บทความปริทัศน์ (Review Article)

เกมออนไลน์กับเด็กและเยาวชนไทย

ธวัชชัย เอกสันติ
อาจารย์ประจำคณะสาธารณสุขศาสตร์ วิทยาลัยเฉลิมกาญจนา จังหวัดนครราชสีมา

บทเกริ่นนำ

สภาพสังคมไทยในปัจจุบันเป็นสังคมแห่งยุคโลกาภิวัตน์ เกิดความเจริญก้าวหน้าทางเทคโนโลยีในทุกๆ ด้าน รวมทั้งความเจริญก้าวหน้าทางด้านเทคโนโลยีสารสนเทศ (Information technology) จนพัฒนาไปสู่ยุคแห่งเทคโนโลยีการสื่อสาร ซึ่งมีรูปแบบการสื่อสารที่ไร้ขีดจำกัด โดยเฉพาะการสื่อสารผ่านระบบออนไลน์ หรือที่รู้จักกันว่า อินเทอร์เน็ต (Internet) นั่นเอง ซึ่งการสื่อสารผ่านอินเทอร์เน็ตนั้น มีพัฒนาการมาอย่างต่อเนื่อง ตั้งแต่การใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อการส่งข้อมูลข่าวสาร การติดตามข่าวสาร การค้นหาข้อมูล กระทั่งปัจจุบันนี้พบว่า คนส่วนใหญ่ใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อความบันเทิง (www.internetworldstats.com) และหนึ่งในความบันเทิงผ่านระบบอินเทอร์เน็ตนั้น ก็คือ การใช้อินเทอร์เน็ตเพื่อการเล่นเกมออนไลน์ ข้อมูลจากการศึกษาที่ผ่านมา พบว่าประชาชนที่มีอายุ 15 ปีขึ้นไป เล่นเกมออนไลน์ถึงร้อยละ 59 (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2545) และยังพบอีกว่าร้อยละ 69 ของเด็กและเยาวชนที่มีอายุน้อยกว่า 20 ปี ใช้อินเทอร์เน็ตหรือคอมพิวเตอร์เพื่อเล่นเกม และในกลุ่มเยาวชนที่เล่นอินเทอร์เน็ตนี้ มีถึงร้อยละ 21 ที่ใช้คอมพิวเตอร์เพื่อการเล่นเกมออนไลน์ (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2546) ข้อมูลการศึกษาวิจัยล่าสุด พบว่า กลุ่มเด็กเยาวชนที่ติดเกม มีจำนวนสูงถึงร้อยละ 13.3 กลุ่มคลั่งไคล้ มีจำนวนร้อยละ 23.7 และกลุ่มที่ไม่ติดเกม มีจำนวนร้อยละ 62.9 ซึ่งสองในสามของกลุ่มที่ติดเกมเป็นเพศชาย (ชาญวิทย์ พรนภดล และคณะ, 2552)

1. ความหมายของเกมออนไลน์

เกมออนไลน์ หมายถึง การเล่นเกมคอมพิวเตอร์ผ่านระบบอินเทอร์เน็ตที่ผู้เล่นสามารถติดต่อสื่อสาร สนทนาโต้ตอบ หรือมีกิจกรรมที่ทำให้ผู้เล่นรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของเกม มีการแข่งขัน การเอาชนะ หรืออาจมีการพนัน โดยเกิดขึ้นผ่านระบบออนไลน์ได้อย่างสะดวก ไม่ว่าจะอยู่ที่ใด เวลาใดก็ตาม เป็นเกมที่ผู้เล่นสามารถเล่นร่วมกันได้เป็นจำนวนมาก ไม่จำกัดจำนวน เกมออนไลน์ที่ได้รับความนิยมในประเทศไทยเป็นเกมแบบสวมบทบาทตัวละครในเรื่อง หรือ RPG (Role Playing Games) เนื้อเรื่องส่วนใหญ่สร้างขึ้นโดยใช้โครงสร้างพื้นฐานของตำนาน นิยาย การ์ตูน เป็นเรื่องราวที่ต้องติดตาม เกมเน้นคุณลักษณะในการรวมกลุ่มเป็นสังคม ตัวละครได้ถูกออกแบบมาเพื่อเป็นตัวแทนลักษณะของผู้เล่นแต่ละคน เพื่อให้ผู้เล่นแต่ละคนได้มีส่วนร่วมในสังคมภายในเกม เมื่อเกมดำเนินไป เนื้อเรื่องจะสร้างความเพลิดเพลินให้กับผู้เล่นและด้วยภาพที่เสมือนจริงแบบสามมิติ และเสียงดนตรีอันหลากหลาย ทำให้เกมเพิ่มความพิเศษ (ณัฏฐนิช กาญจโนภาส, 2550) (บัณฑิต ศรไพศาล, 2552)

2. ประเภทของเกมออนไลน์

ประเภทของเกมออนไลน์มีอยู่หลายประเภท ขึ้นอยู่กับวิธีการเล่น เนื้อหาของเกม หรือรูปแบบของเกม ซึ่งหากแบ่งประเภทของเกมตามเนื้อหาของเกมนั้น จากนิตยสารเกมที่ได้รับความนิยมมากที่สุด คือ เกมแม็ค (Game Mag) ซึ่งได้ศึกษาและรวบรวมประเภทของเกมต่าง ๆ ไว้ 10 ประเภท ดังนี้ คือ

2.1) **เกมแอ็คชั่น** (Action) หมายถึง เกมที่เน้นการควบคุมการเคลื่อนไหวของตัวละครในการต่อสู้ หลบหลีกอันตรายในการเล่นเกม ไม่จำเป็นต้องวางแผนมากนัก อาศัยการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้าทำลายศัตรูให้ทันและหลบอาวุธให้ได้

2.2) **เกมผจญภัย** (Adventure) หมายถึง เกมที่ผู้เล่นจะรู้สึกว่า ตนเองกำลังผจญภัยอยู่แต่ตัวละครไม่สามารถพัฒนาตนเองได้ เนื้อหาของเกมถูกกำหนดไว้อยู่แล้ว ซึ่งหากผู้เล่นเล่นไม่ตรงกับที่เกมกำหนดมา ผู้เล่นจะไม่สามารถพิชิตเกมได้

2.3) **เกมยิงต่อสู้** (Shooting) หมายถึง เกมที่มีลักษณะเป็นการขับยานหรือเครื่องบิน และยิงศัตรูที่ปรากฏออกมา จุดเด่นของเกม คือ ใช้วิธีการยิงเป็นส่วนใหญ่ (แต่ถ้าเป็นตัวคน หรือสัตว์ต่างๆ ถือปืนยิงเรียก เกมแอ็คชั่น) เกมยิงนี้ยังแบ่งออกเป็น 2 แบบ คือ 2 มิติ และ 3 มิติ เกมยิงแบบ 2 มิติ มีทั้งเกมแบบยิงในแนวตั้งหรือในแนวนอน แต่ก็ถือว่าเป็นประเภทเดียวกัน ส่วนเกมยิง 3 มิติเป็นเกมที่ผู้เล่นต้องนั่งอยู่หน้าจอที่มีเครื่องบังคับ

2.4) **เกมต่อสู้** (Fighting) หมายถึง เกมประเภทต่อสู้กันโดยผู้เล่นจะควบคุมนักสู้ ซึ่งมีศิลปะการต่อสู้ต่างๆ และประลองหนึ่งต่อหนึ่งกับศัตรู เป็นเกมที่ต้องควบคุมโดยคอมพิวเตอร์ หรือคู่ต่อสู้ที่เป็นมนุษย์ ซึ่งเล่นผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ตหากัน

2.5) **เกมแบบจำลอง** (Simulation) หมายถึง การเล่นที่จำลองสถานการณ์ ซึ่งมีรูปแบบของเกม คล้ายความจริงทั้งสภาพแวดล้อมที่ผู้เล่นต้องใช้ทั้งความคิด จินตนาการและสติปัญญาในการแก้ไขปัญหาต่างๆ เช่น เกมจำลองการขับเครื่องบิน ซึ่งการจำลองจะเป็นการจำลองจากของจริงทั้งหมด ผู้เล่นต้องสร้างและพัฒนาความรู้ ความสามารถในเรื่องนั้นๆ จึงจะสามารถเล่นได้อย่างสนุก

2.6) **เกมกีฬา** (Sport) หมายถึง เกมที่มีการแข่งขันกันเลียนแบบเกมกีฬาจริง ใช้กฎกติกาเหมือนการเล่นกีฬา ผู้เล่นสามารถจะสมมติตัวเองให้เป็นนักกีฬาคนใดก็ได้ ตามที่มีให้เลือกในเกม

2.7) **เกมแข่งขันประเภทลู่** (Racing) หมายถึง เกมการแข่งขันที่ผู้เล่นสมมติตนเองเป็นนักแข่งซึ่งมีทั้งรถยนต์ มอเตอร์ไซด์ หรือยานพาหนะอื่นๆ อาจเป็นเกมการแข่งตามเกมกีฬา หรือกติกาที่ผู้สร้างเกมสร้างขึ้น

2.8)**เกมกำหนดบทบาทตัวละคร** (Role Playing Game/RPG) หมายถึง เกมการเล่นที่กำหนดบทบาทของตัวละครไว้แน่นอน ผู้เล่นสามารถเลือกเป็นตัวละครตัวใดตัวหนึ่งการเล่นเกมที่มีเนื้อหาผจญภัย ผู้เล่นสามารถสวมบทบาทตามตัวละครที่ผู้เล่นเลือก ซึ่งแต่ละตัวเอกจะมีคุณลักษณะหรือความสามารถแตกต่างกันตามความชอบของผู้เล่น ตัวละครเอกของเรื่องสามารถพัฒนาความสามารถเพื่อเอาชนะอุปสรรคต่างๆ หรือผ่านด่านทั้งหมดที่มีอยู่ในเกม จุดเด่นของเกมประเภทนี้เน้นเรื่องของการติดต่อสื่อสารกับตัวละครในเกมกับผู้เล่น

2.9) **เกมปริศนา** (Puzzle) หมายถึง เกมที่ต้องใช้ความคิดและต้องแก้ไขปัญหาอยู่ตลอดเวลา เหมือนกับเกมจำลองสถานการณ์ต่างๆ เกมที่จัดอยู่ในประเภทนี้ เช่น Tetris, Atomix, Columns เกมประเภทหมากรุกต่างๆ ไม่ว่าจะเป็น Othello, Battle Chess เป็นต้น

2.10) **เกมการวางแผน** (Strategies) หมายถึง เกมที่ให้ผู้เล่นวางแผนการเล่น และเกมจะเปลี่ยนแปลงตามที่ผู้เล่นวางแผนการไว้ เนื้อหาของเกมส่วนใหญ่จะเน้นการคิดอย่างมีระบบในการวางแผนเพื่อการเอาชนะ ผู้เล่นต้องแสวงหา และใช้ทรัพยากรในเกมให้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทรัพยากรเหล่านั้นจะเป็นเงิน วัตถุดิบในการผลิต กำลังคน เป็นต้น ทรัพยากรเหล่านี้จะถูกนำไปใช้ในการทำสงคราม การสร้างธุรกิจ การวิจัย การพัฒนาเมือง ซึ่งจะแตกต่างกันไปในแต่ละเกม โดยผู้เล่นต้องมีการวางแผนล่วงหน้า และคอยติดตามในการแก้ปัญหาต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้น โดยสามารถแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ เกม Strategies ประเภทที่การดำเนินไปของเกมเป็นไปตามเวลาจริงหรือที่เรียกกันว่า Real Time Strategies และเกมประเภทที่ให้ผู้เล่นผลัดกันเล่นกับเครื่องคอมพิวเตอร์หรือคู่ต่อสู้

3. สถานการณ์การติดเกมออนไลน์ของเด็กและเยาวชนไทย

ข้อมูลการสำรวจ เมื่อปี พ.ศ. 2545 เด็กและเยาวชนไทยอายุระหว่าง 11-24 ปี มีจำนวน 15.7 ล้านคน ในจำนวนนี้สามารถใช้เครื่องคอมพิวเตอร์ได้ จำนวน 6.8 ล้านคน หรือร้อยละ 43.2 โดยสถานที่ที่ใช้เครื่องคอมพิวเตอร์ส่วนใหญ่ร้อยละ 59.8 จะใช้ที่สถานศึกษา รองลงมาที่บ้านของตนเอง (ร้อยละ 17.1) และร้านเช่าคอมพิวเตอร์ (ร้อยละ 14.3) ตามลำดับ ซึ่งในจำนวนนี้ พบว่า เด็กและเยาวชนอายุ 6 - 24 ปี ร้อยละ 6.8 เล่นคอมพิวเตอร์/วิดีโอเกมเป็นกิจกรรมที่ทำในเวลาว่าง (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2545) และนอกจากนี้แล้ว ข้อมูลการสำรวจความคิดเห็นของประชาชนเกี่ยวกับเกมออนไลน์ใน

เขตกรุงเทพมหานคร พบร้อยละ 59 ของประชาชนที่มีอายุ 15 ปีขึ้นไปเล่นเกมออนไลน์ และร้อยละ 18 เป็นผู้เล่นเกม Ragnarok (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2546 ก) และจากข้อมูลการศึกษาพฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ในนักเรียนระดับมัธยมศึกษา พบว่า ร้อยละ 84.6 ของนักเรียนเคยมีประสบการณ์เล่นเกม ร้อยละ 23.9 เล่นเกมมากกว่า 4 วันต่อสัปดาห์ และร้อยละ 11.0 เล่นเกมทุกวัน นักเรียนที่เล่นเกมใช้เวลาเล่นเกมประมาณ 3 ชั่วโมงต่อครั้ง ร้อยละ 3.3 เล่นเกมนานที่สุดมากกว่า 10 ชั่วโมงต่อครั้ง (ศิริไชย หงส์สงวนศรี และคณะ, 2548) จากข้อมูลเหล่านี้ทำให้มองเห็นสถานการณ์ว่า เด็กและเยาวชนนิยมเล่นเกมออนไลน์มากขึ้น สิ่งที่น่าเป็นห่วงคือผลกระทบที่ตามมาจากการเล่นเกมมากเกินไป และผู้เล่นเกมส่วนหนึ่งหมกมุ่นกับการเล่นเกมมากจนถึงขั้นที่เรียกได้ว่ามีปัญหาติดเกม ซึ่งพบว่า ปัญหานี้มีความรุนแรงมากขึ้นอย่างรวดเร็วในปัจจุบัน จนเป็นปัญหาสำคัญของครอบครัวส่วนใหญ่ และยังเป็นปัญหาของนักเรียนเกือบทุกโรงเรียน กระทั่งกลายเป็นปัญหาในระดับประเทศ

4. เกณฑ์วินิจฉัยการติดเกมออนไลน์

การให้นิยามการติดเกมออนไลน์นั้น สามารถแบ่งระดับการติดเกม ได้เป็น 3 ระดับ คือ (บัณฑิต ศรไพศาล, 2552)

<u>ระดับที่ 1</u> ขั้นเริ่มชอบ หมายถึง เด็กมักจะมีพฤติกรรมชอบเล่นตามเพื่อน อยากรู้อยากเห็น เล่นเพื่อสนุก แต่ไม่มีผลต่อการเรียนและการดำรงชีวิต ซึ่งถ้าหากไม่ได้เล่นก็ไม่เป็นไร ถือว่า ไม่ติด เด็กทุกคนมีความชอบเล่นเกมได้ แต่ต้องไม่เสียการควบคุมตนเอง บางคนชอบร้องเพลง บางคนชอบอ่านหนังสือวรรณกรรม ขณะที่บางคนชอบเล่นกีฬา ความชอบเหล่านั้นทำให้เจ้าตัวมีความสุข แต่ทำกิจกรรมอื่นๆ ได้อีก ซึ่งมีหลายทางเลือก

<u>ระดับที่ 2</u> ขั้นหลงใหลหรือคลั่งไคล้ หมายถึง เด็กเมื่อเล่นแล้วสนุกเพลิดเพลิน ภูมิใจที่ชนะเกมได้ ต้องการมีเพื่อนที่เล่นด้วยกัน คุยเรื่องเดียวกันได้ และจะมีพฤติกรรมชอบเล่นเกมยามว่างเป็นงานอดิเรก แต่การเรียนและชีวิตประจำวันยังปกติ หากคลั่งไคล้ หมกมุ่นมากจะเริ่มไม่ทำกิจกรรมอื่น คนที่คลั่งไคล้จะเริ่มคุมตัวเองไม่ได้ เช่น วันนี้ตั้งใจจะไม่เล่นเกม พยายามบอกตัวเองว่า งดเล่น แต่อดใจไม่ได้ คุมตัวเองไม่ได้ สุดท้ายก็เล่นเหมือนเดิม ซึ่งเหล่านี้เป็นอาการของผู้อยู่ในระดับที่ต้องเฝ้าระวัง เพราะหากมากกว่านี้ ก็ถือได้ว่าเข้าขั้นติดเกม

<u>ระดับที่ 3</u> ขั้นติดเกม หมายถึง เด็กมีพฤติกรรมเล่นเกมเพียงอย่างเดียว ไม่สนใจอย่างอื่น ซึ่งจะเริ่มจากการไม่สนใจการเรียน ไม่สนใจทำการบ้าน ไม่ไปโรงเรียน รวมทั้งไม่ช่วยพ่อแม่ทำงานบ้าน โดยจะหมกมุ่นอยู่แต่กับการเล่นเกมทั้งวัน และจะเกิดผลกระทบทั้งต่อร่างกาย และจิตใจ อันได้แก่ ทานข้าวไม่เป็นเวลา นอนดึกหรือไม่นอนเลย ในความคิดจะมีแต่เรื่องเกม มีพฤติกรรมก้าวร้าวทั้งกับพ่อแม่และคนรอบข้าง เป็นต้น การติดเกมหรือไม่นั้น เส้นแบ่งอยู่ที่การเสียการทำหน้าที่ ทุกคนมีหน้าที่ของตนเอง เด็กมีหน้าที่หลักคือ การเรียนหนังสือ อ่านหนังสือ และใช้จ่ายเงินให้เหมาะสม พฤติกรรมของเด็กที่เสียการทำหน้าที่ เช่น ไม่อ่านหนังสือ โดดเรียน ใช้เงินหมดไปกับการเล่นเกม หรือการโกหก ซึ่งเป็นผลพวงจากการเล่นเกม อาการ หรือพฤติกรรมเหล่านี้ขึ้นกับความรุนแรง ดังนั้นการติดเกมหรือไม่ติดนั้นจึงวัดกันที่เสียการทำหน้าที่

โดยสรุปนั้น อาการติดเกมของเด็กเยาวชนนั้น โดยทั่วไปพ่อแม่ผู้ปกครองสามารถสังเกตได้จากการเริ่มเสียการทำหน้าที่ รวมถึงทำกิจกรรมอย่างอื่นน้อยลง เช่น เคยดูโทรทัศน์ เริ่มไม่ดูไม่สนใจโทรทัศน์ เคยเล่นกีฬาฟุตบอล ก็เล่นน้อยลงหรือเลิกไปเลย โดยจะเล่นเกมจนลืมเวลา ไม่ทานข้าว ไม่นอน รุ่งเช้าขึ้นก็ไปโรงเรียนไม่ไหว ใช้เวลาส่วนใหญ่ไปกับการเล่นเกม จนกระทั่งหนีเรียนเพื่อไปเล่นเกมอย่างเดียว ไม่รับผิดชอบการบ้านที่ตนเองมี หรือหน้าที่ที่จะต้องทำ อารมณ์และจิตใจเปลี่ยนไป จนถึงขั้นพูดคุยกับพ่อแม่ผู้ปกครองไม่รู้เรื่อง ซึ่งอาการเหล่านี้เมื่อผู้ปกครองพบแล้วควรจะรีบนำไปปรึกษาจิตแพทย์ เพื่อจะได้รักษาได้อย่างทันท่วงทีดีต่อไป

5. ผลกระทบจากการเล่นเกมออนไลน์

5.1) **ผลกระทบต่อสังคม** ซึ่งจากข้อมูลการเข้ามาทำตลาดเกมออนไลน์ของเกมแร็คนาร็อค ในปี พ.ศ. 2546 ซึ่งได้รับความนิยมจากผู้เล่นเป็นจำนวนมาก โดยมีสมาชิกที่เข้าร่วมเล่นประมาณ 1 ล้านคน ทำให้มีผู้ประกอบการหลายรายนำเข้าเกมออนไลน์ทั้งจากประเทศเกาหลี และไต้หวัน เข้ามาทำตลาดเกมออนไลน์เพิ่มขึ้น ซึ่งพบว่า ในปี พ.ศ. 2546 มูลค่าการตลาด ประมาณ 600–700 ล้านบาท ต่อมาในปี พ.ศ. 2547

มูลค่าการตลาด ประมาณ 1,000 ล้านบาท ซึ่งเพิ่มขึ้นถึงร้อยละ 42.8 นับว่าเป็นธุรกิจที่มีอัตราการขยายตัวสูง (http://www.arip.co.th) ดังนั้นเห็นได้ว่า เกมออนไลน์ส่วนใหญ่เป็นเกมที่ต้องนำเข้ามาจากต่างประเทศ ทำให้ประเทศไทยต้องเสียดุลการค้ากับต่างประเทศมูลค่ามหาศาล และนอกจากผลกระทบด้านเศรษฐกิจแล้ว การติดเกมออนไลน์ของเด็กเยาวชนยังส่งผลให้เกิดคดีก่ออาชญากรรมตามมาด้วย เพราะเกมออนไลน์บางเกม ต้องใช้เงินในการซื้อชั่วโมงหรือแต้ม ดังนั้นจึงทำให้เด็กที่เล่น ชอบเกม ซึ่งไม่มีรายได้ ต้องใช้วิธีหาเงินด้วยการปล้น หรือลักขโมย เกิดเป็นคดีอาชญากรรม โดยพบว่าสาเหตุเพราะเด็กมีพฤติกรรมเลียนแบบเกม แยกไม่ออกว่าเป็นโลกของความจริง หรือเป็นโลกของเกมออนไลน์ที่สร้างขึ้นมา โดยเด็กจะเรียนรู้ รับรู้ ซึมซับ จนกระทั่งเด็กเกิดการเลียนแบบพฤติกรรมตามเกม เช่น พฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง เป็นต้น (บัณฑิต ศรไพศาล, 2552)

5.2) **ผลกระทบต่อครอบครัว** เหตุผลเนื่องมาจากเมื่อเด็กนั่งเล่นเกมแล้วมีความมุ่งหวัง และแรงจูงใจที่จะทำคะแนนให้ได้สูง จึงไม่ต้องการที่จะหยุดเล่นกลางคัน โดยหากผู้ปกครองสั่งให้เด็กหยุดเล่น หรือห้ามเล่น พ่อแม่จึงกลายเป็นคนขัดความสุขของเด็ก ทำให้เกิดความขัดแย้งขึ้น ดังนั้นจึงส่งผลให้ความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่กับลูก เลวร้ายลง สอดคล้องกับข้อมูลที่พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่เห็นด้วยว่าการเล่นเกมออนไลน์มากๆ ทำให้เกิดปัญหาหรือทะเลาะกับสมาชิกในครอบครัว เรื่องการจำกัดเวลาในการเล่นเกม และยังทำให้มีเวลาพูดคุยหรือทำกิจกรรมกับสมาชิกในครอบครัวน้อยลง (จิรดา มหาเจริญ, 2547) เด็กที่ติดเกมจะเกิดผลกระทบต่อการควบคุมอารมณ์ของตนเอง อาจเกิดอารมณ์เสียจากการเล่นเกมแพ้ และจะมีผลกระทบต่ออารมณ์อื่นๆ ทำให้เสียสัมพันธภาพระหว่างพ่อแม่ จากข้อมูลของศูนย์ข้อมูลเพื่อต่อต้านการค้ามนุษย์ (www.healthygamer.net) พบว่าปัญหาที่ทำให้เด็กหายออกไปจากบ้าน คือ สภาพสังคมมีแรงดึงดูดให้เด็กออกจากบ้าน เช่น ปัญหาเด็กติดเกม ทำให้เด็กถูกล่อลวง และยังพบว่า เด็กจำนวนมากยอมเป็นขอทานเพื่อที่จะนำเงินไปเล่นเกม ทำให้ถูกหลอกเข้าสู่ธุรกิจเด็กขอทาน ซึ่งปัญหาการติดเกมของเยาวชนนี้ ยังเชื่อมโยงเข้าไปกับปัญหาอื่นๆ เช่น การหนีออกจากบ้าน การลักขโมย การติดสารเสพติด ปัญหาสุขภาพ และส่งผลเสียต่ออนาคตของเด็ก (บัณฑิต ศรไพศาล, 2552)

5.3) **ผลกระทบต่อตัวผู้เล่น**

1) **ผลเสียต่อสุขภาพกาย** ซึ่งการเล่นเกมเป็นเวลานานๆ นั้นมีผลต่อร่างกาย เช่น การอยู่หน้าเครื่องคอมพิวเตอร์เป็นเวลานาน เกิดผลเสียต่อสายตา ปวดข้อมือ เป็นโรคกระเพาะ อดนอน ตื่นสาย เพลีย ง่วงเวลาเรียน หรือเวลาทำงาน (บัณฑิต ศรไพศาล, 2552) ซึ่งเยาวชนส่วนใหญ่กล่าวว่า เคยอดนอนมานั่งเล่นเกมออนไลน์แร็กนาร็อค บางครั้งเล่นข้ามวันข้ามคืน เล่นแล้วสนุกสนานเพลิดเพลินไม่อยากเลิกเล่น ทำให้เวลาพักผ่อนไม่เพียงพอ ปวดตา ปวดหลัง รับประทานอาหารไม่ตรงเวลา และไม่ทำกิจกรรมอื่นๆ เลย ทำให้ขาดทักษะการเคลื่อนไหว ไม่มีพัฒนาการด้านกล้ามเนื้อ การเจริญเติบโตของเด็กไม่สมบูรณ์เท่าที่ควรจะเป็น โดยพบมีกรณีที่เด็กเล่นเกมจนเสียชีวิต ซึ่งเกิดจากการที่นั่งนานเกินไป เกิดภาวะการอุดตันของเส้นเลือด จนทำให้เสียชีวิตได้ (ศิริไชย หงส์สงวนศรี, 2548) โดยมีข้อมูลที่สนับสนุนเหตุการณ์ข้างต้น ซึ่งจากผลการวิจัยพบว่า หากเด็กดูโทรทัศน์ หรือเล่นเกมนานกว่า 5 ชั่วโมง ใน 1 วัน เด็กจะมีโอกาสเกิดโรคอ้วน เพราะไม่ได้เคลื่อนไหว ใช้พลังงาน ดังนั้นถ้าเด็กขาดการเคลื่อนไหวหรือออกกำลัง อย่างน้อย 1 ชั่วโมงต่อวัน โอกาสที่เด็กจะเกิดโรคอ้วนก็จะเพิ่มขึ้นตามมา (ปฏิมา พรพจมาน, 2545)

2) **ผลเสียต่อสุขภาพจิต** เช่น เกิดความทุกข์ไม่สุขใจ ขัดแย้งภายในใจตัวเอง หรือขัดแย้งกับผู้คนรอบข้างได้ เพราะหากเล่นเกมนานๆ เด็กจะเกิดความรู้สึกชอบเอาชนะ เคยชินกับการแข่งขัน ต้องมีแพ้ มีชนะ เคยชินกับการได้ดังใจ เพราะเกมสั่งได้ บังคับได้ มีความสุขหรือรู้สึกสำเร็จเมื่อสั่งได้ดังใจ ไม่มีวินัย ไม่มีการควบคุมตนเอง ไม่บังคับตนเอง ซึ่งการเล่นเกมจะทำให้ร่างกายไม่เหน็ดเหนื่อย อ่อนล้าเหมือนกับการเล่นกีฬา ซึ่งร่างกายจะเรียกร้องให้ต้องหยุดพักโดยปริยาย ส่งผลให้เด็กขาดความรับผิดชอบ เพราะเมื่อเกิดความเพลิดเพลินแล้ว มักจะไม่สนใจทำอย่างอื่นที่สำคัญที่จำเป็น หรือฝ่าฝืนกฎเกณฑ์ความรับผิดชอบที่มีอยู่ว่า ควรทำหรือไม่ทำอะไร เช่น ไม่อ่านหนังสือ ไม่เข้านอน ไม่ทานข้าว ไม่กวาดบ้าน ล้างชาม ตามหน้าที่ความรับผิดชอบที่มีอยู่ หรือ

แม้กระทั่งเกิดพฤติกรรมหนีออกจากบ้านหลายวัน ไปกินนอนอยู่ในร้านเกม หรือเกิดพฤติกรรมการขโมยเงินพ่อแม่เพื่อไปเล่นเกม เป็นต้น

3) **เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว** เพราะการเล่นเกมออนไลน์ที่มีเนื้อหารุนแรง จะส่งผลให้เกิดอารมณ์ก้าวร้าวรุนแรงขึ้นในเด็ก จากการศึกษาวิจัยที่ผ่านมา พบว่า ผู้ที่เล่นเกมซึ่งมีเนื้อหารุนแรงจะมีพฤติกรรมที่รุนแรงตามไปด้วย เพราะหมกมุ่นอยู่กับความรุนแรง (ศิริไชย หงษ์สงวนศรี, 2548) จะมีพฤติกรรมเชิงลบมากกว่าเชิงบวก คือ ชอบอยู่คนเดียว ก้าวร้าวรุนแรง ชอบการแข่งขัน หลังจากเล่นเกมออนไลน์จะมีพฤติกรรมในการใช้เงินมากขึ้น (กิตติศักดิ์ หาญกล้า, 2548) ซึ่งการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ที่มีเนื้อหารุนแรงในระดับที่ไม่เหมาะสม 3 ชั่วโมงขึ้นไปต่อวัน จะส่งผลให้มีพฤติกรรมก้าวร้าวสูงกว่าระยะเวลาในการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ที่มีเนื้อหารุนแรงในระดับที่เหมาะสม คือ ไม่เกิน 3 ชั่วโมงต่อวัน (อรนลิน ไชยวสุ, 2547) การเล่นเกมคอมพิวเตอร์มีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย (สุทธิพร นิราพาธ, 2547) ซึ่งเกมที่มีความรุนแรงนั้นเป็นตัวเพิ่มอารมณ์ที่ก้าวร้าวมากขึ้น (วิไลรัตน์ วัฒนไวฑูรย์ชัย, 2547)

4) **ผลกระทบต่อการเรียน** การเรียนตกต่ำเนื่องจากเยาวชนใช้เวลากับความบันเทิงที่ได้รับจากเกมมากจนเกินไป ส่งผลกระทบต่อหน้าที่หลัก คือ การศึกษา มีปัญหาในการเรียนและการสนใจสิ่งแวดล้อม ขาดความตั้งใจเรียน และมีจิตใจจดจ่อที่จะเล่นเกม การเอาชนะเกม ทำให้ความสนใจในการเรียนและเวลาที่ใช้ในการอ่านหนังสือลดน้อยลง ไม่ทำการบ้าน เพราะเอาเวลาไปเล่นเกมเป็นส่วนใหญ่

5) **สูญเสียทรัพย์สิน** โดยพบว่า เยาวชนเคยนำเงินค่าขนมมาซื้อบัตรเล่นเกม ราคา 89 บาท / 20 ชั่วโมง หรือ 179 บาท / 15 วัน หรือซื้อบัตรเล่นเกมแบบเหมาจ่ายเป็นวันแบบ 15 วัน ประมาณ 189 บาท หรือ 30 วัน ประมาณ 380 บาท นอกจากค่าบัตรเล่นเกมแล้ว เยาวชนต้องเสียค่าชั่วโมงอินเทอร์เน็ต ถ้าเล่นตามร้านเกมออนไลน์ก็จะเสียค่าใช้จ่ายประมาณ ชั่วโมงละ 25 – 30 บาท นอกจากเสียเงินค่าบัตรเล่นเกม และค่าชั่วโมงอินเทอร์เน็ตแล้ว หากผู้ที่ต้องการรวยและเก่งทางลัด จะต้องเสียเงินเพื่อซื้อเงินในเกม และเสียเงินจากการโดนหลอกเอารหัสบัตรเติมชั่วโมงในการเล่นเกมไปแลกกับเงินในเกม ซึ่งค่าใช้จ่ายในการเล่นเกมออนไลน์เดือนหนึ่งเฉลี่ยมากกว่า 3,000 บาท (จิรดา มหาเจริญ, 2547) หากในอนาคตการเล่นเกมออนไลน์ได้รับความนิยมเพิ่มขึ้นเรื่อยๆ โอกาสที่เด็กและเยาวชน จะเสียค่าใช้จ่ายไปกับเกมย่อมมีมากขึ้น และหากไม่สามารถขอเงินจากพ่อแม่มาเล่นเกมได้ อาจจะหาทางออกอื่นๆ เช่น ขโมยเงิน ขโมยสิ่งของไปขายเพื่อให้ได้เงินมาเล่นเกม ซึ่งนำไปสู่ปัญหาอาชญากรรมเด็กได้

6) **ผลเสียต่อสัมพันธภาพกับบุคคล หรือขาดทักษะทางสังคม** เมื่อเด็กกำลังเล่นเกม เด็กจะอยู่ในโลกส่วนตัว มีสังคมใหม่ในเกม ทำให้เด็กขาดทักษะในการเข้าสังคม หรือขาดสัมพันธภาพ และทักษะในการสื่อสารกับคนรอบข้าง เนื่องจากไม่ได้ใช้เวลากับเพื่อน รวมถึงขาดปฏิสัมพันธ์ระหว่างสมาชิกในครอบครัว ขาดทักษะในการเข้าสังคม ขาดการได้รับการฝึกเคารพความคิดเห็นผู้อื่น และกติกาสังคม เด็กอาจเห็นเพื่อนเป็นศัตรูของความสนุกสนาน กลัวเพื่อนมาแย่งเล่น ซึ่งต่างจากการละเล่นในอดีตของไทย เช่น วิ่งไล่จับ รีรีข้าวสาร มอนซ่อนผ้า เหล่านี้นั้น ต้องเล่นกับเพื่อน ไม่สามารถเล่นคนเดียวได้ ดังนั้นจึงต้องรู้จักคบเพื่อน เอาใจเพื่อน ไม่เช่นนั้นเพื่อนจะไม่เล่นด้วย แต่ปัจจุบันนี้ เด็กไม่ต้องคบเพื่อนก็มีเกมเป็นเพื่อนเล่น หรือแม้อยากจะคบก็คบเพื่อนฝูงไม่ค่อยเป็น เพราะไม่ค่อยได้ฝึกทักษะทางสังคม ทำให้ขาดทักษะมนุษยสัมพันธ์ เพราะเด็กจะอยู่หน้าจอคอมพิวเตอร์ หรือหน้าเกมอย่างเดียว บางคนอ้างว่า การเล่นเกมออนไลน์หรือสนทนาพูดคุยกันทางอินเทอร์เน็ต (Chat) ก็ได้เพื่อน ซึ่งมีส่วนจริงอยู่บ้าง แต่ว่าความสัมพันธ์ออนไลน์ เป็นความสัมพันธ์ในโลกเสมือนจริง ไม่ใช่โลกแห่งความเป็นจริง เพราะเป็นความสัมพันธ์ที่พูดคุยกันหรือแสดงความดี ความห่วงหาอาทรต่อกันได้มาก โดยไม่ได้แสดงข้อเสีย เพราะไม่ได้อยู่ร่วมกันจริงๆ หรือเป็นความสัมพันธ์ที่บางคนไม่ได้แสดงตัวตนที่แท้จริง เด็กอาจแสดงตัวเป็นผู้ใหญ่ ชายอาจแสดงตัวเป็นหญิง เป็นคนเห็นแก่ตัว อาจแสดงตัวเป็นคนมีน้ำใจก็ได้ เพราะในโลกของอินเทอร์เน็ต สามารถแสดงเป็นอะไรก็ได้ ซึ่งไม่มีใครรู้ได้ จึงทำให้เกิดเหตุการณ์ที่คบหากันทางอินเทอร์เน็ต จนสนิทสนมกันแล้วนัดพบ จบลงด้วยการมีเพศสัมพันธ์กันอย่างง่ายดาย อย่างที่ได้เห็นเป็นข่าวในหน้าหนังสือพิมพ์ (บัณฑิต ศรไพศาล, 2552)

7) **ผลกระทบต่อการเสียเวลาในการดำเนินชีวิต** เนื่องจากรูปแบบของเกมออนไลน์ ไม่สามารถที่จะเล่นเกมวันเดียวแล้วจะร่ำรวย หรือเก่งในเกมได้ทันที เยาวชนส่วนใหญ่กล่าวว่า หากต้องการจะเก่ง และร่ำรวยในเกม ต้องใช้เวลาในการเล่น สะสมประสบการณ์ไปเรื่อยๆ คนที่ให้เวลาในการเล่นเกมมาก ก็สามารถที่จะเก่งหรือรวยได้อย่างรวดเร็ว ทำให้เยาวชนหลายคนมุ่งที่จะเก่งในเกมจนลืมวันเวลา เช่น กรณีตัวอย่างของเยาวชนคนหนึ่ง "ผมนั่งเล่นเกมตลอดทั้งวันตลอดทั้งคืน ในวันหยุด เพราะไม่สามารถควบคุมเวลาได้ ในเกมจะทำให้โลภขึ้นเรื่อยๆ ตามลำดับขั้น เพราะยิ่งสังหารสัตว์ประหลาด เรายิ่งเก่งขึ้น ก็จะได้ของที่มีราคาสูงขึ้น ทำให้มุ่งมั่นสะสมประสบการณ์ในการรบ เพื่อจะให้สังหารสัตว์ประหลาดเพื่อให้เก่งขึ้นอย่างเดียว โดยไม่ได้คำนึงถึงเวลาในการเล่นเกมไม่ควบคุมตัวเองให้เล่นในเวลาที่กำหนด ทำให้ใช้เวลาในการเล่นนานติดต่อกันหลายๆ ชั่วโมง หรือเล่นนานขึ้นเรื่อยๆ จากเดิมไม่กี่ชั่วโมงต่อวัน เพิ่มเป็นหลายชั่วโมงต่อวัน บางคนเล่นข้ามวันข้ามคืน (จิรดา มหาเจริญ, 2547) และจากข้อมูลการวิจัยยังอีกพบว่า เยาวชนเสพติดเกมออนไลน์แร็กนาร็อค จนไม่สามารถควบคุมเวลาได้ ละเลยการใช้ชีวิตในมิติอื่นๆ เนื่องจากการมีชีวิตอยู่ในโลกเสมือนจริงอย่างสนุกสนาน มีอิสระ และสามารถสร้างตัวตนขึ้นในเกมได้ตามที่ต้องการ ซึ่งการสร้างจินตนาการบนโลกเสมือนจริงของเยาวชนที่เล่นเกมออนไลน์แร็กนาร็อค จะมีผลมาจากสภาวะทางสังคมและสภาวะทางจิตใจของเยาวชน ประกอบกับลักษณะที่โดดเด่นของโลกเสมือนจริงในเกม โดยเยาวชนจะสร้างจินตนาการบนโลกเสมือนจริงออกมา 2 ลักษณะ คือ จินตนาการในทางสร้างสรรค์ และจินตนาการในทางทำลาย ผลกระทบของเกมออนไลน์แร็กนาร็อค จะมีทั้งด้านบวกและด้านลบ แตกต่างจากเกมอื่นๆ ดังนี้ คือ เยาวชนเสียเงินเพื่อซื้อเงิน และของมีค่าในเกม การถูกหลอกลวงจากการสนทนาออนไลน์ (Chat) เยาวชนหนุ่มสาวใช้พื้นที่ในเกมเพื่อสานสัมพันธ์ และการติดอยู่ในโลกเสมือนจริง เพราะโลกเสมือนจริงในเกม สามารถที่มีเพื่อนได้ง่าย มีตัวตนได้ดังต้องการ และมีอิสระ (วลัยลักษณ์ ใจสูงเนิน, 2547)

8) **เกิดพฤติกรรมการติด** เพราะพบว่าตามหลักจิตวิทยานั้น เกมนั้นถูกสร้างขึ้นมา เพื่อที่จะดึงดูดความสนใจให้ติดตามอยู่เสมอ การเล่นเกมจะทำให้ผู้เล่นเกิดปฏิสัมพันธ์กับเกมนั้นๆ เช่น เกิดความรู้สึกท้าทาย การอยากเอาชนะ และเมื่อชนะเกมเหล่านั้นแล้ว ในเกมจะมีรางวัลเป็นการเสริมแรงจูงใจให้ผู้เล่น อยากที่จะเล่นเกมที่ยากขึ้นต่อไป โดยสิ่งที่เกิดขึ้นในเกมนี้จะแตกต่างจากชีวิตจริง ซึ่งจะหาความพอใจ จากสิ่งที่กระทำได้อย่างรวดเร็วนั้นยาก โดยเฉพาะการเล่นเกมออนไลน์นั้นจะสามารถเลือกปิดเปิด เลือกรับชมหรือเลือกเล่นแต่สิ่งที่ตนพอใจ โดยไม่ต้องรอคอย ดังนั้นสิ่งที่เกิดขึ้นกับเด็กที่เล่นเกมออนไลน์ข้างต้นนี้ อาจจะทำให้เด็กไม่รู้จักอดทนที่จะรอคอย และเหตุผลสำคัญที่ทำให้เด็กและเยาวชนติดเกม คือ การเกิดภาวะสมองติดเกม โดยมีลักษณะคล้ายกับผู้ติดสารเสพติด ในทางหลักการแพทย์นั้น ผู้เล่นเกมจะมีการหลั่งสารแห่งความสุข (Dopamine) ออกมา ทำให้เกิดความสุขจากการเล่นเกม และหากมีความถี่ในการเล่นเกมมากๆ จะทำให้สมองทำงานหนัก จนส่งผลให้เกิดความผิดปกติในการหลั่งสารนี้ โดยเด็กที่มีความหมกมุ่นในการเล่นเกม หากหยุดเล่น จะทำให้สมองหลั่งสารนี้ออกมาน้อย ทำให้หงุดหงิด ไม่มีความสุข ถ้าไม่ได้เล่นเกม เด็กจึงต้องแสวงหาการเล่นเกม เพื่อให้เกิดการหลั่งสารแห่งความสุข (Dopamine) จึงจะทำให้เด็กหายจากอาการหงุดหงิดนั่นเอง ดังนั้นกลไกที่เกิดขึ้นนี้ จึงเป็นสาเหตุสำคัญของการติดเกม หรือที่เรียกกันว่า สมองติดเกมนั่นเอง (บัณฑิต ศรไพศาล, 2552) (ศิริไชย หงษ์สงวนศรี, โชษิตา ภาวะสุทธิไพสิฐ, สุวรรณา เรืองกาญจนเศรษฐ์, 2548)

6. แนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหา

ปัญหาเด็กติดเกมออนไลน์นั้น เป็นปัญหาที่มีแนวโน้มเพิ่มสูงขึ้น และยังทวีความรุนแรงขึ้นตลอดเวลา ผลกระทบหรือโทษที่เกิดขึ้นมีอยู่ในหลายรูปแบบ ทั้งต่อสุขภาพร่างกาย สุขภาพจิต สุขภาพสังคม ดังนั้นทุกฝ่ายที่เกี่ยวข้อง โดยเฉพาะบุคลากรด้านสุขภาพ ควรตระหนัก และให้ความสำคัญที่จะต้องร่วมมือกันหาแนวทางป้องกันและแก้ไขปัญหาการติดเกมออนไลน์ของเด็กและเยาวชนไทยดังกล่าวนี้ ซึ่งจากการศึกษาวิจัยเชิงปฏิบัติการในพื้นที่จังหวัดนครราชสีมาของผู้เขียนเอง (ธวัชชัย เอกสันติ, 2553) พบว่า หากให้นักเรียน ครู และผู้ปกครอง หรือผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง ได้มีส่วนในการรับรู้ปัญหา ร่วมกันคิดวิธีการแก้ปัญหา และกำหนดเป้าหมายร่วมกัน โดยผ่านกระบวนการเทคนิคเอไอซี (AIC) ส่งผลให้เกิด

การยอมรับ รู้สึกเป็นเจ้าของปัญหาร่วมกัน และเกิดความตระหนักต่อปัญหาการติดเกมออนไลน์ของเยาวชนในพื้นที่ ส่งผลให้ทุกฝ่ายร่วมกันหาแนวทางป้องกันและแก้ไขปัญหาอย่างมีส่วนร่วม นำมาสู่การดำเนินงานร่วมกันในท้องถิ่น มีการจัดตั้งคณะกรรมการดำเนินงาน โดยมาจากตัวแทนของหน่วยงานต่างๆ ในพื้นที่ ตั้งแต่ ตัวแทนผู้ปกครอง ครู บุคลากรทางสุขภาพ ตัวแทนจากองค์การบริหารส่วนตำบล วัฒนธรรมจังหวัด ฯลฯ โดยเฉพาะตัวแทนจากเด็กและเยาวชนเองด้วย ซึ่งจากการมีคณะกรรมการร่วมดังกล่าวนี้ ทำให้เกิดโครงการและกิจกรรมต่างๆ ที่ช่วยป้องกันและแก้ไขปัญหาการติดเกมออนไลน์ของเยาวชน คือ

6.1) **ระดับครอบครัว** โดยเกิดกิจกรรมที่ช่วยสร้างความรู้ความเข้าใจให้แก่ผู้ปกครอง ผ่านเสียงตามสาย สื่อวิทยุโทรทัศน์ในท้องถิ่น และการอบรมให้ความรู้ ทำให้ผู้ปกครองสามารถดูแล สังเกต และใส่ใจต่อพฤติกรรมการเล่นเกมของบุตรหลานตนเอง ซึ่งช่วยป้องกัน และคัดกรองปัญหาการติดเกมออนไลน์ในระดับต้น

6.2) **ระดับโรงเรียน** โดยเกิดกิจกรรมที่ช่วยพัฒนาทักษะของครู ทั้งครูที่ปรึกษา และครูประจำชั้น ซึ่งครูจะสอดแทรกและบูรณาการเนื้อหาที่เกี่ยวข้องกับปัญหาการติดเกม เข้าไปในกิจกรรมโฮมรูม กิจกรรมแนะแนว รวมถึงการจัดการเรียนการสอน โดยเฉพาะในรายวิชาสุขศึกษาและพลศึกษา ซึ่งในระดับโรงเรียนนี้ ครูจะเป็นผู้ที่ใกล้ชิดและอยู่กับนักเรียนทั้งวัน สามารถสังเกต และคัดกรองพฤติกรรมการติดเกมของเด็กและเยาวชนได้อีกทางหนึ่ง

6.3) **ระดับชุมชนหรือท้องถิ่น** โดยหน่วยงานในท้องถิ่นเข้ามามีส่วนร่วมในการจัดกิจกรรมต่างๆ ให้กับเด็กและเยาวชนในพื้นที่ โดยมีโครงการ “ลานกิจกรรม เพื่อเด็กและเยาวชน” เกิดขึ้น ซึ่งเป็นการสร้างเวทีให้เด็กและเยาวชนได้แสดงออก อาทิเช่น ลานดนตรี ลานกีฬา และลานศิลปะ เป็นต้น เด็กและเยาวชนได้มีพื้นที่ ได้ใช้เวลาว่างอย่างสร้างสรรค์ และเกิดประโยชน์ ซึ่งหน่วยงานในท้องถิ่นที่เข้ามามีบทบาทในกิจกรรมนี้ คือ องค์การบริหารส่วนตำบล โรงเรียน ศูนย์สุขภาพชุมชน และวัฒนธรรมจังหวัด รวมถึงการสนับสนุนที่สำคัญ คือ ผู้ปกครองของเด็ก ที่จะสนับสนุนทั้งกำลังทรัพย์และกำลังใจกับเด็กและเยาวชน เพื่อลดพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ลง

สรุปได้ว่า ปัญหาการติดเกมออนไลน์เป็นปัญหาที่มีความสลับซับซ้อน และมีผลกระทบตามมามากมาย ดังนั้นทุกฝ่าย ทุกหน่วยงาน จึงมีบทบาทสำคัญต่อการป้องกันและแก้ไขปัญหาร่วมกัน จากแนวทางข้างต้นนี้ สามารถนำไปประยุกต์ใช้ตามบริบทของพื้นที่ อาจผ่านเวทีประชาคม การเสวนาหาแนวทางร่วมกัน หรือการจัดกิจกรรมต่างๆ ทั้งในระดับครอบครัว ระดับโรงเรียน และระดับชุมชน รวมทั้งควรเปิดโอกาสให้เด็กและเยาวชนเอง ได้มีส่วนร่วมในการป้องกันและแก้ไขปัญหาดังกล่าวด้วย ซึ่งหากทุกฝ่าย ทุกพื้นที่ร่วมมือกันแล้ว ก็จะช่วยให้การป้องกันและแก้ไขปัญหาการติดเกมออนไลน์ของเด็กและเยาวชนประสบความสำเร็จ ทำให้เยาวชนไทยติดเกมน้อยลง และไม่เกิดผลกระทบที่ร้ายแรงตามมา ซึ่งเกิดผลดีต่อเยาวชน เพราะเด็กและเยาวชนนั้น คือผลผลิตที่จะเป็นกำลังสำคัญในการพัฒนาประเทศชาติให้เจริญก้าวหน้าต่อไปในอนาคตนั่นเอง

เอกสารอ้างอิง

กิตติศักดิ์ หาญกล้า. (2548). **การรับรู้ผลกระทบจากสื่อเกมออนไลน์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาในอำเภอเมือง จังหวัดจันทบุรี.** วิทยานิพนธ์ปริญญานิเทศศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชานิเทศศาสตร์ มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.

จิรดา มหาเจริญ. (2547). **การศึกษาพฤติกรรมและผลกระทบของการเปิดรับสื่อเกมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษา ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม.** วิทยานิพนธ์ปริญญาวารสารศาสตรมหาบัณฑิต(สื่อสารมวลชน) คณะวารสารศาสตร์และสื่อมวลชน มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.

ชาญวิทย์ พรนภดล และคณะ. (2552). **การศึกษาหาปัจจัยป้องกันการติดเกมในเด็กและวัยรุ่น.** คณะแพทยศาสตร์ ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล.

ณัฏฐนิช กาญจโนภาส. (2550). **การเสพติดเกม.** ปริญญานิพนธ์ศิลปศาสตรมหาบัณฑิต(วิทยาการเสพติด). บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

“**เด็กติดเกม**” **มรณะภัยใกล้ตัวคุณ.** (2553). ค้นเมื่อ 20 มิถุนายน 2553, จาก http://www.healthygamer.net

ธวัชชัย เอกสันติ และคณะ. (2553). **การพัฒนาแนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหาการติดเกมออนไลน์ของเยาวชน โดยการมีส่วนร่วมของท้องถิ่น ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดนครราชสีมา.** นครราชสีมา : วิทยาลัยนครราชสีมา.

บัณฑิต ศรไพศาล. (2552). **ปัญหาเด็กติดเกม.** ค้นเมื่อ 1 พฤศจิกายน 2552, จาก http://www.icamtalk.com/allstories.php

ปฏิมา พรพจมาน. (2545). **อิทธิพลการอบรมเลี้ยงดูของบิดามารดาต่อการเกิดโรคอ้วนเด็กวัยเรียนในชุมชนเมืองกรุงเทพมหานคร.** วิทยานิพนธ์ปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยมหิดล.

วลัยลักษณ์ ใจสูงเนิน. (2547). **พฤติกรรมการเล่น การสร้างจินตนาการบนโลกเสมือนจริง และผลกระทบของเกมออนไลน์แร็กนาร็อคที่มีต่อวัยรุ่น.** วิทยานิพนธ์ปริญญานิเทศศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการสื่อสารมวลชน ภาควิชาการสื่อสารมวลชน คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

วิไลรัตน์ วัฒนาไวฑูรย์ชัย. (2547). **การศึกษาพฤติกรรมก้าวร้าวจากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ที่มีผลกระทบต่อเด็กอายุ 12-15 ปีในเขตกรุงเทพมหานคร.** วิทยานิพนธ์ปริญญาครุศาสตรอุตสาหกรรมมหาบัณฑิต สาขาวิชาคอมพิวเตอร์และเทคโนโลยีสารสนเทศ คณะครุศาสตร์อุตสาหกรรมและเทคโนโลยี มหาวิยาลัยเทคโนโลยีพระจอมเกล้าธนบุรี.

สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์. (2549). **พฤติกรรมการเล่นเกมในวัยรุ่น และการดูแลลูก ๆ กับการเล่นเกม.** กรุงเทพฯ : สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์, กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข.

สุภาพร ยงยศ. (2548). **รูปแบบการดำรงชีวิตในสังคมเกมของกลุ่มวัยรุ่นที่เล่นเกมออนไลน์ Ragnarok กับการลอกเลียนแบบไปประยุกต์ใช้ในสังคมจริง.** วิทยานิพนธ์ปริญญานิเทศศาสตร์มหาบัณฑิต (สารสนเทศ) คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

สุทธิพร นิราพาธ. (2547). **ความสัมพันธ์ระหว่างการเล่นเกมส์คอมพิวเตอร์กับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย.** การค้นคว้าอิสระปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาการปรึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.

สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2545). **ผลการสำรวจเด็กและเยาวชน พ.ศ.2545.** ค้นเมื่อ 20 มิถุนายน 2553, จาก http://service.nso.go.th/nso/data/02/child.html

สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2546 ก). **ผลการสำรวจความคิดเห็นของประชาชนเกี่ยวกับเกมออนไลน์ในเขตกรุงเทพมหานคร พ.ศ.2546.** กรุงเทพมหานคร : สำนักงานสถิติแห่งชาติ.

สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2546 ข). **รายงานผลการสำรวจความคิดเห็นของผู้ปกครองเกี่ยวกับการใช้อินเตอร์เน็ตหรือคอมพิวเตอร์ของบุตรหลาน/สมาชิกในครัวเรือนในเขตกรุงเทพมหานคร พ.ศ. 2546.** ค้นเมื่อ 20 มิถุนายน 2553, จาก http://service.nso.go.th/nso/data/02/02_1files/summary/internet.pdf

ศุทธฤทัย เชิญขวัญมา และคณะ. (2546). **รายงานผลการวิจัย เรื่อง "การศึกษาพฤติกรรมการใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมนันทนาการ และการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลายในโรงเรียนสังกัดกรมสามัญศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานคร".** กรุงเทพมหานคร : จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ศิริไชย หงษ์สงวนศรี, โชชิตา ภาวะสุทธิไพสิฐ, สุวรรณา เรืองกาญจนเศรษฐ์. (2548,). **พฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์และปัญหาการติดเกมในวัยรุ่น.** ในการประชุมวิชาการราชวิทยาลัยจิตแพทย์แห่งประเทศไทยประจำปี 2548. กรุงเทพมหานคร : ราชวิทยาลัยจิตแพทย์แห่งประเทศไทย.

ศิริไชย หงส์สงวนศรี และคณะ. (2549). **การพัฒนาแบบสอบถาม Problem Video Game Playing (PVP) ฉบับภาษาไทย .** วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย. ปีที่ 51(4), 315 – 329.

นพดล กรรณิกา. (2548). **รายงานผลวิจัย เรื่อง ศึกษาปัจจัยที่ส่งผลต่อการติดเกมออนไลน์ในกลุ่มเด็กและเยาวชนไทยในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล.** กรุงเทพมหานคร : สำนักวิจัยเอแบคโพลล์.

อรนลิน ไชยวสุ. (2547). **พฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชายระดับมัธยมศึกษาปีที่ 4 – 6 ที่อ่านหนังสือการ์ตูนและเล่นเกมคอมพิวเตอร์ที่มีเนื้อหารุนแรง.** วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

เอเชียซอฟท์ ส่งเกม TS Online สร้างจุดขาย ชูความสนุก อิงอมตะนิยาย สามก๊ก. (2547). ค้นเมื่อ 1 พฤศจิกายน 2552, จาก http://www.arip.co.th/businessnews.php?id=407965