



## ชื่อเรื่องวิจัย

การแก้ไขปัญหาพฤติกรรมติดเกมส์ของนักศึกษาชั้น ปวช.3/5

## ชื่อผู้วิจัย

อำไพ อุทัย

งานวิจัยฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการพัฒนาทางการศึกษา  
วิทยาลัยเทคโนโลยีอรรถวิทย์พัฒนการ กรุงเทพมหานคร

ปีการศึกษา 2560

**ชื่องานวิจัย** การแก้ไขปัญหาพฤติกรรมติดเกมส์ของนักศึกษาชั้น ปวช. 3/5  
**ชื่อผู้วิจัย** อำไพ อุทัย  
**สาขาวิชา** การจัดการโลจิสติกส์ วิทยาลัยเทคโนโลยีอรรถวิทย์พัฒนชการ  
**ปีการศึกษา** 2560

### **บทคัดย่อ**

การวิจัยครั้งนี้ เพื่อศึกษาการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมติดเกมส์ของนักศึกษาชั้น ปวช. 3/5 ประชากร คือนักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพชั้นปีที่ 3/5 ประจำปีการศึกษา 1/2560 วิทยาลัยเทคโนโลยีอรรถวิทย์พัฒนชการ จำนวน 33 คนเครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้าเป็นการสังเกต การสัมภาษณ์ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้ใช้การสังเกตและนำเครื่องมือที่สร้างขึ้นให้นักศึกษาชั้น ปวช.3/5 ของวิทยาลัยเทคโนโลยีอรรถวิทย์พัฒนชการ จำนวน 33 คน ได้ตอบแบบสอบถามและเก็บข้อมูลด้วยตนเอง การวิเคราะห์ข้อมูลผู้วิจัยใช้ค่าร้อยละในการวิเคราะห์ข้อมูล

### **ผลการวิจัยพบว่า**

การแก้ไขปัญหาพฤติกรรมติดเกมส์ของนักศึกษาชั้น ปวช. 3/5 จากกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 33 คน ได้ทราบถึงการแก้ไขพฤติกรรมติดเกมส์ของนักศึกษาได้ทราบถึงการแก้ไขพฤติกรรมติดเกมส์โดยการชี้แจงถึงผลเสีย และการทำเงื่อนไขข้อตกลงกัน ทำให้นักศึกษาหลายคนหยุดเล่นเกมส์ในโทรศัพท์มือถือระหว่างเรียนมากขึ้น ทำให้นักศึกษาดังใจเรียนมากขึ้นกว่าเดิม

## บทที่ 1

### ความเป็นมาและความสำคัญ

ในยุคของเทคโนโลยีที่ไร้พรมแดน ทำให้มนุษย์สามารถติดต่อสื่อสารกันได้อย่างกว้างขวางผ่านสื่ออินเทอร์เน็ต ซึ่งแนวโน้มในการใช้งานสื่ออินเทอร์เน็ตมีการขยายตัวอย่างต่อเนื่อง เพื่อตอบสนองความต้องการของผู้ใช้ในด้านต่างๆ อินเทอร์เน็ตถือว่าเป็นสารสนเทศที่เปิดกว้างสำหรับบุคคลทั่วไป เป็นการสื่อสารที่ไม่มีขอบเขต ประโยชน์ของอินเทอร์เน็ตนอกจากจะมีประโยชน์ทางด้านการใช้งานเพื่อการศึกษา และด้านธุรกิจแล้ว อินเทอร์เน็ตยังมีประโยชน์ในด้านการใช้งานเพื่อความบันเทิงโดยผู้ใช้งาน สามารถหาความบันเทิงได้อย่างไม่จำกัดผ่านเครือข่าย ความบันเทิงรูปแบบหนึ่งที่ได้รับคามนิยมเป็นอย่างมากคือการเล่นเกมส์

“เกมส์” เป็น สื่อชนิดหนึ่งเป็นที่นิยมเล่นในกลุ่มวัยรุ่น โดยเกมส์นั้นมีทั้งเกมส์ตู้เกมส์คอมพิวเตอร์ และเกมส์ที่เล่นทางโทรศัพท์มือถือ แต่เกมส์ที่ได้รับความนิยมกันมาก คือ เกมส์คอมพิวเตอร์ และมีร้านเปิดให้บริการเพิ่มมากขึ้น และเปิดร้านใกล้กับสถานศึกษา กลุ่มลูกค้าเป้าหมายให้บริการ คือ นักเรียน/ นักศึกษา ดังที่ปรากฏเป็นข่าวบ่อยครั้งตามสื่อโทรทัศน์หนังสือพิมพ์ หรืออินเทอร์เน็ต ว่ามีเด็กติดเกมส์มากขึ้น ร้านเกมส์เป็นแหล่ง มั่วสุม ก่อให้เกิดปัญหาต่าง ๆ

จากการที่เป็นครูที่ปรึกษานักศึกษาระดับชั้น ปวช. 3/5 วิทยาลัยเทคโนโลยีอรรณพวิทยพัฒน์ชยการ ได้สังเกตพฤติกรรมการเล่นเกมส์ของนักเรียนมีความหมกมุ่นอยู่กับการเล่นเกมส์มากเกินไป จนไม่สามารถควบคุมตนเองให้เล่นในเวลาที่กำหนดได้ ทำให้ ต้องใช้เวลาในการเล่นนานติดต่อกันหลายชั่วโมง หรือ ต้องใช้เวลาในการเล่นนานขึ้นเรื่อย ๆ จากเดิมเพียง ไม่กี่ชั่วโมงต่อวัน เพิ่มเป็นหลายชั่วโมงต่อวัน บางคน เล่นข้ามวันข้ามคืน เมื่อถูกบังคับให้เลิกหรือหยุดเล่นจะมีพฤติกรรมในเชิงต่อต้านหรือมีปฏิกิริยาที่แสดงออก ถึงอาการหงุดหงิดไม่พอใจอย่างรุนแรง ซึ่งบางคนอาจ ถึงขั้นเกิดพฤติกรรมก้าวร้าว ส่งผลให้นักศึกษามาเรียนสาย มาแล้วหลับในชั้นเรียน หรือนักศึกษานั่งเล่นโทรศัพท์ในห้องเรียนในระหว่างที่ครูกำลังทำการสอน ทำให้นักศึกษามีผลการเรียนที่ตกต่ำลง และเรียนไม่รู้เรื่อง ส่งผลถึงการสอบนักศึกษาทำข้อสอบไม่ได้ นักศึกษาคิด ขร ขส และ 0 ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะศึกษาการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมการเล่นเกมส์ของนักเรียนชั้น ปวช.3/5 วิทยาลัยเทคโนโลยีอรรณพวิทยพัฒน์ชยการ

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมการเล่นเกมส์ของนักศึกษาชั้น ปวช.3/5 วิทยาลัยเทคโนโลยีอรรณพวิทยัพณิชยการ

## ขอบเขตการวิจัย

ประชากร คือ นักศึกษาระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพปีที่ 3/5 ประจำปีการศึกษา 1/2560 วิทยาลัยเทคโนโลยีอรรณพวิทยัพณิชยการ จำนวน 33 คน

กลุ่มตัวอย่าง คือ นักศึกษาระดับชั้นปวช.3/5 จำนวน 33 คน

ระยะเวลาในการทำวิจัย คือ เดือน มิถุนายน 2560 ถึง กันยายน 2560

## นิยามศัพท์เฉพาะ

1. **นักศึกษา** หมายถึง นักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.3/5) วิทยาลัยเทคโนโลยีอรรณพวิทยัพณิชยการ
2. **เกมส์** หมายถึง โปรแกรมที่ออกแบบมาให้เล่น มีรูปแบบและกฎของการเล่น เพื่อความสนุก เพลิดเพลินและช่วยให้ผู้เล่นคลายอาการตึงเครียดได้ถ้าเล่นอย่างมีขอบเขต
3. **พฤติกรรม** หมายถึง กิริยาของสิ่งมีชีวิตที่แสดงออกมาเพื่อตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่มากระตุ้นทั้งสิ่งเร้าภายในและสิ่งเร้าภายนอก
4. **ผู้ปกครอง** หมายถึง ผู้ปกครองของนักศึกษาที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับประกาศนียบัตรวิชาชีพ (ปวช.3/5) วิทยาลัยเทคโนโลยีอรรณพวิทยัพณิชยการ

## ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ทราบถึงการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมการเล่นเกมส์ของนักศึกษาชั้น ปวช.3/5 วิทยาลัยเทคโนโลยีอรรณพวิทยัพณิชยการ
2. นักศึกษาจะมีผลการเรียนที่ดีขึ้น

## สมมุติฐาน

1. รู้ถึงวิธีการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมการเล่นเกมส์ของนักศึกษาชั้น ปวช.3/5 วิทยาลัยเทคโนโลยีอรรณพวิทยัพณิชยการ
2. สามารถลดผลเสียที่มีผลกระทบต่อการเรียน

## บทที่ 2

### แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

“การศึกษาการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมเกมการติดเกมส์ของนักศึกษาชั้นปวช.3/5วิทยาลัยเทคโนโลยีอรรณพวิทยัพณิชยการ ” ครั้งนี้ผู้วิจัยได้ศึกษาเอกสารความรู้งานวิจัยตลอดจนบทความที่เกี่ยวข้องดังประเด็นศึกษาต่อไปนี้

1. ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมมนุษย์
  - 1.1 ความหมายของพฤติกรรม
  - 1.2 ประเภทของพฤติกรรม
  - 1.3 วิธีการศึกษาพฤติกรรมมนุษย์
2. ความหมายของพฤติกรรมเกมการติดเกมส์
3. เกณฑ์การวินิจฉัย
4. ปัจจัยเสี่ยงที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมเกมการติดเกมส์
5. ผลกระทบที่เกิดจากพฤติกรรมเกมการติดเกมส์
6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

#### 1. ความรู้เกี่ยวกับพฤติกรรมมนุษย์

##### 1.1 ความหมายของพฤติกรรม

พฤติกรรม (BEHAVIOR) เป็นคำอธิบายการแสดงปฏิกิริยาตอบสนองต่อสิ่งเร้าในสถานการณ์ต่างๆที่สังเกตเห็นได้ง่ายและยากได้แก่การกระทำทางกาย “กายกรรม” เช่นการยืนเดินนั่งนอนดูและการทำงานเป็นต้นและการกระทำทางวาจา “วจีกรรม” เช่นการพูดทักทายสื่อสารทางวาจาและการสั่งสอนจากถ้อยคำซึ่งจำเป็นต้องสังเกตติดตามวิเคราะห์ตีความหรือประเมินค่าต่อสิ่งที่เกิดขึ้นต่อไป

##### 1.2 ประเภทของพฤติกรรม

เดนนิส (DENNIS,1994:2) กล่าวว่าพฤติกรรมมนุษย์อาจแบ่งเป็น 2 ประเภทคือ

- พฤติกรรมภายนอก (OVERT BEHAVIOR) เช่นการกินการพูดการอ่านและการเขียนเป็นต้น เป็นพฤติกรรมที่สามารถสังเกตได้ชัดเจนโดยไม่ต้องใช้เครื่องมือช่วยพิจารณา

- พฤติกรรมภายใน (COVERT BEHAVIOR) เช่นหัวใจเต้นเต้นเหนือขึ้นชมเป็นต้นเป็น พฤติกรรมในระดับจิตสำนึกเกิดจากความรู้สึกการรับรู้การคิดภาพพจน์ซึ่งเป็นกระบวนการทำงานของสมองที่มีเป้าหมายเป็นกาตระหนักรู้ตนในปัจจุบัน

1.3 วิธีการศึกษาพฤติกรรมมนุษย์ การศึกษาพฤติกรรมมนุษย์ของบุคคลที่มีจุดหมายวิธีการศึกษาหาคำตอบเชิงพฤติกรรมแบ่งออกเป็นวิธีการสำคัญได้ 2 วิธีดังนี้

1. วิธีการศึกษาแบบธรรมชาติ (Natural method) เป็นวิธีการศึกษาในสภาพแวดล้อมตามธรรมชาติมิได้มีการเปลี่ยนแปลงสิ่งต่างๆแต่อย่างใดได้แก่วิธีดังต่อไปนี้

- การสังเกต
- การสำรวจ
- การศึกษารายกรณี
- การศึกษาโดยใช้แบบทดสอบ
- การวัดทางกายภาพหรือการวัดทางจิตสรีระ

2. วิธีการทดสอบ (Experimental method ) เป็นการศึกษาด้วยวิธีการทดลองและหาความสัมพันธ์ของเหตุและผลกระทบบที่มีความผิดพลาดน้อยที่สุดตัวแปรที่เกี่ยวข้องกับเหตุเรียกว่าตัวแปรอิสระ(Independent Variable) และตัวแปรที่เป็นผลเรียกว่าตัวแปรตาม (Depent - Variable) เพื่อนำกลุ่มตัวอย่างมาวิเคราะห์และสรุปผลต่อไป

## 2. ความหมายของพฤติกรรมการติดเกมส์

พฤติกรรมการติดเกมส์เป็นพฤติกรรมที่เด็กมีความหมกมุ่นอยู่กับการเล่นเกมส์มากเกินไปจนไม่สามารถควบคุมตนเองให้เล่นในเวลาที่กำหนดได้ ทำให้ต้องใช้เวลาในการเล่นนานติดต่อกันหลายชั่วโมง หรือ ต้องใช้เวลาในการเล่นนานขึ้นเรื่อย ๆ จากเดิมเพียงไม่กี่ชั่วโมงต่อวัน เป็นหลายชั่วโมงต่อวัน บางคน เล่นข้ามวันข้ามคืน เมื่อถูกบังคับให้เลิกหรือหยุดเล่นจะมีพฤติกรรมในเชิงต่อต้าน หรือมีปฏิกิริยาที่แสดงออก ถึงอาการหงุดหงิดไม่พอใจอย่างรุนแรง ซึ่งบางคนอาจ ถึงขั้นเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ [1,2]

### 3. เกณฑ์การวินิจฉัย

ปัญหาการติดเกมส์ในเด็กและวัยรุ่นเป็นปัญหาที่ เพิ่งเกิดขึ้นเมื่อไม่นานมานี้ จึงยัง ไม่มีเกณฑ์วินิจฉัยตาม มาตรฐาน เด็กและวัยรุ่นที่ติดเกมส์จะมีพฤติกรรมคล้าย กับผู้ป่วยติดสารเสพติด (substance dependence)ว่ามีผลกระทบต่อตนเองอย่างมาก เด็กและวัยรุ่นที่ติดเกมส์จะหมกมุ่นกับการเล่นเกมส์มาก จนละเลยหน้าที่ ความรับผิดชอบทั้งด้านการเรียน การทำงานบ้าน ผลการเรียนลดลง ขอมอดอาหาร เพื่อที่จะได้เล่นเกมส์ อย่างต่อเนื่องจนมีผลกระทบต่อสุขภาพ ขอมเลิกกิจกรรม อื่น ๆ ที่เคยทำและรู้สึก สนุกสนาน และมีปัญหาพฤติกรรมหลายอย่างตามมา ได้แก่ โกหก ขโมย ก้าวร้าว หนีเรียน หนีออกจาก บ้าน เล่นการพนัน เป็นต้น [2,3]

### 4. ปัจจัยเสี่ยงที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมติดเกมส์

3.1 ปัจจัยทางด้านชีวภาพ อาการติดเกมส์เป็นอาการเสพติดอย่างหนึ่ง เช่นเดียวกับการติด สารเสพติดหรือการพนัน Koepf และคณะ (1999) พบว่าการเล่นเกมส์ทำให้มีการหลั่งสารโดพามีน (dopamine) ที่

สมองส่วนสไตรตัม (striatum) รวมทั้งสมองส่วนนิวเคลียส แอคคัมเบนซ์ (nucleus accumbens) ทำให้มีความอยากหรือความ ต้องการสิ่งเร้านั้นเพิ่มขึ้น และนอกจากนี้ยังมีการศึกษา ที่ พบว่าเด็กและวัยรุ่นที่เล่นเกมส์มีการท างานของสมอง ส่วนพรีฟรอนทัล (prefrontal cortex) ลดลง จาก ข้อมูลดังกล่าวและความรู้ทางชีววิทยาของระบบ ประสาทเกี่ยวกับพฤติกรรมของผู้ป่วยติดสารเสพติด จึงอาจอธิบายได้ว่าการหลั่งของสารโดพามีนในระบบ สมองส่วนกลางซึ่งก่อให้เกิดความสุขและเสพติด (brain reward circuit) ทำให้เกิดแรงจูงใจในการเล่น ในระยะแรก แต่การหลั่งของโดพามีนที่มี ปริมาณมาก และเป็นเวลานานจากการเล่นเกมส์ อาจทำให้สมองส่วนที่เกี่ยวข้องกับการเปลี่ยนแปลงใน ลักษณะเดียวกันในระยะต่อมาเด็กและวัยรุ่นที่ติดเกมส์จึงมีความหมกมุ่นกับการเล่นเกมส์เป็นอย่างมาก คล้ายกับผู้ป่วยที่ติดสารเสพติดที่หมกมุ่นกับการเสพติด และผู้ป่วยติดการพนันที่หมกมุ่นกับ การพนัน จนละเลยการทำกิจกรรมที่ให้ความเพลิดเพลินใจอย่างอื่น และมีความต้องการเล่นเกมส์ที่ ควบคุมได้ยาก โดยเฉพาะเมื่อมีสิ่งเร้าที่สัมพันธ์ กับการเล่นเกมส์ ได้แก่ เครื่องคอมพิวเตอร์ โทรศัพท์ เครื่องคอมพิวเตอร์ tablet ร้านเกมส์หรือสถานที่ที่เคย เล่นเกม และเพื่อน เป็นต้น [1,4]

3.2 ปัจจัยด้านจิตสังคม ด้วยสมบัติของเกมส์ที่สามารถตอบสนอง ความต้องการทาง จิตใจของเด็กและวัยรุ่นได้เป็นอย่างดี ไม่ว่าจะเป็นความสนุกสนาน ความรู้สึกประสบความสำเร็จ และ การระบายแรงขับด้านความก้าวร้าว ซึ่งสิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นผลให้ผู้เล่นเกิดความรู้สึกทำทาย กับการเล่นที่

มีระดับความยากเพิ่มมากขึ้น แต่ถ้าเล่น ซ้ำๆ และเล่นให้มากขึ้นจะมีโอกาสชนะและได้รับ รางวัลตอบ แทนทันที ได้แก่ คะแนน หรือไอเท็ม (item) พิเศษที่ได้จากการชนะในแต่ละด่าน และการ เล่นในระดับ ที่สูงขึ้น เป็นต้น ซึ่งถือเป็นแรงเสริม ทางบวกที่ทำให้ผู้เล่นเกิดความรู้สึกพึงพอใจที่ตนเอง สามารถเล่น จนชนะหรือประสบความสำเร็จได้ โดยเฉพาะเด็กและวัยรุ่นที่มีความรู้สึกภาคภูมิใจใน ตนเอง (low self-esteem) จึงมักสนุกสนานและพึงพอใจกับความสำเร็จจากการเล่นเกม และยังใน ปัจจุบันมีการ พัฒนารูปแบบเกมส์ออกมาใหม่ ๆ มากมาย และที่ได้รับความนิยมมากในปัจจุบัน คือ Massively-Multiplayer Role-Playing Online Game (MMRPOG) ซึ่งเป็นเกมส์ที่ผู้เล่นแต่ละคนจะสวม บทบาทเป็น ตัวละครตัวหนึ่งในโลก สร้างสังคมออนไลน์ ในเกมส์สามารถสร้างห้องขึ้นมาพูดคุยแลกเปลี่ยน มีการ ส่งข้อความถึงกันได้ในเกมส์เพื่อสื่อสารกัน จากสมบัติของเกมส์นี้สามารถตอบสนองความต้องการทาง จิตใจ ด้านสังคมให้กับเด็กและวัยรุ่นด้วย เช่น ความรู้สึกมีกลุ่มเพื่อน การได้รับการยอมรับจากบุคคลอื่น เด็กและวัยรุ่นที่เล่นเกมส์ออนไลน์มักควบคุมเวลาในการเล่นได้ยากเนื่องจากความสนุกสนาน ความ ต่อเนื่องของเกมส์ และการมีเพื่อนเข้าร่วมเล่นจำนวนมาก ทำให้มีตัวละครในเกมหลายบทบาท รวมทั้ง ถ้าเพื่อนในกลุ่มยังไม่เลิกเล่นก็ต้องเล่นต่อเพื่อช่วยเหลือเพื่อนในกลุ่ม พบว่าเด็กและวัยรุ่นที่ติดเกมส์ มักมีผลการเรียนไม่ดี ขาดความนับถือตนเอง มีปัญหาพฤติกรรมอย่างอื่น เช่น เครียดและซึมเศร้า และมี เด็กและวัยรุ่นจำนวนมากเล่นเกมส์เพื่อหลีกเลี่ยงการเผชิญความเครียดหรือปัญหาใน ด้านต่าง ๆ [1-3,5]

3.3 ปัจจัยด้านครอบครัว ครอบครัวเป็นสถาบันทางสังคมพื้นฐานที่ ใกล้ชิดและมีส่วนใน การขัดเกลาทางสังคมให้กับเด็ก และวัยรุ่นมากที่สุด เด็กติดเกมส์มักพบในครอบครัวที่ ขาดการฝึก ระเบียบวินัยให้ลูกอย่างเหมาะสมตั้งแต่วัย เด็ก อาจเกิดขึ้นเนื่องจากการที่พ่อแม่ขาดทักษะในการ ฝึก วินัย ไม่มีเวลาหรือไม่ได้ให้ความสนใจ ศักดิ์เพียงพอ มัก เป็นครอบครัวที่พ่อแม่ไม่สามารถติดตาม พฤติกรรมลูก ได้อย่างเหมาะสม บางครอบครัวพ่อแม่มีความ

ใกล้ชิด และผูกพันทางอารมณ์กับลูกน้อย บางครอบครัวเด็ก และวัยรุ่นอาจมีความเครียดจากความ คาดหวังของพ่อ แม่ ปัญหาความขัดแย้ง หรือปัญหาการสื่อสารใน ครอบครัว และการที่บางครอบครัว ไม่มีเวลาควบคุม เด็ก หรือมองไม่เห็นความจ ว่าเป็นที่จะต้องจ กัดเวลาใน การเล่นเกมส์ของลูกตั้งแต่ แรก แต่กลับรู้สึกพอใจที่เห็น เด็กเล่นเกมส์เงิบ ๆ คนเดียวได้ โดยไม่ต้องรบกวนตน ทำให้พ่อแม่มี เวลาเป็นส่วนตัวมากขึ้น หลายครอบครัว ใช้เกมส์เป็นพี่เลี้ยงดูแลลูกแทนตนเอง จึงลืมนำถึง ผลดี ผลเสียที่จะเกิดขึ้นตามมา [1,2]



3.4 ปัจจัยด้านสังคม กลุ่มเพื่อนและสังคมมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมของเด็กและวัยรุ่นมาก เด็กและวัยรุ่นจำนวนมากมี เครื่องเล่นเกมส์หรือคอมพิวเตอร์สำหรับเล่นเกมส์อยู่ที่บ้าน จึงเป็นแรงผลักดันให้เด็กและวัยรุ่นอีกส่วนหนึ่ง เกิดความต้องการเล่นเกมส์ตามไปด้วย [3] กลุ่มเพื่อนนั้น นับเป็นปัจจัยเสริมอีกอย่างหนึ่งที่ทำให้เด็กและวัยรุ่น ติดเกมส์มากขึ้น โดยเฉพาะเกมส์ที่ต้องเล่นด้วยกัน โดย แบ่งเป็นตัวละครต่าง ๆ โดยตัวละครนั้นมีความสามารถในการต่อสู้ที่แตกต่างกัน และต้องคอยช่วยเหลือกันเพื่อเอาชนะฝ่ายตรงข้ามให้ได้ เกมส์เหล่านี้ทำให้เด็กที่ขาดการยอมรับจากสังคมจริงในชีวิต ประจำวัน รู้สึกว่าตนเองมีตัวตนและได้รับการยอมรับ จากกลุ่มรวมถึงเมื่อเอาชนะจะได้รับการยกย่องจากกลุ่มเพื่อน [2,5] อีกทั้งในปัจจุบันสังคมไทยมีค่านิยมสนับสนุนให้เด็กและวัยรุ่นใช้คอมพิวเตอร์โดยมีสื่อโฆษณาเป็นตัวกระตุ้นถึงความสามารถและความ ทันสมัยจากการใช้คอมพิวเตอร์ ในทางกลับกันหาก กลุ่มเพื่อนของเด็กเป็นเด็กเรียนหรือทำกิจกรรมอื่น มากกว่าเล่นเกมส์เพื่อนกลุ่มนี้ จะเป็นปัจจัยที่มีส่วนช่วยให้เด็กลดโอกาสในการติดเกมลง 2.4 เท่า [1]

#### 4. ผลกระทบที่เกิดจากพฤติกรรมการติดเกมส์

4.1 ด้านสุขภาพร่างกาย ทำให้มีเวลาในการออกกำลังกายลดน้อยลง และส่งผลโดยตรงในการแสดงออกของอาการทางกาย ที่หาสาเหตุไม่ได้ ได้แก่ ปวดศีรษะ ปวดหลัง ปวดท้อง เจ็บหน้าอก อ่อนเพลีย เป็นต้น แต่เมื่อหยุดเล่นเกมส์ แล้วอาการจะหายไป โดยการเล่นเกมส์นั้นทำให้หัวใจเต้นเร็วขึ้น ความดันโลหิตสูงขึ้น และยังสัมพันธ์กับการเป็น โรคอ้วนในเด็กและวัยรุ่นที่เพิ่มมากขึ้นในปัจจุบันด้วย นอกจากนี้การเล่นเกมส์อาจกระตุ้นให้เกิดอาการลมชักได้ โดยโรคลมชักยังมีชนิดที่ไวต่อแสงซึ่งจะถูกกระตุ้นให้เกิดอาการลมชักจากการเล่นเกมส์ได้ง่ายขึ้น และหากมีการนั่งอยู่กับที่เป็นเวลานาน ๆ อาจทำให้เกิดลิ้มเลือดไปอุดตันหลอดเลือดส่วนต่าง ๆ ได้ ที่พบ ได้บ่อย คือ ลิ้มเลือดอุดตันหลอดเลือดดำที่ขา ทำให้การไหลเวียนของเลือดที่อวัยวะส่วนนั้นผิดปกติไป และ อาจส่งผลถึงอาการปวดบวมอย่างรุนแรง [1-3,6]

4.2 ด้านพัฒนาการ มีผลโดยตรงในเรื่องของพัฒนาการด้านสังคมแม้ว่าเด็กจะมีสังคมแบบออนไลน์จากการเล่นเกมส์ก็ตาม แต่ไม่เหมือนกับการปฏิสัมพันธ์ในสังคมของความเป็นจริงและอาจส่งผลถึงภาวะสภาพทางจิตใจของเด็ก ได้แก่ ซึมเศร้า รู้สึกว่าเหว่ วิตกกังวล และ เครียดจากการเล่นเกมส์ เป็นต้น ที่สำคัญคือความสัมพันธ์ภายในครอบครัวที่ลดลง เด็กติดเกมส์มักไม่ค่อยเข้าร่วมกิจกรรมหรือสานสัมพันธ์กับคนในครอบครัว เพราะมักแต่กรุ่นคิดอยู่กับการเล่นเกมส์เพื่อต้องการได้ ชัย

ชนะ และยังหมายรวมถึงพัฒนาการทางสติปัญญาที่ ลดน้อยลง เนื่องจากไม่ได้รับการฝึกฝนและไม่สนใจใน การเรียนจนอาจทำให้ผลการเรียนตกต่ำลง [1,3]

4.3 ด้านพฤติกรรมและสภาพจิตใจ เด็กติดเกมส์จะเสี่ยงต่อการมีพฤติกรรม ก้าวร้าว รุนแรง ด้วยการเลียนแบบมาจากเกมส์ที่ตนเองเล่นอยู่แล้วนำมาใช้ในชีวิตรจริง โดยเริ่มจากการมีความคิดและอารมณ์ที่รุนแรงจนแสดงออกมาเป็นพฤติกรรมในที่สุดเนื่องจากการเล่นเกมส้นั้นจะมีบทบาทของผู้เล่นให้เป็นผู้กระทำความรุนแรงด้วย ตนเองและได้รับรางวัลหรือไต่ระดับความสามารถ ใน เกม นั้น ๆ ขึ้นเรื่อย ๆ เป็นการเสริมแรงให้กับผู้เล่น [1, 3,7] การที่เล่นเกมส้นที่มีความรุนแรงเป็นเวลานานทำให้ บุคคลนั้นมีการรับรู้ แปลความหมาย ตัดสินใจ และ ตอบสนองต่อสถานการณ์ต่าง ๆ ไป ในทางก้าวร้าว รุนแรงมากขึ้นจนทำให้เกิดเป็นความเคยชิน

4.4 ด้านการเรียนการทำงาน และสังคม ผู้เล่นเกมส้นจะหมกมุ่นอยู่แต่กับการเล่นเกมส้น จน ไม่สนใจในการเรียน ไม่รับผิดชอบต่อนหน้าที่ของ ตนเอง ผลการเรียนตกต่ำลง ไม่มีสมาธิเวลาทำงาน และขาดสัมพันธภาพกับผู้อื่น โดยเฉพาะกับคนใน ครอบครัว จนก่อให้เกิดเป็นอาการซึมเศร้า วิตกกังวล และความเครียดได้ แต่ที่เด่นชัดคือจะมีการแยกตัวออกจากสังคม แล้วนำตนเองเข้าไปอยู่ในสังคมออนไลน์ แทน ซึ่งไม่มีปฏิสัมพันธ์ของความเป็นจริงแต่อย่างใด จึงอาจส่งผลต่อสภาพจิตใจในทางลบ ได้ง่ายยิ่งขึ้น 1-3, 7 วารสารวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี ปีที่ 22 ฉบับที่ 6 (ฉบับพิเศษ) 2557

ศิริไชย หงษ์สงวนศรี และพนม เกตุมาน, 2548, พฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์และปัญหา การติดเกมในวัยรุ่น, เอกสารประกอบการประชุม วิชาการ ราชวิทยาลัยจิตแพทย์แห่งประเทศไทย ประจำปี 2548, ราชวิทยาลัยจิตแพทย์แห่งประเทศไทย, กรุงเทพฯ

## 6. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

วรพจน์พวงสุวรรณ(2541, บทคัดย่อ) ได้ศึกษาพฤติกรรมการเล่นเกมส์คอมพิวเตอร์ของเด็กนักเรียนมัธยมศึกษาในเขตกรุงเทพมหานครมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาพฤติกรรมการเล่นเกมส์คอมพิวเตอร์ของเด็กนักเรียนมัธยมในเขตกรุงเทพมหานครทั้งระดับมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลาย วามีความแตกต่างกันหรือไม่อย่างไรและส่วนผลกระทบต่อการเปิดสื่อสารสนเทศและสื่อมวลชนหรือไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กนักเรียนมัธยมศึกษาจำนวน 400 คนผลการศึกษาพบว่าพฤติกรรมการเล่นเกมส์คอมพิวเตอร์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลายจะใช้เวลาในการเล่นเกมส์ไม่แตกต่างกันเด็กนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นและตอนปลายเล่นเกมส้นแตกต่างกันเป็นส่วนใหญ่มีเพียงเกมส์ผจญภัยเท่านั้นที่เด็กนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นเล่นมากกว่าเด็กนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นมีพฤติกรรม

การพิชิตเกมส์ไม่แตกต่างจากเด็กนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายยกเว้นการให้บุคคลอื่นแนะนำเด็กนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายยอมรับคำแนะนำจากเพื่อนมากกว่าเด็กนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นและเด็กนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นจะรับคำแนะนำจากรุ่นพี่มากกว่าการได้มาของเกมส์ส่วนใหญ่เด็กนักเรียนมัศึกษามีการได้การมาของวิธีการแหล่งของเกมส์ไม่แตกต่างกันยกเว้นการแลกกับเพื่อนและการสำเนาจากคนอื่นนักเรียนมัธยมศึกษาตอนปลายจะมีพฤติกรรมในการได้มากกว่าเด็กนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นประกายทิพย์นิยมรัฐ(2547, บทคัดย่อ) ศึกษาปัจจัยทางจิตสังคมและความรู้สึกแสวงหาสิ่งตื่นเต้นเร้าใจที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในกรุงเทพมหานครโดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาปัจจัยทางจิตสังคมและความรู้สึกแสวงหาสิ่งตื่นเต้นเร้าใจที่สัมพันธ์กับพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์และความสุขของพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในกรุงเทพมหานครโดยศึกษาจากกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด 768 คนจากโรงเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในกรุงเทพมหานคร 10 โรงเรียนซึ่งเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยแบ่งออกเป็น 3 ส่วนคือ 1. แบบสอบถามข้อมูลส่วนบุคคลและพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ 2. แบบประเมินภาวะสุขภาพจิต GHQ 28 และ 3. แบบประเมินภาวะความรู้สึกแสวงหาความตื่นเต้นเร้าใจสำหรับสถิติที่ใช้คือ ค่าเฉลี่ยร้อยละส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน Chi Square Test, Unpaired t-test, Pearson's Product Moment และ One Way ANOVA ผลการวิจัยพบว่าความสุขของพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ในช่วงเวลา 6 เดือนของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในกรุงเทพมหานครเป็นร้อยละ 43.7 และปัจจัยด้านจิตสังคมด้านประวัติการใช้สารเสพติดรายได้รวมของครอบครัวและจำนวนเพื่อนสนิทมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 นักเรียนที่มีเกรดเฉลี่ยในภาคการศึกษาที่ผ่านมาดีจะเล่นเกมออนไลน์ มากกว่าอย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ 0.05 และปัจจัยด้านความรู้สึกแสวงหาสิ่งตื่นเต้นเร้าใจระดับปานกลางและสูง มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ ที่ระดับ 0.01

ธนะวัฒน์วรรณประภา(2547, บทคัดย่อ) ศึกษาเส้นทางสู่การเล่นและปัจจัยด้านโปรแกรมของเกมออนไลน์หลากหลายผู้เล่นชนิดผจญภัยที่ส่งผลทำให้ผู้เล่นชื่นชอบผู้วิจัยใช้การวิจัยเชิงคุณภาพโดยเก็บข้อมูลภาคสนามด้วยวิธีการสัมภาษณ์เชิงลึกและการสังเกตแบบมีส่วนร่วมกลุ่มผู้ให้ข้อมูลหลักเป็นนักเรียนระดับมัธยมศึกษาและระดับอุดมศึกษาในจังหวัดชลบุรีจำนวน 33 คน โปรแกรมออนไลน์ที่ผู้วิจัยเลือกศึกษาคือเกมส์เร็กนาร์ร็อกออนไลน์ผลการศึกษาค้นคว้าพบว่า

1. เส้นทางการเล่นเกมเร็กนาร็อกออนไลน์แบ่งเป็น 3 ชั้นคือ 1. การรู้จักเกมเร็กนาร็อกออนไลน์ 2. การตัดสินใจเล่น และ 3. การเรียนรู้วิธีการเล่น

2. ปัจจัยด้านโปรแกรมที่ส่งผลต่อความชื่นชอบการเล่นเกมส์มีดังนี้ปัจจัยเกี่ยวกับระดับชั้นเป็นระดับความสามารถของผู้เล่นในเกมส์ที่แสดงถึงความเก่งผู้เล่นมีความอยากได้ค่าระดับชั้นที่สูงขึ้นจึงนั่งเล่นเป็นเวลานานเพื่อให้ ตัวละครเก่งขึ้นปัจจัยเกี่ยวกับความเป็นออนไลน์และสังคมเสมือนเป็นความสามารถของโปรแกรมที่ให้ผู้เล่นมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างกันได้ทำให้ผู้เล่นมีเพื่อนมากมายเกิดเป็นสังคมเสมือนขึ้นในเกมส์ปัจจัยเกี่ยวกับการเล่น เป็นทีมผู้เล่นสามารถสร้างกลุ่มขึ้นได้ในเกมส์เพื่อเล่นไปพร้อมกันการเล่นเป็นทีมสามารถสร้างชื่อเสียงให้กับกลุ่มและตนเองได้ปัจจัยเกี่ยวกับความท้าทายเกมส์นี้มีความท้าทายที่หลากหลายได้แก่ความท้าทายในการเปลี่ยนอาชีพเปลี่ยนระดับชั้นเปลี่ยนค่าสถานะตัวละครเรื่องของการต่อสู้ระหว่างผู้เล่นกับผู้เล่น

## บทที่ 3

### วิธีการดำเนินการศึกษาค้นคว้า

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อแก้ไขปัญหาพฤติกรรมเกมการติดเกมส์ของนักศึกษาชั้นปวช.3/5 ของนักศึกษาชั้นประกาศนียบัตรวิชาชีพ ปีที่ 3 ปีการศึกษา 2560 วิทยาลัยเทคโนโลยีอรรณพวิทยัพณิชยการ ได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

1. ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย
2. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง
3. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย
4. การเก็บรวบรวมข้อมูล
5. การวิเคราะห์ข้อมูล

#### 1. ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยได้กำหนดขั้นตอนในการวิจัยไว้ดังนี้

1. ศึกษาหลักการความหมายของพฤติกรรมเกมการติดเกมส์ เหน้กการวินิจฉัย ปัจจัยเสี่ยงที่ก่อให้เกิดพฤติกรรมเกมการติดเกมส์ ผลกระทบที่เกิดจากพฤติกรรมเกมการติดเกมส์
2. กำหนดสมมติฐานเพื่อทำการศึกษากการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมเกมการติดเกมส์ของนักศึกษาชั้น ปวช.3/5 ปีการศึกษา 2560 วิทยาลัยเทคโนโลยีอรรณพวิทยัพณิชยการ
3. กำหนดวัตถุประสงค์
4. กำหนดกลุ่มประชากร ในการวิจัยครั้งนี้ได้กำหนดกลุ่มประชากร คือ นักศึกษาชั้น ปวช.3/5 ของวิทยาลัยเทคโนโลยีอรรณพวิทยัพณิชยการ จำนวน 33 คน
5. สร้างเครื่องมือการวิจัย โดยผู้วิจัยศึกษาจากหลักการ ทฤษฎี แนวคิด วัตถุประสงค์ เพื่อจำแนกว่า ควรสร้างเครื่องมือวัดด้านใดบ้างให้เหมาะสมกับสภาพของนักศึกษา ปวช.3/5 ของวิทยาลัยเทคโนโลยีอรรณพวิทยัพณิชยการ จำนวน 33 คน ที่นำมาทำการวิจัยในครั้งนี้
6. การเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บข้อมูลด้วยตัวเองโดยการสังเกตพฤติกรรม การสัมภาษณ์ และแบบสอบถามนักศึกษา
7. การสรุปผลการวิจัยและนำเสนอผลการวิจัย โดยนำข้อมูลที่ได้นำมาวิเคราะห์ข้อมูลและเขียนสรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล

## 2. ประชากร/กลุ่มตัวอย่าง

ประชากร / กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นนักศึกษา ปวช.3/5 ของวิทยาลัยเทคโนโลยีอรรถวิทย์พัฒนชกการ จำนวน 33 คน

## 3. เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

ในการทำวิจัยครั้งนี้ เครื่องมือที่ใช้การสังเกตพฤติกรรม การสัมภาษณ์ แบบสอบถาม ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง

## 4. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการเก็บรวบรวมข้อมูล ผู้วิจัยได้ใช้การสังเกต การสัมภาษณ์ และนำเครื่องมือที่สร้างขึ้นให้นักศึกษาชั้น ปวช.3/5 ของวิทยาลัยเทคโนโลยีอรรถวิทย์พัฒนชกการ จำนวน 33 คน ได้ตอบแบบสอบถามและเก็บข้อมูลด้วยตนเอง

## 5. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยใช้ค่าร้อยละในการวิเคราะห์ข้อมูล

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การศึกษาวิจัยการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมกรรมการติดเกมของนักศึกษาชั้นปวช.3/5 ปีการศึกษา 2560วิทยาลัยเทคโนโลยีอรรถวิทย์พัฒนชยการ จำนวน 33 คน ปรากฏว่านักศึกษาส่วนใหญ่ให้ความสำคัญร่วมมือเป็นอย่างดีจึงทำให้นักศึกษามีการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมต่อตัวนักศึกษาเองทำให้อัตราผู้วิจัยได้ดำเนินการเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูลตามลำดับขั้นตอนดังนี้

1. การวิเคราะห์ข้อมูล
2. ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยได้ดำเนินการติดตามข้อมูลด้วยตัวเองโดยการสังเกตพฤติกรรม สัมภาษณ์ และขอความร่วมมือกับผู้ปกครองในการแก้ไข สรุปได้ดังนี้

ผลของการสังเกตพฤติกรรมกรรมการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมกรรมการติดเกมส์ของนักศึกษาชั้นปวช.3/5 จำนวน 33 คน ครูผู้สอนได้สังเกตพฤติกรรมระหว่างการเรียนรู้ของนักศึกษว่านักศึกษาส่วนใหญ่แอบเล่นโทรศัพท์มือถือไม่สนใจเรียน เมื่อลองใช้คำถามสอบถามถึงความเข้าใจในเนื้อหาของบทเรียน นักศึกษาตอบไม่ได้ เป็นผลมาจากการเล่นโทรศัพท์ ต่อมาครูผู้สอนจึงใช้วิธีสัมภาษณ์นักศึกษาทีละคน ว่านักศึกษาคิดที่เล่นเกมส์ในโทรศัพท์มือถือบ้าง นักศึกษาทุกคนเล่นเกมส์ในโทรศัพท์เหมือนกันหมดทุกคน ครูผู้สอนจึงใช้วิธีพูดคุยข้อตกลงกันว่าในระหว่างการเรียนรู้ไม่ให้นักศึกษาเอาโทรศัพท์ขึ้นมาเล่น โดยการขอร้องและบอกถึงผลเสียของการเล่นโทรศัพท์ในระหว่างการเรียนรู้จะทำให้ นักศึกษามีปัญหาเรื่องการเรียนส่งผลถึงเกรดในแต่ละรายวิชาไม่ดี นักศึกษาส่วนใหญ่จึงปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองโดยการงดเล่นเกมส์ในโทรศัพท์มือถือ หลังจากทำข้อตกลงกันแล้วครูผู้สอนจึงสังเกตพฤติกรรมการเล่นเกมส์ต่อไปในระหว่างการสอนปรากฏว่ายังมีนักศึกษาอีก 4 คน ที่ยังแอบเล่นเกมส์ในโทรศัพท์มือถืออีก ครูผู้สอนจึงตักเตือนและแจ้งนักศึกษว่าครั้งต่อไปถ้ายังเล่นอีกจะทำการยึดโทรศัพท์ หลังจากเลิกเรียนแล้วจึงจะคืนให้กับนักศึกษาและจะโทรแจ้งผู้ปกครองถึงพฤติกรรมของนักศึกษา ปรากฏว่านักศึกษา 3 คน หยุดเล่นในเวลาเรียน และอีก 1 คนจะแอบเล่นถ้ามีโอกาส ครูผู้สอน

จึงยึดโทรศัพท์และโทรแจ้งให้ผู้ปกครองทราบ ผู้ปกครองก็ให้ความร่วมมือเป็นอย่างดีและได้ช่วยกัน  
แก้ไขพฤติกรรมการเล่นเกมส์ของนักศึกษา

### **ผลการวิเคราะห์ข้อมูล**

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล จากการสังเกตพฤติกรรมและการสัมภาษณ์นักศึกษาถึงพฤติกรรมติดเกมส์  
ของนักศึกษาชั้น ปวช.3/5 ของผู้วิจัย เพื่อศึกษาการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมติดเกมส์ของนักศึกษาชั้น  
ปวช.3/5 เมื่อได้ทำการสังเกตพฤติกรรมของนักศึกษา และทำการสัมภาษณ์นักศึกษาทีละคน

ครั้งที่ 1 ได้ทราบว่านักศึกษา จำนวน 33 คน เล่นเกมส์ในโทรศัพท์มือถือคิดเป็นร้อยละ 100  
หลังจากเตือนนักศึกษาและบอกถึงผลเสียที่มีต่อการเรียน ทำให้นักศึกษาส่วนใหญ่ให้ความร่วมมือเป็น  
อย่างดี มีนักศึกษาที่เล่นเกมส์ เพียง 4 คน คิดเป็นร้อยละ 1.32

ครั้งที่ 2 จึงทำข้อตกลงกันกับนักศึกษาทั้ง 4 คน ถึงการเล่นเกมส์ในโทรศัพท์มือถืออีกว่าถ้ายังทำ  
พฤติกรรมแบบเดิมจะทำการยึดโทรศัพท์หลังจากเลิกเรียนแล้วจึงจะคืนให้ และโทรแจ้งผู้ปกครอง ทำ  
ให้นักศึกษาอีก 3 คน หยุดเล่นโทรศัพท์ในระหว่างเรียน



## บทที่ 5

### สรุปผล อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

#### ความมุ่งหมาย

เพื่อศึกษาการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมติดเกมส์ของนักศึกษาชั้น ปวช. 3/5

#### ประชากร/กลุ่มตัวอย่าง

ประชากร / กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการศึกษาครั้งนี้เป็นนักศึกษา ปวช.3/5 ของวิทยาลัยเทคโนโลยีอรรถวิทย์พัฒนชกการ จำนวน 33 คน

#### เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า

เครื่องมือที่ใช้ในการศึกษาค้นคว้า คือ การสังเกตพฤติกรรม และการสัมภาษณ์นักศึกษา

#### วิธีการดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูล

ในการทำวิจัยครั้งนี้ เครื่องมือที่ใช้เป็นการสังเกตพฤติกรรม การสัมภาษณ์ ที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเอง

#### การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยใช้ค่าร้อยละในการวิเคราะห์ข้อมูล

#### สรุปผลการวิเคราะห์ข้อมูล

จากผลการวิเคราะห์ข้อมูลการสังเกตพฤติกรรมในการเล่นเกมส์ของนักศึกษา และการสัมภาษณ์นักศึกษามีการแก้ไขปัญหาพฤติกรรมติดเกมส์นักศึกษาลงเล่นเกมสั้นน้อยลง และตั้งใจเรียนมากขึ้นกว่าเดิม

#### เปรียบเทียบ การสังเกตพฤติกรรมแก้ไขปัญหาพฤติกรรมติดเกมส์

ครั้งที่ 1 จากการสังเกต และการสัมภาษณ์มีนักศึกษาลงเกม จำนวน 33 คน คิดเป็นร้อยละ 100

ครั้งที่ 2 หลังจากทำข้อตกลงกันได้สังเกตพฤติกรรมนักศึกษาลงเกม มี 4 คน คิดเป็นร้อยละ 1.32

## อภิปรายผล

จากการศึกษาเรื่อง การแก้ไขปัญหาวฤทธิกรรมติดเกมส์ของนักศึกษาชั้น ปวช. 3/5 จากกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 33 คน ได้ทราบถึงการแก้ไขพฤติกรรมติดเกมส์โดยการชี้แจงถึงผลเสียและการทำเงื่อนไขข้อตกลงกัน ทำให้นักศึกษาหลายคนหยุดเล่นเกมส์ในโทรศัพท์มือถือระหว่างเรียนมากขึ้น ทำให้นักศึกษาตั้งใจเรียนมากขึ้นกว่าเดิม

## ข้อเสนอแนะ

ในการสอนของครูสามารถ นำไปใช้กับในรายวิชาอื่นได้ ทำให้นักศึกษามีความสนใจและมีสมาธิในการเรียนมากขึ้น

## บรรณานุกรม

พฤติกรรมกรรมการติดเกมส์ : ผลกระทบและการป้องกัน Game Addiction Behaviors: Impacts and  
Preventions

สุภาวดี เจริญวานิช\* คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ศูนย์รังสิต ตำบลคลองหนึ่ง  
อำเภอคลองหลวง จังหวัดปทุมธานี 12120 ป้องกันภัยเด็กไทยติดเกมของนักเรียนชั้น  
มัธยมศึกษาตอนปลายโรงเรียนบ้านหม้อ

“พัฒนานาฏกุล” นายคเชนทร์ แสนอภัย นางสาวนันทมน แสนหาญ นางสาวญาณิกา นาคจั่น นางสาว  
อติตยา จิตพิณีจ นางสาวฐิติวรรดา น่วมสีนวล โยธิน คันสนยุทธ และคณะ. จิตวิทยา.  
กรุงเทพมหานคร ศูนย์ส่งเสริมวิชาการ, 381 หน้า. 2533.

จิราภา เต็งไตรรัตน์ และคณะ. จิตวิทยาทั่วไป. พิมพ์ครั้งที่ 4. กรุงเทพมหานคร  
มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์, 364 หน้า. 2533.

ฉันทนา ภาคบงกช และคณะ. การสำรวจคุณลักษณะทางวินัยที่พึงประสงค์ในสังคมไทย.  
กรุงเทพมหานคร สถาบันวิจัยพฤติกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ. 2539

จุมพล หนิมพานิช และคณะ. จิตวิทยาทั่วไป. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยรามคำแหง. 2542

## ประวัติผู้เขียน

ชื่อ ชื่อสกุล	นางอำไพ อุทัย
วัน เดือน ปีเกิด	13 กันยายน 2506
สถานที่เกิด	จังหวัดอุทัยธานี
วุฒิการศึกษา	สำเร็จการศึกษาระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย จากโรงเรียนหล่มสักวิทยาคม ปีการศึกษา 2525 สำเร็จปริญญาตรีศิลปศาสตรบัณฑิต จากมหาวิทยาลัยราชภัฏเพชรบุรีวิทยาลัยสงครณี ในพระบรมราชูปถัมภ์ ปี การศึกษา 2535 สำเร็จปริญญาโทบริหารธุรกิจมหาบัณฑิต จากวิทยาลัยเซาท์อีสต์บางกอก ปีการศึกษา 2548
การทำงานปัจจุบัน	ตำแหน่งหน้าที่เป็นอาจารย์ประจำสาขาวิชาการจัดการโลจิสติกส์ ของวิทยาลัยเทคโนโลยีอรรณพวิทยัพณิชยการ

## ภาคผนวก

### แบบสอบถาม

เรื่อง การแก้ไขปัญหาพฤติกรรมการเล่นเกมของนักศึกษาชั้นปวช.3/วิทยาลัยเทคโนโลยีอรรณพวิทย  
พาณิชย์การ

คำชี้แจง โปรดทำเครื่องหมาย ✓ ใน [ ] หน้าข้อความที่ตรงกับความเป็นจริง

#### ส่วนที่ 1 ข้อมูลทั่วไป

1. เพศ

ชาย

หญิง

2. อายุ

16-17 ปี

18-19 ปี

3. ปัจจุบันอาศัยอยู่กับ

พ่อแม่

พ่อ หรือ แม่

ญาติ

หอพัก

อื่นๆ. ระบุ.....

4. ค่าใช้จ่ายที่ได้รับต่อเดือน

2,000 - 3,000 บาท

3,001 – 4,000 บาท

4,001 – 5,000 บาท

มากกว่า 5,001 บาท

5. เกรดเฉลี่ยสะสมในปัจจุบัน

ต่ำกว่า 2.00

2.01 -2.50

2.51-3.00

3.01- 4.00

6. นักศึกษาติดรายวิชา 0 มผ ขร ขส รวมแล้วกี่รายวิชา.....วิชา

ส่วนที่ 2 คำถามเกี่ยวกับพฤติกรรมการเล่นเกมส์

7. นักศึกษาเล่นเกมส์จาก

- โทรศัพท์มือถือ                       คอมพิวเตอร์                       คอมพิวเตอร์ และโทรศัพท์มือถือ

8. รูปแบบในการเล่นเกมส์ของนักศึกษา (ตอบได้มากกว่า 1 ข้อ)

- เล่นที่ต้องการอยากเล่น                       เล่นบ้างเป็นครั้งคราว  
 เล่นเมื่อมีเพื่อนชวน                       เล่นเมื่อมีเวลาว่าง  
 ไม่ค่อยสนใจที่จะเล่น                       อื่นๆ ระบุ.....

9. ส่วนใหญ่นักศึกษาเล่นเกมส์ที่...

- บ้าน     วิทยาลัย  
 บ้าน และวิทยาลัย                       ร้านเกม

10. นักศึกษาใช้เวลาในการเล่นเกมส์เฉลี่ยวันละกี่ชั่วโมง.....ชั่วโมง

11. นักศึกษาใช้ช่วงเวลาใดเล่นเกมส์เวลา.....น. ถึง.....น.

12. นักศึกษาเข้านอนในเวลาใด .....นาฬิกา

13. นักศึกษามีห้อง..

- นอนส่วนตัว                                       นอนกับพ่อแม่  
 นอนกับพี่น้อง                                       อื่นๆ ระบุ.....

.....  
อ.อำไพ อุทัย

