิดเกี่ยวกับมูลเหตุ และผลกระทบของการติดเกมมือถือของเยาวชนในเขตภาคเหนือของประเทศไทย

ผู้ให้ข้อมูลหลักทั้ง 5 คนมีแบบแผนการเล่นเกมที่คล้ายคลึงกัน โดยเกมมือถือที่ผู้ให้ข้อมูลหลักทุกคนเลือกเล่นเป็นครั้งแรกในชีวิตมีความยากในการเล่นและมีความซับซ้อนของเกมน้อย ในขณะที่เกมมือถือที่เล่นเป็นประจำในปัจจุบันพัฒนาไปสู่เกมมือถือที่เน้นการเล่นเป็นทีมหรือเป็นกลุ่มแบบออนไลน์ สำหรับประเด็นระยะเวลาที่ใช้เล่นเกมมือถือนั้นผู้ให้ข้อมูลหลักทั้ง 5 คนให้ข้อมูลที่สอดคล้องกันโดยผู้เล่นเกมมือถือในระดับน่าจะติดทั้ง 3 คนจะเล่นทันทีเมื่อตื่นนอนและเล่นได้ตลอดทั้งวันเมื่อมีโอกาส เช่น มีเวลาว่าง ในห้องเรียนระหว่างรออาจารย์ รอยต่อระหว่างคาบเรียน พักรับประทานอาหารกลางวัน และหลังเลิกเรียน ในส่วนอุปกรณ์ที่ใช้เล่นเกมมือถือก็คือสมาร์ทโฟนเครื่องเดียวกับที่ใช้ติดต่อสื่อสารในชีวิตประจำวันเพราะสะดวก พกพาไปได้ทุกที่ และควบคุมการเล่นเกมที่ง่าย และสามารถเล่นได้ทุกที่ที่มีสัญญาณอินเทอร์เน็ต

ภาพจำลองทางความคิดที่เป็นมูลเหตุของการติดเกมมือถือ ประกอบด้วย 3 มูลเหตุ คือ 1) ปัจจัยภายในบุคคล (Internal personal factors) ได้แก่ มีความรู้สึกเหงาหรือรู้สึกว่ามีเพื่อนน้อย เป็นหน่วยชีวิต มีความรู้สึกถูกกดดัน และมีความต้องการหารายได้จากการเล่นเกม 2) ปัจจัยสิ่งแวดล้อม (Environmental factors) ได้แก่ มีปัญหาครอบครัว มีตัวแบบที่เล่นเกมใกล้ตัว และการมีเวลาว่างจากการเรียนออนไลน์ และ 3) ปัจจัยเกี่ยวกับเกมมือถือ (Mobile game factors) ได้แก่ โปรโมชันดึงดูดใจ รูปแบบเกมตื่นเต้นท้าทาย และกระแสสังคมเกี่ยวกับ e-sport

ในส่วนของภาพจำลองทางความคิดที่เป็นผลกระทบของการติดเกมมือถือ สามารถจำแนกผลกระทบออกเป็น 3 ระยะตามช่วงเวลาของการเกิดผลกระทบ ประกอบด้วย 1) ผลกระทบระยะสั้น ได้แก่ ไม่สนใจคนรอบข้าง บุคลิกภาพเปลี่ยนแปลง ถูกบูลลี่ในเกม เกิดปัญหาด้านการเงิน และสุขภาพทางกายไม่ดี 2) ผลกระทบระยะกลาง ได้แก่ ทำให้รู้สึกเหงาหรือว่ามีเพื่อนน้อย เกิดความวิตกกังวลทางสังคม และเกิดภาวะซึมเศร้าและมีความคิดฆ่าตัวตาย และ 3) ผลลัพธ์หรือผลกระทบระยะยาวที่เกิดจากการติดเกมมือถือว่าเป็นสาเหตุที่ทำให้ตนเองมีผลการเรียนลดลง

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

ข้อเสนอแนะสำหรับการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1. เนื่องจากผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า เยาวชนทั้งในระดับมัธยมศึกษา อาชีวศึกษา และอุดมศึกษา มีความชุกของการเล่นเกมมือถือในระดับคลั่งคลั่งและระดับน่าจะติดเกมที่ค่อนข้างสูง ซึ่งการติดเกมทั้ง 2 ระดับนี้เป็นสัญญาณบ่งชี้ว่าเยาวชนกำลังประสบปัญหาจากการเล่นเกมมือถือ จึงเสนอให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งในระดับนโยบายและระดับปฏิบัติการเร่งพัฒนามาตรการการเฝ้าระวังการเล่น เกมมือถือ พร้อม ๆ กับเร่งพัฒนามาตรการหรือกิจกรรมสำหรับป้องกันการติดเกมมือถือ ควบคู่ไปกับการพัฒนาแนวทางในการช่วยบำบัดการติดเกมมือถือที่สอดคล้องและเท่าทันสภาพปัญหาในปัจจุบัน

2. เนื่องจากผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า การติดเกมมือถือมีความสัมพันธ์ทางตรงต่อความรู้สึกว่าเหงา ความวิตกกังวลทางสังคม และภาวะซึมเศร้า และมีความสัมพันธ์ทางอ้อมต่อผลการเรียนด้วย ดังนั้นจึงเสนอให้หน่วยงานสาธารณสุข และสถาบันการศึกษาเร่งพัฒนามาตรการในการเฝ้าระวังปัญหาสุขภาพจิตที่เกิดจากการติดเกมมือถือและพัฒนามาตรการส่งเสริมและจัดการปัญหาสุขภาพจิตในกลุ่มเยาวชน ครอบคลุมทั้งนักเรียนมัธยมศึกษา นักศึกษาอาชีวศึกษา และนักศึกษาอุดมศึกษา

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. เนื่องจากการวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจภาคตัดขวาง (Cross-sectional survey research) ที่มีข้อจำกัดในการยืนยันความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ ดังนั้นจึงเสนอให้ในการวิจัยครั้งต่อไปควรเป็นการศึกษาระยะยาวเพื่อติดตามพฤติกรรมการเล่นมือถือ ในกลุ่มเยาวชน ครอบคลุมทั้งนักเรียนมัธยมศึกษา นักศึกษาอาชีวศึกษา และนักศึกษาอุดมศึกษา เพื่อศึกษาผลกระทบต่อปัญหาสุขภาพจิต และผลการเรียนที่เกิดจากการติดเกมมือถือในระยะยาว

2. เนื่องจากการวิจัยครั้งนี้สนใจศึกษาอิทธิพลของการติดเกมมือถือที่มีต่อปัญหาสุขภาพจิตเท่านั้น ดังนั้นจึงเสนอให้การวิจัยครั้งต่อไปอาจพิจารณาถึงความเป็นไปได้ในการศึกษาอิทธิพลของการติดเกมมือถือที่มีต่อปัญหาคุณภาพชีวิตและปัญหาสุขภาพอย่างเป็นองค์รวม ในกลุ่มเยาวชน ครอบคลุมทั้งนักเรียนมัธยมศึกษา นักศึกษาอาชีวศึกษา และนักศึกษาดุคตมศึกษา

3. เนื่องจากในปัจจุบันยังไม่พบว่ามีการพัฒนาแบบวัดการติดเกมมือถือโดยตรง ดังนั้นจึงเสนอให้การวิจัยครั้งต่อไปพิจารณาถึงความเป็นไปได้ในการศึกษาและพัฒนาแบบทดสอบการติดเกมมือถืออย่างเฉพาะเจาะจงเพื่อเป็นประโยชน์ในการศึกษาและวิจัยในประเด็นที่เกี่ยวข้องต่อไป

สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อ	3
กิตติกรรมประกาศ	5
บทสรุปผู้บริหาร	6
สารบัญ	12
สารบัญภาพ	14
สารบัญตาราง	15
บทที่ 1	
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา	16
วัตถุประสงค์	18
ขอบเขตการวิจัย	19
นิยามศัพท์เฉพาะ	19
บทที่ 2	
ความหมายของการติดเกมมือถือ	21
แบบทดสอบการติดเกมมือถือ	22
ความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า	24
ความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือ และความรู้สึกรู้สึกว่าเหว	25
ความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือ และความวิตกกังวลทางสังคม	27
กรอบแนวคิดการวิจัย	28
บทที่ 3	
รูปแบบการวิจัยระยะที่ 1	29
รูปแบบการวิจัยระยะที่ 2	30
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย	31
การพิทักษ์สิทธิ์กลุ่มตัวอย่าง	33
การเก็บรวบรวมข้อมูล	33
การวิเคราะห์ข้อมูล	34
บทที่ 4	
ผลการวิจัยระยะที่ 1	36
ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง	36

	หน้า
ความซุกของการติดเกมมือถือ	37
พฤติกรรมติดเกมมือถือ	38
ภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกว่าเหว และความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคม	40
ผลการวิเคราะห์สมการเชิงโครงสร้างระหว่างการติดเกมและภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกว่าเหว และความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคม	46
ผลการวิจัยระยะที่ 2	54
ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูลหลัก	54
แบบแผนการติดเกมมือถือ	55
ภาพจำลองทางความคิดที่เป็นมูลเหตุของการติดเกมมือถือ	59
ภาพจำลองทางความคิดของผลกระทบที่เกิดจากการติดเกมมือถือ	67
บทที่ 5	
สรุปผลการวิจัย	72
อภิปรายบทการวิจัย	76
ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย	82
บรรณานุกรม	84
ประวัติและผลงานของผู้วิจัยหลัก	91
ภาคผนวก	105

สารบัญภาพ

	หน้า
ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย	28
ภาพที่ 2 โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกรู้สึกว่าเหว่ ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียน	48
ภาพที่ 3 โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกรู้สึกว่าเหว่ ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียนของเพศชาย	49
ภาพที่ 4 โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกรู้สึกว่าเหว่ ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียนของเพศหญิง	50
ภาพที่ 5 โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกรู้สึกว่าเหว่ ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียนจำแนกตามระดับการศึกษา	55
ภาพที่ 6 ภาพจำลองทางความคิดเกี่ยวกับมูลเหตุของการติดเกมที่เกิดจากปัจจัยภายในบุคคล	59
ภาพที่ 7 ภาพจำลองทางความคิดเกี่ยวกับมูลเหตุของการติดเกมที่เกิดจากปัจจัยสิ่งแวดล้อม	62
ภาพที่ 8 ภาพจำลองทางความคิดเกี่ยวกับมูลเหตุของการติดเกมที่เกิดจากปัจจัยเกี่ยวกับเกมมือถือ	64
ภาพที่ 9 ภาพจำลองทางความคิดเกี่ยวกับผลกระทบของการติดเกมมือถือ	67

สารบัญตาราง

	หน้า
ตารางที่ 1	ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง 36
ตารางที่ 2	ความชุกของการติดยาของกลุ่มตัวอย่างในภาพรวม และจำแนกตามเพศ และระดับการศึกษา 38
ตารางที่ 3	พฤติกรรมการติดยาของกลุ่มตัวอย่างจำแนกตามคำถามรายข้อของแบบทดสอบการติดยา GAST 39
ตารางที่ 4	ระดับภาวะซึมเศร้าของกลุ่มตัวอย่างในภาพรวม และจำแนกตามเพศ และระดับการศึกษา 41
ตารางที่ 5	ภาวะซึมเศร้าของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามคำถามรายข้อของแบบประเมิน PHQ-A 42
ตารางที่ 6	คะแนนเฉลี่ยความรู้สึกลัวว่าเหวของกลุ่มตัวอย่างในภาพรวม และจำแนกตามเพศ และระดับการศึกษา 43
ตารางที่ 7	ความรู้สึกลัวว่าเหวของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามคำถามรายข้อ 44
ตารางที่ 8	คะแนนเฉลี่ยความรู้สึกลัววิตกกังวลทางสังคมของกลุ่มตัวอย่างในภาพรวม และจำแนกตามเพศ และระดับการศึกษา 45
ตารางที่ 9	ความรู้สึกลัววิตกกังวลทางสังคมของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามคำถามรายข้อ 45
ตารางที่ 10	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (Correlation coefficient) ระหว่างตัวแปร 47
ตารางที่ 11	ค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ 48
ตารางที่ 12	เปรียบเทียบค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุจำแนกตามเพศ 50
ตารางที่ 13	เปรียบเทียบค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุจำแนกตามระดับการศึกษา 53
ตารางที่ 14	ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูลหลัก 54
ตารางที่ 15	แบบแผนการเล่นเกมมือถือของผู้ให้ข้อมูลหลัก 57

บทที่ 1

บทนำ

หลักการและเหตุผล

เกมมือถือ (Mobile game) คือ เกมที่เล่นโดยผู้เล่นคนเดียวหรือหลายคนผ่านอุปกรณ์สื่อสารแบบพกพา เช่น สมาร์ทโฟน แท็บเล็ต ส่วนใหญ่เป็นเกมที่เล่นง่าย ๆ เล่นได้ในระยะเวลาสั้น ๆ และสามารถเล่นซ้ำ ๆ ได้ตามที่ต้องการ (Merikivi, Tuunainen, and Nguyen, 2017) และด้วยความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีของสมาร์ทโฟนและกราฟิกที่สมจริง และออกแบบเกมให้มีการแข่งขันหรือไต่ระดับความยากและท้าทาย รวมถึงความสะดวกสบายในการเข้าถึงและดาวน์โหลดแอปพลิเคชันเกมได้โดยไม่เสียมูลค่า (Su, Chiang, Lee, Chang, 2016) จึงทำให้มีจำนวนผู้เล่นมือถือมากขึ้น และผู้เล่นส่วนใหญ่เล่นติดต่อกันเป็นเวลานานกว่าที่ตั้งใจไว้และอาจนำไปสู่การติดเกมมือถือได้โดยง่าย

การติดเกมมือถือ (Mobile gaming addiction) คือ ปรากฏการณ์ที่บุคคลเล่นเกมมือถือซ้ำ ๆ อย่างต่อเนื่องเป็นระยะเวลานานและไม่สามารถหยุดเล่นได้ง่าย (Sun, Zhao, Jia, and Zheng, 2015) การติดเกมมือถือมีลักษณะคล้ายคลึงกับการติดวิดีโอเกม (Video game addiction) ที่เป็นสาเหตุของอาการผิดปกติที่เกิดจากการเล่นเกมออนไลน์ (Internet Gaming Disorder; IGD) (Laconi, Pirès, and Chabrol, 2017) และมีลักษณะการติดคล้ายคลึงกับการเสพติดการพนัน (Gambling addiction) (Saqib, et al; 2017) ซึ่งมีผลการวิจัยที่ยืนยันว่าผู้ที่ติดการเล่นวิดีโอเกมส่วนใหญ่จะประสบปัญหาเกี่ยวกับกระบวนการการทำงานที่ผิดปกติของสมองด้านความคิดความเข้าใจ (Cognitive functioning) และปัญหาด้านสุขภาพจิต เช่น เกิดภาวะซึมเศร้า (Depression) ความวิตกกังวล (Anxiety) และเกิดความรู้สึกถูกโดดเดี่ยวทางสังคมมากขึ้น (Social isolation) (Stockdale, and Coyne, 2018)

จากรายงานของสำนักงานสถิติแห่งชาติ กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม (2562) พบว่าในรอบ 3 ปีที่ผ่านมาเยาวชนไทยอายุ 6-24 ปี มีอัตราการใช้งานอินเทอร์เน็ตเพิ่มขึ้น โดยเพิ่มจากร้อยละ 78.80 ในปี 2560 เป็นร้อยละ 86.30 ในปี 2562 เยาวชนส่วนใหญ่ใช้งานอินเทอร์เน็ตผ่านโทรศัพท์มือถือคิดเป็นร้อยละ 85.3 และส่วนใหญ่ใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อความบันเทิงหรือสตรีมมิ่ง รูปภาพหนัง วิดีโอ เพลง ดูหนัง และเล่นเกม คิดเป็นร้อยละ 45.8 โดยเยาวชนอายุ 15-17 ปีและ 18-24 ปี มีอัตราการใช้อินเทอร์เน็ตสูงสุดคิดเป็นร้อยละ 97.5 และร้อยละ 94.9 ตามลำดับ ซึ่งอัตราการใช้อินเทอร์เน็ตดังกล่าวอาจเป็นปัจจัยเอื้อที่ทำให้เยาวชน 2 กลุ่มวัยนี้มีพฤติกรรมการเล่นเกมมือถือมากขึ้นและอาจจลลาลึกไปสู่การติดเกมมือถือได้ง่ายกว่ากลุ่มอื่น สอดคล้องกับผลการวิจัยของณัฐพงษ์ สายพิณ (2563) ที่ศึกษาพฤติกรรมการติดเกมในเยาวชนที่กำลังศึกษาในระดับชั้น

มัธยมศึกษาและอุดมศึกษาจากทุกภูมิภาคของประเทศไทย พบว่า เยาวชนในภาพรวมมีพฤติกรรมการเล่นเกมในระดับคลังโคล์และน่าจะติดเกมคิดเป็นร้อยละ 20.50 จำแนกเป็นเยาวชนเพศชายร้อยละ 24.00 และเพศหญิงร้อยละ 17.00 โดยกลุ่มอายุที่มีอัตราการเล่นเกมที่มีปัญหาดังกล่าวสูงสุดคือกลุ่มอายุ 16-18 ปีและ 19-23 ปีคิดเป็นร้อยละ 22.32 และร้อยละ 20.34 ตามลำดับ

ที่ผ่านมา ประเทศไทยมีผลงานวิจัยที่ศึกษาปัจจัยเชิงสาเหตุและผลของการติดเกมออนไลน์ของเยาวชนไทยจำนวนไม่น้อย โดยพบว่า ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการติดเกมออนไลน์ของเยาวชนมีหลายปัจจัย เช่น เป็นเยาวชนเพศชาย มีทัศนคติเชิงบวกต่อการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ มีความรู้สึกสนุกสนานและเพลิดเพลินขณะเล่นเกม อาศัยอยู่ในครอบครัวแบบเผด็จการ มีสถานที่สำหรับเล่นเกมอยู่ใกล้ที่พักอาศัยและโรงเรียนของเยาวชน ไม่ถูกควบคุมกำกับโดยครูในโรงเรียนหรือผู้ดูแลร้านเกม (Kolkijkovin et al., 2015; Charoenwanit, and Sumneangsator, 2014; Boonyasana and Punnarong, 2012; Srivichai et al, 2015, Thumthong, 2012) และพบว่า ผลกระทบทางลบที่เกิดจากพฤติกรรมการติดเกมออนไลน์ของเยาวชนไทยมีหลายด้าน ได้แก่ 1) ปัญหาด้านสุขภาพ เช่น ขาดการออกกำลังกาย รับประทานอาหารไม่เหมาะสม ซีด ผอม มีอาการผิดปกติทางสายตา มีปัญหาเรื่องนอน อ่อนเพลีย และนำไปสู่การดื่มสุราและใช้สารเสพติดอื่น ๆ 2) ปัญหาด้านการเรียน เช่น ความจำสั้น ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ หงุดหงิดอยู่กับเกมมากเกินไป และไม่มีความสนใจในการเรียนรู้ และ 3) ปัญหาพฤติกรรมก้าวร้าว เช่น เอาแต่ใจตัวเอง โมโหง่าย อารมณ์ร้อน ไม่เชื่อฟังพ่อแม่ ใช้ความรุนแรง ขโมยเงินพ่อแม่ จัดการค่าใช้จ่ายไม่ดี และเกิดการเลียนแบบพฤติกรรมเชิงลบด้วยการใช้ความรุนแรง (Srivichai et al, 2015; Thumthong, 2012)

แม้ว่าจะมีการศึกษาถึงปัจจัยเชิงสาเหตุและผลของการติดเกมออนไลน์ของเยาวชนไทยจำนวนไม่น้อยแต่กลับมีผลงานวิจัยที่ศึกษาผลของการติดเกมออนไลน์ที่มีต่อปัญหาด้านสุขภาพจิตของเยาวชนไทยค่อนข้างจำกัด โดยผลการวิจัยของพาวาตี วามาร์ และอุริย์ เจียสกุล (2559) พบว่า นักศึกษาปริญญาตรีในกรุงเทพมหานคร จำนวน 380 คน มีค่าเฉลี่ยของการติดเกมออนไลน์ในระดับต่ำ (Mean = 2.23, S.D. = 0.86) และผลการวิเคราะห์ด้วยสถิติ Path analysis พบว่า กลุ่มตัวอย่างที่ติดเกมออนไลน์มีผลทางตรงทำให้เกิดภาวะซึมเศร้า (Beta = 0.28) ความวิตกกังวล (Beta = 0.21) และความเครียด (Beta = 0.27) ในขณะที่ผลการวิจัยของ Chupradit, S., Kaewmamuang, N., Kienngam, N., & Chupradit, P.W. (2019) พบว่านักเรียนชั้นมัธยมศึกษาในจังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 242 คน มีพฤติกรรมการเล่นเกมในระดับคลังโคล์และน่าจะติดเกมคิดเป็นร้อยละ 20.20 และพบว่าพฤติกรรมการติดเกมมีความสัมพันธ์กับความเครียดของเยาวชนในระดับต่ำ ($r=0.159$, $p\text{-value} = 0.05$)

จากผลการทบทวนวรรณกรรมข้างต้นอาจกล่าวได้ว่า ผลงานวิจัยที่ผ่านมาของประเทศไทยที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมและปัญหาด้านจิตวิทยาของวัยรุ่นยังมีค่อนข้างน้อย ดำเนินการศึกษากับกลุ่มตัวอย่างจำนวนไม่มากและเจาะจงอยู่ในบางจังหวัดจึงทำให้มีข้อจำกัดในการอ้างอิงผลการวิจัยไปใช้ในกลุ่มประชากร นอกจากนี้ยังเน้นไปที่การศึกษาพฤติกรรมการติดเกมออนไลน์

ที่ส่วนใหญ่เล่นกับอุปกรณ์ที่อยู่กับที่ เช่น คอมพิวเตอร์ตั้งโต๊ะ และเครื่องควบคุมเกม ซึ่งแม้ว่าลักษณะการติดเกมจากอุปกรณ์ที่อยู่กับที่กับการติดเกมมือถือจะมีความคล้ายคลึงกัน แต่ก็มีส่วนที่แตกต่างกันอยู่บ้างเพราะการติดเกมมือถือนั้นจะเชื่อมต่อกับอินเทอร์เน็ตแบบไร้สายจึงทำให้ผู้เล่นมีความคล่องตัวในการพกพา มีความฉับไวในการเล่น และสามารถเล่นได้ทุกที่และทุกเวลา (Fabito, 2017) ซึ่งอาจเพิ่มความเสี่ยงของการติดเกมและอาจทำให้ได้รับผลกระทบทางลบจากการติดเกมได้มากขึ้นตามไปด้วย สอดคล้องกับผลการวิจัยในประเทศผลการวิจัยที่ผ่านมายืนยันว่า การติดเกมมือถือส่งผลกระทบต่อสุขภาพของผู้เล่นได้ทั้งทางร่างกายและจิตใจ (Carter, 2017) โดยเฉพาะผลกระทบทางด้านจิตวิทยาที่พบว่าการติดเกมมือถือมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับความวิตกกังวลทางสังคม (Social anxiety) ภาวะซึมเศร้า (Depression) และ ความกลัวเหงาหรือความรู้สึกที่เหมือนถูกตัดขาดจากผู้อื่นแม้จะอยู่ท่ามกลางผู้คนก็ตาม (Loneliness) (Wang, Sheng, and Wang, 2019) รวมทั้งหากมีภาวะติดเกมมือถืออย่างหนักก็จะผลต่อความตั้งใจเรียนและผลการเรียนของเยาวชน (Stockdale and Coyne, 2018)

ดังนั้น ผู้วิจัยจึงสนใจศึกษาความชุกและความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือและภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกเหงา ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียนของเยาวชนไทยในเขตภาคเหนือ โดยจะศึกษาในกลุ่มเยาวชนที่กำลังศึกษาระดับมัธยมศึกษาและอุดมศึกษา เพราะเป็นกลุ่มวัยที่ส่วนใหญ่สามารถเข้าถึงอินเทอร์เน็ตได้ง่ายด้วยอุปกรณ์พกพาส่วนตัว ในขณะที่เป็นช่วงวัยที่ยังมีลักษณะทางจิตวิทยาและพัฒนาการที่ยังไม่บรรลุวุฒิภาวะ รวมทั้งมักมีความคาดหวังในเชิงบวกต่อการเล่นเกมมือถือมากกว่าประชากรกลุ่มวัยอื่น ๆ (Kandell, 1998) ซึ่งผลการวิจัยที่ได้จะทำให้ได้องค์ความรู้ที่สามารถตอบคำถามวิจัยของศูนย์ศึกษาปัญหาการเสพติด (ศศก) ในประเด็นเรื่องพฤติกรรมและผลกระทบของการติดเกมออนไลน์ในกลุ่มเด็กและเยาวชน ซึ่งองค์ความรู้ดังกล่าวจะเป็นประโยชน์ต่อหน่วยงานระดับนโยบายและระดับปฏิบัติการในการใช้ทำความเข้าใจเชิงลึกเกี่ยวกับผลของการติดเกมมือถือที่อาจไปขัดขวางพัฒนาทางจิตและพัฒนาการทางสังคมของเยาวชนไทย ซึ่งจะช่วยยกระดับมาตรการและแนวทางป้องกันปัญหาการติดเกมของเยาวชนไทยได้อย่างสอดคล้องและเท่าทันต่อสภาพปัญหาในปัจจุบัน อันจะส่งผลดีต่อการกำหนดมาตรการและแนวทางป้องกันปัญหาดังกล่าวให้มีประสิทธิผลมากยิ่งขึ้น

วัตถุประสงค์การวิจัย

1. เพื่อศึกษาความชุกของการติดเกมมือถือ และพฤติกรรมการติดเกมมือถือของเยาวชนในเขตภาคเหนือของประเทศไทย
2. เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกเหงา ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียนของเยาวชนในเขตภาคเหนือของประเทศไทย
3. เพื่ออธิบายแบบแผน และภาพจำลองทางความคิดเกี่ยวกับมูลเหตุ และผลกระทบของการติดเกมมือถือของเยาวชนในเขตภาคเหนือของประเทศไทย

ขอบเขตการวิจัย

ขอบเขตด้านวิธีวิจัย

การวิจัยครั้งนี้แบ่งออกเป็น 2 ระยะ

การวิจัยระยะที่ 1 การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจภาคตัดขวาง (Cross-sectional survey research) เพื่อศึกษาความชุกของการติดเกมมือถือ พฤติกรรมการติดเกมมือถือ และความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกรู้ว่าเหว่ ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียนของเยาวชนในเขตภาคเหนือของประเทศไทย

การวิจัยระยะที่ 2 เป็นการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) เพื่ออธิบายแบบแผนและภาพจำลองทางความคิดเกี่ยวกับมูลเหตุ และผลกระทบของการติดเกมมือถือของเยาวชนในเขตภาคเหนือของประเทศไทย

ขอบเขตด้านประชากร

การวิจัยระยะที่ 1 ประชากร คือ เยาวชนไทยที่มีอายุ 15-24 ปี ที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษา และปริญญาตรี ในสถาบันการศึกษาที่ตั้งอยู่ในเขตภาคเหนือของประเทศไทย (เหนือตอนบน เหนือตอนกลาง และเหนือตอนล่าง)

การวิจัยระยะที่ 2 ผู้ให้ข้อมูลหลัก คือ เยาวชนไทยที่มีอายุ 15-24 ปี ที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษา และปริญญาตรี ในสถาบันการศึกษาที่ตั้งอยู่ในเขตภาคเหนือของประเทศไทยและมีภาวะติดเกมมือถือ

ขอบเขตด้านระยะเวลา

การวิจัยครั้งนี้มีระยะเวลาดำเนินการวิจัยรวม 12 เดือน

นิยามศัพท์เฉพาะ

เกมมือถือ หมายถึง เกมออนไลน์และเกมออฟไลน์ที่เล่นผ่านอุปกรณ์สื่อสารแบบพกพา เช่น สมาร์ทโฟน แท็บเล็ต ทั้งแบบเล่นคนเดียวหรือเล่นหลายคน

เยาวชน หมายถึง ผู้ที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายหรือระดับปริญญาตรี ในสถาบันการศึกษาที่ตั้งอยู่ในเขตภาคเหนือของประเทศไทย

การติดเกมมือถือ หมายถึง รูปแบบของพฤติกรรมการเล่นเกมจากอุปกรณ์สื่อสารแบบพกพา เช่น สมาร์ทโฟน แท็บเล็ต รูปแบบของพฤติกรรมการเล่นเกมจากอุปกรณ์สื่อสารแบบพกพา เช่น สมาร์ทโฟน แท็บเล็ต ทั้งแบบเกมออนไลน์และแบบออฟไลน์ ที่เล่นอย่างต่อเนื่อง จนเกิดความหมกมุ่น สูญเสียความสามารถในการควบคุมการเล่นเกมมือถือ และสูญเสียหน้าที่ความรับผิดชอบในการเรียนที่เกิดจากการเล่นเกมมือถือของเยาวชนในเขตภาคเหนือ โดยประเมินจากแบบทดสอบการติดเกมฉบับเด็ก และเยาวชน หรือ GAST (Game Addiction Screening Test) ของสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น

ราชนครินทร์ มีข้อคำถามจำนวน 16 ข้อ และแบ่งระดับการติดเกมมือถือออกเป็น 3 ระดับ คือ ปกติ คลั่งไคล้ และน่าจะติดเกม

ภาวะซึมเศร้า หมายถึง ความผิดปกติของอารมณ์ เช่น อารมณ์เศร้า ไม่มีความสุข เบื่อหน่าย หดหู่ ท้อแท้ ลึนหวัง เชื่องซึม นอนไม่หลับ เบื่ออาหาร ขาดสมาธิ มองโลกในแง่ลบ จนทำให้เกิดผลเสียต่อ สุขภาพและนำไปสู่ความคิดที่จะฆ่าตัวตาย ของเยาวชนในเขตภาคเหนือ โดยประเมินจากแบบประเมิน ภาวะซึมเศร้าของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข มีข้อคำถามจำนวน 9 ข้อ และแบ่งระดับ ภาวะซึมเศร้าออกเป็น 4 ระดับ คือ ไม่มีภาวะซึมเศร้า มีภาวะซึมเศร้าระดับน้อย มีภาวะซึมเศร้าระดับ ปานกลาง และมีภาวะซึมเศร้าระดับรุนแรง

ความรู้สึกรำแหว่ หมายถึง ความรู้สึกไม่สบายใจที่เกิดจากการรับรู้ว่าคุณค่าตนเองขาดปฏิสัมพันธ์ทาง สังคมกับคนรอบข้าง รู้สึกเหมือนถูกทอดทิ้ง หรือไม่ได้เป็นส่วนหนึ่งหรือไม่ได้รับการยอมรับจาก คนรอบข้าง ของเยาวชนในเขตภาคเหนือ โดยประเมินจากแบบประเมินความรู้สึกรำแหว่ของ Russell, D. W. (1996) (UCLA Loneliness Scale, Version 3) มีข้อคำถามจำนวน 20 ข้อ ระดับความรุนแรงของความรู้สึกรำ แหว่แปรผันตามคะแนนรวมที่ได้

ความวิตกกังวลทางสังคม หมายถึง ความรู้สึกกลัวและไม่สบายใจที่จะถูกประเมินด้านลบ จากคนรอบข้าง ความพยายามในการหลีกเลี่ยงที่จะเข้าสังคม และความรู้สึกรำแหว่หรือทุกข์ใจเมื่อต้อง เผชิญหน้ากับสังคมที่ไม่คุ้นเคยของเยาวชนในเขตภาคเหนือ โดยประเมินจากแบบประเมินความวิตกกังวล ทางสังคมของ La Greca AM and Lopez N. (1998) (Social anxiety among adolescents) มีข้อคำถาม จำนวน 10 ข้อ ระดับความวิตกกังวลแปรผันตามคะแนนรวมที่ได้

ผลการเรียน หมายถึง ผลการเรียนเฉลี่ยในปีการศึกษาที่ผ่านมาของเยาวชนในเขตภาคเหนือ

แบบแผนการติดเกมมือถือ หมายถึง ความถี่ของการเล่นเกมมือถือ โอกาสที่ทำให้เล่นเกมมือถือ เวลาและสถานที่ที่ใช้เล่นเกมมือถือ อุปกรณ์และการครอบครองอุปกรณ์ที่ใช้เล่นเกมมือถือ การเข้าถึง หรือการได้เกมมือถือมาเล่น และประเภทของเกมมือถือที่เล่นประจำตามประสบการณ์ของเยาวชน ที่ติดเกมมือถือในเขตภาคเหนือ

ภาพจำลองทางความคิดของการติดเกมมือถือ หมายถึง การรับรู้ การคิด และความเชื่อ เกี่ยวกับมูลเหตุ และผลกระทบของการติดเกมมือถือ ตามมุมมองและประสบการณ์ของเยาวชน ที่ติดเกมมือถือในเขตภาคเหนือ

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การวิจัยครั้งนี้มีขอบเขตการทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้องของจำนวน 7 ประเด็น คือ

1. ความหมายของการติดเกมมือถือ
2. แบบทดสอบการติดเกมมือถือ
3. ความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า
4. ความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือ และความรู้สึกรู้สึกว่าเหว
5. ความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือ และความวิตกกังวลทางสังคม

โดยแต่ละประเด็นสรุปสาระสำคัญได้ดังนี้

ความหมายของการติดเกมมือถือ

การติดเกม (Game addiction) เป็นปัญหาที่เกิดจากการหมกมุ่นในการเล่นเกมจนหยุดไม่ได้ กลายเป็นพฤติกรรมเสพติด (Behavioral addiction) ที่ก่อให้เกิดความเสียหายหรือสภาพผิดปกติ จากภายในจิตใจ นำไปสู่การสูญเสียการควบคุมตนเอง ส่งผลกระทบต่อสุขภาพกาย อารมณ์ และเสียหน้าที่ความรับผิดชอบ ละเลยการเข้าสังคมและการทำกิจกรรมร่วมกับครอบครัว (Tyrer, 2008) โดยสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ (2548) ได้ให้ความหมายของการติดเกมไว้ว่าหมายถึง การที่บุคคลใช้เวลาในการเล่นเกมครั้งละไม่ต่ำกว่า 3 ชั่วโมง หรือเล่นอย่างหามรุ่งหามค่ำไม่ยอมนอน ไม่ยอมเรียน ไม่ยอมทำการบ้าน หรือดูหนังสือ ไม่ยอมรับประทานอาหารร่วมกับสมาชิกในครอบครัว ใช้เงินไปกับการซื้อเกมหรือเล่นเกมมากขึ้น แสดงความไม่พอใจ หงุดหงิด วิตกกังวล เมื่อบอกให้หยุดเล่นเกม ไม่สนใจกิจกรรมที่เคยชอบหรือเคยทำเป็นกิจวัตร ปฏิเสธการไปเที่ยวกับเพื่อน ๆ หรือสมาชิกในบ้าน

โรคติดเกม (Gaming Disorder) ถูกจัดให้เป็นหนึ่งในโรคทางจิตเวชและบรรจุไว้ในบัญชีจำแนกโรคระหว่างประเทศฉบับที่ 11 (International Classification of Diseases, ICD-11) และได้ให้คำนิยามไว้ว่าหมายถึง รูปแบบของพฤติกรรมการเล่นเกมดิจิทัลหรือวิดีโอเกมทั้งเกมออนไลน์และออฟไลน์ที่เล่นอย่างต่อเนื่อง หรือซ้ำ ๆ โดยต้องปรากฏอาการทั้ง 3 ข้อต่อไปนี้คือ 1) ควบคุมการเล่นเกมของตนไม่ได้ 2) ให้ความสำคัญกับการเล่นเกมเหนือกิจกรรมอื่น ๆ ที่มีความสำคัญกับชีวิต และ 3) ยังคงเล่นต่อไปหรือมากขึ้นทั้ง ๆ ที่เริ่มเผชิญกับผลเสียหายที่เกิดจากการเล่นเกม ทั้งนี้การวินิจฉัยโรคติดเกมจำเป็นต้องมีความรุนแรงมากพอจนทำให้มีความบกพร่องต่อทั้งตนเองครอบครัว สังคม การศึกษา การประกอบอาชีพ หรือการทำหน้าที่ที่สำคัญอื่น ๆ อย่างมีนัยสำคัญ และมีอาการต่าง ๆ อย่างน้อย 12 เดือน อย่างไรก็ตาม เด็กและวัยรุ่นที่เป็นโรคติดเกมอาจมีระยะเวลาสั้นกว่านี้ได้หากมีอาการต่าง ๆ

ปรากฏอย่างชัดเจนและรุนแรง (วีระศักดิ์ ชลไชยะ เบญจพร ตันตสุทธิ แลพคมสันต์ เกียรติรุ่งฤทธิ์, 2561)

ในขณะที่ การติดเกมมือถือ (Mobile gaming addiction) นั้นเป็นส่วนหนึ่งของการติดเกม (Game addiction) ที่ทำให้เกิดอาการผิดปกติจากการเล่นเกมออนไลน์ (Internet Gaming Disorder; IGD) (Laconi, Pirès, and Chabrol, 2017) แต่เกมมือถือ (Mobile game) มีลักษณะที่เฉพาะเจาะจงไปที่เกมที่เล่นผ่านอุปกรณ์สื่อสารแบบพกพา เช่น สมาร์ทโฟน แท็บเล็ต ที่ส่วนใหญ่เชื่อมต่อกับอินเทอร์เน็ตแบบไร้สายจึงทำให้ผู้เล่นมีความคล่องตัวในการพกพา มีความฉับไวในการเล่น และสามารถเล่นได้ทุกที่และทุกเวลา (Fabito, 2017) และส่วนใหญ่เป็นเกมที่เล่นง่าย ๆ เล่นได้ในระยะเวลาสั้น ๆ และสามารถเล่นซ้ำ ๆ ได้ตามที่ต้องการ (Merikivi, Tuunainen, and Nguyen, 2017) ดังนั้น ปัจจุบันจึงมีความสนใจศึกษาปัญหาและผลกระทบของการเล่นเกมมือถือมากขึ้นเพราะอาจเพิ่มโอกาสเสี่ยงทำให้เกิดการติดเกมและทำให้ได้รับผลกระทบทางลบจากการติดเกมได้มากกว่าการติดเกมออนไลน์ที่ส่วนใหญ่เล่นกับอุปกรณ์คอมพิวเตอร์ตั้งโต๊ะ (Carter, 2017; Wang, Sheng, and Wang, 2019; Stockdale and Coyne, 2018)

การประยุกต์ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

จากการทบทวนวรรณกรรมในประเด็นดังกล่าว การวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยจึงได้ให้คำนิยามของคำว่า การติดเกมมือถือไว้ว่าหมายถึง รูปแบบของพฤติกรรมการเล่นเกมจากอุปกรณ์สื่อสารแบบพกพา เช่น สมาร์ทโฟน แท็บเล็ต ทั้งแบบเกมออนไลน์และแบบออฟไลน์ที่เล่นอย่างต่อเนื่อง จนเกิดความหมกมุ่น สูญเสียความสามารถในการควบคุมการเล่นเกมมือถือ และสูญเสียหน้าที่ความรับผิดชอบในการเรียนที่เกิดจากการเล่นเกมมือถือ

แบบทดสอบการติดเกมมือถือ

จากการทบทวนวรรณกรรม พบว่า ที่ผ่านมามีงานวิจัยที่พัฒนาแบบทดสอบการติดเกมมือถือขึ้นโดยเฉพาะ ได้แก่งานวิจัยเรื่อง Development and psychometric properties of the problematic mobile video gaming scale ของ Jia-Rong Sheng and Jin-Liang Wang (2019) ประกอบด้วยเนื้อหา 3 ส่วนหลักคือ Withdrawal symptoms, Mood modification, และ Conflict รวมข้อคำถามจำนวน 11 ข้อ ทุกข้อมีมาตรวัดแบบ Likert's scale 5 ระดับ คือ เห็นด้วยอย่างยิ่ง เห็นด้วย ไม่แน่ใจ ไม่เห็นด้วย และไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง แบบทดสอบการติดเกมนี้มีคุณภาพที่น่าเชื่อถือ โดยมีค่า construct validity, with $\chi^2/df = 2.835$, RMSEA = 0.056, 90% CI (0.044, 0.069), SRMR = 0.037, CLI = 0.970, TLI = 0.959, ตัวอย่างข้อคำถาม เช่น ในช่วงปีที่ผ่านมาคุณรู้สึกเศร้าเมื่อไม่สามารถเล่นวิดีโอเกมบนมือถือหรือเล่นน้อยกว่าปกติหรือไม่? ในช่วงปีที่ผ่านมาคุณเล่นวิดีโอเกมบนมือถือเพื่อจะได้ไม่ต้องคิดเรื่องกังวลใจหรือไม่?... สำหรับการแปลผลระดับการติดเกมมือถือนั้นจะคิดแปรผันตามคะแนนรวมที่ได้กล่าวคือ หากได้คะแนนรวมมากก็แสดงว่ามีอาการติดเกมรุนแรงมาก อย่างไรก็ตาม แบบทดสอบการติดเกมมือถือนี้ก็ยังมีข้อจำกัดในการนำไปใช้เพราะจากผลงานวิจัยต้นฉบับระบุว่า ยังไม่สามารถ

กำหนดจุดตัดสำหรับบ่งชี้การติดเกมมือถือ และยังคงจำเป็นต้องมีการพัฒนาเพื่อให้สามารถวัดระดับการติดเกมมือถือในการวิจัยครั้งต่อไป

สำหรับประเทศไทยยังไม่มีการพัฒนาแบบประเมินการติดเกมมือถือโดยตรง แต่มีการพัฒนาแบบทดสอบการติดเกม (Game Addiction Screening Test: GAST) ขึ้นใช้แล้วโดยสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข ร่วมกับชาญวิทย์ พรนภดล ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล (2557) เพื่อใช้สำหรับค้นหาเด็กและวัยรุ่นที่อาจมีปัญหาติดเกม ซึ่งสามารถนำไปใช้วัดการติดเกมได้อย่างกว้างขวางครอบคลุมทั้งวิดีโอเกม เกมเพลสเดชั่น เกมบอย เกมคอมพิวเตอร์ เกมในโทรศัพท์มือถือ และเกมออนไลน์ทุกชนิด โดยโครงสร้างของแบบทดสอบการติดเกมนี้ ประกอบด้วย 3 ด้าน คือ การหมกมุ่นกับเกม (Preoccupation with game) การสูญเสียความสามารถในการควบคุมการเล่นเกม (Loss of control) และการสูญเสียหน้าที่ความรับผิดชอบ (Function impairment) รวมข้อคำถามจำนวน 16 ข้อ ทุกข้อมีมาตรวัดแบบ Likert's scale 4 ระดับ คือ ไม่ใช่เลย หมายถึง ผู้ตอบมีความมั่นใจ 100% ว่าตนเองไม่เคยมีพฤติกรรมเช่นนั้นเลย ไม่น่าใช่ หมายถึง ผู้ตอบมีความมั่นใจมากกว่า 50% (แต่ไม่ถึง 100%) ว่าตนเองไม่เคยมีพฤติกรรมเช่นนั้น น่าจะใช้ หมายถึง ผู้ตอบมีความมั่นใจมากกว่า 50% (แต่ไม่ถึง 100%) ว่าตนเองมีหรือเคยมีพฤติกรรมเช่นนั้น และใช่เลย หมายถึง ผู้ตอบมีความมั่นใจ 100% ว่าตนเองมีหรือเคยมีพฤติกรรมเช่นนั้น และกำหนดเกณฑ์การแปลผลคะแนนไว้ 3 ระดับโดยแยกเพศชายและหญิง สำหรับเกณฑ์การแปลผลของเยาวชนชาย คือ คะแนนต่ำกว่า 24 ปกติหรือยังไม่มีปัญหาในการเล่นเกมน คะแนนระหว่าง 24-32 คลั่งไคล้หรือเริ่มมีปัญหาในการเล่นเกมน และคะแนนมากกว่าหรือเท่ากับ 33 น่าจะติดเกมหรือมีปัญหาในการเล่นเกมนมาก และเกณฑ์การแปลผลคะแนนสำหรับเยาวชนหญิง คือ คะแนนต่ำกว่า 16 ปกติหรือยังไม่มีปัญหาในการเล่นเกมน คะแนนระหว่าง 16-22 คลั่งไคล้หรือเริ่มมีปัญหาในการเล่นเกมน และคะแนนมากกว่าหรือเท่ากับ 23 น่าจะติดเกมหรือมีปัญหาในการเล่นเกมนมาก

การประยุกต์ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

จากการทบทวนวรรณกรรมในประเด็นดังกล่าว ทำให้ผู้วิจัยทราบว่าแบบทดสอบการติดเกมมือถือของ Jia-Rong Sheng and Jin-Liang Wang (2019) แม้จะมีข้อดีที่ออกแบบมาใช้วัดการติดเกมมือถือโดยตรง มีข้อคำถามจำนวนไม่มาก และคำถามค่อนข้างสอดคล้องกับรูปแบบการดำเนินชีวิตของเยาวชน แต่แบบทดสอบการติดเกมนี้ ไม่มีจุดตัดสำหรับวัดการติดเกมมือถือของเยาวชน และไม่สามารถบอกระดับของการติดเกมมือถือได้ ซึ่งอาจส่งผลให้การนำแบบทดสอบการติดเกมมือถือมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้ไม่สามารถยืนยันอัตราความชุกของการติดเกมมือถือได้ตามวัตถุประสงค์ของการวิจัย และอาจทำให้มีข้อจำกัดในการนำผลงานวิจัยไปใช้ในเชิงการสื่อสารสาธารณะในวงกว้าง

ดังนั้นการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงจะประยุกต์ใช้แบบทดสอบการติดเกม GAST (Game Addiction Screening Test) โดยจะปรับเปลี่ยนจากคำว่า “เกม” ทั้งหมดในแบบสอบถามให้เป็นคำว่า “เกมมือถือ”

เพื่อให้เฉพาะเจาะจงตามวัตถุประสงค์การวิจัยครั้งนี้ และยังคงใช้มาตรวัดและใช้เกณฑ์การแปลผลตามของต้นฉบับ

ความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า

ภาวะซึมเศร้า (Depression) คือ สภาวะอารมณ์ที่ผิดปกติและส่งผลต่อการปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน อาจส่งผลต่อความคิด พฤติกรรม แรงจูงใจ ความรู้สึก และความรู้สึกเป็นอยู่ที่ดีของบุคคล อาการหลักของภาวะซึมเศร้าคือการสูญเสียความสนใจหรือการสูญเสียความรู้สึกมีความสุขในชีวิต (National Institute of Mental Health (NIMH), 2016; De Zwart, et al, 2019; Gilbert, Paul, 2007) ในขณะที่กรมสุขภาพจิต (2557) ให้ความหมายคำว่า ภาวะซึมเศร้า ไว้ว่าหมายถึง อาการของโรคซึมเศร้า ได้แก่ เศร้า หดหู่ ซึม เบื่อหน่าย หงุดหงิด ฉุนเฉียว อ่อนไหวง่าย ชัดแย้งกับคนอื่นง่าย รู้สึกสิ้นหวัง คุณถูกตนเอง อาจมีอาการวิตกกังวล เครียด นิ่งไม่ติด สมาธิลดลง ไม่อยากทำอะไร ไม่อยากอาหาร นอนไม่หลับ เหนื่อยง่าย อ่อนเพลีย หดแรงแรง ขาดความมั่นใจในตัวเอง การตัดสินใจแย่งลง รู้สึกหมดหวัง และมีความคิดอยากตายหรืออยากฆ่าตัวตาย

จากการทบทวนวรรณกรรมในประเด็นนี้ สรุปได้ว่ามีผลการวิจัยยืนยันว่าการติดอินเทอร์เน็ต (Internet addiction) มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการเกิดภาวะซึมเศร้า (Depression) (Liu L, Yao YW, Li CR, Zhang JT, Xia CC, Lan JT, 2018; Wu AM, Chen JH, Tong KK, Yu S, Lau JT, 2018) นอกจากนี้ มีงานวิจัยที่เก็บข้อมูลระยะยาวที่ยืนยันว่า ระดับการติดเกมออนไลน์ (Online game addiction) และความรุนแรงของภาวะซึมเศร้ามีความสัมพันธ์ทางบวกต่อกันแบบสองทิศทาง กล่าวคือ บุคคลที่ติดเกมออนไลน์มากขึ้นจะมีโอกาสเกิดภาวะซึมเศร้ามากขึ้นเพราะการเล่นเกมออนไลน์จะแยกบุคคลออกจากความสัมพันธ์ในชีวิตจริงทำให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตที่รุนแรงขึ้น ในขณะที่เดียวกันระดับภาวะซึมเศร้าที่รุนแรงขึ้นก็ส่งผลทำให้ติดเกมออนไลน์มากขึ้นตามไปด้วยเพราะบุคคลจะหาหนทางในการรับมือกับความทุกข์ทางอารมณ์ด้วยการเล่นเกมออนไลน์ (King DL, Delfabbro PH, 2016) สำหรับผลการวิจัยที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างภาวะซึมเศร้าและการติดเกมที่เจาะจงไปที่เกมมือถือนั้น มีงานวิจัยของ Wang J-L, Sheng J-R and Wang H-Z (2019) ที่พบว่า เยาวชนชายที่เล่นเกมมือถือเป็นเวลานาน จะมีภาวะซึมเศร้า ($\beta = 0.280, p < 0.001$) สูงกว่าเยาวชนหญิง สำหรับผลการวิจัยในประเด็นดังกล่าวของประเทศไทยนั้นยังไม่พบงานวิจัยที่ศึกษาการติดเกมมือถือโดยตรงแต่มีผลการวิจัยเกี่ยวกับเกมออนไลน์เพียงงานเดียวของ พาวาตี วามาร์ และอุริย์ เจียสกุล (2559) ที่พบว่า นักศึกษาปริญญาตรีที่ติดเกมออนไลน์มีผลทางตรงทำให้เกิดภาวะซึมเศร้ารุนแรงขึ้น (Beta = 0.28) โดยเฉพาะในกลุ่มนักศึกษาที่มีระดับการควบคุมกำกับตนเองต่ำและได้รับการสนับสนุนทางสังคมน้อย

สำหรับการประเมินภาวะซึมเศรานั้น พบว่ามีการพัฒนาแบบประเมินไว้จำนวนมาก เช่น แบบประเมินภาวะซึมเศร้าของ Derogatis LR และ Melisaratos N (1983) มีข้อคำถามจำนวน 6 ข้อ ทุกข้อมีมาตรกรวัดแบบ Likert scale 5 ระดับ แบบประเมินนี้มีคุณภาพพบว่ามีความเชื่อมั่น

$\chi^2/df = 1.931, RMSEA = 0.040, 90\% CI(0.000, 0.070), SRMR = 0.020, CFI = 0.994, TLI = 0.989$
สำหรับประเทศไทยมีการพัฒนา แบบประเมินภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น (Thai version of The Patient Health Questionnaire for Adolescents: PHQ-A) โดยสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ มีข้อคำถามจำนวน 9 ข้อ ทุกข้อมีมาตราวัดแบบประมาณค่า 4 ระดับ คือ ไม่มีเลย เป็นบางวัน เป็นบ่อย และเป็นทุกวัน และกำหนดเกณฑ์การแปลผลคะแนนไว้ 5 ระดับ คือ 0 – 4 ไม่มีภาวะซึมเศร้า ขณะนี้ยังไม่พบภาวะซึมเศร้าที่ชัดเจน 5 – 9 มีภาวะซึมเศร้าเล็กน้อย ควรหากิจกรรมที่ช่วยผ่อนคลายอารมณ์ หรือปรึกษาบุคคลใกล้ชิดที่ไว้ใจ 10 – 14 มีภาวะซึมเศร้าปานกลาง ควรปรึกษาแพทย์ เพื่อวินิจฉัยและบำบัดรักษา 15 – 19 มีภาวะซึมเศร้ามาก และ 20 – 27 มีภาวะซึมเศร้ารุนแรง (กิมลวรรณ ปัญญาเรือง, โชษิตา ภาวสุทธิไพศิฐ และรัตนศักดิ์ ลันธิตาตกุล, 2561)

การประยุกต์ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

จากการทบทวนวรรณกรรมในประเด็นดังกล่าว ทำให้ทราบว่าในต่างประเทศได้มีการทดสอบยืนยันความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือที่มีความสัมพันธ์กับภาวะซึมเศร้า ในขณะที่ประเทศไทยยังมีการศึกษาในประเด็นดังกล่าวค่อนข้างจำกัด ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาความสัมพันธ์ทั้งทางตรงระหว่าง 2 ตัวแปรนี้ รวมทั้งอาจมีความสัมพันธ์ทางอ้อมผ่านความรู้สึกว่าเหว ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียนของเยาวชนในเขตภาคเหนือ โดยผู้วิจัยใช้แบบประเมินภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น (Thai version of The Patient Health Questionnaire for Adolescents: PHQ-A) ของสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์เป็นเครื่องมือเก็บข้อมูลในตัวแปรดังกล่าว เพราะเป็นแบบประเมินที่เป็นภาษาไทย และพัฒนาให้สอดคล้องเหมาะสมกับบริบทและวิถีชีวิตของเยาวชนไทยเป็นอย่างดีแล้ว โดยยังคงใช้มาตราวัดของแบบสอบถามและเกณฑ์การแปลผลตามแบบต้นฉบับ

ความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือ และความรู้สึกว่าเหว

ความรู้สึกว่าเหว (Loneliness) คือ สภาวะอารมณ์และประสบการณ์ที่ไม่พึงประสงค์ของบุคคลที่เกิดจากการไม่ได้รับความใส่ใจหรือได้รับความใส่ใจน้อยกว่าที่คาดหวังจากเครือข่ายความสัมพันธ์ทางสังคมของบุคคลนั้น ๆ (Blazer D, 1983) ผลการวิจัยทางการแพทย์ระบุว่า ความรู้สึกเหวสัมพันธ์กับปัญหาสุขภาพของบุคคล เช่น ปัญหาการนอนหลับ เสี่ยงต่อการเกิดโรคหัวใจและหลอดเลือด ระบบภูมิคุ้มกันบกพร่อง และก่อให้เกิดความเฉื่อยชา (Mendes, et al, 2002; Kurina, et al, 2011; Patterson and Veenstra, 2010; Shiovitz-Ezra and Ayalon, 2010; Thurston RC, Kubzansky LD, 2009) นอกจากนี้ ความรู้สึกเหวยังมีผลด้านลบต่อจิตใจด้วยโดยทำให้รู้สึกซึมเศร้า มีความรู้สึกเบื่อหน่าย รู้สึกโกรธ มีความขัดแย้งในตนเอง มีการแปลความหมายของข้อมูลหรือสถานการณ์ผิดพลาด กระบวนการคิดบิดเบือน เกิดความล้มเหลวในการสร้างสัมพันธภาพ มีความเสี่ยงที่จะเกิดความซึมเศร้าตามมา มักใช้เวลาส่วนใหญ่ในการอยู่คนเดียว และทำกิจกรรมตามลำพัง และอาจนำไปสู่การใช้สารเสพติดและดื่มสุรา (Peplau, L. A., and Perlman, 1982)

ผลการวิจัยที่ผ่านมายืนยันว่า ความรู้สึกว่าเหว่มีความสัมพันธ์ทางบวกกับการติดเกมออนไลน์ของเยาวชน ทั้งในลักษณะเป็นปัจจัยเชิงสาเหตุที่ทำให้เยาวชนมีพฤติกรรมเล่นเกมออนไลน์มากขึ้น และเป็นผลที่ตามมาของการแยกตัวจากสังคมรอบข้างเพื่อมาเล่นเกมออนไลน์ด้วย ทั้งนี้ แม้ว่าการเล่นเกมออนไลน์อาจช่วยทำให้เยาวชนหลีกเลี่ยงจากความรู้สึกด้านลบที่เกิดจากการไม่มีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมได้ในระยะแรก แต่การเล่นเกมที่มากเกินไปกลับทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในชีวิตจริงแย่งงกว่าเดิม ซึ่งท้ายที่สุดก็เท่ากับไปเพิ่มความรู้สึกว่าเหว่ให้เพิ่มมากขึ้นตามไปด้วย (Spilkova J, Chomynova P, Csemy L, 2017; Van Rooij, et al, 2014; Lemmens JS, Valkenburg PM, 2012) สอดคล้องกับผลการวิจัยที่ใหม่กว่าของ Wang J-L, Sheng J-R and Wang H-Z (2019) ที่พบว่า การติดเกมมือถือสามารถอธิบายความแปรปรวนของของความรู้สึกว่าเหว่ของเยาวชนได้ร้อยละ 4.00 ($\beta = 0.21, p < 0.001$)

สำหรับแบบวัดความรู้สึกว่าเหว่ที่นิยมใช้กันมากคือแบบวัดความรู้สึกว่าเหว่ยูซีแอลเอ (UCLA Loneliness Scale) ฉบับแรกประกอบด้วยข้อคำถามจำนวน 20 ข้อต่อมาพัฒนาลดคำถามเหลือเพียง 10 ข้อ (Russell, Peplau and Cutrona, 1980) และมีการสร้างแบบวัดความรู้สึกว่าเหว่ยูซีแอลเอ (UCLA Loneliness Scale) รูปแบบที่ 3 ขึ้นโดยมีคำถามทั้งหมด 20 ข้อ เป็นคำถามเชิงบวกจำนวน 9 ข้อ และเชิงลบจำนวน 11 ข้อ ได้รับการยอมรับทั้งมีความคงที่ภายใน (internal constancy) มีความตรงเชิงจำแนก (Victor et al., 2009) มีการตรวจคุณภาพเครื่องมือ โดยหาค่าความเที่ยง (reliability) ได้ค่าสัมประสิทธิ์อัลฟา .89-.97 (Russell, 1996) ทั้งนี้จากการประเมินของผู้พัฒนาแบบประเมินความรู้สึกว่าเหว่ยูซีแอลเอ (UCLA Loneliness Scale) รูปแบบที่ 3 ได้ระบุว่าเครื่องมือนี้ถูกพัฒนาให้มีความเป็นแบบวัดทางจิตและง่ายต่อการนำไปใช้ จึงถูกใช้อย่างกว้างขวางทุกกลุ่มบุคคลและหลากหลายสภาพแวดล้อม (Victor et al., 2009) ทั้งนี้ จากการทบทวนวรรณกรรมพบว่ามีการพัฒนาแบบประเมินความรู้สึกว่าเหว่ฉบับภาษาไทยขึ้น (Wongpakaran et al, 2020) โดยพัฒนามาจากต้นฉบับของ Russell, D. W. (1996) (6-Item Revised UCLA Loneliness Scale, RULS-6) มีข้อคำถามจำนวน 6 ข้อ ทุกข้อมีมาตราวัดแบบ Likert's scale 4 ระดับ คือ เป็นประจำ บ่อยครั้ง บางครั้ง และไม่เคย การแปลผลคะแนนแปรผันตามระดับความรุนแรงของความรู้สึกว่าเหว่

การประยุกต์ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

จากการทบทวนวรรณกรรมในประเด็นดังกล่าว ทำให้ทราบว่าความรู้สึกว่าเหว่มีผลกระทบต่อบุคคลทั้งทางร่างกายและจิตใจ รวมทั้งในต่างประเทศได้มีการทดสอบยืนยันความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือกับความรู้สึกว่าเหว่ ในขณะที่ประเทศไทยยังไม่พบว่ามีการศึกษาในประเด็นดังกล่าว ซึ่งทำให้ขาดข้อมูลเชิงประจักษ์ในการทำความเข้าใจและกำหนดแนวทางป้องกันปัญหาการติดเกมมือถืออย่างรอบด้าน ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาความสัมพันธ์ทั้งทางตรงระหว่าง 2 ตัวแปรนี้ รวมทั้งอาจมีความสัมพันธ์ทางอ้อมผ่านภาวะซึมเศร้า ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียนของเยาวชนในเขตภาคเหนือ โดยผู้วิจัยใช้แบบประเมินความรู้สึกว่าเหว่ฉบับภาษาไทยที่พัฒนาขึ้น

(Wongpakaran et al, 2020) เพราะเป็นแบบประเมินที่เป็นภาษาไทย มีจำนวนข้อคำถามเพียง 6 ข้อ สั้นกระชับ ภาษาที่ใช้เข้าใจง่ายและเหมาะสมกับระดับความสนใจของเยาวชน โดยยังคงใช้มาตรวัดของแบบสอบถามและเกณฑ์การแปลผลตามแบบต้นฉบับ

ความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือ และความวิตกกังวลทางสังคม

องค์การอนามัยโลกได้ให้ความหมายของคำว่า ความวิตกกังวลทางสังคม (Social anxiety) ไว้ว่า หมายถึง ความกลัวอย่างมากอย่างเห็นได้ชัดจนเมื่อต้องกลายเป็นจุดสนใจ หรือกลัวว่าจะแสดงพฤติกรรมที่น่าอับอายหรือขายหน้าออกไป และพยายามหลีกเลี่ยงต่อการเป็นจุดสนใจ หรือคอยหลบเลี่ยงสถานการณ์ที่บุคคลนั้นกลัวว่าตนเองจะแสดงพฤติกรรมที่น่าอับอายหรือขายหน้าออกไป โดยบุคคลนั้นทราบดีว่าความกลัวนั้นไม่มีเหตุผลและมีมากเกินไป (WHO, 1993)

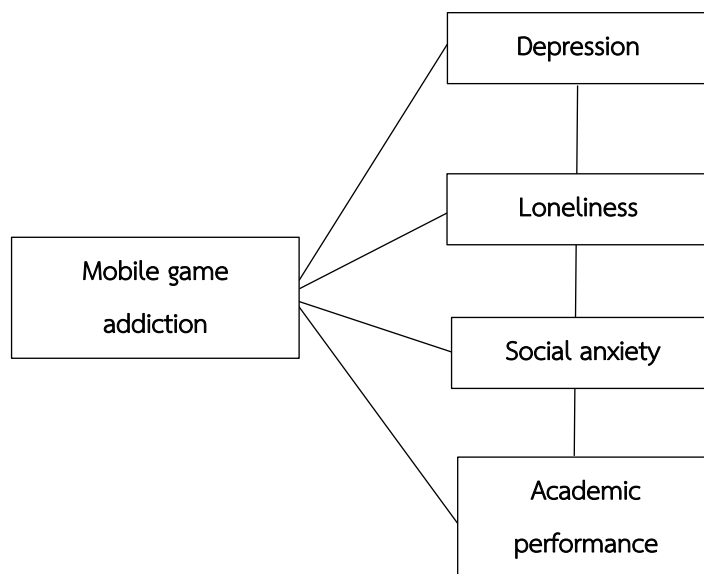
ความวิตกกังวลทางสังคม (Social anxiety) ในระดับที่เป็นปัญหานั้นจะส่งผลให้บุคคลไม่สามารถแสดงศักยภาพและความสามารถจริงที่แฝงอยู่ในคน ๆ นั้น รวมทั้งส่งผลต่อด้านชีวิตส่วนตัว ทำให้ต้องเก็บตัว หลีกหนีจากสังคม ในบางรายจะหันไปพึ่งการดื่มสุรา ใช้สารเสพติด เพื่อเป็นการลดความกลัวลง นอกจากนี้เยาวชนที่มีความวิตกกังวลทางสังคมจะประสบกับปัญหาด้านการเรียน ผลการเรียนไม่ดี เพราะหลีกเลี่ยงการมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นในชั้นเรียน พลาดโอกาสในความก้าวหน้าด้านการทำงาน (Beidel; & Turner. 1998; Liebowitz; et al. 1985; Turner; et al. 1986) ในด้านสัมพันธภาพ ผู้ที่มีความวิตกกังวลทางสังคมจะมีปัญหาเรื่องการปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น โดยเฉพาะกับคนแปลกหน้าผู้ที่มีอายุใสหรือผู้ที่มีอำนาจเหนือกว่า และในบางรายยังเกิดขึ้นกับบุคคลรอบข้างที่เป็นรุ่นราวคราวเดียวกัน หลีกเลี่ยงการพูดคุย ยืนหลบอยู่ตรงมุมหรืออยู่ในที่ไม่มีคนพลุกพล่านนัก ในรายที่มีอาการมาก ๆ อาจมีความคิดถึงขั้นฆ่าตัวตายได้ (ธนา นิลชัยโกวิท, จักรกฤษณ์ สุขยิ่ง, 2540)

ผลการวิจัยที่ผ่านมายืนยันว่า การติดอินเทอร์เน็ต การติดสมาร์ทโฟน และการติดเกมออนไลน์ ล้วนเกี่ยวข้องกับความวิตกกังวลทางสังคม โดยเฉพาะปัญหาที่เกิดกับการติดเกมมือถือนั้นพบว่า เยาวชนที่ติดเกมมือถือประมาณ 1 ใน 3 จะมีความกังวลทางสังคมมากกว่าเยาวชนที่ไม่ได้ติดเกมมือถือ อย่างมีนัยสำคัญ นอกจากนี้ยังพบว่า การติดเกมออนไลน์ยังส่งผลต่อคุณภาพของความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลได้ด้วย ทั้งนี้เพราะเมื่อเยาวชนใช้เวลาเล่นเกมมือถือมากขึ้นก็จะให้เวลากับการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้างลดลง และในที่สุดก็จะทำให้บุคคลนั้น ๆ เกิดความวิตกกังวลทางสังคมที่เพิ่มขึ้นได้ (Rapee RM, Heimberg RG, 1997; Maldonado L, et al, 2013; Merikangas KR, et al, 2010; Fayazi M, Hasani J, 2017; Lo S, Wang C, Fang W., 2005) สำหรับแบบประเมินความวิตกกังวลทางสังคมที่นิยมใช้กันทั่วไปนั้นพัฒนาขึ้นโดย La Greca AM and Lopez N. (1998) (Social anxiety among adolescents) มีข้อคำถามจำนวน 10 ข้อ ทุกข้อมีมาตรวัดแบบ Likert's scale 3 ระดับ คือ เป็นประจำ บางครั้ง และไม่เคย การแปลผลคะแนนแปรผันตามระดับความรุนแรงของความรู้สึกว่าเหว

การประยุกต์ใช้ในการวิจัยครั้งนี้

จากการทบทวนวรรณกรรมในประเด็นดังกล่าว ทำให้ทราบว่าความวิตกกังวลทางสังคม มีผลกระทบต่อเยาวชนทั้งด้านสุขภาพร่างกาย จิตใจ ความสัมพันธ์ระหว่างผู้อื่น และอาจนำไปสู่การใช้สารเสพติดได้ รวมทั้งในต่างประเทศได้มีการทดสอบยืนยันความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือกับความวิตกกังวลทางสังคมพอสมควร ในขณะที่ประเทศไทยยังไม่พบว่ามีการศึกษาในประเด็นดังกล่าว ซึ่งทำให้ขาดข้อมูลเชิงประจักษ์ในการทำความเข้าใจปัญหาและกำหนดแนวทางป้องกันปัญหาการติดเกมมือถืออย่างรอบด้าน ดังนั้นผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาความสัมพันธ์ทั้งทางตรงระหว่าง 2 ตัวแปรนี้ รวมทั้งอาจมีความสัมพันธ์ทางอ้อมผ่านภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกว่าเหว และผลการเรียนของเยาวชนในเขตภาคเหนือ โดยผู้วิจัยจะประยุกต์ใช้แบบประเมินความวิตกกังวลทางสังคมของ La Greca AM and Lopez N. (1998) และตรวจสอบคุณภาพการแปลโดยผู้เชี่ยวชาญด้านภาษาก่อนนำไปใช้ โดยยังคงใช้มาตรวัดของแบบสอบถามและเกณฑ์การแปลผลตามแบบต้นฉบับ

กรอบแนวคิดการวิจัย



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

บทที่ 3

วิธีดำเนินงานวิจัย

รูปแบบการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ ผ่านการรับรองจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยนเรศวร เลขที่รับรองโครงการ : 56 02 03 000 การวิจัยครั้งนี้มีระเบียบวิธีการวิจัยแบบผสมผสานระหว่างการวิจัยเชิงสำรวจภาคตัดขวาง (Cross-sectional survey research) เพื่อศึกษาความชุกของการติดเกมมือถือ พฤติกรรมการติดเกมมือถือ และความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกว่าเหว่ ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียนของเยาวชนในเขตภาคเหนือของประเทศไทย จากนั้นจึงดำเนินการเก็บข้อมูลเชิงลึกด้วยการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) เพื่ออธิบายเชิงลึกเกี่ยวกับแบบแผนและสภาพจำลองทางความคิดที่เป็นมูลเหตุและผลกระทบของการติดเกมมือถือตามมุมมองและประสบการณ์ของเยาวชนที่ติดเกมมือถือในเขตภาคเหนือของประเทศไทย

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยระยะที่ 1

ประชากร คือ เยาวชนที่มีอายุ 15-24 ปีที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษา และปริญญาตรี ในสถาบันการศึกษาที่ตั้งอยู่ในเขตภาคเหนือของประเทศไทย (เหนือตอนบน เหนือตอนกลาง และเหนือตอนล่าง)

คำนวณขนาดตัวอย่าง โดยใช้สูตรประมาณการค่าสัดส่วนกรณีไม่ทราบจำนวนประชากร (Infinite population proportion) (Wayne, 1995) กำหนดแทนค่าในสูตร ดังนี้

Proportion = 0.205 (อัตราการเล่นเกมออนไลน์ระดับคลังโคลล์และน่าจะติด = 20.50 % โดยอ้างถึงผลการวิจัยของณัฐรพงษ์ สายพิณ ปี 2563)

$$\text{Error} = 0.0205 (0.205 * 10\%)$$

$$\text{Alpha} = 0.05, Z(0.975) = 1.959964$$

$$\text{Cluster effect} = 2$$

$$\text{Sample size} = 2,980$$

ได้จำนวนกลุ่มตัวอย่างเท่ากับ 2,980 คน เพื่อป้องกันการไม่ตอบกลับและความผิดพลาดจากการตอบแบบสอบถามไม่สมบูรณ์จึงเพิ่มจำนวนกลุ่มตัวอย่างอีก 15% ของจำนวนกลุ่มตัวอย่างที่คำนวณได้ รวมจำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 3,427 คน

ดำเนินการสุ่มตัวอย่าง ดำเนินการสุ่มตัวอย่างโดยใช้การสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi Stage Sampling) แบบ Stratified two stage cluster sampling ดังนี้ 1) สุ่มตัวอย่างแบบชั้นภูมิ (Stratified random sampling) โดยจำแนกเป็น 3 ชั้นภูมิ คือ ภาคเหนือตอนบน ภาคเหนือตอนกลาง และภาคเหนือตอนล่าง 2) สุ่มตัวอย่างแบบกลุ่ม (Cluster random sampling) จากจังหวัดในแต่ละชั้น ด้วยการจับฉลากจังหวัดตัวแทนของภาคเหนือตอนบน ภาคเหนือตอนกลาง และภาคเหนือตอนล่าง มาชั้นละ 2 จังหวัด รวม 6 จังหวัด 3) สุ่มตัวอย่างแบบกลุ่ม (Cluster random sampling) จากสถาบันการศึกษาในแต่ละจังหวัด ด้วยการจับฉลากโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนปลาย 1 แห่ง และมหาวิทยาลัย 1 แห่ง เพื่อเป็นตัวแทนของ 6 จังหวัด ๆ ละ 2 แห่ง รวม 12 แห่ง และ 4) สุ่มตัวอย่างแบบเป็นระบบ (Systematic random sampling) จากห้องเรียนในแต่ละโรงเรียน ด้วยการเรียงลำดับชั้นปีและห้องเรียนของตัวแทนโรงเรียนและมหาวิทยาลัยในแต่ละจังหวัด จากนั้นเก็บรวบรวมข้อมูลกับนักเรียนและนักศึกษาทุกคนที่มีรายชื่อในห้องเรียนที่สุ่มได้ (หากจำนวนรวมของนักเรียนและนักศึกษาน้อยกว่าที่คำนวณได้จะเพิ่มการสุ่มห้องเรียนเพิ่มจนได้ตัวอย่างครบตามที่กำหนด)

ผู้วิจัยกำหนดเกณฑ์คัดเข้า (Inclusion criteria) คือ มีโทรศัพท์เคลื่อนที่ที่เป็นของตนเอง สามารถเชื่อมต่อสัญญาณอินเทอร์เน็ตได้ และสมัครใจเข้าร่วมโครงการ และกำหนดเกณฑ์คัดออก (Exclusion criteria) คือ ผู้ปกครองหรือครูไม่ยินยอมให้เข้าร่วมโครงการวิจัย

การวิจัยระยะที่ 2

ผู้ให้ข้อมูลหลัก คือ เยาวชนที่มีอายุ 15-24 ปีที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษา หรือปริญญาตรี ในสถาบันการศึกษาที่ตั้งอยู่ในเขตภาคเหนือของประเทศไทย คัดเลือกด้วยวิธีการเจาะจงเลือก (Purposive sampling) ร่วมกับการใช้เทคนิค Snowball Sampling โดยเริ่มต้นจากการค้นหาผู้นำทาง (Significant friend approach) ที่เป็นบุคคลที่กลุ่มเป้าหมายไว้วางใจและสามารถนำพาผู้วิจัยเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายได้อย่างราบรื่นและกำหนดเกณฑ์การคัดเลือกผู้ให้ข้อมูลหลัก (Inclusion criteria) ไว้ 3 ประการ คือ 1) ดิตเกมมือถือในปัจจุบัน 2) เคยได้รับผลกระทบจากการเล่นเกมมือถือ และ 3) ยินยอมให้ข้อมูลจนกว่าจะได้ข้อมูลที่อิ่มตัวหรือจนกว่าจะเสร็จสิ้นการวิจัย ซึ่งผู้วิจัยจะเจาะจงเลือกผู้ให้ข้อมูลในขั้นนี้จากกลุ่มตัวอย่างที่ได้จากการวิจัยระยะที่ 1 และกำหนดจำนวนผู้ให้ข้อมูลหลักไว้ 3-5 คน ซึ่งอาจปรับเปลี่ยนให้มีความยืดหยุ่นตามสถานการณ์และลักษณะเฉพาะของผู้ให้ข้อมูลหลักหรือจนกว่าข้อค้นพบที่ได้มีลักษณะอิ่มตัว (Saturation)

เครื่องมือวิจัย

เครื่องมือวิจัยระยะที่ 1 คือ แบบสอบถาม (Questionnaires) จำนวน 1 ฉบับมี 5 ส่วน คือ ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป เป็นข้อคำถามแบบตรวจสอบรายการและเติมคำอย่างสั้น ประกอบด้วย เพศ อายุ ระดับการศึกษา ศาสนา รายได้ การครอบครองโทรศัพท์มือถือ ลักษณะการ

พักอาศัย สถานภาพครอบครัว ผลการเรียนเฉลี่ยในปีการศึกษาที่ผ่านมา และพฤติกรรมการสูบบุหรี่ และดื่มแอลกอฮอล์

ส่วนที่ 2 แบบสอบถามพฤติกรรมการเล่นเกม และวัดการติดเกมมือถือ ผู้วิจัยประยุกต์ใช้แบบทดสอบการติดเกม GAST (Game Addiction Screening Test) ที่พัฒนาขึ้นโดยสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข มีข้อคำถามจำนวน 16 ข้อ โดยปรับเปลี่ยนจากคำว่า “เกม” ทั้งหมดในแบบสอบถามให้เป็นคำว่า “เกมมือถือ” เพื่อให้เฉพาะเจาะจงตามวัตถุประสงค์การวิจัยครั้งนี้ และทุกข้อมีมาตรวัดแบบ Likert’s scale 4 ระดับ คือ ไม่ใช่เลย หมายถึง ผู้ตอบมีความมั่นใจ 100% ว่าตนเองไม่เคยมีพฤติกรรมเช่นนั้นเลย ไม่น่าใช้ หมายถึง ผู้ตอบมีความมั่นใจมากกว่า 50% (แต่ไม่ถึง 100%) ว่าตนเองไม่เคยมีพฤติกรรมเช่นนั้น น่าจะใช้ หมายถึง ผู้ตอบมีความมั่นใจมากกว่า 50% (แต่ไม่ถึง 100%) ว่าตนเองมีหรือเคยมีพฤติกรรมเช่นนั้น และ ใช่เลย หมายถึง ผู้ตอบมีความมั่นใจ 100% ว่าตนเองมีหรือเคยมีพฤติกรรมเช่นนั้น และกำหนดเกณฑ์การแปลผลคะแนนไว้ 3 ระดับโดยแยกเพศชายและหญิง สำหรับเกณฑ์การแปลผลของเยาวชนชาย คือ คะแนนต่ำกว่า 24 ปกติหรือยังไม่มีปัญหาในการเล่นเกมนั้น คะแนนระหว่าง 24-32 คลังโคล้หรือเริ่มมีปัญหาในการเล่นเกมนั้น และคะแนนมากกว่าหรือเท่ากับ 33 น่าจะติดเกมหรือมีปัญหาในการเล่นเกมนั้นมาก และเกณฑ์การแปลผลคะแนนสำหรับเยาวชนหญิง คือ คะแนนต่ำกว่า 16 ปกติหรือยังไม่มีปัญหาในการเล่นเกมนั้น คะแนนระหว่าง 16-22 คลังโคล้หรือเริ่มมีปัญหาในการเล่นเกมนั้น และคะแนนมากกว่าหรือเท่ากับ 23 น่าจะติดเกมหรือมีปัญหาในการเล่นเกมนั้นมาก

ส่วนที่ 3 แบบสอบถามวัดภาวะซึมเศร้า ผู้วิจัยใช้แบบประเมินภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น (Thai version of The Patient Health Questionnaire for Adolescents: PHQ-A) มีข้อคำถามจำนวน 9 ข้อ ทุกข้อมีมาตรวัดแบบประมาณค่า 4 ระดับ คือ ไม่มีเลย เป็นบางวัน เป็นบ่อย และเป็นทุกวัน และกำหนดเกณฑ์การแปลผลคะแนนไว้ 5 ระดับ คือ 0 - 4 ไม่มีภาวะซึมเศร้า ขณะนี้ยังไม่พบภาวะซึมเศร้าที่ชัดเจน 5 - 9 มีภาวะซึมเศร้าเล็กน้อย ควรหากิจกรรมที่ช่วยผ่อนคลายอารมณ์ หรือปรึกษาบุคคลใกล้ชิดที่ไว้ใจ 10 - 14 มีภาวะซึมเศร้าปานกลาง ควรปรึกษาแพทย์ เพื่อวินิจฉัยและบำบัดรักษา 15 - 19 มีภาวะซึมเศร้ามาก และ 20 - 27 มีภาวะซึมเศร้ารุนแรง

ส่วนที่ 4 แบบสอบถามวัดความรู้สึกว่าเหงา ผู้วิจัยใช้แบบประเมินความรู้สึกว่าเหงาฉบับภาษาไทย (Wongpakaran et al, 2020) ที่พัฒนามาจากต้นฉบับของ Russell, D. W. (1996) (6-Item Revised UCLA Loneliness Scale, RULS-6) มีข้อคำถามจำนวน 6 ข้อ ทุกข้อมีมาตรวัดแบบ Likert’s scale 4 ระดับ คือ เป็นประจำ บ่อยครั้ง บางครั้ง และไม่เคย การแปลผลคะแนนแปรผันตามระดับความรุนแรงของความรู้สึกว่าเหงา

ส่วนที่ 5 แบบสอบถามวัดความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคม ผู้วิจัยแปลและประยุกต์มาจากแบบประเมินความวิตกกังวลทางสังคม ที่พัฒนาขึ้นโดย La Greca AM and Lopez N. (1998) (Social anxiety

among adolescents) มีข้อคำถามจำนวน 10 ข้อ ทุกข้อมีมาตรวัดแบบ Likert's scale 3 ระดับ คือ เป็นประจำ บางครั้ง และไม่เคย การแปลผลคะแนนแปรผันตามระดับความรุนแรงของความรู้สึกว่าเหว

เครื่องมือวิจัยระยะที่ 2 คือ แบบโครงสร้างคำถามสำหรับการสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง ประกอบด้วย 2 ส่วน คือ

ส่วนที่ 1 คำถามเกี่ยวกับแบบแผนการเล่นเกมมือถือ ประกอบด้วยข้อคำถามเกี่ยวกับความถี่ของการเล่นเกมมือถือ เวลาและสถานที่ที่ใช้เล่นเกมมือถือ อุปกรณ์ที่ใช้เล่นเกมมือถือ การเข้าถึงหรือการได้เกมมือถือมาเล่น และประเภทของเกมมือถือที่เล่นประจำ

ส่วนที่ 2 คำถามเกี่ยวกับภาพจำลองทางความคิดของการติดเกมมือถือ ประกอบด้วยข้อคำถามเกี่ยวกับมูลเหตุและผลกระทบของการติดเกมมือถือ

การตรวจสอบคุณภาพแบบสอบถาม

ผู้วิจัยจะดำเนินการตรวจสอบคุณภาพแบบสอบถามดังนี้

ตรวจสอบความตรงของเนื้อหา (Content Validity) โดยนำแบบสอบถามส่วนที่ 1 – 5 ไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่านตรวจสอบความถูกต้องและความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับนิยามศัพท์เฉพาะที่ใช้ในการวิจัย (Index of Item Objective Congruence: IOC) ซึ่งมีการกำหนดระดับความคิดเห็น 3 ระดับ ซึ่งแต่ละระดับมีความหมายดังนี้ 1 หมายถึง แน่ใจว่าข้อคำถามมีความสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ 0 หมายถึง ไม่แน่ใจข้อคำถามมีความสอดคล้องกับจุดประสงค์หรือไม่ และ -1 หมายถึง เมื่อแน่ใจว่าข้อคำถามไม่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ และนำคะแนนที่ได้มาคำนวณด้วยสูตร

$$IOC = (\Sigma R) / N$$

โดยที่	IOC	หมายถึง ค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับจุดประสงค์
	ΣR	หมายถึง ผลรวมของคะแนนจากการพิจารณาของผู้เชี่ยวชาญ
	N	หมายถึง จำนวนผู้เชี่ยวชาญ

ผลการคำนวณพบว่าทุกข้อคำถามมีค่า IOC อยู่ระหว่าง 0.67 – 1.00 ซึ่งมากกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้คือมีค่ามากกว่า 0.50 แสดงว่าเป็นข้อคำถามที่มีคุณภาพด้านความตรงของเนื้อหาสอดคล้องกับวัตถุประสงค์ (นิทรา กิจธีระวุฒิมวงษ์, 2560)

ตรวจสอบความเชื่อมั่น (Reliability) โดยนำแบบสอบถามส่วนที่ 2-5 ไปทดลองใช้ (try out) กับเยาวชนที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างจำนวน 30 คน และนำข้อมูลที่ได้มาวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์อัลฟาครอนบาค (Cronbach's alpha coefficient) พบว่าแบบสอบถามส่วนที่ 2 มีค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.903 แบบสอบถามส่วนที่ 3 มีความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.867 แบบสอบถามส่วนที่ 4 มีความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.867 และ แบบสอบถามส่วนที่ 5 มีความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.867 ซึ่งผ่านเกณฑ์ที่กำหนดไว้คือ

มีค่ามากกว่า 0.70 แสดงว่าแบบสอบถามทั้ง 4 ส่วนมีคุณภาพด้านความเชื่อมั่นที่เหมาะสม (DeVeLis, อ้างใน นิทรา กิจธีระวุฒิมวงษ์, 2560)

ผู้วิจัยจะดำเนินการตรวจสอบคุณภาพแบบโครงสร้างคำถามสำหรับการสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้างโดยผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อพิจารณาความครอบคลุมและความเหมาะสมของเนื้อหาตามโครงสร้างที่กำหนด และนำไปทดลองใช้กับเยาวชนที่ไม่ใช่ผู้ให้ข้อมูลหลักในการศึกษาครั้งนี้ จำนวน 3 คน เพื่อตรวจสอบครอบคลุมของประเด็น ภาษาและความเหมาะสมของข้อคำถาม และระยะเวลารวมที่ใช้ แล้วจึงดำเนินการปรับแก้ไขเพิ่มเติมตามข้อค้นพบจากการทดลองใช้

การพิทักษ์สิทธิกลุ่มตัวอย่าง

การวิจัยครั้งนี้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลภายหลังผ่านการรับรองจากคณะกรรมการพิจารณาจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ มหาวิทยาลัยนเรศวร เลขที่รับรองโครงการ : 56 02 03 000 ผู้วิจัยดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลโดยเริ่มต้นด้วยการชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย ขั้นตอนของการเก็บรวบรวมข้อมูล ขอความยินยอมเข้าร่วมการวิจัย แจงสิทธิในการตอบรับหรือปฏิเสธการเข้าร่วมวิจัย โดยข้อมูลที่ได้อาจจะถูกเก็บรักษาเป็นความลับ ไม่นำไปเปิดเผย ข้อมูลจะเก็บไว้เฉพาะที่ผู้วิจัยเท่านั้นและผลการนำเสนอผลการวิจัยนำเสนอผลในภาพรวมเท่านั้น ข้อมูลในการวิจัยครั้งนี้จะถูกทำลายภายหลังจากวิเคราะห์ข้อมูลและเขียนรายงานผลการวิจัยเสร็จสิ้นแล้วภายในระยะเวลา 1 ปี

การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูลในระยะที่ 1

1. ผู้วิจัยทำหนังสือขออนุญาตจากผู้อำนวยการสถาบันการศึกษาเป้าหมายทุกแห่งเพื่อขออนุญาตเข้าไปดำเนินการเก็บแบบสอบถามในนักเรียนหรือนักศึกษา พร้อมทั้งแนบสำเนาผลการรับรองโครงการวิจัยว่าผ่านการพิจารณาเรื่องจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์แล้ว

2. เมื่อได้รับอนุญาตจากผู้อำนวยการแล้ว ผู้วิจัยจะเดินทางไปห้องเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่างเพื่อชี้แจงถึงความสำคัญ ความจำเป็น และวัตถุประสงค์ของการวิจัย หากในกรณีที่กลุ่มตัวอย่างมีอายุต่ำกว่า 20 ปีบริบูรณ์ จะแจกเอกสารแสดงความยินยอมจากผู้ปกครองให้บุตรหลานเข้าร่วมโครงการวิจัย (Consent Form) เพื่อนำไปอธิบายและให้ผู้ปกครองพิจารณาลงนามให้ความยินยอมและนำ Consent form ดังกล่าวกลับมาคืนพนักงานเก็บข้อมูลในวันต่อมา แต่หากกลุ่มตัวอย่างมีอายุต่ำกว่า 20 ปีบริบูรณ์ขึ้นไป จะแจกเอกสารแสดงความยินยอมให้กลุ่มตัวอย่างตัดสินใจลงนามให้ความยินยอมเข้าร่วมโครงการวิจัย (Consent Form)

3. เมื่อได้รับการยินยอมแล้ว ผู้วิจัยจะแจกแบบสอบถามให้นักเรียนหรือนักศึกษา และอธิบายถึงวิธีการตอบแบบสอบถามอย่างละเอียด และกล่าวเน้นย้ำถึงคุณค่าของข้อมูลที่เป็นความจริง พร้อมกับชี้แจงถึงมาตรการเก็บรักษาความลับของกลุ่มตัวอย่าง ได้แก่ 1) ไม่ต้องระบุชื่อของผู้ตอบแบบสอบถาม

2) ขั้นตอนการเก็บรวบรวมข้อมูลจะไม่ผ่านครูและอาจารย์ 3) วิเคราะห์ข้อมูลในภาพรวมของภูมิภาคเท่านั้น ดังนั้นจึงไม่มีโอกาสที่จะเข้าถึงข้อมูลของผู้ตอบแบบสอบถาม และเปิดโอกาสให้นักเรียนหรือนักศึกษาซักถามเพิ่มเติม จากนั้นจึงให้เวลาทำแบบสอบถามด้วยตนเองใช้เวลาประมาณ 90 นาที โดยก่อนเริ่มทำแบบสอบถามผู้วิจัยจะแจ้งจำนวนของข้อคำถามรายด้านของแบบสอบถามอีกครั้งและเน้นย้ำให้นักเรียนหรือนักศึกษาตอบแบบสอบถามให้ครบทุกข้อ เมื่อครบเวลาที่กำหนดผู้วิจัยจึงเก็บรวบรวมแบบสอบถามกลับคืน

การเก็บรวบรวมข้อมูลในระยะที่ 2

การเก็บข้อมูลเชิงคุณภาพในการวิจัยระยะที่ 2 นี้ด้วยวิธีการสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง (Semi-structured interview) โดยผู้วิจัยเป็นผู้ดำเนินการสัมภาษณ์ผู้ให้ข้อมูลหลักด้วยตนเองตามแนวคำถามที่กำหนดไว้ในเครื่องมือการวิจัย การสัมภาษณ์ในแต่ละครั้งใช้เวลาประมาณ 60-90 นาที ต่อผู้ให้ข้อมูลหลัก 1 คน ช่วงเวลาในการสัมภาษณ์ยึดตามความสะดวกของผู้ให้ข้อมูลหลักเป็นระดับบุคคล ซึ่งจำนวนครั้งในการสัมภาษณ์จะมีความยืดหยุ่นตามสถานการณ์และลักษณะเฉพาะของผู้ให้ข้อมูลหลักหรือจนกว่าจะค้นพบที่ได้มีลักษณะอิ่มตัว (Saturation)

การวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์เชิงปริมาณ วิเคราะห์ด้วยโปรแกรมสำเร็จรูปทางสถิติ สถิติที่ใช้ ประกอบด้วย สถิติเชิงพรรณนา นำเสนอค่า จำนวน ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และใช้โปรแกรม Amos 22.0 เพื่อวิเคราะห์สถิติ Structural Equation Analysis (SEM) ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือและภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกว่าเหว ความวิตกกังวลทางสังคมและผลการเรียน และกำหนดระดับความเชื่อมั่นทางสถิติไว้ที่ 95 %

การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพ วิเคราะห์ด้วยวิธีการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content analysis) โดยประยุกต์ใช้วิธีการตามขั้นตอนของ Cohen, Kahn, and Steeves (2000) ประกอบด้วย 4 ขั้นตอน ได้แก่ (1) สร้างดัชนี โดยการอ่านข้อมูลที่ได้จากการถอดเทปคำให้สัมภาษณ์ของผู้ให้ข้อมูลหลักทั้งหมดหลายรอบจนมองเห็นภาพรวม และอ่านซ้ำเก็บรายละเอียดอีกครั้งเพื่อทำความเข้าใจถ้อยคำ วลี ประโยค และจับประเด็นที่สำคัญ เพื่อกำหนดเป็นดัชนีและให้รหัสกับข้อมูลย่อย ๆ เหล่านั้น (2) จำแนกหมวดหมู่ โดยการคัดรวมข้อมูลย่อย ๆ เหล่านั้นให้เป็นหมวดหมู่ โดยใช้ตารางเมทริกซ์ช่วยในการดูความหนาแน่นของดัชนีและหมวดหมู่ของข้อมูล (3) เชื่อมโยงข้อมูล โดยการบูรณาการหมวดหมู่ของข้อมูลให้เป็นเรื่องราวที่มีความหมาย ด้วยวิธีการสร้างแผนที่ความคิดรวมกับการประยุกต์ใช้การวิเคราะห์แก่นสาระ (Thematic analysis) และตรวจสอบความสอดคล้องของเรื่องราวดังกล่าวด้วยการตรวจสอบความคิดเห็นร่วมกับคณะผู้วิจัยจนได้ข้อสรุปที่สอดคล้องตรงกัน และ (4) หาข้อสรุป และตีความเพื่อหาความสัมพันธ์และสร้างข้อสรุป

บทที่ 4

ผลการวิจัย

ผลการวิจัยระยะที่ 1

ผลการวิจัยระยะที่ 1 ได้จากการวิจัยเชิงสำรวจภาคตัดขวาง (Cross-sectional survey research) มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความชุกของการติดเกมมือถือ พฤติกรรมการติดเกมมือถือ และความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือและภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกลัวว่าเหว่ ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียนของเยาวชนในเขตภาคเหนือของประเทศไทย อายุ 13-24 ปี เก็บรวบรวมข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างได้จำนวน 3,424 คน (อัตราการตอบกลับ ร้อยละ 99.9) นำเสนอผลการศึกษาเป็น 4 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

เยาวชนในเขตภาคเหนือที่เป็นกลุ่มตัวอย่างจำนวน 3,424 คน กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษา อาชีวศึกษา และอุดมศึกษาคิดเป็นสัดส่วนที่ใกล้เคียงกันคือคิดเป็นร้อยละ 36.1, 32.8 และ 31.1 ตามลำดับ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่หรือคิดเป็นร้อยละ 56.3 เป็นเพศหญิง และอายุเฉลี่ย 17.85 ± 2.11 ปี (สูงสุด=24, ต่ำสุด=13) กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่ที่บ้านของตนเองคิดเป็นร้อยละ 76.3 และมีผลการเรียนสะสมเฉลี่ยเท่ากับ 3.23 ± 0.53 (สูงสุด=4.00, ต่ำสุด=0.50) (รายละเอียดดังตารางที่ 1)

ตารางที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (n = 3,424)	ร้อยละ
ระดับการศึกษา		
มัธยมศึกษา	1,236	36.1
อาชีวศึกษา (ปวช./ปวส.)	1,123	32.8
อุดมศึกษา (ปริญญาตรี)	1,065	31.1
เพศ		
ชาย	1,498	43.8
หญิง	1,926	56.3

ข้อมูลทั่วไป	จำนวน (n = 3,424)	ร้อยละ
อายุ (ปี)		
ค่าเฉลี่ย (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน)	17.85	(2.11)
มัธยฐาน (ค่าต่ำสุด, ค่าสูงสุด)	18.00	(13, 24)
ที่พักอาศัย		
บ้านตนเอง	2,612	76.3
หอพัก	812	23.7
ผลการเรียนเฉลี่ยในปีการศึกษาที่ผ่านมา (n = 3,245)		
ค่าเฉลี่ย (ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน)	3.23	(0.53)
มัธยฐาน (ค่าต่ำสุด, ค่าสูงสุด)	3.31	(0.50, 4.00)

ส่วนที่ 2 ความชุกของการติดเกมมือถือ และพฤติกรรมการติดเกมมือถือของกลุ่มตัวอย่าง

ความชุกของการติดเกมมือถือ

ผลการคัดกรองภาวะการติดเกมมือถือของเยาวชนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 3,424 คน ด้วยแบบทดสอบการติดเกม GAST พบว่า ในภาพรวมกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เล่นเกมมือถือในระดับปกติ หรือยังไม่มีปัญหาในการเล่น คิดเป็นร้อยละ 77.8 รองลงมาคือเล่นเกมมือถือในระดับคลังโคล์หรือเริ่มมีปัญหาในการเล่น คิดเป็นร้อยละ 15.0 และเล่นเกมมือถือในระดับน่าจะติดเกมหรือมีปัญหาในการเล่นมาก คิดเป็นร้อยละ 7.2 (รายละเอียดดังตารางที่ 2)

เมื่อจำแนกตามเพศ พบว่า กลุ่มตัวอย่างเพศหญิงมีความชุกของการเล่นเกมในระดับน่าจะติดเกมและระดับคลังโคล์มากกว่าเพศชาย โดยความชุกของการเล่นเกมในระดับน่าจะติดเกมของเพศหญิงและเพศชายคิดเป็นร้อยละ 10.2 และ 3.3 ตามลำดับ ในขณะที่ความชุกของการเล่นเกมในระดับคลังโคล์ของเพศหญิงและเพศชายคิดเป็นร้อยละ 15.4 และ 14.6 ตามลำดับ

เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า นักเรียนระดับมัธยมศึกษา มีความชุกของการเล่นเกมในระดับน่าจะติดเกมและระดับคลังโคล์มากกว่านักศึกษาระดับอาชีวศึกษาและอุดมศึกษา โดยความชุกของการเล่นเกมในระดับน่าจะติดเกมของนักเรียนมัธยมศึกษา นักศึกษาอาชีวศึกษา และนักศึกษาอุดมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 9.7, 5.4 และ 6.2 ตามลำดับ ในขณะที่ความชุกของการเล่นเกมในระดับคลังโคล์ของนักเรียนมัธยมศึกษา นักศึกษาอาชีวศึกษา และนักศึกษาอุดมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 15.9, 14.6 และ 14.4 ตามลำดับ

ตารางที่ 2 ความชุกของการติดเกมของกลุ่มตัวอย่างในภาพรวม จำแนกตามเพศ และระดับการศึกษา

ตัวแปร	จำนวน (ร้อยละ) ความชุกของการติดเกม		
	ปกติ	คลังไคล	น่าจะติดเกม
รวม (n = 3,424)	2,633 (77.8)	514 (15.0)	247 (7.2)
เพศ			
ชาย (n = 1,498)	1,230 (82.1)	218 (14.6)	50 (3.3)
หญิง (n = 1,926)	1,433 (74.4)	296 (15.4)	197 (10.2)
ระดับชั้น			
มัธยมศึกษา (n = 1,236)	919 (74.4)	197 (15.9)	120 (9.7)
อาชีวศึกษา (n = 1,123)	898 (80.0)	164 (14.6)	61 (5.4)
ปริญญาตรี (n = 1,065)	864 (79.4)	153 (14.4)	66 (6.2)

พฤติกรรมการติดเกมมือถือ

เมื่อพิจารณาจำแนกตามคำถามรายชื่อของแบบทดสอบการติดเกม GAST จำนวน 16 ข้อ พบว่า กลุ่มตัวอย่าง จำนวน 3,424 คน มีคะแนนเฉลี่ยพฤติกรรมการติดเกมมือถือเท่ากับ 11.59 ± 10.07 คะแนนจากคะแนนเต็ม 64 คะแนน (คะแนนต่ำสุด = 0, คะแนนสูงสุด = 48) โดยข้อความคำถามที่กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ระบุว่าเกิดขึ้นกับตนเองที่เป็นผลมาจากการเล่นเกมมือถือ (ตอบว่าน่าจะใช่ + ใช่เลย) มากที่สุด 5 อันดับแรกคือ ตั้งแต่ฉันเล่นเกมมือถือ...ฉันสนใจหรือทำกิจกรรมอย่างอื่นน้อยลง คิดเป็นร้อยละ 39.0 รองลงมาคือ ตั้งแต่ฉันเล่นเกมมือถือ...ฉันมักเล่นเกมมือถือจนลืมเวลา คิดเป็นร้อยละ 33.7 ตั้งแต่ฉันเล่นเกมมือถือ...กลุ่มเพื่อนที่ฉันคบด้วยชอบเล่นเกมมือถือเหมือนกับฉัน คิดเป็นร้อยละ 31.0 ตั้งแต่ฉันเล่นเกมมือถือ...ฉันใช้เวลาว่างส่วนใหญ่ไปกับการเล่นเกมมือถือ คิดเป็นร้อยละ 29.3 และ ตั้งแต่ฉันเล่นเกมมือถือ...ฉันมักอารมณ์เสียเวลาไม่มีใครมาบอกให้เลิกเล่นเกมมือถือ คิดเป็นร้อยละ 25.4 (รายละเอียดดังตารางที่ 3)

ตารางที่ 3 พฤติกรรมการติดเกมมือถือของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามคำถามรายชื่อของแบบทดสอบการติดเกม GAST

ข้อความ ตั้งแต่ฉันชอบเล่นเกมมือถือ...	จำนวน (ร้อยละ)			
	ไม่ใช่เลย	ไม่น่าใช้	น่าจะใช้	ใช้เลย
1. ฉันสนใจหรือทำกิจกรรมอย่างอื่นน้อยลงมาก	1,078 (31.5)	1,020 (29.6)	956 (27.9)	378 (11.1)
2. ฉันมักเล่นเกมมือถือจนลืมเวลา	1,348 (39.4)	922 (26.9)	734 (21.4)	420 (12.3)
3. ความสัมพันธ์ระหว่างฉันกับคนในครอบครัวแย่ลง	2,202 (64.3)	773 (22.6)	327 (9.6)	122 (3.6)
4. ฉันเคยเล่นเกมมือถือดีมาก จนทำให้ต้องไปเรียน ไม่ไหว	2,167 (63.3)	657 (19.2)	383 (11.2)	217 (6.3)
5. ฉันมักเล่นเกมมือถือเกินเวลาที่ฉันได้รับอนุญาต ให้เล่น	1,759 (51.4)	706 (20.6)	586 (17.1)	373 (10.9)
6. ฉันมักอารมณ์เสียเวลาไม่มีใครมาบอกให้เลิกเล่น เกมมือถือ	1,760 (51.4)	794 (23.2)	583 (17.0)	287 (8.4)
7. ฉันเคยโดดเรียนเพื่อไปเล่นเกมมือถือ	2,770 (80.9)	360 (10.5)	199 (5.8)	95 (2.8)
8. เรื่องที่ฉันคุยกับเพื่อน ๆ มักเป็นเรื่องเกี่ยวกับเกม มือถือ	1,815 (53.0)	886 (25.9)	531 (15.5)	192 (5.6)
9. ฉันใช้เวลาว่างส่วนใหญ่ไปกับการเล่นเกมมือถือ	1,619 (47.3)	802 (23.4)	694 (20.3)	309 (9.0)
10. การเรียนของฉันแย่งกว่าเดิมมาก	2,075 (60.6)	822 (24.0)	399 (11.7)	128 (3.7)
11. กลุ่มเพื่อนที่ฉันคบด้วย ชอบเล่นเกมมือถือ เหมือนกับฉัน	1,517 (44.3)	844 (24.6)	659 (19.2)	404 (11.8)
12. เวลาที่ฉันพยายามหักห้ามใจตัวเองไม่ให้เล่นเกม มือถือมาก ฉันมักทำไม่สำเร็จ	1,999 (58.4)	803 (23.5)	450 (13.1)	172 (5.0)
13. เงินของฉันส่วนใหญ่หมดไปกับการเล่นเกมมือถือ (เช่น ซื้อไอเทมในเกมมือถือ, เติมชั่วโมงเกมมือถือ)	2,348 (68.6)	569 (16.6)	349 (10.2)	158 (4.6)

ข้อความ ตั้งแต่ฉันชอบเล่นเกมมือถือ...	จำนวน (ร้อยละ)			
	ไม่ใช่เลย	ไม่น่าใช้	น่าจะใช้	ใช่เลย
14. หลายคนบอกว่า อารมณ์ของฉันเปลี่ยนไป (เบื่อง่าย, หงุดหงิดง่าย, ขี้รำคาญ)	2,019 (59.0)	748 (21.8)	445 (13.0)	212 (6.2)
15. หลายคนบอกว่า พฤติกรรมของฉันเปลี่ยนไป (เถียงเก่ง, ไม่เชื่อฟัง, ไม่รับผิดชอบ)	2,181 (63.7)	755 (22.1)	359 (10.5)	129 (3.8)
16. หลายคนบอกว่าฉันติดเกมมือถือ	2,125 (62.1)	689 (20.1)	396 (11.6)	214 (6.3)
คะแนนรวม (0 – 64)	Mean ± SD (min, max)		11.59 ± 10.07 (0, 48)	
	Median (IQR)		10 (0, 48)	

ส่วนที่ 3 ภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกว่าเหว และความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคมของกลุ่มตัวอย่าง

ภาวะซึมเศร้า

ผลการคัดกรองภาวะซึมเศร้าของเยาวชนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 3,424 คน ด้วยแบบประเมินภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น (Thai version of The Patient Health Questionnaire for Adolescents: PHQ-A) พบว่า ในภาพรวมกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่มีภาวะซึมเศร้าคิดเป็นร้อยละ 42.3 รองลงมาคือมีภาวะซึมเศร้าเล็กน้อย มีภาวะซึมเศร้าปานกลาง มีภาวะซึมเศร้ามาก และมีภาวะซึมเศร้ารุนแรง คิดเป็นร้อยละ 32.2, 15.0, 7.3, และ 3.0 ตามลำดับ (รายละเอียดดังตารางที่ 4)

เมื่อจำแนกตามเพศ พบว่า กลุ่มตัวอย่างเพศหญิงมีอัตราการเกิดภาวะซึมเศร้าในระดับที่เป็นปัญหาหรือควรปรึกษาแพทย์เพื่อวินิจฉัยและบำบัดรักษามากกว่าเพศชาย โดยอัตราการเกิดภาวะซึมเศร้าในระดับรุนแรงของเพศหญิงและเพศชายคิดเป็นร้อยละ 4.0 และ 1.7 ตามลำดับ ในขณะที่อัตราการเกิดภาวะซึมเศร้าในระดับมากของเพศหญิงและเพศชายคิดเป็นร้อยละ 8.3 และ 6.0 ตามลำดับ และอัตราการเกิดภาวะซึมเศร้าในระดับปานกลางของเพศหญิงและเพศชายคิดเป็นร้อยละ 18.2 และ 10.9 ตามลำดับ

เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า นักเรียนระดับมัธยมศึกษามีอัตราการเกิดภาวะซึมเศร้าในระดับที่เป็นปัญหาหรือควรปรึกษาแพทย์เพื่อวินิจฉัยและบำบัดรักษามากกว่านักศึกษาระดับอาชีวศึกษาและอุดมศึกษา โดยอัตราการเกิดภาวะซึมเศร้าในระดับรุนแรงของนักเรียนมัธยมศึกษา นักศึกษาอาชีวศึกษา และนักศึกษามหาวิทยาลัยคิดเป็นร้อยละ 4.5, 2.3 และ 2.1 ตามลำดับ ในขณะที่อัตราการเกิดภาวะซึมเศร้าในระดับมากของนักเรียนมัธยมศึกษา นักศึกษาอาชีวศึกษา และนักศึกษามหาวิทยาลัยคิดเป็นร้อยละ 8.1, 5.8 และ 7.9 ตามลำดับ และอัตราการเกิดภาวะซึมเศร้าในระดับ

ปานกลางของนักเรียนมัธยมศึกษา นักศึกษาอาชีวศึกษา และนักศึกษาอุดมศึกษาคิดเป็นร้อยละ 17.7, 10.2 และ 17.0 ตามลำดับ

ตารางที่ 4 ระดับภาวะซึมเศร้าของกลุ่มตัวอย่างในภาพรวม จำแนกตามเพศ และระดับการศึกษา

ตัวแปร	จำนวน (ร้อยละ) ระดับภาวะซึมเศร้า				
	ไม่มีภาวะ ซึมเศร้า	มีภาวะ ซึมเศร้า เล็กน้อย	มีภาวะ ซึมเศร้า ปานกลาง	มีภาวะ ซึมเศร้า มาก	มีภาวะ ซึมเศร้า รุนแรง
รวม (n = 3,424)	1450 (42.3)	1106 (32.3)	515 (15.0)	249 (7.3)	104 (3.0)
เพศ					
ชาย (n = 1,498)	758 (50.6)	460 (30.7)	164 (10.9)	90 (6.0)	26 (1.7)
หญิง (n = 1,926)	692 (35.9)	646 (33.5)	351 (18.2)	159 (8.3)	78 (4.0)
ระดับชั้น					
มัธยมศึกษา (n = 1,236)	495 (40.1)	366 (29.6)	219 (17.7)	100 (8.1)	56 (4.5)
อาชีวศึกษา (n = 1,123)	564 (50.2)	353 (31.4)	115 (10.2)	65 (5.8)	26 (2.3)
ปริญญาตรี (n = 1,065)	391 (36.7)	387 (36.3)	181 (17.0)	84 (7.9)	22 (2.1)

เมื่อพิจารณาจำแนกตามคำถามรายข้อของแบบประเมินภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่น (Thai version of The Patient Health Questionnaire for Adolescents: PHQ-A) จำนวน 9 ข้อ พบว่า กลุ่มตัวอย่างจำนวน 3,424 คน มีคะแนนเฉลี่ยภาวะซึมเศร้าเท่ากับ 6.61 ± 5.76 คะแนน จากคะแนนเต็ม 27 คะแนน (คะแนนต่ำสุด = 0, คะแนนสูงสุด = 27) โดยข้อคำถามที่กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ระบุว่าเกิดขึ้นกับตนเอง (ตอบว่าเป็นบ่อย + เป็นแทบทุกวัน) มากที่สุด 5 อันดับแรกคือ นอนหลับยาก รู้สึกง่วงทั้งวัน หรือนอนมากเกินไป คิดเป็นร้อยละ 27.8 รองลงมาคือ รู้สึกแยกับตัวเอง หรือรู้สึกว่าตัวเองล้มเหลว หรือทำให้ตัวเองหรือครอบครัวผิดหวัง คิดเป็นร้อยละ 19.2 รู้สึกเหนื่อยล้า หรือไม่ค่อยมีพลัง คิดเป็นร้อยละ 19.1 จดจ่อกับสิ่งต่าง ๆ ได้ยาก เช่น ทำการบ้าน อ่านหนังสือ หรือดูโทรทัศน์ คิดเป็นร้อยละ 16.9 และเบื่อไม่คอยสนใจหรือไม่เพลิดเพลิน เวลาทำสิ่งต่าง ๆ คิดเป็นร้อยละ 16.9 (รายละเอียดดังตารางที่ 5)

ตารางที่ 5 ภาวะซึมเศร้าของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามคำถามรายข้อของแบบประเมิน PHQ-A

ข้อความ	จำนวน (ร้อยละ)			
	ไม่มี เลย	เป็น บางวัน	เป็น บ่อย	เป็น แทบ ทุกวัน
1. รู้สึกซึม เศร้า หงุดหงิด หรือสิ้นหวัง	1,423 (41.6)	1,500 (43.8)	370 (10.8)	131 (3.8)
2. เบื่อ ไม่ค่อยสนใจหรือไม่เพลิดเพลิน เวลาทำสิ่งต่าง ๆ	1,348 (39.4)	1,497 (43.7)	442 (12.9)	137 (4.0)
3. นอนหลับยาก รู้สึกง่วงทั้งวัน หรือนอนมากเกินไป	1,251 (36.5)	1,224 (35.7)	622 (18.2)	327 (9.6)
4. ไม่อยากอาหาร น้ำหนักลด หรือกินมากกว่าปกติ	1,852 (54.1)	1,051 (30.7)	376 (11.0)	145 (4.2)
5. รู้สึกเหนื่อยล้า หรือไม่ค่อยมีพลัง	1,328 (38.8)	1,442 (42.1)	469 (13.7)	185 (5.4)
6. รู้สึกแย่กับตัวเอง หรือรู้สึกว่าตัวเองล้มเหลว หรือทำให้ตัวเองหรือครอบครัวผิดหวัง	1,608 (47.0)	1,157 (33.8)	460 (13.4)	199 (5.8)
7. จดจ่อกับสิ่งต่าง ๆ ได้ยาก เช่น ทำการบ้าน อ่านหนังสือ หรือดูโทรทัศน์	1,597 (46.6)	1,250 (36.5)	431 (12.6)	146 (4.3)
8. พุดหรือทำอะไรช้าลงมากจนคนอื่นสังเกตเห็นได้ หรือในทางตรงกันข้ามคือ กระสับกระส่ายหรือ กระวนกระวาย จนต้องเคลื่อนไหวไปมามากกว่าปกติ	2,106 (61.5)	961 (28.1)	268 (7.8)	89 (2.6)
9. คิดว่าถ้าตายไปเสียจะดีกว่า หรือคิดจะทำร้ายตัวเอง ด้วยวิธีใดวิธีหนึ่ง	2,276 (66.5)	800 (23.4)	231 (6.7)	117 (3.4)
คะแนนรวม (0 – 27)	Mean ± SD (min, max)		6.61 ± 5.76 (0, 27)	
	Median (IQR)		6 (6, 10)	

ความรู้สึกว่าเหงา

ผลการตัดกรองความรู้สึกว่าเหงาของเยาวชนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 3,424 คน ด้วยแบบประเมินความรู้สึกว่าเหงาฉบับภาษาไทย (Wongpakaran et al, 2020) ที่พัฒนามาจากต้นฉบับของ Russell, D. W. (1996) (6-Item Revised UCLA Loneliness Scale, RULS-6) (ระดับความรุนแรงแปรผันตามคะแนนเฉลี่ย) พบว่า ในภาพรวมกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกว่าเหงาเท่ากับ 4.75 ± 4.40 คะแนน (คะแนนเต็ม 18 คะแนน) เมื่อจำแนกตามเพศ พบว่า กลุ่มตัวอย่างเพศหญิงมีคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกว่าเหงาเท่ากับ 5.23 ± 4.51 คะแนน มากกว่าเพศชายที่มีคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกว่าเหงาเท่ากับ 4.13 ± 4.18 คะแนน และเมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า นักเรียนระดับมัธยมศึกษา มีคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกว่าเหงามากที่สุดเท่ากับ 5.37 ± 4.72 คะแนน รองลงมาคือนักศึกษาระดับอุดมศึกษา มีคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกว่าเหงาเท่ากับ 4.74 ± 4.13 คะแนน และนักศึกษาระดับอาชีวศึกษามีคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกว่าเหงาเท่ากับ 4.06 ± 4.18 คะแนน (รายละเอียดดังตารางที่ 6)

ตารางที่ 6 คะแนนเฉลี่ยความรู้สึกว่าเหงาของกลุ่มตัวอย่างในภาพรวม จำแนกตามเพศ และระดับการศึกษา

ตัวแปร	จำนวน (ร้อยละ) ระดับภาวะซึมเศร้า			
	คะแนนเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	คะแนนต่ำสุด	คะแนนสูงสุด
รวม (n = 3,424)	4.75	4.40	0	18
เพศ				
ชาย (n = 1,498)	4.13	4.18	0	18
หญิง (n = 1,926)	5.23	4.51	0	18
ระดับชั้น				
มัธยมศึกษา (n = 1,236)	5.37	4.72	0	18
อาชีวศึกษา (n = 1,123)	4.06	4.18	0	18
ปริญญาตรี (n = 1,065)	4.74	4.13	0	18

เมื่อพิจารณาจำแนกตามคำถามรายชื่อของแบบประเมินความรู้สึกว่าเหงาฉบับภาษาไทย (Wongpakaran et al, 2020) จำนวน 6 ข้อ พบว่า ข้อคำถามที่กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ระบุว่าเกิดขึ้นกับตนเอง (ตอบว่าบ่อยครั้ง + เป็นประจำ) มากที่สุด 3 อันดับแรกคือ บ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกไม่มีใครที่รู้จักท่านดีพอ คิดเป็นร้อยละ 21.0 รองลงมาคือ บ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกโดดเดี่ยว คิดเป็นร้อยละ 19.3

และบ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกว่ามีคนรายล้อมแต่ไม่ได้เข้าใจท่าน คิดเป็นร้อยละ 18.4 (รายละเอียดดังตารางที่ 7)

ตารางที่ 7 ความรู้สึกว่าเหวของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามคำถามรายชื่อ

ข้อความ	จำนวน (ร้อยละ)			
	ไม่เคย	บางครั้ง	บ่อยครั้ง	เป็นประจำ
1. บ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกว่าคุณขาดพวกพ้อง	1,303 (38.1)	1,577 (46.1)	390 (11.4)	154 (4.5)
2. บ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกโดดเดี่ยว	1,228 (35.9)	1,536 (44.9)	430 (12.6)	230 (6.7)
3. บ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกว่าคุณไม่รู้สึกใกล้ชิดสนิทสนมกับใครอีกต่อไปแล้ว	1,702 (49.7)	1,181 (34.5)	393 (11.5)	148 (4.3)
4. บ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกว่าถูกละทิ้ง	1,772 (51.8)	1,202 (35.1)	321 (9.4)	129 (3.8)
5. บ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกว่าไม่มีใครที่รู้จักท่านดีพอ	1,460 (42.6)	1,246 (36.4)	469 (13.7)	249 (7.3)
6. บ่อยแค่ไหนที่ท่านรู้สึกว่ามีคนรายล้อมแต่ไม่ได้เข้าใจท่าน	1,511 (44.1)	1,283 (37.5)	400 (11.7)	230 (6.7)

ความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคม

ผลการคัดกรองความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคมของเยาวชนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 3,424 คน ด้วยแบบประเมินความวิตกกังวลทางสังคมที่พัฒนาขึ้นโดย La Greca AM and Lopez N. (1998) (Social anxiety among adolescents) (ระดับความรุนแรงแปรผันตามคะแนนเฉลี่ย) พบว่า ในภาพรวมกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกว่าเหวเท่ากับ 7.42 ± 5.16 คะแนน (คะแนนเต็ม 20 คะแนน) เมื่อจำแนกตามเพศ พบว่า กลุ่มตัวอย่างเพศหญิงมีคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคมเท่ากับ 8.25 ± 5.07 คะแนน มากกว่าเพศชายที่มีคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคมเท่ากับ 6.35 ± 5.09 คะแนน และเมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า นักเรียนระดับมัธยมศึกษาและนักศึกษาอุดมศึกษามีคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคมมากที่สุดเท่ากับ 8.22 ± 5.17 คะแนน และ 8.22 ± 5.20 คะแนน ตามลำดับ ในขณะที่นักศึกษาระดับอาชีวศึกษามีคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคมเท่ากับ 6.02 ± 5.07 คะแนน (รายละเอียดดังตารางที่ 8)

ตารางที่ 8 คะแนนเฉลี่ยความรู้อีกวิตกกังวลทางสังคมของกลุ่มตัวอย่างในภาพรวม จำแนกตามเพศ และระดับการศึกษา

ตัวแปร	จำนวน (ร้อยละ) ระดับภาวะซึมเศร้า			
	คะแนนเฉลี่ย	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน	คะแนนต่ำสุด	คะแนนสูงสุด
รวม (n = 3,424)	7.42	5.16	0	20
เพศ				
ชาย (n = 1,498)	6.35	5.09	0	20
หญิง (n = 1,926)	8.25	5.07	0	20
ระดับชั้น				
มัธยมศึกษา (n = 1,236)	8.22	5.17	0	20
อาชีวศึกษา (n = 1,123)	6.02	5.07	0	20
ปริญญาตรี (n = 1,065)	8.22	5.20	0	20

เมื่อพิจารณาจำแนกตามคำถามรายชื่อของแบบประเมินความวิตกกังวลทางสังคมที่พัฒนาขึ้น โดย La Greca AM and Lopez N. (1998) (Social anxiety among adolescents) จำนวน 10 ข้อ พบว่า ข้อคำถามที่กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ระบุว่าเกิดขึ้นกับตนเอง (ตอบว่าเป็นประจำ) มากที่สุด 5 อันดับแรก คือ ฉันกังวลเกี่ยวกับสิ่งที่คนอื่นพูดเกี่ยวกับฉัน คิดเป็นร้อยละ 18.5 รองลงมาคือ ฉันกังวลว่าคนอื่นจะไม่ชอบฉัน คิดเป็นร้อยละ 17.9 ฉันกังวลเกี่ยวกับสิ่งที่คนอื่นคิดกับฉัน คิดเป็นร้อยละ 17.0 ถ้าทะเลาะกัน ฉันกังวลว่าคนอื่นจะไม่ชอบฉัน คิดเป็นร้อยละ 15.3 และ ฉันเงิบเวลาอยู่กับกลุ่มคน คิดเป็นร้อยละ 13.8 (รายละเอียดดังตารางที่ 9)

ตารางที่ 9 ความรู้อีกวิตกกังวลทางสังคมของกลุ่มตัวอย่าง จำแนกตามคำถามรายชื่อ

ข้อความ	จำนวน (ร้อยละ)		
	ไม่เคย	บางครั้ง	เป็นประจำ
1. ฉันกังวลเกี่ยวกับสิ่งที่คนอื่นพูดเกี่ยวกับฉัน	970 (28.3)	1,281 (53.2)	633 (18.5)

ข้อความ	จำนวน (ร้อยละ)		
	ไม่เคย	บางครั้ง	เป็นประจำ
2. ฉันกังวลว่าคนอื่นจะไม่ชอบฉัน	1,062 (31.0)	1,748 (51.1)	614 (17.9)
3. ฉันกังวลเกี่ยวกับสิ่งที่คนอื่นคิดกับฉัน	1,146 (33.5)	1,695 (49.5)	583 (17.0)
4. ฉันรู้สึกว่าคุณคนอื่นล้อเลียนฉัน	1,814 (53.0)	1,398 (40.8)	212 (6.2)
5. ฉันรู้สึกว่าคุณคนอื่นรอบข้างพูดถึงฉันลับหลัง	1,323 (38.6)	1,717 (50.1)	384 (11.2)
6. ถ้าทะเลาะกัน ฉันกังวลว่าคุณคนอื่นจะไม่ชอบฉัน	1,320 (38.6)	1,579 (46.1)	525 (15.3)
7. ฉันกังวลที่จะทำอะไรใหม่ ๆ ต่อหน้าคนอื่น	1,435 (41.9)	1,538 (44.9)	451 (13.2)
8. มันยากสำหรับฉันที่จะขอให้คนอื่นทำอะไรต่าง ๆ กับฉัน	1,498 (43.8)	1,536 (44.9)	390 (11.4)
9. ฉันกลัวที่จะชวนคนอื่นมาทำอะไรกับฉัน เพราะพวกเขาอาจจะปฏิเสธ	1,533 (44.8)	1,498 (43.8)	393 (11.5)
10. ฉันเจียบเวลาอยู่กับกลุ่มคน	1,395 (40.7)	1,555 (45.4)	474 (13.8)

ส่วนที่ 4 ความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกว่าเหว่ ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียนของกลุ่มตัวอย่าง

การวิเคราะห์สหสัมพันธ์สหสัมพันธ์

การวิเคราะห์สหสัมพันธ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกว่าเหว่ ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียนของเยาวชนในเขตภาคเหนือของประเทศไทย พบว่า การติดเกมมือถือมีความสัมพันธ์กับทุกตัวแปรที่ระดับนัยสำคัญ 0.05 ในระดับต่ำมากถึงต่ำ โดยมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้า ($r = 0.356$) ความรู้สึกว่าเหว่ ($r = 0.313$) และความวิตกกังวลทางสังคม ($r = 0.281$) ในขณะที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับผลการเรียน ($r = -0.112$) นอกจากนี้

ยังพบความสัมพันธ์ในทางบวกในระดับปานกลางระหว่างภาวะซึมเศร้ากับความรู้สึกว่าเหว่ ($r = 0.694$) ภาวะซึมเศร้ากับความวิตกกังวลทางสังคม ($r = 0.594$) และความรู้สึกว่าเหว่กับความวิตกกังวลทางสังคม ($r = 0.655$) (รายละเอียดดังตารางที่ 10)

ตารางที่ 10 ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ (Correlation coefficient) ระหว่างตัวแปร

ตัวแปร	Mean \pm SD (n = 3,245) ^a	การติดเกม มือถือ	ภาวะ ซึมเศร้า	ความรู้สึก ว่าเหว่	ความวิตก กังวล
การติดเกมมือถือ	11.49 \pm 10.03				
ภาวะซึมเศร้า	6.58 \pm 5.75	0.356*			
ความรู้สึกว่าเหว่	4.73 \pm 4.37	0.313*	0.694*		
ความวิตกกังวล	7.42 \pm 5.15	0.281*	0.594*	0.655*	
ผลการเรียน	3.23 \pm 0.53	-0.112*	0.004	0.015	0.059*

* p-value < 0.05, ^a ข้อมูลผลการเรียนมี missing = 179 ดังนั้นขนาดตัวอย่างในการวิเคราะห์ความสัมพันธ์คงเหลือ 3,245 คน

การวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้างภาพรวม

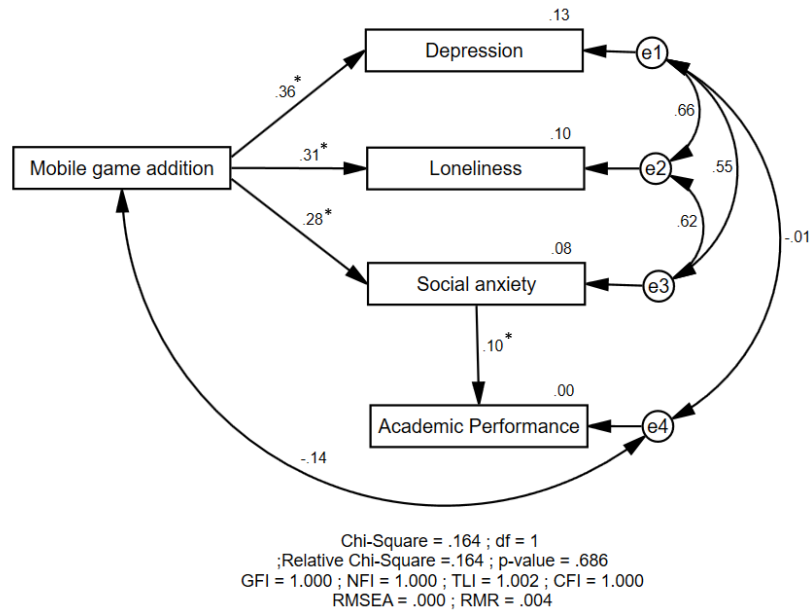
การวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง (Structural Equation Modeling; SEM) เพื่อแสดงความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกว่าเหว่ ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียนของเยาวชนในเขตภาคเหนือของประเทศไทย ด้วยโปรแกรม IBM SPSS AMOS แสดงดังภาพที่ 2 ได้ค่าดัชนีความสอดคล้องของโมเดล ดังนี้ $\chi^2 = 0.164$, $df = 1$, Relative Chi-Square = 0.164, p-value = 0.686, RMSEA = 0.000, RMR = 0.004, CFI = 1.000, GFI = 1.000, AGFI = 1.000 โดยดัชนีความสอดคล้องเป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนด คือ relative Chi-Square มีค่าน้อยกว่า 2 ดัชนี RMSEA, SRMR มีค่าน้อยกว่า 0.05 และ ดัชนี CFI, GFI และ AGFI มีค่ามากกว่า 0.95 (Schumacker & Lomax, 2016)

สรุปได้ว่าโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกว่าเหว่ ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียนที่พัฒนาขึ้นสอดคล้องกับข้อมูลเชิงประจักษ์ และมีรายละเอียดผลการวิเคราะห์ (รายละเอียดดังตารางที่ 11) ดังนี้

1. การติดเกมมือถือ สามารถอธิบายความแปรปรวนของภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกว่าเหว่ และความวิตกกังวลทางสังคม ได้ร้อยละ 13.0 ร้อยละ 10.0 และร้อยละ 8.0 ตามลำดับ

2. การติดเกมมือถือ มีอิทธิพลทางตรงต่อตัวแปรเหล่านี้ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ได้แก่ ภาวะซึมเศร้า ($\beta = 0.36$, p-value < 0.001) ความรู้สึกกลัวว่าเหว ($\beta = 0.31$, p-value < 0.001) และความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.28$, p-value < 0.001) ตามลำดับ

3. การติดเกมมือถือ มีอิทธิพลทางอ้อมต่อผลการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยส่งผ่านความวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.10$, p-value < 0.001)



* p-value < 0.05

ภาพที่ 2 โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกกลัวว่าเหว ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียน

ตารางที่ 11 ค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ

เส้นทาง	β	b	SE	r^2	p-value
การติดเกม --> ภาวะซึมเศร้า	0.356*	0.204	0.009	0.13	<0.001
การติดเกม --> ความรู้สึกกลัวว่าเหว	0.313*	0.136	0.007	0.10	<0.001
การติดเกม --> ความวิตกกังวลทางสังคม	0.281*	0.144	0.009	0.08	<0.001
ความวิตกกังวลทางสังคม --> ผลการเรียน	0.098*	0.010	0.002	0.00	<0.001

$\chi^2 = 0.164$, df=1, Relative $\chi^2 = 0.164$, p-value = 0.686, RMSEA = 0.000, RMR =0.004, CFI = 1.000, GFI = 1.000, AGFI =1.000

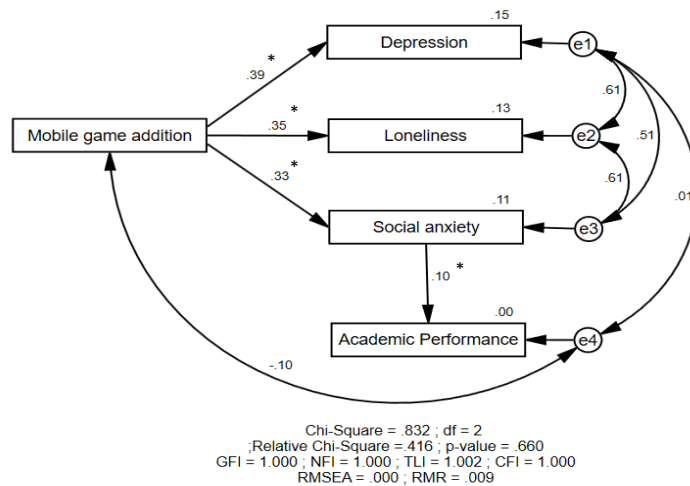
* p-value < 0.05

การวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้างจำแนกตามเพศ

เมื่อวิเคราะห์โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกว่าเหว่ ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียน โดยจำแนกตามเพศ พบว่า โมเดลความสัมพันธ์ระหว่างเพศชายและหญิงมีรูปแบบเช่นเดียวกันและสอดคล้องกับภาพรวม แต่มีความแตกต่างระหว่างขนาดอิทธิพลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($\chi^2 = 34.487$, $df=8$, $p\text{-value} < 0.001$)

การติดเกมมือถือในเพศชายมีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะซึมเศร้า ($\beta = 0.39$, $p\text{-value} < 0.001$) ความรู้สึกว่าเหว่ ($\beta = 0.34$, $p\text{-value} < 0.001$) และความวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.32$, $p\text{-value} < 0.001$) ตามลำดับ และการติดเกมมือถือมีอิทธิพลทางอ้อมต่อผลการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยส่งผ่านความวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.11$, $p\text{-value} < 0.001$) (รายละเอียดดังภาพที่ 3 และตารางที่ 12)

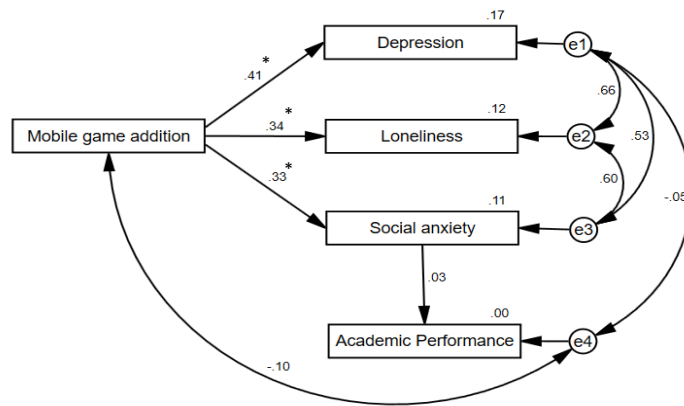
ในขณะที่การติดเกมมือถือในเพศหญิงมีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะซึมเศร้า ($\beta = 0.41$, $p\text{-value} < 0.001$) ความรู้สึกว่าเหว่ ($\beta = 0.34$, $p\text{-value} < 0.001$) และความวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.33$, $p\text{-value} < 0.001$) ตามลำดับ แต่การติดเกมมือถือไม่มีอิทธิพลทางอ้อมต่อผลการเรียนในนักเรียนหญิง (รายละเอียดดังภาพที่ 4 และตารางที่ 12)



(a) – Male

* $p\text{-value} < 0.05$

ภาพที่ 3 โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกว่าเหว่ ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียน ของเพศชาย



Chi-Square = .832 ; df = 2
 ;Relative Chi-Square = .416 ; p-value = .660
 GFI = 1.000 ; NFI = 1.000 ; TLI = 1.002 ; CFI = 1.000
 RMSEA = .000 ; RMR = .009

(b) – Female

* p-value < 0.05

ภาพที่ 4 โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างการใช้เกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึก
 ว่าเหว่ ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียน ของเพศหญิง

ตารางที่ 12 เปรียบเทียบค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุจำแนกตามเพศ

เส้นทาง	เพศชาย (n = 1,419)					เพศหญิง (n = 1,826)				
	β	b	SE	r^2	p-value	β	b	SE	r^2	p-value
การใช้เกมมือถือ --> ภาวะซึมเศร้า	0.392*	0.206	0.013	0.15	<0.001	0.409*	0.254	0.013	0.17	<0.001
การใช้เกมมือถือ --> ความรู้สึกเหว่	0.345*	0.141	0.010	0.13	<0.001	0.344*	0.164	0.010	0.12	<0.001
การใช้เกมมือถือ --> ความวิตกกังวลทางสังคม	0.325*	0.159	0.012	0.11	<0.001	0.332*	0.179	0.012	0.11	<0.001
ความวิตกกังวลทางสังคม --> ผลการเรียน	0.105*	0.011	0.003	0.00	<0.001	0.026	0.003	0.003	0.00	0.300

เส้นทาง	เพศชาย (n = 1,419)					เพศหญิง (n = 1,826)				
	β	b	SE	r^2	p-value	β	b	SE	r^2	p-value
ดัชนีความสอดคล้อง	$\chi^2 = 0.832$, df=2, Relative $\chi^2 = 0.416$, p-value = 0.660, RMSEA = 0.000, RMR = 0.009, CFI = 1.000, GFI = 1.000, AGFI = 0.998									
ความแตกต่างระหว่างเพศ	$\chi^2 = 34.487$, df=8, p-value < 0.001									

* p-value < 0.05

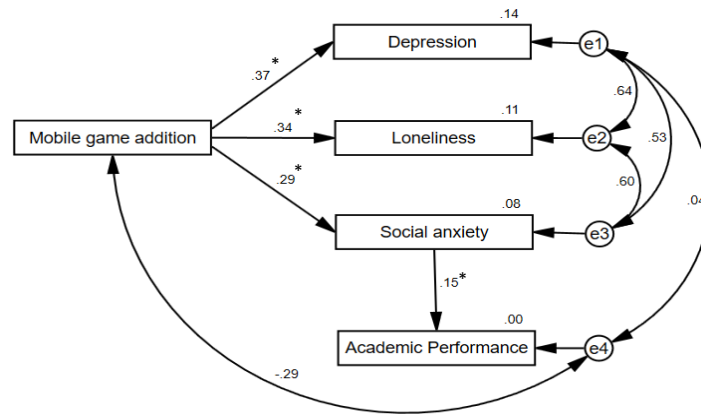
การวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้างจำแนกตามระดับการศึกษา

เมื่อวิเคราะห์โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกว่าเหว่ ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียน โดยจำแนกตามระดับชั้น พบว่า โมเดลความสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา อาชีวศึกษา และระดับปริญญาตรี มีรูปแบบเช่นเดียวกัน และสอดคล้องกับภาพรวม แต่มีความแตกต่างระหว่างขนาดอิทธิพลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($\chi^2 = 113.999$, df=15, p-value < 0.001) (รายละเอียดดังภาพที่ และตารางที่ 13)

การติดเกมมือถือในนักเรียนมัธยมศึกษา มีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะซึมเศร้า ($\beta = 0.37$, p-value < 0.001) ความรู้สึกว่าเหว่ ($\beta = 0.34$, p-value < 0.001) และความวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.29$, p-value < 0.001) ตามลำดับ และการติดเกมมือถือมีอิทธิพลทางอ้อมต่อผลการเรียน โดยส่งผ่านความวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.15$, p-value < 0.001)

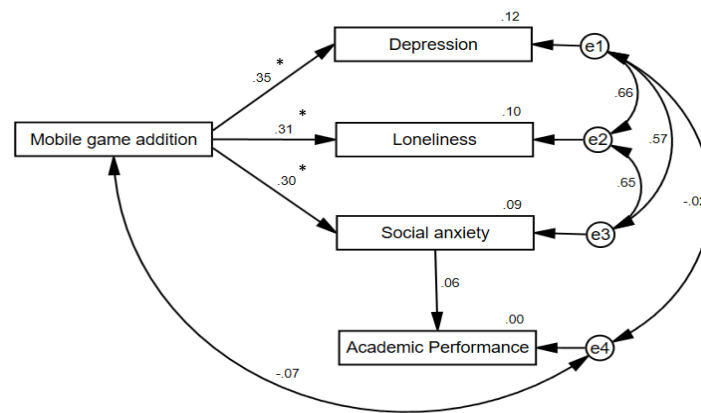
การติดเกมมือถือในนักศึกษาอาชีวศึกษามีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะซึมเศร้า ($\beta = 0.35$, p-value < 0.001) ความรู้สึกว่าเหว่ ($\beta = 0.31$, p-value < 0.001) และความวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.30$, p-value < 0.001) ตามลำดับ แต่การติดเกมมือถือไม่มีอิทธิพลทางอ้อมต่อผลการเรียนในกลุ่มนักศึกษาอาชีวศึกษา

ในขณะที่ การติดเกมมือถือในนักศึกษาอุดมศึกษามีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะซึมเศร้า ($\beta = 0.41$, p-value < 0.001) ความรู้สึกว่าเหว่ ($\beta = 0.33$, p-value < 0.001) และความวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.35$, p-value < 0.001) ตามลำดับ แต่การติดเกมมือถือไม่มีอิทธิพลทางอ้อมต่อผลการเรียนในกลุ่มนักศึกษาอุดมศึกษา



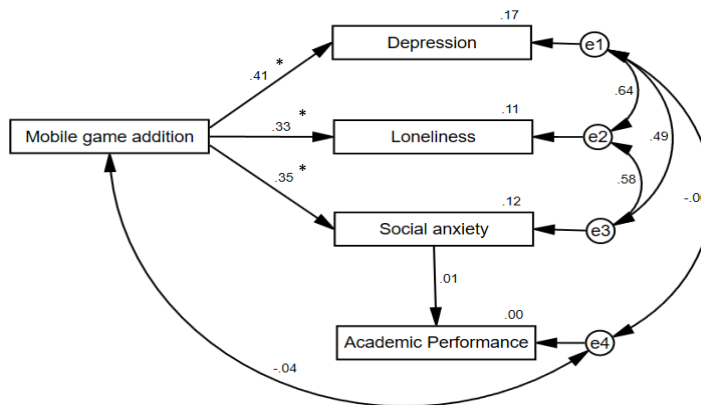
Chi-Square = 3.201 ; df = 3
 Relative Chi-Square = 1.067 ; p-value = .362
 GFI = 1.000 ; NFI = .999 ; TLI = 1.000 ; CFI = 1.000
 RMSEA = .005 ; RMR = .020

(a) - มัธยมศึกษา



Chi-Square = 3.201 ; df = 3
 Relative Chi-Square = 1.067 ; p-value = .362
 GFI = 1.000 ; NFI = .999 ; TLI = 1.000 ; CFI = 1.000
 RMSEA = .005 ; RMR = .020

(b) - อาชีวศึกษา



Chi-Square = 3.201 ; df = 3
 Relative Chi-Square = 1.067 ; p-value = .362
 GFI = 1.000 ; NFI = .999 ; TLI = 1.000 ; CFI = 1.000
 RMSEA = .005 ; RMR = .020

(c) - ปริญญาตรี

ภาพที่ 5 โมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุระหว่างการใช้เกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึก
 ว่าเหงา ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียน จำแนกตามระดับการศึกษา

ตารางที่ 13 เปรียบเทียบค่าสัมประสิทธิ์อิทธิพลของโมเดลความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ จำแนกตามระดับการศึกษา

เส้นทาง	ระดับชั้น	β	b	SE	r^2	p-value
การติดเกม --> ภาวะซึมเศร้า	มัธยม (n = 1,139)	0.375*	0.227	0.017	0.14	<0.001
	อาชีวศึกษา (n = 1,074)	0.346*	0.180	0.015	0.12	<0.001
	ปริญญาตรี (n = 1,032)	0.410*	0.248	0.017	0.17	<0.001
การติดเกม --> ความรู้สึกอึดอัด	มัธยม (n = 1,139)	0.335*	0.156	0.013	0.11	<0.001
	อาชีวศึกษา (n = 1,074)	0.310*	0.120	0.011	0.10	<0.001
	ปริญญาตรี (n = 1,032)	0.334*	0.155	0.014	0.11	<0.001
การติดเกม --> ความวิตกกังวลทางสังคม	มัธยม (n = 1,139)	0.288*	0.148	0.015	0.08	<0.001
	อาชีวศึกษา (n = 1,074)	0.296*	0.139	0.014	0.09	<0.001
	ปริญญาตรี (n = 1,032)	0.353*	0.195	0.016	0.12	<0.001
การติดเกม --> ความวิตกกังวลทางสังคม --> ผลการเรียน	มัธยม (n = 1,139)	0.147*	0.015	0.003	0.00	<0.001
	อาชีวศึกษา (n = 1,074)	0.058	0.006	0.003	0.00	0.067
	ปริญญาตรี (n = 1,032)	0.007	0.001	0.003	0.00	0.828

ดัชนีความสอดคล้อง

มัธยม $\chi^2 = 3.201$, $df=2$, Relative $\chi^2 = 1.067$, $p\text{-value} = 0.362$, $RMSEA = 0.005$, $RMR = 0.020$, $CFI = 1.000$, $GFI = 1.000$, $AGFI = 0.994$

ความแตกต่างระหว่างระดับชั้น

$\chi^2 = 113.999$, $df=15$, $p\text{-value} < 0.001$

* $p\text{-value} < 0.05$

ผลการวิจัยระยะที่ 2

ผลการวิจัยระยะที่ 2 ที่ได้จากการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) เพื่ออธิบายเชิงลึกเกี่ยวกับแบบแผนการเล่นเกมมือถือ และภาพจำลองทางความคิดที่เป็นมูลเหตุ และผลกระทบของการติดเกมมือถือ ตามมุมมองและประสบการณ์ของเยาวชนที่ติดเกมมือถือในเขตภาคเหนือของประเทศไทย เก็บรวบรวมข้อมูลกับผู้ให้ข้อมูลหลัก จำนวน 5 คน นำเสนอผลการศึกษาเป็น 3 ส่วน ดังนี้

ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูลหลัก

ผู้ให้ข้อมูลหลักจำนวน 5 คน เป็นเพศชาย จำนวน 3 คน และเพศหญิง จำนวน 2 คน ทุกคนมีอายุระหว่าง 20-22 ปี กำลังศึกษาอยู่ระดับปริญญาตรี และพักอาศัยอยู่ในหอพักของเอกชน (รายละเอียดดังตาราง 13) ผู้ให้ข้อมูลหลัก 4 ใน 5 คน เริ่มต้นเล่นเกมมือถือครั้งแรกตั้งแต่เรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและผู้ให้ข้อมูลหลักอีกคนเริ่มต้นเล่นเกมมือถือครั้งแรกตั้งแต่เรียนระดับประถมศึกษาตอนปลาย รวมระยะเวลาเล่นเกมมือถือตั้งแต่ครั้งแรกจนถึงการเล่นในปัจจุบัน 7 – 11 ปี และผู้ให้ข้อมูลหลักทุกคนเล่นเกมมือถือในระดับที่อาจก่อให้เกิดปัญหาคืออยู่ในระดับคลังโคล้จำนวน 2 คนและระดับน่าจะติดเกมจำนวน 3 คน (รายละเอียดดังตารางที่ 14)

ตารางที่ 14 ข้อมูลทั่วไปของผู้ให้ข้อมูลหลัก

นามสมมุติ	เพศ	อายุ	ระดับชั้น	ที่พักอาศัย	เริ่มเล่นเกมมือถือครั้งแรก	รวมระยะเวลาเล่นเกมมือถือ	ระดับการเล่นเกมมือถือ
A001	ชาย	22	ปริญญาตรีปี 4	หอพัก	ป.6	11	น่าจะติดเกม
A002	ชาย	20	ปริญญาตรีปี 2	หอพัก	ม.1	8	คลังโคล้
A003	ชาย	22	ปริญญาตรีปี 3	หอพัก	ม.3	8	น่าจะติดเกม
A004	หญิง	21	ปริญญาตรีปี 3	หอพัก	ม.3	7	น่าจะติดเกม
A005	หญิง	19	ปริญญาตรีปี 1	หอพัก	ม.1	7	คลังโคล้

ส่วนที่ 2 แบบแผนการเล่นเกมมือถือ

ผู้ให้ข้อมูลหลักทั้ง 5 คนมีแบบแผนการเล่นเกมที่คล้ายคลึงกัน โดยมีสรุปสาระสำคัญได้ดังนี้ (รายละเอียดดังตารางที่ 15)

ประเภทเกมมือถือที่เริ่มเล่นครั้งแรก

ผู้ให้ข้อมูลหลักทั้ง 5 คนมีแบบแผนการเล่นเกมมือถือที่คล้ายคลึงกัน โดยเกมมือถือที่ผู้ให้ข้อมูลหลักทุกคนเลือกเล่นเป็นครั้งแรกในชีวิตมีความยากในการเล่นและมีความซับซ้อนของเกมน้อยกว่าเกมมือถือที่เล่นในปัจจุบัน ส่วนใหญ่จะเริ่มต้นจากเกมมือถือที่เล่นคนเดียวแบบออฟไลน์หรือที่เรียกในกลุ่มคนเล่นเกมว่าเกมระดับมือใหม่หรือ Beginner และ Soft games เน้นการแข่งขันกับตัวเอง โดยประเภทของเกมมือถือที่เลือกเล่นเป็นครั้งแรกนั้นมีความแตกต่างไปตามบุคลิกภาพ รสนิยม และการตอบสนองความต้องการของผู้เล่น ดังคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลหลักที่ว่า “ผมเลือกเล่นเกม MOBA เพราะเป็นเกมที่เน้นการวางแผนไปทำลายป้อมปราการของคู่ต่อสู้” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A001) “ผมเล่น TalesRunner เป็นเกมแรก..มันสนุกมันง่าย ๆ เน้นแข่งความเร็วกัน” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A002) “ผมหะเล่น GTA ก่อนเลยมันตลกดีมีครบทั้งปล้น ฆ่า ลักขโมย” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A003) “ส่วนหนูจำได้ว่าเล่นเกม The Sims ตัวแรกเหมือนให้เราจำลองชีวิตในแบบที่เราอยากเป็นคือจะบอกยังไงดี..เหมือนเรามีโลกอีกแบบที่อยากทำสร้างบ้าน มีครอบครัวแบบที่อยากเป็น (ยิ้ม)” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A004) และ “หนูเลือกเกมเต้น Audition ก่อน (Audition Online Dance Battle) เป็นซอฟต์แวร์เกมง่าย ๆ ใส ๆ (หัวเราะ) มันมีไอเทมในเกมเยอะ มันจะมีแบบเสื้อผ้าสวย ๆ มีปีก หนูชอบ” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A005)

ประเภทของเกมมือถือที่เล่นประจำในปัจจุบัน

ในส่วนของเกมมือถือที่เล่นเป็นประจำในปัจจุบันนั้นพัฒนาไปสู่เกมมือถือที่เน้นการเล่นเป็นทีมหรือเป็นกลุ่มแบบออนไลน์หรือที่เรียกในกลุ่มคนเล่นเกมว่า Community games หรือ Global games โดยผู้ให้ข้อมูลหลักทุกคนตอบตรงกันว่าปัจจุบันเลือกเล่นเกม RoV เพราะเหตุผลต่อไปนี้

- **RoV สะท้อนอัตลักษณ์ของผู้เล่น** ผู้ให้ข้อมูลหลักทุกคนให้ข้อมูลสอดคล้องกันว่า RoV เป็นเกมออนไลน์ที่มีสกิน (Skin) หรือเครื่องแต่งกายให้กับตัวเดินเกมหรือที่เรียกว่า Hero ที่สวยงามและหลากหลาย เปิดโอกาสให้ผู้เล่นเกมเลือกซื้อตามความชอบของตัวเองและนำมาตกแต่งและสร้างเป็นตัว Hero ในเกมให้สะท้อนถึงอัตลักษณ์ของผู้เล่นเกม ดังตัวอย่างคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลหลักที่ว่า “จุดเด่น ๆ เลยคือ RoV มีสกินให้เราเลือกซื้อเพื่อให้ตัวฮีโร่ในเกมมันแทนตัวเราได้มียูนิค (Unique) ที่ไม่ซ้ำคนอื่น แต่ละคนก็มีฮีโร่ที่ไม่เหมือนกันเลยครับ” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A001) “สนุกก็ตรงสกินของ RoV นี่แหละ เสียเงินซื้อสกินใหม่ ๆ แต่งมาอวดกัน เปลี่ยนชุดเป็นแบบนั้นแบบนี้ตามชอบใจ” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A005)
- **RoV เป็น e-sport เน้นการแข่งขันและสร้างรายได้** ผู้ให้ข้อมูลหลักเพศชายจำนวน 3 ใน 5 คนมีความเห็นสอดคล้องกันว่าเหตุผลที่เลือกเล่นเกม RoV เพราะเปิดโอกาสให้มีการ

แข่งขันในระดับ Global และได้รับการยอมรับในวงกว้างว่าเป็นกีฬาประเภทหนึ่งหรือที่เรียกกันว่า e-sport ที่มีการจัดการแข่งขัน จัดลำดับ และสร้างรายได้ โดยนำเสนอตัวแบบที่เป็นนักแคสเกมที่เก่งระดับโลกที่ประสบความสำเร็จในการเล่นเกม RoV มาเป็น Influencer เล่นเกม RoV โชว์ให้กับผู้เล่นในระดับเริ่มต้นได้เรียนรู้และกระตุ้นให้ผู้เล่นเกมหมั่นฝึกฝนตัวเองในเกมให้เก่งขึ้นเพื่อเลื่อนระดับตัวเองให้สูงมากขึ้น เพื่อทำให้ได้รับการยอมรับจากผู้เล่นคนอื่นให้ร่วมทีมด้วย ดังตัวอย่างคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลหลักที่ว่า “RoV มีการแข่งขันสูงมาก ทุกทีมก็อยากแต่มีผู้เล่นเก่ง ๆ คนอ่อน ๆ ก็ไม่มีใครอยากให้ร่วมทีม” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A003) “มันกลายเป็นกีฬาไปแล้วนะครับ มันมีการแข่งขันแบบ e-sport ใน Community ของนักแข่งขัน ไม่ใช่แค่ระดับประเทศแต่มันไปถึงระดับโลกและทำให้ได้เงินรางวัลวัลไรด้วย” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A001) “เดี๋ยวนี้มี Influencer มาสอนเทคนิคการเล่นเกมและอัปเดตเวอร์ มาโชว์รางวัลและเงินรางวัลทำให้ผู้เล่นสนใจอยากฝึกสกิล (Skill) ตาม” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A002)

- **RoV มีการปรับปรุงให้รูปแบบเกมทำท่ายอยู่เสมอ** ผู้ให้ข้อมูลหลักจำนวน 4 คนใน 5 คนให้ข้อมูลสอดคล้องกันว่าเลือกเล่นเกม RoV เพราะเกมนี้มีการอัปเดตหรืออัปเดตแพทช์เป็นประจำ จึงทำให้ผู้เล่นเกมรู้สึกว่ารูปแบบเกมมีความสดใหม่อยู่เสมอ เช่น มีตัวฮีโร่ใหม่ ๆ มีข้อต่อสูใหม่ ๆ และมี Skin ใหม่ ๆ ตามแพชชั่น ทำให้ผู้เล่นเกมนี้ต้องติดตามความเคลื่อนไหวในการอัปเดตสม่ำเสมอ ดังตัวอย่างคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลหลักที่ว่า “มันอัปเดตแพทช์ใหม่ ๆ ตลอดประมาณปีละครั้งสองครั้ง ต้นปีกับปลายปี มันทำท่ายเราให้ต้องเข้าไปเล่นเพื่อให้กลับไปอยู่เลเวลจุดเดิมอะไรอย่างงี้ครับ” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A001) โดยจุดประสงค์สำคัญของการอัปเดต RoV ก็คือทำให้รูปแบบการเล่นเกมเปลี่ยนไปไม่ซ้ำเดิมจึงทำให้รูปแบบเกมมีความท้าทายและตื่นเต้นอยู่เสมอแม้ว่าจะเล่นไปหลายรอบแล้วก็ตาม นอกจากนี้ จุดเด่นของเกมนี้ก็คือ ทุกสิ่งทุกอย่างในเกมนี้ไม่แน่นอนเสมอ โดยเฉพาะเมื่ออัปเดตเกมใหม่ทำให้ผู้เล่นไม่สามารถรู้ได้เลยว่าศัตรูในการเล่นรอบนี้จะเป็นแบบใดทำให้ผู้เล่นรู้สึกตื่นเต้นตลอดเวลาที่ได้เล่นเกมนี้ ดังตัวอย่างคำให้สัมภาษณ์ที่ว่า “ไม่เคยน่าเบื่อเลย ไม่เหมือนฟังเพลง นี่สองสามรอบก็เริ่มคูนแล้ว แต่เกมนี้ไม่รู้เลยว่าจะเล่นกับใคร จะเจออะไร ตื่นเต้นทุกครั้งทีเล่นแม้จะเลเวลเดิม” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A004)

ความถี่ เวลา และสถานที่ในการเล่นเกมมือถือ

สำหรับประเด็นระยะเวลาที่ใช้เล่นเกมมือถือนั้นผู้ให้ข้อมูลหลักทั้ง 5 คนให้ข้อมูลที่สอดคล้องกันโดยผู้เล่นเกมมือถือในระดับน่าจะติดทั้ง 3 คนจะเล่นทันทีเมื่อตื่นนอนและเล่นได้ตลอดทั้งวันเมื่อมีโอกาส เช่น มีเวลาว่างในห้องเรียนระหว่างรออาจารย์ รอยต่อระหว่างคาบเรียน พักรับประทานอาหารกลางวัน และหลังเลิกเรียน ดังคำกล่าวที่ว่า “ผมเล่นแทบจะตลอดเวลาเลยแหละครับ ตื่นมาปุ๊บก็จัดเลย ว่างตอนไหนก็จัดตลอด แค่อาจารย์ให้พักเบรกสิบนาทีก็จัด” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A001) และ “อยากเล่นทุกวัน เหมือนคนเราตื่นมาต้องแปรงฟัน ถ้าไม่แปรงก็มีกลิ่นปาก ประมาณนี้ครับ”

(ผู้ให้ข้อมูลหลัก A003) และ “ความรู้สึกอยากเล่นตลอด อยากให้เวลาตรงนั้น ถ้าไม่ได้เล่นก็รู้สึกวุ่นเหมือนขาดอะไรไป แต่ไม่เล่นก็ได้ แต่ถ้าไม่เล่น มันเหมือนไม่ค่อยโอเคในวันนั้นเท่าไร” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A004) ในขณะที่ผู้ให้ข้อมูลหลักที่เล่นเกมในระดับคลั่งไคล้อีก 2 คน จะเล่นเกมมือถือทุกครั้งที่มีเวลาว่าง เช่น รอยต่อระหว่างคาบเรียน พักรับประทานอาหารกลางวัน และหลังเลิกเรียน ดังตัวอย่างคำให้สัมภาษณ์ที่ว่า “ถ้าว่างไม่มีไรทำก็จะเล่นเกม หรือบางทีมีอะไรทำอยู่แล้วแต่ก็อยากให้ง่วง พยายามเคลียร์ทุกอย่างให้ว่าง ไปเล่นเกม” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A005)

ในส่วนอุปกรณ์ที่ใช้เล่นเกมมือถือก็คือสมาร์ตโฟนเครื่องเดียวกับที่ใช้ติดต่อสื่อสารเพราะสะดวกพกพาไปได้ทุกที่ และควบคุมการเล่นได้ง่าย สถานที่ที่เล่นเกมมือถือผู้ให้ข้อมูลหลัก 4 ใน 5 คนระบุว่าสามารถเล่นได้ทุกที่มีสัญญาณอินเทอร์เน็ต ดังตัวอย่างคำให้สัมภาษณ์ที่ว่า “ผมเล่นได้ทุกที่ คนเยอะพลุกพล่านก็เล่นได้ไม่มีผลกับผม เพราะเราจ่อจอกับเกม” (ผู้ให้ข้อมูล A001) “ในมอ (มหาวิทยาลัย) เล่นได้ทุกที่ครับเน็ตดีสัญญาณเต็มทุกจุด (ยิ้ม)” (A003) ในขณะที่มีผู้ให้ข้อมูลหลักจำนวน 1 คนที่ระบุว่าต้องกลับไปเล่นที่หอพักเท่านั้นเพราะจะมีสมาธิในการเล่นมากกว่า ดังตัวอย่างคำให้สัมภาษณ์ที่ว่า “หนูเป็นคนที่ไม่ชอบเล่นเกมในที่คนเยอะ ๆ ถ้ามีคนเยอะ ๆ หนูจะไม่ค่อยมีสมาธิ แต่ถ้าอยู่ในห้องพักมีไม่กี่คนหนูจะเล่นได้ แต่ก็ยังไม่ชอบให้ใครเดินผ่านหน้าผ่านตา มันไม่ค่อยมีสมาธิเท่าไร จะรู้สึกไม่เป็นตัวของตัวเองอะคะ” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A004)

ตารางที่ 15 แบบแผนการเล่นมือถือของผู้ให้ข้อมูลหลัก

นามสมมุติ	เกมมือถือที่เล่นครั้งแรก	เกมมือถือที่เล่นปัจจุบัน	ความถี่ของการเล่นเกมมือถือ	เวลาเล่นเกมมือถือต่อวัน	สถานที่ใช้เล่นเกมมือถือ
A001	MOBA	RoV	เล่นทุกวันหลังตื่นนอน และเมื่อมีเวลาว่าง	16-20 ชม.	ทุกที่
A002	TalesRunner	RoV	เล่นเมื่อมีเวลาว่าง	6-8 ชม.	ทุกที่
A003	GTA	RoV	เล่นทุกวันหลังตื่นนอน และเมื่อมีเวลาว่าง	12-16 ชม.	ทุกที่
A004	The Sims	RoV	เล่นทุกวันหลังตื่นนอน และเมื่อมีเวลาว่าง	10-12 ชม.	หอพัก
A005	Audition Online Dance Battle	RoV	เล่นเมื่อมีเวลาว่าง	5-6 ชม.	ทุกที่

หมายเหตุ

MOBA ย่อมาจาก Multiplayer Online Battle Arena เป็นเกมประเภทวางแผนเรียลไทม์ มีผู้เล่นสองทีมแข่งขันกันในเกม

มีเป้าหมายเพื่อทำลายสิ่งก่อสร้างหลักของคุณต่อสู้อ

The Sims เป็นวิดีโอเกมโลกแห่งจินตนาการ ผู้เล่นจะต้องควบคุมชิมส์คนหนึ่งหรือครอบครัวหนึ่ง และสั่งการให้ตัวละครที่เราควบคุมอยู่ดำเนินกิจกรรมต่าง ๆ ตามที่ต้องการ

TalesRunner คือ เกมออนไลน์หลายผู้เล่น มีลักษณะผสมกันของเกมลึกลับ แฟนตาซีและเกมแข่งขัน ผู้เล่นจะต้องทำการแข่งขันโดยการวิ่ง กระโดด พุ่งชน สก๊ี้ และปีนข้ามสิ่งกีดขวาง

GTA ย่อมาจาก Grand Theft Auto ผู้เล่นสามารถทำกิจกรรมต่าง ๆ ได้อย่างอิสระภายในเมืองใหญ่ ตั้งแต่การใช้ชีวิตตามปกติไปจนถึงการก่ออาชญากรรม เนื้อหาของเกมนั้นรุนแรง เช่น ขายยา เสพติด ค้าประเวณี โดยเฉพาะการขโมยยานพาหนะต่าง ๆ ซึ่งเป็นส่วนหลักของเกม

Audition Online Dance Battle ผู้เล่นต้องทำการเลือกกดแถบชุดลูกศรให้พอดีกับจังหวะที่ลูกแก้ววิ่งผ่าน กลางแถบสีขาว เกมจะแสดงแอนิเมชันตัวละครเต้น หากผู้เล่นไม่สามารถกดลูกศรได้ทัน เกมจะแสดงแอนิเมชันตัวละครแสดงท่าทางพลาด

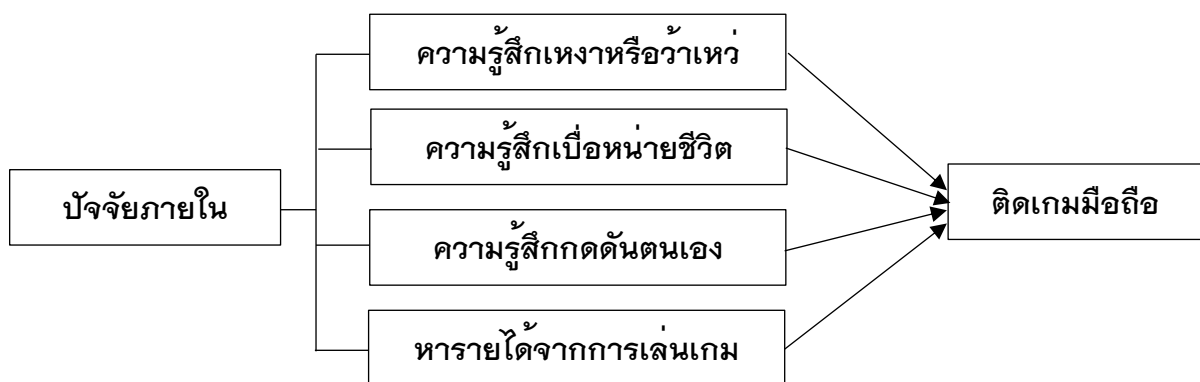
RoV ย่อมาจาก Arena of Valor เป็นเกมที่เน้นทำลายป้อมของศัตรูไปเรื่อย ๆ เพื่อที่จะเข้าไปทำลายฐานหลักของศัตรูให้ได้ โดยจะมีวิธีการเอาชนะที่แตกต่างกันแล้วแต่กลยุทธ์กันออกไป

ส่วนที่ 3 ภาพจำลองทางความคิดที่เป็นมูลเหตุของการติดเกมมือถือ

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพจากเยาวชนที่เป็นผู้ให้ข้อมูลหลักทั้ง 5 คน ด้วยการวิเคราะห์แก่นสาระ (Thematic analysis) พบว่า ภาพจำลองทางความคิดที่เป็นมูลเหตุของการติดเกมมือถือประกอบด้วย 3 มูลเหตุ คือ ปัจจัยภายในบุคคล (Internal personal factors) ปัจจัยสิ่งแวดล้อม (Environmental factors) และปัจจัยเกี่ยวกับเกมมือถือ (Mobile game factors) โดยแต่ละมูลเหตุมีสาระสำคัญและนำเสนอเป็นภาพจำลองทางความคิดได้ดังนี้

ปัจจัยภายในบุคคล (Internal personal factors)

ผู้ให้ข้อมูลหลักทั้ง 5 คนเชื่อว่ามูลเหตุสำคัญที่ทำให้ตนเองติดเกมมือถือมาจากปัจจัยภายในบุคคลของตนเอง ประกอบด้วย 4 มูลเหตุรอง คือ มีความรู้สึกเหงาหรือรู้สึกว้าเหว มีความรู้สึกเบื่อหน่ายชีวิต มีความรู้สึกกดดันตนเอง และมีความต้องการหารายได้จากการเล่นเกม (สรุปได้ดังภาพที่ 6)



ภาพที่ 6 ภาพจำลองทางความคิดเกี่ยวกับมูลเหตุของการติดเกมที่เกิดจากปัจจัยภายในบุคคล

โดยแต่ละมูลเหตุรองมีสาระสำคัญ ดังนี้

ความรู้สึกเหงาหรือว้าเหว

ผู้ให้ข้อมูลหลัก 3 คนใน 5 คน ให้ข้อมูลสอดคล้องกันว่า ความรู้สึกเหงาหรือความว้าเหวเป็นสาเหตุหนึ่งที่ผลักดันให้เยาวชนหันไปเล่นเกมมือถือเพื่อแก้เหงา โดยความรู้สึกเหงาเกิดขึ้นรุนแรงในช่วงเริ่มต้นเข้ามาศึกษาในมหาวิทยาลัยซึ่งมีการเปลี่ยนแปลงสภาพแวดล้อมทางสังคมอย่างสิ้นเชิงจากเมื่อตอนเรียนระดับมัธยมศึกษา เช่น ต้องจากครอบครัวและเพื่อนสนิทที่คุ้นเคย นอกจากนี้ ในช่วงที่มีการแพร่ระบาดของโรค COVID-19 ที่มีมาตรการเว้นระยะห่างทางสังคม มหาวิทยาลัยกำหนดให้นักศึกษาเรียนออนไลน์ทำให้ไม่มีโอกาสพบปะแบบเผชิญหน้ากับเพื่อนและอาจารย์ เป็นสาเหตุทำให้เกิดความรู้สึกเหงาหรือว้าเหวมากขึ้นและทำให้ผู้ให้ข้อมูลหลักหันไปเล่นเกม

มือถือบ่อยครั้งขึ้นและแต่ละครั้งใช้ระยะเวลาในการเล่นยาวนานขึ้นเพื่อบำบัดความรู้สึกเหงาของตนเอง ซึ่งแอปพลิเคชันเกมมือถือออนไลน์ส่วนใหญ่ออกแบบมาเพื่อตอบสนองความต้องการในส่วนนี้ ได้เป็นอย่างดี เพราะเอื้อให้ผู้เล่นเกมที่อยู่ในโลกออนไลน์ที่แม้อยู่ต่างพื้นที่กัน ให้สามารถร่วมเล่น เป็นทีมเดียวกันได้ โดยมีการสื่อสารโต้ตอบและปฏิสัมพันธ์กันผ่านการแชทในเกมและแอปพลิเคชันไลน์ ดังตัวอย่างคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลหลักถึงความเหงาหรือความว้าเหวที่เป็นมูลเหตุที่ทำให้ติดเกม มือถือว่า “ช่วงมาเรียนมอ (มหาวิทยาลัย) ไม่รู้จักใครเลย เหงามาก ดีว่ามีเพื่อนในเกม เพื่อนในเกม อิมแพคมากครับช่วยให้มีคนคุยด้วยตลอด” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A001) “น่าจะเป็นความเหงาด้วยส่วนหนึ่ง เพราะตอนนั้นผมเพิ่งเข้ามาเรียนอยู่ปีหนึ่ง ก็คือเมื่อก่อนผมอยู่บ้านกับพี่น้องอะไรอย่างเงี้ยเยอะมาก พอต้องมาอยู่คนเดียวยังไม่กล้าจะทำความรู้จักใครก็เลยอยู่กับตัวเองมาก ๆ อยู่กับตัวเอง อยู่กับเกม พอเข้าไปอยู่ในเกมก็รู้สึกไม่เหงา สบายเลย” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A002) และ “เหงาเลยแหละ ช่วงกักตัว โควิด เรียนออนไลน์ไม่เจอใคร อยู่แต่ในห้องก็เลยไปรู้จักกับเพื่อนในเกม ไปเมคเฟรนด์เพื่อนในเกม มากขึ้น ทำให้เราแบบรู้สึกติดเพื่อนในเกม ยิ่งแบบได้เล่นมาก ยิ่งอยู่กับเพื่อนในเกมยิ่งสนุก ” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A003)

ความรู้สึกเบียดเบียนชีวิต

ผู้ให้ข้อมูลหลัก 2 คนใน 5 คน ให้ข้อมูลสอดคล้องกันว่าความรู้สึกเบียดเบียนชีวิตในโลกแห่งความเป็นจริงเป็นมูลเหตุหนึ่งที่ผลักดันให้เยาวชนเล่นเกมมือถือเพื่อต้องการสร้างชีวิตเสมือนจริง ตามที่ตนเองต้องการในโลกของเกมออนไลน์ ซึ่งเกิดจากผู้เล่นเกมบางส่วนประสบปัญหา ความยากลำบากในการดำเนินชีวิต เช่น ปัญหาครอบครัวแตกแยกไม่ได้รับการดูแลเอาใจใส่ อย่างเพียงพอ ปัญหาเรื่องความขัดแย้งระหว่างเพื่อน ปัญหาความเหลื่อมล้ำทางสังคม ซึ่งปัญหาเหล่านี้สร้างความรู้สึกกดดันให้กับเยาวชนจนรู้สึกเบียดเบียนที่จะใช้ชีวิตตามโลกแห่งความเป็นจริง และอยากหนีปัญหาไปใช้ชีวิตสมมุติในโลกออนไลน์ที่สามารถออกแบบตัวแสดงในเกม และรูปแบบการใช้ชีวิตได้ตามแบบที่ต้องการ ซึ่งเกมมือถือสามารถตอบสนองความต้องการดังกล่าวได้ ดังตัวอย่าง คำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลหลักเกี่ยวกับมูลเหตุของการติดเกมที่เกิดจากความเบียดเบียนชีวิตว่า “อย่างเดอะซิมส์ (The Sims) นี่ออกแบบชีวิตได้เหมือนจริง จะมีครอบครัวยังไง ให้ใช้ชีวิตมันดียังไง ก็ทำได้ ก็เกมอะเนอะ...จริง ๆ ก็รู้ว่ามันไม่จริง แต่นี่ก็ดีแล้ว” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A005) “ชีวิตจริงมันไม่มี ก็มันออกมาซะ มาอยู่ในเกม แบบว่าเมคกันเอาเองเลย ในเกมเรามีเท่ากัน ใครอยากมีชีวิตแบบเงี้ยอะ ก็สร้างเอา” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A003) และ “เพื่อนในเกมนี้คุยได้ทุกเรื่องนะ คุยนาน ๆ ก็ผูกพัน เพื่อนในห้องไม่เท่าไร หมายถึงความเห็นไม่ค่อยเหมือนกัน แบบคุยในเกมหนูสบายใจ” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A004)

ความรู้สึกกดดันตนเอง

ผู้ให้ข้อมูลหลัก 3 คนใน 5 คน ซึ่งเป็นเพศชายทั้งหมดให้ข้อมูลสอดคล้องกันว่า เกมมือถือออนไลน์สร้างความรู้สึกกดดันให้ไม่สามารถเลิกเล่นเกมได้ โดยเฉพาะเกมมือถือที่เล่น

แบบเป็นทีม เพราะผู้เล่นในทีมจะรู้สึกกดดันตัวเองที่จะต้องทำหน้าที่ให้ดีที่สุดเพื่อไม่เป็นภาระของทีม ดังตัวอย่างคำให้สัมภาษณ์ของผู้ให้ข้อมูลหลักที่ว่า “ถ้าแบบสู้กันระหว่างทีมนี้ครับ ถ้าเกิดสู้แล้วทีมขาดเราไปอะมันก็จะแย่ เพราะว่าเราก็ไต่เลเวล (ระดับ) ขึ้นมาสูงแล้ว....คือถ้าทีมแพ้เพราะเราจะรู้สึกผิดอะครับ” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A001) และ “เกม RoV เนี่ยมันจะกระตุ้นให้ในทีมมีอารมณ์รวมมาก ๆ กระตุ้นให้เราอยากชนะ ถ้าแพ้กี้จะเกรี้ยวกราด ใครก็ไม่อยากขาด ไม่อยากทำให้ทีมแพ้” (ผู้ให้ข้อมูล A002) ด้วยเหตุนี้จึงส่งผลให้ผู้เล่นส่วนใหญ่จะฝึกฝนตนเองในเกมอย่างหนักเพื่อให้เกิดทักษะและความชำนาญ ซึ่งความกดดันในลักษณะนี้ทำให้ผู้เล่นไม่สามารถหยุดเกมได้เพราะอาจทำให้พัฒนาการด้านทักษะและความชำนาญในเกมไม่ทันผู้เล่นคนอื่น และอาจทำให้อันดับตกต่ำไปกว่าคนอื่นซึ่งเป็นเรื่องที่ร้ายแรงในกลุ่มคนเล่นเกมมือถือแบบออนไลน์ ดังตัวอย่างคำให้สัมภาษณ์ที่ว่า “เราไม่ชนะก็จะเล่นจนกว่าชนะ เล่นไปเรื่อย ผมตั้งเป้าหมายว่าถ้าไม่ถึงดาวเท่าเนี่ย ก็จะเล่นจนกว่าจะชนะ ถึงเข้า ตลอลเลย” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A003) “เกมนี้กดดันเราตลอด มันจัดอันดับ ก็เลยกระตุ้นเราให้ต้องเหนือคนอื่นดีกว่าคนอื่น เลยหยุดเล่นไม่ได้สักที” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A001)

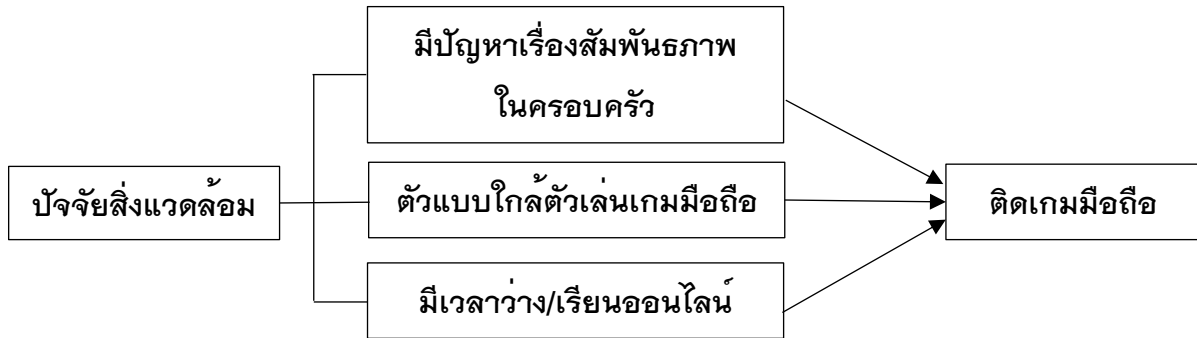
ในขณะที่เยาวชนเพศหญิงที่เล่นเกมทั้ง 2 คนไม่ได้มีความรู้สึกกดดันจากการเล่นเกมมากนัก เพราะส่วนใหญ่จะเน้นการเล่นเพื่อผ่อนคลายความเครียดมากกว่าการแข่งขันหรือจัดอันดับ โดยเน้นไปที่การซื้อสกินหรือเครื่องตกแต่งตัวเดินเกมใหม่ ๆ มากกว่าการแข่งขันแบบจริงจังเหมือนเพศชาย ดังตัวอย่างคำให้สัมภาษณ์ของเยาวชนเพศหญิงที่ว่า “หนูก็เล่น ROV นะ แต่ไม่ค่อยซีเรียส คือหนูไม่ได้เน้นเก็บดาว ถ้าเล่นก็เพื่อคลายเครียด ส่วนใหญ่เข้ามาเล่น ซื้อสกินไว้แต่งตัวให้ Hero ให้สวย ๆ อดเพื่อนมากกว่า (ยิ้ม)

หารายได้จากการเล่นเกม

ผู้ให้ข้อมูลหลัก 1 คนใน 5 คน ให้ข้อมูลว่ามูลเหตุของการติดเกมส่วนหนึ่งมาจากความต้องการหารายได้จากการเล่นเกม ซึ่งหากผู้เล่นเกมสามารถผ่านด่านต่าง ๆ ในเกมมือถือนั้นไปจนถึงระดับสูง ๆ แล้ว ผู้เล่นคนนั้นสามารถนำรหัสเกมของตนเองไปเสนอขายทางออนไลน์เพื่อให้ผู้เล่นคนอื่นที่สนใจมาซื้อไปเล่นต่อได้ ซึ่งหากขายได้ก็จะสร้างรหัสเกมใหม่ขึ้นมาแทนที่แล้วก็ตั้งใจเล่นเกมอย่างจริงจังเพื่อให้ได้ไปสู่อันดับสูง ๆ ใหม่วนไปอย่างนี้ส่งผลให้ผู้เล่นเกมในลักษณะนี้ติดเกมมือถือนั้นที่สุด ดังคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลหลักที่มีประสบการณ์หารายได้จากการเล่นเกมที่ว่า “มันมีเรื่องเงินมาเกี่ยวข้องด้วยครับ ที่เราเล่นทั้งวันทั้งคืนก็เพื่อให้เราไต่ไปเลเวล (ระดับ) สูง ๆ ไว ๆ แล้วเอารหัสเกมไปขายให้คนที่ซึ่เกียจเล่นเองหรือเล่นไม่เก่ง ขายเป็นแบบห้าพัน หกพัน เจ็ดพัน แล้วแต่เลเวล พอขายได้ก็จะกลับมาเริ่มเล่นใหม่ เล่นวนไปอย่างเงี้ยทั้งวันทั้งคืน...คือจริง ๆ ก็เล่นจนติดเกมก่อนอะถึงจะทำแบบนี้ได้” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A001)

ปัจจัยสิ่งแวดล้อม (Environmental factors)

ผู้ให้ข้อมูลหลักทั้ง 5 คนเชื่อว่ามูลเหตุสำคัญที่ทำให้ตนเองติดเกมมือถือมาจากปัจจัยสิ่งแวดล้อม ประกอบด้วย 3 มูลเหตุรอง คือ มีปัญหาครอบครัว มีตัวแบบที่เล่นเกมใกล้ตัว และการมีเวลาว่างจากการเรียนออนไลน์ (สรุปได้ดังภาพที่ 7)



ภาพที่ 7 ภาพจำลองทางความคิดเกี่ยวกับมูลเหตุของการติดเกมที่เกิดจากปัจจัยสิ่งแวดล้อม

โดยแต่ละมูลเหตุรองมีสาระสำคัญ ดังนี้

มีปัญหาเรื่องสัมพันธภาพกับครอบครัว

ผู้ให้ข้อมูลหลัก 2 คนใน 5 คน ให้ข้อมูลสอดคล้องกันว่าปัญหาเกี่ยวกับสัมพันธภาพในครอบครัวเป็นปัจจัยหนึ่งที่ส่งผลต่อการตัดสินใจเล่นเกมโดยเฉพาะเมื่อเกิดปัญหาทะเลาะเบาะแว้งในครอบครัวและพ่อแม่ไม่มีเวลาดูแลเอาใจใส่หรือใช้เวลาในครอบครัวกับลูก เป็นผลให้ลูกเกิดความรู้สึกเหงาและหาทางออกด้วยตนเองด้วยการเล่นเกมมือถือ นอกจากนี้ ในบางครอบครัวที่เกิดปัญหาพ่อแม่แยกทางกัน ส่งผลให้ลูกเกิดความสับสนและเครียดในการดำเนินชีวิต เกิดความวิตกกังวลในอนาคตของตนเองและครอบครัว จึงหันไปเล่นเกมมือถือที่ช่วยผ่อนคลายความรู้สึกเครียดและลืมความวิตกกังวลในชีวิตลงได้แม้ในช่วงเวลาชั่วขณะก็ตาม ดังตัวอย่างคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลหลักเกี่ยวกับมูลเหตุของการติดเกมที่เกิดจากปัญหาครอบครัวว่า “ตอนที่พ่อแม่ทะเลาะกันเหมือนมีปัญหาอะไรที่หนักมาก ๆ ต่างคนต่างไป ไม่มีเวลาคุยกันเลย หนูก็เลยไม่กล้าคุยกับที่บ้าน เพราะแบบว่าพ่อแม่มีปัญหาเยอะมากพอแล้วอะไรยังเงี้ย ก็เลยเล่นเกมดีกว่า” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A005) “ตอนนั้นผมอยู่ ม.6 พ่อแม่เขาเลิกกันตอนนั้น ทำให้ผมต้องย้ายไปเรียนตามแม่ที่เชียงราย...ตอนนั้นคือเครียดกับตัวเองมาก...คือย้ายไปโรงเรียนใหม่ช่วง ม.6 อะครับ เพื่อนเขาก็มีกลุ่มก่อนอยู่แล้ว แล้วเราเข้าไปตรงนั้นไม่รู้จักใคร เลยเลือกเล่นเกมคุยกับเพื่อนในเกมไปเลย” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A003) และ “จริง ๆ

เขาก็ส่วนเขา (พ่อแม่) ทะเลาะกันบ่อย ไม่ค่อยสงบกัน ผมก็เก็บตัวเล่นเกมอยู่คนเดียว ก็จะให้แก่ง ๆ หาเงินส่งตัวเรียนจากเกมนี้แหละ” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A001)

ตัวแบบใกล้ชิดตัวเล่นเกมมือถือ

ผู้ให้ข้อมูลหลักทุกคนให้ข้อมูลสอดคล้องกันว่าตัวแบบที่เป็นบุคคลใกล้ชิดตัวที่เล่นเกมมือถือเป็นมูลเหตุที่สำคัญประการหนึ่งที่ทำให้เยาวชนติดเกมมือถือ โดยตัวแบบใกล้ชิดตัวนี้สามารถจำแนกได้ 4 กลุ่ม คือ พี่น้องในครอบครัว เพื่อนสนิทในห้องเรียน เพื่อนสนิททางออนไลน์ และคนรัก ทั้งนี้บุคคลที่เป็นตัวแบบมีอิทธิพลทำให้คนใกล้ชิดตัวเล่นเกมมือถือที่แตกต่างกันใน 4 ลักษณะ คือ

1) เป็นแหล่งให้ทดลองเล่นเกมมือถือผ่านอุปกรณ์หรือรหัสเกมของตัวแบบก่อนและเมื่อพอใจก็จะไปหาซื้ออุปกรณ์หรือสร้างรหัสเป็นของตนเองในภายหลัง ดังตัวอย่างคำบอกเล่าที่ว่า “ผมก็เล่นตามพี่นี่แหละ บ้านมีกันสามคนพี่น้อง พี่ ๆ เล่นก่อนผมก็เล่นตามก็เอารหัสเกมของพี่เล่น ใช้ตัว Hero ของพี่ก่อน เลยอยากมีเป็นของตัวเอง.....จริง ๆ เขาก็ไม่ได้บังคับนะ ก็มันอยู่ด้วยกันเราก็สนใจด้วย” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A002)

2) เป็นแหล่งให้ข้อมูลข่าวสารเพื่ออัปเดตโปรโมชันใหม่ ๆ และเวอร์ชันเกมใหม่ ๆ ดังตัวอย่างคำบอกเล่าที่ว่า “เวลามีสกินอัปเดตใหม่ ๆ เพื่อน ๆ ก็จะแถมมาบอก เขารู้ไงว่าเราชอบยังไง พอมีอัปเดตก็ต้องอัปเดตไปพร้อมกันด้วยเล่นด้วยกันไม่รู้เรื่อง” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A005)

3) ชวนให้เล่นเป็นเพื่อนหรือเป็นคู่ฝึกซ้อมในเกม ดังตัวอย่างคำบอกเล่าที่ว่า “ผมมีพี่น้อง 4 คน แล้วเป็นผู้ชายหมดเลย ทุกคนเล่นเกมตลอด แล้วก็นิสัยแบบนี้คล้าย ๆ กัน ผมว่ามันเกิดจากสิ่งนี้ เล่นเกมเดียวกัน คอยแนะนำกัน คาแรคเตอร์ในเกมก็คล้าย ๆ กัน ตอนอยู่ด้วยกันจึงไม่มีใครชวนใครเลิก แต่ตอนนี้พี่ ๆ ผมเลิกกันละนะ” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A001) และ “ก็พอเพื่อนในกลุ่มเริ่มเล่นเกมคนอื่น ๆ ก็จะเล่นตาม มันต้องเก่งเป็นที่มาใครไม่เข้ามาเล่นก็จะตามรั้ว ๆ ก็ไม่ยอมมีใครอ่อนต้องเก่งไปด้วยกันทีมถึงจะชนะ” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A001) และ “เพื่อนสนิทในเกมจะทักไอจีมาหาเรา อินสตาแกรมอย่างนี้จะครับ ว่ามาคอลกันอย่างไร เล่นกันบ่อย ๆ เราก็รู้ว่าคนนี้เล่นเก่ง เราก็อยากร่วมทีมเดียวกับเขา เขาชวนก็ต้องเล่นตามเขา” และ “แฟนหนูเล่น RoV หนูก็อยากเล่น มันมีแบบขึ้นสเตตัส (Status) ในเกมด้วยว่าเป็นคู่รักกัน ก็รู้สึกดีนะ แบบมันจะขึ้นโชว์คนอื่นได้ จริง ๆ ก็อยากเล่นเป็นเพื่อนเขานั่นแหละ” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A004) และ “เพื่อนเล่นกันเยอะค่ะ หนูเพิ่งหัดเล่นเกมนี้ ก็เล่นตาม ๆ ไปพอเวลาเขาพูดกันเราก็จะรู้ในระดับนึง คุยกันรู้เรื่องมากขึ้น” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A005) และ

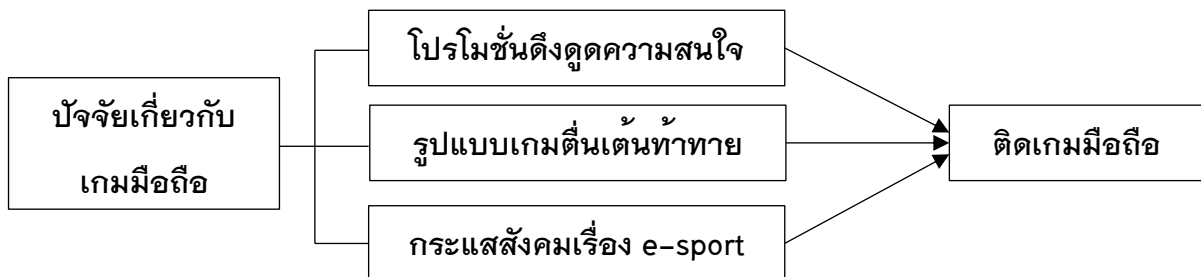
4) ทำทนายให้มาเป็นคู่แข่งชั้นในเกม ดังตัวอย่างคำบอกเล่าที่ว่า “เขาจะมีคำเชิญเข้ามา เชิญมาหาเรา ถ้าเราอยากแข่งก็กดรับเขา ส่วนใหญ่ก็กดรับแหละ ดูอันดับเขาถ้าเหนือกว่า ก็อยากเอาชนะเขา ถ้าแพ้ก็ไม่อยากแพ้อีก ก็เล่นไปเรื่อย ๆ จนกว่าจะชนะ” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A001) และ “ในกลุ่มที่แข่งกันนี้สำคัญเลย คือมันมีบูลลี่กัน คือยั่ว ๆ กันครับ แบบพิมพ์มาว่าเรากากมาก แบบให้เรายอมแพ้อะไร...เราก็นะ จะยิ่งยอมไม่ได้ ยิ่งโมโหมาก ก็จะเล่นไปเรื่อย ๆ ถึงเข้าก็มี” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A003)

มีเวลาว่าง/เรียนออนไลน์

ผู้ให้ข้อมูลหลัก 2 คนใน 5 คน ให้ข้อมูลสอดคล้องกันว่าการมีเวลาว่างเป็นมูลเหตุทำให้เยาวชนจดจ่ออยู่กับเกมมือถือและอยากเล่นเกมมือถือในช่วงเวลาที่ไม่รู้จะทำอะไร โดยเฉพาะในช่วงที่เรียนออนไลน์ซึ่งเป็นตามมาตรการรักษาระยะห่างทางสังคมในช่วงที่มีการแพร่ระบาดของโรค COVID-19 ดังตัวอย่างคำให้สัมภาษณ์ที่ว่า “น่าจะคล้ายๆ เราว่างด้วย คือหลังเรียนออนไลน์ช่วงบ่ายสามพอเลิกเรียนก็ทำนู่นนี่นั่น ที่หอคนเดียว ช้า ๆ นานาเบื่อ เลยอยากเล่นเกม มันจะแบบว่าเกมอะแล้วแต่เราจะสும்เจอใครที่ไม่ช้าด้วย เพลินเลย เวลาสามทุ่มถึงตีหนึ่ง จะเป็นเวลาใช้เล่นเกมเพราะว่างมาก ๆ ด้วยความที่มันเรียนออนไลน์อะคะ เลยไม่ต้องกังวลเรื่องตื่นสาย เพราะไม่มีกิจกรรมไรต้องให้ทำเลยเลือกเล่นเกม” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A005) “ผมว่าเรียนออนไลน์ก็มีผลอยู่นะ คือมันง่าย ง่ายกว่าออนไลน์ทำงานลอก ๆ กันส่ง สอบก็ออนไลน์ ยิ่งงี้ก็รอด (ยิ้ม) งานกลุ่มก็ไม่มี คือมันทำให้ว่างว่างมาก เรียนออนไลน์อยู่คนเดียว ไม่เจอใครเลย วัน ๆ หนึ่งไม่เจอใครเลย ก็เลยเล่นเกม เล่นยาว ๆ ไปเลยยังได้คุยกับเพื่อนในเกมบ้าง....” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A002)

ปัจจัยเกี่ยวกับเกมมือถือ (Mobile game factors)

ผู้ให้ข้อมูลหลักทั้ง 5 คนเชื่อว่ามูลเหตุสำคัญที่ทำให้ตนเองติดเกมมือถืออีกส่วนหนึ่งมาจากปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับเกมมือถือ ประกอบด้วย 3 มูลเหตุรอง คือ โปรโมชันดึงดูดความสนใจ รูปแบบเกมตื่นเต้นท้าทาย และสร้างกระแส e-sport (สรุปได้ดังภาพที่ 8)



ภาพที่ 8 ภาพจำลองทางความคิดเกี่ยวกับมูลเหตุของการติดเกมที่เกิดจากปัจจัยเกี่ยวกับเกมมือถือ

โดยแต่ละมูลเหตุรองมีสาระสำคัญ ดังนี้

โปรโมชันเกมมือถือดึงดูดใจ

ผู้ให้ข้อมูลหลัก 3 คนใน 5 คน ให้ข้อมูลสอดคล้องกันว่า โปรโมชันหรือกิจกรรมส่งเสริมการเล่นเกมมือถือก็เป็นมูลเหตุหนึ่งที่ส่งเสริมให้เยาวชนเล่นเกมมากขึ้น โดยโปรโมชันของเกมมือถือ

ที่พบได้บ่อย เช่น การมีส่วนร่วมในการซื้อสินค้าและของตกแต่งตัวละครในเกม ส่วนลดในการซื้ออาวุธหรือเพิ่มพลังในการเล่นเกมน ส่วนลดในการเติมเงินสำหรับเล่นเกม โดยโปรโมชั่นดังกล่าวมักจะมีเงื่อนไขขั้นต่ำของระยะเวลาในการเล่นเกมนมือถือสะสม จึงเป็นเหตุผลสำคัญที่ทำให้ผู้เล่นเกมต้องพยายามเข้ามาเล่นเกมอย่างสม่ำเสมอและใช้ระยะเวลาให้มากพอที่จะได้รับโปรโมชั่นดังกล่าว ดังตัวอย่างคำบอกเล่าของผู้ให้ข้อมูลหลักถึงโปรโมชั่นของเกมมือถือที่เป็นมูลเหตุที่ทำให้ติดเกมมือถือว่า “โปรโมชั่นในเกมก็มีผล ก็เช่นแบบว่า ส่วนลดของการแต่ง เช่น วันนี้มีส่วนลดโปรโมชั่นสกินฟรี พวกของตกแต่งเพิ่มเติมอะไรอย่างนี้จะครับ อย่างวันนี้ก็มีส่วนลดสกิน ถ้าเล่นวันนี้เติมเงินวันนี้ก็จะถูกลงอย่างนี้ครับ” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A001) และ “โปรโมชั่นจะกำหนดมาว่าเราต้องเล่นให้ถึงเท่าไรถึงจะมีสิทธิรับโปรโมชั่นพิเศษ เขาก็มีข้อกำหนดว่าเราต้องเล่นเท่าไร ซึ่งถ้าเราทำได้สิ่งที่ดึงดูดเราก็คือราคาที่ถูกลง...แบบนี้ก็เป็นส่วนหนึ่งที่เหมือนเป็นแรงจูงใจให้เราเล่น และบังคับให้เราเล่นสม่ำเสมอด้วย” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A002) และ “ในแพลตฟอร์มเกมจะมีการประกาศเสมอว่าจะมีรูปแบบเข้ามาใหม่ บางทีก็ผ่านโซเชียลมีเดียต่าง ๆ เช่น ทวิต เฟส ยูทูบ ทำให้เราก็ออยากได้ ออยากเสียดังค์ให้ได้เกมนี้” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A005)

รูปแบบเกมตื่นเตนทำทาย

ผู้ให้ข้อมูลหลักทั้ง 5 คนให้ข้อมูลสอดคล้องกันว่ามูลเหตุที่สำคัญที่ทำให้ไม่สามารถหยุดเล่นเกมได้และทำให้ติดเกมมือถือก็คือรูปแบบเกมที่ตื่นเตนทำทาย เกมมือถือส่วนใหญ่มีการปรับปรุงรูปแบบใหม่ ๆ อย่างสม่ำเสมอ หรือในกลุ่มผู้เล่นเกมเรียกว่าอัปเดตแพทช์ ซึ่งเกิดขึ้นอย่างน้อยเป็นประจำทุกปีบางปีมีการอัปเดตแพทช์มากกว่า 1 ครั้ง ทำให้รูปแบบเกมมือถือมีความตื่นเตนและทำทายมากขึ้น โดยผลจากการวิเคราะห์ข้อมูลจากผู้ให้ข้อมูลหลักสามารถสรุปรูปแบบของเกมมือถือที่เป็นสาเหตุทำให้เยาวชนติดเกมมือถือมากขึ้นออกเป็น 5 ลักษณะคือ 1) **มีการอัปเดตและปรับเปลี่ยนภารกิจทำให้คาดเดาได้ยาก** ดังตัวอย่างคำบอกเล่าที่ว่า “ชอบในตัวเกม ชอบในรูปแบบใหม่ ๆ ที่อัปเดตมาเรื่อย ๆ เหมือนมันก็มีพัฒนาการเหนือเราตลอด มันก็เลยทำให้ทำทายเราให้ออยากเล่นมัน ออยากเอาชนะมันไปเรื่อย ๆ รู้สึกออยากเล่นทุกวัน ภารกิจที่ทำได้แล้วเราก็ได้ของรางวัลเยอะ” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A002) และ “หนูรู้สึกว่ามันเป็นเพราะรูปแบบที่สร้างมา แต่ละเกมไม่มีเหมือนกันเลย ทำให้ออยากเล่นทุกวัน ในเกมมีความทำทายหลายแบบ เราก็ออยากลองเสี่ยงดูว่าผลจะเป็นอย่างไร ไม่ว่าจะแพ้ชนะ มันทำทายมาก” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A004) และ “ภารกิจ คัดรู้อยู่ ด่านต่าง ๆ ไม่ซ้ำเลย มันไม่ซ้ำไม่เหมือนเพลงฟังทุกวันก็จำได้ หนึ่งก็เดาทางได้ แต่เกมนี้มันคือเดาอะไรไม่ได้เลย สุ่มเจอผู้เล่นใหม่ ๆ ชำนาญต่างกันไป ใช้ฮีโร่ต่างกัน มันไม่ซ้ำก็เลยทำให้ออยากเล่นเกม” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A005) 2) **เน้นการสร้างทีมและชุมชนผู้เล่นเกมออนไลน์** ดังตัวอย่างคำบอกเล่าที่ว่า “เกมตอนนี้มันเปลี่ยนจากเล่นคนเดียวไปเป็นการสร้างคอมมูน (Community) ทำให้ต้องเปิดกว้างขึ้น รับเพื่อนใหม่ ๆ ผ่านเกมแบบไม่ใช่แค่เพื่อนคนเดียวแต่มันคือเพื่อนของเพื่อนของเพื่อนอีกหลาย ๆ ต่อ ทำให้อเรามีเพื่อนเยอะมาก” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A002) และ “มันเป็นการที่เราสร้างทีมของเราขึ้นมาเอง ทีมใหญ่ ๆ

อย่างจ้ะครับ เราก็จะมีตำแหน่งของใครของมันแต่มันต้องมาสู้ด้วยกัน เราก็ต้องรู้สึกว่าจะต้องรับผิดชอบ ต่อทีม ถ้าหากทีมขาดเราไปอะมันต้องแย่นะ ๗ เราจะคิดแบบนี้ตลอด ถึงต้องเข้าเกม เล่นเกมตลอด” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A001) และ “คือเกมเด็ก ๆ ที่เรียกว่าปีกินเนอร์นี่เล่นกับตัวเองนะ แต่พอโต ๆ จะขยับ เป็นคอมมูนเกม (Community game) เล่นเป็นทีม ๆ ละหลายคน เนี่ยทำให้ทีมเราเป็นเพื่อน มันอิมแพค มากนะครับ รู้จักกันในเกมแล้วพัฒนาเป็นเพื่อนกันในช่องทางอื่น คอลไอจีกัน อย่างนี้ มันเพิ่มความอิน ความรู้สึกร่วมในเกมขึ้นไปอีก เอาจริง ๆ คือรูปแบบเกมแบบนี้อะมันทำให้เราติดเพื่อนในเกมด้วย นะครับ” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A003) **3) ภารกิจไม่ยากมากแต่เน้นการฝึกฝนจนชำนาญ** ดังตัวอย่าง คำบอกล่าที่ว่า “เอาจริงเกมมันไม่ยากขนาดนั้นนะ แต่เกมมันเน้นดึงดูเรา ทำให้เราอยากชนะ พออยากชนะก็จะบังคับให้ฝึกฝนตัวเอง มีทักษะ มีสกิล (Skill) จนชำนาญเราจะชนะเอง ผมว่าอย่างงี้” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A002) **4) เปิดโอกาสให้ผู้เล่นสร้างตัวละครที่สะท้อน ความเป็นตนเองได้** ดังตัวอย่างคำบอกล่าที่ว่า “จุดเด่น ๆ เลยคือ RoV มี สกินให้เราเลือกซื้อ เพื่อทำให้ตัวฮีโร่ในเกมมันแทนตัวเราได้มียูนิค (Unique) ที่ไม่ซ้ำคนอื่น แต่ละคนก็มีฮีโร่ที่ไม่เหมือนกัน เลยครับ” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A001) และ “สนุกก็ตรงสกินของ RoV นี่แหละ เสียเงินซื้อสกินใหม่ ๆ แต่งมา อวดกัน เปลี่ยนชุดเป็นแบบนี้ตามชอบใจ” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A005) และ **5) มี Influencers มา เป็นเทรนเนอร์และสร้างเป้าหมาย** ดังตัวอย่างคำบอกล่าที่ว่า “ บางเกมมันเป็นอาชีพได้ ต่างประเทศก็สนับสนุน มีการจัดสตรีมเมอร์เก่ง ๆ มาไลฟ์สดให้คนดูแล้วให้โดนเทเงินให้เขา เป็นรายได้ อีกช่องทางที่มันมาจากเกม ๆ นึง มันทำให้ผู้เล่นคนอื่นเห็นว่ามันสร้างรายได้ให้คนนึงได้จากการเล่นเกม” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A002)

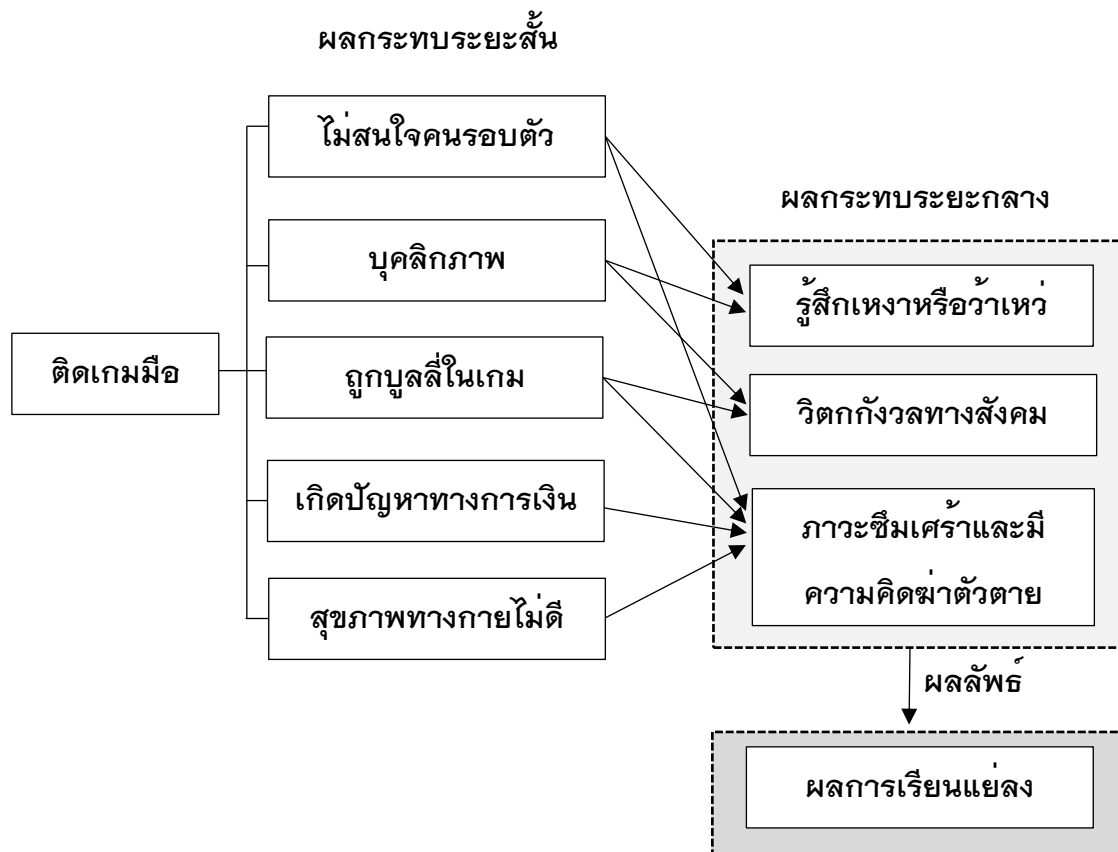
กระแสสังคมเรื่อง e-sport

ผู้ให้ข้อมูลหลักทั้ง 5 คนให้ข้อมูลสอดคล้องกันว่า กระแสสังคมเกี่ยวกับการยอมรับว่า การเล่นเกมเป็นกีฬาประเภทหนึ่งหรือที่เรียกกันว่า e-sport นั้นส่งผลทำให้ผู้เล่นเกิดความคิดเห็น เชิงบวกและคิดให้เหตุผลเชิงบวกต่อพฤติกรรมการเล่นเกมมือถือนั่นเอง ซึ่งส่วนหนึ่งของกระแส สังคมนี้ก็สร้างขึ้นโดยบริษัทผู้สร้างเกมมือถือนั่นเอง เช่น มีการประโคมข่าวการแข่งขัน e-sport ทางช่องทางเพจหรือเว็บไซต์ การนำเสนอความสำเร็จของสตรีมเมอร์ที่เป็นตัวแบบได้รับรางวัล และมีรายได้ ประชาสัมพันธ์การจัดการแข่งขันเกมในชื่อ e-sport มีการจัดอันดับและมอบเงินรางวัล ซึ่งส่งผลให้เยาวชนเกิดมุมมองเชิงบวกและยอมรับว่าเกมมือถือเป็นกีฬาประเภทหนึ่ง และส่งผลให้ เยาวชนที่ไม่เคยเล่นเกมมือถือก็เริ่มสนใจหัดเล่นอย่างจริงจังเพราะอยากประสบความสำเร็จเหมือน ตัวแบบ ดังตัวอย่างคำให้สัมภาษณ์ของผู้ให้ข้อมูลหลักที่ว่า “อีกอย่างหนึ่งที่มีคนติดเยอะ ๆ นะครับ เพราะมันมีการแข่งขันที่สูงมาก แบบที่เรียกว่า e-sport นะครับ ทำให้เด็กหลายคนอยากเล่นแบบกีฬา e-sport มันเลยทำให้ติดเยอะ ทำให้ตัวเองเก่ง ๆ ก็ไม่ต้องทำอะไรเล่นแต่เกมแบบเนี่ยครับ” (ผู้ให้ข้อมูล หลัก A001) “RoV มีการแข่งขันสูงมาก ทุกทีมก็อยากแต่มีผู้เล่นเก่ง ๆ คนอ่อน ๆ ก็ไม่มีใคร อยากให้ร่วมทีม” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A003) “มันกลายเป็นกีฬาไปแล้วนะครับ มันมีการแข่งขันแบบ

e-sport ใน Community ของนักแข่งขัน ไม่ใช่แค่ระดับประเทศแต่มันไปถึงระดับโลกและทำให้ได้เงินรางวัลไรต์ด้วย” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A002) “เดี๋ยวนี้อะไรมี Influencer มาสอนเทคนิคการเล่นเกมและอัปเลเวลมาใช้รางวัลและเงินรางวัลทำให้ผู้เล่นสนใจอยากฝึกสกิล (Skill) ตาม” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A002)

ส่วนที่ 4 ภาพจำลองทางความคิดที่เป็นผลกระทบของการติดเกมมือถือ

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพจากเยาวชนที่เป็นผู้ให้ข้อมูลหลักทั้ง 5 คน ด้วยการวิเคราะห์แก่นสาระ (Thematic analysis) พบว่า ภาพจำลองทางความคิดที่เป็นผลกระทบของการติดเกมมือถือ ประกอบด้วย ผลกระทบระยะสั้น ผลกระทบระยะกลาง และผลลัพธ์ (สรุปได้ดังภาพที่ 9)



ภาพที่ 9 ภาพจำลองทางความคิดเกี่ยวกับผลกระทบของการติดเกมมือถือ

สามารถสรุปสาระสำคัญได้ดังนี้

ผลกระทบระยะสั้น

ผู้ให้ข้อมูลหลักทั้ง 5 คนได้ให้สัมภาษณ์เกี่ยวกับผลกระทบระยะสั้นที่เกิดขึ้นโดยคาดว่าจะเป็นการผลมาจากการเล่นเกมมือถือติดต่อกันเป็นเวลานาน ประกอบด้วย

ไม่สนใจคนรอบข้าง

ผู้ให้ข้อมูลหลัก 3 คนใน 5 คนระบุสอดคล้องกันว่า เมื่อเล่นเกมจนติด ทำให้เหมือนรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งในเกมออนไลน์มากขึ้น รู้สึกผูกพันในเพื่อนในทีมในเกม มีความมุ่งมั่นตั้งใจที่จะชนะอย่างแรงกล้า และจะพุ่งความสนใจทั้งหมดไปที่เกมและเพื่อนร่วมทีมในเกมออนไลน์ เป็นสาเหตุให้ต้องละเลยหรือเพิกเฉยต่อสัมพันธภาพของคนรอบข้าง เช่น ครอบครัว เพื่อนร่วมชั้นเรียน ดังตัวอย่างคำให้สัมภาษณ์ที่ว่า “ช่วงเล่นหนัก ๆ นี่ผมไม่กลับบ้านเกือบปี ก็อ้างว่าติดเรียนติตงาน จริง ๆ คือเล่นเกมป้ามาโทรมาบางทีก็ไม่รับ คือขาดการติดต่อไปนานเลย” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A001) และ “เพื่อนในห้องแบบเลิกเรียนปุ๊บก็จะแยกย้ายเลย กลับหามาเล่นเกม งานกลุ่มก็ไม่ค่อยได้ช่วย ช่วงติดเกมอะคือไม่ได้มีความรู้สึกนึกถึงใครเลย คิดถึงแต่เพื่อนที่อยู่ในเกม จะเล่นแต่เกมทั้งวันทั้งคืน” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A003)

บุคลิกภาพเปลี่ยนแปลง

ผู้ให้ข้อมูลหลัก 2 คนใน 5 คนระบุสอดคล้องกันว่า เมื่อเข้าไปอยู่ในเกมที่ต้องเน้นการแข่งขันกับฝ่ายตรงข้ามเป็นระยะเวลาอันยาวนาน ซึ่งผลการแข่งขันมีผลอย่างมากต่อการได้เลื่อนระดับสูงขึ้น ส่งผลให้ผู้เล่นเกมมีความกดดันตลอดเวลา และสะท้อนออกมาทางบุคลิกภาพในเกมที่เปลี่ยนไปจากบุคลิกภาพในโลกแห่งความเป็นจริงในทางที่ไม่ดีที่อาจเกิดขึ้นแบบไม่รู้ตัวหรือรู้ตัว เช่น โมโหร้าย ใช้คำพูดไม่สุภาพ ทำร้ายคนอื่นทางวาจา ใช้ความรุนแรงในเกมมากขึ้น ดังตัวอย่างคำให้สัมภาษณ์ที่ว่า “เกรี้ยวกราดมาก โมโหร้าย ถ้าอยู่ในเกมจะด่ากราดมาก ในชีวิตจริงผมไม่เป็นแบบนี้ แต่พออินในเกมแล้วทุกอย่างมันพาไปคนอื่นในทีมก็เป็นแบบนี้ ไม่ใช่แค่เราที่โมโหเกรี้ยวกราด อีกฝ่ายก็เป็น” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A001) และ “มันจะด่ามาก มันจะด่าแบบ กร่างมาก แบบทำไม่เล่นเหี้ยจั่ง อะไรแบบนี้เลย ก็ด่ากันไปมา แล้วเรารู้สึกมันไม่ยอม ยิ่งถ้าเราฆ่ามันได้จะยิ่งฟินมาก ๆ แบบโง่โง่โดนฆ่าไปเลย” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A003) ซึ่งบุคลิกภาพที่เปลี่ยนแปลงทางลบในเกมบางครั้งก็แสดงออกกับเพื่อนใกล้ตัวด้วย ดังคำกล่าวที่ว่า “ตอนติดเกมหนัก ๆ หัวร้อนง่ายมาก ชอบวินเพื่อน ชอบแบบใช้คำพูดแรง ๆ อันนี้เพื่อนสนิทบอกเองเลย” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A001)

ถูกบูลลี่ในเกม

ผู้ให้ข้อมูลหลัก 2 คนใน 5 คนระบุสอดคล้องกันว่า การถูกบูลลี่ (Bully) เป็นผลกระทบทันทีที่เกิดในขณะที่เล่นเกมมือถือ โดยเกมมือถือในปัจจุบันส่วนใหญ่มีช่องทางให้ผู้เล่นในทีมและฝ่ายตรงข้ามใช้สำหรับสื่อสารกันเพื่อวางแผนการเล่นและสะท้อนถึงผลการเล่นเกมที่เกิดขึ้น อย่างไรก็ตามข้อความที่ผู้เล่นเกมใช้สื่อสารกันส่วนใหญ่มีลักษณะเข้าข่ายเป็นการบูลลี่ ด้วยการใช้คำพูดรุนแรง ส่อเสียด ล้อเลียน ถูกเหยียดหยาม ขับออกจากกลุ่ม และประจานกันทางโซเชียลมีเดีย ซึ่งผู้ให้ข้อมูลหลักระบุว่า การถูกบูลลี่สร้างความอับอาย ความวิตกกังวล และความรู้สึกเครียดให้กับผู้เล่นเกมด้วยกันได้อย่างมาก ดังตัวอย่างคำให้สัมภาษณ์ที่ว่า “ถ้าเราแพ้ต่ามันจะไม่ได้ลดแค่เลเวลเดียวโง่มันจะลดดาวทีมเราไปเรื่อย ๆ ซึ่งกลับมาเท่าเดิมมันยาก ยิ่งเราแพ้เราก็จะไม่โห ในทีมก็จะแซทบ็อกซ์กันรัว ๆ เช่น ก็แพ้เพราะคุณอะไรจี้ คือแบบรู้สึกเพลดาวน์ไปเลย” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A003)

“ทำไมไม่เล่นเหยียด ออก ๆ ไปเลย แล้วก็พิมพ์มาแบบกากอ้ย พิมพ์ต่อ ๆ กันเต็มแชทบ็อกซ์ หรือแพไปซะอย่างงี้จะครบเราทั้งอายุทั้งเครียดและเก็บมาคิดเรื่อย ๆ นะครับ” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A001)

เกิดปัญหาด้านการเงิน

ผู้ให้ข้อมูลหลัก 2 คนใน 5 คนระบุสอดคล้องกันว่า ผลกระทบที่เกิดจากการเล่นเกมที่เป็นรูปธรรมก็คือการสูญเสียเงินที่เป็นค่าใช้จ่ายประจำวันไปกับการเล่นเกมสำหรับนำไปซื้อของตกแต่งภายในเกมเพื่อตอบสนองความพึงพอใจและรสนิยมของผู้เล่นเกม โดยจำนวนเงินที่ใช้กับการเล่นเกมแตกต่างกันไปตามฐานะหรือความสามารถในการหาเงินของผู้เล่นแต่ละคน ประมาณ 5,000 – 30,000 บาทต่อคนต่อเดือน ซึ่งเงินจำนวนนี้บางส่วนเป็นเงินที่ได้รับจากผู้ปกครองรายเดือน และบางส่วนมาจากการหารายได้เสริม เช่น แปลภาษาอังกฤษ การเสียเงินไปกับการเล่นเกมในบางครั้ง ทำให้เหลือเงินไม่เพียงพอกับค่าใช้จ่ายรายเดือนต้องขอผู้ปกครองเพิ่มหรือขยี้มจากเพื่อนสนิท ดังตัวอย่างคำให้สัมภาษณ์ที่ว่า “ผมเสียไปมาก ๆ ก็สามหมื่น คือรวม ๆ กันทั้งเดือนนะ ก็เอาไปซื้อความพอใจในเกมอะครับ เหมือนอาร์ไอวีสกิน สมมุติว่าผมมีแบบนี้ก็อยากเปลี่ยนไปแบบอื่นบ้าง ก็ต้องซื้อ....ก็มียังไม่พอจ่ายค่าหอหนะ ก็ต้องขอพ่อแม่เพิ่มก็อ้างไป” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A003) และ “เงินที่พ่อแม่ให้ก็ใช้หมดเลยก็เล่นเกมหมดเลย เดือนนึงก็ตกห้าถึงหกพันบาท ก็มีขยี้มเพื่อนบ้าง แพนบ้างครับ” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A001)

สุขภาพทางกายไม่ดี

ผู้ให้ข้อมูลหลักทุกคนระบุสอดคล้องกันว่า ผลกระทบทางลบที่เป็นรูปธรรมที่เป็นผลมาจากการเล่นเกมมีอีกก็คือผลกระทบต่อสุขภาพทางกาย ได้แก่ พักผ่อนไม่เพียงพอ ไม่ค่อยมีกิจกรรมเคลื่อนไหวทางกายหรือออกกำลังกาย อ่อนเพลีย ปวดตา ปวดหลัง น้ำหนักตัวเพิ่มขึ้น ดังตัวอย่างคำให้สัมภาษณ์ที่ว่า “สำหรับผมก็นอนน้อยแหละ นอนวันนึงก็ชั่วโมงเดียวบางทีก็ไม่ได้นอน สมอมันจะเบลงค์ ๆ เบลอ ๆ เป็นปกติของคนนอนน้อย” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A003) “ไม่มีแอดทิวิตี้เลย สมมุติที่บ้านกวาดบ้านถูบ้านเนี่ยก็ไม่ทำเล่นเกมก่อน ไม่ได้ออกกำลังกายด้วย มันเพลียเล่นเกมก็เพลียแล้ว มันใช้พลังงานมากนะ” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A002) “ซัด ๆ เลย ก็สายตาเรานี้แหละ ปวดตา เพ่งนาน มีปวดหลังด้วยเหมือนนั่งนาน” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A004) “คือเราไม่ทำแอดทิวิตี้เลย ไม่ทำกิจกรรมไรอื่นเลย มันเลยอ้วนขึ้น น้ำหนักขึ้นพีคเลยก่อนเล่นผมหนัก 62 ตอนเล่นผมหนัก 72 เพื่อนก็มาล้ออีก แม่งอ้วน เลยรู้สึกกดทับไปอีก” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A001)

ผลกระทบระยะกลาง

ผู้ให้ข้อมูลหลักจำนวน 3 คนใน 5 คน ได้เชื่อมโยงจากผลกระทบระยะสั้นที่เกิดจากการเล่นเกมมีถือติดต่อกันเป็นเวลานาน ได้แก่ ไม่สนใจคนรอบตัว บุคลิกภาพเปลี่ยนแปลง ถูกบูลลี่ในเกม มีปัญหาด้านการเงิน และสุขภาพทางกายไม่ดี ว่าเป็นสาเหตุทำให้ผู้ติดเกมได้รับผลกระทบระยะกลาง

ได้แก่ ทำให้รู้สึกเหงาหรือว่าเหว่ เกิดความวิตกกังวลทางสังคม และเกิดภาวะซึมเศร้าและมีความคิดฆ่าตัวตาย โดยมีสาระสำคัญดังนี้

ความรู้สึกเหงาหรือว่าเหว่

ที่ผ่านมาได้กล่าวถึงความรู้สึกหรือความว่าเหว่ว่าเป็นมูลเหตุสำคัญที่ผลักดันให้เยาวชนหันไปเล่นเกมมือถือเพื่อแก้เหงา ในขณะที่เดียวกันผู้ให้ข้อมูลหลักจำนวน 3 คนใน 5 คนระบุว่าการเล่นเกมแม้จะช่วยบรรเทาความรู้สึกเหงาได้แต่ก็เป็นลักษณะทำให้หายเหงาชั่วขณะ แต่เมื่อถลำไปสู่ภาวะติดเกมแล้วทำให้ผู้เล่นเกมยิ่งละเอียดหรือเพิกเฉยต่อสัมพันธภาพของคนรอบข้าง และมีบุคลิกภาพที่ก้าวร้าวเพิ่มขึ้น ส่งผลให้เพื่อนสนิทพร้อมชั้นเรียนค่อย ๆ ทอยลดระดับความสัมพันธ์ลง ดังนั้นเมื่อหยุดเล่นเกมและออกจากเกมมาใช้ชีวิตในโลกแห่งความเป็นจริงแล้วผู้เล่นเกมส่วนใหญ่ก็จะกลับมาเหงาอีกครั้งและทวีความรุนแรงเพิ่มขึ้น เมื่อผู้เล่นเกมเริ่มรู้ว่าตนเองขาดปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับคนรอบข้าง รู้สึกเหมือนถูกทอดทิ้ง หรือไม่ได้เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มเพื่อนสนิท ดังสะท้อนได้จากตัวอย่างคำให้สัมภาษณ์ที่ว่า “ช่วงติดเกมไม่ได้ออกไปไหนกับใคร ตัดขาดเลย เพื่อน ๆ เขาก็ไปมีกลุ่มใหม่เหมือนคนแปลกหน้าเลย เองง่าย ๆ จับกลุ่มทำงานเราก็ไม่ได้ถูกเลือกให้อยู่กลุ่มเดียวกับเพื่อนที่เคยอยู่ฟิลเหมือนเรากลับมาหาเพื่อนเราไม่ได้แล้ว เพราะเราไม่ได้อยู่กับเพื่อนเรา” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A003) “เขาว่าเปลี่ยนไป ดูโมโหร้าย วีนเก่ง แต่ก็ยังรวมกลุ่มกันอยู่แต่ก็ไม่สนิทเหมือนก่อน” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A005) และ “ถ้าอยู่ในชีวิตจริงยังเหงาอยู่ แต่ถ้าอยู่ในเกมไม่เหงา เราก็ต้องเลือกที่จะไปอยู่ที่ ๆ มันจะไม่เหงา....คือ ในเกมมันยุ่ง มันก็เล่นเกมไปเรื่อย คือเพื่อนในเกมก็ช่วยให้ไม่เหงา แต่ยังไงก็ต้องออกมาจากเกมไป พอออกมาก็ไม่มีใคร ก็กลับเข้าไปใหม่ พอออกมาก็ยังไม่มีใคร” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A001)

ความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคม

การเกิดความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคมเป็นผลกระทบระยะกลางที่ผู้ให้ข้อมูลหลักจำนวน 3 คนใน 5 คน ระบุว่ามีความเชื่อมโยงกับผลกระทบระยะสั้นที่เกิดขึ้น ทั้งนี้เมื่อผู้เล่นติดเกมจนมีบุคลิกภาพเปลี่ยนแปลง หรือถูกบูลลี่ในเกมบ่อยครั้ง ส่งผลให้ผู้เล่นเกมเกิดความรู้สึกกลัวและไม่สบายใจที่จะถูกประเมินด้านลบจากคนรอบข้างที่อยู่ในชีวิตจริง จึงพยายามหลีกเลี่ยงที่จะเข้าสังคม และมีความรู้สึกเศร้าหรือทุกข์ใจเมื่อต้องเผชิญหน้ากับสังคมแบบเผชิญหน้าที่ไม่คุ้นเคย ดังสะท้อนได้จากตัวอย่างคำให้สัมภาษณ์ที่ว่า “คือมันอยู่แต่ในเกม แบบว่ามันไม่ได้จับต้องได้เหมือนในชีวิตจริง ถ้าสมมุติเราอยู่ในเกมรู้จักกันแต่จับต้องไม่ได้ ไม่ได้เจอตัวกันจริง ๆ มันทำให้ผมรู้สึกว่ามันสะดวกใจที่จะคุยมากกว่าแบบพิมพ์คุยหรือแค่เสียงอันนี้กล้าอยู่ แต่พอไม่ได้อยู่ในเกมที่เราจะต้องรู้ว่ากำลังคุยกับใครแล้วเขามีผลต่อการใช้ชีวิตเราประจำวันก็จะกังวล” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A003) “ผมจะกลัวเรื่องทำงานกลุ่ม นักรวมมีที่ตั้งก็ไม่อยากไป ไม่กล้าพรีเซนตงาน กลัวจะโดนว่า ๆ แบบกากเหมือนในเกม พอมันโดนตอกย้ำบ่อย ๆ ว่าไม่ได้เรื่อง ก็กังวลว่านอกเกมก็จะโดนบูลลี่เหมือนในเกม” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A001) และ “พอเพื่อนบอกว่าเราขี้วีนหัวร่อนขึ้น หนูจะกังวลมากพอเข้าไปอยู่ในกลุ่มกลัวจะหลุดเหมือนในเกมก็กังวลนะโดยเฉพาะคนที่ไม่รู้จักกันที่เราเป็นแบบไหนก็จะเก็บความรู้สึกมาก” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A005)

ภาวะซึมเศร้าและคิดฆ่าตัวตาย

ผู้ให้ข้อมูลหลักจำนวน 1 คนใน 5 คน ได้กล่าวถึงภาวะซึมเศร้าของตนเองที่เป็นผลมาจากการติดเกมโดยเชื่อมโยงมาจากผลกระทบระยะสั้นที่เกิดจากการติดเกมใน 3 ลักษณะ คือ การถูกบูลลี่ มีปัญหาทางการเงิน และสุขภาพทางกายไม่ดี เป็นผลทำให้ผู้ที่ติดเกมเกิดความผิดปกติทางอารมณ์และภาวะซึมเศร้า ดังตัวอย่างคำบอกเล่าที่ว่า “ผมเป็นคนแบบเพอร์เฟกชันนิสต์คือแพ้ไม่เป็น พอแพ้ในเกมแล้วถูกต่อว่า ถูกบูลลี่โง่ กางงี้ มันทึเพรส (Depression) เลย เป็นเพราะเก็บมาคิดเรื่อย ๆ ทุกเรื่อง เงินก็หมดหมุ่ไม่ทำงานแปลก็ทำไม่ได้ ด้วยอดนอนด้วยยิ่งเบลอ ๆ แล้วเรื่องอ้วนอีก คือมันกดทับ จังเลยครับ (เจียบ) เหมือนไม่มีหวัง คราวนี้เริ่มมีสัญญาณแปลก ๆ เริ่มมองไฟนาน ๆ มองเพดานนานมาก เป็นได้สองสามอาทิตย์ เคยถึงขั้นกินยา แต่ไม่ตาย เป็นแบบยาพารา น่าจะโดสไม่ถึง แล้วพอตีรุ่นที่เป็นเดันท์ (Resident) เลยแนะนำให้ไปหาอาจารย์หมอก็เลยรู้ว่า เป็น ให้ยามากินและแนะนำให้เลิกเกม” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A001)

ผลลัพธ์

ผลการเรียนแยลง

ผู้ให้ข้อมูลหลักจำนวน 2 คนใน 5 คน ได้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับผลลัพธ์หรือผลกระทบระยะยาวที่เกิดจากการติดเกมมือถือถือว่าเป็นสาเหตุที่ทำให้ตนเองมีผลการเรียนลดลง โดยเฉพาะที่เป็นผลมาจากการติดเกมมือถือแล้วทำให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพกายและจิต ได้แก่ เกิดความรู้เหงาหรือว่าเหว่ มีความวิตกกังวลทางสังคม หรือมีภาวะซึมเศร้าและความคิดที่จะฆ่าตัวตาย แล้วส่งผลร่วมกันทำให้ผลการเรียนแยลงหรือมีผลการเรียนต่ำกว่าศักยภาพที่ตนเองเชื่อว่าจะทำได้ ดังสะท้อนได้จากตัวอย่างคำให้สัมภาษณ์ที่ว่า “ผมว่าทุกอย่างแหละ ติดเกมแล้วชีวิตมันดิ่ง เรียนก็ดรอปลง ติดเกมจัด ๆ ประมาณปีนึง ใช้คำว่าหมกมุ่นได้เลย อยู่กับเกมตลอดเวลา เหมือนเกมมันแข่งการเรียนขึ้นมา เลยทำให้เรียนแยลงครับ พ่อแม่ก็ถามว่าทำไมเรียนแยลง ก็ตอบไปตรง ๆ ว่าติดเกม.....ผมว่ามันแยงความสนใจในการเรียนไปหมด เอาพลังเราไปหมดเลย” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A003) และ “เรียนก็พอเอาตัวรอดได้ครับ ดีว่าเรียนออนไลน์มันลอกง่ายกว่าออนไลน์ทำงานก็ลอกเพื่อน สอบก็ออนไลน์ ก็เลยรอดได้แบบ D D+ C ไรจี้ เอาจริง ๆ รอดก็จริงแต่ผมว่ามันต่ำกว่าศักยภาพที่ผมมีนะ.....คือก็นั่นแหละติดเกมก็คือไม่ตั้งใจเรียน แล้วพอมันมาเป็นซึมเศร้า นี่มันต้องกินยาทั้งวงทั้งเบลอ ” (ผู้ให้ข้อมูลหลัก A001)

บทที่ 5

สรุป และอภิปรายผลการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้มีระเบียบวิธีการวิจัยแบบผสมผสานระหว่างการวิจัยเชิงสำรวจภาคตัดขวาง (Cross-sectional survey research) เพื่อศึกษาความชุกของการติดเกมมือถือ พฤติกรรมการติดเกมมือถือ และความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกว่าเหว่ ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียนของเยาวชนในเขตภาคเหนือของประเทศไทย และการวิจัยเชิงคุณภาพ (Qualitative research) เพื่ออธิบายเชิงลึกเกี่ยวกับแบบแผนและภาพจำลองทางความคิดที่เป็นมูลเหตุและผลกระทบของการติดเกมมือถือ ตามมุมมองและประสบการณ์ของเยาวชนที่ติดเกมมือถือในเขตภาคเหนือของประเทศไทย ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลระหว่างเดือนธันวาคม พ.ศ. 2564 – กันยายน พ.ศ. 2565 โดยมีรายละเอียดวิธีการศึกษาแบ่งการดำเนินงานวิจัยออกเป็น 2 ระยะ คือ

การวิจัยระยะที่ 1 ดำเนินการศึกษากับ เยาวชนที่มีอายุ 15-24 ปีที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษา และปริญญาตรี ในสถาบันการศึกษาที่ตั้งอยู่ในเขตภาคเหนือของประเทศไทย จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งสิ้น 3,427 คน สุ่มตัวอย่างโดยใช้การสุ่มตัวอย่างแบบหลายขั้นตอน (Multi Stage Sampling) แบบ Stratified two stage cluster sampling เก็บรวบรวมโดยใช้แบบสอบถามแบบให้กลุ่มตัวอย่างตอบด้วยตนเอง โดยได้รับแบบสอบถามกลับคืนและตอบคำถามครบถ้วน คิดเป็นอัตราตอบกลับ ร้อยละ 99.9 การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ วิเคราะห์ด้วยสถิติเชิงพรรณนา และใช้โปรแกรม Amos 22.0 เพื่อวิเคราะห์สถิติ Structural Equation Analysis (SEM) ทดสอบความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกว่าเหว่ ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียน และกำหนดระดับความเชื่อมั่นทางสถิติไว้ที่ 95 %

การวิจัยระยะที่ 2 ดำเนินการศึกษากับผู้ให้ข้อมูลหลักที่เป็นเยาวชนที่มีอายุ 15-24 ปีที่กำลังศึกษาอยู่ในสถาบันการศึกษาที่ตั้งอยู่ในเขตภาคเหนือของประเทศไทย จำนวน 5 คน คัดเลือกแบบเจาะจงโดยเป็นผู้ที่มีประสบการณ์การติดเกมและเคยได้รับผลกระทบจากการเล่นเกมมือถือ เก็บข้อมูลด้วยวิธีการสัมภาษณ์แบบกึ่งมีโครงสร้าง และวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพด้วยการวิเคราะห์เชิงเนื้อหา (Content analysis) ร่วมกับการวิเคราะห์แก่นสาระ (Thematic analysis)

สรุปผลการวิจัย

ข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง พบว่า เยาวชนในเขตภาคเหนือที่เป็นกลุ่มตัวอย่างจำนวน 3,424 คน ส่วนใหญ่กำลังศึกษาในระดับมัธยมศึกษา อาชีวศึกษา และอุดมศึกษา คิดเป็นสัดส่วนที่ใกล้เคียงกันคือคิดเป็นร้อยละ 36.1, 32.8 และ 31.1 ตามลำดับ กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่หรือคิดเป็นร้อยละ 56.3 เป็นเพศหญิง และอายุเฉลี่ย 17.85 ± 2.11 ปี (สูงสุด=24, ต่ำสุด=13) กลุ่มตัวอย่าง

ส่วนใหญ่พักอาศัยอยู่ที่บ้านของตนเองคิดเป็นร้อยละ 76.3 และมีผลการเรียนสะสมเฉลี่ยเท่ากับ 3.23 ± 0.53 (สูงสุด=4.00, ต่ำสุด=0.50)

ผลการประเมินภาวะซึมเศร้า พบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ไม่มีภาวะซึมเศร้าคิดเป็นร้อยละ 42.3 รองลงมาคือมีภาวะซึมเศร้าเล็กน้อย มีภาวะซึมเศร้าปานกลาง มีภาวะซึมเศร้ามาก และมีภาวะซึมเศร้ารุนแรง คิดเป็นร้อยละ 32.2, 15.0, 7.3, และ 3.0 ตามลำดับ โดยกลุ่มตัวอย่างเพศหญิงมีอัตราการเกิดภาวะซึมเศร้าในระดับที่เป็นปัญหามากกว่าเพศชาย และนักเรียนระดับมัธยมศึกษา มีอัตราการเกิดภาวะซึมเศร้าในระดับที่เป็นปัญหาหรือควรปรึกษาแพทย์เพื่อวินิจฉัยและบำบัดรักษา มากกว่านักศึกษาระดับอาชีวศึกษาและอุดมศึกษาตามลำดับ

ผลการคัดกรองความรู้สึกลัวว่าเหว พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกลัวว่าเหวเท่ากับ 4.75 ± 4.40 คะแนน (คะแนนเต็ม 18 คะแนน)) โดยกลุ่มตัวอย่างเพศหญิงมีคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกลัวว่าเหวมากกว่าเพศชาย และนักเรียนระดับมัธยมศึกษา มีคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกลัวว่าเหวมากกว่านักศึกษาระดับอุดมศึกษามี และอาชีวศึกษา ตามลำดับ

ผลการคัดกรองความรู้สึกลัววิตกกังวลทางสังคม พบว่า กลุ่มตัวอย่างมีคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกลัวว่าเหวเท่ากับ 7.42 ± 5.16 คะแนน (คะแนนเต็ม 20 คะแนน) โดยกลุ่มตัวอย่างเพศหญิงมีคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกลัววิตกกังวลทางสังคมมากกว่าเพศชาย และนักเรียนระดับมัธยมศึกษาและนักศึกษาระดับอุดมศึกษา มากกว่านักศึกษาระดับอาชีวศึกษา

สรุปผลการวิจัยตามวัตถุประสงค์การวิจัย ได้ดังนี้

1. ความชุกของการติดเกมมือถือ และพฤติกรรมการติดเกมมือถือของเยาวชนในเขตภาคเหนือของประเทศไทย

ในภาพรวมกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เล่นเกมมือถือในระดับปกติหรือยังไม่มีปัญหาในการเล่นเกมน คิดเป็นร้อยละ 77.8 รองลงมาคือเล่นเกมมือถือในระดับคลังไคล้หรือเริ่มมีปัญหาในการเล่นเกมนคิดเป็นร้อยละ 15.0 และเล่นเกมมือถือในระดับน่าจะติดเกมหรือมีปัญหาในการเล่นเกมนมาก คิดเป็นร้อยละ 7.2

เมื่อจำแนกตามเพศ พบว่า กลุ่มตัวอย่างเพศหญิงมีความชุกของการเล่นเกมในระดับน่าจะติดเกมและระดับคลังไคล้มากกว่าเพศชาย โดยความชุกของการเล่นเกมในระดับน่าจะติดเกมของเพศหญิงและเพศชายคิดเป็นร้อยละ 10.2 และ 3.3 ตามลำดับ ในขณะที่ความชุกของการเล่นเกมในระดับคลังไคล้ของเพศหญิงและเพศชายคิดเป็นร้อยละ 15.4 และ 14.6 ตามลำดับ

เมื่อจำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า นักเรียนระดับมัธยมศึกษา มีความชุกของการเล่นเกมในระดับน่าจะติดเกมและระดับคลังไคล้มากกว่านักศึกษาระดับอาชีวศึกษาและอุดมศึกษา โดยความชุกของการเล่นเกมในระดับน่าจะติดเกมของนักเรียนมัธยมศึกษา นักศึกษาอาชีวศึกษา และนักศึกษาระดับอุดมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 9.7, 5.4 และ 6.2 ตามลำดับ ในขณะที่ความชุกของการเล่นเกมในระดับ

คลังโคล้ของนักเรียนมัธยมศึกษา นักศึกษาอาชีวศึกษา และนักศึกษาอุดมศึกษา คิดเป็นร้อยละ 15.9, 14.6 และ 14.4 ตามลำดับ

2. ความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกว่าเหงา ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียนของเยาวชนในเขตภาคเหนือของประเทศไทย

ผลการวิเคราะห์สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปร พบว่า การติดเกมมือถือ มีความสัมพันธ์กับทุกตัวแปรอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ในระดับต่ำมากถึงต่ำ โดยมีความสัมพันธ์ทางบวกกับภาวะซึมเศร้า ($r = 0.356$) ความรู้สึกว่าเหงา ($r = 0.313$) และความวิตกกังวลทางสังคม ($r = 0.281$) ในขณะที่มีความสัมพันธ์ทางลบกับผลการเรียน ($r = -0.112$) นอกจากนี้ยังพบความสัมพันธ์ในทางบวกในระดับปานกลางระหว่างภาวะซึมเศร้ากับความรู้สึกว่าเหงา ($r = 0.694$) ภาวะซึมเศร้ากับความวิตกกังวลทางสังคม ($r = 0.594$) และความรู้สึกว่าเหงากับความวิตกกังวลทางสังคม ($r = 0.655$)

ในขณะที่ผลการวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้าง (Structural Equation Modeling; SEM) ด้วยโปรแกรม IBM SPSS AMOS พบว่า การติดเกมมือถือ สามารถอธิบายความแปรปรวนของภาวะซึมเศร้า ความรู้สึกว่าเหงา และความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคม ได้ร้อยละ 13.0 ร้อยละ 10.0 และร้อยละ 8.0 ตามลำดับ โดยการติดเกมมือถือมีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะซึมเศร้า ($\beta = 0.36$, $p\text{-value} < 0.001$) ความรู้สึกว่าเหงา ($\beta = 0.31$, $p\text{-value} < 0.001$) และความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.28$, $p\text{-value} < 0.001$) อย่างมีนัยสำคัญ 0.05 ในขณะที่การติดเกมมือถือ มีอิทธิพลทางอ้อมต่อผลการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยส่งผ่านความวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.10$, $p\text{-value} < 0.001$)

เมื่อวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้างจำแนกตามเพศ พบว่า โมเดลความสัมพันธ์ระหว่างเพศชายและหญิงมีรูปแบบเช่นเดียวกันและสอดคล้องกับภาพรวม แต่มีความแตกต่างระหว่างขนาดอิทธิพลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($\chi^2 = 34.487$, $df=8$, $p\text{-value} < 0.001$) โดยการติดเกมมือถือในเพศชายมีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะซึมเศร้า ($\beta = 0.39$, $p\text{-value} < 0.001$) ความรู้สึกว่าเหงา ($\beta = 0.34$, $p\text{-value} < 0.001$) และความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.32$, $p\text{-value} < 0.001$) ตามลำดับ และการติดเกมมือถือมีอิทธิพลทางอ้อมต่อผลการเรียนอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยส่งผ่านความวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.11$, $p\text{-value} < 0.001$) ในขณะที่การติดเกมมือถือในเพศหญิงมีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะซึมเศร้า ($\beta = 0.41$, $p\text{-value} < 0.001$) ความรู้สึกว่าเหงา ($\beta = 0.34$, $p\text{-value} < 0.001$) และความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.33$, $p\text{-value} < 0.001$) ตามลำดับ แต่การติดเกมมือถือไม่มีอิทธิพลทางอ้อมต่อผลการเรียนในนักเรียนหญิง

เมื่อวิเคราะห์โมเดลสมการโครงสร้างจำแนกตามระดับการศึกษา พบว่า โมเดลความสัมพันธ์ระหว่างนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา อาชีวศึกษา และระดับปริญญาตรี มีรูปแบบเช่นเดียวกันและสอดคล้อง

กับภาพรวม แต่มีความแตกต่างระหว่างขนาดอิทธิพลอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 ($\chi^2 = 113.999$, $df=15$, $p\text{-value} < 0.001$) โดยการติดเกมมือถือในนักเรียนมัธยมศึกษาที่มีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะซึมเศร้า ($\beta = 0.37$, $p\text{-value} < 0.001$) ความรู้สึกว่าเหว่ ($\beta = 0.34$, $p\text{-value} < 0.001$) และความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.29$, $p\text{-value} < 0.001$) ตามลำดับ และการติดเกมมือถือมีอิทธิพลทางอ้อมต่อผลการเรียนโดยส่งผ่านความวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.15$, $p\text{-value} < 0.001$) ในขณะที่การติดเกมมือถือในนักศึกษาอาชีวศึกษามีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะซึมเศร้า ($\beta = 0.35$, $p\text{-value} < 0.001$) ความรู้สึกว่าเหว่ ($\beta = 0.31$, $p\text{-value} < 0.001$) และความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.30$, $p\text{-value} < 0.001$) ตามลำดับ แต่การติดเกมมือถือไม่มีอิทธิพลทางอ้อมต่อผลการเรียนในกลุ่มนักศึกษาอาชีวศึกษา เช่นเดียวกับการติดเกมมือถือในนักศึกษามัธยมศึกษาที่มีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะซึมเศร้า ($\beta = 0.41$, $p\text{-value} < 0.001$) ความรู้สึกว่าเหว่ ($\beta = 0.33$, $p\text{-value} < 0.001$) และความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.35$, $p\text{-value} < 0.001$) ตามลำดับ แต่การติดเกมมือถือไม่มีอิทธิพลทางอ้อมต่อผลการเรียนในกลุ่มนักศึกษามัธยมศึกษา

3. แบบแผน และภาพจำลองทางความคิดเกี่ยวกับมูลเหตุ และผลกระทบของการติดเกมมือถือของเยาวชนในเขตภาคเหนือของประเทศไทย

ผู้ให้ข้อมูลหลักจำนวน 5 คน เป็นเพศชาย จำนวน 3 คน และเพศหญิง จำนวน 2 คน ทุกคนมีอายุระหว่าง 20-22 ปี กำลังศึกษาอยู่ระดับปริญญาตรี และพักอาศัยอยู่ในหอพักของเอกชน ผู้ให้ข้อมูลหลัก 4 ใน 5 คน เริ่มต้นเล่นเกมมือถือครั้งแรกตั้งแต่เรียนระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและผู้ให้ข้อมูลหลักอีกคนเริ่มต้นเล่นเกมมือถือครั้งแรกตั้งแต่เรียนระดับประถมศึกษาตอนปลาย รวมระยะเวลาเล่นเกมมือถือตั้งแต่ครั้งแรกจนถึงการเล่นในปัจจุบัน 7 - 11 ปี และผู้ให้ข้อมูลหลักทุกคนเล่นเกมมือถือในระดับที่อาจก่อให้เกิดปัญหาคืออยู่ในระดับคลังโคล้จำนวน 2 คนและระดับน่าจะติดเกมจำนวน 3 คน

ในส่วนของแบบแผนการเล่นเกมมือถือ พบว่า ผู้ให้ข้อมูลหลักทั้ง 5 คนมีแบบแผนการเล่นเกมมือถือที่คล้ายคลึงกัน โดยเกมมือถือที่ผู้ให้ข้อมูลหลักทุกคนเลือกเล่นเป็นครั้งแรกในชีวิตมีความยากในการเล่นและมีความซับซ้อนของเกมน้อยกว่าเกมมือถือที่เล่นในปัจจุบัน ในส่วนของเกมมือถือที่เล่นเป็นประจำในปัจจุบันนั้นพัฒนาไปสู่เกมมือถือที่เน้นการเล่นเป็นทีมหรือเป็นกลุ่มแบบออนไลน์ สำหรับประเด็นระยะเวลาที่ใช้เล่นเกมมือถือนั้นผู้ให้ข้อมูลหลักทั้ง 5 คนให้ข้อมูลที่สอดคล้องกันโดยผู้เล่นเกมมือถือในระดับน่าจะติดทั้ง 3 คนจะเล่นทันทีเมื่อตื่นนอนและเล่นได้ตลอดทั้งวันเมื่อมีโอกาส เช่น มีเวลาว่าง ในห้องเรียนระหว่างรออาจารย์ รอยต่อระหว่างคาบเรียน พักรับประทานอาหารกลางวัน และหลังเลิกเรียน ในส่วนอุปกรณ์ที่ใช้เล่นเกมมือถือก็คือสมาร์ทโฟนเครื่องเดียวกับที่ใช้ติดต่อสื่อสารในชีวิตประจำวันเพราะสะดวกพกพาไปได้ทุกที่ ควบคุมการเล่นเกมที่ง่าย และสามารถเล่นได้ทุกที่มีสัญญาณอินเทอร์เน็ต

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงคุณภาพจากเยาวชนที่เป็นผู้ให้ข้อมูลหลักทั้ง 5 คน ด้วยการวิเคราะห์แก่นสาระ (Thematic analysis) พบว่า ภาพจำลองทางความคิดที่เป็นมูลเหตุของการติดเกมมือถือ ประกอบด้วย 3 มูลเหตุ คือ 1) ปัจจัยภายในบุคคล (Internal personal factors) ได้แก่ มีความรู้สึกเหงาหรือรู้สึกท้อแท้ มีความรู้สึกเบื่อหน่ายชีวิต มีความรู้สึกถูกกดดัน และมีความต้องการหารายได้จากการเล่นเกม 2) ปัจจัยสิ่งแวดล้อม (Environmental factors) ได้แก่ มีปัญหาครอบครัว มีตัวแบบที่เล่นเกมใกล้ตัว และการมีเวลาว่างจากการเรียนออนไลน์ และ 3) ปัจจัยเกี่ยวกับเกมมือถือ (Mobile game factors) ได้แก่ โปรโมชันดึงดูดใจ รูปแบบเกมตื่นเต้นท้าทาย และกระแสสังคมเกี่ยวกับ e-sport

ในส่วนของภาพจำลองทางความคิดที่เป็นผลกระทบของการติดเกมมือถือ สามารถจำแนกผลกระทบออกเป็น 3 ระยะตามช่วงเวลาของการเกิดผลกระทบ ประกอบด้วย 1) ผลกระทบระยะสั้น ได้แก่ ไม่สนใจคนรอบข้าง บุคลิกภาพเปลี่ยนแปลง ถูกบูลลี่ในเกม เกิดปัญหาด้านการเงิน และสุขภาพทางกายไม่ดี 2) ผลกระทบระยะกลาง ได้แก่ ทำให้รู้สึกเหงาหรือท้อแท้ เกิดความวิตกกังวลทางสังคม และเกิดภาวะซึมเศร้าและมีความคิดฆ่าตัวตาย และ 3) ผลลัพธ์หรือผลกระทบระยะยาว ที่เกิดจากการติดเกมมือถือว่าเป็นสาเหตุที่ทำให้ตนเองมีผลการเรียนลดลง

อภิปรายผลการวิจัย

ผลการวิจัยครั้งนี้ พบว่า มีเยาวชนที่กำลังศึกษาอยู่ระดับมัธยมศึกษา อาชีวศึกษา และอุดมศึกษาที่เป็นกลุ่มตัวอย่างตอบแบบสอบถาม จำนวน 3,424 คน ในจำนวนนี้มีความชุกของคนเล่นเกมมือถือในระดับคลั่งคลៃและระดับน่าจะติดเกม คิดเป็นร้อยละ 22.2 การวัดการติดเกมในครั้งนี้เป็นการวัดทางอ้อมโดยใช้แบบทดสอบการติดเกม (Game Addiction Screening Test: GAST) ของสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (ชาญวิทย์ พรนภดล และคณะ, 2557) ซึ่งผลที่ได้เป็นเพียงการประเมินเบื้องต้นที่บ่งชี้ว่าเยาวชนกลุ่มดังกล่าวมีการเล่นเกมในระดับที่เริ่มมีปัญหาและมีปัญหาในการเล่นเกมนั้นในระดับมาก โดยสะท้อนออกมาด้วยการมีประสบการณ์ที่เกี่ยวข้องกับการหมกมุ่นกับเกมมากเกินไป (Preoccupation with game) ความสามารถในการควบคุมการเล่นเกมนของตนเองลดลง (Loss of control) และเริ่มสูญเสียหน้าที่ความรับผิดชอบในการเรียนและปฏิบัติกิจวัตรประจำวัน (Function impairment) (ชาญวิทย์ พรนภดล และคณะ, 2557) ทั้งนี้ เนื่องจากที่ผ่านมายังไม่พบว่ามีแบบทดสอบการติดเกมมือถือโดยตรง ดังนั้นผู้วิจัยจึงจะประยุกต์ใช้แบบทดสอบการติดเกม GAST ด้วยการปรับเปลี่ยนจากคำว่า “เกม” ทั้งหมดในแบบสอบถามให้เป็นคำว่า “เกมมือถือ” เพื่อให้เฉพาะเจาะจงตามวัตถุประสงค์การวิจัยครั้งนี้ และยังคงใช้มาตรวัดและใช้เกณฑ์การแปลผลตามของต้นฉบับ

เป็นที่น่าสังเกตว่า ความชุกของเยาวชนที่เล่นเกมมือถือในระดับคลั่งคลៃและระดับน่าจะติดเกมเพิ่มขึ้นเล็กน้อยเมื่อเทียบกับผลการศึกษาที่ผ่านมาของณัฐพงษ์ สายพิณ ที่ดำเนินการสำรวจเมื่อปี พ.ศ. 2563 ที่พบว่าเยาวชนที่กำลังศึกษาในระดับชั้นมัธยมศึกษาและอุดมศึกษามีพฤติกรรมการ

เล่นเกมในระดับคลังโคลล์และน่าจะติดเกมคิดเป็นร้อยละ 20.5 ทั้งนี้อาจเป็นเพราะช่วงเวลาที่เก็บข้อมูลงานวิจัยนี้กำลังอยู่ในช่วงที่มีการแพร่ระบาดของเชื้อ COVID-19 ซึ่งมีมาตรการรักษาระยะห่างทางสังคมที่เยาวชนในวัยเรียนส่วนใหญ่ต้องเรียนออนไลน์อยู่ที่บ้านหรือห้องพักของตนเองส่งผลให้มีชั่วโมงการใช้งานอินเทอร์เน็ตเพิ่มขึ้น สอดคล้องกับผลการสำรวจของสำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์ กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม (2564) ที่พบว่าในช่วงเวลาดังกล่าวมีผู้ใช้งานอินเทอร์เน็ตสูงที่สุดเมื่อเทียบกับปีที่ผ่านมา ๆ มาโดยเฉพาะในกลุ่มเด็กและเยาวชน ซึ่งส่วนใหญ่ใช้งานอินเทอร์เน็ตผ่านโทรศัพท์มือถือเพื่อดาวน์โหลดหรือสตรีมมิ่ง รูปภาพ หนังสื วิดีโอ เพลง ดูหนัง และเล่นเกม และสอดคล้องกับผลการวิจัยในต่างประเทศที่พบว่า การกักตัวอยู่กับบ้านในช่วงที่มีการแพร่ระบาดของเชื้อ COVID-19 ประชาชนส่วนใหญ่จะบรรเทาความรู้สึกเหงาและความรู้สึกวิตกกังวลของตนเองผ่านการใช้โทรศัพท์มือถือประเภทสมาร์ตโฟนเพิ่มขึ้น (Stevic, Koban, Binder, & Matthes, 2022) ซึ่งจำนวนชั่วโมงการใช้งานอินเทอร์เน็ตที่เพิ่มขึ้นนี้อาจเป็นปัจจัยเอื้อให้เยาวชนมีโอกาสเข้าถึงเกมมือถือได้ง่ายขึ้น และเล่นเกมมือถือแบบออนไลน์ได้บ่อยครั้งขึ้นและแต่ละครั้งเล่นได้นานขึ้น จนถลำลึกไปสู่การเล่นเกมมือถือในระดับคลังโคลล์และน่าจะติดเกมมือถือที่เพิ่มมากขึ้น

เยาวชนที่เล่นเกมมือถือแบบคลังโคลล์และแบบน่าจะติดเกมมีแบบแผนการเล่นเกมมือถือที่น่าสนใจคือ เริ่มต้นด้วยการฝึกหัดเล่นเกมมือถือประเภทที่เล่นคนเดียวแบบออฟไลน์หรือแบบไม่เชื่อมต่อสัญญาณอินเทอร์เน็ต และเรียกในกลุ่มนักเล่นเกมว่า พวก Beginner ส่วนใหญ่นำการแข่งขันกับตัวเองมากกว่าแข่งขันกับคนอื่น และเมื่อขยับมาสู่การเล่นแบบประจำหรือขั้นติดเกมมือถือแล้วจะพัฒนาไปสู่การเล่นเกมที่เน้นการเล่นเป็นทีมหรือเป็นกลุ่มแบบออนไลน์หรือที่เรียกในกลุ่มนักเล่นเกมว่า Community games หรือ Global games ซึ่งเกมมือถือที่เยาวชนที่เป็นผู้ให้ข้อมูลหลักระบุว่าเป็นเกมที่เล่นบ่อยที่สุดและได้รับความนิยมอย่างมากในกลุ่มนักเล่นเกมในปัจจุบันก็คือเกม RoV โดยมีเหตุผลสนับสนุน 3 ประการ คือ 1) RoV สะท้อนอัตลักษณ์ของผู้เล่น 2) RoV เป็น e-sport เน้นการแข่งขันและสร้างรายได้ และ 3) RoV มีการปรับปรุงให้รูปแบบเกมท้าทายอยู่เสมอ โดยผู้ที่ติดเกมมือถือแล้วมีแบบแผนการเล่นเกมที่คล้ายคลึงกัน คือ เล่นทันทีเมื่อตื่นนอนและเล่นได้ตลอดทั้งวันเมื่อมีโอกาส เช่น ในห้องเรียนระหว่างรออาจารย์ รอยต่อระหว่างคาบเรียน ดังคำกล่าวที่ว่า “อยากเล่นทุกวัน เหมือนคนเราตื่นมาต้องแปรงฟัน ถ้าไม่แปรงก็มีกลิ่นปาก” โดยผู้ที่ติดเกมส่วนใหญ่ใช้โทรศัพท์ประเภทสมาร์ตโฟนเป็นอุปกรณ์ในการเล่นซึ่งเป็นเครื่องเดียวกับที่ใช้ติดต่อสื่อสารในชีวิตประจำวันเพราะสะดวก สามารถพกพาไปได้ทุกที่ ใช้บังคับและควบคุมเกมได้ง่าย

ทำไมเยาวชนติดเกมมือถือ ? จากผลการวิจัยเชิงคุณภาพในครั้งนี้ได้เปิดเผยถึงมูลเหตุสำคัญที่ทำให้เยาวชนติดเกมมือถือ จำนวน 10 ข้อ ได้แก่ 1) เกิดความรู้สึกเหงาหรือความว้าเหวอย่างรุนแรงในช่วงเปลี่ยนผ่านจากการเรียนในระดับมัธยมศึกษาามาเริ่มต้นใหม่ในการศึกษาระดับมหาวิทยาลัย กอปรกับเป็นช่วงที่มีการแพร่ระบาดของเชื้อ COVID-19 ทำให้ต้องกักตัวเรียนออนไลน์อยู่ที่บ้านหรือห้องพักส่วนตัว ทำให้เยาวชนส่วนหนึ่งเลือกที่จะเล่นเกมมือถือควบคู่ไปกับการเรียน

เพื่อบรรเทาความรู้สึกเหงา 2) เกิดความรู้สึกเบื่อหน่ายชีวิต ที่เกิดจากปัญหาความยากลำบากในการดำเนินชีวิตในโลกแห่งความเป็นจริง เช่น ปัญหาครอบครัวแตกแยก ปัญหาความเหลื่อมล้ำทางสังคม และผลักดันให้เยาวชนอยากหนีปัญหาไปใช้ชีวิตสมมุติในโลกออนไลน์เพื่อออกแบบชีวิตใหม่ในเกมให้ดีกว่าเดิมหรือตามแบบที่ต้องการ 3) ความรู้สึกกดดันตนเอง ซึ่งเกิดจากความไม่ยอมแพ้ในเกม จึงกดดันตัวเองให้ต้องฝึกฝนเล่นเกมอย่างหนักเพื่อให้เกิดทักษะและความชำนาญเหนือกว่าคู่แข่งหรือดีกว่าที่เคยทำได้ 4) ต้องการหารายได้จากการเล่นเกม ด้วยการนำรหัสเกมของตนเองที่เล่นผ่านด่านต่าง ๆ ไปถึงระดับสูง ๆ แล้วไปขายทางออนไลน์เพื่อให้ผู้เล่นคนอื่นซื้อไปเล่นต่อซึ่งหากขายได้ก็จะสร้างรหัสเกมใหม่ขึ้นมาแทนที่เป็นวงจรแบบนี้ไปเรื่อย ๆ ส่งผลให้ผู้เล่นเกมในลักษณะนี้ติดเกมมือถือในที่สุด 5) มีปัญหาเรื่องสัมพันธ์ภาพกับครอบครัว เกิดจากพ่อแม่ไม่มีเวลาดูแลเอาใจใส่เป็นผลให้เยาวชนเกิดความรู้สึกเหงาและว้าเหว่และหาทางออกด้วยตนเองด้วยการเล่นเกมมือถือ 6) มีคนใกล้ตัวเล่นเกมมือถือ ส่วนใหญ่เป็นพี่น้องในครอบครัว เพื่อนสนิทในห้องเรียน เพื่อนสนิททางออนไลน์ และคนรัก โดยตัวแบบเหล่านี้มักทำหน้าที่เป็นแหล่งให้ทดลองเข้าถึงเกมมือถือ ให้ข้อมูลข่าวสารเพื่ออัปเดตโปรโมชันใหม่ ๆ ชวนให้เล่นเป็นคู่แข่งในเกม และท้าทายให้มาเป็นคู่แข่งชั้นในเกม 7) มีเวลาว่างมาก โดยเฉพาะในช่วงที่เรียนออนไลน์ทำให้เยาวชนจจจอยู่กั้กับเกมมือถือมากขึ้นและระยะเวลาเพิ่มขึ้น 8) โปรโมชันเกมมือถือดึงดูดใจ เช่น การมีส่วนร่วมในการซื้อสินค้าและของตกแต่งตัวในเกม โดยมีเงื่อนไขขึ้นต่ำของระยะเวลาในการเล่นในเกมมือถือสะสม จึงเป็นเหตุผลสำคัญที่ทำให้ผู้เล่นเกมต้องพยายามเข้ามาเล่นเกมอย่างสม่ำเสมอและใช้ระยะเวลาให้มากพอที่จะได้รับโปรโมชันดังกล่าว 9) มีการปรับเปลี่ยนรูปแบบเกมใหม่ ๆ อย่างสม่ำเสมอทำให้เกมมีความตื่นเต้นท้าทายและคาดเดาได้ยาก และ 10) เกิดกระแสสังคมเรื่อง e-sport ที่ยอมรับในวงกว้างว่าการเล่นเกมออนไลน์เป็นกีฬาประเภทหนึ่งส่งผลทำให้ผู้เล่นเกิดความคิดเห็นเชิงบวกและคิดให้เหตุผลเชิงบวกต่อพฤติกรรมการเล่นเกมมือถือของตนเอง

ในส่วนของการประเมินความสัมพันธ์ระหว่างเพศและการติดเกมมือถือนั้น ผลการศึกษาค้นคว้าพบว่ากลุ่มตัวอย่างเพศหญิงมีความชุกของการเล่นเกมในระดับคลังโคล์และน่าจะติดเกม คิดเป็นร้อยละ 25.6 สูงกว่าเพศชายที่มีความชุกของการเล่นเกมในระดับคลังโคล์และน่าจะติดเกมคิดเป็นร้อยละ 17.9 ซึ่งขัดแย้งกับผลการศึกษาที่ผ่านมาที่พบว่าเยาวชนเพศชายมีอัตราการเล่นติดเกมมือถือมากกว่าเพศหญิง (ณัฐรพษ์ สายพิณ, 2563) ซึ่งไม่น่าแปลกใจมากนักเพราะงานวิจัยจำนวนมากในต่างประเทศก็ยังไม่สามารถสรุปได้อย่างชัดเจนว่าเพศชายหรือเพศหญิงที่มีความเสี่ยงที่จะเสพติดเกมมือถือมากกว่ากัน ทั้งนี้ แม้ว่าเยาวชนเพศชายจะมีความชื่นชอบและถูกดึงดูดใจได้ง่ายจากเกมมือถือประเภทต่อสู้และใช้ความรุนแรงเมื่อเทียบกับเพศหญิง แต่เยาวชนเพศหญิงเองก็มีความไวเป็นพิเศษในการตอบรับการสื่อสารและกิจกรรมทางสังคมผ่านโทรศัพท์มือถือมากกว่าเพศชาย (Duven, Beutel, Wolfing, 2013) ถึงแม้ว่าเยาวชนหญิงที่เป็นวัยรุ่นตอนต้นส่วนใหญ่มักถูกเฝ้าระวังและควบคุมกำกับอย่างเข้มงวดจากครอบครัวเพื่อป้องกันไม่ให้ใช้โทรศัพท์มือถือที่มีความเสี่ยง (Yen, Chou,

Liu, 2014) แต่ก็อาจไม่ครอบคลุมถึงเยาวชนเพศหญิงที่มีอิสระมากขึ้นในขณะที่กำลังศึกษาอยู่ในมหาวิทยาลัย สอดคล้องกับข้อมูลผลการสำรวจตลาดเกมมือถือนอนไลน์ที่พบว่า ปัจจุบันตลาดเกมมือถือกำลังได้รับความนิยมเพิ่มมากขึ้น โดยเฉพาะจากกลุ่มลูกค้าที่เป็นเพศหญิง ดังสะท้อนได้จากข้อมูลการสั่งซื้อของในแอปพลิเคชันเกมมือถือที่ผู้ซื้อส่วนใหญ่หรือคิดเป็นร้อยละ 79.0 ของลูกค้าที่สั่งซื้อทั้งหมดเป็นเพศหญิง (Shannon Liao, 2018) โดยอีกเหตุผลหนึ่งที่สนับสนุนว่าเยาวชนเพศชายมีโอกาสเล่นเกมมือถือจนถึงขั้นติดเกมน้อยกว่าเพศหญิงก็เพราะในชีวิตประจำวันเยาวชนเพศชายมีโอกาสเข้าถึงกิจกรรมที่น่าตื่นเต้นเร้าใจหลากหลายกว่าเยาวชนเพศหญิงซึ่งส่วนใหญ่มักจะมีพฤติกรรมเนือยนิ่งมากกว่าเพศชาย (Do, & Hong, 2020) ในขณะที่ผลการวิจัยครั้งนี้เกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างระดับการศึกษาและการติดเกมมือถือนั้นไม่แตกต่างไปจากข้อค้นพบที่ผ่านมาเมื่อพบว่า วัยรุ่นตอนต้นที่เป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษา มีความสุขของการเล่นเกมในระดับคลังได้ และน่าจะติดเกมสูงกว่านักศึกษาระดับอุดมศึกษาและอาชีวศึกษา สอดคล้องกับผลการศึกษาของ ณีฎฐพงษ์ สายพิณ (2563) ทั้งนี้ อาจเกี่ยวข้องกับพัฒนาการในเรื่องวุฒิภาวะทางอารมณ์ ความสามารถในการควบคุมตนเอง และสำนึกความรับผิดชอบต่อตนเองและครอบครัวของเยาวชนที่เรียนระดับอาชีวศึกษาและอุดมศึกษาที่เพิ่มมากขึ้น

ในส่วนของผลกระทบที่เกิดจากการติดเกมมือถือที่เป็นผลมาจากการวิเคราะห์สมการโครงสร้าง (Structural Equation Modeling; SEM) พบว่า การติดเกมมือถือมีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะซึมเศร้า ($\beta = 0.36$, $p\text{-value} < 0.001$) ความรู้สึกว่าเหว ($\beta = 0.31$, $p\text{-value} < 0.001$) และความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.28$, $p\text{-value} < 0.001$) นอกจากนี้ การติดเกมมือถือยังมีอิทธิพลทางอ้อมต่อผลการเรียนโดยส่งผ่านความวิตกกังวลทางสังคม ($\beta = 0.10$, $p\text{-value} < 0.001$) โดยสามารถอธิบายได้ดังนี้

การติดเกมมือถือมีอิทธิพลทางตรงต่อภาวะซึมเศร้า ทั้งในกลุ่มตัวอย่างเพศหญิง เพศชาย และกลุ่มตัวอย่างที่เรียนชั้นมัธยมศึกษา อาชีวศึกษา และอุดมศึกษา สอดคล้องกับผลงานวิจัยที่ผ่านมา (Liu L, Yao YW, Li CR, Zhang JT, Xia CC, Lan JT, 2018; Wu AM, Chen JH, Tong KK, Yu S, Lau JT, 2018; Wang J-L, Sheng J-R and Wang H-Z, 2019; พาวาตี วามาร์ และอูรีย์ เจียสกุล, 2559) ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะเยาวชนที่ติดเกมมือถือส่วนใหญ่จะหมกหมุ่นกับโลกในเกมมักใช้ความรุนแรงและก้าวร้าว และแยกตัวเองออกจากความสัมพันธ์ทางสังคมในชีวิตจริงจนทำให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตที่รุนแรงขึ้น เช่น เกิดอารมณ์เศร้า นอนไม่หลับ ขาดสมาธิ มองโลกในแง่ลบ ในขณะที่เดียวกันระดับภาวะซึมเศร้าที่รุนแรงขึ้นก็ส่งผลทำให้ติดเกมมือถือมากขึ้นตามไปด้วยเพราะบุคคลจะหาหนทางในการรับมือกับความทุกข์ทางอารมณ์ด้วยการเล่นเกมมือถือ (King DL, Delfabbro PH, 2016) ดังสะท้อนได้จากผลการวิจัยเชิงคุณภาพในครั้งนี้ที่พบว่า การติดเกมส่งผลให้เกิดภาวะซึมเศร้าจนถึงขั้นมีความคิดและมีความพยายามฆ่าตัวตาย ซึ่งส่วนหนึ่งเกิดจากภาวะทางอารมณ์ที่ถูกกดทับและทับซ้อนมาจากการถูกบูลลี่ในเกม การมีปัญหาทางการเงินที่เกิดจากการซื้อของเล่นเกม และการมีสุขภาพทางกาย

ไม่ดีที่เกิดจากการเล่นเกม เช่น อदनอน อ่อนเพลีย อ้วน ซึ่งปัจจัยเหล่านี้เป็นผลทำให้ผู้ที่ติดเกมเกิดความผิดปกติทางอารมณ์และเกิดภาวะซึมเศร้าตามมาในที่สุด

การติดเกมมีอิทธิพลทางตรงต่อความรู้สึกว่าเหว่ ทั้งในกลุ่มตัวอย่างเพศหญิง เพศชาย และกลุ่มตัวอย่างที่เรียนชั้นมัธยมศึกษา อาชีวศึกษา และอุดมศึกษา สอดคล้องกับผลงานวิจัยที่ผ่านมา (Spilkova J, Chomynova P, Csemy L, 2017; Van Rooij, et al, 2014; Lemmens JS, Valkenburg PM, 2012; Wang J-L, Sheng J-R and Wang H-Z, 2019) ซึ่งความรู้สึกเหงาหรือรู้สึกว้าเหว่อาจเกิดจากการที่เยาวชนที่ติดเกมแยกตัวเองออกจากสังคมรอบข้างเพื่อมาเล่นเกมมือถือออนไลน์ ซึ่งแม้ว่าการเล่นเกมออนไลน์จะช่วยทำให้เยาวชนหลีกเลี่ยงจากความรู้สึกด้านลบที่เกิดจากการไม่มีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมได้ในระยะแรก แต่การเกมที่มากเกินไปกลับทำให้ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในชีวิตจริงยิ่งแย่งงกว่าเดิม ซึ่งท้ายที่สุดก็เท่ากับไปเพิ่มความรู้สึกว้าเหว่ให้เพิ่มมากขึ้นตามไปด้วย ดังสะท้อนได้จากผลการวิจัยเชิงคุณภาพในครั้งนี้ที่พบว่า การเล่นเกมแม้จะช่วยบรรเทาความรู้สึกเหงาได้แต่ก็เป็นลักษณะทำให้หายเหงาชั่วคราว แต่เมื่อถล้าไปสู่ภาวะติดเกมแล้วทำให้ผู้เล่นเกมยิ่ง ละเลยหรือเพิกเฉยต่อสัมพันธ์ภาพของคนรอบข้าง และมีบุคลิกภาพที่ก้าวร้าวเพิ่มขึ้น ส่งผลให้เพื่อนสนิทร่วมชั้นเรียนค่อย ๆ ทอยลดระดับความสัมพันธ์ลง ดังนั้นเมื่อหยุดเล่นเกมและออกจากเกมมาใช้ชีวิตในโลกแห่งความเป็นจริงแล้วผู้เล่นเกมส่วนใหญ่ก็จะกลับมาเหงาอีกครั้งและทวีความรุนแรงเพิ่มขึ้นเพราะขาดปฏิสัมพันธ์ทางสังคมกับคนรอบข้างจนรู้สึกเหมือนถูกทอดทิ้ง หรือไม่ได้เป็นส่วนหนึ่งของกลุ่มเพื่อน

การติดเกมมีอิทธิพลทางตรงต่อความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคม ทั้งในกลุ่มตัวอย่าง เพศหญิง เพศชาย และกลุ่มตัวอย่างที่เรียนชั้นมัธยมศึกษา อาชีวศึกษา และอุดมศึกษา สอดคล้องกับ ผลงานวิจัยที่ผ่านมา (Rapee RM, Heimberg RG, 1997; Maldonado L, et al, 2013; Merikangas KR, et al, 2010; Fayazi M, Hasani J, 2017; Lo S, Wang C, Fang W., 2005) สาเหตุส่วนหนึ่งที่ทำให้เยาวชนที่ติดเกมมือถือเกิดความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคมมากกว่าเยาวชนที่ไม่ได้ติดเกมมือถือก็เพราะว่าเมื่อเยาวชนใช้เวลาเล่นเกมมือถือมากขึ้นก็จะให้เวลากับการปฏิสัมพันธ์กับบุคคลรอบข้างลดลง และในที่สุดก็จะทำให้บุคคลนั้น ๆ เกิดความวิตกกังวลทางสังคมเมื่อต้องกลับไปเผชิญหน้ากับโลกแห่งความเป็นจริงที่ตนเองไม่คุ้นเคย จนอาจส่งผลให้บุคคลไม่สามารถแสดงศักยภาพและความสามารถจริงที่แฝงอยู่ในคน ๆ นั้น รวมทั้งส่งผลต่อด้านชีวิตส่วนตัวทำให้ต้องเก็บตัว หลีกหนีจากสังคมเพื่อเป็นการลดความกลัว ดังสะท้อนได้จากผลการวิจัยเชิงคุณภาพในครั้งนี้ที่พบว่า การเกิดความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคมเป็นผลกระทบระยะกลางที่เกิดจากการที่ผู้ติดเกมมือถือขึ้นรุนแรงจนมีบุคลิกภาพเปลี่ยนแปลง เช่น โมโหง่าย ใช้คำพูดไม่สุภาพ ทำร้ายคนอื่นทางวาจา ใช้ความรุนแรงในเกมมากขึ้น หรือถูกบูลลี่ในเกมบ่อยครั้ง ด้วยการใช้อำนาจรุนแรง ส่อเสียด ล้อเลียน ถูกถูกเหยียดหยาม ขับออกจากกลุ่ม และประจานกันทางโซเชียลมีเดีย ส่งผลให้ผู้ติดเกมมือถือเกิดความรู้สึกกลัวและไม่สบายใจที่จะถูกประเมินด้านลบจากคนรอบข้างที่อยู่ในชีวิตจริง จึงพยายาม

หลีกเลี่ยงที่จะเข้าสังคม และมีความรู้สึกเศร้าหรือทุกข์ใจเมื่อต้องเผชิญหน้ากับสังคมแบบเผชิญหน้าที่ไม่คุ้นเคย

การติดเกมมือถือไม่มีอิทธิพลทางตรงต่อผลการเรียนสะสมของเยาวชนแต่มีอิทธิพลทางอ้อม โดยส่งผ่านความวิตกกังวลทางสังคม ซึ่งเส้นทางอิทธิพลนี้อธิบายได้เฉพาะในกลุ่มเยาวชนเพศชาย เท่านั้น สามารถอธิบายได้ว่า เยาวชนชายที่ติดเกมจะเกิดความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคมในระดับที่รุนแรงมากกว่าเยาวชนเพศหญิง (Lo, Wang, Fang, 2005) ซึ่งความวิตกกังวลทางสังคมที่รุนแรงมีผลทำให้เยาวชนชายที่ติดเกมรู้สึกโดดเดี่ยว แยกออกจากสังคม ถูกถอนออกจากสังคม และนำไปสู่การขาดทักษะทางสังคมมากขึ้น ในทางกลับกันจะแสดงพฤติกรรมที่ก้าวร้าวออกมาเพื่อลดการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างคนรอบข้าง ซึ่งในที่สุดก็ส่งผลทำให้เกิดปัญหาในการเรียนรู้ และทำให้ผลการเรียนตกต่ำในที่สุด สอดคล้องกับผลการศึกษาที่ผ่านมาที่พบว่า หากเยาวชนมีภาวะติดเกมมือถืออย่างหนักจนเกิดความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคมก็จะทำให้ไม่ตั้งใจเรียน (Stockdale and Coyne, 2018) ทำให้ตื่นสายและเข้าห้องเรียนสาย หรือขาดเรียน (Scherer, 1997) รวมถึงมักหลีกเลี่ยงการมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็นในชั้นเรียน ซึ่งในที่สุดก็ทำให้ประสบปัญหาด้านการเรียนและผลการเรียนที่ไม่ดี โดยเฉพาะปัญหาด้านการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นโดยเฉพาะกับคนแปลกหน้า ผู้ที่มีอาวุโสกว่า หรือผู้ที่มีอำนาจเหนือกว่า และในบางรายยังเกิดขึ้นกับบุคคลรอบข้างที่เป็นรุ่นราวคราวเดียวกันด้วย (Beidel; & Turner. 1998; Liebowitz; et al. 1985; Turner; et al. 1986) สอดคล้องกับผลการวิจัยเชิงคุณภาพในครั้งนี้ที่พบว่า ผลกระทบที่เป็นรูปธรรมที่เกิดจากการติดเกมมือถือคือทำให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพกายและสุขภาพจิต ซึ่งหนึ่งในผลกระทบนั้นก็คือการทำให้เกิดความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคม ซึ่งจะส่งผลต่อเนื่องไปถึงบรรยากาศที่ไม่ดีในการเรียนรู้ในห้องเรียน เพราะไม่กล้าที่จะมีส่วนร่วมในการเสนอความคิดเห็นและทำงานกลุ่มกับเพื่อน และสุดท้ายก็ส่งผลกระทบต่อการเรียนในที่สุด ทำให้ผลการเรียนแย่ลงหรือมีผลการเรียนต่ำกว่าศักยภาพที่ตนเองเชื่อว่าจะทำได้

การวิจัยครั้งนี้มีข้อจำกัดในการศึกษาที่สำคัญ 3 ประการ ประการแรก คือ เนื่องจากการวิจัยนี้เป็นการวิจัยเชิงสำรวจภาคตัดขวาง (Cross-sectional survey research) ที่ดำเนินการเก็บรวบรวมตัวแปรอิสระและตัวแปรตามในห้วงเวลาเดียวกันจึงอาจมีข้อจำกัดในการยืนยันความสัมพันธ์เชิงสาเหตุของระหว่างตัวแปรอิสระและตัวแปรตาม และถึงแม้ว่าผู้วิจัยได้ใช้สถิติขั้นสูงเพื่ออธิบายเส้นทางอิทธิพลระหว่างตัวแปรอิสระและตัวแปรตามแล้วก็ตามแต่ก็ยังจำเป็นต้องสรุปความเป็นเหตุและผลจากข้อสันนิษฐานที่ได้จากการทบทวนวรรณกรรม ประการที่สอง คือ ในการวัดการติดเกมมือถือความรู้สึกเหงาหรือว่าเหว่ ความรู้สึกวิตกกังวลทางสังคม และภาวะซึมเศร้า เป็นการวัดทางอ้อมผ่านแบบทดสอบหรือแบบคัดกรองเบื้องต้น ซึ่งมีโอกาสเกิดความคลาดเคลื่อนที่เกิดจากการที่กลุ่มตัวอย่างไม่สามารถระลึกถึงประสบการณ์เดิมที่ผ่านไปแล้วหรือตอบไม่ตรงกับความเป็นจริง นอกจากนี้ ในส่วนของแบบวัดการติดเกมนั้นเนื่องจากในปัจจุบันยังไม่พบว่ามีการพัฒนาแบบวัดการติดเกมมือถือโดยตรง ผู้วิจัยจึงจะประยุกต์ใช้แบบทดสอบการติดเกม GAST ด้วยการปรับเปลี่ยนจากคำว่า “เกม” ทั้งหมด

ในแบบสอบถามให้เป็นคำว่า “เกมมือถือ” เพื่อให้เฉพาะเจาะจงตามวัตถุประสงค์การวิจัยครั้งนี้ ดังนั้น ผลการวิจัยที่ได้ยังเป็นเพียงผลการคัดกรองเบื้องต้นเท่านั้น และประการสุดท้าย คือ การเก็บรวบรวมในการวิจัยครั้งนี้ดำเนินการในช่วงที่มีการประกาศใช้มาตรการเว้นระยะห่างเพื่อป้องกันการแพร่กระจายเชื้อ COVID-19 ซึ่งสถาบันการศึกษาส่วนใหญ่ยังจัดการเรียนการสอนในรูปแบบออนไลน์เป็นหลักและไม่ถูกควบคุมกำกับจากครูหรืออาจารย์ผู้สอน ซึ่งอาจเป็นปัจจัยเอื้อที่สนับสนุนให้เยาวชนเข้าถึงและใช้อินเตอร์เน็ตเพื่อเล่นเกมมากกว่าปกติ และส่งผลให้ความสุขของการติดเกมมือถือที่ได้จากการวิจัยครั้งนี้คลาดเคลื่อนไปในลักษณะที่สูงกว่าความเป็นจริงได้

ข้อเสนอแนะจากการวิจัย

ข้อเสนอแนะสำหรับการนำผลการวิจัยไปใช้ประโยชน์

1. เนื่องจากผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า เยาวชนทั้งในระดับมัธยมศึกษา อาชีวศึกษา และอุดมศึกษา มีความสุขของการเล่นเกมมือถือในระดับคลังโคลด์และระดับน่าจะติดเกมที่ค่อนข้างสูง ซึ่งการติดเกมทั้ง 2 ระดับนี้เป็นสัญญาณบ่งชี้ว่าเยาวชนกำลังประสบปัญหาจากการเล่นเกมมือถือ จึงเสนอให้หน่วยงานที่เกี่ยวข้องทั้งในระดับนโยบายและระดับปฏิบัติการเร่งพัฒนามาตรการการเฝ้าระวัง การเล่นเกมมือถือ พร้อม ๆ กับเร่งพัฒนามาตรการหรือกิจกรรมสำหรับป้องกันการติดเกมมือถือ ควบคู่ไปกับการพัฒนาแนวทางในการช่วยบำบัดการติดเกมมือถือที่สอดคล้องและเท่าทันสภาพปัญหาในปัจจุบัน

2. เนื่องจากผลการวิจัยครั้งนี้พบว่า การติดเกมมือถือมีความสัมพันธ์ทางตรงต่อความรู้สึกว่าเหว่ ความวิตกกังวลทางสังคม และภาวะซึมเศร้า และมีความสัมพันธ์ทางอ้อมต่อผลการเรียนด้วย ดังนั้นจึงเสนอให้หน่วยงานสาธารณสุข และสถาบันการศึกษาเร่งหามาตรการในการเฝ้าระวังปัญหาสุขภาพจิตที่เกิดจากการติดเกมมือถือและหามาตรการส่งเสริมและจัดการปัญหาสุขภาพจิตในกลุ่มเยาวชน ครอบคลุมทั้งนักเรียนมัธยมศึกษา นักศึกษาอาชีวศึกษา และนักศึกษาอุดมศึกษา

ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป

1. เนื่องจากการวิจัยนี้เป็นการศึกษาเชิงสำรวจภาคตัดขวาง (Cross-sectional survey research) ที่มีข้อจำกัดในการยืนยันความสัมพันธ์เชิงสาเหตุ ดังนั้นจึงเสนอให้ในการวิจัยครั้งต่อไปควรเป็นการศึกษาระยะยาวเพื่อติดตามพฤติกรรมการเล่นเกมมือถือ ในกลุ่มเยาวชน ครอบคลุมทั้งนักเรียนมัธยมศึกษา นักศึกษาอาชีวศึกษา และนักศึกษาอุดมศึกษา เพื่อศึกษาผลกระทบต่อนปัญหาสุขภาพจิต และผลการเรียนที่เกิดจากการติดเกมมือถือในระยะยาว

2. เนื่องจากการวิจัยครั้งนี้สนใจศึกษาอิทธิพลของการติดเกมมือถือที่มีต่อนปัญหาสุขภาพจิตเท่านั้น ดังนั้นจึงเสนอให้การวิจัยครั้งต่อไปอาจพิจารณาถึงความเป็นไปได้ในการศึกษาอิทธิพลของการติดเกมมือถือที่มีต่อนปัญหาคุณภาพชีวิตและปัญหาสุขภาพอย่างเป็นองค์รวม ในกลุ่มเยาวชน ครอบคลุมทั้งนักเรียนมัธยมศึกษา นักศึกษาอาชีวศึกษา และนักศึกษาอุดมศึกษา

3. เนื่องจากในปัจจุบันยังไม่พบว่ามีการพัฒนาแบบวัดการติดเกมมือถือโดยตรง ดังนั้นจึงเสนอให้การวิจัยครั้งต่อไปพิจารณาถึงความเป็นไปได้ในการศึกษาและพัฒนาแบบทดสอบการติดเกมมือถืออย่างเฉพาะเจาะจงเพื่อเป็นประโยชน์ในการศึกษาและวิจัยในประเด็นที่เกี่ยวข้องต่อไป

- กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. แนวทางการดูแลผู้ป่วยโรควิตกกังวลระดับจังหวัด. สืบค้นจาก <http://www.thaidepression.com/www/54/guidebookdepress.pdf>. [15 พฤศจิกายน 2557]
- ชาญวิทย์ พรนภดล และคณะ. (2557). การพัฒนาแบบทดสอบการติดเกม. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย 2557; 59(1): 3-14.
- ชาญวิทย์ พรนภดล และคณะ. (2557). การพัฒนาแบบทดสอบการติดเกม. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย 2557; 59(1): 3-14.
- ณัฐพงษ์ สายพิณ. (2563). พฤติกรรมการติดเกม การซื้อสินค้าเสมือนในเกม ลูทบ็อกซ์ และการติดพนันในเกมออนไลน์ของวัยรุ่นไทย. รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์ รหัสโครงการ 62-01619-0023 ศูนย์ศึกษาปัญหาการเสพติด (ศศก.)
- ณัฐพงษ์ สายพิณ. (2563). พฤติกรรมการติดเกม การซื้อสินค้าเสมือนในเกม ลูทบ็อกซ์ และการติดพนันในเกมออนไลน์ของวัยรุ่นไทย. รายงานวิจัยฉบับสมบูรณ์ รหัสโครงการ 62-01619-0023 ศูนย์ศึกษาปัญหาการเสพติด (ศศก.)
- ธนา นิลชัยโกวิท, จักรกฤษณ์ สุขยิ่ง. (2540). ความคิดอยากฆ่าตัวตายในประชาชนเขตหนองจอก กรุงเทพมหานคร : รายงานเบื้องต้น. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย ปีที่ 42 ฉบับที่ 2 เมษายน-มิถุนายน 2540, 77-86
- นิทรา กิจธีระวุฒิวงษ์. (2560). การวิจัยทางสาธารณสุขจากหลักการสู่การปฏิบัติ Public Health Research: From Principle to Practice. สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์. พิษณุโลก
- พาวาตี วามาร์ และอูรีเย่ เจียสกุล. (2559). ผลกระทบของการติดเกมและการติดอินเทอร์เน็ตที่มีต่อภาวะซึมเศร้า ความวิตกกังวล และความเครียดของนักศึกษาที่มีระดับการควบคุมตัวเองและการสนับสนุนทางสังคมที่แตกต่างกัน. วารสารวิชาการบริหารธุรกิจ, 5(2); 45-57.
- วิมลวรรณ ปัญญาว่อง, โชษิตา ภาวสุทธิไพศิฐ, รัตนศักดิ์ สันติธาดากุล. รายงานการวิจัย เรื่องการพัฒนาแบบประเมินภาวะซึมเศร้าในวัยรุ่นฉบับภาษาไทย. [Development of the Thai version of the Patient Health Questionnaire for Adolescents (PHQ-A)]. กรุงเทพฯ: ปิยอนด์ พับลิชชิง; 2561
- วีระศักดิ์ ชลไชยะ, เบญจพร ต้นตสุทธิ, คมสันต์ เกียรติรุ่งฤทธิ์. ผลของสื่ออิเล็กทรอนิกส์ผ่านจอต่อเด็กและวัยรุ่น: Effects of electronic screen media on children and adolescents. ในวีระศักดิ์ ชลไชยะ, บรรณาธิการ. กรุงเทพฯ: ปิยอนด์ เอ็นเทอร์ไพรซ์, 2561
- สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์. (2548). สำหรับเด็กและวัยรุ่น : แบบทดสอบพฤติกรรมติดเกม (GAST) [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://thaiteentraining.com/survey/evaluation.php?>
- สำนักงานพัฒนาธุรกรรมทางอิเล็กทรอนิกส์. (2564). ETDA เผยโควิด-19 เป็นเหตุสังเกตได้ Gen Z ใช้เน็ตสูงสุด ปีแรก ชนะ Gen Y แซมปี 6 สมัย. แหล่งเข้าถึง <https://www.etda.or.th/th/pr-news/ETDA-released-IUB-2021.aspx> เข้าถึงเมื่อ 1 สิงหาคม 2565.

- สำนักงานสถิติแห่งชาติ กระทรวงดิจิทัลเพื่อเศรษฐกิจและสังคม. (2562). สรุปผลที่สำคัญการใช้ไอซีทีของเด็กและเยาวชน พ.ศ. 2562. แหล่งเข้าถึง <http://www.nso.go.th/sites/2014/DocLib13/ด้านICT/ICTเด็กและเยาวชน/2562/2562 ICT-Child-Sum.pdf> เข้าถึงเมื่อวันที่ 1 มิถุนายน 2564
- Beidel, D. C., & Turner, S. M. (1998). Shy children, phobic adults: Nature and treatment of social phobia. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10285-000>.
- Blazer D. Loneliness: a source book of current theory, research and therapy. J Behav Ther Exp Psychiatry. (1983) 14:281. doi: 10.1016/0005-7916(83)90066-6
- Boonyasana,P., and Punnarong, S. (2012). An Analysis of payayingbehavior for game playing in game addiction child and youth groups.: A Case Study of child andyouth groups in Chiang Mai and Lamphun province. Journal of Humanities and Social Sciences.3(5),51-63
- Carter, A. A New Addiction On The Rise: Mobile Game Addiction, addictions.com, 2017. [Online]. Available: <https://www.addictions.com/news/a-new-addiction-on-the-risemobile-game-addiction/>.
- Charoenwanit, S., Sumneangsanor, T. (2014). Predictorsof Game Addiction in Children andAdolescents. Thammasat Review, 17 (1),150-166
- Chupradit, S., Kaewmamuang, N., Kienngam, N., & Chupradit, P.W. (2019). Prevalence and Correlates between Game Addiction and Stress of Adolescents in Chiang Mai, Thailand. Indian Journal of Public Health Research and Development, 10, 1091.
- Cohen, M. Z., Kahn, D. L., and Steve's, R. H. (2000). Hermeneutic Phenomenological Research: A Practical Guide for Nurse Researchers. Thousand Oaks, CA: Sage
- De Zwart PL, Jeronimus BF, de Jonge P, et al. (October 2019). "Empirical evidence for definitions of episode, remission, recovery, relapse and recurrence in depression: a systematic review". Epidemiology and Psychiatric Sciences. 28 (5): 544-562 . doi:10.1017/S2045796018000227. PMC 7032752. PMID 29769159.
- Derogatis LR and Melisaratos N. The Brief Symptom Inventory: an introductory report. Psychol Med. (1983) Aug;13(3):595-605. detail&action=view&cid=1&id=7 เข้าถึงเมื่อวันที่ 1 มิถุนายน 2564
- Do, E. Y., & Hong, Y.R.. Factors Influencing Internet Game Addiction in Middle School Students. Medico Legal Update, 2020:20(1), 2167-72.

- Duven E, Beutel ME, Wolfling KJ. (2013). The neuroscience of internet and computer game addiction—what do we know about what is going on inside our patients brains? *Eur Psychiatry*. 28:818. doi: 10.1016/S0924-9338(13)75997-2
- Fabito B. S., (2017). Exploring Critical Success Factors of Mobile Learning as Perceived by Students of the College of Computer Studies – National University, 2017 Int. Conf. Soft Comput. Intell.Syst. Inf. Technol., pp. 220–226, 2017
- Fayazi M, Hasani J. Structural relations between brain-behavioral systems, social anxiety, depression and internet addiction: with regard to revised Reinforcement Sensitivity Theory (r-RST). *Computers Human Behav.* (2017) 72:441–8. doi: 10.1016/j.chb.2017.02.068
- Gilbert, Paul (2007). *Psychotherapy and counselling for depression* (3rd ed.). Los Angeles: SAGE. ISBN 9781849203494. OCLC 436076587.
- Jia-Rong Sheng and Jin-Liang Wang. Development and psychometric properties of the problematic mobile video gaming scale. *Curr Psychol* (2019). <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00415-6>
- Kandell JJ. Internet addiction on campus: the vulnerability of college student. *Cyber Psychol Behav.* (1998) 1:11–8. doi: 10.1089/cpb.1998.1.11
- King DL, Delfabbro PH. (2016). The Cognitive Psychopathology of Internet Gaming Disorder in Adolescence. *Journal of Abnormal Child Psychology*; 44:1635–1645
- Kolkijkovin, V., Wisitpongaree, C., Techakasem, P., & Pornnoppadol, C. (2015). Computer Game Addiction: Risk and Protective Factors in Students in Dusit District, Bangkok. *Vajira Medical Journal*, 59 (3), 1–13
- Kurina LM, Knutson KL, Hawkley LC, Cacioppo JT, Lauderdale DS, Ober C. Loneliness is associated with sleep fragmentation in a communal society. *Sleep*. 2011;34:1519–1526. [PMC free article] [PubMed] [Google Scholar]
- L. Stockdale and S. M. Coyne, “Video game addiction in emerging adulthood: Cross-sectional evidence of pathology in video game addicts as compared to matched healthy controls,” *J. Affect. Disord.*, vol. 225, no. August 2017, pp. 265–272, 2018.
- La Greca AM, Lopez N. Social anxiety among adolescents: linkages with peer relations and friendships. *J Abnormal Child Psychol.* (1998) 26:83–94. doi: 10.1023/A:1022684520514
- Laconi S., Pirès S., and Chabrol H., “Internet gaming disorder, motives, game genres and psychopathology,” *Comput. Human Behav.*, vol. 75, pp. 652–659, 2017.

- Lemmens JS, Valkenburg PM, Peter J. Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media Psychol.* (2012) 12:77–95. doi: 10.1080/1521326 0802669458
- Liebowitz; et al. (1985). Review of a Neglected Anxiety Disorder. *Arch Gen Psychiatry.* 1985;42(7):729–736. doi:10.1001/archpsyc.1985.01790300097013
- Liu L, Yao Y–W, Li CR, Zhang J–T, Xia C–C, Lan J, Ma S–S, Zhou N and Fang X–Y (2018) The Comorbidity Between Internet Gaming Disorder and Depression: Interrelationship and Neural Mechanisms. *Front. Psychiatry* 9:154. doi: 10.3389/fpsyt.2018.00154
- Lo S, Wang C, Fang W. Physical interpersonal relationship and social anxiety among online game players. *Cyber Psychol Behav.* (2005) 8:15–20. doi: 10.1089/cpb.2005.8.15
- Lo S, Wang C, Fang W. Physical interpersonal relationship and social anxiety among online game players. *Cyber Psychol Behav.* 2005; 8: 15–20.
- Maldonado L, Huang Y, Chen R, Kasen S, Cohen P, Chen H. Impact of early adolescent anxiety disorders on self–esteem development from adolescence to young adulthood. *J Adolesc Health.* (2013) 53:287–92. doi: 10.1016/j.jadohealth.2013.02.025
- Mendes WB, Blascovich J, Lickel B, Hunter S. Challenge and threat during social interactions with white and black men. *Personal Soc Psychol Bull.* 2002;28:939–952. [Google Scholar]
- Merikangas KR, He J, Burstein M, Swanson SA, Avenevoli S, Cui L, et al. (2010). Lifetime prevalence of mental disorders in U.S. adolescents: results from the National Comorbidity Survey Replication–Adolescent Supplement (NCS–A). *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry.* 49:980–9. doi: 10.1016/j.jaac.2010.05.017
- Merikivi, Tuunainen, and Nguyen. What makes continued mobile gaming enjoyable?, *Comput. Human Behav.*, vol. 68, pp. 411–421, 2017.
- National Institute of Mental Health (NIMH). Depression Basics. From www.nimh.nih.gov. 2016. Retrieved 22 October 2020.
- Patterson AC, Veenstra G. Loneliness and risk of mortality: A longitudinal investigation in Alameda County, California. *SocSci Med.* 2010;71(1):181–186. [PubMed] [Google Scholar]
- Peplau, L. A., & Perlman, D. (1982). *Loneliness: A sourcebook of current theory, research and therapy.* New York: Wiley–Interscience
- Rapee RM, Heimberg RG. A cognitive–behavioral model of anxiety in social phobia. *Behav Res Ther.* (1997) 35:741–56. doi: 10.1016/S0005–7967(97)00022–3
- Russell, D. W. (1996). UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity, and factor structure. *Journal of personality assessment*, 66(1), 20–40.

- Russell, D., Peplau, L. A., & Cutrona, C. E. (1980). The revised UCLA Loneliness Scale: Concurrent and discriminant validity evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(3), 472–480. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.39.3.472>
- Saquib, et al. (2017). Video game addiction and psychological distress among expatriate adolescents in Saudi Arabia. *Addictive Behaviors Reports*: 6, December 2017, 112–117
- Scherer, K. (1997). College life online: Healthy and unhealthy Internet use. *Journal of College Life and Development*, 38: 655–665.
- Shannon Liao. (2018). Women are 79 percent more likely to spend money on mobile games/ A shift in the market focus. <https://www.theverge.com/2018/8/20/17759522/mobile-games-in-app-purchase-women-female-users-ios-android>
- Shiovitz–Ezra S. Ayalon L. Situational versus chronic loneliness as risk factors for all–cause mortality. *IntPsychogeriatr*. 2010;22(3):455–462. [PubMed] [Google Scholar]
- Spilkova J, Chomynova P, Csemy L. Predictors of excessive use of social media and excessive online gaming in Czech teenagers. *J Behav Addict*. (2017) 6:611–9. doi: 10.1556/2006.6.2017.064
- Srivichai, C., Chaimongkol, N., & Pongjaturawit, Y. (2015). Factors Effecting Health Behavior in Early Adolescents of Game Addiction. *Journal of The Royal Thai Army Nurses*. 16 (3),1–13
- Stevic, A., Koban, K., Binder, A., & Matthes, J. (2022). You are not alone: Smartphone use, friendship satisfaction, and anxiety during the COVID–19 crisis. *Mobile Media & Communication*, 10(2), 294–315. <https://doi.org/10.1177/20501579211051820>
- Stockdale L, Coyne SM. Video game addiction in emerging adulthood :cross–sectional evidence of pathology in video game addicts as compared to matched healthy controls. *J Affect Disord*. (2018) 225:265–72.doi: 10.1016/j.jad.2017.08.045
- Su YS, Chiang WL, Lee CTJ, Chang HC. The effect of flow experience on player loyalty in mobile game application. *Comput Hum Behav*. (2016) 63:240–8. doi: 10.1016/j.chb.2016.05.049
- Sun Y, Zhao Y, Jia SQ, Zheng DY. Understanding the antecedents of mobile game addiction: the roles of perceived visibility, perceived enjoyment and flow. In: *Proceedings of the 19th Pacific–Asia Conference on Information Systems*. Singapore: Marian Bay Sands (2015). p. 1–12. Available online at: <http://aisel.aisnet.org/pacis2015/141>
- Thumthong, B. (2012). Influence and Effect of Computer Game Addiction on Students in the Schools under Basic Education Level in the Northeast. *Journal of Behavioral Science*, 18(1),47–54

- Thurston RC, Kubzansky LD. (2009) Women, loneliness, and incident coronary heart. *Psychosomatic Med.* 2009;71(8):836–842. [PMC free article] [PubMed] [Google Scholar]
- Turner, S. M., Beidel, D. C., Dancu, C. V., & Keys, D. J. (1986). Psychopathology of social phobia and comparison to avoidant personality disorder. *Journal of Abnormal Psychology*, 95(4), 389–394. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.95.4.389>
- Tyrer, R. (2008). *Addiction and Massively Multiplayer Online Role-Playing Games (MMORPGs): AN In-Depth Study of Key Aspect*. BCs. University of Salford.
- Van Rooij AJ, Kuss DJ, Griffiths MD, Shorter GW, Schoenmakers TM, Van De Mheen D. The (co-) occurrence of problematic video gaming, substance use, and psychosocial problems in adolescents. *J Behav Addict.* (2014) 3:157–65. doi: 10.1556/JBA.3.2014.013
- Victor, C Bond, J & Scambler S 2009 *The social world of older people*, Open University Press, Maidenhead.
- Wang J–L, Sheng J–R and Wang H–Z (2019) The Association Between Mobile Game Addiction and Depression, Social Anxiety, and Loneliness. *Front. Public Health* 7:247. doi: 10.3389/fpubh.2019.00247
- Wang J–L, Sheng J–R and Wang H–Z (2019) The Association Between Mobile Game Addiction and Depression, Social Anxiety, and Loneliness. *Front. Public Health* 7:247. doi: 10.3389/fpubh.2019.00247
- Wayne W., D., 1995, *Biostatistics: A foundation of analysis in the health sciences*. 6th ed, John Wiley: Sons, Inc. 177–178.
- WHO. (1993). *The ICD–10 Classification of Mental and Behavioral Disorders*. Switzerland: Geneva : World Health Organization.
- Wongpakaran N, Wongpakaran T, Pinyopornpanish M, Simcharoen S, Suradom C, Varnado P, Kuntawong P. Development and validation of a 6–item Revised UCLA Loneliness Scale (RULS–6) using Rasch analysis. *Br J Health Psychol.* 2020 Jan 30. doi:10.1111/bjhp.12404.
- Wu AM, Chen JH, Tong KK, Yu S, Lau JT. Prevalence and associated factors of Internet gaming disorder among community dwelling adults in Macao, China. *Journal of Behavioral Addictions*, 21 Feb 2018, 7(1):62–69 DOI: 10.1556/2006.7.2018.12
- Yen C, Chou W, Liu T. The association of Internet addiction symptoms with anxiety, depression and self–esteem among adolescents with attentiondeficit/hyperactivity disorder. *Compr Psychiatry.* (2014) 55:1601–8. doi: 10.1016/j.comppsy.2014.05.025

ประวัติผู้วิจัย

หัวหน้าโครงการ

ชื่อ-ชื่อสกุล

รองศาสตราจารย์ ดร.จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ

ที่ทำงาน คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร ตำบลท่าโพธิ์ อำเภอเมือง
จังหวัดพิษณุโลก 65000

โทรศัพท์ 083-9524531

Email address chakgarphanp@nu.ac.th

การศึกษา

ระดับอนุปริญญา	ปี 2536	ชื่อวุฒิ ประกาศนียบัตรสาธารณสุขศาสตร์ จากวิทยาลัยการสาธารณสุขสิรินธร จังหวัดพิษณุโลก (ผลการเรียนระดับเหรียญทอง)
ระดับปริญญาตรี	ปี 2542	ชื่อวุฒิ สาธารณสุขศาสตร์บัณฑิต (สศ.บ.) จากมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมมาธิราช
ระดับประกาศนียบัตร	ปี 2546	ชื่อวุฒิ ประกาศนียบัตรการแพทย์แผนไทย วิชาเอก เกษัชกรรมไทย
ระดับปริญญาโท	ปี 2548	ชื่อวุฒิ วิทยาศาสตร์มหาบัณฑิต (วท.ม.) วิชาเอก การจัดการทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม จากมหาวิทยาลัยนเรศวร (GPA. 4.00)
ระดับประกาศนียบัตร	ปี 2552	ชื่อวุฒิ ประกาศนียบัตรวิชาชีพครู จากมหาวิทยาลัยราชภัฏกำแพงเพชร (GPA. 4.00)
ระดับปริญญาเอก	ปี 2557	ชื่อวุฒิ สาธารณสุขศาสตรดุษฎีบัณฑิต จากมหาวิทยาลัยนเรศวร (GPA. 4.00)

ประสบการณ์การทำงาน

ปี พ.ศ. 2538 – 2557	รับราชการตำแหน่ง นักวิชาการสาธารณสุข สังกัดสำนักงาน สาธารณสุขจังหวัดพิจิตร สำนักงานปลัดกระทรวง กระทรวงสาธารณสุข
ปี พ.ศ. 2558 – ปัจจุบัน	อาจารย์ ประจำคณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร
ปี พ.ศ. 2560 – ปัจจุบัน	หัวหน้าหน่วยปฏิบัติการวิจัยและวิชาการด้านการควบคุมยาสูบ ภาคเหนือ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร
ปี พ.ศ. 2562 – ปัจจุบัน	ผู้ทรงคุณวุฒิในคณะกรรมการควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบจังหวัดพิษณุโลก

รางวัลที่ได้รับ

ปี พ.ศ. 2565	รางวัลผลงานวิจัยด้านการควบคุมยาสูบดีเด่น ประจำปี 2563-2565 มอบโดย ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้ด้าน การควบคุมยาสูบ
--------------	--

- มหาวิทยาลัยมหิดล ร่วมกับสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ
- ปี พ.ศ. 2565 รางวัลเกียรติคุณ บุคคลที่ท่านชื่นชมประโยชน์ด้านการควบคุมการบริโภคยาสูบของประเทศไทยอย่างต่อเนื่อง มอบโดยกระทรวงสาธารณสุข วันที่ 31 พฤษภาคม 2565 ณ โรงแรมบางแสนเฮอริเทจ จังหวัดชลบุรี
- ปี พ.ศ. 2565 รางวัลเกียรติคุณ บุคลากรสายวิชาการดีเด่น มอบโดยมหาวิทยาลัยนเรศวร
- ปี พ.ศ. 2564 รางวัลเกียรติคุณ บุคลากรสายวิชาการดีเด่น มอบโดยมหาวิทยาลัยนเรศวร
- ปี พ.ศ. 2564 รางวัลชนะเลิศการออกแบบและสร้างสรรค์นวัตกรรมต้นแบบสำหรับพัฒนาสถาบันอุดมศึกษาปลอดบุหรี่ ชื่อ บอร์ดเกมสำหรับเสริมสร้างการรับรู้อันตรายของบุหรี่ไฟฟ้าและทักษะการปฏิเสธการใช้บุหรี่ไฟฟ้า เครือข่ายวิชาชีพสุขภาพเพื่อสังคมไทยปลอดบุหรี่ 2564
- ปี พ.ศ. 2564 รางวัลชนะเลิศการออกแบบและพัฒนาสื่อเพื่อการสื่อสาร : บอร์ดเกมสำหรับสื่อสารสุขบัญญัติ 10 ประการ (อาจารย์ที่ปรึกษา) มอบโดยกองสุขศึกษา กรมสนับสนุนบริการสุขภาพ กระทรวงสาธารณสุข 2564
- ปี พ.ศ. 2562 รางวัลผลงานวิจัยดีเด่น เรื่อง มาตรการจำกัดการขายบุหรี่ให้เยาวชน โดยการมีส่วนร่วมของเยาวชนในเขตเทศบาลเมืองแห่งหนึ่งของประเทศไทย ในงานประชุมวิชาการบุหรี่กับสุขภาพแห่งชาติ ครั้งที่ 18 “Tobacco and Lung Health” ระหว่างวันที่ 20-21 มิถุนายน 2562 ณ หอประชุมวายุภักษ์ โรงแรมเซ็นทรา บาย เซ็นทารา กรุงเทพฯ จัดโดยศูนย์วิจัยและการจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.)
- ปี พ.ศ. 2561 รางวัลนักวิจัยดีเด่นด้านการควบคุมยาสูบ มอบโดย ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้ด้าน การควบคุมยาสูบ มหาวิทยาลัยมหิดล ร่วมกับสำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ พิจารณาจากนักวิจัยที่มีผลงานวิจัยที่ช่วยผลักดันและสนับสนุนการขับเคลื่อนนโยบายด้านการควบคุมยาสูบของประเทศไทยอย่างเป็นรูปธรรมในรอบ 10 ปีที่ผ่านมา (พ.ศ. 2552-2561)
- ปี พ.ศ. 2561 รางวัลหน่วยงานที่ให้การสนับสนุนงานควบคุมการบริโภคยาสูบ รับประทานรางวัลจากพระองค์เจ้าโสมสวลี ฯ เนื่องในวันงดสูบบุหรี่โลกประจำปี 2561 มอบโดย กรมควบคุมโรค กระทรวงสาธารณสุข

- ปี พ.ศ. 2558 ราชวัลชนะเลิศ บทความวิชาการเรื่อง ข้อเสนอเพื่อการปฏิรูปกฎหมาย การจำกัดการเข้าถึงผลิตภัณฑ์ยาสูบของเยาวชนไทย ปี พ.ศ. 2558 มอบโดยคณะกรรมการปฏิรูปกฎหมาย (คปก.)
- ปี พ.ศ. 2557 ราชวัลชนะเลิศระดับบัณฑิตศึกษา (ปริญญาเอก) ที่มีผลการเรียนดีเด่น จากมหาวิทยาลัยนเรศวร มอบโดย บัณฑิตศึกษามหาวิทยาลัยนเรศวร
- ปี พ.ศ. 2552 ราชวัลชนะเลิศ การนำเสนอผลงานวิจัยเรื่อง ร่วมสร้างนโยบาย สาธารณะเพื่อการจัดการโรงเรียนปลอดน้ำอัดลม ลูกอมและขนม กรูบกรอบ มอบโดยศูนย์อนามัยที่ 8 นครสวรรค์
- ปี พ.ศ. 2552 ราชวัลชนะเลิศ การนำเสนอผลงานวิจัยเรื่อง ร่วมสร้างนโยบาย สาธารณะเพื่อการจัดการโรงเรียนปลอดน้ำอัดลม ลูกอมและขนม กรูบกรอบ มอบโดยโรงพยาบาลพุทธชินราช จังหวัดพิษณุโลก
- ปี พ.ศ. 2548 ราชวัลชนะเลิศระดับบัณฑิตศึกษา (ปริญญาโท) ที่มีผลการเรียนดีเด่นจาก มหาวิทยาลัยนเรศวร มอบโดย บัณฑิตศึกษามหาวิทยาลัยนเรศวร
- ปี พ.ศ. 2548 ราชวัลชนะเลิศระดับบัณฑิตศึกษา (ปริญญาโท) ดีเด่น มอบโดย บัณฑิตศึกษามหาวิทยาลัยนเรศวร
- ปี พ.ศ. 2543 ราชวัลชนะเลิศอันดับ 1 การประกวดบทความประเภทประชาชน ทั่วไป “เกิดมาต้องทดแทนบุญคุณแผ่นดิน” มอบโดยมูลนิธิรัฐบุรุษ พลเอกเปรมติณสูลานนท์
- ปี พ.ศ. 2543 ราชวัลชนะเลิศ การประกวดเรียงความ “ ๓ สถิตในดวงไทย ไทยทั่ว หล้า” มอบโดยสำนักพระราชวัง
- ปี พ.ศ. 2538 ราชวัลชนะเลิศหลักสูตรประกาศนียบัตรสาธารณสุขศาสตร์ ที่มีผล การศึกษายอดเยี่ยม ราชวัลชนะเลิศเหรียญทอง มอบโดย สถาบันพัฒนา กำลังคนทางด้านสาธารณสุข กระทรวงสาธารณสุข

หนังสือ จำนวน 6 เล่ม

1. จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ. (2564). หนังสือเรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการใช้สารเสพติดมากกว่า 1 ชนิดร่วมกันในวันเดียวกันของนักศึกษาอาชีวศึกษาภาคเหนือ. ศูนย์ศึกษาปัญหาการเสพติด (ศศก.). สำนักพิมพ์จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย : กรุงเทพมหานคร.

2. จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ. (2563). หนังสือเรื่อง **ออกแบบและสร้างสรรค์ Infographic ในงานสาธารณสุข. สำนักพิมพ์ มหาวิทยาลัยนเรศวร, รัตนสุวรรณการพิมพ์ : พิษณุโลก.** (ผ่านการตรวจรับรองจากผู้ทรงคุณวุฒิแล้วอยู่ระหว่างขั้นตอนการพิมพ์)
3. จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ. (2563). หนังสือเรื่อง **วิจัยเชิงปฏิบัติการแก้ไขปัญหาสาธารณสุขในชุมชน (พิมพ์ครั้งที่ 2).** สำนักพิมพ์ มหาวิทยาลัยนเรศวร, รัตนสุวรรณการพิมพ์ : พิษณุโลก.
4. จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ. (2561). หนังสือเรื่อง **พฤติกรรมสุขภาพ แนวคิด ทฤษฎี และการประยุกต์ใช้ (พิมพ์ครั้งที่ 3)** สำนักพิมพ์ มหาวิทยาลัยนเรศวร, รัตนสุวรรณการพิมพ์ : พิษณุโลก.
5. จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ. (2559). หนังสือเรื่อง **สร้างสุขภาพอย่างไรให้ถึงผลลัพธ์: เครื่องมือและเทคนิคการทำงานสุขภาพชุมชน (ผู้เขียนร่วม)** ชมรมพยาบาลแห่งประเทศไทย. ห้างหุ้นส่วนจำกัด ภาพพิมพ์ : กรุงเทพมหานคร.
6. จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ. (2558). หนังสือเรื่อง **ชีวิต อำนาจ ชชาติพันธุ์ Life, Power, and Ethnicity (ผู้เขียนร่วม).** ภาควิชาสังคมวิทยาและมานุษยวิทยา คณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร. สำนักพิมพ์มหาวิทยาลัยนเรศวร : พิษณุโลก.

ผลงานตีพิมพ์

งานวิจัยที่ตีพิมพ์ในวารสารวิชาการต่างประเทศ รวม 19 เรื่อง

1. **Phetphum, C.,** Prajongjeep, A, Keeratisiroj, O., Simsun, S., and Thawatchaijareonying, K. (2022). Deteriorating quality of life and a desire to stop growing tobacco among Virginia and Burley tobacco farmers in Thailand: In situations of a reduction in tobacco leaf demand. JCO Global Oncology. (ISI, SCOPUS = Q1, PubMed) (In process)
2. **Phetphum, C.,** Prajongjeep, A, Keeratisiroj, O., and Thawatchaijareonying, K. (2022). Communication intervention to improve perceived threat of smoking-related COVID-19 and intentions to quit smoking during the COVID-19 pandemic in Thailand. Tobacco Induced Diseases. (ISI, SCOPUS = Q1, PubMed) (In process)
3. **Phetphum, C.,** Keeratisiroj, O., Prajongjeep, A, Youngiam, W., and Thawatchaijareonying, K. (2022). Susceptibility to smoking and determinants among never-smoking high school students: A representative nationwide survey in Thailand. Drug and Alcohol Dependence Reports. (ISI, SCOPUS = Q1, PubMed) (In process)
4. **Phetphum, C.,** Keeratisiroj, O., Prajongjeep, A, W., Noosorn, N., and Thawatchaijareonying, K. (2022). Prevalence and factors associated with polysubstance use among vocational students in northern Thailand. Public Health Journal. (ISI, SCOPUS = Q1, PubMed) (In process)

5. **Phetphum, C.**, Keeratisiroj, O., Prajongjeep, A. W., Noosorn, N., and Thawatchaijareonying, K. (2022). Prevalence and factors associated with polysubstance use among vocational students in northern Thailand. *Public Health Journal*. (ISI, SCOPUS = Q1, PubMed) (In process)
6. **Phetphum, C.**, Noosorn, N. & Prajongjeep, A. (2021). Prevalence and Factors Associated with Child Labor in Cultivation and Production of Tobacco among Burley Farmers in Lower Northern Thailand. *International Journal of Pediatrics*, 9(2), DOI: 10.22038/IJP.2021.55138.4346 (ISI, SCOPUS = Q3)
7. **Phetphum, C.**, Prajongjeep, A., Thawatchaijareonying, K., Wongwuttiyan, T., Wongjamnong, M., Yossuwan, S., & Surapon, D. (2021). Personal and perceptual factors associated with the use of electronic cigarettes among university students in northern Thailand. *Tobacco Induced Diseases*, 19. DOI: 10.18332/tid/133640 (ISI, SCOPUS = Q1, PubMed)
8. Thawatchaijareonying, K., **Phetphum, C.**, Chomson, S., Wangwonsin, A. (2021). The multi-level factors influencing youth access to tobacco, 4 regions in Thailand. *Tobacco Induced Diseases*, 19(1), A125. <https://doi.org/10.18332/tid/141069> (ISI, SCOPUS = Q1, PubMed)
9. **Phetphum, C.**, Chomson, S., Wangwonsin, A., Thawatchaijareonying, K. (2021). Factors related to violations of the tobacco control act B.E. 2560 among tobacco retailers in 4 regions, Thailand. *Tobacco Induced Diseases*, 19(1), A122. <https://doi.org/10.18332/tid/141063> (ISI, SCOPUS = Q1, PubMed)
10. **Phetphum, C.**, Chomson, S., Wangwonsin, A., Thawatchaijareonying, K. (2021). Effect of district health board intervention on the restricting tobacco access among youths: A four district study in Thailand. *Tobacco Induced Diseases*, 19(1), A63. <https://doi.org/10.18332/tid/140923> (ISI, SCOPUS = Q1, PubMed)
11. Wangwonsin, A., Jariya, W & **Phetphum, C.** (2020). Perceived Quality of Health Care by Health Care System Level Among Type 2 Diabetic Patient in Northern Thailand. *The Southeast Asian Journal of Tropical Medicine and Public Health*, 51(3): 406–412. (ISI, SCOPUS=Q3, PubMed)
12. **Phetphum, C.**, & Noosorn, N. (2020). Prevalence of Secondhand Smoke Exposure at Home and Associated Factors Among Middle School Students in Northern Thailand. *Tobacco Induced Diseases*, 8(February): 11. DOI: 10.18332/tid/117733. (ISI, SCOPUS = Q1, PubMed)

13. Noosorn, N., **Phetphum, C.**, & Robin, R.C. (2020). Agriculture Sector Women's Alcohol Drinking Pattern and Behavior in the Lower Northern Region of Thailand. *Journal of Drug and Alcohol Research*, 9(2020), 6. DOI: 10.4303/jdar/236104 (SCOPUS = Q2, PubMed)
14. Noosorn, N., **Phetphum, C.**, YAU, S. & Robin, R.C., (2020). Prevalence and Determinants of Alcohol Consumption Behavior of Migrant Workers in the Communities of the Lower Northern Region of Thailand. *International Journal of Medical Research & Health Sciences*, 9(1), 44–56. (ISI)
15. **Phetphum, C** & Noosorn, N.(2020). Effects of a Youth–Engaging Intervention on Illegal Sales by Tobacco Retailers Near Schools in Thailand. *Asia–Pacific Journal of Public Health*,32(6–7), 340–345. (SCOPUS = Q2, ISI)
16. **Phetphum, C.**, & Noosorn, N. (2019). Tobacco retailers near school and the violation of tobacco retailing laws in Thailand. *Journal of Public Health Management & Practice*, DOI: 10.1097/PHH.0000000000000880. (ISI, SCOPUS = Q2, PubMed)
17. **Phetphum, C.**, Pongpreecha, B., Hangsantea, J., & Muankaew, W. (2018). Predicting Factors for Smoking Behavior among Women Who Frequent Nightlife Entertainment Venues around a University in the Northern Region of Thailand. *Substance Abuse: Research and Treatment*, 12, 1178221818804530. DOI: 10.1177/1178221818804530
18. Kitreerawutiwong, N., Mekrungsrengwong, S., Wongwonsin, A., & **Phetphum, C.** (2018). Assessing the implementation of the family care team in the district health system of health region 2, Thailand. *Family Medicine and Community Health*, 6(1), 39–50. (SCOPUS = Q3)
19. **Phetphum, C.**, Wangwonsin, A., & Noosorn, N. (2017). Predicting Factors for Retailers' Sale of Cigarettes to Adolescents in the Lower Part of Northern Region of Thailand. *Journal of Research in Health Sciences*, 17(3), 1–4. (ISI, SCOPUS = Q3, PubMed)

งานวิจัยที่ตีพิมพ์ในวารสารวิชาการในประเทศ รวม 25 เรื่อง

1. ทศนะ ศรีสุราษฎร์, และ**จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ**. (2564). ปัจจัยที่มีผลต่อการปฏิบัติตามแผนการรักษาของผู้ป่วยวัณโรคปอดรายใหม่ที่เกิดขึ้นทะเบียนในโรงพยาบาลชุมชน จังหวัดพิษณุโลก. *วารสารควบคุมโรค*, 47 (เพิ่มเติม), 746–758. (TCI กลุ่ม 1)
2. อนันต์ มิตคำ, และ**จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ**. (2564). ผลของโปรแกรมสร้างเสริมความตั้งใจไม่ดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ โดยประยุกต์ใช้ทฤษฎีพฤติกรรมตามแผนในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาชั้นปีที่ 4 อำเภอองไกรลาค จังหวัดสุโขทัย. *วารสารควบคุมโรค*, 47(2), 267–277. (TCI กลุ่ม 1)

3. **จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ**, และบุญชนัญญา พงษ์ปรีชา. (2563). มาตรการส่งเสริมบ้านปลอดบุหรี่. วารสารวิชาการสาธารณสุข, 29(1). 163–172. (TCI กลุ่ม 1)
4. ธารทิพย์ นนทะโคตร, และ**จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ**. (2563). ผลของการประยุกต์ใช้แบบจำลองการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกาสูบบุหรี่ยุคของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในโรงเรียนแห่งหนึ่ง อำเภอตาบะซาย จังหวัดเลย. วารสารมหาวิทยาลัยอีสเทิร์นเอเชีย ฉบับวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี, 14(2), 117–130. (TCI กลุ่ม 1)
5. ประจวบ พวงสมบัติ, และ**จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ**. (2563). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อการบริหารงานตามหลักธรรมาภิบาลของผู้อำนวยการโรงพยาบาลส่งเสริมสุขภาพตำบลในจังหวัดนครสวรรค์. วารสารวิจัยและพัฒนาระบบสุขภาพ, 13(2), 539–547. (TCI กลุ่ม 1)
6. นฤญา ยางธิสาร, เรวัตต์ จุสิงห์, ยุทธศักดิ์ รูปเหมาะดี, **จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ**. (2563). สถานการณ์การสูบบุหรี่และ ปัจจัยที่มีผลต่อการสูบบุหรี่ของพระสงฆ์ในเขตภาคกลาง. วารสารสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร, 2(1), 28–40.
7. ธีรพร ชาญฉัตรกรรม, พัฒนาวดี พัฒนภาบุตร, และ**จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ**. (2562). ปัจจัยทำนายพฤติกรรมกาเลี้ยงลูกด้วยนมแม่ของหญิงหลังคลอด อำเภอชริบารมี จังหวัดพิจิตร. วารสารวิจัยและพัฒนาระบบสุขภาพ, 12(2).21–28. (TCI กลุ่ม 1)
8. **จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ**, บุญชนัญญา พงษ์ปรีชา, กัญญารัตน์ ธวัชชัย เจริญยิ่ง, และนฤญา ยางธิสาร. (2562). การเข้าถึงบุหรี่ยุคและปัจจัยที่มีผลต่อการสูบบุหรี่ของเยาวชนในสถาบันการศึกษาในเขตเทศบาลเมือง จังหวัดอุดรดิติตต์. วารสารสาธารณสุขศาสตร์, 49(3). 363–375. (TCI กลุ่ม 1)
9. **จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ**, มนตรี เกษมสุข, ไพรัตน์ อันอินทร์, และเกรียงกมล เหมือนกรุด. (2562). แนวทางการพัฒนาศักยภาพด้านวิจัยเพื่อสนับสนุนการขับเคลื่อนนโยบายควบคุมยาสูบของสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 1–3. วารสารสำนักงานป้องกันโรคที่ 7 ขอนแก่น, 26(2). 60–70. (TCI กลุ่ม 1)
10. สัมป่อย แสนเตปิน, และ**จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ**. (2562). ผลของโปรแกรมส่งเสริมสุขภาพพฤติกรรมสุขภาพเพื่อป้องกันภาวะสมองเสื่อมในผู้สูงอายุ เขตเทศบาลนครพิษณุโลก จังหวัดพิษณุโลก. วารสารแพทยนาวิ, 46(3). 621–639. (TCI กลุ่ม 1)
11. อาทิตยา วัจนสินธุ์, **จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ**, และสุภาพร แสงอ่วม. (2561). ปัจจัยที่มีผลต่อการจัดการดูแลสุขภาพตนเองของผู้ป่วยเบาหวานชนิดที่ 2 ในเขตบริการสุขภาพแห่งหนึ่ง. วิจัยและพัฒนาระบบสุขภาพ, 11(2), 397–405. (TCI กลุ่ม 1)

12. **จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ**, บุญชนัญญา พงษ์ปรีชา, และรุ่งนภา แยมกสิบ. (2561). ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมหลีกเลี่ยงการได้รับควันบุหรี่มือสองของนักศึกษาในมหาวิทยาลัยแห่งหนึ่ง. วารสารสาธารณสุขมหาวิทยาลัยบูรพา, 13(2), 89–101. (TCI กลุ่ม 1)
13. **จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ**, ณรงค์ศักดิ์ หนูสอน, อาทิตยา วังวนสินธุ์, และบุญชนัญญา พงษ์ปรีชา. (2561). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการขายบุหรี่ให้เยาวชน ของผู้ประกอบการร้านค้าปลีกในเขตสุขภาพที่ 2. วารสารวิจัยระบบสาธารณสุข, 12(1), 56–70. (TCI กลุ่ม 1)
14. **จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ**, บรรณกร เลือสิงห์, วัฒนศักดิ์ จันทร์แปลง, วิเชียร พุททภูมิ, และบุญชนัญญา พงษ์ปรีชา. (2561). ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการจัดการขยะในครัวเรือนของแม่บ้านในอำเภอเขาค้อ จังหวัดเพชรบูรณ์, วารสารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี มหาวิทยาลัยอุบลราชธานี, 20(1): 203–212. (TCI กลุ่ม 1)
15. ศรีนทร์ทิพย์ บุญจันทร์, และ **จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ**. (2561). ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการคัดแยกขยะของแม่บ้าน ในตำบลบึงพระ อำเภอเมือง จังหวัดพิษณุโลก, วารสารบัณฑิตศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏ วไลยอลงกรณ์, 20(1): 180–190. (TCI กลุ่ม 1)
16. ทวีศักดิ์ ศิริพรไพบูลย์, กันตพัฒน์ อนุศักดิ์เสถียร, และ**จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ**. (2561). ความสุขของผู้ปฏิบัติงานในโครงการพัฒนาศักยภาพเครือข่ายสุขภาพระดับอำเภอเพื่อมุ่งสู่อำเภอสร้างเสริมสุขภาพในเขตบริการสุขภาพที่ 2 และ 3 ประเทศไทย. วารสารการพยาบาลและสุขภาพ, 12(1). 173–182. (TCI กลุ่ม 1)
17. Noosorn, N., **Phetphum, C.**, & Yau, S. (2018). A Behavioral Change Program for Reducing Alcohol Consumption among Agricultural Housewife in Extreme Consumption Area of Lower Northern Part. Journal of Nursing and Health Sciences, 12(3), 30–40. (TCI กลุ่ม 1)
18. **จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ**, ณรงค์ศักดิ์ หนูสอน, ปิยะรัตน์ นิ่มพิทักษ์พงศ์, และคณสินีย์ เมฆรุ่งเรืองวงศ์. (2560). ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการจำหน่ายผลิตภัณฑ์ยาสูบให้กับเยาวชนของผู้ประกอบการร้านค้าปลีกในชุมชนชนบท, วารสารพยาบาลทหารบก, 18(1): 113–121. (TCI กลุ่ม 1)
19. **จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ**, ปิยะรัตน์ นิ่มพิทักษ์พงศ์, ณรงค์ศักดิ์ หนูสอน, อรวรรณ กীরดีสิโรจน์, อาทิตยา วังวนสินธุ์. (2560). ทศนคติที่มีต่อร่างพระราชบัญญัติควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบฉบับใหม่ของผู้ประกอบการร้านค้าปลีกที่จำหน่ายบุหรี่ในเขตบริการสุขภาพที่ 2. วารสารวิจัยและพัฒนาระบบสุขภาพ, 10(3): 321–330. (TCI กลุ่ม 1)

20. **จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ**, ณรงค์ศักดิ์ หนูสอน, ปิยะรัตน์ นิ่มพิทักษ์พงศ์, และต้นสนีย์ เมฆรุ่งเรืองวงศ์. (2560). ปัจจัยทำนายพฤติกรรมการจำหน่ายผลิตภัณฑ์ยาสูบให้กับเยาวชนของผู้ประกอบการร้านค้าปลีกในชุมชนชนบท. วารสารพยาบาลทหารบก, 18(1), 113–121. (TCI กลุ่ม 1)
21. **จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ**, วิมล แสงอุทัย, กมลชัย อมรเทพรักษ์, และสมนึก หงส์ยิ้ม. (2560). แนวทางการพัฒนาระบบสุขภาพระดับอำเภอเพื่อการดูแลผู้ป่วยเบาหวานแบบองค์รวมด้วยการวิจัยเชิงปฏิบัติการของอำเภอทัพทัน จังหวัดอุทัยธานี, วารสารสำนักงานป้องกันควบคุมโรคที่ 7 ขอนแก่น, 24(2): 78–89. (TCI กลุ่ม 1)
22. ชนาภัทร บุญประสม, และ **จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ**. (2560). ปัจจัยที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการป้องกันอุบัติเหตุจากการขับขี่รถจักรยานยนต์ของนักเรียนชั้น มัธยมศึกษาปีที่ 1–6 ในสถาบันกวดวิชาเขตปทุมทอง จังหวัดพิษณุโลก, วารสารพยาบาลและสุขภาพ, 11(2): 154–164. (TCI กลุ่ม 1)
23. **จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ**. (2558). การประยุกต์ใช้กระบวนการนโยบายสาธารณะเพื่อการจัดการโรงเรียนปลอดน้ำอัดลม ลูกอม และขนมกรุบกรอบ, วารสารการส่งเสริมสุขภาพและอนามัยสิ่งแวดล้อม, 38(4): 22–34.
24. **จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ** และปิยะรัตน์ นิ่มพิทักษ์พงศ์. (2558). การทบทวนวรรณกรรมเรื่องมาตรการจำกัดการเข้าถึงบุหรี่ของเยาวชน, วารสารสาธารณสุขศาสตร์, 45(3): 310–23. (TCI กลุ่ม 1)
25. **จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ**, ณรงค์ศักดิ์ หนูสอน, ปิยะรัตน์ นิ่มพิทักษ์พงศ์ และต้นสนีย์ เมฆรุ่งเรืองวงศ์. (2558). ปราบกฏการณ์ แบบแผนและภาพจำลองทางความคิดของผู้ประกอบการร้านค้าปลีกในชุมชนชนบทที่จำหน่ายผลิตภัณฑ์ยาสูบให้เยาวชน, วารสารพฤติกรรมศาสตร์, 21(1): 39–59). (TCI กลุ่ม 1)

นำเสนอผลงานวิชาการระดับประเทศ

จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ, กันยารัตน์ ธวัชชัยเจริญยิ่ง, นฤญา ยางธิสาร และกันยา จันทะบุรี. (2562). มาตรการจำกัดการขายบุหรี่ให้เยาวชนโดยการมีส่วนร่วมของเยาวชนในเขตเทศบาลเมืองแห่งหนึ่งของประเทศไทย (Oral presentation) ในงานประชุมวิชาการบูรณาการกับสุขภาพแห่งชาติ ครั้งที่ 18 “Tobacco and Lung Health” ระหว่างวันที่ 20–21 มิถุนายน 2562 ณ หอประชุมวายุภักษ์ โรงแรมเซ็นทรา บาย เซ็นทารา กรุงเทพฯ จัดโดยศูนย์วิจัยและการจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.)

จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ, กันยารัตน์ ธวัชชัยเจริญยิ่ง และบุญชนัญญา พงษ์ปรีชา. (2561). ผลของโปรแกรมการประยุกต์ใช้แบบแผนความเชื่อด้านสุขภาพต่อการป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชาติพันธุ์ม้ง อำเภอเขาค้อ จังหวัดเพชรบูรณ์. งานประชุมวิชาการบูรณาการกับสุขภาพแห่งชาติครั้งที่ 16 (Poster presentation) ณ โรงแรมมิราเคิลแกรนด์คอนเวนชั่น กรุงเทพฯ, จัดโดย ศูนย์วิจัยและการจัดการความรู้ด้านการควบคุมยาสูบ (ศจย.).

จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ และวราวุธ ประเสริฐ. (2560). ความสัมพันธ์ระหว่างระยะทางจากร้านค้าถึงสถานศึกษากับพฤติกรรมการขายบุหรี่ยุคใหม่ให้เยาวชนในสถานศึกษาเขตเมือง จังหวัดอุตรดิตถ์. งานประชุมวิชาการบุหรี่ยุคใหม่กับสุขภาพแห่งชาติครั้งที่ 16 (Poster presentation) ณ โรงแรมมิราเคิลแกรนด์คอนเวนชัน กรุงเทพฯ, จัดโดย ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้ด้านการควบคุมยาสูบ (ศจย.).

จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ และอดิเรก มีบุญ. (2559). ความกังวลของชาวไร่ยาสูบพันธุ์เบอร์เลย์จังหวัดสุโขทัยที่มีต่อร่างพระราชบัญญัติควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบฉบับใหม่. งานประชุมวิชาการบุหรี่ยุคใหม่กับสุขภาพแห่งชาติครั้งที่ 15 (Oral presentation) ณ โรงแรมมิราเคิลแกรนด์คอนเวนชัน กรุงเทพฯ, จัดโดย ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้ด้านการควบคุมยาสูบ (ศจย.).

จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ ปิยะรัตน์ นิมพิทักษ์พงศ์ และอดิเรก มีบุญ. (2559). แนวทางการสื่อสารที่พึงประสงค์ของ (ร่าง) พระราชบัญญัติควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบฉบับใหม่ในมุมมองชาวไร่ยาสูบในชุมชนแห่งหนึ่งในอำเภอศรีสำโรง จังหวัดสุโขทัย (Proceedings) เอกสารประกอบการประชุมวิชาการระดับชาติ “นเรศวรวิจัย” ครั้งที่ 12: วิจัยและนวัตกรรมกับการพัฒนาประเทศ, วันที่ 21 – 22 กรกฎาคม 2559 ณ อาคารเอกาทศรถ มหาวิทยาลัยนเรศวร

จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ. (2558). ชุมชนปฏิบัติการด้านการเรียนรู้: แนวคิดการเลือกในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม กรณีศึกษา การปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการจำหน่ายผลิตภัณฑ์ยาสูบให้เยาวชนของผู้ประกอบการร้านค้าปลีกในชุมชนด้วยกระบวนการด้านการเรียนรู้. (Proceedings) งานประชุมวิชาการด้านชาติพันธุ์ในเอเชีย ครั้งที่ 1 เรื่อง ชีวิต อำนาจ ชาติพันธุ์ (เนื่องในโอกาสครบรอบ 25 ปี มหาวิทยาลัยนเรศวร วันที่ 20 – 21 สิงหาคม 2558 ณ อาคารเอกาทศรถ มหาวิทยาลัยนเรศวร

จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ และปิยะรัตน์ นิมพิทักษ์พงศ์. (2558). มาตรการจำกัดการเข้าถึงผลิตภัณฑ์ยาสูบของเยาวชน: ทบทวนวรรณกรรม. งานประชุมวิชาการบุหรี่ยุคใหม่กับสุขภาพแห่งชาติครั้งที่ 14 (Poster presentation) ณ โรงแรมมิราเคิลแกรนด์คอนเวนชัน กรุงเทพฯ, จัดโดย ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้ด้านการควบคุมยาสูบ (ศจย.).

จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ ณรงค์ศักดิ์ หนูสอน ปิยะรัตน์ นิมพิทักษ์พงศ์ และต้นสนีย์ เมฆรุ่งเรืองวงศ์. (2556). แบบแผนและภาพจำลองทางความคิดของผู้ประกอบการร้านค้าปลีกในชุมชนชนบทที่จำหน่ายผลิตภัณฑ์ยาสูบให้เยาวชน. งานประชุมวิชาการบุหรี่ยุคใหม่กับสุขภาพแห่งชาติครั้งที่ 12 (Oral presentation in Pre-conference) ณ โรงแรมมิราเคิลแกรนด์คอนเวนชัน กรุงเทพฯ, จัดโดย ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้ด้านการควบคุมยาสูบ (ศจย.).

จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ และปิยะรัตน์ นิมพิทักษ์พงศ์. (2556). ผลประกอบการของผู้ประกอบการร้านค้าปลีกที่จำหน่ายผลิตภัณฑ์ยาสูบในชุมชนชนบท. งานประชุมวิชาการบุหรี่ยุคใหม่กับสุขภาพแห่งชาติครั้งที่ 12 (Poster presentation) ณ โรงแรมมิราเคิลแกรนด์คอนเวนชัน กรุงเทพฯ, จัดโดย ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้ด้านการควบคุมยาสูบ (ศจย.).

จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ และปิยะรัตน์ นิมพิทักษ์พงศ์. (2554). The relationship between tobacco retailer factors and tobacco access among adolescent students: A review. งานประชุมวิชาการบุหรีกับสุขภาพแห่งชาติครั้งที่ 10 (Oral presentation in Pre-conference) ณ โรงแรมมิราเคิลแกรนด์คอนเวนชั่น กรุงเทพฯ, จัดโดย ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้ด้านการควบคุมยาสูบ (ศจย.).

จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ, สุพันธ์ พันสัด และจินดา อุบลศรี. (2554). รูปแบบการใช้นโยบายสาธารณสุขเพื่อการจัดการโรงเรียนปลอดน้ำอัดลม ลูกอม และขนมกรุบกรอบ(Proceeding). ในการประชุมวิชาการระดับชาติ วิทยาศาสตร์สุขภาพ ครั้งที่ 1 (Oral presentation) ในงาน มหกรรมสุขภาพชุมชน ภาคเหนือ ปี 2554 ณ มหาวิทยาลัยนเรศวร จังหวัดพิษณุโลก ปี 2554, จัดโดย คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยนเรศวร.

จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ, สุพันธ์ พันสัด และจินดา อุบลศรี. (2552). การร่วมสร้างนโยบายสาธารณสุขเพื่อการจัดการโรงเรียนปลอดน้ำอัดลม ลูกอม และขนมกรุบกรอบ. ในการประชุมวิชาการประจำปี ครั้งที่ 12 เก่าไป? ใหม่มา? ปี 2552 (Oral presentation) ณ ศูนย์แพทยศาสตรศึกษาชั้นคลินิก, จัดโดยโรงพยาบาลพุทธชินราช พิษณุโลก.

จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ. (2551). ร่วมสร้างนโยบายสาธารณสุขเพื่อขจัดอาหารอันตรายจากโรงเรียนของหนู. ในการประชุมวิชาการมหกรรมสร้างสุขภาพ เขตตรวจราชการที่ 18 (Oral presentation) ณ โรงแรมพิมาน จังหวัดนครสวรรค์ประจำปี 2551, จัดโดย สำนักงานหลักประกันสุขภาพแห่งชาติ เขต 3 นครสวรรค์ และสำนักงานสาธารณสุขจังหวัดนครสวรรค์.

จักรพันธ์ เพ็ชรภูมิ นฤมล กุลศิริศรีตระกูล ฤทธิพันธ์ เงินทอง และชฎา ณรงค์ฤทธิ. (2548). การประยุกต์ใช้ระบบสารสนเทศภูมิศาสตร์ในการกำหนดพื้นที่ที่เหมาะสมในการก่อสร้างระบบประปาหมู่บ้านแบบบาดาล จังหวัดพิษณุโลก. ในงานแผนที่และภูมิศาสตร์แห่งชาติ ครั้งที่ 5 ณ โรงแรมแอมบาสเดอร์ กรุงเทพฯ ปี 2548 (Oral presentation), จัดโดย สำนักงานพัฒนาเทคโนโลยีอวกาศและภูมิศาสตร์สารสนเทศแห่งชาติ กระทรวงวิทยาศาสตร์.

การนำเสนอผลงานวิชาการระดับนานาชาติ

Phetphum C. and Nimpitukpong P. (2013).Retailer behavior toward the sale of tobacco in a community near a university in the lower northern Thailand. In poster presentation in the 10th APACT Conference: Ending the tobacco epidemic protecting and keeping health lives(Oral presentation), Makuhari, Chiba, Japan.

Phetphum C. andNimpitukpong P. (2 0 1 3). The pattern of rural retailer behavioral concerning cigarette sale to minors in the lower northern Thailand. In poster presentation in The 10th APACT Conference: Ending the tobacco epidemic protecting and keeping health lives (Oral presentation), Makuhari, Chiba, Japan.

ประสบการณ์การบริหารงานวิจัยและการจัดทำโครงการวิจัย

- ปี 2555 หัวหน้าโครงการวิจัยเรื่อง การประยุกต์ใช้กระบวนการนโยบายสาธารณะเพื่อจัดการโรงเรียนปลอดน้ำอัดลม ลูกอม และขนมกรุบ รับประทาน สำนักงานกองทุนสร้างเสริมสุขภาพ (สสส.)
- ปี 2556 หัวหน้าโครงการวิจัยเรื่อง แนวทางการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมกรรมการจำหน่ายผลิตภัณฑ์ยาสูบให้เยาวชนของผู้ประกอบการร้านค้าปลีกในชุมชนชนบทของจังหวัดพิจิตรด้วยชุมชนปฏิบัติการด้านการเรียนรู้. รับประทาน ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.)
- ปี 2557 หัวหน้าโครงการวิจัยเรื่อง การทบทวนวรรณกรรม: มาตรการจำกัดการเข้าถึงบุหรี่ของเยาวชน รับประทาน ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.)
- ปี 2558 หัวหน้าโครงการวิจัยเรื่อง แนวทางการสื่อสารร่างพ.ร.บ.ควบคุมผลิตภัณฑ์ยาสูบ (ฉบับใหม่) ที่พึงประสงค์กับชาวไร่ยาสูบพันธุ์เบอร์เลย์ จังหวัดสุโขทัย รับประทาน ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.)
- ปี 2559 หัวหน้าโครงการวิจัยเรื่อง มาตรการการจำกัดการจำหน่ายบุหรี่ให้เยาวชนของผู้ประกอบการร้านค้ารอบสถานศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดอุดรธานี รับประทาน ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.)
- ปี 2560 โครงการวิจัยเรื่อง การพัฒนาศักยภาพด้านการวิจัยควบคุมยาสูบสำหรับเครือข่ายนักวิจัยของสำนักงานป้องกันควบคุมโรคในเขตภาคเหนือ (สคร. 1 – 3) (หัวหน้าโครงการ) ทุนสนับสนุนจาก ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.) ปีงบประมาณ 2560 ระยะเวลา 1 ปี
- ปี 2560 โครงการวิจัยเรื่อง รูปแบบการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมด้วยหลักความยั่งยืนลดจากสิ่งเย้ายวน เพื่อลดการบริโภคสุราในสตรีแม่บ้านเกษตรกรในพื้นที่ที่มีอัตราการผลิตสุราสูงในเขตภาคเหนือตอนล่าง (ผู้ร่วมวิจัย) ทุนสนับสนุนจาก สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (วช.) ปีงบประมาณ 2560 ระยะเวลา 1 ปี
- ปี 2561 โครงการวิจัยเรื่อง การพัฒนาศักยภาพด้านการวิจัยควบคุมยาสูบสำหรับเครือข่ายนักวิจัยของสำนักงานป้องกันควบคุมโรคในเขตภาคเหนือ (สคร. 1 – 3) (หัวหน้าโครงการ) ทุนสนับสนุนจาก ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.) ระยะเวลา 2 ปีงบประมาณ 2561 ระยะเวลา 1 ปี

- ปี 2561 โครงการวิจัยเรื่อง การพัฒนามาตรการการจำกัดการเข้าถึงบุหรีของเยาวชน โดยความร่วมมือของคณะกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิต (พชอ.) (หัวหน้าโครงการ) ทูลสนับสนุนจาก ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.) งบประมาณ 2561 ระยะเวลา 1 ปี
- ปี 2562 โครงการพัฒนาและสนับสนุนการวิจัยและวิชาการเพื่อขับเคลื่อนควบคุมนโยบายยาสูบภาคเหนือของหน่วยปฏิบัติการวิจัยและวิชาการด้านการควบคุมยาสูบภาคเหนือ ปีที่ 6 (หัวหน้าโครงการ) ทูลสนับสนุนจาก ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.) งบประมาณ 2561 ระยะเวลา 1 ปี
- ปี 2563 โครงการวิจัยเรื่อง ความชุกและปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการใช้สารเสพติดมากกว่า 1 ชนิดในรอบ 1 วัน ของนักศึกษาอาชีวศึกษาในเขตภาคเหนือ (หัวหน้าโครงการ) ทูลสนับสนุนจาก ศูนย์ศึกษาปัญหาการเสพติด (ศศก.) ปีที่รับทุน พ.ศ. 2563
- ปี 2563 โครงการวิจัยเรื่อง ผลของแนวทางการเสริมสร้างการรับรู้อันตรายของบุหรีและมาตรการจำกัดการเข้าถึงบุหรีของเยาวชนในสถานการณ์การแพร่ระบาดของโรค COVID-19 โดยความร่วมมือของคณะกรรมการพัฒนาคุณภาพชีวิตอำเภอโกสุมพินคร จังหวัดกำแพงเพชร (หัวหน้าโครงการ) ทูลสนับสนุนจาก ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.) ปีที่รับทุน พ.ศ.2563
- ปี 2563 โครงการวิจัยเรื่อง ความต้องการเลิกปลูกยาสูบและความต้องการปลูกพืชทางเลือกหรืออาชีพทดแทนของเกษตรกรชาวไร่ยาสูบพันธุ์เบอร์เลย์ ภาคเหนือตอนล่าง (หัวหน้าโครงการ) ทูลสนับสนุนจาก ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.) ปีที่รับทุน พ.ศ.2563
- ปี 2564 โครงการวิจัยเรื่อง ความชุกและความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมมือถือ และภาวะซึมเศร้า ความรู้สึก ว่าเหว่ความวิตกกังวลทางสังคม และผลการเรียนของเยาวชนในเขตภาคเหนือของประเทศไทย (หัวหน้าโครงการ) ศูนย์ศึกษาปัญหาการเสพติด (ศศก) ปีที่รับทุน พ.ศ.2564
- ปี 2564 โครงการวิจัยเรื่อง การใช้สารเสพติดและการตกเป็นเหยื่อในสถานศึกษาของกลุ่มนักศึกษาที่มีความหลากหลายทางเพศ (LGBTIQ) ในมหาวิทยาลัยในเขตภาคเหนือตอนล่าง (ผู้ร่วมโครงการ) ศูนย์ศึกษาปัญหาการเสพติด (ศศก) ปีที่รับทุน พ.ศ.2564
- ปี 2564 โครงการวิจัยเรื่อง การสำรวจพฤติกรรมกรรมการบริโภคผลิตภัณฑ์ยาสูบ 4 ภูมิภาคของประเทศไทยในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของโควิด 19 ระลอก 3

(ผู้ร่วมโครงการ) ศูนย์วิจัยและจัดการความรู้เพื่อการควบคุมยาสูบ (ศจย.)
ปีที่รับทุน พ.ศ.2564

ภาคผนวก