

บทที่ 2

แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

การศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์กับความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา อำเภอเมือง จังหวัดน่าน ผู้วิจัยได้ค้นคว้า ทบทวนวรรณกรรม เอกสาร แนวคิดทฤษฎีและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องใน 3 ส่วนคือ

1. พฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ของวัยรุ่น
2. ความฉลาดทางอารมณ์
3. ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์กับความฉลาดทางอารมณ์

พฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ของวัยรุ่น

วัยรุ่น (Adolescence)

วัยรุ่น (Adolescence) หมายถึง วัยที่เชื่อมต่อระหว่างการเป็นเด็กกับการเป็นผู้ใหญ่ เป็นระยะที่ต้องปรับพฤติกรรมแบบเด็กไปสู่พฤติกรรมแบบผู้ใหญ่ที่สังคมยอมรับ วัยรุ่นจึงไม่ใช่เป็นเพียงการเจริญเติบโตทางด้านร่างกาย แต่หมายถึงการเจริญเติบโตทางสังคมซึ่งอยู่ในกรอบของวัฒนธรรมของแต่ละที่ (Dusek, 1987)

วัยรุ่น ตามความหมายขององค์การอนามัยโลก หมายถึง วัยที่มีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายในลักษณะที่พร้อมจะมีเพศสัมพันธ์ได้ เป็นช่วงที่มีการพัฒนาทางด้านจิตใจจากเด็กไปสู่ความเป็นผู้ใหญ่ มีการเปลี่ยนแปลงจากสภาพที่ต้องพึ่งพาพ่อแม่และผู้ปกครองไปสู่สภาวะที่ต้องรับผิดชอบและพึ่งพาตนเอง (www.thaiedresearch.org 20 พฤษภาคม 2551)

วัยรุ่น หรือ Adolescence มาจากคำกริยาในภาษาละตินว่า Adolescere หมายถึง ความก้าวเข้าสู่วุฒิภาวะ (To grow into maturity) การที่เด็กจะบรรลุถึงขั้นการมีวุฒิภาวะนั้น จำเป็นต้องมีการพัฒนาการทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคม และสติปัญญา ไปพร้อมๆ กันด้วย ในการเข้าสู่วัยรุ่นของเด็กชายและเด็กหญิงนั้นถือเอาการเข้าสู่วุฒิภาวะทางเพศเป็นเกณฑ์ แต่ถึงอย่างไร ทั้งสองเพศก็เข้าสู่การมีวุฒิภาวะทางเพศไม่พร้อมกัน เด็กหญิงจะเข้าสู่วัยรุ่นก่อนเด็กชาย ประมาณ 1-2 ปี โดย

นับตั้งแต่การมีประจำเดือนเป็นครั้งแรกของเด็กหญิงและการหลั่งอสุจิเป็นครั้งแรกของเด็กชาย ถึง กระนั้นการเข้าสู่วุฒิภาวะทางเพศของแต่ละคนแม้จะเป็นเพศเดียวกันก็อาจจะไม่พร้อมกันได้ บาง คนอาจจะเริ่มเร็วบางคนอาจจะเริ่มช้าแม้เป็นการเปลี่ยนแปลงทางด้านอื่นๆ ก็เช่นเดียวกันทั้งนี้ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ เช่น อาหาร อากาศ วัฒนธรรมขนบธรรมเนียมประเพณีและสภาพแวดล้อม อื่นๆ

สรุปได้ว่าวัยรุ่นเป็นวัยที่คาบเกี่ยวระหว่างวัยเด็กกับวัยผู้ใหญ่ซึ่งอยู่ในช่วงอายุระหว่าง 13-21 ปี นักจิตวิทยาได้เรียกชื่อวัยนี้ไว้หลายชื่อด้วยกัน เช่น วัยพายุบุแคม วัยหัวเลี้ยวหัวต่อ วัย หุนหันพลันแล่น เป็นต้น ทั้งนี้เพราะวัยรุ่นเป็นวัยที่จะแสดงพฤติกรรมต่างๆ ออกมาอย่างเด่นชัด โดยเฉพาะอย่างยิ่งก็คือ พฤติกรรมทางอารมณ์ นอกจากนั้นจะเห็นได้ว่าวัยรุ่นจะเป็นวัยที่จะพัฒนา ไปสู่วัยผู้ใหญ่ ซึ่งเป็นวัยที่บุคคลควรจะได้รับ การพัฒนาให้สมบูรณ์เต็มที่ เพราะบุคคลในวัยนี้จะ เป็นทรัพยากรบุคคลที่มีคุณค่าของประเทศชาติต่อไป (ปรีชา วิหคโตและคณะ, 2544)

เนื่องจากวัยรุ่นเป็นวัยระหว่างความเป็นเด็กและความเป็นผู้ใหญ่ ที่จะจัดเข้าฝ่ายใดฝ่าย หนึ่งไม่ได้ยังมีสภาพร่างกายและอารมณ์ไม่คงที่ วอคเกอร์ (Walker, 1978 อ้างในปรีชา วิหคโตและ คณะ, 2544) กล่าวว่า หากเปรียบเทียบเหมือนการเดินทาง ช่วงวัยรุ่นจะเป็นช่วงการเดินทางที่ยุงยาก มากเป็นพิเศษ เพราะมีความสับสนวุ่นวายใจอยู่ตลอดเวลา เนื่องจากรู้จักตัวเองที่แน่นอนของตัวเอง ว่าตนเองยังเป็นเด็กหรือเป็นผู้ใหญ่กันแน่ ทั้งนี้เพราะลักษณะของความเป็นผู้ใหญ่ดูได้จากการมี อิศระจากครอบครัวหรือผู้ปกครองรวมทั้งด้านเศรษฐกิจและสังคม ต้องมีความมั่นคงทางอารมณ์ พอสมควร มีความรับผิดชอบ วางแผนการอนาคตของตัวเองได้ตลอดจนมีพฤติกรรมที่แสดงว่ามี วุฒิภาวะทางอารมณ์แล้วแต่ยังวัยรุ่นยังไม่มีคุณสมบัติเช่นนี้

นักจิตวิทยาหลายคนให้ความเห็นว่า วัยรุ่นเป็นวัยวิกฤติแห่งชีวิต (Critical period) เนื่องจากเป็นวัยหัวเลี้ยวหัวต่อ (Turning Point) ของการเปลี่ยนแปลงและการค้นหา เช่น อิริคสัน (Erikson, 1963 อ้างใน ปรีชา วิหคโตและคณะ, 2544) มีความเห็นว่า วัยรุ่นเป็นช่วงวัยแห่งการ แสวงหาเอกลักษณ์ของตัวเอง (Identity period) ต้องการรู้จักตัวเองทั้งจุดเด่นและจุดด้อย หา แนวทางในการปรับเปลี่ยนตัวเองและพัฒนาตัวเองอย่างเต็มที่ ส่วนฮอลล์ (Hall, 1976 อ้างใน ปรีชา วิหคโตและคณะ, 2544) เห็นว่าวัยรุ่นเป็นวัยแห่งความเครียดและความรุนแรง ซึ่งก็คือวัยวิกฤติแห่ง การพัฒนาการนั่นเอง วิกฤตการณ์ (Crisis) ในช่วงวัยรุ่นมีทั้งวิกฤติทางจิต ทางกายภาพและทาง สังคม ซึ่งทั้งหมดนั้นจะมีผลต่อพัฒนาการในขั้นต่อไปของชีวิตซึ่งมิใช่วัยรุ่นทุกคนที่จะสามารถ นำพาชีวิตไปสู่วัยผู้ใหญ่ได้อย่างปลอดภัย บางคนก็ประสบความล้มเหลวและมีปัญหาชีวิตมากมาย

การแบ่งวัยในวัยรุ่น

ศรีเรือน แก้วกังวาล (2549) แบ่งวัยรุ่นเป็น 3 ช่วง โดยใช้เกณฑ์ความเป็นเด็ก กับผู้ใหญ่ ตัดสิน คือ

1. วัยแรกรุ่น คือ ช่วงอายุประมาณ 12 – 15 ปี มีพฤติกรรมค่อนข้างไปทางเป็นเด็ก
2. วัยรุ่นตอนกลาง คือ ช่วงอายุประมาณ 16 – 17 ปี มีพฤติกรรมก้ำกึ่งระหว่างความเป็นเด็กและผู้ใหญ่
3. วัยรุ่นตอนปลาย คือ ช่วงอายุประมาณ 18 – 25 ปี มีพฤติกรรมค่อนข้างไปทางเป็นผู้ใหญ่ อย่างไรก็ตามช่วงอายุดังกล่าวนี้ มิได้กำหนดเป็นหลักตายตัว แต่เพื่อความสะดวกในการศึกษาเท่านั้น ซึ่งเกณฑ์อายุที่ใช้กำหนดการเข้าสู่วัยรุ่นของแต่ละบุคคล อาจใช้เป็นมาตรฐานที่แน่นอนสำหรับทุก ๆ คนไม่ได้ (Rogers, 1972 อ้างใน นารี จิตรรักษา, 2549)

พฤติกรรม (Behavior)

พฤติกรรม หมายถึง ปฏิบัติการ หรือกิจกรรมทุกชนิดของสิ่งมีชีวิต พฤติกรรมของคน หมายถึงปฏิบัติการต่างๆ ที่บุคคลแสดงออกทั้งภายในและภายนอกตัวบุคคล มีทั้งที่สังเกตได้และสังเกตไม่ได้ (ประภาเพ็ญ สุวรรณ, 2534)

พฤติกรรม หมายถึง การกระทำทุกอย่างของมนุษย์ ไม่ว่าจะการกระทำนั้นผู้กระทำจะทำได้โดยรู้ตัวหรือไม่รู้ตัวก็ตาม ไม่ว่าจะคนอื่นจะสังเกตการกระทำนั้นได้หรือไม่ได้ก็ตามและไม่ว่าการกระทำนั้นจะพึงประสงค์หรือไม่พึงประสงค์ก็ตาม ดังนั้น การเดิน การยืน การคิด การตัดสินใจ การปฏิบัติตามหน้าที่ การละทิ้งหน้าที่ เป็นพฤติกรรมทั้งสิ้น (ปรีชา วิหกโตและคณะ, 2544)

พฤติกรรมหมายถึง การกระทำของมนุษย์หรือสัตว์ การกระทำที่ว่านี้รวมทั้งการกระทำที่เกิดขึ้นทั้งผู้กระทำรู้สึกตัวและไม่รู้สึกตัวในขณะที่กระทำ รวมทั้งการกระทำที่สังเกตได้หรือสังเกตไม่ได้ (ศักดิ์ไทย สุรกิจบวร, 2545)

ดังนั้นพฤติกรรม หมายถึง ปฏิบัติการหรือกิจกรรมของสิ่งมีชีวิต ทั้งที่ปรากฏออกมาให้เห็นหรือสัมผัสได้ และไม่สามารถเห็นหรือสัมผัสได้ เป็นสิ่งที่สิ่งมีชีวิตกระทำหรือปฏิบัติการต่างๆ ที่แสดงออกทั้งภายในและภายนอก ทั้งนี้พฤติกรรมสามารถสังเกตได้และสังเกตไม่ได้ หรือสัมผัสได้ด้วยประสาทสัมผัสทั้ง 5 หรือสามารถวัดได้ด้วยเครื่องมือ

ปัจจัยที่กำหนดพฤติกรรมมนุษย์ แบ่งได้เป็น 4 ปัจจัยด้วยกัน คือ

1. ปัจจัยทางชีวภาพ (Biological factors) ได้แก่ องค์ประกอบต่างๆ ของร่างกาย เช่น โครโมโซม กล้ามเนื้อ ฮอร์โมน ระบบประสาท ซึ่งเป็นปัจจัยที่มนุษย์ได้รับการถ่ายทอดทางชีวภาพ ตั้งแต่กำเนิด หรือเป็นพฤติกรรมที่ได้รับจากพันธุกรรม ซึ่งถ่ายทอดจากบรรพบุรุษไปยังลูกหลาน
2. ปัจจัยทางด้านสิ่งแวดล้อม ซึ่งมีความสำคัญในการกำหนดพฤติกรรมของมนุษย์ สิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ เช่น กลางวันกลางคืน ทำให้มนุษย์ต้องปรับพฤติกรรมให้เข้ากับกาลเวลาที่เปลี่ยนแปลง
3. ปัจจัยทางด้านสังคมและจิตวิทยา มีความสำคัญในการกำหนดพฤติกรรมมนุษย์ โดยเฉพาะการอบรมเลี้ยงดู การอบรมขัดเกลาทางสังคมเพื่อให้เป็นไปตามบรรทัดฐานและค่านิยมของแต่ละสังคมในระดับต่างๆ ทำให้มนุษย์มีพฤติกรรมที่แตกต่างกันไป นอกจากนี้การเรียนรู้ของมนุษย์จากประสบการณ์ และโดยอาศัยการสังเกตจากตัวแบบต่างๆ ช่วยให้ผู้ปรับเปลี่ยนพฤติกรรมให้เหมาะสมกับสภาพแวดล้อมยิ่งขึ้น
4. ปัจจัยทางด้านวัฒนธรรม วัฒนธรรมเป็นระบบสัญลักษณ์ที่มนุษย์สร้างขึ้น และมีการถ่ายทอดโดยการเรียนรู้จากคนชั่วอายุหนึ่ง ไปอีกยังคนอีกชั่วอายุหนึ่ง วัฒนธรรมจึงมีความสำคัญมากในการกำหนดพฤติกรรมมนุษย์ มนุษย์เกิดมาในวัฒนธรรมใดก็เรียนรู้วัฒนธรรมนั้น

ปัจจัยที่ส่งผลให้บุคคลมีพฤติกรรมที่แตกต่างกัน (นีมอองค์ งามประภาส, 2549)

1. พันธุกรรม เป็นสิ่งที่ติดตัวมาและเป็นปัจจัยที่แก้ไขก่อนยาก อย่างไรก็ตามสามารถควบคุมได้บางส่วน
2. สิ่งแวดล้อม หมายถึง ผลรวมของการกระตุ้นต่างๆ ที่บุคคลได้รับตั้งแต่เริ่มการมีชีวิต จนกระทั่งตาย และมีอิทธิพลทำให้บุคคลแตกต่างกัน ซึ่งอิทธิพลของสภาพแวดล้อมที่มีต่อพฤติกรรมมนุษย์ เช่น สภาพแวดล้อมหลังเกิด มีอิทธิพลและสำคัญมากต่อชีวิตของบุคคลมีขอบเขตกว้างขวางมาก เริ่มตั้งแต่บรรยากาศภายในบ้าน (ครอบครัว) เช่น ความรัก การยอมรับ ความเอาใจใส่ในการเลี้ยงดู เจตคติของพ่อแม่ที่มีต่อลูก เป็นต้น นับว่าเป็นสิ่งสำคัญยิ่งเมื่อเด็กเจริญเติบโตขึ้น ประสบการณ์ทางการศึกษาในโรงเรียน การเรียนรู้ทางสังคมของการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ขนบธรรมเนียมประเพณี และวัฒนธรรมได้เข้ามามีบทบาทสำคัญต่อการพัฒนาการด้านต่างๆ ของเด็กเป็นอันมาก มีรายละเอียดดังนี้
 - 2.1. ความแตกต่างทางสังคม คนที่มาจากสังคมที่แตกต่างย่อมมีพฤติกรรมที่แตกต่างกัน นับตั้งแต่การรับประทานอาหาร ลักษณะการพูด การแต่งกาย บุคลิกภาพทางด้านสังคม เป็นต้น ทั้งนี้เพราะแต่ละบุคคลมาจากสังคมที่ต่างกัน หรือมาจากครอบครัวที่ต่างกัน วิธีการอบรม

เลี้ยงดูที่แตกต่างกัน อาชีพของบิดามารดาที่แตกต่างกัน ฐานะเศรษฐกิจและสังคมที่แตกต่างกัน เช่น คนที่มาจากครอบครัวที่มีฐานะเศรษฐกิจดีร่ำรวย ย่อมจะมีโอกาสได้ศึกษาในระดับสูงกว่าคนที่มาจากครอบครัวยากจน เป็นต้น

2.2. ครอบครัว เป็นสถาบันที่ผลิตสมาชิกให้ชุมชน เป็นครอบครัวเป็นสถาบันแห่งแรก และสำคัญที่สุดในการอบรมสั่งสอนและสร้างบุคลิกภาพให้แก่เด็กและเยาวชน จัดเป็นสิ่งแวดล้อมที่มีอิทธิพลมากที่สุดต่อพฤติกรรมของเด็กและเยาวชน โดยเฉพาะสังคมไทย เนื่องจาก ครอบครัวที่ดีย่อมช่วยป้องกันและลดปัญหาของสังคมได้ มีรายงานการวิจัยหลายชิ้นที่กล่าวถึงอิทธิพลของครอบครัวต่อพฤติกรรม เช่นพบว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน และการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยไม่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียน (ปราณี จันทร์หอม, 2541) สรุปได้ว่าการที่เด็กจะมีพฤติกรรมอย่างนั้นย่อมขึ้นอยู่กับครอบครัวและสภาพภายในครอบครัว ซึ่งเป็นสิ่งแวดล้อมที่เด็กเกิดการเรียนรู้ตนเอง บทบาทของครอบครัวที่มีต่อวัยรุ่นโดยพรพิมล ไวทยางกูร (2548) ได้กล่าวว่า พ่อแม่เป็นบุคคลแรกและเป็นบุคคลสำคัญที่จะช่วยให้เด็กมีพัฒนาการด้านต่างๆ อย่างเหมาะสม เนื่องจากเป็นผู้ที่อยู่ใกล้ชิดเด็กตั้งแต่เกิด เป็นผู้มีบทบาทต่อการอบรมสั่งสอนและถ่ายทอดความเชื่อ เจตคติ ค่านิยม และแบบแผนพฤติกรรมต่างๆ ให้แก่เด็ก วิธีการอบรมเลี้ยงดูของแต่ละครอบครัวมีความแตกต่างกันตามฐานะทางเศรษฐกิจ สังคม การศึกษา วัฒนธรรมและพื้นฐานอุปนิสัยของพ่อแม่ และบุคคลที่เลี้ยงดูเด็ก การเลี้ยงดูเด็กแต่ละวัยเป็นเรื่องละเอียดอ่อนที่ต้องใช้ความรู้และเทคนิค ประกอบกันอย่างถูกต้องเพราะวิธีการประพฤตินิสัยที่เด็กได้รับมาตั้งแต่เยาว์วัยจะมีอิทธิพลต่อระดับคุณภาพของบุคคลและบุคลิกภาพซึ่งรวมทั้งค่านิยม เจตคติและพฤติกรรมของเด็กเมื่อเติบโตขึ้น ลักษณะการอบรมเลี้ยงดูมี 9 แบบได้แก่

- การเลี้ยงดูแบบรักและสนับสนุน พ่อแม่ประเภทนี้จะให้ความสำคัญแก่ลูกโดยการแสดงความรักความเอาใจใส่ สนใจทุกข์สุขของลูก ทำกิจกรรมร่วมกัน ให้ความช่วยเหลือ ให้ความสนับสนุน เด็กในครอบครัวนี้จะเห็นความสำคัญของพ่อแม่ ยอมรับการอบรมสั่งสอนจากพ่อแม่ง่าย มีความรับผิดชอบสูง ไม่ทำผิดระเบียบและกฎหมาย มีความละเอียดใจ ให้ความร่วมมือกับผู้อื่นดี มีความซื่อสัตย์ และไม่ค่อยมีความวิตกกังวล

- การเลี้ยงดูแบบใช้เหตุผล การอธิบายเหตุผลเมื่อต้องการส่งเสริมหรือขัดขวาง การกระทำของลูกรวมทั้งการให้รางวัลและการลงโทษเพื่อให้ลูกเรียนรู้สิ่งที่ควรทำและไม่ควรทำ การเลี้ยงดูแบบนี้เมื่อเด็กโตขึ้นจะเป็นเด็กที่มีเหตุผลเชิงจริยธรรม เมื่อทำผิดจะรู้สึกอายและยอมรับผิด มีความสามารถในการต้านทานสิ่งยั่วยุได้ เป็นการสร้างจิตสำนึกในการให้ความสำคัญต่อการปฏิบัติตนแต่ในสิ่งที่ดีงาม

- การเลี้ยงดูแบบลงโทษทางใจมากกว่าทางกาย การปฏิบัติตัวของพ่อแม่เมื่อลูกทำผิดด้วยการดูว่ากล่าว การตำหนิ แสดงที่ไม่พอใจ หรือเมินเฉยเย็นชามากกว่าลงโทษด้วยการทุบตีหรือทำร้ายให้เจ็บตัว เด็กที่ได้รับการลงโทษทางจิตใจจะมีพฤติกรรมก้าวร้าวหรือเก็บกดรวมทั้งมีอาการทางจิตและประสาทได้

- การเลี้ยงดูแบบควบคุม พ่อแม่จะออกคำสั่งให้ลูกทำตามและควบคุมดูแลอย่างใกล้ชิด และหากไม่ปฏิบัติตามก็จะถูกลงโทษ ซึ่งการเลี้ยงดูแบบนี้จะได้ผลดีในเด็กเล็กและวัยรุ่นตอนต้น และกับเด็กผู้หญิงมากกว่าเด็กชายผลของการเลี้ยงดูแบบควบคุมทำให้เด็กมีนิสัยซื่อสัตย์ มีสัมมาคารวะ เอื้อเฟื้อ กตัญญูมากกว่าเด็กที่ได้รับการควบคุมน้อย อย่างไรก็ตาม เมื่อเด็กเข้าสู่วัยรุ่นตอนกลางแล้วต้องควบคุมให้น้อยลงเพื่อให้เด็กเป็นตัวของตัวเองมากขึ้น

- การเลี้ยงดูแบบพึ่งตนเองเร็ว ครอบครัวยที่เปิดโอกาสให้ลูกได้ทำกิจวัตรประจำวันของตนเองโดยไม่ต้องให้คนอื่นช่วย จะสามารถปลูกฝังลักษณะนิสัยรับผิดชอบรู้จักหน้าที่ของตัวเอง มีความมุ่งมั่นตั้งใจทำงานและมีแรงจูงใจใฝ่สัมฤทธิ์สูง

- การเลี้ยงดูแบบตามสบาย ครอบครัวยุคสมัยใหม่ที่มีฐานะทางเศรษฐกิจสูงและมีความคิดว่าการให้อิสระทุกอย่างกับเด็กเป็นสิ่งที่ดีเพื่อให้เด็กได้เติบโตตามธรรมชาติอย่างไม่มีขอบเขต พ่อแม่ประเภทนี้จะตามใจเด็กและให้ทุกอย่างที่เด็กต้องการ เด็กที่เติบโตมาจากการอบรมเลี้ยงดูในลักษณะนี้จะเป็นเด็กที่ไม่มีระเบียบวินัย ไม่มีมารยาท ไม้รู้จักการเกรงใจ ทำตามใจตนเองโดยไม่สนใจความรู้สึกของคนอื่น

- การเลี้ยงดูที่มีการปกครองไม่สม่ำเสมอ พฤติกรรมของพ่อแม่ในการอบรมสั่งสอนลูกไม่มีความคงเส้นคงวา ขึ้นอยู่กับอารมณ์เป็นสำคัญ การกระทำที่ไม่ดีอย่างเดียวกันของเด็กบางครั้งก็ถูกตำหนิบางครั้งก็ไม่ได้รับความสนใจ ทำให้เด็กเกิดความไม่แน่ใจว่าเป็นพฤติกรรมที่ไม่สมควรทำจริงหรือไม่ เช่น การพูดปดเพื่อปกป้องตนเอง การลักขโมยเงินเล็กๆ น้อยๆ ในบ้าน การหลบเลี่ยงงานในหน้าที่โดยมีข้ออ้างต่างๆ นาๆ เด็กที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูในลักษณะนี้จะชอบเลี่ยงกับการกระทำที่ผิดระเบียบ บางครั้งอาจมีลักษณะของความหวาดกลัว วิดกกังวล และหนีสังคมได้เช่นกัน

- การเลี้ยงดูชนิดที่พ่อแม่ใช้อำนาจในการลงโทษอย่างรุนแรง การเลี้ยงดูในลักษณะนี้มักเกิดในครอบครัวที่มีฐานะยากจน และพ่อแม่มีการศึกษาไม่สูงนัก นิยมการลงโทษที่รุนแรงทั้งทางวาจา คือ การด่าทอ และใช้คำหยาบคายและการกระทำด้วยการเขี่ยดิน กักขังหรือทำโทษอย่างขาดเมตตา พ่อแม่ในครอบครัวประเภทนี้ไม่มีความมั่นคงทางอารมณ์ จะระบายอารมณ์โกรธแค้นที่มีต่อสิ่งต่างๆ กับเด็กในบ้าน เด็กที่เติบโตมาในครอบครัวแบบนี้จะเป็นเด็กเก็บกด

หวาดกลัว ไม่มีความมั่นคงทางอารมณ์หรือในทางตรงข้าม อาจมีพฤติกรรมก้าวร้าว ระบาย เป็นอันธพาลเกรเพื่อเป็นการระบายอารมณ์และชดเชยการกระทำของพ่อแม่ที่โหดร้ายต่อตน

- การเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลย เป็นการเลี้ยงดูตามบุญตามกรรม คือ การที่พ่อแม่ลูกขาดความใกล้ชิดกันแม้ว่าจะอยู่บ้านเดียวกัน พ่อแม่ไม่ดูแลเอาใจใส่ลูก ไม่เห็นคุณค่าของบุคคลในครอบครัว ไม่มีความมุ่งหวังในตัวบุคคล ไม่มีความกระตือรือร้น เด็กไม่มีแรงกระตุ้นจากพ่อแม่ ไม่มีความรัก ความอบอุ่น ชีวิตของเด็กส่วนใหญ่อยู่กับพี่เลี้ยง ลักษณะการอบรมเลี้ยงดูเช่นนี้จะสร้างนิสัยไม่มีความพยายามในการทำงาน ไม่มีเป้าหมายในชีวิต ไม่สนใจในการร่วมกิจกรรมกับผู้อื่น ไม่สนใจการเรียน เมื่อเด็กมีปัญหาจะมีแนวโน้มพึ่งยาเสพติดได้ง่าย

ครอบครัวมีอิทธิพลต่อการหล่อหลอมบุคคลให้มีลักษณะนิสัยและบุคลิกภาพที่แตกต่างกันตามชีวิตความเป็นอยู่ ครอบครัวเป็นสถาบันแรกที่วางรากฐานของคุณลักษณะที่ดึงมาจากเด็กจากสัมพันธ์ภาพระหว่างพ่อแม่ลูกที่มีความผูกพันที่เหนียวแน่นด้วยการดูแลเอาใจใส่เด็กในครอบครัวให้มีความสุขกายและสุขภาพจิตที่ดี แม้ว่าวัยรุ่นจะต้องการเป็นตัวของตัวเองและเอนเอียงไปทางเพื่อนมากกว่าพ่อแม่ และมีข้อขัดแย้งกับพ่อแม่ได้บ่อย แต่เขาก็ยังต้องการพึ่งพ่อแม่อยู่ดี ดังนั้น การอบรมเลี้ยงดูในแต่ละครอบครัวที่แตกต่างกันจึงมีผลต่อการสร้างลักษณะนิสัยและพฤติกรรมของเด็กที่แตกต่างกันด้วย

ลำดับที่ของพี่น้องที่มีผลต่อพฤติกรรม ลูกคนแรก มักจะมีลักษณะมุ่งความสำเร็จ (Achievement – oriented) มักเข้าสังคมได้ดี มีความมั่นใจในตนเองสูง แต่ลูกคนแรกก็มักจะมีควมวิตกกังวลสูงกว่าลูกคนหลังๆ ผลการวิจัยชี้ว่าที่ลูกคนแรกมีลักษณะเด่นเป็นเพราะพ่อแม่จะให้ความสนใจมากกว่า มีความคาดหวังสูงกว่า พ่อแม่มักจะทำให้ลูกคนแรกเป็นต้นแบบของน้องๆ และเป็นที่ปรึกษาของกิจการในครอบครัว ลูกคนแรกมีโอกาสที่จะได้สอนน้องๆ มักปรากฏด้วยจำนวนคนที่จบปริญญาเอกมักเป็นลูกคนแรกมากที่สุด ลูกคนที่เกิดหลังๆ จะมีปัญหามากกว่า โดยเฉพาะอย่างยิ่งลูกคนกลาง จะเหมือนกับเด็กถูกทิ้งอยู่ตรงกลาง เพราะความคาดหวังอยู่กับลูกคนแรก และความเอ็นดูอยู่กับลูกคนสุดท้าย แต่หลายๆ กรณีก็พบว่าลูกคนกลางเป็นลูกที่เข้าสังคมได้ดี เพราะเด็กพยายามปรับตัวมากกว่า

2.3 ความแตกต่างทางเพศ หมายถึง ความสามารถในเรื่องต่างๆ ทางเพศชายและหญิง ความแตกต่างทางสรีระร่างกาย (Sex) นำไปสู่การกำหนดบทบาทของชายหญิง (Gender) ซึ่งวัฒนธรรมมีส่วนสำคัญในการกำหนดบทบาทของหญิงและชายให้แตกต่างกัน เช่น บางวัฒนธรรมถือว่าชายเป็นช้างเท้าหน้า หญิงเป็นช้างเท้าหลัง เป็นต้น หรือในบางวัฒนธรรมเชื่อว่า ผู้ชายต้องเข้มแข็งอดทนอ่อนแอไม่ได้ หรือผู้ชายมีโอกาสก้าวหน้าในหน้าที่การงานมากกว่าผู้หญิง เพราะในบางตำแหน่งไม่เปิดให้ผู้หญิงทำงานในระดับสูง ซึ่งสิ่งเหล่านี้ก็เป็นการแสดงให้เห็นความแตกต่าง

ระหว่างเพศ จากการศึกษาค้นคว้าของ Griffithv ได้กล่าวถึง เพศชายนิยมเล่นเกมเป็นประจำมากกว่าและนิยมเล่นเกมที่มีเนื้อหารุนแรง ในขณะที่ผู้หญิงจะชอบเกมที่มีความสนุกสนานและความบันเทิง (Griffithv ,1985 อ้างใน วิไลรัตน์ วัฒนไวฑูรย์ชัย)

ในการศึกษาครั้งนี้ ผู้วิจัยได้มองว่า พฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาอาจมีผลมาจากปัจจัยที่กำหนดพฤติกรรมมนุษย์และปัจจัยที่ส่งผลให้บุคคลมีพฤติกรรมที่แตกต่างกัน จึงใช้ปัจจัยเหล่านี้เป็นกรอบในการสร้างแบบสอบถามด้านสถานภาพ สังคม ครอบครัวและความเป็นอยู่ ซึ่งอาจมีผลต่อการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ของนักเรียนด้วยเช่นกัน ซึ่งในการสร้างแบบสอบถาม ปัจจัยทางชีวภาพจะประกอบไปด้วย เพศ อายุ ปัจจัยทางด้านสิ่งแวดล้อม ประกอบไปด้วย สถานที่เล่นเกม ช่วงเวลาในการเล่น เกม ปัจจัยทางด้านสังคมและจิตวิทยา ประกอบไปด้วย รายได้ของครอบครัว สมาชิกในครอบครัว ระดับการศึกษาของบิดามารดา และในส่วนของปัจจัยทางด้านวัฒนธรรม ประกอบไปด้วย ครอบครัวมีส่วนสนับสนุนพิจารณาในการเล่น เกม เป็นต้น

ลักษณะพฤติกรรมทั่วไปของวัยรุ่น

1. พฤติกรรมทางกาย เมื่อเริ่มเข้าสู่วัยรุ่น เด็กจะมีการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายที่เห็นได้ชัดเจนและรวดเร็วมาก เนื่องจากการเปลี่ยนแปลงของกระดูก และการพัฒนาถึงขั้นวุฒิภาวะทางเพศ
2. พฤติกรรมทางสติปัญญา เด็กวัยรุ่นจะมีความอยากรู้อยากเห็นและสามารถเข้าใจสิ่งต่างๆ ได้อย่างรวดเร็ว เริ่มมีความคิดเป็นของตนเองมากขึ้น สามารถตัดสินใจได้เอง มีความคิดริเริ่ม สามารถวางโครงการในการทำงานหรือการทำกิจกรรมต่างๆ และสนใจที่จะทำกิจกรรมกับกลุ่มเพื่อนมากกว่าจะทำตามลำพัง
3. พฤติกรรมทางอารมณ์ เป็นผลจากการเปลี่ยนแปลงทางร่างกายประกอบกับสภาพแวดล้อม จะทำให้วัยรุ่นจะมีอารมณ์ทุกประเภท เช่น รัก โกรธเกลียด อิจฉาริษยา อ่อนไหว สับสน หงุดหงิด และการแสดงพฤติกรรมของวัยรุ่นจึงมีลักษณะดังนี้คือ มีความไม่คงที่ มีอารมณ์ค้าง มีความรุนแรงขาดการควบคุมอารมณ์
4. พฤติกรรมทางสังคม เด็กวัยรุ่นชอบอยู่เป็นกลุ่มเพื่อนมากกว่าการอยู่กับสมาชิกครอบครัว เพราะการอยู่ในกลุ่มเพื่อนจะช่วยสร้างความรู้สึกร่วมกันเป็นพวกเดียวกัน มีความคิดคล้ายๆ กัน มีปัญหาคล้ายๆ กัน การแสดงพฤติกรรมทางสังคมของเด็กวัยรุ่นจะมีลักษณะดังนี้คือ สุภาพเรียบร้อย อุดมคติ รักสนุก ส่วนวัยรุ่นที่ปรับตัวไม่ได้ก็จะมีปัญหา

ลักษณะพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของวัยรุ่น (ฟังพิศ จักรปิง, 2549)

พฤติกรรมใดๆ ที่เด็กวัยรุ่นแสดงออกย่อมมีสาเหตุทั้งสิ้น ความสลับซับซ้อนของพฤติกรรมมากน้อยเพียงใดย่อมขึ้นอยู่กับภาวะของเด็ก แม้ว่าพฤติกรรมที่เด็กแสดงออกจะแตกต่างไปจากที่เคย แต่ก็อาจแสดงออกมาในรูปของพฤติกรรมที่เป็นปกติ ผู้ใหญ่ที่มีความเข้าใจลักษณะธรรมชาติของเด็กเป็นอย่างดี ก็ย่อมสามารถปฏิบัติต่อเด็กได้อย่างถูกต้องเหมาะสม โดยทั่วไปลักษณะของพฤติกรรมที่เป็นปกติ มักเกิดขึ้นและอยู่ไม่นาน ซึ่งส่วนใหญ่แล้วไม่ขัดขวางความเจริญของเด็ก ทั้งนี้เพราะเด็กมีการมีการเปลี่ยนแปลงอยู่ตลอดเวลา แต่ถ้าพฤติกรรมนั้นยังคงอยู่และเพิ่มความถี่รุนแรงขึ้น เนื่องจากไม่ได้รับการแก้ไข พฤติกรรมนั้นย่อมเป็นปัญหา อย่างไรก็ตาม นับว่าเป็นสิ่งที่ยากในการที่จะกำหนดให้แน่นอนลงไปว่า พฤติกรรมใดเป็นพฤติกรรมที่เป็นปัญหาของเด็ก แต่ก็อาจพอสรุปลักษณะของพฤติกรรมที่เป็นปัญหาว่าขึ้นอยู่กับสิ่งต่อไปนี้

1. มีพฤติกรรมไม่สมวัย เพราะพัฒนาการของมนุษย์ในแต่ละวัยจะมีลักษณะเฉพาะอย่าง และถือว่าเป็นพฤติกรรมปกติ แต่ถ้าพฤติกรรมเช่นเดียวกันนี้เกิดขึ้นในอีกช่วงวัยหนึ่ง ก็ถือว่าเป็นพฤติกรรมที่เป็นปัญหา

2. เกิดพฤติกรรมที่มีความถี่และรุนแรง เพราะลักษณะของพฤติกรรมที่เป็นปัญหานั้น จะต้องพิจารณาลักษณะของพฤติกรรมตามสภาพแวดล้อม รวมทั้งผลกระทบที่มีต่อตัวเด็กวัยรุ่นเอง และผู้อื่น ดังนั้นถ้าพฤติกรรมใดมีความถี่และรุนแรง ส่งผลกระทบต่อตนเองหรือผู้อื่นสูง ก็ถือว่าเป็นพฤติกรรมที่เป็นปัญหา เช่นเด็กวัยรุ่นที่ก่อการทะเลาะวิวาทกับเพื่อนเป็นประจำทุกวันและรุนแรง ทำให้เกิดผลร้ายทั้งต่อตัวเด็กเองและบุคคลรอบข้างที่เกี่ยวข้อง

3. เกิดความสูญเสียโอกาสทางสังคม หมายถึงพฤติกรรมที่เมื่อเด็กวัยรุ่นแสดงออกไปแล้ว จะมีผลต่อการสูญเสียโอกาสทางสังคมของเด็กเอง เช่นการถูกลงโทษตามระเบียบวินัยของโรงเรียน ที่ต้องออกจากสถานศึกษาไป หรือผลของการทะเลาะวิวาทที่รุนแรงแล้วถูกตำรวจจับ เป็นต้น

4. ไม่สามารถปรับตัวต่อสภาพแวดล้อมต่างๆ ได้ ทั้งนี้เพราะเด็กวัยรุ่นจะต้องมีการปรับตัวต่อสภาพแวดล้อมต่างๆ ทั้งในกลุ่มเพื่อนเพศเดียวกันหรือต่างเพศ ตลอดจนการปรับตัวเข้ากับบุคคลทั่วไป ดังนั้น ถ้าเขาไม่สามารถปรับตัวได้ในทุกสถานการณ์ก็แสดงว่าเขามีปัญหา แต่ถ้าสามารถปรับตัวได้ในบางสถานการณ์ ก็ถือว่าเป็นปัญหาที่ไม่รุนแรง เช่นในกรณีที่เด็กไม่กล้าแสดงความคิดเห็นในกลุ่มเพื่อนๆ หรือการไม่กล้าออกไปนำเสนองานของตนเองหน้าชั้นเรียน เป็นต้น

ลักษณะพฤติกรรมของวัยรุ่นที่เล่นเกมคอมพิวเตอร์

1. พฤติกรรมทางกาย ในการศึกษาของจริดา มหาเจริญ (2546) ผลการวิจัย พบว่า ความคิดเห็นของนักเรียนเรื่องผลกระทบจากการเล่นเกมออนไลน์ ในด้านสุขภาพ คือ เสียสายตา ปวดหลัง พักผ่อนน้อย

2. พฤติกรรมทางสติปัญญา ในการศึกษาของฉัตรพี เกษมสันต์ ณ อยุธยา (2550) พบว่า การศึกษาความคิดเห็นของวัยรุ่น ผู้ปกครอง และนักวิชาการ เกี่ยวกับประโยชน์ของเกมคอมพิวเตอร์เชิงสร้างสรรค์ต่อพัฒนาการทางสติปัญญาพบว่า เกมจำลองสถานการณ์ ซึ่งได้แก่เกม the Sims มีประโยชน์ต่อจินตนาการ การคิดวางแผนและการเรียนรู้ในระดับที่สูง มีประโยชน์ต่อความจำในระดับปานกลาง เกมวางแผนซึ่งได้แก่ เกม Championship Manager มีประโยชน์ต่อการคิดวางแผน การเรียนรู้ ความจำในระดับสูง และ มีประโยชน์ต่อจินตนาการในระดับปานกลาง จากการศึกษาของศรีัญญา ถนอมวรา (2547) พบว่าเด็กที่เล่นเกมคอมพิวเตอร์ไม่สามารถเพิ่มความรู้ในการใช้คอมพิวเตอร์จำนวน 62.00% และสามารถเพิ่มความรู้ให้เด็กได้ในการใช้คอมพิวเตอร์จำนวน 36.00 %

3. พฤติกรรมทางอารมณ์ ในการศึกษางานวิจัยของวิไลรัตน์ วัฒนไวฑูรย์ชัย (2547) พบว่า พฤติกรรมขณะเล่นเกมและหลังเล่นเกมมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมก้าวร้าว และจากงานวิจัยของ Eun Joo Kim, Kee Namkoong, Taeyun Ku, Se Joo Kim (2007) พบว่า ความก้าวร้าวและอุปนิสัย เฉพาะแปรผันตามการติดเกมออนไลน์

4. พฤติกรรมทางสังคม ในการศึกษางานวิจัยของพลฤทธิ ฐิติวิริทินันท์ (2549) พบว่า ผู้เล่นส่วนใหญ่จะเลือกเล่นเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์กับกลุ่มเพื่อนที่เรียนในห้องเรียนเดียวกัน มากกว่าจะเล่นกับบุคคลอื่น ในส่วนที่เกี่ยวกับปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เล่นกับเกมพบว่า ผู้เล่นเลือกที่จะเล่นเกมออนไลน์ เพราะเพื่อนแนะนำให้เล่น และจากการศึกษาของจริดา มหาเจริญ (2546) โดยผลการวิจัย ในส่วนความคิดเห็นของนักเรียนเรื่องผลกระทบจากการเล่นเกมออนไลน์พบว่า เห็นด้วยในด้านความสัมพันธ์ครอบครัวว่า การเล่นเกมออนไลน์มากๆ ทำให้เกิดปัญหาหรือทะเลาะกับสมาชิกในครอบครัวเรื่องจำกัดการเล่น และมีเวลาพูดคุยหรือทำกิจกรรมกับสมาชิกในครอบครัวน้อยลง กลุ่มตัวอย่างไม่แน่ใจว่าการเล่นเกมออนไลน์มีผลกระทบในภาพรวมด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน แต่ส่วนใหญ่เห็นด้วยว่าการเล่นเกมออนไลน์ทำให้มีเพื่อนมากขึ้น

เกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์

เกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ หมายถึง เกมที่เล่นผ่านเครื่องคอมพิวเตอร์ซึ่งบรรจุอยู่ในแผ่นฟลอปปีดิสก์ แผ่นซีดีรอม หรือบันทึกไว้ด้วยระบบอื่นใดที่สามารถเล่นผ่านเครื่องคอมพิวเตอร์ส่วนบุคคลได้และสามารถออนไลน์เล่นกับผู้อื่นที่ออนไลน์ได้ (วิไลรัตน์ วัฒนไวฑูรย์ชัย, 2547)

ดรุตร์ ชูจันทร์ (2548) ได้ให้ความหมายของเกมออนไลน์ หมายถึง เกมที่เล่นบนเครื่องคอมพิวเตอร์ โดยใช้ระบบออนไลน์ทางอินเทอร์เน็ตในการเล่น

ญาดา ศรีชัย (2547) ได้ให้ความหมายของเกมออนไลน์ หมายถึง เกมที่เล่นบนเครื่องคอมพิวเตอร์โดยใช้อินเทอร์เน็ตเป็นสื่อกลาง

มีนักวิจัยหลายท่านได้ให้ความหมายของเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์คล้ายๆกัน ผู้วิจัยจึงสรุปได้ว่า เกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์หมายถึง เกมที่เล่นบนเครื่องคอมพิวเตอร์ โดยใช้ระบบออนไลน์ทางอินเทอร์เน็ตในการเล่น

แนวคิดเรื่องเกม

เกมออนไลน์เป็นพัฒนาการอย่างหนึ่งจากเทคโนโลยี ที่นำเอาความบันเทิงแทรกเข้าไปกับการใช้เทคโนโลยี ซึ่งก็พบว่ามนุษย์ล้วนหาความบันเทิงเข้ามาสู่ชีวิตทุกรูปแบบมาโดยตลอด ดังนั้น จึงไม่เป็นเรื่องแปลกที่จะเกิดเกมออนไลน์ขึ้นมาในสังคมปัจจุบัน เดิมทีเดียวเกมที่เกี่ยวข้องกับการใช้คอมพิวเตอร์นั้นเริ่มจาก เกมที่เล่นกับเครื่องคอมพิวเตอร์ จากนั้นก็พัฒนามาสู่ระบบที่คนจะเล่นเกมกับคนด้วยกันได้ คือ เล่นเกมพร้อมกันผ่านเครื่องคอมพิวเตอร์หลายเครื่อง แต่จำกัดกลุ่มคนอยู่กลุ่มหนึ่งที่อยู่ในพื้นที่เดียวกัน และพัฒนามาถึงปัจจุบันคือเกมออนไลน์ที่คนหลายคนสามารถเล่นเกมกับคนอื่น ๆ ที่อยู่ต่างพื้นที่กันได้ในเวลาเดียวกันผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ต เกมรูปแบบนี้เอง ทำให้เกิดความคล่องตัวในการสื่อสาร และมีลักษณะเหมือนจริงรวมทั้งมีสภาพของความเป็นชุมชนจริงๆ อยู่ในเกม

เกมออนไลน์จึงเป็นหนึ่งธุรกิจที่กำลังได้รับความสนใจจากผู้ประกอบการหลายราย โดยได้รับความนิยมนอย่างสูงสุดตั้งแต่ปี 2543 จนถึงปัจจุบัน กระแสเกมออนไลน์พีเวอร์ ก็ยังเป็นเพื่อนสนิทของเด็กไทยอย่างเหนียวแน่น เพราะโลกไซเบอร์เป็นโลกของความฝัน มีจินตนาการที่งดงามและน่าสัมผัส อย่างไม่รู้จบ ไม่มีสิ่งใดจะเป็นด้านบวกเพียงด้านเดียว เช่นเดียวกับเกมออนไลน์ที่ผู้ปกครองมองว่าเป็น ตัวการที่ทำให้เด็กเสียการเรียน และขาดการเข้าสังคม (ดรุตร์ ชูจันทร์, 2548)

งานวิจัยในต่างประเทศพบว่า เสน่ห์ของการเล่นเกม โดยเฉพาะเกมออนไลน์ที่ทำให้เด็ก (จนผู้ใหญ่) ติดงอมแงม เป็นเพราะมันเป็นโลกอีกโลกหนึ่งที่เสมือนจริง ที่ทำให้คนในโลกเสมือน

จริงได้มาพบปะ มีปฏิสัมพันธ์กัน บางเกมถึงขั้นว่าตัวละครสามารถแต่งงานกันได้ด้วย อีกทั้งทุกคนสามารถเป็นฮีโร่เอาชนะผู้อื่นได้ ซึ่งในชีวิตจริงไม่อาจทำได้ หรือทำได้ยาก การตกอยู่ในโลกเสมือนจริงนานๆ จะทำให้คนคนนั้นยึดติดอยู่กับโลกเสมือนจริง และถอยห่างจากโลกแห่งความเป็นจริงไปทุกที ปฏิสัมพันธ์กับคนในโลกจริงน้อยลง (<http://www.backtohome.org>, 15 พฤษภาคม 2551)

น.พ.บัณฑิต ศรไพศาล ผู้อำนวยการสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์กล่าวว่า การเล่นเกมหรืออินเทอร์เน็ตเหมือนการทำทุกสิ่งทุกอย่างก็ต้องมีความพอดี ประโยชน์ของการเล่นเกมหรืออินเทอร์เน็ต หากเล่นนานๆ จะเกิดผลกระทบหรือโทษ นอกจากสุขภาพกายแล้วยังเกิดโทษต่อสุขภาพจิต เช่น เด็กจะรู้สึกชอบเอาชนะ ไม่มีวินัย ขาดการควบคุมตัวเอง ไม่มีความรับผิดชอบ โทษต่อสุขภาพสังคม เช่น เด็กจะเห็นเพื่อนเป็นศัตรูของความสนุกสนาน เมื่อเพื่อนมาแย่งเล่น ในขณะที่การละเล่นในอดีตต้องเล่นกับเพื่อน เล่นคนเดียวไม่ได้ จึงต้องรู้จักคบเพื่อน เอาใจเพื่อน บางคนอ้างว่าการเล่นเกมออนไลน์ หรือแชตก็ได้เพื่อน แต่ความสัมพันธ์ออนไลน์เป็นความสัมพันธ์ในโลกเสมือนไม่ใช่โลกแห่งความจริง และโทษต่อผลผลิตของชีวิตได้แก่ การเรียนตก เสียการเสียนงาน เสียความสัมพันธ์กับคนรอบข้าง ทางออกที่ดีคือความสมดุล ควรแบ่งเวลาให้พอเหมาะ เช่น วันละ 1-2 ชั่วโมง เราอยากเล่นเกม หรือเลิกเมื่อไหร่ก็ได้ ไม่ใช่ปล่อยให้เกม หรือคอมพิวเตอร์มากำหนดเรา (<http://www.osknetwork.com>, 20 พฤษภาคม 2551)

คุณกฤษณ์ แก้ววิเชียร Senior Project Manager บริษัทเอเชียซอฟต์แวร์ คอร์ปอเรชั่น จำกัด เจ้าของเกมยอดฮิตที่โด่งดังอย่างเกมแรคนารีออค กล่าวว่า สาเหตุที่เด็กติดเกมนั้นเป็นเพราะ ในเกมทำให้คุณจะเป็นอะไรก็ได้ที่อยากเป็น เป็นได้อย่างหลากหลายและไม่จำกัด ซึ่งมีอิสระ มีความสนุกเพลิดเพลิน ตอบสนองจินตนาการได้อย่างไม่จำกัด ซึ่งปัญหาจะเกิดขึ้น เพราะเด็กใช้เวลาในการเล่นเกมมากจนเกินไปโดยเด็กยังไม่สามารถแบ่งเวลาในการเล่นให้ถูกต้อง (<http://www.iamchild.org>, 20 พฤษภาคม 2551)

นอกจากนี้ยังมีผลการสำรวจของนภดล วรรณิกาและคณะ ที่สำรวจพฤติกรรมการติดเกมออนไลน์ในกลุ่มเด็กในเขตกรุงเทพฯ และปริมณฑลในปี 2548 โดยพบว่า วัยรุ่นที่มีอายุ 12 ขวบขึ้นไปราว 1,500,000 คน ที่นิยมเล่นเกมออนไลน์ ผู้ที่มีอายุระหว่าง 7-25 ปี จะใช้เวลาเล่นเกม 4.5 ชั่วโมงต่อวัน ซึ่งในจำนวนนี้ 32% เล่นมากกว่า 5 ชั่วโมง การเล่นเกมจึงกลายเป็นกิจกรรมทั้งยามว่างและไม่ว่างของเด็กสมัยนี้ ความนิยมเป็นอย่างมากนี้เองทำให้เว็บไซต์เกมออนไลน์เปิดตัวขึ้นเป็นจำนวนมากมีตัวเลขระบุว่าในปี 2547 มีเว็บไซต์เกมออนไลน์ประมาณ 10,000,000 เว็บไซต์ แต่พอปี 2548 ยอดพุ่งสูงขึ้นเป็น 75,500,000 เว็บไซต์ และข้อมูลของศูนย์ป้องกันและแก้ไขปัญหาดังกล่าว ระบุว่า มีเด็กเข้าไปลงทะเบียนเพื่อเล่นเกมออนไลน์นับล้านคน โดยมีตัวเลขกว่า 200,000

คนที่เล่นเกมติดต่อกันนาน 15 ชั่วโมง และมีระยะเวลาที่เล่นติดต่อกันระหว่าง 15 - 24 ชั่วโมง ซึ่งผู้เล่นเกมจะต้องควักกระเป๋าจ่ายเป็นค่าเล่นระหว่าง 50-300 บาท

(<http://www.thaicleanet.com>. 20 พฤษภาคม 2551)

ด้าน ม.ล.นายแพทย์สมชาย จักรพันธุ์ อธิบดีกรมสุขภาพจิต กล่าวว่า การเล่นเกมออนไลน์ จะมีผลต่อสุขภาพจิตของเด็ก โดยเด็กจะลดความสัมพันธ์กับกลุ่มเพื่อนลงไป แต่จะติดต่อกับเครื่องคอมพิวเตอร์แทน เพราะสามารถเอาชนะทุกอย่างได้ในเกม ซึ่งชีวิตจริงไม่ได้เป็นอย่างนั้น เด็กจะต้องรู้แพ้รู้ชนะ ไม่ใช่เอาแต่ชนะเพียงอย่างเดียว ในเรื่องนี้เด็กอาจกลายเป็นก้าวร้าว ดังนั้นเด็กเหล่านี้จะไม่รู้จักชีวิตจริง จะรับรู้เพียงชีวิตจำลองที่อยู่ในเกม ทำให้เด็กอยู่ในโลกของการจำลองในจินตนาการ (<http://www.dmh.go.th>. 20 พฤษภาคม 2551)

เกมออนไลน์ส่งผลกระทบต่อทั้งแง่บวก และแง่ลบต่อเยาวชน ในแง่บวกคือเยาวชนได้มีสังคมในเกม มีการใช้เวลาว่าง มีการกำหนดเป้าหมาย และหาวิธีการเพื่อไปสู่เป้าหมายนั้น แต่ในขณะเดียวกัน ผู้ที่ติดเกมจะขาดการสื่อสารกับครอบครัว และละทิ้งทุกสิ่งทุกอย่างไม่สนใจตัวเอง ไม่ใส่ใจสุขภาพ และไม่ตั้งใจศึกษาเล่าเรียน โดยจะทำทุกอย่างเพื่อชนะในเกม การติดเกมของเยาวชนนั้น ผู้เชี่ยวชาญด้านจิตวิทยา มองว่า การออกแบบเกมทำให้ผู้เล่นได้บรรลุความต้องการ ตามหลักของมาสโลว์ กล่าวคือ ได้รับการยอมรับและยกย่อง ความท้าทายในเกมเป็นสิ่งที่ทำให้เยาวชนหยุดเล่นไม่ได้ บางครั้งเกิดความเหงา การเล่นเกมออนไลน์ถือเป็นการสร้างสังคมของเด็กยุคใหม่ โลกในเกมเป็นโลกที่เขาเลือกได้ มีชุมชนที่ปลอดภัยสำหรับเขา เป็นที่พึ่งสำหรับเยาวชนเวลาที่ต้องการหนีจากความกดดันในชีวิตประจำวัน (<http://www.nidambe11.net>. 20 พฤษภาคม 2551)

พ.ญ. ศิริวรรณ พูนสรพรพิสิทธิ์ รองอธิบดีกรมสุขภาพจิต ให้ความเห็นว่า เด็กที่มีพฤติกรรมการเล่นคอมพิวเตอร์ วันละ 3 ชั่วโมง ติดต่อกัน 15 สัปดาห์ จะส่งผลให้เกิดการเสพติดเกมเช่นเดียวกับติดสารเสพติด โดยผู้ที่ติดเกมร่างกายจะหลั่งสารเสพติดชนิดเดียวกับแอมเฟตตามีนออกมา จนทำให้มีพฤติกรรมซ้ำๆ และไม่สามารถเลิกได้ กรมสุขภาพจิตได้แบ่งความรุนแรงของการเสพติดเกมออกเป็น 3 ระยะได้แก่ (<http://www.game.sanook.com> 20 พฤษภาคม 2551)

ระยะเริ่มติด เด็กจะใช้เวลากับการเล่นเกมนานกว่าประกอบกิจกรรมอื่นๆ ซึ่งผู้ปกครองควรสังเกตอาการของเด็ก และหากิจกรรมอื่นๆ ให้ทำ พร้อมทั้งแบ่งเวลาเพื่อดูแลเด็กบ้าง

ระยะที่ 2 เด็กจะเริ่มมีปัญหาขาดความสัมพันธ์กับครอบครัว ใช้เงินไปกับการเล่นเกม ผู้ปกครองต้องคอยดูแลอย่างใกล้ชิด และแบ่งเวลาทำกิจกรรมอื่นๆ ร่วมกันในครอบครัว

ระยะที่ 3 ซึ่งเป็นระยะร้ายแรง เด็กจะติดแบบติดสารเสพติด ไม่ทานข้าว ไม่เรียนหนังสือ ขาดความสัมพันธ์ในครอบครัว ผู้ปกครองต้องให้ความช่วยเหลือ นำบุตรหลานไปพบจิตแพทย์

ในประเทศจีนรัฐบาล มีแนวทางในการแก้ไขปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ มีมาตรการให้บริษัทเกมออนไลน์ในจีนจัดติดตั้งซอฟต์แวร์ป้องกันการติดเกม โดยการจัดทำระบบการระบุตัวตนของผู้เล่นเกมโดยการลงทะเบียนการเล่นเกมนั้นโดยอาศัยหมายเลขบัตรประชาชน ทั้งนี้ โดยกำหนดช่วงเวลาในการเล่นเกมนั้นสำหรับเด็กอายุต่ำกว่า 18 ปีให้ไม่เกิน 3 ชั่วโมง โดยจะหักคะแนนที่ผู้เล่นเกมทำได้ลงครึ่งหนึ่งหากเล่นเกมนานเกิน 3 ชั่วโมงติดต่อกัน และจะหักคะแนนจนหมดหากเล่นนานเกิน 5 ชั่วโมงติดต่อกัน รวมทั้งจะขึ้นค่าเตือนหน้าจอบอกว่ากำลังเล่นเกมนานเกินไปจนเป็นอันตรายต่อสุขภาพ ([http:// www.thaisafenet.org](http://www.thaisafenet.org) 20 พฤษภาคม 2008)

ปัญหาเด็กและวัยรุ่นติดเกมคอมพิวเตอร์ส่วนใหญ่ให้เกณฑ์วินิจฉัยที่คัดแปลงจากเกณฑ์วินิจฉัย substance dependence และ/หรือ pathological gambling เช่น Fisher ใช้แบบคัดกรอง DSM-IV-JV ที่มีคำถามคัดแปลงมาจากเกณฑ์วินิจฉัย pathological gambling ตาม DSM-IV แบบคัดกรองนี้เหมาะสำหรับการเล่นเกมแบบผู้เกมหยุดเหรียญ แต่ไม่เหมาะสำหรับการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ที่วัยรุ่นนิยมในปัจจุบัน และ Griffiths และคณะ ใช้แบบประเมินที่คัดแปลงจากเกณฑ์วินิจฉัย pathological gambling ตาม DSM-III-R เป็นต้น Tejeiro Salguero และคณะ ได้พัฒนาแบบสอบถาม Problem Video Game Playing (PVP) โดยใช้คำถามที่คัดแปลงจากเกณฑ์วินิจฉัย substance dependence และ pathological gambling ตาม DSM-IV และในประเทศไทย ศิริไชย หงษ์สงวนศรี และคณะ ได้แปลแบบสอบถาม Problem Video Game Playing (PVP) เป็นภาษาไทย ประกอบด้วยคำถาม 9 ข้อ เกณฑ์การตอบแบบสอบถามหากตอบว่า ใช่ ตั้งแต่ 5 ข้อขึ้นไป คือผู้ตอบแบบสอบถามมีปัญหาติดเกม (ศิริไชย หงษ์สงวนศรีและคณะ, 2549)

สำหรับประเทศไทย ภาครัฐได้ออกมาตรการมาแก้ปัญหาเด็กติดเกมออนไลน์ และร้านอินเทอร์เน็ตคาเฟ่ คณะรัฐมนตรีได้ให้ความเห็นชอบกับมาตรการควบคุม ธุรกิจเกมออนไลน์และร้านอินเทอร์เน็ตคาเฟ่ 4 มาตรการล่าสุด ภายใต้พระราชบัญญัติควบคุมกิจการเทปและวีดีโอเทป โทรทัศน์ พ.ศ.2530 มาตรการทั้ง 4 ได้แก่ (<http://www.tlcthai.com> 20 พฤษภาคม 2551)

1. การจำกัดชั่วโมงการเล่นเกมออนไลน์ของเยาวชนอายุต่ำกว่า 18 ปี ให้เล่นได้วันละไม่เกิน 3 ชั่วโมง
2. ห้ามเล่นการพนัน ชิงโชค หรือซื้อขายอุปกรณ์ในเกมออนไลน์
3. ออกระเบียบเกี่ยวกับการจดทะเบียน ร้านอินเทอร์เน็ต เพื่อกำกับดูแลการให้บริการอินเทอร์เน็ต
4. รมรงค์ให้เยาวชน และผู้ปกครองทราบโทษของการเล่นเกมออนไลน์ติดต่อกันเป็นเวลานาน

จากความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญเกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ ทำให้ได้ข้อสรุปว่า เกมออนไลน์ไม่ได้ทำให้เกิดโทษเพียงด้านเดียว แต่ก็ยังมีส่วนช่วยเสริมสร้างความคิด จินตนาการของเด็ก หากผู้ปกครองปิดกั้นไม่ให้เด็กเล่นเกม อาจส่งผลต่อเด็กทำให้เด็กไม่กล้าคิด กล้าฝัน กล้าทำในสิ่งที่ถูกต้องอย่างสร้างสรรค์ ดังนั้นทางออกที่เหมาะสมจึงอยู่ที่ผู้ปกครอง ที่ต้องเข้าไปร่วมเรียนรู้พฤติกรรมของเด็กด้วย เช่น การเข้าไปร่วมเล่นเกมกับเด็ก เรียนรู้ชนิดประเภทของเกมที่เด็กเล่น เป็นต้น และในการศึกษานี้ผู้วิจัยใช้ระยะเวลาในการเล่นคอมพิวเตอร์ออนไลน์เป็นตัวกำหนดพฤติกรรมการเล่น โดยใช้เกณฑ์ 0-3 ชั่วโมง/วัน ไม่ติดเกม หากมีการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์มากกว่า 3 ชั่วโมง/วัน หมายความว่ามีความผิดปกติติดเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์

ประเภทของเกมออนไลน์

ในการศึกษาเกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ได้มีการจัดกลุ่มเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ออกเป็นหลายประเภท ซึ่งนักวิจัยแต่ละท่านได้แบ่งประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ออกมาได้คล้ายกัน ส่วนใหญ่การแบ่งประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์จะใช้ เนื้อหาของเกม ลักษณะของเกม การดำเนินเรื่อง และวิธีการเล่นเป็นตัวกำหนด ดังนี้

1. การแบ่งประเภทของเกมตามเนื้อหา แบ่งออกเป็น 7 ชนิด ดังนี้ (อ้างใน วรพจน์ พวงสุวรรณ, 2541)

1.1 เกมแอ็คชั่น (Action game) เป็นเกมที่มีเนื้อหาด้านการต่อสู้ เช่น สตรีทไฟเตอร์ ร็อคแมน

1.2 เกมแสดงบทบาท (Role – Playing Game) เป็นเกมที่มีตัวละคร และเนื้อเรื่องที่ทำให้ผู้เล่นต้องสวมบทบาท และตัวเองของเรื่องจะมีการพัฒนาให้มีความสามารถมากขึ้นเพื่อเอาชนะ

1.3 เกมยิง (Shooting Game) เป็นเกมลักษณะของการขยับขยายเครื่องบินที่เน้นการยิงเป็นส่วนใหญ่

1.4 เกมผจญภัย (Adventure Game) เป็นเกมที่ผู้เล่นต้องเล่นตามเนื้อเรื่องที่จะต้องเข้าไปผจญภัยในสถานการณ์ต่างๆที่โปรแกรมกำหนด ตัวเอกของเรื่องจะพัฒนาตนเองไม่ได้เพียงแต่จะต้องพยายามหาเงื่อนงำและกฎของการเอาชนะเกม เช่น TOMB RAIDER

1.5 เกมจำลองสถานการณ์ (Simulation Game) เป็นเกมจำลองสถานการณ์ต่างๆ มารวมกันหลายรูปแบบ ผู้เล่นต้องใช้สติปัญญาในการวางแผน และการแก้ไขปัญหาต่างๆ ในแต่ละขั้นตอน เช่น สามก๊ก Flight simulator

1.6 เกมกีฬา (Sport Game) เป็นเกมการแข่งขันกีฬาประเภทต่างๆ เช่น แข่งฟุตบอล บาสเกตบอล กอล์ฟ

1.7 เกมปริศนา (Puzzle Game) เป็นเกมที่ต้องใช้ความคิดในการแก้ไขปัญหาและปริศนาของเกม เช่น เตอติส และปริศนาอักษรไขว้

2. สำหรับในประเทศอเมริกาได้แบ่งประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ ตามลักษณะของเกม ดังนี้ (อ้างถึงพจนานา ทรัพย์สกุลเจริญ)

2.1 Strategy Game (ST) จะเป็นเกมที่ผู้เล่นจะต้องวางแผน และใช้ความคิดในการแก้ไขปัญหาปริศนาต่างๆ

2.2 Simulation Game (SI) จะเป็นเกมที่มีการจำลองสภาพแวดล้อมต่างๆ ที่มีลักษณะคล้ายกับความเป็นจริง

2.3 Adventure Game (AD) จะเป็นเกมที่ผู้เล่นจะรู้สึกได้ว่าตัวเองกำลังผจญภัยอยู่ แต่อย่างไรก็ตามก็จะเข้าไปตามเนื้อเรื่องที่ถูกกำหนดเอาไว้แล้ว

2.4 Role-playing Adventure Game (RP) เป็นเกมที่มีลักษณะคล้ายกับเกมผจญภัยแต่ตัวละครนั้นสามารถที่จะพัฒนาความสามารถในด้านต่างๆได้

2.5 Wargame (WG) เป็นเกมที่จำลองสงครามหรือการรบต่างๆ ในอดีตหรืออนาคต

2.6 Action/Arcade Game (AC) เป็นเกมที่มีเล่นในเกมนาร์เคด เกมที่มีตัวละครเคลื่อนไหวไปมาหรือเกมจับเครื่องบิน รถ ยานอวกาศต่างๆ

3. การแบ่งประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์โดยใช้ลักษณะของเกม การดำเนินเรื่อง และวิธีการเล่นเป็นตัวกำหนด ซึ่งอาษา ตั้งจิตสมคิด ได้สรุปประเภทของเกมโดยมีรายละเอียดดังนี้ ([http:// www.web.nkc.kku.ac.th](http://www.web.nkc.kku.ac.th) 15 พฤษภาคม 2551)

3.1 Action เป็นเกมที่อาศัยสายตาและมือเพื่อตอบสนองต่อเหตุการณ์ต่างๆ อย่างรวดเร็วและถูกต้อง โดยทั่วไปเกมแนวนี้จะมีจุดประสงค์เพื่อผ่านเหตุการณ์ต่างๆ และดำเนินเนื้อเรื่องไปให้ถึงจุดหมายของเกมหรือเก็บคะแนนให้มากที่สุด ตัวอย่างเกมประเภทนี้ คือ Half-Life, Quake และ Unreal เป็นต้น

3.2 Adventure เกมประเภทนี้จะใช้เนื้อเรื่องเป็นตัวกำหนดเหตุการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นกับตัวละครคล้ายกับเกม RPG แต่เกม RPG จะไม่สามารถควบคุมให้ตัวละครเกิดพฤติกรรมและความสามารถในการกระทำ (Action) ต่างๆ ได้มากนักตัวอย่างของเกมประเภทนี้ คือ Tomb Raider

3.3 Puzzle หรือ Logic Game เป็นเกมที่ต้องใช้ความคิดเพื่อแก้ไขปัญหาต่างๆ โดยเกมประเภทนี้ไม่ได้ใช้เพียงสายตาและมือเท่านั้น แต่จะต้องใช้ความคิดในการแก้ไขปัญหาทางลอจิกอีกด้วย ตัวอย่างของเกมประเภทนี้ คือ Tetris และเกมหมากรุก (Chess)

3.4 Sport เป็นเกมที่ใช้กีฬาชนิดต่างๆ เพื่อสร้างกฎเกณฑ์และรูปแบบในการเล่น โดยจะเน้นลักษณะการเล่นแบบ Action เป็นหลัก ตัวอย่างของเกมประเภทนี้ คือ FIFA 2005 และ NHL 2004 เป็นต้น

3.5 Strategy เป็นเกมที่ต้องใช้ความคิดในการวางแผนและควบคุมการใช้ทรัพยากรต่างๆ โดยทั่วไปจุดประสงค์ของเกมประเภทนี้ คือ การสร้างหรือดำเนินงานบางอย่าง เช่น การสร้างเมือง ตัวอย่างของเกมประเภทนี้ คือ Sim City

3.6 Turn-Base เกมรูปแบบนี้จะให้ผู้เล่นผลัดกันเล่น โดยฝ่ายที่ไม่ได้รับสิทธิ์ในการเล่นจะต้องรอผู้เล่นอีกฝ่าย โดยทั่วไปจะเป็นเกมประเภทกระดาน (Board Game)

3.7 Role-Playing Game หรือเรียกสั้น ๆ ว่า RPG เป็นเกมที่ผู้เล่นต้องควบคุมตัวละครให้ดำเนินไปตามเนื้อเรื่องที่กำหนดไว้และเพิ่มทักษะในด้านต่างๆให้กับตัวละคร

ซึ่งในงานวิจัยนี้ ผู้วิจัยได้แบ่งประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์โดยใช้ลักษณะของเกม การดำเนินเรื่อง และวิธีการเล่นเป็นตัวกำหนด

สาเหตุของการติดเกมคอมพิวเตอร์ในเด็กและวัยรุ่น (ศิริไชย หงษ์สงวนศรี และคณะ, 2549)

ในการศึกษาทางจิตเวชมีการศึกษาสาเหตุที่ทำให้เด็กและวัยรุ่นติดเกมคอมพิวเตอร์ค่อนข้างน้อย และความรู้ส่วนใหญ่มักอ้างอิงจากปัญหาพฤติกรรมอื่นและพฤติกรรมเสพติด คือ substance dependence และ pathological gambling แต่ก็เริ่มมีการศึกษาสาเหตุโดยตรงมากขึ้น โดยทั่วไปแล้วปัญหาพฤติกรรมเกี่ยวข้องกับปัจจัยทั้งด้านชีวภาพและจิตสังคม ดังนี้

ปัจจัยด้านชีวภาพ

เนื่องจากเด็กและวัยรุ่นที่ติดเกมคอมพิวเตอร์มีพฤติกรรมคล้ายผู้ป่วยติดสารเสพติด จึงมีการศึกษาผลของการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ต่อการทำงานของสมองโดยอาศัยพื้นฐานจากความรู้ทางชีววิทยาระบบประสาทของผู้ป่วยติดสารเสพติด เพื่อให้เข้าใจพฤติกรรมของเด็กและวัยรุ่นที่ติดเกมคอมพิวเตอร์ที่เกิดจากปัจจัยทางชีวภาพ จึงควรเข้าใจพฤติกรรมของผู้ป่วยติดสารเสพติดที่เกิดจากฤทธิ์ของสารเสพติดเสียก่อน พฤติกรรมของผู้ป่วยติดสารเสพติดมีลักษณะที่สำคัญคือ ระยะเวลาผู้ป่วยเสพติดเพราะต้องการฤทธิ์ของสารเสพติดที่ทำให้เกิดความสุขความเพลิดเพลินใจ แต่ในระยะสุดท้ายผู้ป่วยจะเสพติดเพราะมีอาการต้องการเสพ (craving) และพฤติกรรมเสาะหาสารเสพติด (drug seeking) เมื่อมีสิ่งเร้าที่สัมพันธ์กับการเสพติด โดยไม่สามารถยับยั้งความต้องการดังกล่าวได้ การศึกษาทางชีววิทยาระบบประสาทของพฤติกรรมติดสารเสพติดพบว่าสารเสพติดทุกชนิดกระตุ้นการหลั่ง dopamine ที่ nucleus accumbens ซึ่งทำให้เกิดความรู้สึกมีความสุข

ความเพลิดเพลินใจ การหลั่ง dopamine ที่ nucleus accumbens นี้มีความสำคัญในการทำให้ติดสารเสพติดเฉพาะในระยะแรกเท่านั้น แต่การหลั่ง dopamine ใน brain reward circuit ที่มีปริมาณมาก และเป็นเวลานานจากฤทธิ์ของสารเสพติดทำให้สมองส่วนที่เกี่ยวข้องเกิดการเปลี่ยนแปลง (neuroplasticity) และการเปลี่ยนแปลงที่ glutamatergic projection จาก prefrontal cortex ไปยัง nucleus accumbens มีความสำคัญในการทำให้เกิดอาการในระยะสุดท้าย ผลที่เกิดขึ้นจากการเปลี่ยนแปลงดังกล่าวคือ ผู้ป่วยจะมีการหลั่ง dopamine ที่ nucleus accumbens ลดลงและ prefrontal cortex จะมีการทำงานลดลงในภาวะที่ไม่มีสิ่งเร้าที่สัมพันธ์กับสารเสพติด ผู้ป่วยจึงขาดความสนใจต่อสิ่งเร้าที่ให้ความเพลิดเพลินใจตามธรรมชาติต่างๆ แต่เมื่อมีสิ่งเร้าที่สัมพันธ์กับสารเสพติด เช่น ความเครียด สภาพแวดล้อมที่สัมพันธ์กับการเสพติด เป็นต้น สิ่งเร้าเหล่านี้จะกระตุ้นให้มีการหลั่ง dopamine ทั้งที่ nucleus accumbens, amygdala และ prefrontal cortex มากผิดปกติ และจะไปกระตุ้นให้ glutamatergic projection จาก prefrontal cortex ไปยัง nucleus accumbens ทำงานมากตามไปด้วย ซึ่งทำให้ผู้ป่วยเกิดอาการต้องการเสพและพฤติกรรมเสาะหาสารเสพติดโดยไม่สามารถยับยั้งได้ จากข้อมูลดังกล่าวจึงอธิบายได้ว่าการหลั่ง dopamine ใน brain reward circuit ทำให้เกิดแรงจูงใจในการเล่นเกมนิวเคลียส accumbens ในระยะแรกแต่การหลั่ง dopamine ที่มีปริมาณมากและเป็นเวลานานจากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์อาจทำให้สมองส่วนที่เกี่ยวข้องเกิดการเปลี่ยนแปลงในลักษณะเดียวกัน ในระยะต่อมาเด็กและวัยรุ่นที่ติดเกมคอมพิวเตอร์จึงมีความติดหมกมุ่นกับการเล่นเกมอย่างมาก คล้ายกับผู้ป่วยติดสารเสพติดที่หมกมุ่นกับการเสพติดและผู้ป่วยติดพนันที่หมกมุ่นกับการพนัน จนละเลยกิจกรรมที่ทำให้ความเพลิดเพลินใจอย่างอื่น และมีความต้องการเล่นเกมที่สามารถควบคุมได้ยาก โดยเฉพาะเมื่อมีสิ่งเร้าที่สัมพันธ์กับการเล่นเกม คือ ความเครียด และสภาพแวดล้อมที่สัมพันธ์กับการเล่นเกม เช่น เครื่องคอมพิวเตอร์ ร้านเกม หรือสถานที่ที่เคยเล่นและเพื่อน เป็นต้น นอกจากนี้การกลับไปเล่นเกมคอมพิวเตอร์หลังจากเลิกเล่นเกมไปนานแล้วก็สามารถกระตุ้นให้กลับมีความต้องการเล่นเกมมากขึ้นได้เช่นเดียวกัน

ปัจจัยด้านจิตสังคม

เกมคอมพิวเตอร์มีคุณสมบัติที่สามารถตอบสนองความต้องการทางจิตใจของเด็กและวัยรุ่นได้แก่ ความสนุกสนาน ความรู้สึกประสบความสำเร็จ และการระบายแรงขับความก้าวร้าว เป็นต้น การเล่นเกมจะมีความยากมากขึ้นตามลำดับจึงทำให้เกิดความรู้สึกท้าทาย แต่ผู้เล่นทุกคนมีโอกาสชนะหรือประสบความสำเร็จมากขึ้นได้จากการเล่นซ้ำๆ และได้รับรางวัล เช่น คะแนน การได้เล่นในระดับสูงขึ้น เป็นต้น เป็นแรงเสริมทางบวกจากการเล่นชนะทันที จึงเกิดความรู้สึกพึงพอใจที่ตนเองสามารถเอาชนะหรือประสบความสำเร็จได้ เด็กและวัยรุ่นที่มีความนับถือตนเอง (self-esteem) ต่ำเนื่องจากไม่ค่อยได้รับความสำเร็จจากกิจกรรมอื่นๆ จึงมักสนุกสนานและพึงพอใจกับ

ความสำเร็จจากการเล่นเกมจนไม่สามารถควบคุมได้ โดยเฉพาะเด็กและวัยรุ่นที่ขาดการฝึกวินัยอย่างเหมาะสมมาก่อน

ซึ่งสาเหตุที่ทำให้เด็กติดเกมมิได้มีเพียงสาเหตุใดสาเหตุหนึ่ง แต่การติดเกมเป็นเพียงผลลัพธ์ของหลายๆ ปัจจัยที่ผสมผสานและเกี่ยวข้องกันอยู่ สาเหตุหลักๆ ได้แก่ (<http://www.mail.vcharcarn.com> 20 พฤษภาคม 2551)

1. การเลี้ยงดูในครอบครัว มักจะพบเด็กติดเกมได้บ่อยในครอบครัวที่เลี้ยงเด็กโดยไม่เคยให้เด็กมีวินัยในตนเอง ขาดกฎระเบียบ กติกาในบ้าน ตามใจเด็ก หรือมักจะใจอ่อนไม่ทำโทษเมื่อเด็กกระทำผิด บางครอบครัวมีลักษณะที่สมาชิกในครอบครัวต่างคนต่างอยู่ ไม่มีกิจกรรมที่สนุกสนานให้เด็กทำ หรือไม่มีกิจกรรมที่สมาชิกทุกคนทำร่วมกัน ทำให้เด็กเกิดความเหงา ความเบื่อหน่าย เด็กจึงต้องหากิจกรรมอื่นทำเพื่อให้ตนเองสนุก ซึ่งก็หนีไม่พ้นการเล่นเกม พ่อแม่อาจไม่มีเวลาควบคุมเด็ก หรือมองไม่เห็นความจำเป็นที่จะต้องจำกัดเวลาในการเล่นของเด็ก ในช่วงแรกพ่อแม่อาจรู้สึกพอใจที่เห็นเด็กเล่นเกมเจิบๆ คนเดียวได้โดยไม่มารบกวนตน ทำให้ตนมีเวลาส่วนตัวมากขึ้น พุดง่าย ๆ คือใช้เกมเสมือนเป็นพี่เลี้ยงดูแลเด็กแทนตน

2. สังคมที่เปลี่ยนแปลงไป สังคมยุคไฮเทคที่มีเครื่องมือที่มีพลังในการเร้าความตื่นเต้นให้เกิดขึ้นในตัวเด็กอย่างมหาศาล สังคมวัตถุนิยม สังคมที่ขาดแคลนกิจกรรม หรือสถานที่ที่เด็กจะได้ใช้ประโยชน์ หรือเรียนรู้โดยได้รับความสนุกสนานเพลิดเพลินไปด้วย เหล่านี้เป็นแรงผลักดันให้เด็กหันไปใช้การเล่นเป็นทางออก

3. ปัจจัยในตัวเด็กเอง เด็กบางกลุ่มมีความเสี่ยงต่อการติดเกมกว่าเด็กทั่วไป เช่น เด็กที่เป็นโรคสมาธิสั้น (ADHD) เด็กที่มีปัญหาอารมณ์ ซึมเศร้า หรือวิตกกังวล เด็กที่ขาดทักษะทางสังคม เข้ากับเพื่อนไม่ได้ เด็กที่มีปัญหาการเรียน เด็กที่มีความรู้สึกมีคุณค่าในตัวเองต่ำ (low self-esteem) เป็นต้น

ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

ความฉลาดทางอารมณ์

ความเป็นมาของความฉลาดทางอารมณ์

ระยะแรกนักจิตวิทยาเริ่มให้ความสนใจกับความฉลาดรู้ที่ไม่เกี่ยวกับเชาวน์ปัญญา ในปี 1940 เวกสเลอร์ ได้อธิบายเกี่ยวกับความฉลาดรู้ที่ไม่เกี่ยวกับเชาวน์ปัญญา มีองค์ประกอบ 3 ด้าน คือ อารมณ์ บุคคลและสังคม และในปี 1983 การ์ดเนอร์ ได้เสนอแนวคิดว่าความสามารถภายในของบุคคล (Intrapersonal intelligence) และความสามารถในการมีสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น (Interpersonal intelligence) มีความสำคัญที่ควรทดสอบหรือประเมินได้เช่นเดียวกับการทดสอบ

ทางเซวน์ปัญญา เริ่มตั้งแต่ปี 1990 ได้มีการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับความฉลาดรู้ที่ไม่เกี่ยวกับเซวน์ปัญญา เป็นจำนวนมาก ซึ่งในปี ค.ศ. 1990 ซาโลเวย์และเมเยอร์ ได้อธิบายถึงความฉลาดทางอารมณ์ว่า เป็นรูปแบบหนึ่งของความฉลาดทางสังคมที่ประกอบด้วยความสามารถในการรู้อารมณ์และความรู้สึกของตนเองและผู้อื่น สามารถแยกความแตกต่างของอารมณ์ที่เกิดขึ้นและใช้ข้อมูลนี้เป็นเครื่องชี้นำในการคิดและกระทำสิ่งต่างๆ จากนั้น แดเนียล โกลแมน นักข่าวสายวิทยาศาสตร์ หนังสือพิมพ์นิวยอร์กไทม์ จบการศึกษาระดับปริญญาเอกจากมหาวิทยาลัยฮาร์วาร์ด ได้เขียนหนังสือเรื่อง ความฉลาดทางอารมณ์ (Emotional Intelligence) และได้ให้ความหมายของอีคิวว่า “เป็นความสามารถหลายด้าน ได้แก่การเร่งเร้าตัวเองให้ไปสู่เป้าหมาย มีความสามารถควบคุมความขัดแย้งของตนเอง รอคอยเพื่อให้ได้ผลลัพธ์ที่ดีกว่า มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น สามารถจัดการกับอารมณ์ไม่สบายต่างๆ มีชีวิตอยู่ด้วยความหวัง” หลังจากหนังสือความฉลาดทางอารมณ์ของแดเนียล โกลแมน ออกเผยแพร่ ก็มีนักวิจัยมากมายที่สนใจศึกษาเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ อีคิวหรือความฉลาดทางอารมณ์จึงได้รับการยอมรับว่ามีความสำคัญต่อความสำเร็จ ความสุขในชีวิต ในปัจจุบันนี้เป็นที่ปรากฏชัดเจนแล้วว่าความฉลาดหรือการมีเซวน์ปัญญาสูง ไม่เพียงพอที่จะทำให้นักคนประสบความสำเร็จในชีวิต ดังจะเห็นจากตัวอย่างเป็นจำนวนมากที่คนเซวน์ปัญญาสูงอาจมีปัญหาในการเรียนเพราะใช้ความสามารถได้ไม่เต็มที่ มีปัญหาในการเข้าใจและยอมรับอารมณ์ของตนเอง ทำให้นำไปสู่ปัญหาการปรับตัวและไม่สามารถสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนหรือผู้ร่วมงานได้ ดังนั้นความสามารถทางเซวน์ปัญญาจึงเป็นส่วนประกอบหนึ่ง แต่หากบุคคลใดมีความฉลาดทางอารมณ์ด้วยจะทำให้บุคคลนั้นมีความพร้อมในเรื่องการเรียน การงาน ครอบครัว การดำเนินชีวิตส่วนตัว และอยู่ร่วมกับผู้อื่นในสังคม (วนิดา ชนินทุททวงศ์, 2549)

ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์

ความฉลาดทางอารมณ์ หรือ Emotional Quotient: EQ ซึ่งนอกจากนี้ยังมีคำอื่น ๆ อีกหลายคำที่นักวิชาการ นักศึกษา และนักจิตวิทยาได้ให้ความหมายใกล้เคียงกัน ได้แก่ Emotional Intelligence, Emotional Ability, Interpersonal Intelligence, Multiple Intelligence

นักจิตวิทยาและนักการศึกษาได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์เอาไว้หลายท่านดังนี้

บาร์-ออน (Bar – on. 1997) ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ว่า เป็นชุดของขีดความสามารถ สมรรถนะ และทักษะทางจิตพิสัย (Affective domain) ที่ส่งผลต่อความสามารถที่จะประสบความสำเร็จในการต่อรอง และแรงกดดันต่างๆ จากสภาวะแวดล้อม

เมเยอร์และสโลเวย์ (Mayer and Salovey. 1997) ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ว่าเป็นความสามารถในการเข้าใจอารมณ์ของตนเองและความสามารถที่จะแสดงอารมณ์ของตนเองออกมา รวมทั้งเข้าใจอารมณ์และการแสดงอารมณ์ของผู้อื่น สามารถใช้อารมณ์ช่วยเพิ่มประสิทธิภาพในการคิด การจำ และช่วยให้เกิดมุมมองการแก้ปัญหาในทางที่สร้างสรรค์ สามารถแยกแยะวิเคราะห์อารมณ์ของตนเองได้อย่างเหมาะสมกับงานหรือสถานการณ์ในขณะนั้น และสามารถที่จะจัดการกับอารมณ์ของผู้อื่นโดยการให้กำลังใจเมื่อเขาท้อแท้ได้

คูเปอร์และสว่าฟ (Cooper and sawaf.1997) ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ว่าเป็นความสามารถของบุคคลในการรับรู้ เข้าใจ และประยุกต์ใช้จากพลังการรู้จักอารมณ์ของตนเองเป็นรากฐานในการสร้างความสัมพันธ์ และโน้มน้าวจิตใจผู้อื่น

โกลแมน (Goleman. 1998) ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ว่าเป็นความสามารถในการตระหนักถึงความรู้สึกของตนเองและความรู้สึกของผู้อื่น ทำให้สามารถบริหารหรือจัดการกับอารมณ์ของตน มีแรงจูงใจในตัวเอง และมีความสามารถทางด้านทักษะในการสัมพันธ์ภาพกับผู้อื่น

เวสซิงเจอร์ (Weisinger. 1998) ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ว่าเป็นการใช้อารมณ์อย่างฉลาด โดยการใช้อารมณ์เป็นสิ่งช่วยนำพฤติกรรมและความคิดของตนเองในทางที่ส่งเสริมผลงานของตนเอง เป็นการทำให้อารมณ์ของตนเองได้ทำประโยชน์ให้กับตนเอง

จอม ชุมช่วย (2539) ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดของ โฮวาร์ด การ์ดเนอร์ (Howard Gardner) ว่าเป็นความสามารถหรือศักยภาพทางอารมณ์ของแต่ละบุคคล ซึ่งจำแนกออกเป็น 2 ลักษณะดังนี้

1. สมรรถนะทางสังคม (Interpersonal Intelligence) หมายถึง ความสามารถในการรับรู้และตอบสนอง ต่ออารมณ์และความต้องการของผู้อื่นอย่างเหมาะสม

2. สมรรถนะทางบุคคล (Intrapersonal Intelligence) หมายถึง การรับรู้อารมณ์ของตนเองและสามารถแยกแยะตลอดจนจัดการกับอารมณ์ของตนเองเพื่อนำไปสู่พฤติกรรมที่เหมาะสมได้

ทศพร ประเสริฐสุข (2542) ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ว่าเป็นความสามารถลักษณะหนึ่งของบุคคลที่จะตระหนักรู้ถึงความรู้สึก ความคิด และอารมณ์ของตนเองและผู้อื่น สามารถควบคุมอารมณ์และแรงกระตุ้นภายในตลอดจนสามารถรอคอยการตอบสนอง ความต้องการของตนเองได้อย่างถูกกาลเทศะ สามารถให้กำลังใจตนเองในการที่จะเผชิญกับอุปสรรคและข้อขัดแย้งต่างๆ ได้อย่างไม่คับข้องใจ รู้จักขจัดความเครียดที่จะมาขัดขวางความคิดริเริ่มสร้างสรรค์อันมีค่าของตนเองได้ สามารถชี้นำความคิดและการกระทำของตนในการทำงาน

ร่วมกับผู้อื่นทั้งในฐานะผู้นำหรือผู้ตามได้อย่างมีความสุขจนประสบความสำเร็จในการเรียน ในอาชีพ ตลอดจนประสบความสำเร็จในชีวิต

วีระวัฒน์ ปิ่นนิคามย์ (2542) ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ว่า เป็นการเรียนรู้จักอารมณ์ ความรู้สึกของตนให้ตระหนัก มีสติรู้เท่าทันสาเหตุและความแปรผันด้านอารมณ์ของตนเอง เป็นการเรียนรู้ พุคคยภายในตน (Intraindividual Talk) บริหารจัดการอารมณ์ ภาวะอารมณ์อุปนิสัยใจคอของตนไปในทางที่สร้างประโยชน์แก่ทุกฝ่าย สร้างแรงจูงใจที่ดีให้แก่ตนเองในทางสร้างสรรค์ นำความฉลาดทางอารมณ์ของตนออกมาติดต่อกัมพันธ์กับผู้อื่น (Intrapersonal Relations) ทั้งรูปแบบของการสื่อสาร ความเก่งคน ความเข้าอกเข้าใจคน เอาใจเขามาใส่ใจเรา (Empathy) และเป็นการที่บุคคลสามารถรักษาความสมดุลของเหตุผลกับอารมณ์ บริหารจัดการความสัมพันธงานในหน้าที่ของตนกับผู้อื่น

เทิดศักดิ์ เดชคง (2542) ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ว่า เป็นความสามารถของบุคคลในการนำไปสู่การเป็นคนดี มีคุณค่า และมีความสุข โดยอธิบายความหมายของคำว่า คนดี มีคุณค่า และมีความสุข ไว้ดังนี้

การเป็นคนดี หมายถึง ความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ซึ่งก็คือ ความเมตตา กรุณา ในแง่ของพระพุทธศาสนาก็คือ สิด นั่นเอง

การมีคุณค่า มีความหมายสอดคล้องกับการมีสติรู้ตัว(Awareness)

การมีความสุข เกิดจากการรู้จักมอง โลก เลือกรหาความสุขใส่ตัว เมื่อเกิดความทุกข์ก็หาวิธีแก้ไข ซึ่งก็คือการใช้ปัญญานั้นเอง

พระราชวรมุณี (ประยูร ธรรมจิตโต) (2542) ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ว่า เป็นการใช้ปัญญากำกับการแสดงอารมณ์ที่ออกมาให้มีเหตุผล เป็นการแสดงอารมณ์ความรู้สึกออกมาในแต่ละสถานการณ์ โดยถือว่าอารมณ์หรือความรู้สึกนั้นเป็นพลังให้เกิดพฤติกรรม ซึ่งถ้าพลังขาดปัญญากำกับก็จะเป็นพลังตาบอด ปัญญาจึงเป็นตัวที่จะมากำกับชีวิตของเราให้แสดงออก เป็นไปในทางที่ถูกต้อง

สมณะ โปธิรักษ์ (2543) ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ไว้ว่า ความเจริญทางอารมณ์หรือความรู้สึก การรู้จักอารมณ์ของตน สามารถปรับปรุงอารมณ์ของตนให้พัฒนาเจริญขึ้นเป็นอารมณ์ที่ดีได้ และรู้จักอารมณ์ของคนอื่น ปรับตนเองให้ดูดีกับคนอื่น ได้ มีความเห็นใจและมุ่งหมายปรารถนาดีกับอารมณ์คนอื่น

กรมสุขภาพจิต (2543) ได้ให้ความหมายของความฉลาดทางอารมณ์ว่า หมายถึงความสามารถทางอารมณ์ในการดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข

สำหรับการศึกษาคั้งนี้จะใช้คำว่า ความฉลาดทางอารมณ์ ตามแนวคิดของ กรมสุขภาพจิต (2543) แตกต่างจากแนวคิดของท่านอื่นๆ ตรงที่ว่า มีวิธีการทั้ง 3 ด้านที่ควบคุมและ สามารถเป็นแนวทางในการดำเนินชีวิตร่วมกับผู้อื่นอย่างสร้างสรรค์และมีความสุข

โครงสร้างและองค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์

แนวคิดเกี่ยวกับความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต

กรมสุขภาพจิต (2543) ได้พัฒนาแนวคิดเรื่องความฉลาดทางอารมณ์ โดยแบ่ง องค์ประกอบของความฉลาดทางอารมณ์ออกเป็น 3 ประการดังนี้

1. ความดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง ได้ รู้จักเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม ประกอบด้วย

1.1 ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง สามารถรู้ อารมณ์และความต้องการของตนเอง สามารถควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง ได้ และสามารถแสดงออกได้อย่างเหมาะสม

1.2 ความสามารถในการเห็นอกเห็นใจผู้อื่น ใส่ใจผู้อื่น เข้าใจและยอมรับผู้อื่นและ สามารถแสดงความเห็นอกเห็นใจผู้อื่นได้อย่างเหมาะสม

1.3 ความสามารถในการรับผิดชอบ รู้จักการให้ รู้จักการรับ รู้จักให้อภัยและเห็นแก่ ประโยชน์ส่วนรวม

2. ความเก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง มีแรงจูงใจ สามารถตัดสินใจ แก้ปัญหา และแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ ตลอดจนมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น

2.1 ความสามารถในการรู้จักและสร้างแรงจูงใจให้ตนเอง รู้ศักยภาพของตนเอง สามารถสร้างขวัญและกำลังใจให้ตนเองได้ มีความมุ่งมั่นที่จะไปให้ถึงเป้าหมาย

2.2 ความสามารถในการตัดสินใจและแก้ปัญหา รับรู้และเข้าใจปัญหา มีขั้นตอนใน การแก้ปัญหาได้อย่างเหมาะสม และมีความยืดหยุ่น

2.3 ความสามารถในการมีสัมพันธภาพกับผู้อื่น รู้จักการสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับ ผู้อื่น กล่าวแสดงออกอย่างเหมาะสม และสามารถแสดงความเห็นที่ขัดแย้งได้อย่างสร้างสรรค์

3. ความสุข หมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุข มีความภูมิใจใน ตนเอง พอใจในชีวิต และมีความสุขสงบทางใจ

3.1 ความภูมิใจในตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเอง เชื่อมั่นศรัทธาในตนเอง

3.2 ความพึงพอใจในชีวิต รู้จักมองโลกในแง่ดี มีอารมณ์ขัน และพอใจในสิ่งที่ตนมี

อยู่

3.3 ความสงบทางใจ มีกิจกรรมที่เสริมสร้างความสุข รู้จักผ่อนคลายและมีความสงบทางจิตใจ

ลักษณะของผู้ที่มีความฉลาดทางอารมณ์

กรมสุขภาพจิต (2543) ได้กล่าวถึงลักษณะนิสัย 10 ประการของผู้มีระดับคุณภาพอารมณ์สูง ดังนี้

1. รับรู้อารมณ์ของตนเองมากกว่าจะกล่าวโทษผู้อื่นหรือสถานการณ์ เช่นพูดว่า “ฉันรู้สึกทนไม่ได้” แทน “นี่เป็นเรื่องเหลวไหล”
 “ฉันรู้สึกเสียใจมาก” แทน “คุณนี่เป็นคนไม่ได้เรื่องจริงๆ”
 “ฉันรู้สึกกลัว” แทน “คุณขับรถเร็วอย่างกับคนโง่”

2. สามารถแยกแยะระหว่างความคิดและความรู้สึกได้ เช่น
 ความคิด “ฉันรู้สึกคล้ายกับว่า” “ฉันรู้สึกราวกับว่า” “ฉันรู้สึกว่า”
 ความรู้สึก “ฉันรู้สึก”

3. มีความรับผิดชอบต่อความรู้สึกของตนเอง ไม่โทษโน่น โทษนี่ เช่น
 “ฉันรู้สึกอิจฉา” แทน “คุณทำให้ฉันรู้สึกอิจฉา”

4. รู้จักใช้ความรู้สึกเพื่อช่วยในการตัดสินใจ เช่น
 “ฉันจะรู้สึกอย่างไรถ้าทำสิ่งนี้” แทน “ฉันจะรู้สึกอย่างไรถ้าฉันไม่ทำ”

5. นับถือในความรู้สึกของผู้อื่น ตัวอย่างเช่น ใช้คำถามว่า
 “คุณรู้สึกอย่างไรถ้าฉันทำสิ่งนี้” แทน “คุณจะรู้สึกอย่างไรถ้าฉันไม่ทำสิ่งนี้”

6. เมื่อถูกกระตุ้นให้โกรธ จะสามารถควบคุมจิตใจไม่ให้โกรธได้ และสามารถแปรความโกรธให้เป็นพลังในทางสร้างสรรค์ได้

7. เข้าใจ เห็นอกเห็นใจ และยอมรับในความรู้สึกของผู้อื่น

8. รู้จักฝึกหาคคุณค่าในทางบวกจากอารมณ์ในทางลบ ยกตัวอย่างเช่น ถามตนเองว่า
 “ฉันรู้สึกอย่างไร” หรือ “อะไรจะทำให้ฉันรู้สึกดีขึ้น”

9. ไม่ชอบแนะนำ สั่ง ควบคุม วิพากษ์วิจารณ์ ตัดสินหรือสั่งสอนผู้อื่น เพราะเข้าใจ
 ดีว่าผู้ที่ได้รับการกระทำดังกล่าวจะรู้สึกไม่ใช่อะไร

10. หลีกเลี่ยงการปะทะอารมณ์กับคนที่ไม่ยอมรับ หรือไม่เคารพความรู้สึกของ
 ผู้อื่น

ปัจจัยที่ส่งผลต่อความฉลาดทางอารมณ์

ความฉลาดทางอารมณ์เป็นความฉลาดและความสามารถทางสมองอย่างหนึ่งการที่คนเรา จะมีความฉลาดทางอารมณ์มากหรือน้อยนั้น ขึ้นอยู่กับ 2 ปัจจัยหลักๆ คือ พันธุกรรมและพื้นฐานอารมณ์ และสภาพแวดล้อมและการเลี้ยงดู ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้ (กรมสุขภาพจิต, 2543)

1. พันธุกรรม และพื้นฐานอารมณ์ โดยที่พันธุกรรม คือ ตัวกำหนดให้มนุษย์ทุกคนมีลักษณะพื้นฐานอารมณ์ที่แตกต่างกันไป และพื้นฐานอารมณ์ที่ติดตัวมาแต่กำเนิดก็จะเป็นส่วนสำคัญที่กำหนดพฤติกรรมอารมณ์ บุคลิกภาพ นอกจากนี้ สภาพแวดล้อมขณะอยู่ในครรภ์ ก็มีไม่น้อยต่อการสร้างพื้นฐานอารมณ์ เพราะในปัจจุบันเป็นที่ยอมรับกันแล้วว่า อารมณ์ของแม่ขณะตั้งครรภ์มีส่วนสำคัญต่อพื้นฐานอารมณ์ของลูก เช่น แม่ที่มักมีความเครียด อาจจะทำให้ลูกเป็นเด็กอารมณ์ไม่ดี ซี้ โม โห เลี้ยงยาก ส่วนแม่ที่มีอารมณ์ดีมีความสบายกายสบายใจในขณะตั้งครรภ์ ก็มักจะได้อลูที่เป็นเด็กเลี้ยงง่าย ร่าเริง คนที่มีพื้นฐานอารมณ์ดีจึงเหมือนกับคนที่มทุนสำรองของชีวิตติดตัวมาตั้งแต่เกิด เพราะการมีจิตใจที่มั่นคง เข้มแข็ง ถือได้ว่าเป็นความโชคดี เปรียบได้กับพื้นที่ที่มีความแข็งแรง สามารถรับแรงกระแทกได้โดยไม่กระทบกระเทือนมาก แต่คนที่พื้นฐานอารมณ์ไม่ดี อ่อนไหว เปราะบาง เปรียบได้กับคนที่มทุนสำรองมาน้อย ถ้าเป็นพื้นที่เป็นพื้นที่บอบบางกระทบกระทั่งอะไรแรงๆ ไม่ได้ ง่ายต่อการที่จะพังโครมลงมา

2. สภาพแวดล้อมและการเลี้ยงดู พื้นอารมณ์ที่ถูกกำหนดโดยพันธุกรรมเป็นปัจจัยที่ติดตัวมาไม่สามารถจะเปลี่ยนแปลงแก้ไขได้ก็จริง แต่การเลี้ยงดูในสภาพที่เหมาะสมกับอารมณ์ก็สามารถจะช่วยพัฒนาหลอดเลือดและควบคุมพื้นฐานอารมณ์ด้านลบได้ ขณะเดียวกันก็สามารถจะส่งเสริมพื้นฐานอารมณ์ด้านบวกให้ดีโดดเด่นยิ่งขึ้นไป เปรียบได้กับพื้นที่บาง หากไม่ได้รับการสร้างเสริมเติมให้แข็งแรงขึ้น พื้นนั้นก็อยู่ในสภาพเดิมที่ง่ายต่อการผุพังเมื่อได้รับแรงกระแทก เด็กที่มีพื้นฐานอารมณ์ไม่ดี ถ้าไม่ได้รับการเลี้ยงดูที่เข้าใจก็อาจจะไปกระตุ้นให้อารมณ์ที่ไม่ดีเหล่านั้น เดิบโตจนฝังรากลึก ไร้การควบคุม กลายเป็นปัญหาทั้งต่อตนเองและสังคมที่เกี่ยวข้องแต่ถ้าพ่อแม่เข้าใจในธรรมชาติของเด็กก็ยังสามารถจะชดเชยหรือควบคุมส่วนที่ด้อยไม่ให้มีอิทธิพลหรือเป็นปัญหาในการดำเนินชีวิต

การวัดและเครื่องมือที่ใช้วัดความฉลาดทางอารมณ์ (กรมสุขภาพจิต, 2543)

แบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข มีลักษณะเป็นข้อคำถามที่มีความเกี่ยวข้องกับอารมณ์และความรู้สึกที่แสดงออกในด้านต่างๆ ได้แก่ ด้านดี หมายถึง ความสามารถในการควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง รู้จักเห็นใจผู้อื่นและมีความรับผิดชอบต่อส่วนรวม ด้านเก่ง หมายถึง ความสามารถในการรู้จักตนเอง แรงจูงใจ สามารถ

ตัดสินใจแก้ปัญหาและแสดงออกได้อย่างมีประสิทธิภาพ รวมทั้งมีสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่น ด้านสุขหมายถึง ความสามารถในการดำเนินชีวิตอย่างเป็นสุขมีรายการประเมินด้านการควบคุมอารมณ์ การเห็นใจผู้อื่น การรับผิดชอบ ด้านแรงจูงใจ การตัดสินใจและแก้ปัญหา สัมพันธภาพกับบุคคลอื่น ความภูมิใจในตนเอง ความพึงพอใจในชีวิต และความสงบสุขทางใจ โดยให้ผู้ตอบเลือกตอบ มีคำตอบ 4 ลักษณะ สำหรับข้อความแต่ละประโยค คือ ไม่จริง จริงบางครั้ง ค่อนข้างจริง จริงมาก และให้คะแนนตามเกณฑ์ที่กำหนด แล้วนำคะแนนไปเปรียบเทียบกับเกณฑ์ปกติของคะแนน ความฉลาดทางอารมณ์ตามกลุ่มอายุที่กำหนดไว้

สำหรับข้อคำถามของแบบประเมินฉบับนี้ มีจำนวน 52 ข้อ มีค่าความเที่ยงทั้งฉบับเท่ากับ 0.82 และแยกวิเคราะห์เป็นองค์ประกอบ คือองค์ประกอบด้านความดีมีค่าความเที่ยง เท่ากับ 0.67 องค์ประกอบด้านความเก่งมีค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.55 และองค์ประกอบด้านมีความสุข มีค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.77

ซึ่งแตกต่างจากการวัดความฉลาดทางอารมณ์ของสโลเวย์และคณะ -1995 ใช้มาตราวัด Trait-Meta-Mood Scale (TMMS) โดยเป็นการวัดความแตกต่างระหว่างบุคคลในความสามารถที่จะสะท้อนอารมณ์และการจัดการกับอารมณ์ ต่อมาเมเยอร์ คารุโซและสโลเวย์ (Mayer, Caruso and Salovey อ้างใน อรพินทร์ ชูชม, 2543) ได้พัฒนาแบบวัดในรูปแบบที่เป็นกระดาษ คือ The Multifactor Emotional Intelligence Scale (MEIS) และแบบวัด The Emotional IQ Test ที่ทำเป็น CD-ROM แบบทดสอบทั้งสองแบบดังกล่าวเหมือนกันทุกประการในด้าน โครงสร้างและเนื้อหาแต่ต่างกันในสื่อที่นำเสนอ และแบบทดสอบ MEIS พบว่าความฉลาดทางอารมณ์สามารถแยกองค์ประกอบได้ 3 องค์ประกอบ ได้แก่ การรับรู้ทางอารมณ์ ความเข้าใจทางอารมณ์และการจัดการทางอารมณ์ และแตกต่างจากแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดของบาร์ออน (Bar-On: 1997) แบบประเมินของบาร์ออน ใช้ในการจัดสรรคนให้เหมาะกับอาชีพหรือชี้บ่งอารมณ์ด้านที่ควรมีการปรับปรุง แบบทดสอบนี้จึงมีประโยชน์สำหรับการวางแผนในการทำงาน สำหรับแบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ของโกลแมน (Goleman อ้างใน อรพินทร์ ชูชม, 2543) มีความสัมพันธ์สูงกับความเข้าใจผู้อื่นและการควบคุมอารมณ์ และยังมีเนื้อหาที่ควรเกี่ยวกับองค์ประกอบที่ร่วมของ MEIS ของสโลเวย์ และคณะ ได้แก่ องค์ประกอบด้านการจัดการทางอารมณ์ อย่างไรก็ตาม แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ของโกลแมน มีค่าความเชื่อมั่นค่อนข้างต่ำ ($r = .18$)

ดังนั้นในการศึกษานี้ใช้แบบวัดความฉลาดทางอารมณ์ตามแนวคิดแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข (2543) ซึ่งเป็นแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ที่ได้มาตรฐานมากที่สุดของประเทศไทย จึงเหมาะสมกับการนำมาใช้ในการประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนมัธยมในการศึกษาครั้งนี้

ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์กับความฉลาดทางอารมณ์

ทั้งในประเทศและต่างประเทศมีการศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ ซึ่งในต่างประเทศ มีการศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมออนไลน์กับปัจจัยต่างๆ เช่น จากการศึกษาของ Joo Kim และคณะ (2007) ได้ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมออนไลน์กับความก้าวร้าว การควบคุมตัวเองและอุปนิสัยเฉพาะส่วนตัว ผลการศึกษาพบว่า ความก้าวร้าวและอุปนิสัยเฉพาะมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการติดเกมออนไลน์ ในขณะที่การควบคุมตนเองมีความสัมพันธ์เชิงลบกับการติดเกมออนไลน์ มากไปกว่านั้นระดับการติดเกมออนไลน์อาจทำนายได้จากอุปนิสัยส่วนตัว ความก้าวร้าว การควบคุมตนเอง และอาชีพ สำหรับการศึกษาของ Parker และคณะ (2008) ศึกษาเรื่อง ปัญหาการเล่นการพนันในวัยรุ่น: ความสัมพันธ์ระหว่างการใช้อินเทอร์เน็ตในทางที่ผิด การติดเกม และ ความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งเป็นการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับพฤติกรรมในการเสพติดหลายชนิด เช่น การพนัน การใช้อินเทอร์เน็ต การเล่นเกม ผลการศึกษาพบว่า ความฉลาดทางอารมณ์ คือตัวทำนายพฤติกรรมเสพติดได้พอสมควร ส่วนในประเทศไทย วิไลรัตน์ วัฒนไวฑูรย์ชัย (2547) ได้ศึกษาเรื่อง การศึกษาพฤติกรรมก้าวร้าวจากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ที่มีผลกระทบต่อเด็กอายุ 12-15 ปี ในเขตกรุงเทพมหานคร ผลการวิจัย พบว่า ตัวแปรอิสระที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมก้าวร้าวในด้านผลกระทบ คือ ตัวแปรผลกระทบทางด้านความวิตกกังวลและด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน ส่วนตัวแปรพฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์พบว่าพฤติกรรมขณะเล่นและหลังเล่นเกมมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมก้าวร้าว โดยจากการศึกษาที่ผ่านมาได้มีการกล่าวถึงผลของพฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ว่ามีทั้งโทษและประโยชน์ สำหรับในประเทศไทยก็ยังไม่มีการศึกษาเกี่ยวกับพฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์กับความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งการศึกษาที่ผ่านมาผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์เกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ทั้งสิ้น

นพ.บัณฑิต ศรีไพศาล ผู้อำนวยการสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ ได้กล่าวถึงโทษจากการเล่นเกมหรือเล่นอินเทอร์เน็ตมีผลต่อความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี คือ ทำให้ขาดการควบคุมตนเอง ไม่บังคับตนเอง ขาดความรับผิดชอบ เพราะเมื่อเกิดความเพลิดเพลินกับการเล่นเกมแล้ว มักจะไม่ใส่ใจทำอย่างอื่นที่สำคัญ หรือฝ่าฝืนกฎเกณฑ์ ความรับผิดชอบที่มีอยู่หรือไม่ทำอะไร เช่น ไม่อ่านหนังสือ ไม่เข้านอนไม่ทานข้าว ไม่กวาดบ้าน ล้างชามตามหน้าที่ความรับผิดชอบที่มีอยู่ หรือแม้กระทั่งเกิดพฤติกรรมหนีออกจากบ้านหลายวัน ไปกินนอนอยู่ในร้านเกม และการขโมยเงินพ่อแม่ไปเล่นเกม เป็นต้น ผลต่อความฉลาดทางอารมณ์ด้านเก่ง คือ เด็กจะเห็นเพื่อนเป็นศัตรูของความสนุกสนาน เพื่อนมาแย่งเล่นจึงไม่ยอมคบเพื่อน หรือแม้จะคบแต่ก็

คบเพื่อนฝูงไม่ค่อยเป็นเพราะไม่ค่อยได้ฝึก ทำให้ขาดทักษะทางสังคม เพราะเด็กอยู่แต่หน้าจอคอมพิวเตอร์ บางคนอ้างว่าการเล่นเกมออนไลน์ หรือ Chat พูดคุยกันทางอินเทอร์เน็ตก็ได้เพื่อนซึ่งมีส่วนจริงอยู่บ้าง แต่ว่าความสัมพันธ์ออนไลน์เป็นความสัมพันธ์ในโลกเสมือนไม่ใช่โลกแห่งความเป็นจริง ซึ่งทำให้เกิดการขาดความสามารถในการรู้จักตนเองและขาดสัมพันธ์ที่ดีกับผู้อื่น ผลต่อความฉลาดทางอารมณ์ด้านสุข คือ ทำเกิดความทุกข์ ไม่สุขใจ ขัดแย้งภายในจิตใจหรือขัดแย้งกับผู้คนรอบข้างได้ เพราะหากเล่นเกมและอินเทอร์เน็ต นานๆ เข้าเด็กจะเกิดความรู้สึกชอบเอาชนะ เคยชินกับการแข่งขัน เคยชินกับการได้ดั่งใจ เพราะเกมสั่งบังคับได้ มีความสุขหรือรู้สึกสำเร็จเมื่อสั่งได้ดั่งใจ หากไม่ได้ดั่งใจก็จะทุกข์ เป็นต้น (<http://www.dmh.go.th>. 20 พฤษภาคม 2551)

ศูนย์วิจัยกสิกรไทย (อ้างใน ถัตรีพี เกษมสันต์ ณ อยุธยา, 2550) ได้วิเคราะห์ถึงผลกระทบของเกมคอมพิวเตอร์ที่อาจมีต่อวัยรุ่นและสังคมไทยไว้ ดังนี้

ในแง่ที่เป็นประโยชน์ เกมคอมพิวเตอร์มีส่วนส่งเสริมวัยรุ่นในหลายลักษณะด้วยกัน ช่วยเสริมสร้างความสัมพันธ์ที่ดีในครอบครัว ถ้าพ่อแม่สามารถเล่นเกมกับลูกได้ และมีความเข้าใจในหลักจิตวิทยาพอสมควรจะรู้ว่า การได้เข้าไปร่วมเล่นเกมกับลูกจะเป็นจังหวะที่ดีที่พ่อแม่จะเข้าไปถ่ายทอดความรักและความเข้าใจให้กับลูกได้ ความอบอุ่นและสายสัมพันธ์ที่ดีจะยิ่งแนบแน่นขึ้น เป็นการส่งเสริมความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุข ของเด็กได้

ในแง่ที่เป็นโทษ แม้เกมคอมพิวเตอร์จะมีคุณประโยชน์มากมาย แต่หากไม่รู้จักรู้ใช้ให้เหมาะสมก็อาจทำให้เกิดโทษได้เช่นกัน โดยศูนย์วิจัยกสิกรไทยศึกษาพบว่า เด็กจำนวนมากไม่ถนัดในการเข้าสมาคมกับเพื่อนเป็นเด็กขี้อาย ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง เด็กจึงค้นพบว่ามีเกมคอมพิวเตอร์เป็นเครื่องแก้เหงา และสะดวกกว่าการต้องใช้ความพยายามคบหาสมาคมกับเด็กอื่นๆ ส่งผลให้เด็กเข้าสังคมไม่เป็น ประสบกับปัญหาในการทำงานร่วมกับผู้อื่น และมีนิสัยก้าวร้าวเนื่องจากหลายเกมเหนี่ยวนำให้เกิดอารมณ์รุนแรงในเด็ก การมีอารมณ์เช่นนี้อยู่ในจิตใจเป็นเวลานานจะทำให้เด็กมีนิสัยก้าวร้าวรุนแรงชอบแก้ปัญหาด้วยกำลังแทนการใช้สติปัญญาแก้ปัญหาอย่างละมุนละม่อม ซึ่งผลกระทบที่เกิดขึ้นนี้มีเกี่ยวข้องกับความฉลาดทางอารมณ์ด้านดี ด้านเก่ง และด้านสุขทั้งสิ้น

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

วีไลรัตน์ วัฒนไวยุทธ์ชัย (2547) ได้ศึกษาเรื่อง การศึกษาพฤติกรรมก้าวร้าวจากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ที่มีผลกระทบต่อเด็กอายุ 12-15 ปี ในเขตกรุงเทพมหานคร โดยทำการสุ่มเลือกสุ่มตัวอย่างแบบไม่ทราบจำนวนประชากร (Infinite Population) โดยเลือกเฉพาะผู้ที่เล่นเกม (Accident Sampling) เท่านั้น จำนวน 300 คน ผลการวิจัย พบว่า ตัวแปรอิสระที่มีความสัมพันธ์กับ

พฤติกรรมก้าวร้าวในด้านผลกระทบ คือ ตัวแปรผลกระทบทางด้านความวิตกกังวลและด้านความสัมพันธ์กับเพื่อน ส่วนตัวแปรพฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์พบว่าพฤติกรรมขณะเล่นและหลังเล่นเกมมีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมก้าวร้าว

พลฤทธิ ฐิตวิริทธิ์นันท์ (2549) ได้ศึกษาเรื่อง ปฏิสัมพันธ์เกมออนไลน์ กรณีศึกษา: นักเรียนมัธยมศึกษาเขตอำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ ผลการวิจัยพบว่าผู้เล่นจะใช้เวลาในการเล่นเกมเฉลี่ยสัปดาห์ละ 8.78 ชั่วโมง และไม่ได้เล่นทุกวันจะเล่นเฉลี่ยสัปดาห์ละ 4.07 วัน ซึ่งส่วนใหญ่จะเล่นในช่วงเวลา 18.01-21.00 น. มีค่าใช้จ่ายเฉลี่ยสัปดาห์ละ 106.7 บาท และผู้เล่นส่วนใหญ่ที่มีอายุต่ำกว่าเกณฑ์การลงทะเบียน จะให้พี่ชายหรือพี่สาวที่อายุเกิน 18 ปี จดทะเบียนให้ซึ่งผู้เล่นจะมี ID ในการเล่นเกมออนไลน์คนละ 1-5 ID นอกจากนี้ผู้เล่นส่วนใหญ่จะเลือกเล่นกับกลุ่มเพื่อนที่เรียนในห้องเรียนเดียวกันมากกว่าจะเล่นกับบุคคลอื่น

ในส่วนที่เกี่ยวกับปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เล่นกับเกมจากการสนทนากลุ่มเจาะประเด็นว่าผู้เล่นเลือกที่จะเล่นเกมออนไลน์เพราะเพื่อนแนะนำให้เล่น เริ่มเล่นเกมด้วยตนเองเพราะคิดว่าสนุกตามกระแสนิยม ว่างไม่มีอะไรทำ และต้องการทดลอง ส่วนใหญ่จะเล่นเกมในเวลาว่างหรือวันหยุด ใช้เวลาเล่นมากขึ้น 3-5 เท่า ผู้เล่นจะทดลองเล่นในทุกบทบาทของตัวละครที่เกมมีให้เลือกเล่นอย่างหลากหลาย มีการตั้งชื่อแตกต่างกันออกไปโดยให้เหตุผลในการตั้งชื่อว่า คนอื่นจดจำตนเองได้ง่ายตามสมัยนิยม ให้เกิดความรัก และเป็นที่น่าสนใจของผู้อื่นและการพูดกันนั้นส่วนใหญ่จะพูดคุยเรื่องวิธีการเล่นเกมหรือเนื้อหาเกี่ยวกับเกมมากที่สุด ส่วนการเล่นที่ทำให้ผู้เล่นได้รับความสนุกสนาน ได้รับความพอใจ และความเพลิดเพลิน เหมือนกับอยู่ในโลกของตนเองสามารถทำอะไรก็ได้ เช่น เวลาต่อสู้กับผู้เล่นอื่นหรือกับศัตรู เวลาทำการต่อสู้ระหว่างสมาคม หรือพูดคุยกับเพื่อนที่เจอกันในเกมออนไลน์ ส่วนมากผู้ปกครองจะกล่าวตักเตือนในเรื่องผลการเรียนตกต่ำ ด้านสุขภาพและด้านการช่วยเหลืองานบ้าน

จริดา มหาเจริญ (2546) ได้ศึกษาเรื่อง การศึกษาพฤติกรรมและผลกระทบของการเปิดรับสื่อเกมออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษา ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เริ่มเล่นเกมออนไลน์ไม่เกิน 6 เดือน และมีความถี่ในการเล่นเกมออนไลน์ คือ 1-2 วันต่อสัปดาห์ และส่วนใหญ่ใช้เวลาในการเล่นเกมออนไลน์ใน 1 วัน ไม่เกิน 2 ชั่วโมง โดยช่วงเวลาที่นิยมเล่นเกมตั้งแต่เวลา 16.00-20.00 น. ประโยชน์ที่ได้รับจากการเล่นเกมออนไลน์สูงสุดคือ ได้รับความเพลิดเพลินและความสนุกสนาน

วรพจน์ พวงสุวรรณ (2541) ได้ศึกษาเรื่อง การศึกษาพฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียนมัธยม ในเขตกรุงเทพมหานคร โดยมีกลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนมัธยม จำนวน 400 คน ที่เล่นเกมผ่านคอมพิวเตอร์ ผลการวิจัยพบว่า เด็กมัธยมต้นและมัธยมปลายเล่นเกมเฉลี่ยสัปดาห์ละ 7.4

ซึ่งโม่ง โดยเด็กมัธยมต้นมักชอบเล่นเกมผจญภัยมากกว่าเด็กมัธยมปลาย และพบความสัมพันธ์ในเชิงบวกระหว่างระยะเวลาของการเล่นเกมกับปริมาณการเปิดรับเทคโนโลยีสารสนเทศ และประเภทของเกมส่วนใหญ่มีความสัมพันธ์เชิงบวกกับปริมาณการเปิดรับเทคโนโลยีสารสนเทศเชิงบวก

ฉัตรพรทิ เกษมสันต์ ณ อุทธยา (2550) ได้ศึกษาเรื่อง เกมคอมพิวเตอร์เชิงสร้างสรรค์กับการพัฒนาการทางสติปัญญาและอารมณ์ของวัยรุ่น: กรณีศึกษา The Sims เกม Championship Manager และเกม FIFA เป็นการวิจัยที่มุ่งวิเคราะห์ความคิดเห็นวัยรุ่น ผู้ปกครอง และนักวิชาการที่มีต่อเกมคอมพิวเตอร์เชิงสร้างสรรค์ การวิจัยครั้งนี้เก็บข้อมูลโดยการสัมภาษณ์กลุ่มวัยรุ่นอายุ 13-15 ปี ที่เล่นเกมคอมพิวเตอร์เชิงสร้างสรรค์ซึ่งในที่นี้คือเกม The Sims เกม Championship Manager และเกม FIFA ต่อเนื่องเป็นประจำมาไม่น้อยกว่า 3 เดือน เกมละ 10 คน รวมละ 30 คน ใช้วิธีสัมภาษณ์เชิงลึกรายบุคคลกับผู้ปกครองของวัยรุ่นจำนวน 30 คน และใช้วิธีสัมภาษณ์เชิงลึกรายบุคคลกับนักวิชาการใน 3 สาขา ได้แก่ นักจิตวิทยา นักวิชาการคอมพิวเตอร์ และนักวิชาการด้านการศึกษา อาชีพละ 1 คน โดยสุ่มจากตัวอย่าง 63 คน ผลการวิจัยพบว่า วัยรุ่น ผู้ปกครอง และนักวิชาการ มีความเห็นว่าการเล่นเกมคอมพิวเตอร์มีทั้งประโยชน์และโทษต่อวัยรุ่น และไม่มีเกมคอมพิวเตอร์เชิงสร้างสรรค์รายชื่อใดที่มีประโยชน์ต่อสมาธิ เกมคอมพิวเตอร์เชิงสร้างสรรค์แต่ละประเภทมีประโยชน์ต่อพัฒนาการทางสติปัญญาของวัยรุ่นแตกต่างกัน ขึ้นอยู่กับการวางแผนใจและวิธีการเล่นเกมว่ามีการวางแผนใจให้วัยรุ่นได้ฝึกฝนการคิดหรือทบทวนความสามารถทางสติปัญญาในลักษณะใดบ่อยๆ

ประภัสสร ศรีสวัสดิ์ (2548) ได้ศึกษาเรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 โรงเรียนท่าปลาประชาอุทิศ อำเภอท่าปลา จังหวัดอุตรดิตถ์ พบว่า ปัจจัยด้านเพศ เศรษฐกิจ และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน มีความสัมพันธ์กับระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนอย่างมีนัยสำคัญ และระดับความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนส่วนใหญ่อยู่ในเกณฑ์ปกติ ร้อยละ 61.3 รองลงมาอยู่ในระดับต่ำกว่าเกณฑ์ปกติ ร้อยละ 29.5 และสูงกว่าเกณฑ์ปกติร้อยละ 9.2 เมื่อแยกเป็นรายด้าน 3 ด้านพบว่านักเรียนส่วนใหญ่ประเมินอยู่ในเกณฑ์ปกติทั้ง 3 ด้าน โดยด้านดีอยู่ในเกณฑ์ปกติ ร้อยละ 64.8 ด้านเก่งร้อยละ 70.1 และด้านสุข ร้อยละ 77.4

อดุลย์ ปัญญา (2546) ได้ศึกษาเรื่อง ความฉลาดทางอารมณ์ของนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในเขตอำเภอเมืองลำปาง พบว่า นักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นในเขตอำเภอเมืองลำปาง จังหวัดลำปาง มีความฉลาดทางอารมณ์อยู่ในเกณฑ์ปกติ และไม่แตกต่างกันเมื่อเปรียบเทียบ จำแนกตามเพศ อายุ สถานภาพสมรสของบิดามารดา และภูมิลำเนา

Eun Joo Kim, Kee Namkoong, Taeyun Ku, Se Joo Kim (2007) ได้ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมออนไลน์กับความก้าวร้าว การควบคุมตัวเองและอุปนิสัยเฉพาะส่วนตัว โดยการศึกษาครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อนำเสนอความสัมพันธ์ระหว่างการติดเกมออนไลน์และความก้าวร้าว การควบคุมตนเองและอุปนิสัยเฉพาะส่วนตัว ซึ่งลักษณะเหล่านี้มักรับรู้กันว่าเป็นความเสี่ยงสำหรับคนที่ติดเกมออนไลน์ กลุ่มตัวอย่างในการวิจัยครั้งนี้คือ ผู้เล่นเกมออนไลน์ 1,471 คน (ชาย 82.7% หญิง 17.3% อายุเฉลี่ย 21.3+4.96) โดยให้ตอบแบบสอบถามออนไลน์ซึ่งประกอบด้วยข้อมูลด้านประชากร การใช้เกม ระดับการติดเกม แบบสอบถามความก้าวร้าว ระดับการควบคุมตนเอง และระดับความผิดปกติของนิสัยส่วนตัว

ผลการวิจัยพบว่าความก้าวร้าวและอุปนิสัยเฉพาะมีความสัมพันธ์เชิงบวกกับการติดเกมออนไลน์ ในขณะที่การควบคุมตนเองมีความสัมพันธ์เชิงลบกับการติดเกมออนไลน์ มากไปกว่านั้นระดับการติดเกมออนไลน์อาจทำนายได้จากอุปนิสัยส่วนตัว ความก้าวร้าว การควบคุมตนเอง และอาชีพ

James D.A. Parker , Robyn N. Taylor, Jennifer M. Eastabrook, Stacey L. Schell, Laura M. Wood (2008) ได้ศึกษาเรื่อง ปัญหาการเล่นการพนันในวัยรุ่น: ความสัมพันธ์ระหว่างการใช้อินเทอร์เน็ตในทางที่ผิด การติดเกม และความฉลาดทางอารมณ์ ซึ่งเป็นการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับพฤติกรรมในการเสพติดหลายชนิดเช่น การพนัน การใช้อินเทอร์เน็ต การเล่นเกม ในเด็กวัยรุ่นสองกลุ่มตัวอย่างคือ อายุระหว่าง 13-15 ปี จำนวน 209 คนและอายุระหว่าง 16-18 ปี จำนวน 458 คนโดยใช้ Emotional Quotient Inventory สำหรับวัดค่าความฉลาดทางอารมณ์และแบบสอบถามเกี่ยวกับอินเทอร์เน็ต ในการวัดพฤติกรรมเสพติดสื่อ ผลวิจัยพบว่า วัยรุ่นที่มีอายุระหว่าง 16-18 ปี มีคะแนนค่าความฉลาดทางอารมณ์ส่วนใหญ่สูงกว่าวัยรุ่นอายุระหว่าง 13-15 ปี วัยรุ่นหญิงจะมีค่าตระหนักและเข้าใจตนเอง และเห็นใจและเข้าใจผู้อื่นมากกว่าวัยรุ่นชาย ในขณะที่วัยรุ่นชายที่มีค่าความสามารถในการปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์สูงกว่าวัยรุ่นหญิง วัยรุ่นชายยังถูกพบว่ามีคะแนนสูงกว่าหญิงในการวัดปัญหาการติดเกม และพฤติกรรมการเล่นการพนัน แต่ไม่พบข้อแตกต่างกันสำหรับพฤติกรรมการเล่นอินเทอร์เน็ต

ในการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความฉลาดทางอารมณ์กับพฤติกรรมในการเสพติดการพนันเกม หรือ อินเทอร์เน็ตของกลุ่มตัวอย่างในครั้งนี้พบว่า ความฉลาดทางอารมณ์ คือตัวทำนายพฤติกรรมการเสพติดได้พอสมควร โดย ความฉลาดทางอารมณ์ ถูกพบในอายุระหว่าง 13-15 ปี เป็น 58% และอายุระหว่าง 16-18 ปี เป็น 31% ของพฤติกรรมการเสพติดในเด็กวัยรุ่น

กรอบแนวคิดการศึกษา

การเล่นเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์

- ระยะเวลาที่เล่น
- ประเภทของเกมที่เล่น

ความฉลาดทางอารมณ์

1. ด้านดี
2. ด้านเก่ง
3. ด้านสุข



ลิขสิทธิ์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่
 Copyright© by Chiang Mai University
 All rights reserved