

ผลของโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์  
โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์  
ที่มีต่อนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5



นางสาวนุจิภาฯ ขจรบุญ

สถาบันวิทยบริการ

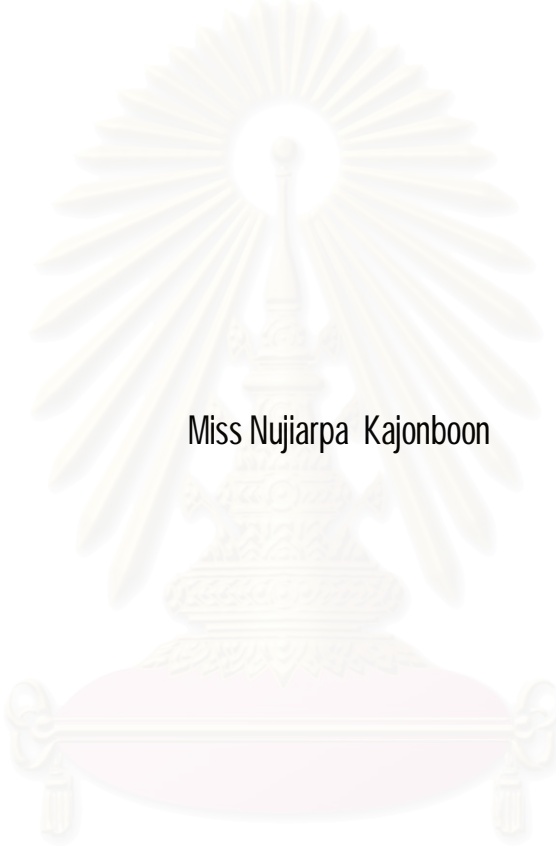
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาครุศาสตรมหาบัณฑิต  
สาขาวิชาประถมศึกษา ภาควิชาหลักสูตร การสอน และเทคโนโลยีการศึกษา

คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2551

ลิขสิทธิ์ของจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

EFFECTS OF COMPUTER GAMES-ADDICTED PREVENTIVE PROGRAM BY APPLYING  
COOPERATIVE LEARNING METHOD OF STUDENT TEAMS-ACHIEVEMENT DIVISIONS  
ON PRATHOM SUKSA FIVE STUDENTS



Miss Nujiarpa Kajonboon

A Thesis Submitted in Partial Fulfillment of the Requirements  
for the Degree of Master of Education Program in Elementary Education  
Department of Curriculum, Instruction, and Educational Technology  
Faculty of Education  
Chulalongkorn University  
Academic Year 2008  
Copyright of Chulalongkorn University

หัวข้อวิทยานิพนธ์

ผลของโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์  
โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ ที่มีต่อ  
นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

โดย

นางสาวนุจิอาภา ขจรบุญ

สาขาวิชา

ประถมศึกษา

อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก

รองศาสตราจารย์ ดร.สมพงษ์ จิตระดับ

คณะกรรมการ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่ง  
ของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาโท

..... คณบดีคณะครุศาสตร์  
(ศาสตราจารย์ ดร.ศิริชัย กาญจนวาสี)

คณะกรรมการสอบวิทยานิพนธ์

..... ประธานกรรมการ  
(รองศาสตราจารย์ ดร.ลำลี ทองธิว)

..... อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก  
(รองศาสตราจารย์ ดร.สมพงษ์ จิตระดับ)

..... กรรมการ  
(อาจารย์ ดร.ยุรวัดน์ คล้ายมงคล)

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

นุจิอาภา ขจรบุญ : ผลของโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียน แบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ ที่มีต่อนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5. (EFFECTS OF COMPUTER GAMES-ADDICTED PREVENTIVE PROGRAM BY APPLYING COOPERATIVE LEARNING METHOD OF STUDENT TEAMS-ACHIEVEMENT DIVISIONS ON PRATHOM SUKSA FIVE STUDENTS). อ. ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก: รศ.ดร.สมพงษ์ จิตระดับ, 339 หน้า.

การวิจัยครั้งนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ ที่มีต่อนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีวิธีดำเนินการวิจัย 3 ขั้นตอน ได้แก่ 1) การสร้างโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ 2) การทดลองใช้โปรแกรม และ 3) การปรับปรุงโปรแกรม ตัวอย่างประชากรคือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ปีการศึกษา 2550 โรงเรียนพระตำหนักสวนกุหลาบ มหามงคล สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษานครปฐม เขต 2 จำนวน 20 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย คือ แบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เรื่อง เกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน และแบบสังเกตพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ ข้อมูลที่ได้จากการดำเนินการวิจัยในขั้นตอนที่ 2 นำมาวิเคราะห์โดยการหาค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการทดสอบค่าที

ผลการวิจัย พบว่า

1. ค่าเฉลี่ยของคะแนนพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ของนักเรียนทั้งในกลุ่มย่อยและนักเรียนรวมทั้งห้อง หลังเข้าร่วมโปรแกรม สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. ค่าเฉลี่ยของคะแนนพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบันของนักเรียนหลังเข้าร่วมโปรแกรม สูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนด คือ ร้อยละ 70 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. พัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียนทั้งในกลุ่มย่อย และนักเรียนรวมทั้งห้อง หลังเข้าร่วมโปรแกรม สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. พัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียน หลังเข้าร่วมโปรแกรม สูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนด คือ ร้อยละ 70 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ข้อมูลที่ได้จากการดำเนินการวิจัยในขั้นที่ 2 นำมาปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องได้เป็น โปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

ภาควิชา.....หลักสูตรการสอนและ.....

เทคโนโลยีการศึกษา.....

สาขาวิชา.....ประถมศึกษา.....

ปีการศึกษา.....2551.....

ลายมือชื่อผู้วิจัย.....นุจิอาภา ขจรบุญ.....

ลายมือชื่อ อ.ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์หลัก.....

## 4883703027 : MAJOR ELEMENTARY EDUCATION

KEYWORDS : COMPUTER GAMES-ADDICTED/ PROGRAM

NUJIARPA KAJONBOON : EFFECTS OF COMPUTER GAMES-ADDICTED PREVENTIVE PROGRAM BY APPLYING COOPERATIVE LEARNING METHOD OF STUDENT TEAMS-ACHIEVEMENT DIVISIONS ON PRATHOM SUKSA FIVE STUDENTS. THESIS ADVISOR: ASSOC. PROF. SOMPHONG CHITRADUP, Ph.D., 339 pp.

The objective of this research is to study the result of computer games-addicted preventive program by applying a learning model as a cooperatively achieving team for fifth grade students. There were three investigating steps for the research: (1) Constructing the computer games-addicted preventive program by applying cooperative learning method of student teams-achievement divisions. (2) Testing the program, and (3) Improving the program. The sample of the study was twenty fifth grade students in academic year 2007 from Phratamnak Suankularb Mahamongkol School, which is under Nakornpathom education area 2. The research tool is a test measuring the students' knowledge and understanding about the present situation of game addict. Also, there were behavior observing plan for each student to observe and prevent oneself from computer game addiction. The data collected from step 2 investigations was analyzed in terms of statistic results by comparing means, standard deviation and T-test.

The results revealed as follows:

1. Means of the student groups related to knowledge and understanding of computer games and present situations of the children addicted to these games after participating the research program were significantly higher ( $P \leq 0.05$ ) than those of the students before taking the program.
2. There was a higher significantly different mean of the student groups involved in knowledge and understanding of computer games and present situations of the children addicted to these games after joining the program ( $P \leq 0.05$ ) than that of referred criteria, which is 70%.
3. Means of skilled life of the students for preventing themselves from computer game addiction after participating the program were significantly higher ( $P \leq 0.05$ ) than those of the groups before participating the program.
4. There was a higher significantly different mean of skilled life of the students for preventing themselves from computer game addiction after participating the program ( $P \leq 0.05$ ) than that of referred criteria, which is 70%.

The data of the step No. 2 was improved further for constructing the program that prevented the problems of children addiction to computer games by using the learning method of a cooperatively achieving team.

Department : Curriculum, Instruction, and Educational Technology

Student's Signature *Nujjarpa Kajonboon*  
Advisor's Signature *Somphong Chitradup*

Field of Study : Elementary Education

Academic Year : 2008

## กิตติกรรมประกาศ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลุล่วงด้วยดี โดยความกรุณาของ รองศาสตราจารย์ ดร. สมพงษ์ จิตระดับ อาจารย์ที่ปรึกษาวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาให้คำแนะนำ คำปรึกษา และตรวจแก้ไขข้อบกพร่องต่างๆ ด้วยความเมตตาเอาใจใส่ ตลอดจนให้กำลังใจในการทำวิทยานิพนธ์ด้วยดีเสมอมา ผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอกราบขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์ ดร. สำลี ทองธิว ประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ และอาจารย์ ดร. ยุรวัฒน์ คล้ายมงคล กรรมการสอบวิทยานิพนธ์ ที่กรุณาให้คำแนะนำและตรวจสอบวิทยานิพนธ์ให้มีความถูกต้องสมบูรณ์ยิ่งขึ้น และขอกราบขอบพระคุณคณาจารย์ทุกท่านที่ได้ประสิทธิประสาทความรู้แก่ผู้วิจัย

ขอกราบขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทั้ง 3 ท่าน ที่กรุณาใช้เวลาตรวจสอบ และให้คำแนะนำในการปรับปรุงเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ขอกราบขอบพระคุณผู้บริหารและครูโรงเรียนพระตำหนักสวนกุหลาบ มหามงคล ที่กรุณาให้ความร่วมมือในการวิจัย จนการวิจัยแล้วเสร็จ

ขอกราบระลึกถึงพระคุณ คุณยายประภา สร้อยสอั้ง คุณพ่ออนุชิต ขจรบุญ คุณแม่จิตต์ฟ้า ขจรบุญ และสมาชิกทุกคนในครอบครัว ผู้ให้ความรัก ความเมตตา ช่วยเหลือ และให้กำลังใจแก่ผู้วิจัย ขอขอบคุณเรือโท คีฤทธิ พรเจริญฤทธิ์ ตลอดจน พี่ๆ เพื่อนๆ น้องๆ ที่ให้ความช่วยเหลือ คอยห่วงใย และให้กำลังใจอย่างสม่ำเสมอจนผู้วิจัยประสบผลสำเร็จในการศึกษา

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฌ
สารบัญภาพ.....	ฎ
บทที่	
<b>1 บทนำ.....</b>	<b>1</b>
ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	11
สมมติฐานการวิจัย.....	11
ขอบเขตของการวิจัย.....	13
ข้อตกลงเบื้องต้น.....	14
คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	14
ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	17
<b>2 เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....</b>	<b>18</b>
การใช้เวลา.....	19
เกมคอมพิวเตอร์.....	25
ทักษะชีวิต.....	41
การเรียนรู้แบบร่วมมือ.....	51
การพัฒนาโปรแกรมการสอน.....	61
<b>3 วิธีดำเนินการวิจัย.....</b>	<b>68</b>
การสร้างโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์.....	68
การทดลองใช้โปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์.....	91
การปรับปรุงโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์.....	95

#### 4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ตอนที่ 1 การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพัฒนาการ ความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติด เกมในปัจจุบัน ของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วม โปรแกรม.....	97
ตอนที่ 2 พัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ ของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม.....	101
ตอนที่ 3 การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกม คอมพิวเตอร์ที่เกิดขึ้นในตัวนักเรียน .....	107
ตอนที่ 4 การนำผลการทดลองมาปรับปรุงแก้ไขโปรแกรมการป้องกันปัญหาการ ติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5.....	110
ตอนที่ 5 โปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียน แบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5.....	116
<b>5 สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ.....</b>	<b>120</b>
วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	120
วิธีดำเนินการวิจัย.....	120
สรุปผลการวิจัย.....	123
อภิปรายผลการวิจัย.....	124
ข้อสังเกตในการวิจัย.....	129
ข้อเสนอแนะในการนำงานวิจัยไปใช้.....	130
ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยต่อไป.....	131
รายการอ้างอิง.....	132
ภาคผนวก.....	144
ภาคผนวก ก.....	145
ภาคผนวก ข.....	147
ภาคผนวก ค.....	155
ภาคผนวก ง.....	162
ภาคผนวก จ.....	324
ภาคผนวก ฉ.....	336
ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์.....	339



## สารบัญตาราง

		หน้า
ตารางที่ 1	ขั้นตอนในการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ของสลาวิน.....	56
ตารางที่ 2	รายละเอียดเนื้อหา และความคิดรวบยอดในแต่ละแผนการจัดกิจกรรม.....	76
ตารางที่ 3	โครงสร้างของแบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน.....	87
ตารางที่ 4	จำนวนนักเรียนในกลุ่ม จำแนกตามระดับคะแนนการทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์.....	93
ตารางที่ 5	ค่าเฉลี่ยของคะแนนพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ของนักเรียนกลุ่มที่ 1 ที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม.....	97
ตารางที่ 6	ค่าเฉลี่ยของคะแนนพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ของนักเรียนกลุ่มที่ 2 ที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม.....	97
ตารางที่ 7	ค่าเฉลี่ยของคะแนนพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ของนักเรียนกลุ่มที่ 3 ที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม.....	98
ตารางที่ 8	ค่าเฉลี่ยของคะแนนพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ของนักเรียนกลุ่มที่ 4 ที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม.....	98
ตารางที่ 9	ค่าเฉลี่ยของคะแนนพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ของนักเรียนกลุ่มที่ 5 ที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม.....	99

ตารางที่ 10	ค่าเฉลี่ยของคะแนนพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ของนักเรียนรวมทั้งห้องที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม.....	100
ตารางที่ 11	การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม หลังการเข้าร่วมโปรแกรมกับเกณฑ์การประเมินโปรแกรม.....	101
ตารางที่ 12	ค่าเฉลี่ยของพัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ ของนักเรียนกลุ่มที่ 1 ที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม.....	102
ตารางที่ 13	ค่าเฉลี่ยของพัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ ของนักเรียนกลุ่มที่ 2 ที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม.....	102
ตารางที่ 14	ค่าเฉลี่ยของพัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ ของนักเรียนกลุ่มที่ 3 ที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม.....	103
ตารางที่ 15	ค่าเฉลี่ยของพัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ ของนักเรียนกลุ่มที่ 4 ที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม.....	103
ตารางที่ 16	ค่าเฉลี่ยของพัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ ของนักเรียนกลุ่มที่ 5 ที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม.....	104
ตารางที่ 17	ค่าเฉลี่ยของพัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ ของนักเรียนรวมทั้งห้องที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม.....	105

ตารางที่ 18

การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของพัฒนาการทักษะ  
ชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ ของนักเรียนที่  
เข้าร่วมโปรแกรม หลังการเข้าร่วมโปรแกรมกับเกณฑ์การประเมิน  
โปรแกรม.....

106



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## สารบัญภาพ

ภาพที่ 1 องค์ประกอบทักษะชีวิต

หน้า

46



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

# บทที่ 1

## บทนำ

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

ในสถานการณ์ที่ประเทศกำลังขยายตัวทางเศรษฐกิจทั้งในภาคอุตสาหกรรมและพาณิชย์กรรม ประกอบกับความเจริญก้าวหน้าทางวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี โดยเฉพาะเทคโนโลยีสารสนเทศ อันเป็นผลก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทางสังคมและวัฒนธรรม ตลอดจนความเป็นอยู่ในการดำรงชีวิตประจำวันอย่างรวดเร็ว ความจำเป็นที่จะต้องเร่งรัดพัฒนาเด็กและเยาวชน ซึ่งเป็นทรัพยากรบุคคลที่จะเติบโตเป็นผู้สืบทอดการพัฒนาและธำรงไว้ซึ่งมรดกความเป็นเอกลักษณ์ของชาติ จึงมีความสำคัญอย่างยิ่งที่จะต้องให้ความสนใจกับการพัฒนาคุณภาพเด็กและเยาวชน (สำนักงานคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ, 2528) เพราะถ้าหากเยาวชนตกอยู่ในสภาพที่เสื่อมถอย ทั้งในด้านสุขภาพร่างกาย-จิตใจ ด้านความรู้ความสามารถ ด้านคุณธรรมจริยธรรม ด้านสำนึกความรับผิดชอบ การพัฒนาประเทศก็จะดำเนินไปได้ยาก และถ้าหากเยาวชนในปัจจุบันมีคุณภาพไม่ดีพอ อนาคตของประเทศชาติก็ต้องประสบกับวิกฤตการณ์ด้านทรัพยากรมนุษย์ และไม่มีเสถียรภาพทางสังคมอย่างแน่นอน

นอกจากนี้ ในปัจจุบันเป็นยุคของการปฏิวัติเทคโนโลยี และสังคมอุตสาหกรรมใหม่ของโลก ซึ่งก่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงที่รวดเร็วต่อโครงสร้างและบทบาทหน้าที่ของบุคคลภายในสถาบันครอบครัว ผลที่ตามมาคือ วิถีชีวิตความเป็นอยู่และความรู้สึกนึกคิดของเด็กๆและเยาวชนได้รับการเปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ทำให้เกิดประเด็นปัญหาที่น่าพิจารณาตามมาก็คือ ได้มีปรากฏการณ์ทางสังคมและข้อเท็จจริงต่างๆจำนวนมากระบุให้เห็นถึงปัญหาวิกฤตต่อคุณภาพเยาวชนไทย (นพดล กรรณิกา และคณะ, 2548) โดยเฉพาะอย่างยิ่งเยาวชนที่กำลังย่างเข้าสู่วัยรุ่นหรือในวัยประมาณ 10-13 ปี ซึ่งพัฒนาการของเด็กและเยาวชนในวัยนี้ ครอบคลุมทั้งด้านร่างกาย จิตใจ สติปัญญา อารมณ์ สังคม และ จริยธรรม ซึ่งรวมเรียกว่า การพัฒนาบุคลิกภาพทั้งหมด (Total Development) การย่างเข้าสู่วัยรุ่นมีผลกระทบต่อความรู้สึกนึกคิดเกี่ยวกับตนเอง การปรับตัว และความสามารถในการตัดสินใจ แต่เนื่องจากขาดประสบการณ์ชีวิตในหลายๆด้าน จึงเป็นผลให้การปรับตัวและการตัดสินใจในบางครั้ง ยังขาดความแน่นอน อย่างไรก็ตาม การสนับสนุนส่งเสริมให้พึ่งพาตนเอง รู้จักการวางแผนชีวิต โดยให้สัมพันธ์กับการใช้เวลาให้เกิดประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตประจำวัน ก็จะเป็นหนทางช่วยให้เด็กและเยาวชนมีคุณภาพชีวิตสูงขึ้น ห่างไกลจากอบายมุข และการดำรงชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างเป็นสุข

ดังนั้น จะเห็นได้ว่า ชีวิตที่ประสบความสำเร็จเกี่ยวข้องกับการใช้เวลาได้เหมาะสม กล่าวคือ ใช้เวลาไปในทางที่จะก่อให้เกิดประโยชน์ต่อตนเอง ต่อครอบครัว และสังคมมากที่สุด โดยมีให้กระทบกระเทือนถึงผู้อื่นมากนัก หลวงวิจิตรวาทการ (2513) ได้กล่าวถึงความสำคัญของเวลาว่า ในบรรดาสิ่งที่มีค่าทั้งหลายในโลก ไม่มีอะไรที่มีค่าสูงสุดเท่ากับเวลา ของอื่นที่มีค่า เมื่อเสียหรือหายไป อาจจะค้นหาเอากลับคืนมา หรือหาใหม่มาทดแทนได้ แต่ถ้าเวลาเสียไปแล้ว ไม่สามารถจะเอาคืนมาได้เลย

เมื่อเวลาเป็นสิ่งที่มีความยิ่ง เวลาเป็นทรัพยากรที่สูญสิ้น เวลาไม่สามารถหวนกลับคืนมาได้ ดังนั้นการใช้เวลาจะต้องทำอย่างระมัดระวัง ไม่ปล่อยให้เวลาให้ผ่านไปโดยไร้ประโยชน์ เมื่อคิดจะทำสิ่งใดจะต้องทำให้เหมาะสมกับเวลา จะต้องมีการวางแผนการใช้เวลาหรือการบริหารเวลา

การใช้เวลาของเด็กนักเรียนนับว่าเป็นเรื่องสำคัญยิ่ง ถ้าใช้เวลาในทางที่ผิดย่อมก่อให้เกิดผลเสียแก่ตนเอง เป็นปัญหายุ่งยากของสังคม แต่ถ้าใช้เวลาเหมาะสม คือรู้จักจัดเวลาในการเรียนหนังสือ จัดเวลาไว้ทำการบ้าน ดูตำรา และทำงานอื่นที่เกี่ยวข้องกับการเรียน หรือไม่ใช่เรื่องการเรียนรู้ได้อย่างดีแล้ว ย่อมจะก่อให้เกิดประโยชน์แก่ตัวนักเรียนเอง รวมทั้งครอบครัว และสังคม

มายาวี สมบุญ (2535) ได้ศึกษาการใช้เวลาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานประถมศึกษา จังหวัดนนทบุรี ผลการวิจัยพบว่าการใช้เวลาว่างของนักเรียนนั้นมีความแตกต่างกันตามตัวแปรต่างๆ โดยขึ้นอยู่กับปัจจัยต่างๆ ซึ่งจะพบว่าทั้งในส่วนของที่ใช้เวลาว่างแล้วเกิดประโยชน์ กับส่วนที่ใช้เวลาว่างแล้วไม่เกิดประโยชน์ โดยที่ในบางกรณีกลับทำให้เกิดปัญหาไม่เท่ากับตัวนักเรียนเองหรือสังคมขึ้นมา ซึ่งปัญหามากมายที่เกิดขึ้น เกิดจากการใช้เวลาว่างไม่เหมาะสม เช่น ปัญหาด้านรับผิดชอบตนเองในส่วนของการเล่น โดยที่เมื่อนักเรียนใช้เวลาว่างที่ไม่เหมาะสม โดยการไปเล่นเกมคอมพิวเตอร์มากเกินไป ซึ่งก็คือ การใช้เวลาว่างของนักเรียนผู้นั้น จนทำให้ไม่มีเวลาทำการบ้าน ทบทวนบทเรียนได้ รวมถึงคนที่ไม่เอาใจใส่ในตนเอง ปัญหาทางการเงินของตนเองหรือผู้ปกครอง โดยที่เมื่อนักเรียนนำเงินที่ได้มาเรียนที่โรงเรียนในแต่ละวันไปใช้ในการเล่นเกมคอมพิวเตอร์จนหมด ก็จะทำให้ไม่มีเงินรับประทานอาหาร และส่งผลต่อสุขภาพของนักเรียน รวมทั้งอาจเกิดปัญหาอาชญากรรม เช่น ลักขโมย หรือริดไถเงินผู้อื่นมาอีกด้วย

ทุกวันนี้เกมคอมพิวเตอร์ได้เข้ามามีอิทธิพลต่อเด็กไทยเป็นอย่างมาก รวมไปถึงวัยรุ่นหรือแม้แต่ผู้ใหญ่บางกลุ่มที่ชื่นชอบความตื่นเต้น ช่วงที่ผ่านมา จะเห็นข่าวตามหน้าหนังสือพิมพ์ที่มีผู้ปกครองร้องเรียนเข้ามาเกี่ยวกับเกมออนไลน์ ซึ่งตอนนี้เป็นที่คั่งไคล้ของเด็กนักเรียน และนักศึกษากันอย่างมาก เมื่อมาถึงบ้านไม่ทำอะไร ปิดประตูห้อง นั่งเล่นเกมอยู่คนเดียวไม่สนใจใคร ผลการเรียนจึงตกต่ำ

การรับเอาวัฒนธรรมที่ต่างประเทศสร้างขึ้นมา เมื่อต่างประเทศดูเหมือนประสบความสำเร็จ คนไทยจึงรับเอาวัฒนธรรมนั้นๆ เข้ามาได้อย่างรวดเร็ว เพราะในช่วงนั้นประเทศไทยขาดการควบคุมในเรื่องเกมคอมพิวเตอร์ เนื่องจากคิดว่าเป็นของเด็กเล่น แต่ในขณะนี้เริ่มมีผลกระทบให้เห็นเป็นรูปธรรมแล้ว เนื่องมาจากวัฒนธรรมของต่างประเทศกับของไทยนั้นต่างกันค่อนข้างมาก เด็กไทยสามารถซึมซับอะไรได้ง่าย และเมื่อรับมาแล้ว จะมีอาการติด แยกไม่ออกว่าอะไรคือเกม อะไรคือโลกแห่งความเป็นจริง

นับวัน เด็กติดเกม จะยังมีจำนวนเพิ่มมากขึ้น และกลายเป็นปัญหาที่สำคัญของสังคม พฤติกรรมของเด็กติดเกมนั้นคือ 'ไม่ได้เล่นเกมตามธรรมดาทั่วไป แต่มีความต้องการเล่นเกมสูง และทำทุกอย่างเพื่อให้ได้เล่นเกม ไม่ต่างอะไรกับการติดยาเสพติด ซึ่งลัดดา ตั้งสุภาชัย (2548) กล่าวว่าสาเหตุที่ทำให้เด็กติดเกมนั้น เกิดจากสาเหตุหลายประการด้วยกัน ประการแรก อาจเกิดจากพ่อแม่ ผู้ปกครองที่ไม่มีเวลาดูแลลูกหลานอย่างใกล้ชิด หรือปล่อยปละละเลย ไม่เอาใจใส่เท่าที่ควร ทำให้เด็กขาดที่ยึดเหนี่ยว ขาดการอบรมบ่มนิสัย และขาดที่พึ่งทางใจ และสาเหตุประการที่สอง คือ เป็นที่ตัวเด็กเองที่ขาดภูมิคุ้มกัน รู้ไม่เท่าทันสื่อ(เกม) จิตใจยังไม่เข้มแข็งพอที่จะควบคุมและบังคับใจตนเองให้มีความพอใจในการเล่น เกม จนลืมหน้าที่ในการเล่าเรียนเขียนอ่าน ลืมที่จะดูแลตนเองให้เป็นลูกที่ดีของพ่อแม่และเป็นคนดีของสังคม นอกจากนี้ วัลลภ ตังคณานุกีรัช (2549) ได้กล่าวว่า โรคติดเกม ถือเป็นโรคใหม่ที่มาพร้อมเทคโนโลยี สาเหตุที่ทำให้เด็กติดเกม เพราะเกมสามารถตอบสนองความต้องการของเด็กได้ 3 เรื่อง คือ 1. ความท้าทายและต้องการเอาชนะ 2. การพนันขั้นต่อ 3. สนองความรุนแรงในตัวเด็ก ทำให้เด็กหลายคนลุ่มหลงมัวเมาอยู่กับเกม และเป็นโรคติดเกมคอมพิวเตอร์ในที่สุด

นฤกุล กระจาย (2536) ได้ให้ความหมายของเกมคอมพิวเตอร์ไว้ว่า หมายถึง โปรแกรมสำเร็จรูปประกอบเกมที่เล่นด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์ เกมสำหรับเครื่องไมโครคอมพิวเตอร์ มักจะบันทึกอยู่ในดิสก์และมีคู่มือแนะนำการเล่นแนบมาด้วย ซึ่งมารศรี สีมารวงศ์พันธุ์ (2546) ได้แบ่งรูปแบบการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ออกเป็น 4 ประเภท ได้แก่

1. การเล่นเกมคนเดียว เป็นการเล่นเกมที่ผู้เล่นเป็นผู้แก้ปัญหาของเกมนั้นด้วยตนเอง โดยที่คอมพิวเตอร์ไม่ได้มีส่วนร่วมในการจัดการกับเกมนั้นเลย แต่คอมพิวเตอร์ทำหน้าที่เป็นเพียงเครื่องมือสำหรับการเล่นเกมเท่านั้น

2. การเล่นเกม 2 คน ผู้เล่นเกมจะมีอยู่ 2 คน แต่ละคนจะต้องเล่นให้ชนะคู่ต่อสู้ เช่น เกมชกมวย ผู้เล่นต้องพยายามชกให้คู่ต่อสู้แพ้ สำหรับเกมประเภทนี้จะเห็นว่า ผู้เล่นเกมเป็นคนที่ทั้งคู่คอมพิวเตอร์ทำหน้าที่เป็นเครื่องมือเหมือนกับประเภทแรก

3. การเล่นเกมกับเครื่องคอมพิวเตอร์ ผู้เล่นเกมฝ่ายหนึ่งเป็นคน อีกฝ่ายหนึ่งเป็นเครื่องคอมพิวเตอร์ โดยฝ่ายที่เป็นคนอาจจะมี 1 หรือ 2 คนก็ได้ เช่นเกมยิงศัตรูต่างดาว ซึ่งคอมพิวเตอร์จะทำหน้าที่สร้างมนุษย์ต่างดาวที่มีความสามารถต่างๆออกมาสู้กับคน ฝ่ายคนก็คอยยิงต่อสู้เพื่อป้องกันไม่ให้มนุษย์ต่างดาวเข้ามาในโลก ในกรณีเช่นนี้จะเห็นได้ว่า คอมพิวเตอร์เข้ามามีบทบาททั้งในฐานะที่เป็นเครื่องมือเล่นเกมและเป็นผู้เล่นเกมด้วย

4. การเล่นเกมคอมพิวเตอร์ที่ละหลายๆคน ผู้เล่นเกมสามารถเล่นเกมประเภทเดียวกันได้คราวละหลายๆคน โดยผ่านระบบออนไลน์ที่เชื่อมต่อด้วยระบบอินเทอร์เน็ต หรือการเล่นผ่านระบบแลน โดยผู้เล่นสามารถเลือกเล่นกับกลุ่มเพื่อนได้มากโดยไม่จำกัดจำนวนและสามารถเลือก ผู้เล่นได้ด้วย และสามารถที่จะพูด สื่อสารกับเพื่อนที่เล่นเกมเดียวกันอยู่ได้อีกด้วย คอมพิวเตอร์ทำหน้าที่เป็นเครื่องมือให้กับผู้เล่นเกมเท่านั้น

การจัดประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ในประเทศไทยนั้นยังไม่มีรูปแบบการแบ่งที่แน่นอน ส่วนใหญ่จะแบ่งตามรูปแบบของเกม ชนิดการเล่น เนื้อหาของเกมเป็นสำคัญ ซึ่งนิตยสารคอมพิวเตอร์วิว (2535) ได้แบ่งประเภทของเกมไว้ 6 ประเภท ดังนี้

1. Strategy Game (ST) จะเป็นเกมที่ผู้เล่นจะต้องวางแผนและใช้ความคิดในการแก้ไขปริศนาต่างๆ ตัวอย่างของเกมประเภทนี้คือ Rail-Road Tycoon , Battte chess

2. Simulation Game (SI) จะเป็นเกมที่มีการจำลองสภาพแวดล้อมต่างๆที่มีลักษณะคล้ายกับความเป็นจริง เช่น เกม Red Baron

3. Adventure Game (AD) จะเป็นเกมที่ผู้เล่นจะรู้สึกตัวเองกำลังผจญภัยอยู่ แต่อย่างไรก็ตามก็จะเป็นไปตามเนื้อเรื่องที่ถูกกำหนดเอาไว้อยู่แล้ว เช่น King's quest , Space Quest , and Leisure Suit

4. Role-Playing Adventure Game (RP) เป็นเกมที่มีลักษณะคล้ายเกมผจญภัย แต่ตัวละครนั้นสามารถที่จะพัฒนาความสามารถในด้านต่างๆได้ เช่น เกม Ultima , Eye of the Beholder , Elvira, Quest of Glory

5. War Game (WG) เป็นเกมที่จำลองสงครามหรือการรบต่างๆในอดีตหรืออนาคต เช่น เกม Harpoon , M-I Tank Platoon , Power Manager

6. Action / Arcade Game (AC) เป็นเกมที่เล่นในอาร์เคด เกมที่มีตัวละครเคลื่อนไหวไปมา หรือเกมขับเครื่องบิน รถ ยานอวกาศต่างๆ เช่น Wing Commander , Xenon2 , Links

เกมที่เด็กไทยนิยมเล่นกันเป็นเกมที่นำเข้ามาจากประเทศเกาหลีใต้ เป็นเกมออนไลน์ประเภท RPG เกมออนไลน์ประเภทนี้ วางกลุ่มเป้าหมายไว้อย่างชัดเจน สำหรับเยาวชนอายุ 9 ปีขึ้นไปที่ใช้คอมพิวเตอร์เป็นแล้ว จนถึงวัยรุ่นทั่วไปที่นิยมเล่นเกมอยู่เป็นประจำทั้งในระดับเด็กมัธยมจนถึงมหาวิทยาลัย สำหรับการออกแบบเกมนั้น ทางผู้ผลิตจากประเทศเกาหลีใต้ วางหลักการ



สร้างตัวละครแนวน่ารัก แบบการ์ตูนญี่ปุ่น เพื่อดึงดูดเด็กผู้หญิงในวัยเดียวกันเข้ามาเล่นด้วย เมื่อมีกลุ่มเด็กผู้หญิงเข้ามาเล่นด้วย กลุ่มผู้เล่นจึงได้ขยายตัวไปอย่างรวดเร็ว

เกมจากประเทศเกาหลีใต้ที่เป็นที่นิยมในหมู่นักเล่นเกมชาวไทย ได้แก่ เกม **RAGNAROK** ซึ่งเป็นเกมออนไลน์ที่นักเล่นเกมคนไทยนิยมกันเป็นอย่างมาก เหตุผลหนึ่งก็คือ การเล่นเกมออนไลน์กลายเป็นการสร้างสังคมใหม่แบบไซเบอร์ที่ตัวละครต่างๆสามารถเข้าไปพูดคุยกันแบบแชต (chat) ขณะเดียวกันผู้เล่นสามารถควบคุมตัวละครให้มีการต่อสู้กับปีศาจในเกมแบบการผ่าอุปสรรค ยิ่งชนะปีศาจได้มาก คะแนนสะสมก็มากขึ้น และสามารถนำคะแนนไปแลกกับไอเท็มพิเศษต่างๆ เพื่อการยกระดับตัวละครในเกมให้เก่งมากยิ่งขึ้น

ไอเท็มพิเศษต่างๆนั้นกลายเป็นของหายาก ที่ผู้เล่นจะต้องพยายามหาให้ได้ จากที่มีการใช้เงินปลอม (เครดิต) ภายในเกมเพื่อการแลกหรือซื้อขายไอเท็ม สามารถเปลี่ยนเป็นใช้เงินจริงๆ แลกกับเงินในเกม โดยเฉพาะผู้เล่นมือใหม่หรือผู้เล่นที่ไม่สามารถเล่นเกมเพื่อเก็บคะแนนได้ด้วยตนเองอย่างที่ต้องการ ก็หาทางลัดโดยการเอาเงินจริงไปซื้อคะแนนในเกม จากกลุ่มที่ได้คะแนนสะสมไว้เป็นจำนวนมาก โดยตัวเลขการแลกเปลี่ยนนั้นสูงมาก เช่น เงินจริง 200 บาท ใช้แลกเงินในเกมได้ 1,000,000 เพนนี เป็นต้น ดังจะเห็นได้จากข่าวในหน้าหนังสือพิมพ์ซึ่งเป็นผลกระทบจากการเล่นเกมนี้ ซึ่งกลุ่มนักศึกษา มีการตกลงแลกเปลี่ยนซื้อขายคะแนนในเกม โดยใช้เงินซื้อคะแนนกันถึง 15,000 บาท แต่เมื่อผู้ขายโอนคะแนนให้แล้ว กลุ่มผู้ซื้อกลับทำร้ายกลุ่มผู้ขายเพื่อแย่งเอาเงินนั้นคืน และจากข่าวที่ว่านี้ผู้เสียหายได้เปิดเผยอีกว่าขณะนี้การซื้อขายเงินในเกมนี้กำลังเป็นที่นิยมของกลุ่มผู้เล่นเกมเป็นอย่างมาก บางรายมีรายได้จากการซื้อขายเงินในเกมมากถึงเดือนละ 400,000 บาท จากข่าวนี้คงเป็นตัวอย่างให้เห็นได้ว่าเกมคอมพิวเตอร์ทุกวันนี้เริ่มเข้ามามีอิทธิพลต่อวัยรุ่นเป็นอย่างมาก ผู้เล่นสามารถทำอะไรก็ได้เพื่อให้ตนชนะในเกม โดยลืมนึกเรื่องของความถูกต้อง และเหมาะสมไป เริ่มมีการนำการพนัน การแข่งขัน มาเป็นส่วนหนึ่งของการเล่นเกม ไม่ใช่เกมที่เล่นเพื่อความสนุกสนานและคลายเครียดอีกต่อไป

อีกเกมหนึ่งที่กำลังเป็นที่นิยมกันมากในกลุ่มวัยรุ่นขณะนี้ คือ เกมเคาท์เตอร์สไตรก์ (Counter-Strike) ซึ่งเป็นเกมแนวต่อสู้ (Action) แบบสามมิติ (3D) ที่ถูกพัฒนามาจากเกม ฮาล์ฟไลฟ์ให้เป็นเกมที่สามารถเล่นกันได้หลายคน (multi player) และเล่นกันได้เป็นทีม ซึ่งแต่ละทีมจะมีอาวุธและอุปกรณ์ในการรบที่แตกต่างกัน โดยจะมีแผนที่ในการเล่นหลายแบบ และจุดหมายของแต่ละแผนที่ก็แตกต่างกัน บางแผนที่อาจต้องการให้ผู้เล่นช่วยเหลือตัวประกันลอบสังหาร หรือวางระเบิด อาวุธที่ผู้เล่นจะใช้ได้มีตั้งแต่ปืนหลากหลายชนิดไปจนถึงระเบิดสังหารชนิดต่างๆ ที่มีผู้เล่นตั้งแต่เด็กอายุเพียง 7-8 ปี สามารถเข้าไปนั่งเล่นในร้านเกมได้ โดยที่ไม่มีการควบคุมแต่อย่างใด และเนื่องจากเป็นเกมที่แสดงออกถึงความรุนแรง ก้าวร้าว และต้องฆ่ากัน เมื่อเด็กเล็กเข้าไป

นั่งเล่น ติดต่อกันเป็นเวลานานคงหลีกเลี่ยงไม่ได้ในการซึมซับรับพฤติกรรมเหล่านั้นและอาจนำมาปฏิบัติต่อเพื่อนแม้ไม่ใช่เวลาเล่นเกม

อัมพล สุอำพัน (อ้างถึงใน อัจฉรา กิ่งปิยะ, 2532) หัวหน้าหน่วยจิตเวชเด็ก โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ ได้กล่าวว่า การเล่นเกมมีทั้งผลดีและผลเสีย ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบหลายด้าน ไม่ว่าจะเป็นที่เนื้อหาของเกม เวลาในการเล่นเกม อายุของผู้เล่นเกม และที่ตัวของผู้เล่นเกม หรือความสัมพันธ์ระหว่างผู้ปกครอง พ่อแม่ลูก ฯลฯ ล้วนเป็นองค์ประกอบที่สำคัญ

ถ้าเด็กรู้จักเลือกเล่นเกมที่สร้างสรรค์ และเสริมสร้างสติปัญญาให้เหมาะสมกับตัวเองและอายุของผู้เล่นภายในระยะเวลาที่กำหนด แต่ถ้าเล่นตั้งแต่เช้าจรดเย็นทุกวันไม่ทำอะไรจะเกิดผลกระทบอย่างมากมาย การเล่นเกมจะทำให้เกิดความว่องไวเฉียบพลันในการโต้ตอบ แต่การที่ตั่งนั่งเล่นเป็นเวลานานๆโดยจ้องมองหน้าจอเพียงอย่างเดียว จะทำให้สมองส่วนที่ควบคุมการทำงานของสายตาต้องทำงานอย่างหนักแล้ว การนั่งเล่นโดยไม่เคลื่อนไหวทำให้กล้ามเนื้อลำคอมีผลกระทบต่อการเจริญเติบโตทางร่างกาย

ผลกระทบทางด้านอารมณ์และสังคม นอกจากจะให้ความสนุกสนานแล้วยังมีส่วนช่วยให้ผ่อนคลายอารมณ์ไปในตัวด้วย หรือหากได้เล่นเป็นกลุ่มและผลัดกันเล่นนอกจากจะทำให้เด็กรู้จักกับการให้แล้วยังช่วยให้การพัฒนาทางด้านสังคมดียิ่งขึ้น

ผลที่มีต่อสติปัญญา แม้ว่าการเล่นเกมคอมพิวเตอร์จะช่วยเสริมสร้างทักษะสติปัญญาบ้างก็ตาม แต่การมุ่งมั่นที่จะเล่นอย่างเดียวทำให้เด็กไม่สนใจการเรียน อีกทั้งสติปัญญาไม่พัฒนา ในขณะที่สติปัญญาของคนอื่นพัฒนาอยู่ตลอดเวลา การเล่นเกมคอมพิวเตอร์ไม่ได้ทำให้เด็กโง่ไม่ได้ทำให้ความสามารถของเด็กเสียไป แต่ทำให้โอกาสของเด็กที่จะเรียนรู้ไม่ค่อยดี การพัฒนาช้ากว่าคนอื่น ๆ

สรุปผลกระทบจากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์เป็นเวลานาน ซึ่งส่งผลกระทบต่อพัฒนาการทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญาของเด็กที่เล่นเกมอยู่บ่อยๆ ผลกระทบจากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์เป็นระยะเวลานานๆ อาจทำให้เด็กมีพัฒนาการทางด้านร่างกาย อารมณ์ สติปัญญา และการเข้าสังคมได้รับการพัฒนาไม่เต็มที่ และส่งผลกระทบด้านอื่นๆตามมา ทำให้เด็กพัฒนารูปแบบของพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์กลายเป็นปัญหาสังคมตามมาภายหลัง

จะเห็นได้ว่า ปัญหาเด็กติดเกม เป็นปัญหาที่จะนำไปสู่ปัญหาต่างๆอีกมากมาย ทั้งปัญหาการเรียน ปัญหาด้านสุขภาพ ปัญหาเรื่องสิ่งแวดล้อม ปัญหาการสิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย ปัญหาการลักขโมย ปัญหาการพูดโกหก หลอกลวง และการใช้ถ้อยคำที่ไม่สุภาพ ปัญหาการติดยาเสพติด ปัญหาการถูกชักจูง/ลวนลามทางเพศ ปัญหาการใช้ความรุนแรง และปัญหาอาชญากรรม ดังนั้น เยาวชนไทยควรได้รับการฝึกทักษะบางประการเพื่อเป็นการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ ซึ่งนั่นก็คือการพัฒนาทักษะชีวิตนั่นเอง

กรมสุขภาพจิต (2543) ได้กล่าวว่า ทักษะชีวิต (Life Skills) เป็นความสามารถของบุคคล ซึ่งประกอบด้วยความรู้ และเจตคติในการจัดการกับปัญหาต่างๆรอบตัวในสภาพสังคมปัจจุบัน และเตรียมความพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต ทั้งในเรื่องบทบาทหญิงชาย เพศสัมพันธ์ สารเสพติด สุขภาพ จริยธรรม อิทธิพลของสื่อ สิ่งแวดล้อม ชีวิตครอบครัว ตลอดจนปัญหาสังคม ด้วยความคิดเชิงเหตุผล ซึ่งนำไปสู่การตัดสินใจแก้ปัญหาได้อย่างสร้างสรรค์

สถาบันเด็ก มูลนิธิเด็ก (2541) ได้นำทักษะชีวิตมาประยุกต์เพื่อเป็นแนวทางสำหรับครูและ ผู้ปกครองในการปลูกฝัง และมุ่งส่งเสริมให้เด็กมีการพัฒนาทักษะชีวิต ดังต่อไปนี้

1. สอนให้มีทักษะในการใช้ความคิด มี "วิจารณญาณ" ก่อนที่จะตัดสินใจเชื่อหรือไม่เชื่อ โดยการรู้จักนำข้อมูลข่าวสาร มาวิเคราะห์ด้วยเหตุและผล

2. สอนให้มีทักษะในการหาความรู้ "วิชาชีพ" รู้จักการเรียนรู้หาประสบการณ์ในการศึกษา วิชาชีพในอนาคต ทั้งจากการอ่านหนังสือ ดูโทรทัศน์ ฟังข่าว ให้ทันเหตุการณ์

3. สอนให้มีทักษะในการ "วิเคราะห์คน" รู้จักอ่านนิสัยใจคอ ไม่ประมาทในการคบหา สماعกับบุคคล รู้จักหยุดคิด พิจารณาหาเหตุผลมาวิเคราะห์พฤติกรรม เจตนา ของบุคคลต่างๆ โดยอาศัยฟังความรู้ ความคิดของพ่อแม่ หรือ ผู้มีประสบการณ์ในด้านต่างๆในลักษณะปรึกษา

4. สอนให้มีทักษะใน "การวางตัวกับเพศตรงข้ามอย่างถูกต้อง และเหมาะสม" รู้จักหน้าที่ บทบาท ขอบเขตการวางตัว และการควบคุมอารมณ์ทางเพศของตนเองอย่างถูกต้อง และ เหมาะสมเมื่อจะต้องติดต่อ และมีความสัมพันธ์กับเพื่อนหรือคนต่างเพศ

5. สอนให้มี "ระเบียบ วินัย วัฒนธรรมอันดีงาม" มีจิตสำนึกที่ดีตลอดเวลา  
ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้ประยุกต์ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ มาเป็นทักษะที่จะช่วยให้นักเรียนสามารถควบคุมตนเองให้มีความพอดีในการเล่นเกม รู้จักแบ่ง เวลาในการเล่นเกมได้อย่างเหมาะสม ตลอดจนรู้เท่าทันสื่อ (เกม) และสามารถที่จะป้องกันตนเอง ไม่ให้มีพฤติกรรมติดเกมคอมพิวเตอร์

การที่ครูจะให้ความรู้ ความเข้าใจ เรื่องการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ให้แก่ ผู้เรียนนั้น สิ่งที่สำคัญประการหนึ่งที่สำคัญไม่ได้คือ การหาวิธีการจัดการเรียนการสอนในเรื่อง ดังกล่าวให้น่าสนใจ ผู้เรียนได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน มีการใช้เหตุผล ประกอบความคิดเห็นของตนเอง รวมทั้งมีความเข้าใจในเรื่องที่เรียนได้เป็นอย่างดี

การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่มีลักษณะเอื้อต่อการให้ความรู้ ความเข้าใจ เรื่องการ ป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ ได้แก่ การเรียนแบบร่วมมือ ซึ่งเป็นรูปแบบการเรียน การสอนที่มีประโยชน์อย่างมาก ดังที่ชูศรี สนิทประชากร (2534) ได้กล่าวถึงประโยชน์ของการเรียน แบบร่วมมือเอาไว้ว่า การเรียนแบบร่วมมือจะทำให้ผู้เรียนรู้จักการใช้เหตุผลมากขึ้น มีความเข้าใจ

ในเรื่องนั้นอย่างลึกซึ้ง มีแรงจูงใจทั้งภายในและภายนอกที่จะเรียนรู้มากขึ้น และมีทัศนคติที่ดีมากขึ้นต่อการเรียนวิชานั้น

พรพรรณศรี เเงารธรรมสาร (2533) ได้ให้ความหมายของการเรียนแบบร่วมมือไว้ว่า เป็นการเรียนแบบทำงานรับผิดชอบร่วมกัน (Cooperative Learning) เป็นการจัดประสบการณ์เรียนรู้ที่ผู้เรียนเป็นกลุ่มเล็กๆ สมาชิกในกลุ่มจะมีความสามารถแตกต่างกัน ผู้เรียนแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน และรับผิดชอบการทำงานของตัวเองเท่ากับรับผิดชอบการทำงาน of สมาชิกในกลุ่มด้วย

การเรียนแบบร่วมมือมีหลายรูปแบบ การที่จะนำรูปแบบใดไปใช้นั้นขึ้นอยู่กับความเหมาะสมของแต่ละวิชา หรือสภาพแวดล้อมอื่นๆ ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้นำการเรียนแบบร่วมมือมาทดลอง โดยใช้รูปแบบทีมสัมฤทธิ์ (STAD) ตามแนวคิดของ สลาวิน (Slavin, 1990) เนื่องจากรูปแบบนี้สามารถนำมาดัดแปลงได้เกือบทุกวิชาและทุกระดับชั้น เพื่อเป็นการพัฒนาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน พัฒนาทักษะทางสังคมและการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม ซึ่งเหมาะกับการเรียนการสอนเพื่อให้ความรู้ ความเข้าใจ เรื่องการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

การเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ หมายถึง วิธีการเรียนการสอนที่จัดแบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มย่อยๆ กลุ่มละ 4 คน ประกอบด้วยสมาชิกที่มีระดับความสามารถแตกต่างกัน หลังจากที่คุณครูเสนอความรู้แก่นักเรียนทั้งชั้นแล้ว นักเรียนในแต่ละกลุ่มหรือแต่ละทีมจะทำกิจกรรมร่วมกัน โดยการอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ปรึกษาหารือกัน ให้ความช่วยเหลือกันในด้าน การเรียน เพื่อให้สมาชิกแต่ละคนของกลุ่มมีความรู้ความเข้าใจในบทเรียนมากยิ่งขึ้น รวมทั้งต้องเตรียมสมาชิกในกลุ่มของตน ให้พร้อมสำหรับการทดสอบที่จะมีขึ้นหลังจบบทเรียนแต่ละบท เวลาเรียนนักเรียนจะร่วมมือกันศึกษาหาความรู้ แต่เวลาทดสอบนักเรียนแต่ละคนต่างคนต่างทำ จะช่วยเหลือกันไม่ได้ ผลการทดสอบของนักเรียนจะพิจารณาเป็น 2 ระดับ กล่าวคือ พิจารณาเป็นคะแนนรายบุคคลและเป็นคะแนนเฉลี่ยของกลุ่ม ดังนั้นในสถานการณ์การเรียนการสอนแบบร่วมมือนี้ ผู้เรียนต้องเข้าใจว่าการทำงานของตนเองนั้นส่งผลต่อการบรรลุเป้าหมายของกลุ่ม ทุกคนมีส่วนช่วยเพิ่มหรือลดคะแนนของกลุ่ม นักเรียนที่เรียนเก่งจะพยายามช่วยเหลือนักเรียนที่เรียนอ่อน ด้วยการอธิบายแนะนำให้เข้าใจเรื่องที่เรียน เพื่อที่จะทำให้คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มดีขึ้น โดยครูมีรางวัลเป็นการเสริมแรง ด้วยการกล่าวคำชมเชย หรือมอบใบประกาศนียบัตรยกย่องชมเชยแก่นักเรียนทั้งกลุ่มหรือเป็นรายบุคคล เมื่อสามารถทำคะแนนได้ตามเกณฑ์ที่ครูกำหนด (สายวรรณทองวิทยา, 2539)

การสอนโดยการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ (STAD) คิดขึ้นโดย โรเบิร์ต อี สลาวิน (Robert E. Slavin) แห่งมหาวิทยาลัยจอห์นส์ ฮอปกินส์ (Johns Hopkins University) ประเทศ

สหรัฐอเมริกา สลาบิน (Slavin, 1990: 54-62 อ้างถึงใน สายวรุณ ทองวิทยา, 2539) ได้กล่าวถึงกิจกรรมการเรียนการสอนแบบร่วมมือแบบทีมสัมพันธ์ (STAD) มีลำดับขั้นตอน ดังนี้

### 1. ชี้นำเสนอบทเรียน

ครูจะเป็นผู้สอนความรู้แก่นักเรียนทั้งชั้นก่อน โดยใช้สื่อวัสดุอุปกรณ์ต่างๆ ประกอบในการสอน เพื่อให้นักเรียนมีความสนใจและตั้งใจเรียน

### 2. ชี้นำทำงานร่วมกันเป็นทีม

แต่ละทีมหรือแต่ละกลุ่มประกอบด้วยสมาชิกประมาณ 4 คน มีระดับความสามารถสูง ปานกลาง และต่ำคละกัน หน้าที่สำคัญของกลุ่มก็คือ การปรึกษาหารือ อภิปราย แลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน ช่วยกันศึกษาหาความรู้ แก้ปัญหาาร่วมกัน การทำงานกลุ่มนับเป็นหัวใจของการเรียนแบบร่วมมือ STAD ที่เน้นให้สมาชิกรับผิดชอบการเรียนของตนให้ดีที่สุด เพื่อความสำเร็จของกลุ่ม นอกจากนี้การทำงานกลุ่มจะให้นักเรียนมีความผูกพันซึ่งกันและกัน มีการยกย่องให้ความเคารพและยอมรับความคิดเห็นซึ่งกันและกันตลอด จนก่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อเพื่อนๆ กลุ่มอื่นด้วย

### 3. ชี้นำการทดสอบย่อย

เมื่อจบบทเรียนแต่ละบท ครูจะให้นักเรียนทำแบบทดสอบสั้นๆ โดยให้นักเรียนทำเป็นรายบุคคล จะช่วยเหลือกันไม่ได้ การทดสอบย่อยนี้ช่วยในการพิจารณาว่าผู้เรียนมีการปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้นกว่าที่ผ่านมาหรือไม่

### 4. ชี้นำปรับปรุงคะแนน

ครูตรวจผลการสอบของนักเรียน พิจารณาคะแนนรายบุคคลและคะแนนเฉลี่ยของกลุ่ม ขั้นนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้นักเรียนแต่ละคนประสบความสำเร็จ โดยการปรับปรุงการเรียนของตนให้ดีขึ้น ทั้งนี้เพื่อจะทำให้คะแนนในกลุ่มหรือทีมของตนสูงขึ้นด้วย

### 5. ชี้นำสร้างความประทับใจ

ครูให้รางวัลโดยการกล่าวคำชมเชยหรือให้คะแนนพิเศษ หรือมอบใบประกาศนียบัตร ยกย่องชมเชยสำหรับกลุ่มที่ทำคะแนนเฉลี่ยได้สูงกว่าครั้งก่อน วิธีนี้เป็นการเสริมแรงให้นักเรียน

จังหวัดนครปฐมนั้น เป็นจังหวัดที่มีแหล่งบริการอินเทอร์เน็ตและเกมใกล้สถานศึกษา เนื่องจากนครปฐมอยู่ใกล้กรุงเทพฯ จึงส่งผลให้นครปฐมมีความทันสมัยไม่ต่างกัน ร้านอินเทอร์เน็ตและเกมมีอยู่ทั่วไปในบริเวณที่มีสถานศึกษา เด็กและเยาวชนต้องติดเกมและมีพฤติกรรมหมกมุ่นจุดที่มีบริการอินเทอร์เน็ตและเกมมีหลายแห่ง อาทิ หน้าวิทยาลัยอาชีวศึกษานครปฐม หน้าโรงเรียนมหิดลวิทยานุสรณ์ เป็นต้น (สถาบันรามจิตติ, 2548) และจากการสำรวจปัญหาเบื้องต้นของผู้วิจัย ที่ได้เข้าไปสังเกตพฤติกรรมการเล่นคอมพิวเตอร์ของเด็กในช่วงปิดภาคเรียน

ที่ผ่านมา โดยใช้การสังเกตแบบมีส่วนร่วม ที่ร้านเกมย่านศาลายา จังหวัดนครปฐมนั้น พบว่าเด็กที่เข้ามาเล่นเกมคอมพิวเตอร์ในร้านมีตั้งแต่เด็กเล็กถึงเด็กโต รวมถึงผู้ใหญ่เองก็เข้ามาเล่น ส่วนใหญ่แล้วจะมีอายุระหว่าง 8-25 ปี เวลาที่เด็กมาเล่นคือเวลา 11.00 (เปิดร้าน)-24.00 น. โดยเด็กบางคนหรือบางกลุ่มอยู่เล่นเกมที่ร้านจนถึงเช้าวันรุ่งขึ้นเลยก็มี นั่นเป็นการแสดงให้เห็นว่ามีเด็กเป็นจำนวนมากที่มีพฤติกรรมติดเกมคอมพิวเตอร์ กล่าวคือใช้เวลาไปกับการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ตลอดทั้งวัน ไม่ยอมทำกิจกรรมอื่น ๆ ที่มีประโยชน์บ้าง

ดังนั้น จะเห็นได้ว่า เทคโนโลยีด้านการสื่อสารทั้งคอมพิวเตอร์ และอินเทอร์เน็ต ถือเป็นดาบสองคม ถ้าใช้เทคโนโลยีในทางที่ถูก ย่อมก่อให้เกิดประโยชน์และความสะดวกสบายให้แก่ผู้ใช้ เช่น ใช้คอมพิวเตอร์ค้นคว้าหาข้อมูลข่าวสาร สร้างสรรค์งานใหม่ๆ แต่ถ้าใช้ในทางที่ผิด ย่อมก่อให้เกิดปัญหาต่างๆตามมาได้ เช่น เล่นเกมคอมพิวเตอร์จนติด ซึ่งผู้ที่ติดเกมส่วนใหญ่มักเป็นเด็กและวัยรุ่น เนื่องจากความสามารถในการควบคุมตนเองยังไม่ดีเหมือนกับผู้ใหญ่ ดังนั้นปัญหาติดเกมในเด็กและวัยรุ่นควรได้รับการป้องกันและแก้ไขอย่างเร่งด่วน มิฉะนั้นจะก่อให้เกิดปัญหาต่างๆตามมา

จากที่มาและความสำคัญของปัญหาต่างๆข้างต้น ทำให้ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะศึกษาผลของโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ ที่มีต่อนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยมีเป้าหมายหลักเพื่อให้เด็กมีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องต่างๆที่เกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ ไม่ว่าจะเป็นการให้ความรู้เรื่องประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ที่มีอยู่อย่างหลากหลาย ทั้งเกมคอมพิวเตอร์ที่ดีและไม่ดี เพื่อให้เด็กเรียนรู้จักที่จะเลือกซื้อเกม เล่นเฉพาะเกมที่มีประโยชน์และเหมาะสมกับวัยของนักเรียน ให้ความรู้ในเรื่องสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน สาเหตุของการติดเกม ผลกระทบจากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ ปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นได้จากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ นอกจากนี้ยังมีการให้แนวทางในการใช้เวลาให้เกิดประโยชน์แก่นักเรียน ให้นักเรียนรู้จักวิธีการแบ่งเวลาในการเล่นเกมได้อย่างเหมาะสม ซึ่งทั้งหมดนี้ก็เพื่อสร้างภูมิคุ้มกันให้นักเรียน ให้นักเรียนรู้เท่าทันสื่อ (เกม) ตลอดจนเป็นแนวปฏิบัติที่โรงเรียนสามารถนำไปจัดกิจกรรมให้แก่ผู้เรียน รวมทั้งเป็นแนวทางให้แก่พ่อแม่ผู้ปกครองในการที่จะให้ความร่วมมือกันช่วยเหลือ ป้องกันปัญหาเด็กติดเกม และส่งเสริมสนับสนุนการใช้เวลาของเด็กให้เป็นไปอย่างถูกต้องเหมาะสมต่อไป

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ ที่มีต่อนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

## สมมติฐานการวิจัย

สมพิศ สารบรรณ (2547) ได้ทำการวิจัยเกี่ยวกับการแก้ไขปัญหาลูกติดเกม ที่โรงเรียนบ้านไผ่ จังหวัดขอนแก่น โดยใช้วิธีการระดมสมองของครูประจำชั้น จากนั้นจึงแยกเด็กที่มีปัญหาติดเกมออกมาทำหลักสูตรเสริม โดยสอบถามความต้องการของเด็กก่อน ซึ่งผลการวิจัยพบว่าหลังจากทำแล้ว เด็กรู้สึกที่โรงเรียนให้ความสำคัญและเอาใจใส่เขามากขึ้น ส่งผลให้เด็ก 47 คน จาก 50 คน ที่ติดเกมเลิกเล่นเกมโดยเด็ดขาด นอกจากนี้ยังมีการใช้วิธีการนำนักเรียนที่ติดเกมเข้ามาช่วยสอนคอมพิวเตอร์ให้รุ่นน้อง ก็ทำให้เด็กเห็นความสำคัญของตนเอง ในที่สุดเด็กเลิกติดเกมและหันมาทำประโยชน์มากขึ้น

สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ (2548) ได้จัดตั้งศูนย์ป้องกันและแก้ไขปัญหาลูกติดเกม เพื่อแก้ไขปัญหาวัยรุ่นติดเกมของเด็ก พร้อมทั้งร่วมกันหาแนวทางการพัฒนาศักยภาพครอบครัว โดยการทำงานของศูนย์ป้องกันและแก้ไขปัญหาลูกติดเกมนี้ มีรูปแบบของการให้บริการหลายรูปแบบ ได้แก่ โครงการอบรมเทคนิคการดูแลเด็กติดเกมเบื้องต้นสำหรับผู้ปกครอง คลินิกบำบัดปัญหาลูกติดเกม ค่ายพัฒนาศักยภาพป้องกันปัญหาลูกติดเกม และนอกจากนี้ยังได้มีการออกแบบหลักสูตรโปรแกรมค่ายครอบครัวสร้างสรรค์เพื่อป้องกันปัญหาลูกติดเกมขึ้น โดยใช้วิธีการนำพ่อแม่และลูกไปเข้าค่ายด้วยกัน เพื่อให้มีประสบการณ์ร่วมกันในมิติใหม่ มีการจัดกิจกรรมต่างๆ เพื่อให้พ่อแม่ลูกเข้าใจกัน รวมถึงการวางตารางชีวิตในการเล่นเกมที่ควรใช้เวลาเท่าใด โดยจัดเป็นหลักสูตรสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง 8 สัปดาห์ติดต่อกัน ซึ่งผลการดำเนินโครงการปรากฏว่าประสบผลสำเร็จเป็นอย่างดี

ธนพงษ์ มุ่งไผ่ดี (2548) ได้ทำการวิจัยเรื่อง องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อทัศนคติต่อการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 โรงเรียนวัดปากบ่อ เขตสวนหลวง กรุงเทพมหานคร ผลการวิจัยพบว่า องค์ประกอบ สัมพันธภาพระหว่างนักเรียนกับครู ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 โรงเรียนวัดปากบ่อ เขตสวนหลวง กรุงเทพมหานคร มีอิทธิพลต่อทัศนคติต่อการเล่นเกมคอมพิวเตอร์เป็นอันดับแรก จึงได้ให้ข้อเสนอแนะในงานวิจัยไว้ว่า ผู้บริหาร ครู และผู้ที่เกี่ยวข้องควรส่งเสริมสัมพันธภาพที่ดีระหว่างนักเรียนและครู ตลอดจนให้ความรู้ความเข้าใจถึงผลดี และ

ผลเสียของการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ เพื่อส่งเสริมทัศนคติที่ถูกต้องและเหมาะสมต่อการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ให้กับนักเรียน

สายวรุณ ทองวิทยา (2539) ได้ศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษาและมนุษยสัมพันธ์ในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่สอนโดยการเรียนแบบ เอส ที เอ ดี (STAD) กับการสอนตามคู่มือครู ผลการวิจัยพบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษาของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และมนุษยสัมพันธ์ในการเรียนของนักเรียนกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

สมพร ศิลาทอง (2541) ได้ทำการศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต หน่วยสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติและเจตคติในการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนแบบร่วมมือ แบบ STAD ผลการวิจัยพบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและเจตคติในการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมของกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

จากผลการวิจัยที่กล่าวมา ยุทธศาสตร์การเรียนรู้ที่จะทำให้เด็กรู้เท่าทันสื่อ (เกม) ถือว่าเป็นสิ่งสำคัญและจำเป็นอย่างยิ่งในยุคปัจจุบัน ซึ่งต้องอาศัยความร่วมมือของผู้มีส่วนใกล้ชิดกับเด็กไม่ว่าจะเป็นพ่อแม่ ผู้ปกครอง และครู โดยในส่วนของครูจะต้องมีบทบาทในการสร้างความรู้ความเข้าใจแก่เด็กให้เห็นความจริงของเทคโนโลยีชนิดนี้ที่เป็นดาบสองคมเพื่อให้เด็กเกิดเรียนรู้ที่จะรู้ทัน เลือกรับ ป้องกัน และรู้จักที่จะควบคุมตนเองไม่ให้มีพฤติกรรมติดเกม ซึ่งการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์จะเป็นวิธีการเรียนการสอนที่ช่วยส่งเสริมให้ผู้เรียนมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงขึ้นรวมทั้งมีการพัฒนาทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณและส่งเสริมมนุษยสัมพันธ์ในการเรียนของผู้เรียน ดังนั้นผู้วิจัยจึงตั้งสมมติฐานของการวิจัยครั้งนี้ว่า

1. คะแนนเฉลี่ยพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบันของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ทั้งในกลุ่มย่อย และนักเรียนรวมทั้งห้อง ที่ได้รับการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์หลังการเข้าร่วมโปรแกรม จะสูงกว่าคะแนนเฉลี่ยก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. คะแนนเฉลี่ยพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบันของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ได้รับการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์หลังการเข้าร่วมโปรแกรมสูงกว่าเกณฑ์การประเมิน คือ มีคะแนนสูงกว่าร้อยละ 70



3. พัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ทั้งในกลุ่มย่อย และนักเรียนรวมทั้งห้อง ที่ได้รับการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์หลังการเข้าร่วมโปรแกรม จะสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. พัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่ได้รับการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์หลังการเข้าร่วมโปรแกรมสูงกว่าเกณฑ์การประเมิน คือ มีคะแนนสูงกว่าร้อยละ 70

เกณฑ์การประเมินของการวิจัยในครั้งนี้ คือ ร้อยละ 70 ได้มาจากการศึกษาผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องต่อไปนี้

1. รุจิราภา สิทธิปาน (2541) ได้ศึกษาถึงผลของการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวทางสังคมกับเพื่อนต่างเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 หลังเข้าร่วมโปรแกรม ได้นำคะแนนความรู้เรื่องเพศศึกษาของนักเรียนมาหาค่าเฉลี่ยมีค่าเท่ากับ 28 คะแนน นำคะแนนดังกล่าวมาหาร้อยละ เมื่อเทียบกับคะแนนเต็ม 40 คะแนน ได้ผลเท่ากับ 70%

2. อังค์สุมล เชื้อชัย (2543) ได้ทำการศึกษาเรื่อง การพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมความรู้เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยใช้การเรียนแบบร่วมมือต่อแบบจิ๊กซอร์ หลังเข้าร่วมโปรแกรม ได้นำคะแนนความรู้เรื่องเพศศึกษาของนักเรียนมาหาค่าเฉลี่ยมีค่าเท่ากับ 29.36 คะแนน นำคะแนนดังกล่าวมาหาร้อยละ เมื่อเทียบกับคะแนนเต็ม 40 คะแนน ได้ผลเท่ากับ 73.40%

ผู้วิจัยจึงได้พิจารณาปรับเกณฑ์การประเมินของงานวิจัยดังกล่าวมาใช้ โดยเห็นว่าเกณฑ์การประเมิน ร้อยละ 70 เป็นเกณฑ์ที่มีความใกล้เคียงกับระดับความสามารถของตัวอย่างประชากรในการวิจัยครั้งนี้ ที่ยังไม่มีความรู้เรื่องการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ ก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม

#### ขอบเขตของการวิจัย

1. ประชากร ได้แก่ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษานครปฐม เขต 2 จังหวัดนครปฐม

2. ระยะเวลา ที่ใช้ในการทดลองโปรแกรมรวม 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน (จันทร์และศุกร์) ช่วงเวลา 15.30-16.30น.)

3. เนื้อหาที่ใช้ในการวิจัย ได้มาจากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยต่างๆ โดยเนื้อหาที่มุ่งเน้นให้สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย ได้แก่ ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์

สถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน และความรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์

#### 4. ตัวแปรที่ศึกษาประกอบด้วย

4.1 ตัวแปรต้น คือ โปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

#### 4.2 ตัวแปรตาม คือ

4.2.1 ความรู้ ความเข้าใจ เรื่องการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ ของนักเรียนแต่ละกลุ่ม ตามการแบ่งกลุ่มของ STAD และของนักเรียนทั้งห้อง

4.2.2 ความสามารถในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ ของนักเรียนแต่ละกลุ่ม ตามการแบ่งกลุ่มของ STAD และของนักเรียนทั้งห้อง

#### ข้อตกลงเบื้องต้น

นักเรียนทุกคนที่เข้าร่วมโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ทุกทีม มีความสามารถพื้นฐานในการอ่านและการเขียนเพียงพอที่จะปฏิบัติกิจกรรมการเรียนตามขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมในโปรแกรมได้

#### คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

**เกมคอมพิวเตอร์** หมายถึง กิจกรรมหรือการเล่นที่ผู้เล่นสามารถเล่นได้บนเครื่องคอมพิวเตอร์ หรือผ่านระบบเครือข่ายอินเทอร์เน็ต และการเล่นส่วนบุคคล ตั้งแต่เครื่องคอมพิวเตอร์ขนาดพกพา จนถึงเครื่องคอมพิวเตอร์ขนาดใหญ่ โดยผ่านระบบโปรแกรมสำเร็จรูปที่มีการเล่นโต้ตอบกันระหว่างผู้เล่นและเครื่องคอมพิวเตอร์ ผ่านการกดแป้นคีย์บอร์ด โยกคันโยก หรือการเลื่อนเมาส์ ซึ่งผู้เล่นต้องปฏิบัติตามเงื่อนไขของเกมที่กำหนดไว้ โดยผู้เล่นต้องใช้ความพยายามในการบรรลุเป้าหมายของเกมที่ตั้งไว้

**การเล่นเกมคอมพิวเตอร์** หมายถึง การเข้าไปมีส่วนร่วมเกี่ยวข้องกับเกมที่สามารถเล่นได้บนเครื่องคอมพิวเตอร์ผ่านระบบแลนหรือระบบออนไลน์กับผู้อื่น และการเล่นส่วนบุคคล ตั้งแต่เครื่องคอมพิวเตอร์ขนาดพกพา จนถึงเครื่องคอมพิวเตอร์ขนาดใหญ่ทุกชนิด โดยผ่านโปรแกรมสำเร็จรูปที่มีการเล่นโต้ตอบกันระหว่างผู้เล่นและเครื่องคอมพิวเตอร์ ผ่านการกดแป้นคีย์บอร์ด โยก

คันโยก หรือการเลื่อนเมาส์ ซึ่งผู้เล่นจะต้องปฏิบัติตามเงื่อนไขของเกมที่กำหนดไว้ ต้องใช้ความสามารถและความพยายามในการบรรลุเป้าหมายของเกมที่ตั้งไว้

**การติดเกม** หมายถึง พฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ที่แสดงออกอย่างใดอย่างหนึ่งตามลักษณะกลุ่มอาการ 4 กลุ่ม ดังนี้

1. กลุ่มอาการแสวงหาการเล่น คือ เด็กจะมีลักษณะขวนขวายที่จะเล่น ไม่ว่าจะเข้าค่าย บ่าย ดึก เล่นตลอดคืน หรือตื่นขึ้นมาเล่นตอนดึก วันหยุดเสาร์อาทิตย์ ปิดเทอม ว่างเมื่อไรก็จะเล่น ไม่ว่าจะเป็นที่บ้านหรือที่ร้านอินเทอร์เน็ต ไม่เว้นแม้ใกล้สอบ

2. กลุ่มอาการชินชากับการเล่น ได้แก่ การที่ต้องเล่นนานขึ้นจึงจะสนุกเป็นที่พอใจ โดยดูได้จากจำนวนชั่วโมงที่เล่นของเด็กจะมากขึ้นเรื่อยๆ จาก 1 เป็น 2, 3, 4 ชั่วโมง เป็นต้น ซึ่งหากเล่นเกมมากกว่า 3 ชั่วโมงต่อวัน จะถือว่าติดเกม

3. กลุ่มอาการขาดการเล่นไม่ได้ ได้แก่ การที่เด็กหงุดหงิด ก้าวร้าว หรือหงอยเหงาจากไม่ได้เล่นเกม หรือพยายามเลิกหลายครั้ง แต่เลิกไม่ได้ แม้รู้ว่าไม่ดีหรือถูกตำหนิจากคนรอบข้าง

4. กลุ่มอาการเสียการทำหน้าที่หลัก ได้แก่ การเสียการเรียน การเสียมนุษยสัมพันธ์กับคนรอบข้าง ตลอดจนการมีพฤติกรรมที่เป็นปัญหาแทรกซ้อน

**การเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์** หมายถึง การจัดการเรียนการสอนที่แบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่มย่อยๆ กลุ่มละ 4 คน ประกอบด้วยนักเรียนที่มีคะแนนจากการทดสอบเรื่องการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ก่อนเรียน ในระดับดีมาก 1 คน ปานกลาง 2 คน และอ่อน 1 คน อยู่ในกลุ่มเดียวกัน จากนั้นจึงปฏิบัติตามกิจกรรมการเรียนการสอนตามขั้นตอนการดำเนินกิจกรรม 4 ขั้นตอน ดังนี้

1. ชี้แนะเสนอบทเรียนทั้งชั้น หมายถึง ครูนำเสนอข้อมูล และให้ความรู้แก่นักเรียนพร้อมกันทั้งชั้นเกี่ยวกับเรื่องการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยอาจมีการใช้สื่อต่างๆ ประกอบการสอน หรือการบรรยาย เพื่อให้นักเรียนเกิดความสนใจในเรื่องที่เรียน และเห็นแนวทางในการทำกิจกรรมกลุ่มต่อไป

2. ชี้ทำงานกลุ่ม หมายถึง ครูให้นักเรียนทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม ตามกลุ่มที่ได้แบ่งไว้แล้วในตอนต้น เพื่อศึกษาตามใบงาน หรือกิจกรรมกลุ่มที่ครูกำหนดให้ หน้าที่ที่สำคัญของกลุ่ม คือ การช่วยเหลือกัน ทุกคนในกลุ่มมีการร่วมมือกัน อภิปรายปัญหาหารือกัน แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันเกี่ยวกับเรื่องที่เรียน เพื่อให้ทุกคนในกลุ่มเกิดการเรียนรู้ที่จะร่วมมือกันในการแก้ไขปัญหา เด็กที่เก่ง พอจะมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน รวมทั้งมีทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์อยู่บ้าง จะมีการช่วยเหลือเด็กที่อ่อนความรู้ความเข้าใจในเรื่องดังกล่าวให้เข้าใจในเนื้อหาที่เรียน เพื่อเตรียมสมาชิกทุกคนในกลุ่มให้พร้อมที่จะทำแบบทดสอบได้ดี

3. **ขั้นทดสอบ** หมายถึง นักเรียนทุกคนเข้าทำการทดสอบในสาระที่เรียน ต่างคนต่างสอบ โดยไม่มีการช่วยเหลือกัน ทุกคนทำแบบทดสอบตามความสามารถของตนเอง

4. **ขั้นปรับปรุงคะแนน** หมายถึง ครูพิจารณาผลการทดสอบของนักเรียนเป็นคะแนนรายบุคคลและคะแนนเฉลี่ยของกลุ่ม จากนั้นครูแจ้งคะแนนให้เด็กทราบ แล้วทำการจับคู่เด็กเก่งที่ได้คะแนนมากมาช่วยพัฒนาความสามารถของเด็กอ่อนที่ได้คะแนนน้อย เพื่อเป็นการให้นักเรียนสามารถปรับปรุงคะแนนของตนเองได้สูงขึ้น

**เด็กเก่ง** หมายถึง เด็กที่เก่งเรื่องการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ มีประสบการณ์เท่าทัน ไม่ใช่เรียนหนังสือเก่ง มีหน้าที่คอยดูแลช่วยเหลือ พัฒนาความสามารถของเพื่อนที่เป็นเด็กอ่อน

**ความรู้ ความเข้าใจ เรื่องการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์** หมายถึง ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับเรื่องการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยประเมินจากแบบทดสอบวัดความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบันที่สร้างขึ้น

**ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์** หมายถึง ความสามารถของนักเรียนในการควบคุมตนเอง เล่นเกมคอมพิวเตอร์ไม่เกิน 3 ชั่วโมงต่อวัน และใช้เงินในการเล่นเกมน้อยลง โดยประเมินจากแบบสังเกตพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ และแบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวันที่สร้างขึ้น

**โปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้การเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์** หมายถึง แนวทางในการดำเนินการจัดการเรียนการสอนการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ ที่ประกอบด้วยวัตถุประสงค์ของโปรแกรม ลักษณะโปรแกรมเป็นโปรแกรมที่จัดสอนนอกเวลาเรียนปกติ สัปดาห์ละ 2 วัน วันละ 1 ชั่วโมง รวม 8 สัปดาห์ เนื้อหาที่เกี่ยวกับการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนเพื่อให้ความรู้ ความเข้าใจ เรื่องการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้การเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ แผนการจัดกิจกรรมป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ จำนวน 15 แผน แผ่นพับ ใบความรู้ ใบงาน แบบทดสอบย่อยเกี่ยวกับสาระที่เรียน จำนวน 15 แบบทดสอบ ในแต่ละแผนการสอน และแบบการประเมินผล ได้แก่ แบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน แบบสังเกตพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ และแบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน

**การพัฒนาโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้การเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์** หมายถึง กระบวนการและขั้นตอนการสร้างโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้การเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ ประกอบด้วย

การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน การกำหนดกรอบในการสร้างโปรแกรม การกำหนดองค์ประกอบของโปรแกรม การสร้างแผนการจัดกิจกรรม สื่อประกอบการจัดกิจกรรม เครื่องมือวัดและประเมินผล จากนั้นทดลองใช้โปรแกรมโดยดำเนินการตามขั้นตอนของโปรแกรม ประเมินผลโปรแกรมโดยพิจารณาจากค่าเฉลี่ยของคะแนนทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ค่าเฉลี่ยของคะแนนทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ การจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวันของนักเรียน และความคิดเห็นของนักเรียนเกี่ยวกับการเข้าร่วมโปรแกรม เพื่อพิจารณาปรับปรุง แก้ไขเป็นโปรแกรมฉบับสมบูรณ์สำหรับการนำไปใช้

**นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5** หมายถึง นักเรียนที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนพระตำหนักสวนกุหลาบ มหามงคล ตำบลศาลายา อำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษานครปฐม เขต 2 ปีการศึกษา 2550

#### **ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ**

1. เป็นแนวทางสำหรับโรงเรียนและครูในการจัดการเรียนการสอนเพื่อให้ความรู้ ความเข้าใจ เรื่องการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และสามารถนำไปปรับใช้กับนักเรียนชั้นอื่นๆ ในวิชาสังคมศึกษา และวิชาการงานอาชีพและเทคโนโลยีได้
2. เป็นช่องทางให้แก่พ่อแม่ผู้ปกครองได้รู้จักเด็ก และสนใจเด็กมากขึ้น

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## บทที่ 2

### เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการวิจัยเรื่อง ผลของโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ ที่มีต่อนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ผู้วิจัยได้ศึกษาค้นคว้าหนังสือ เอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเรื่องดังกล่าวทั้งหมด และนำมาเสนอตามลำดับ ดังนี้

#### 1. การใช้เวลา

- 1.1 ความหมายและความสำคัญของเวลา
- 1.2 ลักษณะของการใช้เวลา
- 1.3 ประเภทของการใช้เวลา
- 1.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้เวลา

#### 2. เกมคอมพิวเตอร์

- 2.1 ความหมายของเกมคอมพิวเตอร์
- 2.2 รูปแบบการเล่นเกมคอมพิวเตอร์
- 2.3 การจัดประเภทของเกมคอมพิวเตอร์
- 2.4 เด็กกับเกมคอมพิวเตอร์
- 2.5 สาเหตุของการติดเกมคอมพิวเตอร์
- 2.6 ผลกระทบของการเล่นเกมคอมพิวเตอร์
- 2.7 แนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์
- 2.8 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเกมคอมพิวเตอร์

#### 3. ทักษะชีวิต

- 3.1 ความหมายของทักษะชีวิต
- 3.2 องค์ประกอบของทักษะชีวิต
- 3.3 ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์
- 3.4 ทักษะชีวิตสู่การจัดการเรียนการสอน

#### 4. การเรียนแบบร่วมมือ

- 4.1 ความหมายของการเรียนแบบร่วมมือ
- 4.2 ลักษณะและขั้นตอนของการเรียนแบบร่วมมือ

- 4.3 รูปแบบเทคนิคต่างๆในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบร่วมมือ
- 4.4 การเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์
- 4.5 งานวิจัยเกี่ยวกับการเรียนแบบร่วมมือ
- 5. การพัฒนาโปรแกรมการสอน
  - 5.1 ความหมายของการพัฒนาโปรแกรมการสอน
  - 5.2 ขั้นตอนของการพัฒนาโปรแกรมการสอน
  - 5.3 ตัวอย่างการพัฒนาโปรแกรม

## 1. การใช้เวลา

### 1.1 ความหมายและความสำคัญของเวลา

จากการศึกษาเอกสารต่างๆ พบว่า มีผู้ให้คำอธิบายเกี่ยวกับความหมายและความสำคัญของเวลา ไว้ดังนี้

พจนานุกรมฉบับราชบัณฑิตยสถาน (2525) ได้ให้ความหมายของเวลาว่า เวลาหมายถึง ช่วงขณะประกอบกันเป็นความยาวนานที่มีอยู่หรือเป็นอยู่โดยนิยามกำหนดเป็นครู่ คราว วัน เดือน ปี วิมาน จิวเจียม (2539) ได้ให้ความหมายของเวลาไว้ดังนี้

1. เวลาเป็นทรัพยากรธรรมชาติที่มนุษย์ได้รับมาเท่าเทียมกัน สำหรับใช้ในการทำงาน โดยมีหน่วยนับเป็นวินาที นาที ชั่วโมง วัน สัปดาห์ เดือน ปี ยกเว้นช่วงอายุซึ่งจะไม่เท่ากัน
2. เวลาเป็นทรัพยากรที่เปลี่ยนแปลงไม่ได้ เวลาที่ผ่านไปแล้วจะหวนกลับไปสู่อีกทีอีก ย่อมทำไม่ได้
3. เวลาเป็นทรัพยากรที่หายืมเช่นเดียวกับเงินหรือวัสดุไม่ได้
4. เวลาเป็นทรัพยากรที่อนุรักษ์ไม่ได้ หรือหยุดเวลาไม่ได้ เวลาจะต้องเดินไปตามทิศทางของเวลา จากอดีตไปสู่ปัจจุบันและอนาคต เป็นลักษณะก้าวไปข้างหน้าอย่างไม่หยุดยั้ง
5. เวลาเป็นทรัพยากรที่สะสมไม่ได้ จึงไม่มีธนาคาร หรือโรงพัสตุ หรือห้องเก็บสะสมเวลา

หลวงวิจิตรวาทการ (2513) ได้กล่าวถึงความสำคัญของเวลาว่า ในบรรดาสิ่งที่มีค่าทั้งหลายในโลก ไม่มีอะไรที่มีค่าสูงสุดเท่ากับเวลา ของอื่นที่มีค่า เมื่อเสียหรือหายไป อาจจะค้นหาเอากลับคืนมา หรือหาใหม่มาทดแทนได้ แต่ถ้าเวลาเสียไปแล้ว ไม่สามารถจะเอาคืนมาได้เลย

จรินทร์ ธานีรัตน์ (2519) กล่าวถึงความสำคัญของเวลาว่า เวลาเป็นของมีค่าสำหรับทุกคน จึงใช้เวลานั้นให้เกิดประโยชน์แก่ตนเอง ครอบครัวและสังคม

## 1.2 ลักษณะของการใช้เวลา

เมื่อเวลาเป็นสิ่งที่มีความยิ่ง เวลาเป็นทรัพยากรที่สูญสิ้น เวลาไม่สามารถหวนกลับมาได้ ดังนั้นการใช้เวลาจะต้องทำอย่างระมัดระวัง ไม่ปล่อยให้เวลาให้ผ่านไปโดยไร้ประโยชน์ เมื่อคิดจะทำสิ่งใดจะต้องทำให้เหมาะสมกับเวลา จะต้องมีการวางแผนการใช้เวลาหรือการบริหารเวลา

ขจรศักดิ์ หาญณรงค์ (2519) ได้สรุปถึงการใช้เวลาในการทำกิจกรรมแต่ละวันของคนเรา ว่า การใช้เวลาของมนุษย์ตั้งแต่เกิดจนตลอดชีวิต ประมาณอายุ 70 ปี มนุษย์ใช้เวลาในเรื่องต่างๆ ต่างกัน ดังนี้

ใช้เวลาในการนอน ประมาณ 23 ปี คิดเป็นร้อยละ 39.2 ของเวลาที่มี หรือประมาณวันละ 6 ชั่วโมง 30 นาที

ใช้เวลาในการศึกษาและทำงาน ประมาณ 19 ปี คิดเป็นร้อยละ 27.2 ของเวลาที่มี หรือประมาณวันละ 3 ชั่วโมง 5 นาที

ใช้เวลาในการพักผ่อนรื่นเริง ประมาณ 19 ปี คิดเป็นร้อยละ 27.2 ของเวลาที่มี หรือประมาณวันละ 3 ชั่วโมง 5 นาที

ใช้เวลาในการรับประทานอาหาร ประมาณ 6 ปี คิดเป็นร้อยละ 8.6 ของเวลาที่มี หรือประมาณวันละ 2 ชั่วโมง 3 นาที

ใช้เวลาในการเดินทาง ประมาณ 6 ปี คิดเป็นร้อยละ 8.6 ของเวลาที่มี หรือประมาณวันละ 2 ชั่วโมง 3 นาที

ใช้เวลาในการเจ็บไข้ได้ป่วย ประมาณ 4 ปี คิดเป็นร้อยละ 5.7 ของเวลาที่มี หรือประมาณวันละ 1 ชั่วโมง 22 นาที

ใช้เวลาในการแต่งกาย ประมาณ 2 ปี คิดเป็นร้อยละ 2.8 ของเวลาที่มี หรือประมาณวันละ 41 นาที

ใช้เวลาในการทำพิธีทางศาสนา ประมาณ 1 ปี คิดเป็นร้อยละ 1.4 ของเวลาที่มี หรือประมาณวันละ 20 นาที

จากผลของการวิจัยนี้ชี้ให้เห็นว่า คนเรานั้นตลอดชีวิตใช้เวลาในการนอนมากที่สุดถึงร้อยละ 39.2 รองลงมาจะใช้เวลาในการศึกษาและการพักผ่อน ร้อยละ 27.2 จึงต้องเห็นคุณค่าของเวลาให้มาก และต้องพยายามหาวิธีการใช้เวลาให้เกิดประโยชน์แก่ตนเองและแก่ส่วนรวมให้มากที่สุด

รัชนี ลาซโรจน์ (2527) กล่าวว่า การใช้เวลาของคนนั้นสามารถจำแนกออกเป็น 4 ทาง ได้แก่

1. เวลาที่ใช้ในการทำงาน คือ เวลาที่ใช้ประกอบอาชีพ หากเป็นนักเรียนนักศึกษา ก็คือเวลาในการเรียนหนังสือ



2. เวลาที่ใช้ในการนอนหลับ
3. เวลาเพื่อการทำกิจวัตรประจำวัน
4. เวลาเพื่อการพักผ่อนหย่อนใจ

นอกจากนี้ วัน สังก์สะอาด (2505) ได้สรุปไว้ว่า ลักษณะในการใช้เวลาของเด็กแบ่งได้เป็น 3 ลักษณะ คือ

1. ใช้เวลาให้เป็นประโยชน์
2. ใช้เวลาด้วยการอยู่เฉยๆ ไม่เป็นประโยชน์
3. ใช้เวลาไปในทางเสื่อมเสีย เกิดโทษ

ลักษณะการใช้เวลาของบุคคลนั้น สมบัติ กาญจนกิจ (2535) ให้เหตุผลว่าขึ้นอยู่กับความแตกต่างของบุคคลในเรื่อง ประสบการณ์ (Experience) ความจำเป็น (Necessity) อิสระภาพ (Freedom) การแสดงออกแห่งตน (Self Expression) ความพึงพอใจ (Self Satisfaction) ความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ (Creativity) และความสนุกสนานพึงพอใจ (Enjoyment) ในการใช้เวลาคนเราจึงมีลักษณะการใช้เวลาที่แตกต่างกัน

### 1.3 ประเภทของการใช้เวลา

เวลาเป็นทรัพยากรที่มีคุณค่าในการดำเนินชีวิตของคนเรา ควรมีการจัดสรรเวลาแต่ละประเภทให้เหมาะสม ในการประกอบภารกิจต่างๆ หรืองานประจำ จะทำให้ผลสัมฤทธิ์ของงานประสบความสำเร็จและมีประสิทธิภาพ (วันรัฐ ผาติหัตถกร, 2548)

นันทนา เตชะนนท์ (2539) ได้แบ่งประเภทของการใช้เวลาออกเป็น 4 ประเภท ดังนี้

1. การใช้เวลาในด้านการเรียน
2. การใช้เวลาในด้านการช่วยทำงานบ้าน
3. การใช้เวลาในด้านการงานอดิเรก
4. การใช้เวลาในด้านการหารายได้พิเศษ

ธัญญารัตน์ วงษ์สมัย (2542) ได้แบ่งประเภทของการใช้เวลาออกเป็น 5 ประเภท ดังนี้

1. การใช้เวลาในด้านการออกกำลังกายและการเล่นกีฬา
2. การใช้เวลาในด้านการช่วยทำงานบ้าน
3. การใช้เวลาในด้านการหารายได้พิเศษ
4. การใช้เวลาในด้านการงานอดิเรก
5. การใช้เวลาในด้านการเรียน

## 1.4 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการใช้เวลา

### งานวิจัยในต่างประเทศ

มัลม (Malm, 1962) กล่าวถึงการใช้เวลาของนักเรียนไว้ สรุปได้ดังนี้ ในวันที่เด็กไปโรงเรียน เด็กใช้เวลาที่ตื่นอยู่ไปในด้านกีฬาเป็นส่วนใหญ่ มีบางคนที่ใช้เวลาอ่านหนังสือ ฟังวิทยุ เล่นดนตรี และส่งหนังสือพิมพ์ ในขณะที่อยู่บ้านนักเรียนใช้เวลาเกี่ยวกับการเรียนเพียงเล็กน้อย เมื่อพิจารณาอายุ พบว่าเด็กอายุ 16-18 ปี มักจะใช้เวลานอกเวลาเรียน ดังนี้ ใช้เวลาในการเล่นกีฬา มีนักเรียนชายร้อยละ 59 และนักเรียนหญิงร้อยละ 31 นักเรียนหญิงทั้งหมดช่วยทำงานบ้าน มีนักเรียนกว่าร้อยละ 90 ที่ใช้เวลาในการฟังวิทยุสัปดาห์ละ 7-8 ชั่วโมง รายการมหัศจรรย์เรื่องลึกลับ นักเรียนชายชอบเรื่องตลกขบขัน เรื่องการรบ การต่อสู้ เด็กวัยรุ่นตอนปลายใช้เวลาในการอ่านหนังสือ วารสาร หรือหนังสือประเภทบันเทิง วันละไม่น้อยกว่าครึ่งชั่วโมง

ผลการค้นคว้าของฮิคส์ และเฮส์ (Hicks and Hays, 1931 cited in Hurlock, 1949) ที่สำรวจเด็กระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย พบว่าเวลาที่อยู่บ้านเด็กใช้เวลาไปในการฟังวิทยุ อ่านหนังสือ ค้นคว้าเกี่ยวกับบทเรียน ส่วนเวลาที่ออกไปนอกบ้านมักจะไปหาเพื่อน ไปดูภาพยนตร์ และมีเด็กร้อยละ 11 ที่ใช้เวลาในการฟังวิทยุมากกว่า 3 ชั่วโมงต่อหนึ่งวัน เด็กร้อยละ 66 ฟังวิทยุวันละ 1-3 ชั่วโมง และมีเด็กร้อยละ 23 ที่ฟังวิทยุน้อยกว่า 1 ชั่วโมง รายการที่เด็กชอบมากที่สุดคือเรื่องตลกขบขัน ละคร เพลง ดนตรี

เมอร์เรย์ (Murray, 1988) ศึกษาการใช้เวลาว่างของเด็กวัยรุ่น พบว่า ปัจจุบันเด็กวัยรุ่นประสบกับสภาพความกดดันจากการเปลี่ยนแปลงต่างๆที่เกิดขึ้นจากสังคมและสิ่งแวดล้อม ซึ่งมีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของเด็กวัยรุ่น โดยไม่สามารถหลีกเลี่ยงได้ ทำให้เกิดผลเสียติดตามมา ซึ่งมักแสดงให้เห็นในรูปของความเสื่อมของกิจกรรมต่างๆ เกิดปัญหาอาชญากรรม ความสับสนทางเพศ การติดยาเสพติด และปัจจัยสำคัญที่มีผลทำให้การใช้เวลาว่างของเด็กวัยรุ่นไม่เป็นประโยชน์เท่าที่ควร คือ การด้อยโอกาสทางการศึกษา อิทธิพลของกลุ่มเพื่อน และอิทธิพลของสื่อมวลชน

เมื่อเปรียบเทียบการศึกษาของ มัลม, ฮิคส์ และเฮส์ กับเมอร์เรย์ ที่ได้ศึกษาการใช้เวลาว่างของเด็กวัยรุ่นในช่วงเวลาที่ห่างกันหลายปี พบว่า มีความแตกต่างกันมากในด้านกิจกรรมต่างๆ ที่เด็กวัยรุ่นทำ ซึ่งสอดคล้องกับผลการศึกษาในประเทศไทยของสมศักดิ์ ศิลลา และวันชัย มีกลาง (2530) ที่พบว่าแนวโน้มการทำกิจกรรมต่างๆของคนไทยเปลี่ยนไป การรับสื่อมวลชนมีมากขึ้น ย่อมทำให้ได้รับอิทธิพลของสื่อมวลชนมากขึ้นด้วย

### งานวิจัยภายในประเทศ

รัชนา กาญจนะวณิชย์ (2511) ทำการศึกษาเรื่อง สำนวนการใช้เวลาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสาธิตจุฬาฯ ปีการศึกษา 2511 โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อสำรวจการใช้เวลาของนักเรียน กลุ่มตัวอย่างเป็นชาย 120 คน หญิง 120 คน ใช้แบบสอบถามเป็นเครื่องมือ ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนชายและหญิงใช้เวลาอยู่ในโรงเรียนไม่แตกต่างกันมากนัก เฉลี่ยวันละ 7-8 ชั่วโมง และมีเวลาว่างเฉลี่ยวันละ 1-2 ชั่วโมง โดยใช้เวลาว่างพูดคุยกับเพื่อนมากที่สุด รองลงมาคือ ทบทวนบทเรียน ทำการบ้าน ค้นคว้าในห้องสมุด สำหรับนักเรียนชาย ใช้เวลาในการฝึกซ้อมกีฬามากที่สุด กิจกรรมที่นักเรียนปฏิบัติก่อนมาโรงเรียน และหลังเลิกเรียน คือ ช่วยผู้ปกครองทำงานบ้าน ทบทวนบทเรียน และสนใจอ่านหนังสือพิมพ์ สำหรับนักเรียนหญิงชอบใช้เวลาพูดคุยกับสมาชิกในครอบครัว นักเรียนชายชอบฟังวิทยุมากกว่านักเรียนหญิง หลังเลิกเรียนนักเรียนหญิงจะกลับบ้านทันที บางส่วนจะอยู่ที่โรงเรียนต่อ นักเรียนชายและหญิงจำนวนใกล้เคียงกันใช้เวลาเรียนพิเศษ และมีนักเรียนหญิงจำนวนน้อยที่ทำกรบ้านและทบทวนบทเรียน ในวันหยุด นักเรียนชายและหญิงใช้เวลาไม่แตกต่างกัน คือ ดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุ และทบทวนบทเรียน ทำงานส่วนตัว และพักผ่อนด้วยการเล่นกีฬา ดนตรี ทำงานอดิเรก และเที่ยวเตร่ สำหรับการใช้เวลาดูหนังสือ นักเรียนส่วนใหญ่ดูหนังสือเป็นครั้งคราว โดยใช้เวลาดูหนังสือประมาณ 1 ชั่วโมง ส่วนนักเรียนที่ใช้เวลาดูหนังสือมากกว่า 1 ชั่วโมง เป็นนักเรียนหญิงมากกว่านักเรียนชาย

ผกากรอง พุทธดิลก (2517) ได้สำรวจการใช้เวลาของนักเรียนกรุงเทพมหานครคริสเตียน-วิทยาลัย ปีการศึกษา 2517 โดยใช้กลุ่มตัวอย่างเป็นชายทั้งหมด จำนวน 270 คน เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น 210 คน นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนปลาย 60 คน ผลการสำรวจพบว่า นักเรียนส่วนมากอาศัยอยู่กับบิดามารดา รองลงมา คือ อยู่ในโรงเรียนประจำ นักเรียนส่วนมากไม่ต้องช่วยทำงานบ้านเลย เพราะครอบครัวมีฐานะดี การใช้เวลาว่างที่โรงเรียน นักเรียนส่วนใหญ่พูดคุย หยอกล้อกับเพื่อนมากที่สุด รองลงมาคือ รับประทานอาหารและขนม ทบทวนบทเรียน หรือทำการบ้านในตอนเย็น นักเรียนส่วนใหญ่กลับบ้านทันที นักเรียนใช้เวลาอยู่ที่โรงเรียนวันละ 7-8 ชั่วโมง ใช้เวลาดูหนังสือน้อยมาก งานที่นักเรียนทำประจำในวันหยุด คือ การดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุมากที่สุด รองลงมาคือ ทำการบ้าน ดูภาพยนตร์ และให้ความสนใจด้านกีฬาน้อยมาก

ดวงใจ สิทธิไชย (2521) ได้ศึกษาถึงความสัมพันธ์ระหว่างการใช้เวลาว่างกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ซึ่งได้ข้อมูลชี้ให้เห็นว่า การเลือกใช้เวลาทำให้เกิดประโยชน์จะมีผลต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ดังนี้ นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่างกัน ใช้เวลาในการทำกิจกรรมต่างกัน โดยนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง สนใจการอ่านหนังสือ และทัศนศึกษามากกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ นักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลางสนใจฟังวิทยุ ชม

โทรทัศน์ และภาพยนตร์ และสนใจหารายได้พิเศษมากกว่านักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง และนักเรียนที่มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ

สำเร็จ จันทรโอกุล (2524) ศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6 ในสังกัดสำนักงานการประถมศึกษา กรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนใช้เวลาว่างในด้านการเรียน และการอ่านหนังสือ การทำงานอดิเรกประเภทที่ต้องลงมือสร้างสรรค์เองมีน้อย นักเรียน ส่วนใหญ่สนใจอ่านหนังสือพิมพ์รายวัน และการดูมากกว่าหนังสือประเภทอื่น การใช้เวลาไปกับการรับข่าวสารจากสื่อมวลชนมากขึ้น ถ้าทำจนติดเป็นนิสัยย่อมมีผลเสียต่อการเรียน

ปัจจุบันแนวโน้มการรับสื่อมวลชนของคนไทยเพิ่มขึ้นมากกว่าเดิม ดังในรายงานการวิจัยของ สมศักดิ์ ศิลา และวันชัย มีกลาง (2530) ที่พบว่าในการใช้เวลาว่างและการพักผ่อนนั้น คนส่วนใหญ่มีเวลาในการพักผ่อนน้อยลง และมักพักผ่อนด้วยการดูโทรทัศน์ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเยาวชนมีแนวโน้มจะใช้เวลาดูโทรทัศน์มากกว่าที่ผ่านมา ซึ่งสอดคล้องกับการศึกษาของ ชาญ จันทรเจียว (2522) และมนต์ชัย นินาทนนท์ (2526) ที่พบว่าในช่วงระยะเวลาที่ห่างกัน 4 ปี เด็กและเยาวชนใช้เวลาดูโทรทัศน์เพิ่มขึ้นประมาณ 7 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ สำหรับการบันเทิงหรือการพักผ่อนในลักษณะการเล่นพื้นเมืองได้รับความนิยมน้อยลง หรือบางอย่างไม่เป็นที่รู้จักของคนรุ่นใหม่

จากรายงานการวิจัยของ คณะอนุกรรมการเฉพาะกิจโครงการศึกษาเกี่ยวกับสภาพความต้องการ และกิจกรรมของเด็กและเยาวชนในชุมชนแออัดในเขตกรุงเทพมหานคร (2528) ซึ่งทำการวิจัยเรื่องความต้องการ ปัญหา กิจกรรม และการใช้เวลาของเด็กและเยาวชนในชุมชนแออัดในเขตกรุงเทพมหานคร โดยการใช้แบบสอบถามและการสังเกตกลุ่มตัวอย่าง 360 คน จาก 4 ชุมชน คือ ชุมชนสามัคคีธรรม ชุมชนลับแล ชุมชนเชื้อเพลิง และชุมชนวิสุทธิภรณ์ ในด้านของกิจกรรมและการใช้เวลา พบว่า เด็กและเยาวชนมีเวลานอกเหนือจากเวลานอน 14-15 ชั่วโมง และ 12-13 ชั่วโมงต่อวัน ตามลำดับ ในวันธรรมดาเด็กส่วนใหญ่ไปโรงเรียนในตอนเช้า และกลับเข้าบ้านในช่วงบ่าย หลังเลิกเรียนเด็กใช้เวลาเล่นและสนทนาการตั้งแต่บ่ายจนถึงค่ำ ส่วนในวันหยุดจะทำงานบ้านในตอนเช้า เล่นและสนทนาการในตอนสายจนถึงดึก และกิจกรรมที่เด็กทำมากคือ ดูโทรทัศน์ ร้อยละ 87.6 อ่านหนังสือร้อยละ 71.6 อ่านหนังสือพิมพ์ร้อยละ 51.4 ฟังวิทยุร้อยละ 36.8 ดูภาพยนตร์ไทยที่โรงภาพยนตร์ ร้อยละ 29.0 จะเห็นว่าเด็กใช้เวลาในการดูโทรทัศน์เป็นอันดับแรก และอ่านหนังสืออื่นๆเป็นอันดับต่อมา ส่วนเวลาที่ใช้ในการค้นคว้าด้านการเรียนไม่มีเลย และปัญหาของเด็กคือ ไม่มีเวลาทำการบ้าน ส่วนปัญหาของเยาวชนคือ ไม่มีเวลาอ่านหนังสือ

จากผลการศึกษาที่กล่าวมา จะเห็นได้ว่าการใช้เวลาของนักเรียนในอดีต มักใช้เวลาไปกับการดูโทรทัศน์ ฟังวิทยุ ดูภาพยนตร์ ซึ่งในปัจจุบัน นอกจากกิจกรรมต่างๆเหล่านี้แล้ว ยังมีกิจกรรมเพื่อความบันเทิงในรูปแบบอื่นๆอีกมากมาย ให้เด็กและเยาวชนได้เลือกทำในช่วงเวลาว่าง หรือ

วันหยุด อาทิเช่น การเล่นเกมคอมพิวเตอร์ และอินเทอร์เน็ต ซึ่งถ้าหากนักเรียนไม่สามารถควบคุมตนเองให้มีความพอใจในการเล่น ใช้เวลาหมกมุ่นอยู่ในโลกของเกม จนกระทั่งกลายเป็นเด็กติดเกม ก็จะทำให้เกิดผลเสียหลายอย่างตามมา ทั้งผลเสียต่อตัวนักเรียนเอง ต่อครอบครัว และต่อสังคม

## 2. เกมคอมพิวเตอร์

### 2.1 ความหมายของเกมคอมพิวเตอร์

นฤกุล กระจาย (2536) ได้ให้ความหมายของเกมคอมพิวเตอร์ไว้ว่า หมายถึง โปรแกรมสำเร็จรูปประกอบเกมที่เล่นด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์ เกมสำหรับเครื่องไมโครคอมพิวเตอร์ มักจะบันทึกอยู่ในดิสก์และมีคู่มือแนะนำการเล่นแนบมาด้วย

วรพจน์ พวงสุวรรณ (2541) เกมคอมพิวเตอร์ หมายถึง เกมที่เล่นผ่านเครื่องคอมพิวเตอร์ ซึ่งอาจบรรจุอยู่ในแผ่นฟลอปปีดิสก์ แผ่นซีดีรอม หรือการบันทึกด้วยระบบอื่นใด ที่สามารถเล่นผ่านเครื่องคอมพิวเตอร์ส่วนบุคคลได้

พิชญ์ กาญจนรุจิวิวัฒน์ (2543) เกมคอมพิวเตอร์ หมายถึง เกมที่ผู้เล่นสามารถเล่นได้บนเครื่องคอมพิวเตอร์ตั้งแต่เครื่องคอมพิวเตอร์ขนาดพกพา จนถึงเครื่องคอมพิวเตอร์ขนาดใหญ่

จากความหมายดังกล่าวข้างต้นสรุปได้ว่า เกมคอมพิวเตอร์ หมายถึง เกมที่ผู้เล่นสามารถเล่นได้บนเครื่องคอมพิวเตอร์ หรือผ่านระบบเครือข่ายอินเทอร์เน็ต และการเล่นส่วนบุคคล ตั้งแต่เครื่องคอมพิวเตอร์ขนาดพกพา จนถึงเครื่องคอมพิวเตอร์ขนาดใหญ่ โดยผ่านระบบโปรแกรมสำเร็จรูปที่มีการเล่นโต้ตอบกันระหว่างผู้เล่นและเครื่องคอมพิวเตอร์ ผ่านการกดแป้นคีย์บอร์ดโยกคันโยก หรือการเลื่อนเมาส์ ซึ่งผู้เล่นต้องปฏิบัติตามเงื่อนไขของเกมที่กำหนดไว้ โดยผู้เล่นต้องใช้ความพยายามในการบรรลุเป้าหมายของเกมที่ตั้งไว้

### 2.2 รูปแบบการเล่นเกมคอมพิวเตอร์

มารศรี สีมารวงศ์พันธุ์ (2546) ได้แบ่งรูปแบบการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ออกเป็น 4 ประเภท ได้แก่

1. การเล่นเกมคนเดียว เป็นการเล่นเกมที่ผู้เล่นเป็นผู้แก้ปัญหาของเกมนั้นด้วยตนเอง โดยที่คอมพิวเตอร์ไม่ได้มีส่วนร่วมในการจัดการกับเกมนั้นเลย แต่คอมพิวเตอร์ทำหน้าที่เป็นเพียงเครื่องมือสำหรับการเล่นเกมเท่านั้น

2. การเล่นเกม 2 คน ผู้เล่นเกมจะมีอยู่ 2 คน แต่ละคนจะต้องเล่นให้ชนะคู่ต่อสู้ เช่น เกมชกมวย ผู้เล่นต้องพยายามชกให้คู่ต่อสู้แพ้ สำหรับเกมประเภทนี้จะเห็นว่า ผู้เล่นเกมเป็นคนที่ทั้งคู่ คอมพิวเตอร์ทำหน้าที่เป็นเครื่องมือเหมือนกับประเภทแรก

3. การเล่นเกมกับเครื่องคอมพิวเตอร์ ผู้เล่นเกมฝ่ายหนึ่งเป็นคน อีกฝ่ายหนึ่งเป็นเครื่องคอมพิวเตอร์ โดยฝ่ายที่เป็นคนอาจจะมี 1 หรือ 2 คนก็ได้ เช่นเกมยิงศัตรูต่างดาว ซึ่งคอมพิวเตอร์จะทำหน้าที่สร้างมนุษย์ต่างดาวที่มีความสามารถต่างๆออกมาสู้กับคน ฝ่ายคนก็คอยยิงต่อสู้เพื่อป้องกันไม่ให้มนุษย์ต่างดาวเข้ามาในโลก ในกรณีเช่นนี้จะเห็นได้ว่า คอมพิวเตอร์เข้ามามีบทบาททั้งในฐานะที่เป็นเครื่องมือเล่นเกมและเป็นผู้เล่นเกมด้วย

4. การเล่นเกมคอมพิวเตอร์ที่ละหลายๆคน ผู้เล่นเกมสามารถเล่นเกมประเภทเดียวกันได้คราวละหลายๆคน โดยผ่านระบบออนไลน์ที่เชื่อมต่อด้วยระบบอินเทอร์เน็ตหรือการเล่นผ่านระบบแลน โดยผู้เล่นสามารถเลือกเล่นกับกลุ่มเพื่อนได้มากโดยไม่จำกัดจำนวนและสามารถเลือก ผู้เล่นได้ด้วย และสามารถที่จะพูด สื่อสารกับเพื่อนที่เล่นเกมเดียวกันอยู่ได้อีกด้วย คอมพิวเตอร์ทำหน้าที่เป็นเครื่องมือให้กับผู้เล่นเกมเท่านั้น

### 2.3 การจัดประเภทของเกมคอมพิวเตอร์

การจัดประเภทของเกมคอมพิวเตอร์และวีดีโอเกม องค์กรหรือหน่วยงานที่รับผิดชอบมีอยู่ 2 หน่วย คือ

1. Entertainment Software Rating Board (ESRB) เป็นกลุ่มองค์กรอิสระในสหรัฐอเมริกาที่จัดตั้งขึ้นเพื่อควบคุมซอฟต์แวร์ด้านความบันเทิงและให้คำแนะนำให้กับผู้ปกครองในการเลือกเกมคอมพิวเตอร์ โดยการแบ่งประเภทของซอฟต์แวร์เกมประมาณ 8,000 ชื่อ ทั้งที่อยู่ในรูปของซอฟต์แวร์และการเล่นเกมแบบออนไลน์ในเว็บต่างๆไป และทำการจัดสรรประเภทของเกมให้เหมาะสมกับอายุของผู้เล่นในแต่ละวัย ผู้บริโภคสามารถสังเกตสัญลักษณ์ของประเภทที่ติดอยู่ด้านหน้าของกล่องเกมคอมพิวเตอร์และให้คำแนะนำสัญลักษณ์ของผลิตภัณฑ์ที่ระบุอายุและระดับความรุนแรงของเกม ดังนี้ (Game Rating & Descriptor Guide, 2007)

1.1 Early Childhood (EC) ประเภทของเกมสำหรับเด็กตอนต้น เนื้อหาที่บรรจุลงในเกมจะเป็นเนื้อหาที่เหมาะสมสำหรับเด็กอายุ 3 ปีขึ้นไป

1.2 Everyone (E) ประเภทของเกมเหมาะสมสำหรับทุกวัย เนื้อหาที่บรรจุลงในเกมจะมีเนื้อหาเหมาะสมสำหรับเด็กที่มีอายุตั้งแต่ 6 ปีขึ้นไป เนื้อหาของเกมอาจจะบรรจุความรุนแรงและภาษาที่ ทยายคายน้อยมาก

1.3 Teen (T) ประเภทของเกมสำหรับพวกวัยรุ่น เนื้อหาที่บรรจุลงในเกมจะเป็นเนื้อหาที่เหมาะสมกับเด็กอายุ 13 ปีขึ้นไป เนื้อหาของเกมประเภทนี้จะบรรจุเนื้อหารุนแรงต่อจิตใจ มีภาษาหรือข้อความหยาบคาย

**1.4 Mature (M)** ประเภทของเกม เนื้อหาของเกมจะเหมาะสำหรับเด็กอายุ 17 ปีขึ้นไป เนื้อหาของเกมเหล่านี้ อาจรวมถึงการเพิ่มขึ้นของความรุนแรงหรือภาษาที่หยาบคาย และเป็นเกมที่เนื้อหาเกี่ยวกับเรื่องเพศมากกว่าเกมประเภทอื่นๆ

**1.5 Adult Only (AO)** เนื้อหาของเกมจะเหมาะสมสำหรับผู้ใหญ่เท่านั้น เนื้อหาของเกม ส่วนใหญ่จะมีเรื่องของเพศ หรือกราฟิกที่มีการแสดงออกมาในทางก้าวร้าว เกมคอมพิวเตอร์ประเภทนี้จะไม่ได้รับอนุญาตให้จำหน่ายแก่เด็กที่มีอายุต่ำกว่า 18 ปี

**1.6 Rating Pending (RP)** เป็นประเภทของเกมที่ยังไม่สามารถระบุเนื้อหาความรุนแรงได้

นอกจากนี้ผู้บริโภคสามารถสังเกตข้อความระบุประเภทของเกมบนสินค้า สัญลักษณ์ของประเภทเกมที่เหมาะสมกับอายุของเด็กด้านล่างของปกโปรแกรม

**2. The Canadian Interactive Digital Software Association (CIDSA)** เป็นสมาคมซอฟต์แวร์ดิจิทัลออลภายในชาวแคนาดา ทำหน้าที่ควบคุมดูแลซอฟต์แวร์ด้านความบันเทิงของแคนาดา และการให้คำแนะนำกับผู้ปกครองในการเลือกซื้อเกมให้กับเด็ก

สำหรับการจัดประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ในญี่ปุ่น จะใช้หลักการเดียวกันกับ (ESRB) ในการแบ่งประเภทของเกมให้เหมาะสมกับอายุของผู้เล่น ส่วนการจัดประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ในประเทศไทยนั้นยังไม่มีรูปแบบการแบ่งที่แน่นอน ส่วนใหญ่จะแบ่งตามรูปแบบของเกมชนิดการเล่น เนื้อหาของเกมเป็นสำคัญ ซึ่งนิตยสารคอมพิวเตอร์วิว (2535) ได้แบ่งประเภทของเกมไว้ 6 ประเภท ดังนี้

**1. Strategy Game (ST)** จะเป็นเกมที่ผู้เล่นจะต้องวางแผนและใช้ความคิดในการแก้ไขปริศนาต่างๆ ตัวอย่างของเกมประเภทนี้คือ Rail-Road Tycoon, Batttle chess

**2. Simulation Game (SI)** จะเป็นเกมที่มีการจำลองสภาพแวดล้อมต่างๆ ที่มีลักษณะคล้ายกับความเป็นจริง เช่นเกม Red Baron

**3. Adventure Game (AD)** จะเป็นเกมที่ผู้เล่นจะรู้สึกตัวเองกำลังผจญภัยอยู่ แต่อย่างไรก็ตามก็จะเป็นไปตามเนื้อเรื่องที่ถูกกำหนดเอาไว้แล้ว เช่น King's quest, Space Quest, and Leisure Suit

**4. Role-Playing Adventure Game (RP)** เป็นเกมที่มีลักษณะคล้ายเกมผจญภัย แต่ตัวละครนั้นสามารถที่จะพัฒนาความสามารถในด้านต่างๆได้ เช่นเกม Ultima, Eye of the Beholder , Elvira, Quest of Glory

**5. War Game (WG)** เป็นเกมที่จำลองสงครามหรือการรบต่างๆในอดีตหรืออนาคต เช่นเกม Harpoon, M-I Tank Platoon , Power Manager

**6. Action / Arcade Game (AC)** เป็นเกมที่เล่นในอาร์เคด เกมที่มีตัวละครเคลื่อนไหวไปมา หรือเกมขับเครื่องบิน รถ ยานอวกาศต่างๆ เช่น **Wing Commander, Xenon2, Links**

พิชญ์ กาญจนรุจิวิวุฒิ (2543) ได้ทำการแบ่งประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ออกเป็น 9 ประเภท ดังนี้

1. เกม **Arcade / Action** คือ เกมที่เน้นการควบคุมความเคลื่อนไหวของตัวละคร ซึ่งอาจจะเป็นยานอวกาศ นักสู้ หุ่นยนต์ ในการต่อสู้ หลบหลีกอันตราย กระโดดข้ามกับดัก หรือสิ่งกีดขวางต่างๆ ในการเล่นเกม ไม่จำเป็นต้องวางแผนมากนัก อาศัยการแก้ไขปัญหาเฉพาะหน้า ทำลายคู่ต่อสู้ หลบอาวุธให้ทัน เกม **Action** สามารถแบ่งย่อยได้ 3 ประเภท คือ

1.1 เกม **shooting** ลักษณะของเกมประเภทนี้ จะเน้นการควบคุมยานอวกาศ เครื่องบินทหาร การยิงอาวุธเพื่อทำลายล้างศัตรู ในระหว่างการเล่น ผู้เล่นจะต้องเก็บของสำคัญ จากสำคัญของเกมประเภทนี้ คือ การยิงต่อสู้ทำลายศัตรู ตัวอย่างเกมประเภทนี้ คือ **Super Contra** เป็นต้น

1.2 เกม **Fighting** หรือเกมต่อสู้ ลักษณะของเกมประเภทนี้ คือ เราควบคุมนักสู้ ซึ่งมีศิลปะการต่อสู้ต่างๆ ประลองหนึ่งต่อหนึ่งกับศัตรู ซึ่งเป็นเกมที่ต้องควบคุมโดยคอมพิวเตอร์ หรือคู่ต่อสู้ที่เป็นมนุษย์ เช่น เกมประเภท **Street Fighter**

1.3 เกม **Side Scrolling Action** ในเกมประเภทนี้ เราควบคุมตัวละครในเกมให้เคลื่อนไหวไปในแนวนอน จากซ้ายไปขวา และจากขวาไปซ้าย โดยระหว่างทางอาจมีศัตรูหรือกับดักขวางทาง เราต้องคอยกระโดดหลบไปตลอดทาง เราสามารถทำลายศัตรูได้ด้วยการเตะ ต่อย หรือกระโดดไปมา มากกว่าการมุ่งทำลายศัตรูด้วยการยิงอาวุธต่างๆ เกมที่คุ้นเคยกันดี คือ เกม **Super Mario**

2. เกม **3D Shooting** ลักษณะของเกมจะเป็นเกมที่เราต้องสวมบทบาทในการไล่ล่าสัตว์ต่างดาว หรือศัตรูชั่วร้ายประเภทอื่นในฉาก 3 มิติ โดยปกติเกมประเภทนี้ เป็นต้นกำเนิดของเกมพีซี เมื่อเป็นที่นิยมแล้วจึงออกไปเป็นวีดีโอเกม เกมประเภทนี้แบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

2.1 เกม **First Person shooting** ลักษณะของเกมประเภทนี้จะเป็นเกมที่มีภาพสายตาจากการมองของผู้เล่น จะเห็นเพียงอาวุธของผู้เล่นที่ถือเอาไว้เท่านั้น จัดเป็นเกมที่มีความสมจริงสูงมาก เสมือนผู้เล่นได้เห็นเหตุการณ์นั้นจริงๆ ตัวอย่างเกมประเภทนี้ คือ **Doom** และ **Half Life**

2.2 เกม **Third Person Shooting** ลักษณะของเกมประเภทนี้จะมองภาพจากบุคคลที่ 3 คือ เราสามารถเห็นภาพเต็มตัวของตัวละครที่เราบังคับ โดยส่วนใหญ่จะเป็นจากด้านหลัง เหมือนกับเราติดตามด้านหลังของตัวละครดังกล่าวไปตลอดการเล่น เกม เช่น **Tomb Raider**

3. เกม **racing** หรือเกมขับรถ พบได้ทั่วไปตามห้างสรรพสินค้า หรือโรงภาพยนตร์ การเล่นเกมขับรถบนเครื่องคอมพิวเตอร์นั้น จะเน้นความสนุกสนานควบคู่กับความสามารถเหมือน



จริง แต่ความสนุกสนานจะยังคงเหมือนเดิม การเล่นเกมประเภทนี้กับเครื่องคอมพิวเตอร์ ส่วนใหญ่จะต้องเพิ่มอุปกรณ์ต่อเพิ่ม เพื่อสร้างความสะดวกในการเล่น และการบังคับเกม

4. เกม **Fight Simulation** เป็นเกมที่จำลองการบิน โดยคอมพิวเตอร์จะจำลองฉากการบินและยานต่างๆ เกมประเภทนี้เหมาะสำหรับการฝึกบินแบบพาณิชย์ ถ้าเปรียบเทียบวิธีการเล่นเกมแต่ละประเภท เกมประเภทนี้จะเล่นยากที่สุด

5. เกม **Space Simulation** จะเป็นการขับไล่นานอวกาศต้นแบบของเกมประเภทนี้ การออกแบบเกมจะใส่กฎเกณฑ์ฟิสิกส์ลงไปในเกม ทำให้นานอวกาศขับเคลื่อนได้เหมือนจริง

6. เกม **Strategy** หรือเกมวางแผน เนื้อหาของเกมส่วนใหญ่จะเน้นการคิดอย่างมีระบบในการวางแผนเพื่อการเอาชนะ ผู้เล่นจะต้องสรรแสวงหาและใช้ทรัพยากรในเกมให้ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ทรัพยากรเหล่านั้นจะเป็นเงิน วัตถุดิบในการผลิต กำลังคน เป็นต้น ทรัพยากรเหล่านี้จะถูกนำไปใช้ในการทำลายสงคราม การสร้างธุรกิจ การวิจัย การพัฒนาเมือง แตกต่างกันไปในแต่ละเกม โดยผู้เล่นต้องมีการวางแผนล่วงหน้าและคอยติดตามในการแก้ปัญหาต่างๆ ที่อาจเกิดขึ้น เกมประเภทนี้สามารถแบ่งออกได้ 2 ประเภท คือ

6.1 ประเภทเกมที่มีการดำเนินไปของเกมเป็นไปตามเวลาจริงหรือที่เรียกว่า **Real-time Strategy**

6.2 ประเภทที่มีการให้เราผลัดกันเล่นที่ละตาไปกับเครื่องคอมพิวเตอร์ หรือคู่ต่อสู้ ซึ่งเราเรียกเกมประเภทนี้ว่า **Turn based Strategy**

7. เกม **Sport** เป็นเกมประเภท **Action** หรือประเภท **Strategy** ซึ่งเอากีฬาต่างๆ มาเป็นตัวกำหนดเนื้อเรื่อง กำหนดกฎเกณฑ์ หรือกำหนดสภาพแวดล้อมในการเล่น เช่น เกมฟุตบอล ในแบบ **Action** ผู้เล่นจะต้องบังคับนักกีฬาในสนามให้เลี้ยงหรือส่งบอล เพื่อนำลูกไปยังประตู ระหว่างทางจะคอยหลบฝ่ายตรงข้าม การบังคับจะอาศัยความรวดเร็วของมือ และสายตา ส่วนเกมกีฬาแบบ **Strategy** ก็จะทำให้เราเป็นผู้จัดการทีมต่างๆ ซึ่งเราจะต้องวางแผนการเล่น จัดสรรทรัพยากร ทั้งเงิน และกำลังคนอย่างเหมาะสม ความน่าสนใจของเกม **Sport** คือการได้เล่นเป็นนักกีฬาที่เราชื่นชอบ

8. เกม **Role playing** หรือที่เรียกสั้นๆ ว่า **RPG** มีต้นกำเนิดมากกว่า 20 ปี ในสหรัฐอเมริกา และอังกฤษ ซึ่งเกม **Role play** ที่เป็นเกมดั้งเดิม จะต้องอาศัยจินตนาการในการเล่นมากๆ

9. เกม **Adventure** คือเกมแก้ไขปริศนาต่างๆ เมื่อแก้ไขได้ เราจะได้ผ่านไปจากต่อไป ซึ่งเหมือนกับการให้รางวัล เพราะเกมประเภทนี้จะเน้นความสวยงามของภาพ เนื้อหาที่น่าติดตาม การแก้ไขปริศนาจะมีความยากง่ายแตกต่างกันไปตามความยากง่ายของแต่ละเกม

การจัดประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ใน (สมุดบันทึกฝัน, 2549) ได้ทำการแบ่งประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ออกเป็น 6 ประเภท คือ

1. **RPG (Role Playing Game)** หรือบางคนเรียกว่า เกมภาษา แต่ที่จริงแล้วเป็นเกมที่ผู้เล่นต้องเล่นและค้นหาปริศนาที่ผู้สร้างผูกเรื่องเอาไว้ ดังนั้นเกมประเภทนี้จึงคล้ายๆกับการอ่านนิยายนั่นเอง แต่ไม่เรียบง่ายเหมือนกับในนิยาย ในช่วงแรกๆ เกมแนวนี้จะมีแนวทางการเล่นแนวเดียว คือ มีฉากจบแบบเดียว แต่ในระยะหลังๆ ผู้สร้างเกมก็มีพัฒนาการขึ้นมาก มีฉากจบหลายรูปแบบ ทำให้เกมมีความหลากหลาย เล่นได้หลายครั้งโดยไม่เบื่อ ตัวอย่างเช่น **Final Fantasy, Dragon Quest** เป็นต้น

2. **Action** เกมแนวนี้เน้นการตะลุยอุปสรรคต่างๆ โดยใช้การควบคุมที่ชำนาญ แคล้วคล่องว่องไว ทำให้ผู้เล่นรู้สึกตื่นเต้น ตื่นตัวอยู่ตลอดเวลา ตัวอย่างเช่น **Rockman, Packman** เป็นต้น

3. **Strategy** เป็นเกมที่ต้องใช้สมองคิดถึงวิธีเอาชนะ โดยศึกษาถึงรูปแบบ แนวทาง และคุณสมบัติพิเศษของตัวละครต่างๆมาประยุกต์ใช้ แบ่งได้ 2 กลุ่มย่อยๆ คือ **RTS (Real time strategy)** และ **TBS (Turn based strategy)** โดย **RTS** อ้างอิงโดยการใช้การดำเนินเรื่องไปเรื่อยๆ ไม่มีหยุดเหมือนเวลาจริง แต่ **TBS** จะใช้การผลัดกันทำการต่างๆ เป็นรอบๆไป

4. **Shooting** เป็นเกมแนวเครื่องบิน หรือยานพาหนะต่างๆ ตะลุยด่านไปเรื่อยๆ โดยใช้การยิงตลอดทั้งเกม ตัวอย่างเช่น **Twin bee** เป็นต้น

5. **Sport** เป็นเกมจำลองการแข่งขันกีฬาต่างๆ โดยใช้กติกาและการแข่งขันเสมือนจริง แต่ก็มีบางเกมที่เพิ่มสีสัน โดยการให้ลูกเล่น และทำไม้ตายเหนือธรรมชาติ เพื่อเพิ่มความสนุก ตัวอย่างเช่น **Snooker, Golf** เป็นต้น

6. **Fighting** เป็นเกมจำลองการต่อสู้ มีทั้งเลียนแบบของจริง และเหนือธรรมชาติ ตัวอย่างเช่น **Boxing, Street Fighter** เป็นต้น

จากการศึกษาค้นคว้าเอกสารอ้างอิงถึงรูปแบบการแบ่งประเภทของเกมคอมพิวเตอร์สามารถสรุปประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ที่นิยมแบ่งกันทุกๆ ไป ที่นิยมเล่นในปัจจุบันและเป็นประเภทของเกมที่ร้านเกมมีบริการลูกค้า แบ่งออกเป็น 5 ประเภท ดังนี้

1. **เกมแอ็คชั่น (Action)** หมายถึง เกมที่มีเนื้อหามุ่งเน้นไปที่เรื่องของการต่อสู้มากกว่าเกมประเภทอื่นๆ ประเภทบุกไล่ยิงอย่างเดียว ตัวละครที่ใช้แทนผู้เล่นมักเป็นคน สัตว์ หุ่นยนต์หรืออื่นๆ เช่น เกม **Counter Strike** เป็นต้น

2. **เกมภาษา RPG (Role Playing Game)** หมายถึง เกมที่มีเนื้อหาผจญภัย ผู้เล่นสามารถสวมบทบาทตามตัวละครที่ผู้เล่นเลือก ซึ่งแต่ละตัวเอกจะมีคุณลักษณะหรือความสามารถแตกต่างกันไปตามความชอบของผู้เล่น ตัวละครเอกของเรื่องจะสามารถพัฒนาความสามารถเพื่อเอาชนะอุปสรรคต่างๆ หรือผ่านด่านทั้งหมดที่มีอยู่ในเกม จุดเด่นของเกมประเภทนี้เน้นเรื่องของการติดต่อสื่อสารกับตัวละครในเกมกับผู้เล่น ตัวอย่างเช่น **Final Fantasy, Dragon Quest** เป็นต้น

3. เกมจำลองสถานการณ์ (Simulation) หมายถึง เกมที่จำลองสถานการณ์ ซึ่งมีรูปแบบของเกมคล้ายความเป็นจริง ทั้งสภาพแวดล้อม ผู้เล่นต้องใช้ทั้งความคิด จินตนาการและสติปัญญาในการวางแผนและการแก้ไขปัญหาในแต่ละขั้นตอน เช่น เกมสามก๊ก เป็นต้น

4. เกมวางแผน (Strategy) หมายถึง เกมที่ต้องใช้ความรอบคอบในการวางแผนระหว่างการเล่นทุกขั้นตอน และผู้เล่นต้องใช้ทรัพยากรทุกอย่างในเกมอย่างละเอียด และให้เกิดประโยชน์สูงสุด เพื่อให้ได้มาซึ่งชัยชนะในการต่อสู้กับฝ่ายตรงข้าม และเพื่อบรรลุจุดประสงค์ของเกม เช่น เกม Age of Empire, Red Alert เป็นต้น

5. เกมออนไลน์ mmorpg (massively multiplayer online role playing game) หมายถึง เกมที่เล่นผ่านระบบออนไลน์โดยเชื่อมต่อผ่านทางอินเทอร์เน็ต ลักษณะของเกมออนไลน์จะมีรูปแบบคล้ายเกมภาษา จุดเด่นของเกมก็คือ เป็นเกมที่มีการรวมเนื้อหาของหลายประเภทอยู่ในเกมเดียว ทั้งRPG, Strategy, Action, Simulation ประกอบกันรวมเป็น mmorpg เนื้อหาการดำเนินเรื่องของเกมออนไลน์จะคล้ายกับชีวิตประจำวัน นอกจากนี้ผู้เล่นสามารถติดต่อสื่อสารกันกับเพื่อนในกลุ่มหรือเพื่อนต่างกลุ่มที่เล่นเกมประเภทเดียวกันได้ เกมออนไลน์จะถูกควบคุมระบบการเล่นจากเครื่อง แม่ข่ายที่ทำหน้าที่ส่งสารข้อมูล และสถานะของเกมต่างๆ ไปยังผู้เล่นที่ออนไลน์อยู่ เช่นเกม Yulgang เป็นต้น

## 2.4 เด็กกับเกมคอมพิวเตอร์

เกมคอมพิวเตอร์ หรือที่เรียกกันว่าวิดีโอเกม เป็นสื่อบันเทิงที่นิยมเล่นกันอย่างแพร่หลายในยุคที่คอมพิวเตอร์กำลังเฟื่องฟู ครอบครัวที่พอมีฐานะจะมีเครื่องเล่นเกมคอมพิวเตอร์แทบทุกบ้าน ด้วยคิดว่านอกจากจะให้ความสนุกสนานเพลิดเพลินแล้ว ยังได้ฝึกสติปัญญาอีกด้วย

เกมคอมพิวเตอร์ในปัจจุบันมีมากมายหลายประเภทให้เลือกซื้อ บางเกมเหมาะสำหรับเด็กเล็ก เพราะเป็นเกมง่ายๆ วิธีการเล่นไม่สลับซับซ้อน บุ่มควบคุมการเล่นก็มีน้อย บางเกมผู้เล่นจะได้สนุกสนานกับการเล่นแล้วยังได้มีโอกาสได้ศึกษา ฝึกปัญญา เสริมทักษะ และความถนัดได้อีก เพราะเกมเหล่านั้นมีการสอดแทรกความรู้ต่างๆเข้าไป เช่น เป็นเกมต่อภาพ เกมค่ายกลที่ใช้ความรู้ทางตรรกศาสตร์เข้าแก้ปัญหา เกมที่เสริมความรู้ทางคณิตศาสตร์ หรือศัพท์ภาษาอังกฤษ และมีเกมเกี่ยวกับการกีฬา เช่น กอล์ฟ เทนนิส วอลเลย์บอล ฯลฯ จะมีการจำลองสถานการณ์ให้ใกล้เคียงกับความเป็นจริง ทำให้ได้ฝึกเล่นกีฬาไปในตัว เกมเหล่านี้แม้ว่าจะช่วยเสริมทักษะ ไม่มีพิษไม่มีภัย แต่ไม่เป็นที่นิยมมากนัก

ในขณะที่เกมบางเกมเลียนแบบมาจากภาพยนตร์การต่อสู้ประเภทหมัดมวย ที่มีไมค์ ไทสัน เงินหลง บรูซลี ฯลฯ หรือเกมสงครามที่ต่อสู้กันทั้งทางบก ทางน้ำ ทางอากาศ ไปจนกระทั่งถึงอวกาศ ที่ใช้ปืนแสงเลเซอร์ยิงต่อสู้ และเกมผจญภัยอย่าง Super Mario กลับได้รับความนิยมและ

ติดตลาดมาก เพราะผู้เล่นได้รับความสนุกสนานกับการยิงต่อสู้กลับไปกลับมาในบทบาทของพระเอก

เด็กเห็นภาพพจน์เกี่ยวกับสงคราม การฆ่าฟันเป็นเกมที่สนุกสนาน ได้เลียนแบบพระเอกที่อยู่เหนือผู้ร้าย ใช้ความรุนแรงในการแก้ปัญหา เด็กส่วนใหญ่สับสนแยกแยะไม่ออกว่าความชั่วร้ายและความดีเป็นอย่างไร บรรดาเด็กๆ ต่างชื่นชอบความรุนแรงของเกม เพราะได้เป็นผู้บงการหรือลงมือฆ่าศัตรูด้วยมือของตนเอง ถ้าหากเป็นการดูทีวีหรือภาพยนตร์ ก็ได้แต่นั่งมองอยู่ห่างๆ และคอยเอาใจช่วย แต่ในเกมคอมพิวเตอร์ เขาเป็นพระเอก และเป็นพระเอกที่ไม่ตาย เพราะถ้าหากพลาดก็สามารถเริ่มเล่นเกมใหม่ได้ โดยขณะที่เล่นจะมีแสง เสียงประกอบให้เกือบเหมือนจริง สร้างความเร้าใจให้กับผู้เล่นจนคิดว่าตนเองเข้าไปอยู่ในเหตุการณ์นั้นจริงๆ ทั้งหมดนี้ทำให้เด็กเห็นว่าการทำลายล้างฝ่ายตรงข้ามโดยการใช้อำนาจ และอาวุธต่างๆ เป็นสิ่งถูกต้องที่สังคมยอมรับ

เด็กจึงมีภาพพจน์ที่ผิดๆ ว่า สงครามหรือการฆ่าฟันเป็นเกมละเล่นที่สนุกสนาน พระเอกมีหน้าที่ฆ่าศัตรูอย่างเดียว เด็กอาจนำความคิดนี้มาเป็นบรรทัดฐานของตนว่า ถ้าหากทำร้ายผู้อื่นก็จะชนะและถูกต้องเสมอไป ส่วนเกมผจญภัยมักเป็นเรื่องเกี่ยวกับความชั่วร้ายของซาตาน และแนวคิดนาการแบบนิยายวิทยาศาสตร์ เนื้อหาของเกมมักแสดงให้เห็นว่ามีอำนาจชั่วร้ายหวังจะครองโลก จึงต้องเป็นหน้าที่ของพระเอกที่จะต้องช่วยโลก สำหรับเกมกีฬาแม้มีเนื้อหาไม่รุนแรง แต่ไม่ดึงดูดความสนใจ ปัจจุบันไม่ว่าเกมคอมพิวเตอร์จะมีเนื้อหาอย่างไร ต่างเพิ่มความละเอียดอ่อน สลับซับซ้อนให้เหมือนจริงมากขึ้นทั้งภาพและเสียง มีเงื่อนไขให้แก้ปัญหา และทำคะแนนได้ยาก ยิ่งท้าทายความสามารถของผู้เล่น และอยู่ในตลาดได้นาน

## 2.5 สาเหตุของการติดเกมคอมพิวเตอร์

บัณฑิต ศรีไพศาล (2547) ผู้อำนวยการสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ กล่าวว่า สิ่งที่ดึงดูดให้เด็กติดเกม / อินเทอร์เน็ต ได้แก่ ความสวยงาม (Graphic) ทำให้มองเพลินดึงดูดใจ, เนื้อหาเกมท้าทายความสามารถ ทำให้เด็กต้องการพิสูจน์ว่าตนเองเก่ง โดยการเอาชนะเกมให้ได้ อีกทั้งการชนะเกมให้เด็กได้ประสบความสำเร็จ ได้รับรางวัล ได้รับการยอมรับ ได้รับการยกย่อง ตลอดจนเกิดความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง, Network effect หมายถึง ผลจากการเชื่อมโยงเครือข่าย ได้แก่ การได้เพื่อนใหม่ทางอินเทอร์เน็ต การแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสาร หรือการช่วยเหลือกันกับเพื่อนในอินเทอร์เน็ต ทำให้เด็กรู้สึกได้ประโยชน์จากการเล่นเกมออนไลน์, การไม่มีความสุขหรือความสำเร็จจากกิจกรรมอื่นๆ เป็นทางเลือก ทำให้เด็กรู้สึกเบื่อหน่าย จนต้องแสวงหากิจกรรมบางสิ่งบางอย่างที่ทำแล้วเกิดความสุข เช่น เล่นเกม เป็นต้น การไม่มีคนรอบข้างที่มาดึงออกไปในทางบวก เช่น ครอบครัวไม่มีเวลา หรือ อาจมีคนปรารถนาดี แต่ไม่รู้วิธี เช่น พ่อแม่ที่ไม่มี

ความรู้ว่าควรดูแลเด็กติดเกมอย่างไร การที่เข้าถึงเกม / อินเทอร์เน็ตได้ง่าย การเข้าถึงกิจกรรมทางเลือกอื่นๆ ได้ยาก และการที่สังคมมีจิตสำนึกร่วมในการสร้างสิ่งแวดล้อมที่ดีสำหรับเด็กน้อย

ชาญวิทย์ พรนภดล (2548) หน่วยจิตเวชเด็กและวัยรุ่น ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล กล่าวว่า สาเหตุที่ทำให้เด็กติดเกมมิได้มีเพียงสาเหตุใดสาเหตุหนึ่ง แต่การติดเกมเป็นเพียงผลลัพธ์ของหลายๆ ปัจจัยที่ผสมผสานและเกี่ยวข้อยกันอยู่ สาเหตุหลักๆ ได้แก่

1. การเลี้ยงดูในครอบครัว มักจะพบเด็กติดเกมได้บ่อยในครอบครัวที่เลี้ยงเด็กโดยไม่เคยให้เด็กมีวินัยในตนเอง ขาดกฎระเบียบ กติกาในบ้าน ตามใจเด็ก หรือมักจะใจอ่อนไม่ทำโทษ เมื่อเด็กกระทำผิด บางครอบครัวมีลักษณะที่สมาชิกในครอบครัวต่างคนต่างอยู่ ไม่มีกิจกรรมที่สนุกสนานให้เด็กทำ หรือไม่มีกิจกรรมที่สมาชิกทุกคนทำร่วมกัน ทำให้เด็กเกิดความเหงา ความเบื่อหน่าย เด็กจึงต้องหากิจกรรมอื่นทำเพื่อให้ตนเองสนุก ซึ่งก็หนีไม่พ้นการเล่นเกมนั่นเอง พ่อแม่อาจไม่มีเวลาควบคุมเด็ก หรือมองไม่เห็นความจำเป็นที่จะต้องจำกัดเวลาในการเล่นเกมนั่นเอง ในช่วงแรกพ่อแม่อาจรู้สึกพอใจที่เห็นเด็กเล่นเกมเรื่อยๆ คนเดียวได้โดยไม่มารบกวนตน ทำให้ตนมีเวลาส่วนตัวมากขึ้น พุดต่างๆ คือ ใช้เกมเสมือนเป็นพี่เลี้ยงดูแลเด็กแทนตน

2. สังคมที่เปลี่ยนแปลงไป สังคมยุคไฮเทคที่มีเครื่องมือที่มีพลังในการสร้างความตื่นเต้นให้เกิดขึ้นในตัวเด็กอย่างมหาศาล สังคมวัตถุนิยม สังคมที่ขาดแคลนกิจกรรม หรือสถานที่ที่เด็กจะได้ใช้ประโยชน์หรือเรียนรู้โดยได้รับความสนุกสนานเพลิดเพลินไปด้วย เหล่านี้เป็นแรงผลักดันให้เด็กหันไปใช้การเล่นเกมนั้นเป็นทางออก

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

## 2.6 ผลกระทบของการเล่นเกมคอมพิวเตอร์

จากการรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับผลกระทบของการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ที่มีต่อเด็กนั้นพบว่านักจิตวิทยาและนักการศึกษาหลายท่านได้ให้ความเห็นเกี่ยวกับการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ดังนี้

อัมพล สุอำพัน (อ้างถึงใน อัจฉรา กิ่งปิยะ, 2532) หัวหน้าหน่วยจิตเวชเด็ก โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ กล่าวว่า การเล่นวีดีโอเกมมีทั้งผลดีและผลเสีย ขึ้นอยู่กับองค์ประกอบหลายด้าน ไม่ว่าจะเป็นเนื้อหาของเกม เวลาในการเล่น อายุของผู้เล่นเกมและที่ตัวของผู้เล่นเกม หรือความสัมพันธ์ระหว่างผู้ปกครอง พ่อแม่ลูก ฯลฯ ล้วนเป็นองค์ประกอบที่สำคัญ

ถ้าเด็กรู้จักเลือกเล่นเกมที่สร้างสรรค์ และเสริมสร้างสติปัญญาให้เหมาะสมกับตัวเองและอายุของผู้เล่นภายในระยะเวลาที่จำกัด แต่ถ้าเล่นตั้งแต่เช้าจรดเย็นทุกวันไม่ทำอะไรจะเกิดผลกระทบอย่างมากมาย การเล่นเกมจะทำให้เกิดความว่องไวเฉียบพลันในการโต้ตอบ แต่การที่ต้งนั่งเล่นเป็นเวลานานๆ โดยจ้องมองหน้าจอเพียงอย่างเดียว จะทำให้สมองส่วนที่ควบคุมการทำงานของสายตาต้องทำงานอย่างหนักแล้ว การนั่งเล่นโดยไม่เคลื่อนไหวทำให้กล้ามเนื้อลำคอมีผลกระทบต่อการเจริญเติบโตทางร่างกาย

ผลกระทบทางด้านอารมณ์และสังคม นอกจากจะให้ความสนุกสนานแล้วยังมีส่วนช่วยให้ผ่อนคลายอารมณ์ไปในตัวด้วย หรือหากได้เล่นเป็นกลุ่มและผลัดกันเล่นนอกจากจะทำให้เด็กรู้จักกับการให้แล้วยังช่วยให้การพัฒนาทางด้านสังคมดียิ่งขึ้น

ผลที่มีต่อสติปัญญา แม้ว่าการเล่นเกมคอมพิวเตอร์จะช่วยเสริมสร้างทักษะสติปัญญาบ้างก็ตาม แต่การมุ่งมั่งที่เล่นอย่างเดียวยังทำให้เด็กไม่สนใจการเรียนอีกทั้งสติปัญญาไม่พัฒนา ในขณะที่สติปัญญาของคนอื่นพัฒนาอยู่ตลอดเวลา การเล่นเกมคอมพิวเตอร์ไม่ได้ทำให้เด็กโง่ไม่ได้ทำให้ความสามารถของเด็กเสียไป แต่ทำให้โอกาสของเด็กที่จะเรียนรู้ไม่ค่อยดี การพัฒนาช้ากว่าคนอื่น ๆ

กิติกร มีทรัพย์ (2534) ได้ให้ข้อมูลเกี่ยวกับผลกระทบที่เกิดจากการเล่นเกม หรือเกมคอมพิวเตอร์ ดังนี้

1. เป็นการสร้างความสัมพันธ์ระหว่างมือและตาให้ดีขึ้น หรือที่เรียกว่า **Visual - Motor** กล่าวคือ มีความรวดเร็วในการใช้มือและตา
2. เด็กจะได้รับความสนุกสนาน ได้ผ่อนคลาย และได้ทดสอบความสามารถ รู้จักคุ้นเคยกับเทคนิควิทยาการใหม่ๆ และความก้าวหน้า
3. การเล่นเกมคอมพิวเตอร์เป็นเวลานานๆ จะทำให้เด็กขาดสังคม และอาจทำให้เด็กขาดทักษะการเข้าสังคม
4. เกมคอมพิวเตอร์ทำให้เด็กขาดจินตนาการในการเล่น ซึ่งแตกต่างจากการเล่นในรูปแบบอื่นๆ
5. เนื้อหาของเกมที่เล่น ส่วนใหญ่เน้นไปในเรื่องของความก้าวร้าว ทบทำลาย ทำให้เด็กเห็นว่าการฆ่าฟันกันเป็นเรื่องธรรมดา
6. เสี่ยงสุขภาพทางร่างกาย เวลาที่นั่งเล่นเป็นเวลานานๆ

ประนอม จันทม (2534) กล่าวว่า วิดีโอเกมและเกมคอมพิวเตอร์มีผลกระทบต่อเด็กดังต่อไปนี้ คือ

1. ทางด้านการเรียน ในการเล่นเกมหากเด็กไม่รู้จักแบ่งเวลาหรือจัดเวลาเล่นได้ไม่ถูกต้องหรือเอาแต่หมกมุ่นในการเล่นเกมนคอมพิวเตอร์ จะส่งผลให้การเรียนของเด็กเกิดปัญหาได้ เช่น

เรียนไม่ดี ผลการเรียนตกต่ำถดถอยลง ไม่ส่งการบ้านครู อันเป็นผลเสียอย่างมากสำหรับเด็กเอง เพราะการที่เด็กเล่นเกมที่ทำหายและต้องการเอาชนะ ต้องการที่จะได้คะแนนมากที่สุด ทำให้เด็กหมกมุ่นกับการเล่นจนไม่สนใจที่จะศึกษาเล่าเรียนของตนเอง ไม่ทำการบ้านส่งครู เนื่องจากเอาเวลาส่วนใหญ่ไปเล่นเกม

2. ทางด้านสุขภาพร่างกาย การที่เด็กเอาแต่จับจ้อง เฟ่งดูแต่เกมที่ปรากฏบนหน้าจอคอมพิวเตอร์ในระยะใกล้ๆ เป็นเวลานานๆ ทำให้สายตาเสีย โดยเฉพาะหากจัดแสงสว่างไม่เพียงพอเหมาะสม นอกจากนั้น การที่เด็กเพลิดเพลินอยู่กับการเล่นจนไม่สนใจที่จะรับประทานอาหารให้ตรงตามเวลา จะทำให้เด็กปวดท้องและเป็นโรคกระเพาะอาหารได้ ยิ่งไปกว่านั้นการที่เด็กจับจ้องอยู่กับเครื่องเล่นเกมภายในห้อง ขาดการออกกำลังกาย ทำให้ร่างกายไม่แข็งแรง เจ็บป่วยง่าย

ทางด้านอารมณ์ สังคม การเล่นเกมคอมพิวเตอร์โดยส่วนมากแล้วมักจะเล่นเพียงลำพังคนเดียว หรืออย่างมากก็เพียงแค่ 2 คน เพื่อการแข่งขันกัน หากเด็กเอาแต่นั่งเล่นเกมคอมพิวเตอร์เพียงอย่างเดียว โดยไม่ยอมให้เพื่อนเข้ามาร่วมเล่น หรือร่วมสนุกกับเพื่อน ขาดการรู้จักแบ่งปัน การเอื้อเฟื้อผู้อื่น เข้าสังคมไม่เป็น ไม่รู้จักการปรับตัวเข้ากับผู้อื่น ซึ่งหากไม่มีการปรับปรุงจะทำให้เกิดปัญหามากขึ้น

นอกจากนี้ กิตติวดี บุญเชื้อ (2535) ได้เสนอความเห็นที่ว่า วีดีโอเกมมีผลกระทบต่อเด็ก ดังนี้

1. รังสีที่แผ่จากจอมีผลต่อสายตาของเด็ก และถ้าเด็กอายุน้อยเด็กจะมีแรงต่อต้านรังสีได้น้อย ซึ่งเมื่อจ้องนานๆ โดยไม่พักสายตา จะทำให้เกิดอันตรายต่อสายตาได้

2. เด็กเกิดอาการติดคอมพิวเตอร์ ใจจดใจจ่อกับการเล่นเกมอยู่ได้เป็นเวลานานๆ ไม่อยากลุกไปไหน ซึ่งสิ่งที่เป็นโทษโดยแอบแฝง คือไม่ได้เปลี่ยนอิริยาบถ ไม่ได้วิ่งเล่นหรือใช้พลังความสามารถในด้านอื่นๆ

3. ขาดการพัฒนาครบทุกด้าน เด็กในวัยนี้เป็นวัยที่ต้องการความช่วยเหลือและสนับสนุนให้เจริญเติบโตทั้ง 4 ด้าน กล่าวคือ

ด้านร่างกาย ซึ่งหมายถึง สุขภาพร่างกาย ความสมบูรณ์ แข็งแรง สมส่วน มีท่วงทีอิริยาบถ แคล่วคล่องว่องไว ไม่ว่าจะเป็นกล้ามเนื้อใหญ่ เล็ก หรือแม้กระทั่งประสาทสัมผัสต่างๆ ทั้งทางตา หู จมูก ปาก และผิวหนังสัมผัสก็ต้องได้รับการเสริมสร้างให้มีประสิทธิภาพ และใช้การได้ดีทุกส่วนเมื่อเติบโตขึ้น เพราะหากส่วนใดด้อยลงไป ก็จะกลายเป็นปมด้อย

ทางสติปัญญา เด็กได้ฝึกสมองกับคอมพิวเตอร์ เพราะมีปัญหาสารพัดมาให้แก้ไขปัญหา และฝึกทำตาม แต่ก็เป็นเพียงส่วนน้อย ซึ่งการที่เด็กได้รู้จักคิดและแก้ปัญหา รวมทั้งใช้จินตนาการ และพัฒนาความคิดสร้างสรรค์ในชีวิตประจำวันเป็นสิ่งสำคัญยิ่งกว่า และจะช่วยให้อารมณ์ปรับตัวมากขึ้น

ด้านอารมณ์ อาจได้บ้างจากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ ถ้าโปรแกรมนั้นๆ ได้สร้างเงื่อนไขต่างๆ ทำให้ผู้เล่นเกิดอารมณ์คล้อยตามหรือขัดแย้ง แต่ความสามารถในการควบคุมอารมณ์จะไม่ได้มากเท่าการสัมผัสของจริงในสภาพที่เป็นจริง

ทางสังคม การได้ออกไปพบปะ รู้จักกับบุคคลต่างๆ เพื่อนตัวเอง เพื่อนพ่อ เพื่อนแม่ ญาติพี่น้อง ญาติผู้ใหญ่ แม้กระทั่งคนแปลกหน้าจะเป็นการฝึกให้เด็กมีประสบการณ์ในการวางตัวได้อย่างถูกกาลเทศะ มีมารยาทอันงดงาม ซึ่งเป็นสิ่งที่เด็กจะต้องได้รับการแนะนำตั้งแต่ต้นพร้อมๆ กับการได้เห็นตัวอย่างที่ดีที่พ่อแม่ปฏิบัติ

สรุปผลกระทบจากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์เป็นเวลานาน ซึ่งส่งผลกระทบต่อพัฒนาการทั้งทางด้านร่างกาย อารมณ์ สังคมและสติปัญญาของเด็กที่เล่นเกมอยู่บ่อยๆ ผลกระทบจากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์เป็นระยะเวลาสั้นๆ อาจทำให้เด็กมีพัฒนาการทางด้านร่างกาย อารมณ์ สติปัญญา และการเข้าสังคมได้รับการพัฒนาไม่เต็มที่ และส่งผลกระทบต่อด้านอื่นๆ ตามมา ทำให้เด็กพัฒนารูปแบบของพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์กลายเป็นปัญหาสังคมตามมาภายหลัง

## 2.7 แนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์

ชาญวิทย์ พรนภดล (2547) หน่วยจิตเวชเด็กและวัยรุ่น ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล กล่าวว่า วิธีป้องกันปัญหาเด็กติดเกมนั้น ครอบคลุมควร

1. คุยกับเด็กเพื่อกำหนดกติกาการเล่นล่วงหน้าก่อนจะซื้อเกม หรืออนุญาตให้เด็กเล่นว่าเด็กสามารถเล่นเกมได้ในวันใดบ้าง วันใดเล่นไม่ได้ เล่นได้ไม่เกินครั้งละกี่ชั่วโมง ตั้งแต่เวลาใดถึงเวลาใด ก่อนจะเล่นต้องรับผิดชอบทำอะไรให้เสร็จเรียบร้อยก่อนบ้าง หากเด็กไม่รักษากติกา เช่น เล่นเกินเวลา ไม่ทำการบ้านให้เสร็จก่อน ฯลฯ เด็กจะถูกทำโทษอย่างไร (แนะนำให้ใช้วิธีริบเกม หรือตัดสิทธิการเล่นเป็นระยะเวลาหนึ่ง หากเด็กไม่ทำตามกติกาที่ตกลง)

2. วางตำแหน่งคอมพิวเตอร์ หรือเครื่องเล่นเกมในสถานที่ที่เป็นที่โล่ง มีคนเดินผ่านไปผ่านมาบ่อยๆ ไม่ควรตั้งไว้ในห้องนอนหรือห้องที่ปิดมิดชิด เพื่อที่ผู้ปกครองจะได้ติดตามเฝ้าดูได้ เป็นการป้องกันมิให้เด็กเก็บตัว แอบเล่นคนเดียวในห้อง หรือแอบเล่นทั้งคืน

3. วางนาฬิกาขนาดใหญ่ไว้หน้าเครื่อง หรือในตำแหน่งที่เด็กสามารถมองเห็นได้ชัดเจน

4. ให้คำชมแก่เด็กเมื่อเด็กสามารถรักษาเวลาการเล่น ควบคุมตนเองไม่ให้เล่นเลยเวลาที่กำหนดได้

5. เอาจริง เด็ดขาด หากเด็กไม่รักษากติกา เช่น ริบเกม โดยไม่ใจอ่อน ถอดสายโมเด็มออก ฯลฯ

6. ส่งเสริม จัดหากิจกรรมที่สนุกสนานอย่างอื่น (ที่สนุกพอๆ กับเกม / หรือมากกว่าการเล่นเกม) ให้เด็กทำ หรือมีกิจกรรมที่ทำร่วมกันในครอบครัว



7. หลีกเลี่ยงการใช้เกมเป็นเสมือนพี่เลี้ยงเด็ก เพื่อที่พ่อแม่จะได้มีเวลาส่วนตัวไปทำอย่างอื่น

8. สอนให้เด็กรู้จักการแบ่งเวลา รู้จักใช้เวลาอย่างเหมาะสม

เคยมีนักวิชาการหลายๆ ท่านกล่าวว่า การที่เด็กติดเกมเป็นเพราะพ่อแม่ ผู้ปกครองไม่ได้ตัดไฟแต่ต้นลม ไม่ได้กำหนดกติกาหรือฝึกให้ลูกมีวินัย เมื่อปล่อยให้เวลาเนิ่นนานไป ทำให้ลูกเคยชินกลายเป็นติดเกมจริงๆ แล้วการที่เด็กติดเกม เป็นเพราะขาดการยับยั้งชั่งใจ ขาดการควบคุมตนเองนั่นเอง

การช่วยเหลือลูกติดเกม มีหลักเกณฑ์ว่าต้องค่อยเป็นค่อยไป ใช้เวลาในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อให้เด็กสามารถปรับตัวได้ ที่สำคัญพ่อแม่ต้องเป็นกำลังสำคัญให้กับลูก ไม่ว่าจะเป็กำลังกายหรือกำลังใจ ซึ่งสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ กรมสุขภาพจิต (2547) ได้รวบรวมแนวทางการช่วยเหลือได้ ดังนี้

1. มีการพูดคุยตกลงกำหนดกติการ่วมกันระหว่างพ่อแม่ลูก ว่าเล่นเกมได้เวลาใดบ้าง มีการกำหนดรางวัลเมื่อทำได้ และกำหนดการลงโทษเมื่อทำไม่ได้ กติกาต่างๆ ที่กำหนดขึ้นสามารถยืดหยุ่นได้ตามความเหมาะสม

2. จัดให้มีกิจกรรมสร้างสรรค์ทดแทน เพื่อสนับสนุนให้ลูกได้กล้าแสดงออก และแสดงความสามารถพิเศษ เช่น ดนตรี กีฬา ทำอาหาร งานฝีมือ

3. มอบหมายงาน หรือกิจกรรมให้รับผิดชอบ เช่น ทำความสะอาดบ้าน ล้างจาน กรอกน้ำรดน้ำต้นไม้ เป็นต้น

4. พ่อแม่หรือผู้ปกครอง ควรมีเวลาอยู่ร่วมกับลูกๆ พร้อมทั้งเป็นแบบอย่างในการสอนวิธีการหยุดเล่นเกมให้กับลูก

5. พ่อแม่ หรือผู้ปกครอง ควรสังเกตพฤติกรรมของลูก หากพบว่าลูกสนใจเกมมาก พ่อแม่ต้องเข้าถึงลูก ตามเข้าไปในโลกของลูก เข้าร่วมกิจกรรมเกม แสดงความสนใจในสิ่งที่ลูกกำลังเล่นโดยไม่ตำหนิ

6. ซักถาม พูดคุย ร่วมแลกเปลี่ยนความคิดกับลูก เกี่ยวกับเกม การเรียน การเล่นกับเพื่อน ภาวะสังคมในปัจจุบัน ร่วมแบ่งปันความรู้สึกกับลูกว่าขณะเล่นเกม เราตกอยู่ใต้อิทธิพลของเกม หากเราเล่นมากๆ เราอาจเปลืองพลาให้กับเกมได้ ถ้ามถึงผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการใช้เวลาบางส่วนกับเกม

7. ร่วมกำหนดวางแผนเป้าหมายชีวิตของลูก เสนอแนะว่า เรายังมีสิ่งอื่นในชีวิตที่จำเป็นต้องทำ เช่น การเรียน

8. ร่วมกันจัดลำดับภารกิจในกิจวัตรประจำวัน ชวนลูกเข้าสู่กิจกรรมอื่นๆ ในบ้าน ปฏิบัติให้เสร็จก่อน แล้วจึงเล่นเกม

9. ให้คำชมเชยลูกเมื่อทำตามกติกา และให้กำลังใจเมื่อลูกเริ่มทำกิจกรรมอื่นทดแทน
10. พ่อแม่ไม่จำเป็นต้องเล่นเกมเป็น ขอเพียงมีเวลาอยู่กับลูก ดูเขาเล่นเกม และศึกษาหาข้อมูลเนื้อหาเกมแต่ละเกมเป็นอย่างไร รู้จักเกมยอดฮิต เพื่อจะได้พูดคุยกับลูกได้
11. สอนลูกให้มีวินัย รู้จักแบ่งเวลาในการเล่นเกมที่แรก และร่วมกันกำหนดเงื่อนไขในการเล่น
12. ควรมีกิจกรรมที่หลากหลายสำหรับทำร่วมกันระหว่างพ่อแม่ลูก อย่าให้เกมเป็นกิจกรรมเดียวที่ลูกทุ่มเทเวลาให้

สถาบันรามจิตติ (2548) ได้เสนอแนะแนวทางแก้ไขปัญหาเด็กติดเกมไว้ ดังนี้

1. การสนับสนุนส่งเสริม "กลุ่มเพื่อนสร้างสรรค์" หรือ "กลุ่มเพื่อนทางบวก" (positive peer group) ผ่านรูปแบบกิจกรรมกลุ่ม ชมรม ตลอดจนโครงการพิเศษต่างๆ เพื่อให้เด็กมีแหล่งพักพิงทางสังคมที่อบอุ่น ปลอดภัย สร้างสรรค์ และเป็นแบบอย่างในการเรียนรู้พฤติกรรมที่พึงประสงค์จากกลุ่มเพื่อนเหล่านี้ต่อไป
2. การสนับสนุนส่งเสริม "พื้นที่สร้างสรรค์" ในโรงเรียน ชุมชน พื้นที่สาธารณะ เพื่อใช้ประโยชน์ หรือการจัดกิจกรรมของเยาวชนให้มากยิ่งขึ้น เพื่อลดปัจจัยเสี่ยงของการที่เด็กจะเข้าไปข้องแวะกับพื้นที่เสี่ยง พื้นที่อบายมุขที่นำไปสู่กิจกรรมไม่เหมาะสม หรืออาจเป็นอันตรายกับตนเอง รวมถึงเป็นการเปิดทางเลือกของการใช้เวลาว่างของเด็กให้เป็นไปอย่างหลากหลาย สะดวก ทั่วถึง และสร้างสรรค์มากยิ่งขึ้น
3. การสนับสนุนส่งเสริม "การเรียนรู้สร้างสรรค์" ให้เด็กที่มีขีดความสามารถหรือข้อจำกัดต่างกัน มีโอกาสการเรียนรู้ที่ยืดหยุ่น หลากหลาย ให้โอกาสทั้งเด็กที่เรียนเร็ว หรือเรียนช้าต่างก็ได้รับการยอมรับ และความเข้าใจจากครู และมีโอกาสพัฒนาตนเองไปตามศักยภาพ เพื่อลดความเครียด หรือปฏิเสธการเรียนอันเป็นปัจจัยหนึ่งที่ขับให้เด็กไปตามเวลาว่างอย่างไม่เหมาะสม เพื่อหาความบันเทิงหรือคลายเครียดจากชีวิตการเรียน
4. การสนับสนุน "ครอบครัวสร้างสรรค์" ให้พ่อแม่ใช้เวลาอยู่กับลูกอย่างเหมาะสม การเสริมทักษะพ่อแม่ให้เป็นเพื่อนที่ดีของลูก การมีทักษะในการพูดคุยใช้เหตุผลกับลูก ตลอดจนการส่งเสริมการใช้เวลาร่วมกันของครอบครัวในการทำกิจกรรมต่างๆ เพื่อครอบครัวให้มากยิ่งขึ้น
5. การสนับสนุนส่งเสริม "ทักษะชีวิตสร้างสรรค์" ให้สถาบันสื่อร่วมกับสถาบันการศึกษา จัดกิจกรรมรณรงค์ส่งเสริมการเรียนรู้ทักษะชีวิตด้านต่างๆ ของเด็ก ทั้งการมีวินัยในตนเอง การรู้จักยับยั้งชั่งใจต่อสิ่งยั่วยุต่างๆ ไปจนถึงทักษะในการเป็นผู้บริโภคที่ดีเท่าทันกระแสโฆษณาและกระแสบริโภคนิยมที่รุมเร้าเยาวชนอยู่ในขณะนี้

จะเห็นได้ว่า มีแต่คนเสนอแนะแนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหาเด็กติดเกมออกมา ไม่ว่าจะเป็น นักวิจัย นักวิชาการ ที่เสนอแนะแนวทางการป้องกันและแก้ไขปัญหาเด็กติดเกมให้กับทางพ่อแม่ หรือกับทางภาครัฐ แต่ถ้ามหาทางภาครัฐไม่เห็นด้วย ก็ไม่มีประโยชน์อะไร ผลที่ได้จึงไม่เกิดขึ้นเพื่อเด็กอย่างแท้จริง เนื่องจากไม่มีใครทำ

## 2.8 งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเกมคอมพิวเตอร์

### งานวิจัยในต่างประเทศ

แซมเปอร์ และแอสaign (Samper and Asign, 1991) ได้ศึกษาเกี่ยวกับลักษณะวีดีโอเกมที่มีความรุนแรง และไม่มี ความรุนแรง ที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมก้าวร้าว และพฤติกรรมช่วยเหลือ โดยศึกษาในเด็กเกรด 3 เกรด 7 และเกรด 11 จำนวน 160 คน ซึ่งพบว่าเด็กที่เล่นวีดีโอเกมที่มีความรุนแรง จะมีพฤติกรรมก้าวร้าวต่อกว่าเด็กที่เล่นวีดีโอเกมไม่รุนแรง และพบว่าเกมที่ไม่รุนแรงไม่ทำให้พฤติกรรมช่วยเหลือเพิ่มขึ้น ส่วนเกมที่มีความรุนแรงนั้นจะเป็นตัวยับยั้งไม่ให้เกิดพฤติกรรมช่วยเหลือ

มาร์ค (Mark, 1997) ศึกษาเรื่อง "ประสบการณ์และทัศนคติของวัยรุ่นตอนปลายที่มีต่อวีดีโอเกม" กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนมัธยมตอนปลาย 102 คน และนักศึกษาวิทยาลัย 127 คน มีอายุระหว่าง 15-19 ปี ผลการศึกษาพบว่า ทัศนคติที่มีต่อพฤติกรรมการเล่นเกมของเพศหญิงจะดีกว่าเพศชาย และเพศชายมีแนวโน้มที่จะเลือกเกมกีฬาและเกมที่มีความรุนแรงเป็นเกมโปรดของตนเอง ส่วนเพศหญิงมักจะเลือกเกมที่เคลื่อนไหว เพื่อฝัน และใช้ปัญญา

เจนเน (Jeanne, 2000) ศึกษาเรื่องผลกระทบของวีดีโอเกมและเกมคอมพิวเตอร์ที่มีความรุนแรงแฝง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับ 7 และ 8 จำนวน 357 คน ผลการศึกษาพบว่าโดยเฉลี่ยแล้ว เด็กผู้ชายจะใช้เวลาในการเล่นเกมนั้นในแต่ละอาทิตย์เป็นจำนวนชั่วโมงที่มากกว่าเด็กผู้หญิงในทุกๆระดับชั้นเรียน

### งานวิจัยภายในประเทศ

วิภา อุดมฉันท (2533) ทำการศึกษาเรื่องผลกระทบของวีดีโอเกมต่อเด็กไทย ผลการวิจัยพบว่า เด็กไทยส่วนใหญ่เกือบ 100 % ที่มีประสบการณ์การเล่นวีดีโอเกมมาแล้ว โดยเด็กที่มีอายุระหว่าง 7-15 ปี จะเป็นวัยที่เล่นวีดีโอเกมมากที่สุด โดยเฉลี่ยวันละประมาณ 1 ชั่วโมง

เพชรชมพู เทพพิพิธ (2533) ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างความชอบหนังสือการ์ตูน รายการโทรทัศน์ และเกมคอมพิวเตอร์ กับพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 กรุงเทพมหานคร พบว่า นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในกรุงเทพมหานคร ชอบเล่นเกม

คอมพิวเตอร์ประเภทเกมผจญภัยมากเป็นอันดับ 1 และชอบเกมกีฬาเป็นอันดับที่ 2 และเกมอวกาศเป็นอันดับ 3 สำหรับลักษณะตัวเอกที่เด็กนักเรียนชอบคือ ตัวเอกที่มีลักษณะเป็นคนดีมีความซื่อสัตย์ มากเป็นอันดับที่ 1 และชอบตัวเอกที่มีลักษณะเข้มแข็งมาเป็นอันดับที่ 2 และตัวเอกที่มีความสามารถจะชอบรองลงมา ส่วนตัวเอกที่ชอบรังแกผู้อื่นที่อ่อนแอกว่าจะมีผู้เลือกน้อยที่สุด นักเรียนที่เล่นเกมคอมพิวเตอร์มากมักมีแนวโน้มมีพฤติกรรมก้าวร้าวมาก เพราะเด็กที่เล่นเกมคอมพิวเตอร์มักได้รับการเสริมแรง และเด็กที่เลียนแบบพฤติกรรมของตัวเอกในเกม เนื่องจากเด็กมีความพร้อมที่จะเลียนแบบอยู่แล้ว เมื่อตัวเอกแสดงพฤติกรรมก้าวร้าว เด็กก็จะสังเกตจดจำเอาไว้เพื่อแสดงออกเมื่อมีโอกาสที่เหมาะสม

ดวงใจ สมานสิน และวราภรณ์ ธาระวานิช (2540) ได้ศึกษาการเปรียบเทียบพฤติกรรมการก้าวร้าวของนักเรียนประถมศึกษา ระหว่างผู้ที่เล่นวิดีโอเกมและไม่เล่นวิดีโอเกม พบว่านักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่ทำการศึกษากลุ่มที่เล่นวิดีโอเกมเป็น เป็นเพศชายมากกว่าเพศหญิง ส่วนกลุ่มที่ไม่ได้เล่นวิดีโอเกมเป็นเพศหญิงมากกว่าเพศชาย โดยนักเรียนที่เล่นวิดีโอเกมและไม่เล่นวิดีโอเกมมีอายุเฉลี่ยประมาณ 12 ปี นักเรียนที่เล่นวิดีโอเกมจะใช้ระยะเวลาในการเล่นวิดีโอเกมประมาณ 1-2 ชั่วโมงต่อ 1 สัปดาห์ โดยเฉลี่ยนักเรียนเล่นวิดีโอเกมมาเป็นเวลานาน 2 ปี

วรพจน์ พวงสุวรรณ (2541) ศึกษาพฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียนมัธยมในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่านักเรียนมัธยมมีการเล่นเกมเฉลี่ยสัปดาห์ละ 7.4 ชั่วโมง และใช้เวลาในการพิชิตเกมโดยเฉลี่ย 6.8 ชั่วโมง โดยนักเรียนมัธยมศึกษาตอนต้นและมัธยมศึกษาตอนปลายมีระยะเวลาในการพิชิตเกมไม่แตกต่างกัน

พัทยา เพชรธาณินท์ (2541) ได้ทำการศึกษากการใช้สื่อเครื่องเล่นเกมคอมพิวเตอร์ตามห้างสรรพสินค้าของประชาชน ในเขตกรุงเทพมหานคร พบว่า เพศชายและเพศหญิงมีพฤติกรรมการใช้สื่อเครื่องเล่นเกมคอมพิวเตอร์ไม่แตกต่างกัน

ศุภยวิชัยกรเทพโพลล์ (2546) ได้ทำการสำรวจเรื่อง "เยาวชนกับเกมออนไลน์ยุคปัจจุบัน" โดยใช้วิธีการสำรวจภาคสนามจากเยาวชนในเขตกรุงเทพมหานครที่มีอายุตั้งแต่ 10 ปี ขึ้นไป เป็นจำนวน 899 คน พบว่า กลุ่มที่เล่นเกมออนไลน์มากที่สุดเป็นเพศชาย ช่วงอายุ 16-20 ปี การศึกษาระดับมัธยมและระดับปริญญาตรี โดยส่วนใหญ่จะเล่นเกมออนไลน์ที่ร้านอินเทอร์เน็ตที่อยู่ใกล้กับสถานศึกษา หรือใกล้บ้าน ใช้เวลาเล่น 1-3 ชั่วโมงต่อครั้ง และเล่นประมาณ 3-4 วันต่อสัปดาห์ ช่วงเวลาที่เล่นมากที่สุดคือ 17.00-19.00 น. และค่าใช้จ่ายในการเล่นเกมออนไลน์ประมาณสัปดาห์ละ 200 บาท โดยส่วนใหญ่เห็นว่าการเล่นเกมออนไลน์ทำให้เกิดการพัฒนาทักษะการใช้คอมพิวเตอร์ ผ่อนคลายอารมณ์และความรู้สึก เป็นวิธีการหาเพื่อนใหม่ และไม่เห็นว่าเกมออนไลน์เป็นสาเหตุทำให้ผลการเรียนตกต่ำลง หรือเป็นสิ่งไม่ดี เห็นว่าการเล่นเกมออนไลน์เพื่อความสนุกสนาน เพลิดเพลิน และเห็นว่ามีความสนุกสนานมากกว่าผลเสีย

จิรดา มหาเจริญ (2547) ศึกษาพฤติกรรมและผลกระทบของการเปิดรับสื่อเกมออนไลน์ของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม โดยศึกษาผู้เล่นเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ในกลุ่มนักเรียนระดับมัธยมศึกษา จำนวน 391 คน พบว่า ส่วนใหญ่เป็นเพศชาย อายุระหว่าง 11-19 ปี ส่วนใหญ่นิยมเล่นเกมออนไลน์ในช่วงเวลา 16.00-20.00 กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เล่นเกมออนไลน์คนเดียวในบ้าน และเล่นในช่วงวันหยุดสุดสัปดาห์ โดยกลุ่มตัวอย่างเกินกว่าครึ่งไม่เคยเล่นตามห้างสรรพสินค้า และพบว่ากลุ่มตัวอย่างในการศึกษานี้ มีการควบคุมและจำกัดเวลา หรือแบ่งเวลาในการเล่น เพราะนิยมเล่นเกมออนไลน์เป็นกิจกรรมยามว่าง ที่นิยมเล่นเป็นประจำในวันหยุดสุดสัปดาห์ ปัญหาที่พบมากที่สุดจากการเล่นเกมคือ ปัญหาการเงินในเรื่องค่าบัตรเล่นเกมมีราคาแพง ในด้านสุขภาพคือ เสียสายตา ปวดหลัง พักผ่อนน้อย ส่วนผลด้านการเรียน ส่วนใหญ่เห็นด้วยว่า ผู้ที่เล่นเกมออนไลน์มักมีผลการเรียนต่ำลง ขณะที่ผลกระทบต่อครอบครัวพบว่า การเล่นเกมออนไลน์มากๆ ทำให้เกิดปัญหาหรือทะเลาะกับสมาชิกในครอบครัวเรื่องจำกัดการเล่น และมีเวลาพูดคุยหรือทำกิจกรรมกับสมาชิกในครอบครัวน้อยลง

### 3. ทักษะชีวิต

#### 3.1 ความหมายของทักษะชีวิต

ความหมายของทักษะชีวิตนั้น มีผู้เชี่ยวชาญและองค์กรต่างๆ ได้ให้ความหมายไว้มากมาย แตกต่างกันไป ดังต่อไปนี้

องค์การอนามัยโลก (WHO, 1997) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตไว้ว่า เป็นความสามารถในการปรับตัว และมีพฤติกรรมไปในทิศทางที่ถูกต้อง ในการเผชิญกับสิ่งท้าทายต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ

บุญนัญ เลหะทองทิพย์ และรุ่งกานต์ ศรีลัมพ์ (2541) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตไว้ว่าเป็นความสามารถพื้นฐานของบุคคลในการปรับตัว และเลือกทางเดินชีวิตที่เหมาะสม ในการเผชิญปัญหาต่างๆ ที่อยู่รอบตัวในสภาพสังคมปัจจุบัน และเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพ โดยอาศัยการถ่ายทอดประสบการณ์ด้วยการฝึกอบรม

โรงเรียนบ้านแม่ข้าวต้มท่าสุด (2541) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตไว้ว่า เป็นทักษะหรือความสามารถที่จำเป็นในการดำเนินชีวิตให้อยู่รอด อยู่ดี อยู่เย็น และรอดปลอดภัยจากอบายมุข และสิ่งเลวร้ายทั้งปวง เพื่อให้เกิดความสุขความสำเร็จ เป็นประโยชน์ในฐานะพลเมืองและมนุษยชาติที่มีคุณภาพ

กรมสุขภาพจิต (2543) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตไว้ว่า เป็นความสามารถอันประกอบด้วยความรู้ เจตคติ และทักษะในอันที่จะจัดการกับปัญหารอบๆ ตัวในสภาพสังคมปัจจุบัน

และเตรียมพร้อมสำหรับการปรับตัวในอนาคต ไม่ว่าจะเป็นเรื่องเพศ สารเสพติด บทบาทชายหญิง ชีวิตครอบครัว สุขภาพ อิทธิพลสื่อ สิ่งแวดล้อม จริยธรรม ปัญหาสังคม ฯลฯ

ทองคุณ หงส์พันธุ์ (2543) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตไว้ว่า หมายถึง ลักษณะหรือความสามารถเชิงสังคมจิตวิทยา (Psychosocial Competence) เป็นทักษะภายในที่ช่วยให้สามารถเผชิญสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ เป็นความสามารถพื้นฐานที่ทุกคนจำเป็นต้องมี และใช้ในการดำเนินชีวิตอยู่ในสังคมได้อย่างมีความสุข โดยไม่เป็นภาระของสังคม

กรมวิชาการ (2544) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตไว้ว่า เป็นคุณลักษณะ หรือความสามารถเชิงสังคมจิตวิทยา (Psychosocial Competence) และเป็นความสามารถทางสติปัญญาที่ทุกคนจำเป็นต้องใช้ในการเผชิญสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ สามารถพัฒนาขึ้นได้ด้วยการฝึก และกระทำซ้ำๆ ให้เกิดความคล่องแคล่ว เคยชินจนเป็นลักษณะนิสัย

สำนักนิเทศ และพัฒนามาตรฐานการศึกษา (2544) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตไว้ว่า คือ ความสามารถพื้นฐานอันประกอบด้วยความรู้ เจตคติ และทักษะในการจัดการที่เหมาะสมกับตัวเอง และสิ่งแวดล้อม เพื่อให้เป็นความปกติสุข ออยู่รอดปลอดภัยจากภัยสังคมในปัจจุบัน และเตรียมพร้อมสำหรับปรับตัวในอนาคต

เทพ สงวนกิตติพันธุ์ (2545) ได้ให้ความหมายของทักษะชีวิตไว้ว่า หมายถึง ความรู้ ความสามารถ ความเชี่ยวชาญที่จะช่วยให้ความเป็นอยู่ หรือการดำเนินกิจกรรมต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับร่างกาย สังคม และจิตใจ ของบุคคล ให้สามารถดำเนินชีวิตได้อย่างมีความสุขและประสบความสำเร็จในชีวิต

โดยสรุปแล้ว ทักษะชีวิต หมายถึง ความสามารถในการปรับตัวเพื่อเผชิญกับปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นในสังคมปัจจุบัน และอนาคตได้อย่างมีประสิทธิภาพ

### 3.2 องค์ประกอบของทักษะชีวิต

องค์การอนามัยโลก (WHO, 1997) ได้กำหนดองค์ประกอบของทักษะชีวิตที่สำคัญไว้ 10 องค์ประกอบ ดังนี้

1. การตัดสินใจ (Decision making) เป็นสิ่งที่ช่วยก่อให้เกิดการตัดสินใจเกี่ยวกับสิ่งต่างๆ ในชีวิต ซึ่งถ้าบุคคลมีการตัดสินใจอย่างมีประสิทธิภาพในการกระทำต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับสุขภาพ โดยมีการประเมินทางเลือกที่แตกต่าง และผลจากการตัดสินใจในแต่ละทางเลือกนั้น จะมีผลต่อสุขภาพของบุคคลนั้น

2. การแก้ปัญหา (Problem solving) เป็นความสามารถในการแก้ปัญหาต่างๆในชีวิต โดยเฉพาะปัญหาที่ไม่สามารถแก้ไขได้ เป็นสาเหตุทำให้เกิดความตึงเครียดทั้งทางร่างกาย และจิตใจ

3. ความคิดสร้างสรรค์ (Creative thinking) เป็นส่วนสนับสนุนการตัดสินใจและการแก้ไขปัญหา โดยการกำหนดทางเลือกหลายๆทาง เลือกที่จะกระทำ หรือไม่กระทำ ซึ่งบุคคลสามารถนำเอาประสบการณ์ที่ผ่านมาช่วยในการตัดสินใจ และแก้ไขปัญหา ถึงแม้บางครั้งจะยังไม่มีการตัดสินใจ และแก้ไขปัญหา ความคิดสร้างสรรค์ก็ยังช่วยให้สามารถปรับตัวให้เข้ากับสถานการณ์ต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

4. ความคิดอย่างมีวิจารณญาณ (Critical thinking) เป็นความสามารถในการวิเคราะห์ข้อมูลข่าวสาร และประสบการณ์ที่เกิดขึ้น ทั้งยังสามารถช่วยในการประเมินปัจจัยต่างๆ ที่มีอิทธิพลต่อเจตคติ และพฤติกรรม เช่น ค่านิยม แรงกดดันจากกลุ่มเพื่อน และสื่อต่างๆ

5. การสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ (Effective communication) หมายถึงความสามารถในการแสดงออกของบุคคล โดยการใช้คำพูด และภาษาท่าทางที่เหมาะสมกับวัฒนธรรม และสถานการณ์ต่างๆ รวมไปถึงความสามารถในการแสดงความคิดเห็น ความต้องการ การเตือน การปฏิเสธ และการขอร้อง ขอความช่วยเหลือในเวลาที่ต้องการ

6. ทักษะการสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล (Interpersonal relationship skills) สามารถช่วยให้บุคคลมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อกัน และสามารถที่จะรักษา และดำรงไว้ซึ่งความสัมพันธ์อันดี ซึ่งเป็นสิ่งสำคัญต่อการอยู่ร่วมกันในสังคมได้อย่างเป็นปกติสุข ทั้งยังเป็นการรักษาสัมพันธภาพที่ดีของสมาชิกในครอบครัว ถือเป็นแหล่งที่สำคัญในการสนับสนุนทางสังคม

7. ความตระหนักรู้ในตน (Self-awareness) เป็นการยอมรับในตนเอง ยอมรับในบุคลิกลักษณะเด่น ลักษณะด้อยของตนเอง สิ่งที่ตนปรารถนา และสิ่งที่ตนไม่พึงปรารถนา การพัฒนาความตระหนักรู้ในตน สามารถช่วยให้บุคคลยอมรับได้ เมื่อตนรู้สึกเครียด หรืออยู่ภายใต้ความกดดัน และเป็นสิ่งจำเป็นก่อนที่จะไปสู่ทักษะการสื่อสารอย่างมีประสิทธิภาพ การสร้างสัมพันธภาพระหว่างบุคคล และทั้งยังเป็นการพัฒนาให้บุคคลเกิดความเข้าใจ และรู้สึกเห็นใจผู้อื่น

8. ความเห็นใจผู้อื่น (Empathy) เป็นความสามารถในการเข้าใจความรู้สึก ความเห็นใจบุคคลที่แตกต่างจากเรา ถึงแม้ว่าเราจะไม่คุ้นเคย ซึ่งจะช่วยให้เราเข้าใจ และยอมรับความแตกต่างของบุคคลอื่น ทำให้เกิดความสัมพันธ์อันดีทางสังคม เช่น ความแตกต่างทางเชื้อชาติ หรือวัฒนธรรม ความเห็นใจผู้อื่นยังสามารถช่วยเป็นกำลังใจให้ผู้อื่นที่ต้องการการดูแล เอาใจใส่ และความช่วยเหลือ เช่น ผู้ป่วยโรคเอดส์ ผู้ที่มีภาวะบกพร่องทางจิตใจ หรือผู้ที่ไม่เป็นที่ยอมรับทางสังคม

9. การจัดการกับอารมณ์ (Coping with emotions) เป็นการรู้จัก และเข้าใจอารมณ์ของตนเอง และผู้อื่น ตระหนักถึงอารมณ์ต่างๆที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรม และทำให้สามารถตอบสนองต่ออารมณ์ต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม เช่น อารมณ์รุนแรง ความโกรธ หรือความโศกเศร้า ซึ่งส่งผลด้านลบต่อสุขภาพได้ ถ้าไม่สามารถจัดการกับอารมณ์ต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม

10. การจัดการกับความเครียด (Coping with stress) เป็นความสามารถในการรู้ถึงสาเหตุของความเครียด และรู้แนวทางในการควบคุมระดับของความเครียด เช่น การเปลี่ยนแปลงสิ่งแวดล้อม หรือวิถีชีวิต หรืออาจหมายถึง การรู้ถึงวิธีผ่อนคลายเมื่ออยู่ในภาวะตึงเครียด ซึ่งไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ เพื่อช่วยลดปัญหาต่างๆ ทางด้านสุขภาพ

จากองค์ประกอบที่สำคัญทั้ง 10 องค์ประกอบขององค์การอนามัยโลก ทำให้มีนักวิชาการและนักการศึกษาต่างประเทศเห็นความสำคัญของการพัฒนาทักษะชีวิต จึงได้มีการทำการวิจัยโดยนำองค์ประกอบที่สำคัญของทักษะชีวิตเข้ามามีส่วนช่วยแก้ไขปัญหาลดความเครียดของเด็กและวัยรุ่นกำลังเผชิญอยู่ ดังเช่นงานวิจัยของ Gilchrist, Schinke และ Maxwell (1987) ซึ่งได้ศึกษาผลของการแนะนำเกี่ยวกับทักษะชีวิต เพื่อป้องกันปัญหาต่างๆ ของวัยรุ่น 4 เรื่อง คือ 1) การระมัดระวังการมีเพศสัมพันธ์ และการตั้งครรรภ์โดยไม่ตั้งใจ 2) การใช้ยาเสพติด หรือการดื่มเครื่องดื่มที่มีแอลกอฮอล์ และการสูบบุหรี่ 3) ปัญหาความเครียด 4) การถูกทอดทิ้งจากสังคมในมารดาที่เป็นวัยรุ่น โดยแบ่งการทดลองออกเป็น 3 ระยะ คือ ระยะที่หนึ่ง เตรียมความรู้ความเข้าใจเพื่อจูงใจให้วัยรุ่นเข้าร่วมโปรแกรม ระยะที่สอง ความจำเป็นของทักษะชีวิต และระยะที่สาม เป็นการฝึกทักษะชีวิต เช่น การแสดงบทบาทสมมติ เป็นต้น ผลการวิจัยพบว่า การแนะนำเกี่ยวกับทักษะชีวิตสามารถช่วยลดปัญหา ปรับเปลี่ยน รวมทั้งป้องกันพฤติกรรมทั้ง 4 อย่างในวัยรุ่นได้

Sallis, Garcia และ Best (1990) ได้ประเมินผลการฝึกทักษะการปฏิเสธการสูบบุหรี่กับนักเรียนเกรด 4-7 จำนวน 78 คน โดยแบ่งออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม ซึ่งกลุ่มทดลองจะได้รับการฝึกทักษะการปฏิเสธการสูบบุหรี่ และประเมินผลจากแบบทดสอบการโต้ตอบของนักเรียนต่อการชักชวนให้สูบบุหรี่ โดยแบ่งคะแนนออกเป็น 3 ระดับ คือ ดี ปานกลาง แย่ ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนอยู่ในระดับดีสูงกว่ากลุ่มควบคุม ส่วนนักเรียนกลุ่มควบคุมมีคะแนนอยู่ในระดับแย่มากกว่ากลุ่มทดลอง นอกจากนี้นักเรียนในกลุ่มทดลองยังมีความสามารถในการปฏิเสธการสูบบุหรี่จากการชักชวนของเพื่อนได้ดีกว่ากลุ่มควบคุม

Thurston (2002) ได้พัฒนาโปรแกรมส่งเสริมทักษะชีวิต กับเด็กวัยรุ่นชนบทในรัฐเทนเนสซี และรัฐมิสซูรี จำนวน 114 คน มีวัตถุประสงค์เพื่อให้เด็กวัยรุ่นมีพื้นฐานทักษะในการจัดการกับตนเอง รู้จักการเอาตัวรอด และไม่ก่อปัญหาให้แก่สังคม ซึ่งโปรแกรมนี้นี้ชื่อว่า SSY (Survival Skills for Youth) ผลการวิจัยพบว่า หลังจากให้ความรู้ในเรื่องการจัดการกับชีวิต ความ



ภูมิใจในตนเอง และทักษะทางสังคมไปแล้ว พบว่า ผู้เข้าร่วมโปรแกรมมีคะแนนความรู้ความเข้าใจ และการนำไปประยุกต์ใช้หลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .0001 ซึ่งแสดงว่าโปรแกรม SSY สามารถเปลี่ยนเจตคติ และพฤติกรรมของวัยรุ่นในชนบทได้อีกทั้งยังสามารถนำความรู้เกี่ยวกับทักษะชีวิตไปใช้ในการจัดการกับตนเองได้อย่างเหมาะสม นอกจากนี้ผู้เข้าร่วมโปรแกรม SSY ส่วนใหญ่แสดงความคิดเห็นว่า โปรแกรม SSY เป็นโปรแกรมที่ดี สนุก และน่าสนใจ พร้อมเปิดโอกาสให้ผู้เรียนทุกคนได้แสดงความคิดเห็น ได้โต้ตอบกันภายในกลุ่ม และได้เสนอแนะว่า ควรเพิ่มเวลาชั่วโมงเรียนให้มากกว่านี้

McVey และคณะ (2003) ได้พัฒนาโปรแกรมเพื่อส่งเสริมทักษะชีวิตในการป้องกันโรคที่เกิดจากการกิน โดยใช้ทักษะชีวิตเป็นตัวปรับค่านิยมในการกิน และควบคุมอาหารกับนักเรียนหญิงเกรด 7 และ 8 จำนวน 282 คน ซึ่งเป็นกลุ่มทดลอง และนักเรียนอีก 196 คน ให้เป็นกลุ่มควบคุม ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนสามารถเปลี่ยนเจตคติ และพฤติกรรมในการกินไปในทางที่ดีขึ้น แต่เมื่อติดตามผลหลังจากจบการทดลองไปแล้ว 3 เดือน กลับพบว่านักเรียนในกลุ่มทดลองกลับไปมีพฤติกรรมการกินเช่นเดิม ซึ่งไม่แตกต่างจากกลุ่มควบคุม เนื่องจากขาดการควบคุม และประสบการณ์ สิ่งแวดล้อม ตลอดจนความเคยชินที่เป็นตัวชักนำ ผู้วิจัยจึงได้เสนอแนะว่าการจะปรับเจตคติ และพฤติกรรมการกินของนักเรียนได้อย่างสมบูรณ์นั้น น่าจะนำไปสอดแทรกไว้ในหลักสูตร หรือวิชาที่นักเรียนเรียนเป็นประจำ เพื่อเป็นการปลูกฝังค่านิยมอย่างสม่ำเสมอ ซึ่งส่งผลให้นักเรียนเกิดความเคยชิน และสามารถปรับเปลี่ยนค่านิยม เจตคติ และพฤติกรรมได้อย่างถาวร

Peltzer และ Promtussananon (2003) ได้ศึกษาการประเมินผลการจัดการศึกษาทักษะชีวิต สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาของโรงเรียนในเมืองโซล ประเทศแอฟริกาใต้ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนจำนวน 3,150 คน แบ่งเป็นชาย 44.1% หญิง 55.9% อายุเฉลี่ย 15.6 ปี ผลการวิจัยพบว่าการจัดการศึกษาของโรงเรียนส่วนใหญ่จะมีการนำทักษะชีวิตเข้ามาแทรกในการเรียนการสอนด้วย ซึ่งพบว่าได้มีการนำทักษะชีวิตมาเชื่อมโยงกับเนื้อหาในเรื่องเกี่ยวกับการให้ความรู้เรื่องพัฒนาการทางด้านร่างกายของเด็กวัยรุ่น ความรู้เรื่องไวรัส HIV ความเสี่ยงต่อการติดเชื้อไวรัส HIV และการใช้ถุงยางอนามัยเมื่อมีเพศสัมพันธ์

Zollinger และคณะ (2003) ได้ศึกษาผลของการใช้หลักสูตรการฝึกอบรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ในเมืองมารีออน รัฐอินเดียนา ปี 1997-2000 กลุ่มตัวอย่างคือ นักเรียนเกรด 6-8 จำนวน 1,598 คน เนื้อหาในหลักสูตรประกอบด้วย การให้ความรู้ การปลูกฝังเจตคติ และความสามารถในการตัดสินใจในการเลือกทางเดินชีวิต ส่วนทักษะชีวิตที่ใช้ ได้แก่ ทักษะการตัดสินใจ การจัดการกับความเครียด ทักษะการสื่อสาร และทักษะทางสังคม ผลการวิจัยพบว่า กลุ่มนักเรียนที่สูบบุหรี่มีจำนวนการสูบบุหรี่ลดลงเพียงเล็กน้อย แต่กลุ่มนักเรียนที่ไม่สูบบุหรี่พบว่า

ไม่มีการสูบบุหรี่ หรือการลองสูบบุหรี่เกิดขึ้น จะเห็นได้ว่าหลักสูตรนี้ สามารถใช้เป็นตัวป้องกันการสูบบุหรี่ได้ดีกับนักเรียนที่ยังไม่เคยลอง หรือสูบบุหรี่มาก่อน นอกจากนี้นักเรียนส่วนใหญ่เห็นด้วยว่าหลักสูตรการฝึกอบรมทักษะชีวิตหลักสูตรนี้ให้ความรู้ได้ดีมากเกี่ยวกับเรื่องผลกระทบของการสูบบุหรี่ที่ส่งผลเสียต่อสุขภาพ

สำหรับในประเทศไทย กรมสุขภาพจิต (2541) ได้นำแนวคิดทักษะชีวิตขององค์การอนามัยโลกมาประยุกต์ใหม่ เพื่อให้เหมาะสมกับสภาพสังคม และวัฒนธรรมไทยที่อยู่ในช่วงเปลี่ยนผ่าน และสับสนในด้านเจตคติ และค่านิยม เพื่อให้ง่ายต่อการจัดการเรียนการสอน และพัฒนาวิธีการสอนของครู จึงได้ปรับเปลี่ยนโดยแบ่งองค์ประกอบของทักษะชีวิตออกเป็น 3 ด้าน อันได้แก่ ด้านพุทธิพิสัย ด้านจิตพิสัย และด้านทักษะพิสัย ในด้านพุทธิพิสัยนั้นคือ ความคิดสร้างสรรค์ และความคิดอย่างมีวิจารณญาณ ซึ่งจัดเป็นองค์ประกอบร่วม และเป็นพื้นฐานของทุกองค์ประกอบ และจัดความตระหนักรู้ในตน กับความเห็นใจผู้อื่นเป็นด้านจิตพิสัย โดยเพิ่มเจตคติอีก 1 คู่ คือ ความภูมิใจในตนเอง (Self esteem) และความรับผิดชอบต่อสังคม (Social responsibility) ส่วนที่เหลืออีก 3 คู่ เป็นด้านทักษะพิสัย ดังแสดงไว้ในภาพที่ 1



ภาพที่ 1 องค์ประกอบทักษะชีวิต (กรมสุขภาพจิต, 2541)

จากภาพที่ 1 ส่วนที่เป็นแกนกลางจะเป็นองค์ประกอบด้านพุทธิพิสัย ส่วนในวงกลมรอบนอกทางซ้ายเป็นด้านจิตพิสัย และทางขวาเป็นทักษะพิสัย

### 3.3 ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์

ปัจจุบันระบบสารสนเทศและการใช้คอมพิวเตอร์ทั้งในด้านการค้นหาข้อมูล การติดต่อสื่อสารทางอีเมลล์ และกิจกรรมบันเทิง เช่น เกมออนไลน์ เอื้อประโยชน์ให้เข้าถึงข้อมูล ข่าวสารรวดเร็วทันสมัยยิ่งขึ้น จากการทบทวนรายงานสถานการณ์การใช้อินเทอร์เน็ตและเล่นเกม ในปี 2546 ของสภาวิจัยแห่งชาติโดยกลุ่ม Child Watch พบว่า วัยรุ่นในเขตเมืองมากกว่าร้อยละ 50 เข้าร้านอินเทอร์เน็ต ในจำนวนนี้ร้อยละ 10 เข้าร้านอินเทอร์เน็ต 2-3 ครั้งต่อสัปดาห์ เพื่อเล่นเกมและ chat นอกจากนี้ยังพบว่าร้อยละ 20 เล่นตุ้เกมเป็นประจำ ซึ่งมีวัยรุ่นถึงร้อยละ 10 ยอมรับว่าติดตุ้เกม ในปีเดียวกัน สำนักงานพัฒนาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยีแห่งชาติ สำรวจจำนวนผู้ใช้ อินเทอร์เน็ต 20,000 ราย พบจำนวนผู้เล่นเกมมีแนวโน้มสูงขึ้น ส่วนใหญ่อายุระหว่าง 10-14 ปี ใช้เวลาออนไลน์เฉลี่ยสัปดาห์ละ 9.2 ชั่วโมง โดยร้อยละ 15 ออนไลน์มากกว่า 20 ชั่วโมงต่อสัปดาห์ นอกจากนี้กรุงเทพฯ โพลล์สำรวจการเล่นเกมออนไลน์ของเด็กอายุ 10 ปีขึ้นไป ในกรุงเทพมหานคร พบว่าเด็กส่วนใหญ่ใช้เวลาเล่นเกมออนไลน์ 3-4 วันต่อสัปดาห์ ช่วงเวลาที่เล่นเกมมากที่สุด เวลา 17.00- 19.00 น. โดยมีค่าใช้จ่ายในการเล่นต่อสัปดาห์ประมาณ 200-300 บาท และจาก ข้อมูลของสถาบันวิจัยประชากรและสังคม มหาวิทยาลัยมหิดล ปลายปี 2545 ที่สำรวจการแพร่ ระบาดของเกมออนไลน์ชื่อ “แรริกนาร็อค” ซึ่งเกมดังกล่าวเข้ามาในเมืองไทยเพียง 7 เดือน มียอดผู้ ลงทะเบียนเล่นทั้งสิ้น 700,000 คน โดยมียอดผู้เล่นวันละ 200,000 คน เวลาที่ได้รับความนิยมมาก ที่สุดคือ ระหว่างเวลา 13.00-21.00 น. บางคนใช้เวลาเล่นติดต่อกันนานถึงวันละ 15 ชั่วโมง

จะเห็นได้ว่า ในสภาพสังคมปัจจุบัน เกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ได้เข้ามามีอิทธิพลอย่าง มากกับเด็กๆ ที่ยังอยู่ในวัยเรียน ตั้งแต่เด็กเล็กจนถึงเด็กโต จากการเล่นคลายเหงาเพื่อความสนุก ชั่วโมงชั่วโมงครว กลายเป็นการเสพติดเกมอย่างถอนตัวไม่ขึ้น และใช้เวลาวันละหลายๆ ชั่วโมงเพื่อ เล่นเกม จนพ่อแม่ผู้ปกครองได้แต่กลุ้มใจไม่รู้จะแก้ไขอย่างไรดี

ปัญหาการติดเกมส่งผลต่อวัยรุ่นทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจ อารมณ์ และสังคม กล่าวคือ มีผลต่อสมองส่วนหน้า ส่งผลต่อกระบวนการคิดอย่างมีวิจารณญาณและการตัดสินใจ ส่งผลให้ ขาดทักษะด้านปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น และอาจเกิดความเข้าใจในสิ่งที่เกมชนิดนั้นๆ หลอหลอมให้เป็น เช่น อารมณ์ที่รุนแรง พฤติกรรมที่ก้าวร้าว สูญเสียความสามารถด้านการเรียน รวมทั้งมีปัญหาใน การควบคุมตนเอง ด้านการเงิน อาจจะต้องขโมยเงินหรือเล่นพนัน หรือบางรายถูกหลอกจาก บุคคลที่พบในเกมออนไลน์ จนเป็นเหตุให้ถูกทำร้ายร่างกาย ถูกลวงละเมิดทางเพศ หรือรุนแรงขึ้น จนถึงขั้นเสียชีวิตได้ (โรงพยาบาลรามาริบัติ, คณะแพทยศาสตร์, 2548)

ดังนั้น ในการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยจึงได้ประยุกต์ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติด เกมคอมพิวเตอร์ขึ้นมา เพื่อเป็นทักษะที่จะช่วยให้นักเรียนสามารถควบคุมตนเองให้มีความพอดีใน

การเล่นเกมนู้จ๊กแบ่งเวลาในการเล่นเกมนได้อย่างเหมาะสม ตลอดจนรู้เท่าทันสื่อ (เกม) และสามารถที่จะป้องกันตนเองไม่ให้มีพฤติกรรมติดเกมคอมพิวเตอร์

### 3.4 ทักษะชีวิตสู่การจัดการเรียนการสอน

นักการศึกษา และผู้ทรงคุณวุฒิหลายท่านได้ทำการศึกษา และวิจัย โดยได้นำทักษะชีวิต มาใช้ในการจัดการเรียนการสอนเพื่อป้องกันปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นในสังคมไทย มีผลการวิจัยสรุป สาระได้ดังนี้

ฉัตรลดา กาญจนสุทธิแสง และวิมล โรมา (2540) ได้ศึกษาผลของการดำเนินงานโครงการ เตรียมอย่างไร โตอย่างไร โดยใช้กระบวนการเรียนการสอนทักษะชีวิต โดยใช้การศึกษาเชิงคุณภาพ ซึ่งใช้เทคนิคการสนทนากลุ่ม (Focus Group Discussion) และศึกษาเชิงสำรวจกับ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ผลการวิจัยพบว่า การศึกษาเชิงคุณภาพ นักเรียนในเขต กรุงเทพมหานครยังไม่มีพฤติกรรมในเรื่องการมีเพศสัมพันธ์ และยาเสพติด แต่มีนักเรียนในเขต บริเวณทลบางส่วนมีพฤติกรรมดังกล่าวแล้ว จากนั้นนำผลการศึกษามาปรับปรุงแผนการสอน ทักษะชีวิตในโครงการเตรียมอย่างไร โตอย่างไร ผลการดำเนินงานพบว่า หลังอบรมนักเรียนมีความรู้เรื่องเพศศึกษา การวางแผนครอบครัว การคุมกำเนิด โรคติดต่อทางเพศสัมพันธ์ และโรค เอดส์สูงกว่าก่อนอบรม และมีเจตคติต่อเอดส์ ยาเสพติด ครอบครัวศึกษา เพศศึกษา การวางแผน ครอบครัว การคุมกำเนิดเพิ่มขึ้นกว่าก่อนการอบรม รวมถึงการศึกษาทางด้านทักษะ ซึ่งศึกษา เฉพาะทักษะการปฏิเสธ พบว่า นักเรียนสามารถใช้ทักษะในการปฏิเสธได้ดีเพิ่มขึ้น โดยก่อนการ อบรมนักเรียนในเขตกรุงเทพมหานคร และบริเวณทล มีคะแนนทักษะในการปฏิเสธเฉลี่ย 1.26 และ 1.30 ตามลำดับ และหลังการอบรมมีคะแนนเฉลี่ยเพิ่มขึ้นเป็น 3.09 และ 2.91 ตามลำดับ

ยุพิน ชัยราชา (2540) ได้ศึกษาผลของการใช้ชุดกิจกรรมการสอนความรู้ ความตระหนัก และทักษะชีวิตเพื่อ การป้องกันโรคเอดส์ สำหรับ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนวัดล้านตอง จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 30 คน ผลการวิจัยพบว่า หลังการทดลอง นักเรียนมี คะแนนความรู้เรื่องโรคเอดส์สูงกว่าก่อนการทดลอง โดยมีค่าร้อยละของคะแนนเฉลี่ยจาก 53.33 เป็น 88.89 และมีคะแนนทักษะชีวิตในการป้องกันโรคเอดส์สูงกว่าก่อนการทดลอง โดยมีค่าร้อยละ ของคะแนนเฉลี่ยจาก 31.11 เป็น 84.58

นรลักษ์ณธ์ เอื้อกิจ (2541) ได้ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตต่อ พฤติกรรมการป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียน ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนใน สังกัดกรมสามัญศึกษา ในเขตกรุงเทพมหานคร จำนวน 101 คน แบ่งออกเป็นกลุ่มทดลอง จำนวน 51 คน และกลุ่มเปรียบเทียบ จำนวน 50 คน ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังจากทดลอง 1 สัปดาห์ นักเรียนกลุ่มทดลองมีคะแนนความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการมีพฤติกรรมทางเพศที่

เหมาะสม ความตระหนักในตนเอง ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการแก้ปัญหา ทักษะการปฏิเสธ และพฤติกรรมกำบังตนเองเพื่อหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์สูงกว่าก่อนทดลอง และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

จรรยา ลาภศิริอนันต์กุล (2542) ได้พัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นผ่านชุมชนนักเรียน อำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี จำนวน 46 คน ผลการวิจัยพบว่า หลังทดลองกลุ่มตัวอย่างที่เข้าร่วมโครงการมีคะแนนเฉลี่ยความรู้เกี่ยวกับยาบ้า การรู้จักตนเอง การเข้าใจตนเอง และเห็นคุณค่าของตนเอง การแก้ปัญหาเมื่อเผชิญความกดดัน การปฏิเสธและการต่อรอง และการจัดการกับความเครียดสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

ประภาวดี แสนสีลา (2543) ได้พัฒนาโปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันอุบัติเหตุจากรถจักรยานยนต์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดขอนแก่น จำนวน 44 คน โดยจำกัดขอบเขต 4 ทักษะ คือ ทักษะความคิดวิจารณ์ญาณ ทักษะความรับผิดชอบต่อสังคม ทักษะการตัดสินใจ และทักษะการแก้ไขปัญหาในการป้องกันอุบัติเหตุจากรถจักรยานยนต์ โดยใช้การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ผลการวิจัยพบว่า คะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตในแต่ละด้าน ภายหลังการทดลองสูงกว่าก่อนการทดลองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

พรรณวิภา บรรณเกียรติ (2543) ได้ศึกษา และวิเคราะห์ปัญหาสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล พร้อมทั้งสร้างวิชาทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาสุขภาพจิต และศึกษาผลของวิชาทักษะชีวิตที่มีต่อสุขภาพจิตของนักศึกษาพยาบาล ซึ่งนักศึกษาพยาบาลภาคกลางมีปัญหาสุขภาพจิตสูงที่สุด โดยเฉพาะปัญหาการเรียน ลักษณะที่ส่งผลต่อสุขภาพจิตมากที่สุดคือ ปัญหาซับซ้อนเรื้อรังโดยถูกกระทำ และหลังจากการทดลอง นักศึกษาพยาบาลกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยการเห็นคุณค่าในตนเอง ความสัมพันธ์ระหว่างบุคคลเกือบทุกด้าน และพฤติกรรมแสดงออกที่เหมาะสมสูงกว่าก่อนทดลอง และสูงกว่ากลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

วรรณรัตน์ แก้วมงคล (2543) ได้ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนลาดปลาเค้าพิทยาคม จำนวน 80 คน โดยแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 40 คน กลุ่มควบคุม 40 คน ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังการทดลอง กลุ่มทดลองมีความตระหนักในตนเองเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ ความรับผิดชอบในตนเอง เพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ ทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ ทักษะการปฏิเสธโดยไม่เสียสัมพันธภาพ และทักษะการจัดการกับความเครียดสูงกว่าก่อนการทดลอง อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และเมื่อเปรียบเทียบกับกลุ่มเปรียบเทียบแล้ว พบว่า มีเพียงทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ และทักษะการจัดการกับความเครียดของกลุ่มทดลองสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ส่วนพฤติกรรมกำบังตนเองเพื่อหลีกเลี่ยงการมีเพศสัมพันธ์สูงกว่าก่อนทดลอง และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

หลังการทดลองมีพฤติกรรมกำบังกันการสูบบุหรี่สูงกว่าก่อนทดลอง แต่ต่ำกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างไรก็ตามมีนัยสำคัญทางสถิติ นอกจากนี้ยังพบว่า ความตระหนักในตนเองเกี่ยวกับการสูบบุหรี่ ความรับผิดชอบในตนเองเพื่อป้องกันกำบังการสูบบุหรี่ ทักษะการตัดสินใจเพื่อป้องกันกำบังการสูบบุหรี่ มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกำบังกันการสูบบุหรี่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ธมลวรรณ เหล่าวิทยานุรักษ์ (2545) ได้ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมทางสังคม ทักษะชีวิตด้านจิตพิสัย และพฤติกรรมเสริมสร้างสังคมของวัยรุ่น ในกรุงเทพมหานคร กับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 6 จำนวน 2 โรงเรียน ได้แก่ โรงเรียนนวมินทราชินูทิศ เตรียมอุดมศึกษาน้อมเกล้า และโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยรามคำแหง จำนวน 90 คน ผลการวิจัยพบว่า วัยรุ่นที่ได้รับสิ่งแวดล้อมทางสังคมต่างกัน จะมีทักษะชีวิตด้านจิตพิสัย และพฤติกรรมเสริมสร้างสังคมแตกต่างกัน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 นอกจากนี้ทักษะชีวิตด้านจิตพิสัยมีความสัมพันธ์ทางบวกกับพฤติกรรมเสริมสร้างสังคมอยู่ในระดับปานกลาง

เมธาวี อุดมธรรมานุกภาพ, ภักดี ปวีรวรรณ และนราพร เล็กสุขุม (2545) ได้ศึกษาผลของการเรียนรู้ทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาตนเองด้านความฉลาดทางอารมณ์ (ดี เก่ง สุข) ตามแนวความคิดของกรมสุขภาพจิต ด้วยโปรแกรมการฝึกทางจิตวิทยาแก่นักศึกษาสถาบันราชภัฏสวนดุสิต แบ่งเป็นกลุ่มควบคุม 20 คน (ชาย 10 คน และหญิง 10 คน) และกลุ่มทดลอง 20 คน (ชาย 10 คน และหญิง 10 คน) ผลการวิจัยพบว่า นักศึกษาที่เข้ารับการฝึกมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ในแต่ละด้านสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้ารับการฝึก และมีคะแนนความฉลาดทางอารมณ์ทั้ง 9 ด้าน ได้แก่ 1) การควบคุมอารมณ์และความต้องการของตนเอง 2) เห็นใจผู้อื่น 3) รับผิดชอบ 4) รู้จักและมีแรงจูงใจในตนเอง 5) ตัดสินใจและแก้ปัญหา 6) มีสัมพันธภาพและแก้ปัญหา 7) ภูมิใจในตนเอง 8) ฟังพอใจในชีวิต 9) มีความสงบทางใจ มากกว่าก่อนการฝึก

ศศิพร โฉจายะ (2545) ได้ศึกษาประสิทธิผลของโปรแกรมเสริมทักษะชีวิตด้วยการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม เพื่อป้องกันกำบังการสูบบุหรี่ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จังหวัดปทุมธานี จำนวน 78 คน แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 39 คน กลุ่มเปรียบเทียบ 39 คน ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังจากการทดลอง กลุ่มทดลองมีความรู้เรื่องบุหรี่ การคิดอย่างมีวิจารณญาณ ความตระหนักในตนเอง ความรับผิดชอบในตนเอง ทักษะการตัดสินใจ ทักษะการปฏิเสธ ทักษะการแก้ไขปัญหา ทักษะการจัดการกับความเครียด และพฤติกรรมกำบังกันการสูบบุหรี่ สูงกว่าก่อนการทดลอง และสูงกว่ากลุ่มเปรียบเทียบ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และพบว่าตัวแปรที่ศึกษาที่มีความสัมพันธ์กับพฤติกรรมกำบังกันการสูบบุหรี่ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ยกเว้นทักษะการจัดการกับความเครียด

จากผลการศึกษาวิจัยข้างต้น สรุปได้ว่าการนำทักษะชีวิตมาใช้ในการจัดการเรียนการสอนนั้น จะเห็นได้ว่าจะสามารถช่วยป้องกันปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นกับเด็ก และเยาวชนไทยได้ ซึ่งนอกจาก

ผู้เรียนจะได้รับทั้งความรู้ และการฝึกทักษะต่างๆ แล้ว การจัดการเรียนการสอนเหล่านี้ยังส่งผลทำให้ผู้เรียนเกิดการเปลี่ยนแปลงเจตคติไปในทางที่ดีขึ้น และสามารถปรับพฤติกรรมไปในทางที่เหมาะสมยิ่งขึ้นอีกด้วย ฉะนั้นถ้าทุกโรงเรียน และหน่วยงานต่างๆ ที่เกี่ยวข้องตระหนักถึงความสำคัญ พร้อมนำทักษะชีวิตไปใช้ในโรงเรียนเพื่อมุ่งพัฒนาเด็กอย่างจริงจัง เด็กจะได้รับการพัฒนาไปในทางที่ดีที่เหมาะสม เต็มที่เป็นผู้ใหญ่ที่ดีในอนาคต อยู่ร่วมกันอย่างสันติสุข และสังคมไทยคงจะน่าอยู่ยิ่งขึ้น

## 4. การเรียนแบบร่วมมือ

### 4.1 ความหมายของการเรียนแบบร่วมมือ

**Cooperative Learning** ในภาษาไทยได้มีนักการศึกษาถอดความไว้หลายคำด้วยกัน เช่น การเรียนแบบทำงานรับผิดชอบร่วมกัน การเรียนแบบช่วยเหลือกัน การเรียนแบบรับผิดชอบร่วมกัน การเรียนแบบร่วมมือ การเรียนแบบร่วมมือกันเรียนรู้ การเรียนแบบร่วมมือประสานใจ ในการวิจัยนี้ ใช้คำว่า การเรียนแบบร่วมมือ ซึ่งเป็นการถอดความที่นิยมใช้ในบทความและงานวิจัยอย่างกว้างขวาง

จอห์นสัน และจอห์นสัน (Johnson and Johnson, 1987) ได้กล่าวว่า การเรียนแบบร่วมมือเป็นการเรียนที่จัดประสบการณ์การเรียนรู้ให้แก่ผู้เรียน ซึ่งจัดเป็นกลุ่มเล็ก กลุ่มละประมาณ 3-5 คน โดยที่สมาชิกในกลุ่มจะเป็นสมาชิกที่มีความแตกต่างกันทางด้านเพศ เชื้อชาติ ความสามารถทางการเรียน ฯลฯ ผู้เรียนจะแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน รับผิดชอบการทำงานของสมาชิกในกลุ่มร่วมกัน

สลาวิน (Slavin, 1995) ให้ความหมายของการเรียนแบบร่วมมือว่า เป็นวิธีการเรียนที่จัดให้นักเรียนเรียนเป็นกลุ่มเล็ก สมาชิกในกลุ่มโดยทั่วไปมี 4 คน และสมาชิกในกลุ่มจะมีระดับความสามารถที่แตกต่างกัน แต่ละกลุ่มประกอบด้วยนักเรียนที่เรียนเก่ง 1 คน ปานกลาง 2 คน และเรียนอ่อน 1 คน นักเรียนแต่ละคนจะช่วยเหลือเพื่อนที่อยู่ในกลุ่มเดียวกันทั้งในการเรียนและการทำกิจกรรมต่างๆ สมาชิกกลุ่มจะได้รับรางวัล ถ้าทำคะแนนเฉลี่ยถึงเกณฑ์ที่ได้ตั้งไว้

เอเรนดส์ (Arends, 1998) ให้ความหมายของการเรียนแบบร่วมมือว่า เป็นวิธีการสอนที่มีองค์ประกอบหลักคือ การกำหนดงานให้นักเรียนได้ทำ การกำหนดเป้าหมายของการเรียน และการกำหนดรางวัลสำหรับกลุ่ม ซึ่งเป็นการเรียนที่สามารถช่วยให้นักเรียนเรียนรู้เนื้อหา และพัฒนาทักษะทางสังคมและมนุษยสัมพันธ์ของนักเรียน

จากความหมายที่กล่าวมา สรุปได้ว่า การเรียนแบบร่วมมือเป็นการจัดการเรียนการสอน โดยแบ่งนักเรียนออกเป็นกลุ่มเล็ก มีสมาชิกแต่ละกลุ่มประมาณ 3-5 คน โดยสมาชิกในกลุ่มจะมี

ความแตกต่างกันในด้านเพศ เชื้อชาติ ความสามารถทางการเรียน สมาชิกทุกคนจะต้องมีส่วนร่วมในการทำงาน ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพื่อทำงานที่ได้รับมอบหมายให้ประสบผลสำเร็จ โดยจะให้รางวัลเป็นกลุ่มเมื่อกลุ่มทำคะแนนผ่านเกณฑ์ที่กำหนดให้

#### 4.2 ลักษณะและขั้นตอนของการเรียนแบบร่วมมือ

การเรียนแบบร่วมมือมีลักษณะและขั้นตอนที่สำคัญ ซึ่งมีผู้กล่าวไว้ ได้แก่การเรียนแบบร่วมมือตามแนวคิดของ จอห์นสัน และจอห์นสัน (Johnson and Johnson, 1987 cited in Slavin, 1995) มีลักษณะดังนี้

1. สมาชิกกลุ่มมีความรับผิดชอบต่อกัน ช่วยกันทำงานตามที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จ โดยมีการแบ่งกันข้อมูล อุปกรณ์ในการทำงานระหว่างสมาชิกในกลุ่ม
2. สมาชิกกลุ่มมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน เช่น การอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็น ซึ่งกันและกัน
3. สมาชิกแต่ละคนต้องรับผิดชอบในงานที่ตนเองได้รับมอบหมาย เพราะทุกคนจะต้องทำงานอย่างเต็มความสามารถเพื่อกลุ่ม

4. สมาชิกในกลุ่มมีทักษะในการทำงานกลุ่ม และมีมนุษยสัมพันธ์ที่ดี โดยครูจะเป็นผู้สอนทักษะในการทำงานกลุ่มให้นักเรียน และดำเนินการประเมินการทำงานกลุ่มของนักเรียน สมพงษ์ สิงหะพล (2542) ได้กล่าวถึงลักษณะที่สำคัญของการเรียนแบบร่วมมือ ดังนี้

1. สมาชิกในกลุ่มทำงานรับผิดชอบร่วมกัน สนใจการทำงานของตนเองเท่าๆกับการทำงานของกลุ่ม ผลงานที่เกิดขึ้นจากการทำงานจะถือเป็นผลงานของกลุ่ม ทีมที่จะได้รับรางวัลระดับใด จะต้องเรียนให้ถึงเกณฑ์ที่กำหนดไว้
2. ความสำเร็จของกลุ่มขึ้นอยู่กับการเรียนรู้ของทุกคนในกลุ่ม ซึ่งเน้นให้สมาชิกทุกคนต้องรับผิดชอบในการเรียนรู้ร่วมกัน ช่วยเหลือกันในการทำงานต่างๆ ในกลุ่มของตนเอง
3. ทุกคนในกลุ่มมีโอกาสเท่าเทียมกันในการประสบความสำเร็จ หมายความว่านักเรียนในกลุ่มสามารถช่วยกลุ่มของตนได้ โดยพัฒนาการเรียนรู้ของตนให้ดีขึ้นกว่าเดิม ไม่ว่านักเรียนจะเรียนเก่ง อ่อน หรือปานกลาง ทุกคนมีโอกาสเท่าเทียมกันที่จะทำให้ดีที่สุด

เอเรนด์ (Arends, 1998) ได้เสนอแนะขั้นตอนของการเรียนแบบร่วมมือไว้ดังนี้  
 ขั้นที่ 1 ชี้แจงวัตถุประสงค์ในการเรียน ครูจะอธิบายวัตถุประสงค์ของบทเรียนให้นักเรียนเข้าใจ

ขั้นที่ 2 ให้ข้อมูล ครูจะสอนหรือให้ข้อมูลเกี่ยวกับเนื้อหาในบทเรียนที่นักเรียนต้องศึกษา



ขั้นที่ 3 แบ่งกลุ่มนักเรียน ครูจะต้องอธิบายให้นักเรียนทราบถึงวิธีการจัดกลุ่ม ทักษะกระบวนการทำงานกลุ่ม และทักษะทางสังคม

ขั้นที่ 4 ให้ความช่วยเหลือกลุ่มในการทำงานหรือการเรียนรู้ นักเรียนจะเรียนหรือทำงานกลุ่มร่วมกัน ครูจะเป็นผู้คอยแนะนำช่วยเหลือเมื่อนักเรียนมีข้อสงสัย หรือเมื่อกลุ่มมีปัญหาที่ไม่สามารถแก้ไขได้เอง

ขั้นที่ 5 ทดสอบ ในการเรียนแต่ละครั้ง นักเรียนทุกคนจะต้องทำแบบทดสอบ เพื่อจะได้ทราบว่าได้ประสบความสำเร็จในการเรียนมากน้อยเพียงใด และนำคะแนนที่ได้มาคิดเป็นคะแนนของกลุ่ม

ขั้นที่ 6 ให้การเสริมแรง จะเป็นการให้รางวัลแก่กลุ่ม โดยการใช้คำพูด วุฒิบัตร สิ่งของ ฯลฯ เพื่อสร้างกำลังใจให้แก่ นักเรียนและกลุ่ม

สรุปได้ว่า การเรียนแบบร่วมมือ เป็นการเรียนที่มีลักษณะให้นักเรียนแต่ละคนในกลุ่มมีบทบาทสำคัญ เพื่อจะพัฒนาคะแนนของกลุ่ม เพราะคะแนนของกลุ่มจะต้องมาจากการทำงานของแต่ละคนร่วมกัน จึงเป็นการเรียนที่นักเรียนจะต้องพัฒนาตนเองทั้งด้านการทำงาน ทักษะการทำงานกลุ่ม และพัฒนามนุษยสัมพันธ์ของตนเองกับสมาชิกในกลุ่มด้วย โดยการเรียนแบบร่วมมือจะมีขั้นตอนโดยสรุป ดังนี้

1. จัดกลุ่มนักเรียนให้มีความแตกต่างกันของสมาชิกแต่ละคน แต่ละกลุ่มมีสมาชิกประมาณ 3-5 คน ช่วยกันทำงานที่ได้รับมอบหมายให้สำเร็จ โดยมีจุดมุ่งหมายและความรับผิดชอบร่วมกัน

2. ครูชี้แจงให้นักเรียนทราบถึงวัตถุประสงค์ในการเรียน สอนเนื้อหาในบทเรียน และฝึกให้นักเรียนมีทักษะในการทำงานกลุ่ม

3. สมาชิกในกลุ่มจะมีปฏิสัมพันธ์ต่อกัน มีการอภิปราย ชักถาม แนะนำ แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน แก้ปัญหาร่วมกัน

4. ครูประเมินผลการทำงานของนักเรียน โดยให้แรงเสริมแก่กลุ่มที่ทำงานได้ครบถ้วนและผ่านเกณฑ์ที่กำหนดไว้

### 4.3 เทคนิคต่างๆในการจัดกิจกรรมการเรียนรู้แบบร่วมมือ

การเรียนแบบร่วมมือมีเทคนิควิธีการต่างๆที่สามารถนำมาใช้อย่างได้ผลอยู่หลายวิธี คือ

1. เทคนิคการแบ่งกลุ่มสัมฤทธิ์ (Student Team Achievement Decision หรือ STAD) เทคนิคนี้ พัฒนาโดยสลาวิน และคนอื่น (Slavin and Others , 1995) เป็นการเรียนที่แบ่งนักเรียนเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 4-5 คน สมาชิกแต่ละคนในกลุ่มจะมีความสามารถในการเรียนที่แตกต่างกัน ครูจะสอนเนื้อหาให้นักเรียนทั้งชั้น จากนั้นแบ่งกลุ่มเพื่อให้ทำงานตามที่ครูกำหนด นักเรียนในกลุ่มจะ

ช่วยเหลือกันในการทำงาน หลังจากเรียนแล้ว ครูจะให้ให้นักเรียนทำแบบทดสอบ แล้วนำคะแนนของทุกคนมารวมกันเป็นคะแนนของกลุ่ม โดยใช้ระบบที่เรียกว่า "กลุ่มสัมฤทธิ์" คะแนนของทุกคนจะเป็นคะแนนรวมของกลุ่ม โดยครูมีการให้รางวัลเป็นการเสริมแรง ด้วยการกล่าวคำชมเชย หรือมอบใบประกาศนียบัตรยกย่องชมเชยแก่นักเรียนทั้งกลุ่มหรือเป็นรายบุคคล เมื่อสามารถทำคะแนนได้ตามเกณฑ์ที่ครูกำหนด

2. เทคนิคการแข่งขันระหว่างกลุ่มด้วยเกม (Team - Games - Tournament หรือ TGT) เทคนิคพัฒนาโดย สลาวิน (Slavin, 1995) เทคนิคนี้จะแบ่งกลุ่มผู้เรียนในลักษณะเดียวกับเทคนิคการแบ่งกลุ่มสัมฤทธิ์ หลังจากที่คุณสอนเนื้อหาในแต่ละบทเรียนแล้ว กลุ่มจะต้องเตรียมสมาชิกทุกคนในกลุ่มเพื่อแข่งขันตอบคำถาม ที่ครูจะให้มีขึ้นในวันต่อไป โดยมีการช่วยสอนและถามกันในกลุ่มตามเนื้อหาในเอกสารที่ครูแจกให้ โดยปกติการแข่งขันจะจัดสัปดาห์ละครั้ง ใช้เวลาในการแข่งขันประมาณ 40 นาที ครูจะจัดให้นักเรียนที่มีผลการเรียนในระดับเดียวกันแข่งขันกัน โดยให้นักเรียนที่มีคะแนนสูงสุด 3 คนแรก จากการแข่งขันครั้งที่แล้ว ได้แข่งขันกัน จากนั้นให้คนที่ได้คะแนนรองลงไปแข่งขันกันชุดละ 3 คนตามลำดับ คะแนนที่สมาชิกแต่ละคนในกลุ่มทำได้ จะนำมาวมกันเป็นคะแนนของกลุ่ม เมื่อเสร็จการแข่งขันแต่ละครั้ง ครูจะจัดวารสารประจำห้องเพื่อประกาศชมเชยกลุ่มที่ทำคะแนนได้มากที่สุด และผู้ที่ได้คะแนนสูงสุด

3. เทคนิคการสอนเป็นกลุ่มที่ช่วยเหลือเป็นรายคน (Team Assistance Individualization หรือ TAI) สลาวิน (Slavin, 1995) ได้พัฒนารูปแบบการเรียนแบบร่วมมือนี้ โดยนำรูปแบบการเรียนของ เทคนิคการแบ่งกลุ่มสัมฤทธิ์ (STAD) หรือ เทคนิคการแข่งขันระหว่างกลุ่มด้วยเกม (TGT) มาปรับเข้าด้วยกัน เพื่อพัฒนารูปแบบให้เหมาะสมกับการเรียนวิชาคณิตศาสตร์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3-6 เทคนิคนี้ สมาชิกในกลุ่มจะมี 4 คน แต่ละคนจะมีความสามารถในการเรียนแตกต่างกัน ครูเรียกนักเรียนที่มีความรู้ระดับเดียวกันของแต่ละกลุ่มมาสอน โดยมีความง่ายของเนื้อหาที่สอนแตกต่างกันตามระดับความสามารถของนักเรียนที่มาเรียนกับครู จากนั้นนักเรียนจะกลับไปกลุ่มของตน ต่างคนจะต่างทำงานที่ได้รับมอบหมาย แต่ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เมื่อเรียนจบแต่ละหน่วยการเรียน ครูจะทดสอบ โดยนักเรียนทุกคนจะทำข้อสอบโดยไม่ช่วยเหลือกัน ครูนับจำนวนบทเรียนที่นักเรียนแต่ละกลุ่มทำได้ กลุ่มใดทำได้มากกว่าเกณฑ์ที่ครูกำหนด กลุ่มนั้นจะได้รางวัลและมีคะแนนเพิ่มเป็นพิเศษสำหรับกลุ่มที่ทำแบบฝึกหัดได้ถูกทุกข้อ

4. เทคนิคต่อแบบจิ๊กซอว์ (Jigsaw) เอลเลียต และคนอื่น (Elliot and Others, 1987) อ้างถึงในสลาวิน (Slavin, 1995) ได้พัฒนารูปแบบนี้ขึ้นเพื่อให้สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3-6 เทคนิคนี้จะจัดแบ่งนักเรียนเป็นกลุ่ม กลุ่มหนึ่งจะมีนักเรียน 6 คน มีระดับความรู้แตกต่างกัน สมาชิกแต่ละคนในกลุ่มจะถูกกำหนดให้ไปเรียนร่วมกับสมาชิกกลุ่มอื่นๆ ในหัวข้อที่ต่างกัน แล้วทุกคนจะกลับมาที่กลุ่มของตน เพื่ออธิบายให้เพื่อนฟังถึงสิ่งที่ตนได้ไปเรียนร่วมกับสมาชิกของกลุ่ม

อื่นๆ การประเมินผลจะประเมินผลเป็นรายบุคคล ต่อมา สลาวิน (Slavin , 1995) ได้พัฒนา Jigsaw II ขึ้น โดยการผสมผสานเทคนิคของ Jigsaw กับ Student Team Learning วิธีนี้ สมาชิกในกลุ่มจะมีประมาณ 4-5 คน ครูจะมอบหมายให้นักเรียนทุกคนได้ค้นคว้าในบทเรียนเดียวกัน แต่เน้นให้ทำความเข้าใจในหัวข้อที่ต่างกัน สมาชิกในแต่ละกลุ่มที่ได้รับมอบหมายให้ทำความเข้าใจเป็นพิเศษกับบทเรียนในหัวข้อเดียวกัน จะศึกษาหัวข้อนั้นร่วมกัน จากนั้นจะกลับไปอธิบายให้เพื่อนร่วมกลุ่มฟัง และนักเรียนทั้งหมดจะทำแบบทดสอบ คะแนนที่ได้จะแปลงเป็นคะแนนของกลุ่ม เช่นเดียวกับเทคนิคการแบ่งกลุ่มสัมฤทธิ์ (STAD)

5. เทคนิคการตรวจสอบเป็นกลุ่ม (Group Investigation) พัฒนาโดย เซโรโม และชาราน (Seromo and Sharan, 1979 cited in Slavin, 1995) เทคนิคนี้สมาชิกในกลุ่มจะมี 2-6 คน แต่ละกลุ่มเลือกรื่องที่ต้องการค้นคว้า สมาชิกในกลุ่มแบ่งงานกันทำ จากนั้นแต่ละกลุ่มจะเสนอผลงานหรือรายงานหน้าชั้น ครูจะให้คะแนนหรือรางวัลเป็นกลุ่ม

เทคนิคของการเรียนแบบร่วมมือดังที่ได้กล่าวมาข้างต้น สรุปได้ว่า ในทุกเทคนิคจะมีลักษณะที่สำคัญ คือ มีการแบ่งกลุ่มนักเรียน เป็นกลุ่มละ 2-6 คน สมาชิกในกลุ่มจะมีความแตกต่างกันในด้านเพศ เชื้อชาติ ระดับความสามารถในการเรียน มีการช่วยเหลือกันในการทำงานกลุ่ม การพัฒนาเทคนิคในการเรียนแบบร่วมมือ มักจะเป็นเพื่อการหารูปแบบที่เหมาะสมในการเรียนวิชาต่างๆ และในระดับชั้นต่างๆ เพื่อการจัดการเรียนการสอนแบบร่วมมือที่ประสบผลสำเร็จมากที่สุด

#### 4.4 การเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์

ความหมายและขั้นตอนของการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ (Student teams - achievement divisions) มีดังนี้

สายวรุณ ทองวิทยา (2539) ได้กล่าวไว้ว่า การเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ หมายถึง วิธีการเรียนการสอนที่จัดแบ่งนักเรียนเป็นกลุ่มย่อยๆ กลุ่มละ 4 คน ประกอบด้วยสมาชิกที่มีระดับความสามารถแตกต่างกัน หลังจากที่ได้ครูนำเสนอความรู้แก่นักเรียนทั้งชั้นแล้ว นักเรียนในแต่ละกลุ่มหรือแต่ละทีมจะทำกิจกรรมร่วมกัน โดยการอภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันปรึกษาหารือกัน ให้ความช่วยเหลือกันในการเรียน เพื่อให้สมาชิกแต่ละคนของกลุ่มมีความรู้ความเข้าใจในบทเรียนมากยิ่งขึ้น รวมทั้งต้องเตรียมสมาชิกในกลุ่มของตน ให้พร้อมสำหรับการทดสอบที่จะมีขึ้นหลังจบบทเรียนแต่ละบท เวลาเรียนนักเรียนจะร่วมมือกันศึกษาหาความรู้ แต่เวลาทดสอบนักเรียนแต่ละคนต่างคนต่างทำ จะช่วยเหลือกันไม่ได้ ผลการทดสอบของนักเรียนจะพิจารณาเป็น 2 ระดับ กล่าวคือ พิจารณาเป็นคะแนนรายบุคคลและเป็นคะแนนเฉลี่ยของกลุ่ม ดังนั้นในสถานการณ์การเรียนการสอนแบบร่วมมือนี้ ผู้เรียนต้องเข้าใจว่าการทำงานของตนนั้น

ส่งผลต่อการบรรลุเป้าหมายของกลุ่ม ทุกคนมีส่วนร่วมช่วยเพิ่มหรือลดคะแนนของกลุ่ม นักเรียนที่เรียนเก่งจะพยายามช่วยเหลือนักเรียนที่เรียนอ่อน ด้วยการอธิบายแนะนำให้เข้าใจเรื่องที่เรียน เพื่อที่จะทำให้คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มดีขึ้น โดยครูมีรางวัลเป็นการเสริมแรง ด้วยการกล่าวคำชมเชยหรือมอบใบประกาศนียบัตรยกย่องชมเชยแก่นักเรียนทั้งกลุ่มหรือเป็นรายบุคคล เมื่อสามารถทำคะแนนได้ตามเกณฑ์ที่ครูกำหนด

การสอนโดยการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมพันธ์ (STAD) คิดขึ้นโดย โรเบิร์ต อี สลาบิน (Robert E. Slavin) แห่งมหาวิทยาลัยจอห์นส์ ฮอปกินส์ (Johns Hopkins University) ประเทศสหรัฐอเมริกา สลาบิน (สายวรุณ ทองวิทยา, 2539 อ้างถึงใน Slavin.1990: 54-62) ได้กล่าวถึงกิจกรรมการเรียนการสอนแบบร่วมมือแบบทีมสัมพันธ์ (STAD) มีลำดับขั้นตอน ดังนี้

### ตารางที่ 1 ขั้นตอนในการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมพันธ์ ของ สลาบิน (Slavin, 1990)

ขั้นตอนในการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมพันธ์	รายละเอียดของการจัดกิจกรรม
<p>ขั้นนำเสนอบทเรียน</p> <p>ขั้นทำงานร่วมกันเป็นทีม</p>	<p>ครูเป็นผู้สอนความรู้แก่นักเรียนทั้งชั้นก่อน โดยใช้สื่อวัสดุอุปกรณ์ต่างๆประกอบในการสอน เพื่อให้นักเรียนมีความสนใจและตั้งใจเรียน</p> <p>แต่ละทีมหรือแต่ละกลุ่มประกอบด้วยสมาชิกประมาณ 4 คน มีระดับความสามารถสูง ปานกลาง และต่ำคละกัน ปรีกษาหรือ อภิปรายแลกเปลี่ยนความคิดเห็นกัน ช่วยกันศึกษาหาความรู้ แก้ปัญหาพร้อมกัน การทำงานกลุ่มนับเป็นหัวใจของการเรียนแบบร่วมมือ STAD ที่เน้นให้สมาชิกรับผิดชอบการเรียนของตนให้ดีที่สุด เพื่อความสำเร็จของกลุ่ม นอกจากนี้การทำงานกลุ่มจะทำให้ นักเรียนมีความผูกพันซึ่งกันและกัน มีการยกย่องให้ ความเคารพและยอมรับความคิดเห็นซึ่งกันและกัน ตลอดจน จนก่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีต่อเพื่อน ๆ กลุ่มอื่นด้วย</p>

ขั้นตอนในการเรียนแบบร่วมมือ แบบทีมสัมฤทธิ์	รายละเอียดของการจัดกิจกรรม
ขั้นการทดสอบย่อย	เมื่อจบบทเรียนแต่ละบท ครูจะให้นักเรียนทำแบบทดสอบสั้นๆ โดยให้นักเรียนทำเป็นรายบุคคล จะช่วยเหลือกันไม่ได้ การทดสอบย่อยนี้ช่วยในการพิจารณาว่าผู้เรียนมีการปรับปรุงตนเองให้ดีขึ้นกว่าที่ผ่านมาหรือไม่
ขั้นปรับปรุงคะแนน	ครูตรวจผลการสอบของนักเรียน พิจารณาผลเป็นคะแนนรายบุคคลและคะแนนเฉลี่ยของกลุ่ม ขั้นนี้มีจุดมุ่งหมายเพื่อให้นักเรียนแต่ละคนประสบความสำเร็จ โดยการปรับปรุงการเรียนของตนให้ดีขึ้น ทั้งนี้เพื่อจะทำให้คะแนนในกลุ่มหรือทีมของตนสูงขึ้นด้วย
ขั้นสร้างความประทับใจ	ครูให้รางวัลโดยการกล่าวคำชมเชยหรือให้คะแนนพิเศษหรือมอบใบประกาศนียบัตร ยกย่องชมเชยสำหรับกลุ่มที่ทำคะแนนเฉลี่ยได้สูงกว่าครั้งก่อน วิธีนี้เป็นการเสริมแรงให้นักเรียน

#### 4.5 งานวิจัยเกี่ยวกับการเรียนแบบร่วมมือ

##### งานวิจัยในประเทศเกี่ยวกับการเรียนแบบร่วมมือ

กรวรรณ กันยะพงศ์ (2528) ได้ศึกษา ผลของการเรียนแบบร่วมมือ โดยใช้เทคนิคการต่อบทเรียน (ต่อแบบจิ๊กซอว์) และการเสริมแรงที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและพฤติกรรมการเรียนแบบร่วมมือ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 แบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 1 ห้อง และกลุ่มควบคุม 1 ห้อง โดยกลุ่มทดลองจะเรียนด้วยวิธีการเรียนแบบร่วมมือ โดยใช้เทคนิคการต่อบทเรียนพร้อมทั้งได้รับการเสริมแรงตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้ ส่วนกลุ่มควบคุมจะเรียนด้วยวิธีการเรียนตามปกติเป็นเวลา 5 สัปดาห์ ผลการวิจัยพบว่า ผลสัมฤทธิ์ของทั้งสองกลุ่มไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และกลุ่มทดลองที่เรียนแบบร่วมมือโดยใช้เทคนิคการต่อบทเรียน

และได้รับการเสริมแรง มีพฤติกรรมการร่วมมือในชั้นเรียนมากกว่ากลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

อาภาภรณ์ หวัดสูงเนิน (2536) ได้ศึกษา ผลของการร่วมมือที่มีต่อความสามารถในการแก้ไขโจทย์ปัญหาคณิตศาสตร์ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 32 คน สุ่มเป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม กลุ่มควบคุม 1 กลุ่ม โดยแต่ละกลุ่มจะประกอบด้วย นักเรียนที่มีระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูง เป็นนักเรียนชาย 4 คน นักเรียนหญิง 4 คน นักเรียนที่มีระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนปานกลาง เป็นนักเรียนชาย 4 คน นักเรียนหญิง 8 คน นักเรียนที่มีระดับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนต่ำ เป็นนักเรียนชาย 4 คน นักเรียนหญิง 4 คน จากการศึกษาพบว่า นักเรียนที่เรียนด้วยวิธีเรียนแบบร่วมมือมีความสามารถในการแก้ไขโจทย์ปัญหาคณิตศาสตร์สูงกว่านักเรียนที่ได้รับการเรียนแบบปกติ

อัจฉราพร ทรัพย์แก้ว (2536) ได้ศึกษาผลของการมีส่วนร่วมในกระบวนการปฏิสัมพันธ์กลุ่มต่อพัฒนาการด้านทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณในห้องเรียนแบบร่วมมือ วิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 พบว่า นักเรียนที่เรียนแบบร่วมมือ มีคะแนนทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณหลังเรียนสูงกว่าการเรียนแบบปกติ อย่างมีนัยสำคัญที่ระดับ .01

มาลี นรสิงห์ (2537) ได้ศึกษาเปรียบเทียบความสามารถในการอ่านเพื่อความเข้าใจภาษาไทยของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนบ้านหมอ "พัฒนราษฎร์" จำนวน 64 คน ซึ่งแบ่งเป็น กลุ่มทดลองที่ 1 เรียนแบบร่วมมือโดยใช้กิจกรรมการเขียน จำนวน 32 คน และกลุ่มทดลองที่ 2 เรียนแบบร่วมมือโดยไม่ใช้กิจกรรมการเขียน จำนวน 32 คน เป็นเวลา 7 สัปดาห์ ผลการทดลองพบว่า ความสามารถในการอ่านเพื่อความเข้าใจภาษาไทยของกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 ไม่แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 แต่ความสามารถในการอ่านของนักเรียนก่อนและหลังการทดลองในกลุ่มเดียวกันของทั้งกลุ่มทดลองที่ 1 และกลุ่มทดลองที่ 2 แตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

จิตติมา จรรยาธรรม (2538) ได้ศึกษาผลของการเรียนแบบร่วมมือโดยใช้เทคนิคการแบ่งกลุ่มแบบคณะสัมฤทธิ์ผลที่มีต่อความเข้าใจในการอ่านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วยนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนระยองวิทยาคม ปีการศึกษา 2538 จำนวน 60 คน สุ่มกลุ่มหนึ่งเป็นกลุ่มทดลอง และอีกกลุ่มหนึ่งเป็นกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 30 คน นักเรียนในกลุ่มทดลองได้รับการฝึกทักษะการอ่านด้วยวิธีการเรียนแบบร่วมมือ โดยใช้เทคนิคการแบ่งกลุ่มแบบคณะสัมฤทธิ์ผล ส่วนนักเรียนในกลุ่มควบคุมฝึกทักษะการอ่านด้วยวิธีการสอนตามปกติของครู ซึ่งเป็นคนเดียวกันกับกลุ่มทดลอง ใช้เวลาในการฝึกเป็นเวลา 8 สัปดาห์ จำนวน 16 ครั้ง ครั้งละ 60 นาที ผลการวิจัยพบว่า ภายหลังจากทดลอง นักเรียนในกลุ่มที่เรียนแบบ

ร่วมมือโดยใช้เทคนิคการแบ่งกลุ่มแบบผลสัมฤทธิ์ผลจะมีความเข้าใจในการอ่านสูงกว่าก่อนเข้ารับการศึกษา และสูงกว่านักเรียนในกลุ่มควบคุม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ชาติชาย ม่วงปฐม (2539) ได้ศึกษาเปรียบเทียบผลของวิธีการเรียนแบบร่วมมือและศึกษาปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการเรียนกับระดับความสามารถทางคณิตศาสตร์ ที่มีต่อผลการเรียนคณิตศาสตร์ของนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนพระสมุทรเจดีย์ จำนวน 144 คน โดยมีระดับความสามารถทางคณิตศาสตร์สูง 36 คน ปานกลาง 72 คน และต่ำ 36 คน กลุ่มตัวอย่างจะถูกสุ่มเข้ารับการศึกษาจำนวน 4 กลุ่ม กลุ่มที่หนึ่งเรียนด้วยการเรียนแบบร่วมมือแบบกลุ่มช่วยรายบุคคล กลุ่มที่สองเรียนด้วยการเรียนแบบร่วมมือแบบแบ่งกลุ่มผลสัมฤทธิ์ กลุ่มที่สามเรียนด้วยการเรียนแบบร่วมมือแบบกลุ่มกำหนดความคาดหวัง กลุ่มที่สี่เป็นกลุ่มควบคุม ผลการวิจัยพบว่ามีความแตกต่างของคะแนนผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนคณิตศาสตร์ ระหว่างนักเรียนที่เรียนด้วยวิธีการเรียนต่างกัน เมื่อทดสอบรายคู่พบว่านักเรียนที่เรียนด้วยการเรียนแบบร่วมมือแบบแบ่งกลุ่มผลสัมฤทธิ์ และวิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบกลุ่มกำหนดความคาดหวังมีคะแนนสูงกว่ากลุ่มควบคุม แต่ไม่มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างวิธีการเรียนกับระดับความสามารถทางคณิตศาสตร์ต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนคณิตศาสตร์

อังคณา ชัยมณี (2540) ได้พัฒนาโปรแกรมส่งเสริมทักษะการอ่านภาษาไทยเพื่อความเข้าใจโดยใช้การเรียนแบบร่วมมือด้วยเทคนิคการแข่งขันระหว่างกลุ่มด้วยเกม สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ตัวอย่างประชากรคือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ปีการศึกษา 2540 ของโรงเรียนชุมชนบ้านผือพิทยาภูมิ จังหวัดอุดรธานี จำนวน 24 คน ผลการทดลองใช้โปรแกรมพบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนความสามารถในการอ่านภาษาไทยเพื่อความเข้าใจของนักเรียน หลังเข้าร่วมโปรแกรมสูงกว่าเกณฑ์การประเมินหลังเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 นักเรียนบางส่วนที่เข้าร่วมโปรแกรม มีความคิดเห็นเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมในโปรแกรมอยู่ในระดับเหมาะสมมาก และบางส่วนมีความคิดเห็นเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมในโปรแกรม อยู่ในระดับเหมาะสมปานกลาง

สมพร ศิลาทอง (2541) ได้ทำการศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต หน่วยสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติและเจตคติในการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนแบบร่วมมือแบบ STAD ผลการศึกษาพบว่า นักเรียนที่ได้รับการเรียนแบบร่วมมือแบบ STAD มีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนและเจตคติในการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อมสูงกว่านักเรียนที่เรียนโดยวิธีปกติ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

### งานวิจัยต่างประเทศเกี่ยวกับการเรียนแบบร่วมมือ

ไรอัน และวีเลอร์ (Ryan and Wheeler, 1977) ได้ทำการศึกษาผลการเรียนแบบร่วมมือต่อความร่วมมือกัน โดยศึกษาเปรียบเทียบกลุ่มตัวอย่างซึ่งเป็นนักเรียนเกรด 5 โดยให้เรียนวิชาสังคมศึกษาแบบร่วมมือกันแบบแข่งขันกัน จำนวน 60 คน เป็นเวลา 18 วัน แล้วให้เล่นเกมล่าแมงมุม โดยมีกติกาการเล่นเช่นเดียวกัน ผู้เล่นสามารถเลือกเป็นผู้ชนะได้ ทั้งในลักษณะร่วมมือและแข่งขัน การวิเคราะห์พฤติกรรมจากการดูวิดีโอเทป พบว่ากลุ่มตัวอย่างที่ผ่านการเรียนแบบร่วมมือกันมาก่อน ยังมีพฤติกรรมความร่วมมือในการเล่นเกมนั้น ในขณะที่กลุ่มที่เรียนแบบแข่งขันมีพฤติกรรมร่วมมือน้อยมาก

ชาร์น (Sharan, 1980) ได้ทำการศึกษาและรวบรวมงานวิจัยเกี่ยวกับการเรียนการสอนแบบกลุ่มย่อย ซึ่งให้ผู้เรียนร่วมมือกัน ได้แก่ การสอนแบบให้เพื่อนช่วยสอน (Peer - tutoring) และการค้นคว้าร่วมกันเป็นกลุ่ม (Group - investigation) ซึ่งก็ได้ผลสรุปว่า การเรียนรู้แบบร่วมมือกันในชั้นเรียน ช่วยพัฒนาผู้เรียนทั้งในด้านผลสัมฤทธิ์ ด้านสติปัญญา ด้านความรู้สึกและเจตคติ ตลอดจนพฤติกรรมการทำงานกลุ่ม

สลาวิน และคณะ (Slavin et all ,1991) ได้ศึกษาผลของการเรียนแบบร่วมมือและการสอนแบบ Direct Instruction ในการฝึกทักษะการอ่านจับใจความสำคัญของเรื่อง กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนระดับชั้น เกรด 3 และเกรด 4 จำนวน 486 คน จากโรงเรียนประถมศึกษาจำนวน 4 โรงเรียน สุ่มกลุ่มตัวอย่างออกเป็นกลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม แต่ละกลุ่มมีจำนวนเท่าๆ กัน รวมทั้งหมด 30 กลุ่ม โดยใช้รูปแบบการทดลองแบบ Counter Balancing ระหว่างระดับชั้นกับกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม ดังนี้ กลุ่มทดลองที่ 1 ใช้การเรียนแบบร่วมมือร่วมกับการสอนโดยให้ครูเป็นผู้ชี้แนะ (Direct Instruction) ในการอ่านเพื่อจับใจความสำคัญ กลุ่มทดลองที่ 2 ใช้การเรียนแบบร่วมมือเพียงอย่างเดียวในการฝึกอ่านเพื่อจับใจความสำคัญ กลุ่มควบคุมใช้การเรียนตามแผนการสอนที่ครูใช้ในหลักสูตรปกติ ใช้เวลาการทดลอง 4 สัปดาห์ ผลการศึกษาพบว่า กลุ่มทดลองที่ 1 และ 2 มีคะแนนความสามารถในการอ่านแตกต่างกับกลุ่มควบคุมที่ระดับนัยสำคัญที่ .01 ส่วนคะแนนความสามารถในการอ่านของกลุ่มทดลองที่ 1 และ 2 ไม่แตกต่างกัน และพบว่า คะแนนเฉลี่ยของความสามารถในการอ่านของกลุ่มทดลองที่ 2 เพิ่มมากกว่าคะแนนการเพิ่มของกลุ่มที่ 1

สลาวิน (Slavin, 1995) ได้วิเคราะห์งานวิจัยเกี่ยวกับการเรียนแบบร่วมมือจำนวน 46 เรื่อง โดยใช้การวิเคราะห์แบบ Meta - analysis พบว่า งานวิจัย 29 เรื่อง หรือร้อยละ 63 ให้ผลว่ากลุ่มที่มีการเรียนแบบร่วมมือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่ากลุ่มควบคุมที่เรียนตามปกติ งานวิจัย 15 เรื่อง หรือร้อยละ 30 พบว่า กลุ่มที่มีการเรียนแบบร่วมมือมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนไม่แตกต่างจาก



กลุ่มควบคุม และงานวิจัย 2 เรื่อง หรือร้อยละ 4 พบว่า กลุ่มควบคุมมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนสูงกว่ากลุ่มที่มีการเรียนแบบร่วมมือ

ลินด์ควิส และอับราฮัม (Lindquist and Abraham, 1996) ได้ศึกษาผลของการใช้การเรียนแบบร่วมมือต่อแบบจิ๊กซอว์ โดยการจัดสถานการณ์จำลองเป็นเวลา 5 สัปดาห์ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักศึกษาในมหาวิทยาลัยที่เข้าร่วมในสถานการณ์จำลองจำนวน 76 คน ผลจากการวิจัยพบว่า กลุ่มตัวอย่างมีทัศนคติ การยอมรับในคุณค่าของตนเอง และผลสัมฤทธิ์ในการเรียนสูงขึ้นหลังการเข้าร่วมสถานการณ์จำลอง โดยพบว่าผลสัมฤทธิ์ของกลุ่มตัวอย่างสูงขึ้นทั้งคะแนนของแต่ละคนซึ่งเป็นคะแนนดิบ และคะแนนกลุ่ม ซึ่งได้จากการหาค่าเฉลี่ยของคะแนนสมาชิกกลุ่มทุกคน ซึ่งพบว่า การที่คะแนนของตนส่งผลให้คะแนนกลุ่มสูงขึ้นหรือลดลง ทำให้สมาชิกในกลุ่มมีความตั้งใจในการเรียนและทำแบบทดสอบมากขึ้น อันทำให้กลุ่มตัวอย่างมีการพัฒนาความสามารถของตนเองเป็นอย่างมาก

## 5. การพัฒนาโปรแกรมการสอน

### 5.1 ความหมายของการพัฒนาโปรแกรมการสอน

โปรแกรมการสอน หมายถึง รายละเอียดของแนวการจัดการเรียนการสอน เพื่อมุ่งเน้นพัฒนาผู้เรียนโดยทั่วไปหรือผู้เรียนที่มีคุณสมบัติพิเศษ เพื่อให้ผู้เรียนนั้นได้รับการพัฒนาตามจุดมุ่งหมาย หรือลักษณะของโปรแกรมที่วางไว้ ซึ่งส่วนใหญ่รายละเอียดของโปรแกรมจะประกอบไปด้วยจุดมุ่งหมาย ลักษณะของโปรแกรม การคัดเลือกผู้เข้าร่วมโปรแกรม วิธีการจัดกิจกรรมและการประเมินผลโปรแกรม (ดวงเดือน อ่อนน่วม , 2529)

### 5.2 ขั้นตอนของการพัฒนาโปรแกรมการสอน

แมคลาฟลิน และเอเวส (Mclaughlin and Eaves , 1976 อ้างถึงใน อังคณา ชัยมณี , 2540) ได้กล่าวถึงลำดับขั้นตอนในการพัฒนาโปรแกรมการสอน ซึ่งประกอบด้วยขั้นตอน 5 ขั้นตอน คือ

1. การประเมินปัญหา เนื้อหา ข้อมูล (Assessment)
2. การตั้งเป้าหมาย และจุดประสงค์ในการสอน (Setting Goals and Instructional Objective)
3. วิเคราะห์ผล (Task Analysis)
4. เลือก และใช้กลยุทธ์ในการสอน รวมทั้งวัสดุอุปกรณ์ (Selection and Use of Instructional Strategies, Including Materials)

## 5. การประเมินผลโปรแกรม (Program Evaluation)

ในการพัฒนาโปรแกรมการสอน จะต้องมีการประเมินผลโปรแกรม เพื่อจะได้ทราบว่าโปรแกรมนี้มีคุณภาพมากน้อยเพียงใด ตามความคิดเห็นของไทเลอร์ (Tyler, 1949 อ้างถึงใน อังคณา ชัยมณี, 2540) การประเมินผล คือ การเปรียบเทียบพฤติกรรมเฉพาะอย่าง กับ จุดมุ่งหมายเชิงพฤติกรรมที่วางไว้ โดยมีความเชื่อว่า จุดมุ่งหมายที่ได้ตั้งไว้อย่างชัดเจน รัดกุม และ จำเพาะเจาะจงมาแล้ว จะเป็นแนวทางช่วยในการประเมินได้เป็นอย่างดีในภายหลัง ซึ่ง แนวความคิดดังกล่าว เรียกว่า "รูปแบบที่ยึดความสำเร็จของจุดมุ่งหมายเป็นหลัก" (Goal Attainment Model or Objective) โดยไทเลอร์มีความเห็นว่า จุดประสงค์ของการประเมินนั้น คือ

1. เพื่อตัดสินว่า จุดประสงค์ของการศึกษาที่ตั้งไว้ในรูปของจุดประสงค์เชิงพฤติกรรมนั้น ประสบผลสำเร็จหรือไม่ ส่วนใดที่ประสบผลสำเร็จอาจเก็บไว้ใช้ได้ต่อไป แต่ส่วนใดไม่ประสบผลสำเร็จจะได้ปรับปรุงแก้ไขกันต่อไป

2. เพื่อประเมินความก้าวหน้าทางการศึกษาของกลุ่มประชากรขนาดใหญ่ เพื่อให้ สาธารณชนได้ข้อมูลที่น่าเชื่อถือได้ ในอันที่จะช่วยให้เข้าใจปัญหาและความต้องการทางการศึกษา ได้ และเพื่อใช้ข้อมูลนั้นเป็นแนวทางในการปรับปรุงนโยบายทางการศึกษาที่คนส่วนใหญ่เห็นด้วย ได้

จากจุดประสงค์ของการประเมินโปรแกรมห้ดังกล่าวนี้ ไทเลอร์ ได้จัดลำดับขั้นตอนในการ เรียนการสอน และการประเมินผลไว้ดังต่อไปนี้

1. ตั้งจุดมุ่งหมายเชิงพฤติกรรมด้วยข้อความที่ชัดเจนเฉพาะเจาะจง
2. กำหนดเนื้อหา หรือประสบการณ์ทางการศึกษาที่ต้องใช้เพื่อให้บรรลุตาม จุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้
3. เลือกวิธีการเรียนการสอนที่เหมาะสมในการที่จะทำให้เนื้อหาที่วางไว้ประสบ ผลสำเร็จ
4. ประเมินผลโครงการ โดยการตัดสินด้วยการวัดผลทางการศึกษา หรือทดสอบ ผลสัมฤทธิ์ในการเรียน

การประเมินผลตามความคิดของไทเลอร์ ใช้การวัดพฤติกรรมเฉพาะอย่าง ก่อนและหลัง การเรียน (Pre - Post Measurement of performance) และมีการกำหนดเกณฑ์ไว้ก่อนล่วงหน้า ว่าความสำเร็จในระดับใดจึงจะถือได้ว่าบรรลุจุดมุ่งหมายที่ตั้งไว้ การประเมินตามแนวคิดนี้ เหมาะ สำหรับประเมินสรุปผล (Summative evaluation)

### ตัวอย่างการพัฒนาโปรแกรม

อัมพรรัตน์ วัฒนชะโชติ (2536) ได้เสนอโปรแกรมการสอนตามแนวคิดของ ราธส์ ฮาร์มิน และไซมอน ที่มีต่อชั้นการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ซึ่งมีองค์ประกอบ ดังนี้

**กำหนดจุดมุ่งหมายของโปรแกรม** เพื่อสร้างเสริมชั้นการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 จากชั้นที่ 2 ไปในชั้นที่สูงกว่า

**กำหนดลักษณะของโปรแกรม และระยะเวลาที่ใช้ในโปรแกรม** ลักษณะของโปรแกรมเป็นกิจกรรมเสริมหลักสูตร จัดนอกเวลาเรียน ใช้เวลาเรียนรวม 6 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 4 วัน วันละ 1 ชั่วโมง (3 คาบ คาบละ 20 นาที) รวม 24 ชั่วโมง ในวันจันทร์ อังคาร พุธ พฤหัสบดี เวลา 14.30 - 15.30 น. หรือ 15.30 - 16.30 น.

**กำหนดเนื้อหาจริยธรรมในโปรแกรม 6 เรื่อง** คือ ความมีระเบียบวินัย การตรงต่อเวลา การเสียสละเพื่อผู้อื่นและสังคม ความขยันหมั่นเพียร ความซื่อสัตย์สุจริต และความกตัญญู กตเวที

**กำหนดขั้นตอนการสอน** ในโปรแกรมการสอนตามแนวคิดของ ราธส์ ฮาร์มิน และไซมอน ที่มีต่อชั้นการให้เหตุผลเชิงจริยธรรม ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 โดยมีขั้นตอนการสอน คือ ชั้นการคิดอย่างอิสระ ชั้นกำหนดทางเลือกหลายๆทาง ชั้นพิจารณาไตร่ตรอง ชั้นเลือกทางเลือกที่ดีที่สุด ชั้นปฏิบัติตามทางเลือก และชั้นปฏิบัติซ้ำ จนทำเป็นประจำ

**การสร้างแผนการสอนในโปรแกรม 24 แผน** ลักษณะแผนการสอนจะประกอบด้วย ลำดับที่ของแผนการสอน ชื่อแผนการสอน ระยะเวลา ความคิดรวบยอด จุดประสงค์การเรียนรู้ เนื้อหา ขั้นตอนการสอน สื่อการเรียนการสอน การประเมินผล ซึ่งจะสอดคล้องกับการสอนตามแนวคิดของราธส์ ฮาร์มิน และไซมอน ที่มีต่อชั้นการให้เหตุผลเชิงจริยธรรม

**การคัดเลือกนักเรียนเข้าร่วมโปรแกรม** คัดเลือกโดยใช้แบบทดสอบวัดชั้นการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้น ไปทดสอบนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2536 โรงเรียนไทยรัฐวิทยา 6 (ฉบับราชบุรุษอุปถัมภ์) ตำบลบางเสด็จ อำเภอบ้านไร่ จังหวัดอ่างทอง เลือกนักเรียนที่ได้คะแนนในการทดสอบอยู่ในเกณฑ์พิจารณาชั้นการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมชั้นที่ 1 และ 2 คือ คะแนน 30 - 44 และ 45 - 74 คะแนน ตามลำดับ เลือกนักเรียนเข้าร่วมโปรแกรม จำนวน 60 คน

**การประเมินผลโปรแกรม** โดย

1. ประเมินจากประสิทธิภาพของเครื่องมือ โดยผู้ทรงคุณวุฒิให้การตรวจพิจารณา ให้คำแนะนำปรับปรุงแก้ไข แล้วนำไปทดลองใช้กับนักเรียนที่ไม่ใช่ตัวอย่างประชากร จากนั้นหาค่า

อำนาจจำแนกของแบบทดสอบแต่ละข้อด้วยการทดสอบค่าที และหาความเที่ยงตรงของแบบทดสอบทั้งฉบับด้วยการหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟา

2. ประเมินจากคะแนนผลการทดสอบวัดขั้นการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม

จินดา สุภาพโรจน์ (2539) ได้พัฒนาโปรแกรมการเสริมความรู้เกี่ยวกับกฎหมาย สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ประกอบด้วย

**เป้าหมายของโปรแกรม** คือ เพื่อเสริมความรู้เกี่ยวกับกฎหมายสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 เพื่อให้นักเรียนเกิดความรู้ความเข้าใจ และสามารถนำความรู้ไปใช้ประโยชน์ในการดำเนินชีวิตได้

**ลักษณะของโปรแกรม** เป็นโปรแกรมเสริมความรู้ที่จัดสอนนอกเวลาเรียนปกติ ในวันจันทร์ และวันพุธ เวลา 15.30 - 16.30 น.

**นักเรียนกลุ่มเป้าหมาย** คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่เข้าร่วมโปรแกรมด้วยความสมัครใจ โดยการเปิดรับสมัครจนครบจำนวน 30 คน

**เนื้อหากฎหมายเกี่ยวกับเด็ก** ประกอบด้วย กฎหมายเกี่ยวกับสิทธิและหน้าที่ของเด็ก กฎหมายอาญาที่เกี่ยวกับเด็ก และกฎหมายเกี่ยวกับการคุ้มครองสวัสดิภาพเด็ก

**หลักการจัดกิจกรรมการสอนกฎหมายที่นำมาใช้** ได้แก่ การวิเคราะห์หาเหตุผลทางจริยธรรม การใช้วิจารณญาณพิจารณาปัญหาทางจริยธรรมที่เกี่ยวข้องกับกฎหมาย การจัดให้นักเรียนมีส่วนร่วมในกระบวนการต่างๆทางกฎหมาย โดยใช้กิจกรรมการแสดงบทบาทสมมติ การจำลองสถานการณ์ การศึกษาจากกรณีตัวอย่าง และการนำข้อมูลจากประสบการณ์ของนักเรียนมาสัมพันธ์กับบทเรียน

**แผนการสอนกฎหมายจำนวน 19 แผน** แต่ละแผนประกอบด้วย ลำดับที่ของแผนการสอน เรื่องที่สอน ระยะเวลา จุดประสงค์ปลายทาง จุดประสงค์ย่อย เนื้อหา กิจกรรมการเรียนการสอน ซึ่งประกอบด้วยเหตุการณ์การสอน 9 เหตุการณ์ ได้แก่ การสร้างความสนใจ การแจ้งจุดประสงค์ การทบทวนประสบการณ์เดิม การเสนอสิ่งเร้า การให้แนวทางในการเรียนรู้ การก่อให้เกิดพฤติกรรม การให้ข้อมูลป้อนกลับ การประเมินการปฏิบัติ การส่งเสริมความคงทนและถ่ายโอนการเรียนรู้ สื่อการเรียนการสอน แบบฝึกหัด เอกสารประกอบการสอน

**การประเมินผลโปรแกรม** พิจารณาเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกฎหมาย จากการทดลองใช้โปรแกรมที่สร้างขึ้น กับเกณฑ์การประเมินผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนที่กำหนดไว้ และผลจากแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม เกี่ยวกับความเหมาะสมของโปรแกรมที่จัดขึ้นในด้านต่างๆ

สมัต อาบสุวรรณ (2539) ได้เสนอ โปรแกรมส่งเสริมความสามารถในการคิดอย่างมี  
 วิจารณญาณด้านการตัดสินใจ ซึ่งมีองค์ประกอบ ดังนี้

**กำหนดเป้าหมายของโปรแกรม** เพื่อให้นักเรียนมีโอกาสพัฒนาความสามารถในการคิด  
 อย่างมีวิจารณญาณด้านการตัดสินใจ ตามศักยภาพแห่งตนได้เต็มที่

**กำหนดลักษณะของโปรแกรม** จัดเป็นโปรแกรมเสริมหลักสูตร จัดนอกเวลาเรียนปกติ  
 สัปดาห์ละ 3 วัน (วันจันทร์ วันอังคาร และวันพุธ) หลังเลิกเรียนช่วงเวลา 15.30 - 16.30 น.

**กำหนดเกณฑ์การคัดเลือกนักเรียนเข้าร่วมโปรแกรม** เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่  
 6 ทุกระดับความสามารถ ที่สมัครใจและได้รับความเห็นชอบจากผู้ปกครองในการเข้าร่วม  
 โปรแกรม

**การจัดการเรียนการสอน** ประกอบด้วย ขั้นนำเข้าสู่บทเรียน ขั้นรับทราบและกำหนด  
 ปัญหา ขั้นกำหนดทางเลือกและรวบรวมข้อมูลที่เกี่ยวข้อง ขั้นประเมินทางเลือก ขั้นเลือกทางเลือก  
 ที่ดีที่สุด ขั้นวางแผนและปฏิบัติตามการตัดสินใจ ขั้นประเมินผลการตัดสินใจ ขั้นสรุป

**การประเมินผลโปรแกรม** การประเมินประสิทธิผลของโปรแกรม โดยการพิจารณาจาก

1. คะแนนการทดสอบความสามารถในการคิดอย่างมีวิจารณญาณด้านการตัดสินใจ
2. ความคิดเห็นของนักเรียนเกี่ยวกับการจัดกิจกรรมในโปรแกรม

นิตยา แสงขาว (2540) ได้เสนอ โปรแกรมการส่งเสริมความสามารถในการแก้ปัญหา  
 ความขัดแย้งของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยใช้เทคนิคการอภิปรายกลุ่ม มีองค์ประกอบ  
 ของโปรแกรม ดังนี้

**วัตถุประสงค์ของโปรแกรม** เพื่อส่งเสริมความสามารถในการแก้ปัญหาความขัดแย้ง  
 ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยใช้เทคนิคการอภิปรายกลุ่ม

**ลักษณะของโปรแกรม** เป็นโปรแกรมเสริมหลักสูตร จัดนอกเวลาเรียนปกติในวันจันทร์  
 วันพุธ และวันศุกร์ หลังเลิกเรียนในช่วงเวลา 15.30 - 16.30 น.

**การคัดเลือกนักเรียนเข้าร่วมโปรแกรม** เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ที่สมัครใจ  
 และได้รับความเห็นชอบจากผู้ปกครองในการเข้าร่วมโปรแกรม และเป็นผู้ที่มีผลการเรียนวิชา  
 ภาษาไทยจากการสอบปลายภาคจากเทอมที่ผ่านมาตั้งแต่ระดับ 2 ขึ้นไป

**เนื้อหาที่ใช้สอน** คือ แนวทางการแก้ปัญหาความขัดแย้งแบบวิธีชนะ - ชนะ ของ  
 สถานการณ์ความขัดแย้งสมมติที่สร้างขึ้นจากลักษณะของความขัดแย้ง 3 ประเภท ตามแนวคิดที่  
 Fountain แบ่งไว้คือ ความขัดแย้งในเรื่องสิ่งของ ความขัดแย้งในเรื่องของความรู้สึก และความ  
 ขัดแย้งในเรื่องของความคิด

**กิจกรรมการเรียนรู้การสอน** มี 2 กลุ่ม คือ กลุ่มการแก้ปัญหาความขัดแย้งโดยใช้การอภิปรายกลุ่ม และกลุ่มการแก้ปัญหาความขัดแย้งเป็นรายบุคคล

**สื่อการเรียนรู้การสอน** ได้แก่ บัตรสถานการณ์ความขัดแย้งสมมติ แบบบันทึกผลการแก้ปัญหาความขัดแย้ง และบัตรแสดงวิธีการแก้ปัญหา 6 ขั้นตอน ตามแนวคิดของ **Fountain**

**การประเมินผลโปรแกรม** พิจารณาจาก

1. แบบสอบถามความสามารถในการแก้ปัญหาความขัดแย้ง
2. แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนเกี่ยวกับโปรแกรมส่งเสริมความสามารถในการแก้ปัญหาความขัดแย้ง

ชนิษฐา ประกอบแสง (2541) ได้เสนอโปรแกรมส่งเสริมความสามารถในการฟังภาษาไทยเพื่อความเข้าใจ โดยใช้กลยุทธ์การเรียนรู้การสอนตามแนวคิดของฮอสกิสสัน และทอมกินส์ โดยมีองค์ประกอบของโปรแกรม ดังนี้

**เป้าหมายของโปรแกรม** เพื่อให้ นักเรียนมีโอกาสพัฒนาความสามารถในการฟังภาษาไทยเพื่อความเข้าใจ

**ลักษณะของโปรแกรม** เป็นโปรแกรมเสริมหลักสูตร จัดในช่วงเวลาสอน ซ่อมเสริม สัปดาห์ละ 5 วัน (วันจันทร์ - วันศุกร์) เวลา 14.00 - 15.00 น.

**คุณสมบัติของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม** เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ทุกระดับความสามารถ ที่ได้รับการสุ่มแบบง่ายและสมัครใจเข้าร่วมโปรแกรม

**เนื้อหา** ประกอบด้วย กลยุทธ์การฟังเพื่อความเข้าใจ 3 กลยุทธ์ ได้แก่ 1. การสร้างภาพในใจ 2. การจัดกลุ่มข้อมูล 3. การตั้งคำถาม สื่อการเรียนรู้การสอน ได้แก่ 1. นิทานร้อยแก้ว และนิทานร้อยกรอง 2. ข้อความรู้และสารคดี 3. ข่าวและเหตุการณ์

**การจัดการเรียนรู้การสอน** มีขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้การสอน 2 ระยะ ดังนี้  
 ระยะที่ 1 การนำเสนอและการฝึกใช้กลยุทธ์การฟังเพื่อความเข้าใจแต่ละกลยุทธ์ ประกอบด้วย ขั้นเริ่มต้น ขั้นสร้างโครงสร้าง ขั้นสร้างความคิดรวบยอดจากเรื่องที่ฟัง ขั้นสรุป และขั้นการนำไปใช้ในสถานการณ์ที่คล้ายคลึงกัน  
 ระยะที่ 2 การประยุกต์ใช้กลยุทธ์การฟังเพื่อความเข้าใจ มี 1 ขั้น คือ ขั้นการเลือกใช้กลยุทธ์ให้เหมาะสมกับสถานการณ์ต่างๆ แผนการจัดการกิจกรรมการเรียนรู้การสอนแบ่งเป็น 3 ประเภท คือ แผนการจัดการกิจกรรมเพื่อให้สอนกลยุทธ์การฟัง แผนกิจกรรมเพื่อใช้ฝึกกลยุทธ์การฟัง และแผนการจัดการกิจกรรมเพื่อเลือกใช้กลยุทธ์การฟัง

**การประเมินผลโปรแกรม** การประเมินประสิทธิภาพของโปรแกรม โดยการพิจารณาจาก

1. คะแนนความสามารถในการฟังภาษาไทยเพื่อความเข้าใจของนักเรียนใน 3 ทักษะ ได้แก่ การเก็บใจความสำคัญ การเก็บรายละเอียดสำคัญ และการเรียงลำดับเหตุการณ์ที่จะสูงขึ้นตามลำดับ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

2. จากการสังเกต และบันทึกอย่างไม่เป็นทางการ ในระหว่างการดำเนินการทดลอง



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## บทที่ 3

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยครั้งนี้ มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ ที่มีต่อนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ซึ่งผู้วิจัยได้แบ่งวิธีดำเนินการวิจัยออกเป็น 3 ขั้นตอน ดังต่อไปนี้

ขั้นที่ 1 การสร้างโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

ขั้นที่ 2 การทดลองใช้โปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

ขั้นที่ 3 การปรับปรุงโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

**ขั้นที่ 1 การสร้างโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ มีวิธีการตามลำดับดังต่อไปนี้**

#### 1. การศึกษาข้อมูลพื้นฐาน

ผู้วิจัยได้ศึกษาข้อมูลพื้นฐาน เพื่อนำมาใช้เป็นพื้นฐานแนวคิดในการสร้างโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ดังต่อไปนี้

1.1 ศึกษาแนวคิด ทฤษฎี รูปแบบการสอนที่เกี่ยวข้องกับการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ ของ สลาวิน (Slavin, 1990) จากเอกสาร ตำรา และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1.2 ศึกษาเรื่องเกมคอมพิวเตอร์จากแหล่งความรู้ต่างๆ ได้แก่ การสัมภาษณ์ผู้รู้ การสังเกตแบบมีส่วนร่วมที่ร้านเกมย่านศาลายา การศึกษาจากเอกสาร ตำรา งานวิจัยต่างๆ และสืบค้นทางอินเทอร์เน็ต

1.3 ศึกษาข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับโปรแกรม วิธีการสร้างโปรแกรม รูปแบบการพัฒนาโปรแกรมและการประเมินโปรแกรม จากเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

1.4 ศึกษาข้อมูลเกี่ยวกับสภาพและปัญหาเรื่องเด็กติดเกมจากเอกสาร ตำรา งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ข่าวตามหน้าหนังสือพิมพ์ การสืบค้นทางอินเทอร์เน็ต การสังเกตแบบมีส่วนร่วมที่ร้านเกมย่านศาลายา และการสัมภาษณ์เจ้าของร้านเกม



## 2. กำหนดกรอบแนวคิดในการสร้างโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดยาเสพติด โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์

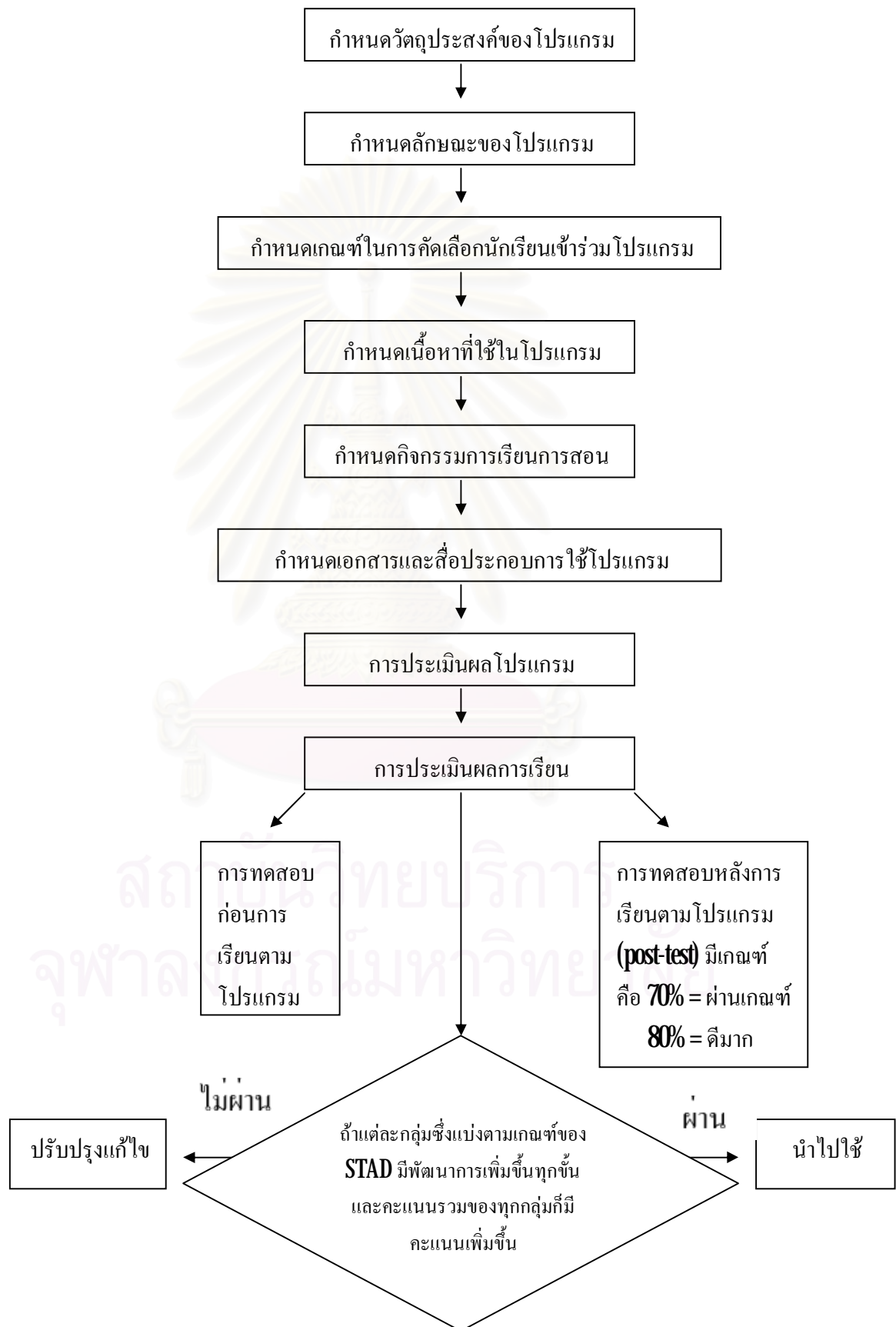
2.1 สังเคราะห์แนวคิดและทฤษฎีที่ได้จากการศึกษาข้อมูลพื้นฐาน เพื่อนำมาใช้เป็นกรอบแนวคิดในการสร้างโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดยาเสพติด สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ ซึ่งประกอบด้วย

1. วัตถุประสงค์ของโปรแกรม
2. ลักษณะของโปรแกรม
3. เกณฑ์การคัดเลือกนักเรียนเข้าร่วมโปรแกรม
4. เนื้อหาที่ใช้ในโปรแกรม
5. กิจกรรมการเรียนการสอน
6. เอกสารและสื่อประกอบการใช้โปรแกรม
7. การประเมินผลโปรแกรม

2.2 นำกรอบแนวคิดที่สังเคราะห์ได้ในข้อ 2.1 มาเขียนรายละเอียดของโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดยาเสพติด สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ ดังนี้

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

กรอบแนวคิดในการสร้างโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์



รายละเอียดของกรอบแนวคิดในการสร้างโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีดังนี้ คือ

### **วัตถุประสงค์ของโปรแกรม**

เพื่อให้ความรู้ ความเข้าใจ เรื่องการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์

### **ลักษณะของโปรแกรม**

จัดเป็นโปรแกรมเสริมหลักสูตร จัดนอกเวลาเรียนปกติ จำนวน 8 สัปดาห์ สัปดาห์ละ 2 วัน (วันจันทร์และวันศุกร์) หลังเลิกเรียน ช่วงเวลา 15.30 -16.30น.

### **เกณฑ์การคัดเลือกนักเรียนเข้าร่วมโปรแกรม**

เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีความสนใจที่จะป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ และสมัครใจในการเข้าร่วมโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ ประกอบด้วย เด็กเก่ง 5 คน ปานกลาง 10 คน อ่อน 5 คน รวมทั้งหมด 20 คน ซึ่งในจำนวน 20 คนนี้ เป็นเด็กชาย 10 คน เด็กหญิง 10 คน ได้รับความเห็นชอบจากผู้ปกครองในการเข้าร่วมโปรแกรม และเป็นผู้ที่มีผลการเรียนวิชาภาษาไทยจากการสอบปลายภาคจากเทอมที่ผ่านมา ตั้งแต่ระดับ 1 ขึ้นไป

### **เนื้อหาที่ใช้ในโปรแกรม**

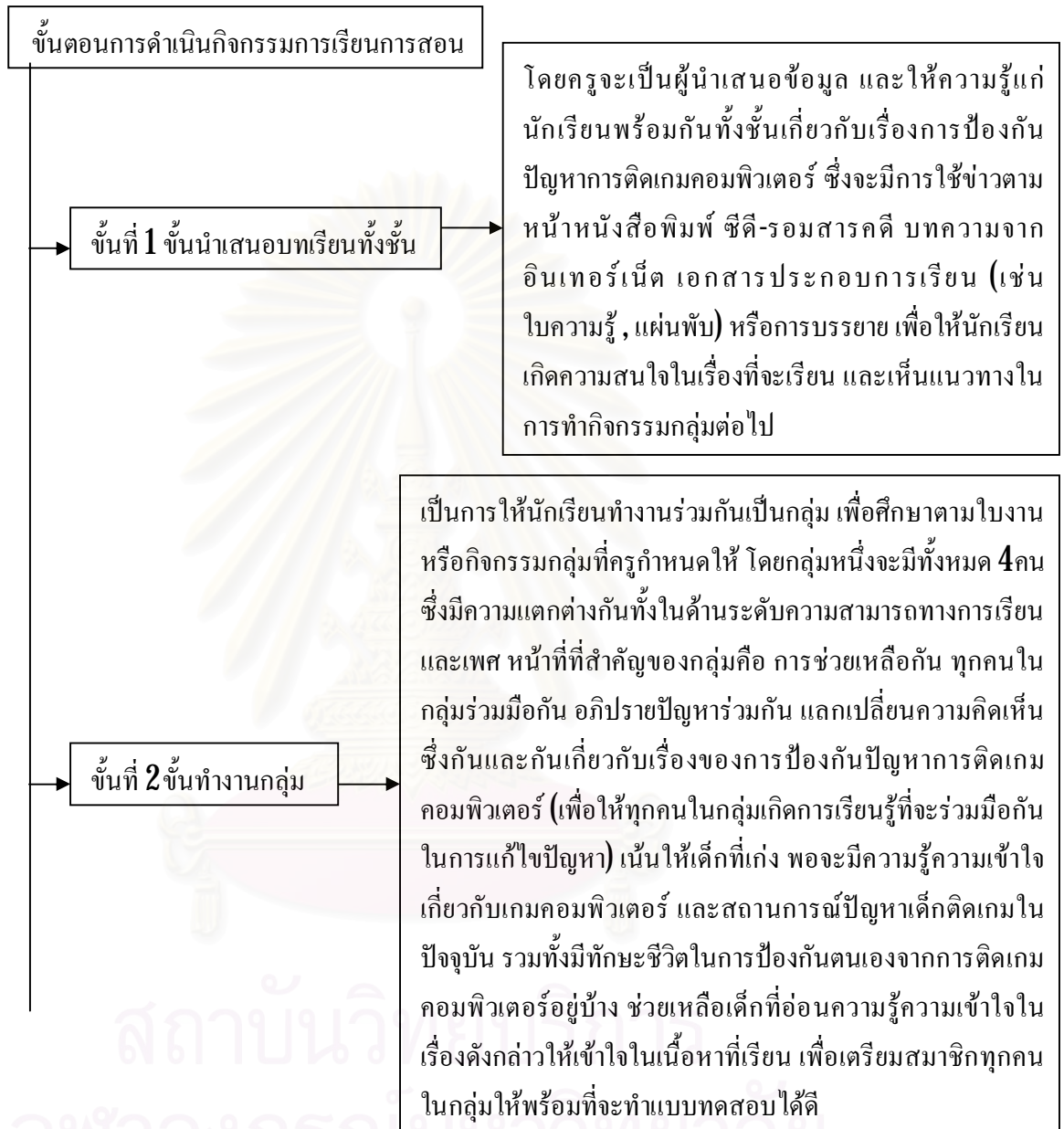
เนื้อหาที่ใช้ในโปรแกรม ประกอบด้วยเรื่อง ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ สถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน และความรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์

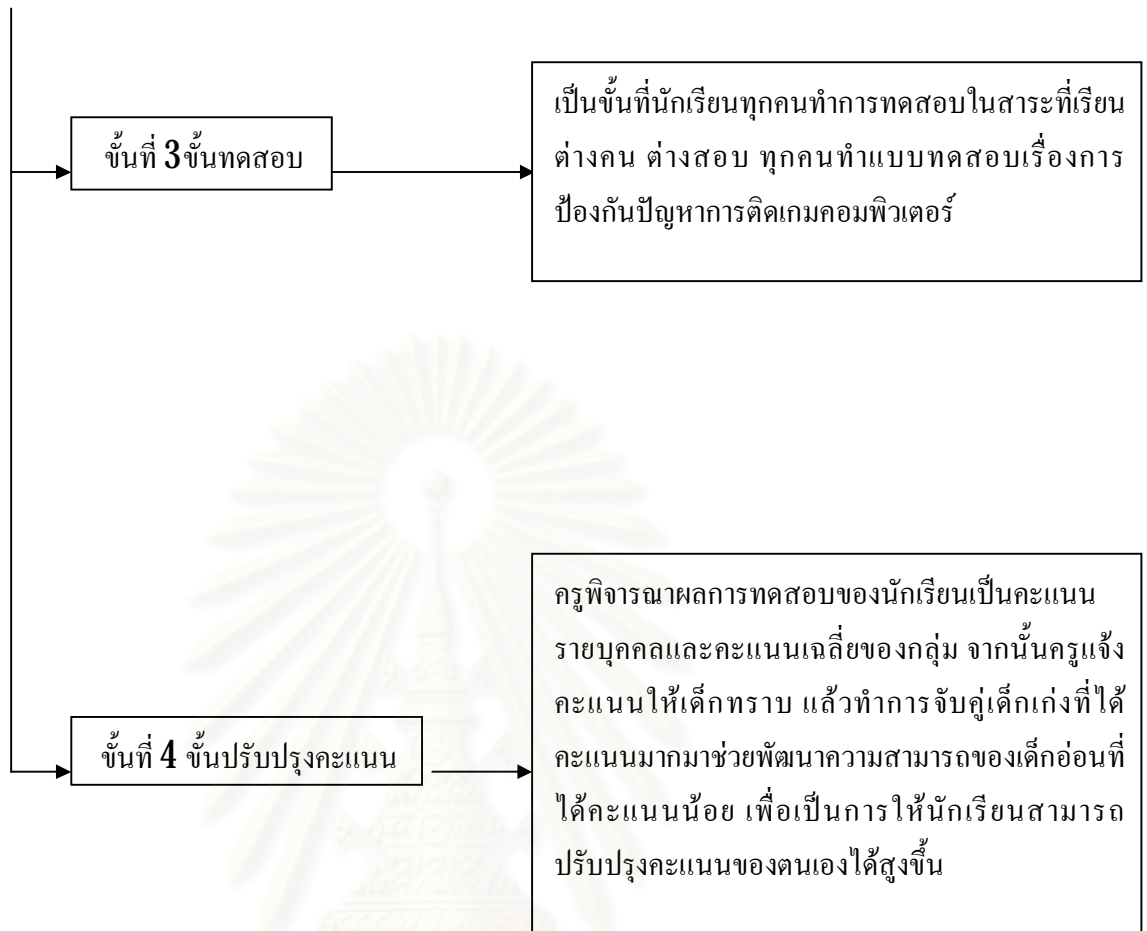
### **การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน**

การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนเพื่อให้ความรู้ ความเข้าใจ เรื่อง การป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ มีวิธีดำเนินการ ดังนี้

1. ศึกษากรอบแนวคิดในการให้ความรู้ ความเข้าใจ เรื่องการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยจากขั้นตอนการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ ของ สลาวิน (Slavin , 1990)
2. นำขั้นตอนในการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ ของ สลาวิน (Slavin,1990) มาเป็นแนวทางในการกำหนดขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรม ในโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยมีรายละเอียด ดังนี้

ขั้นตอนการดำเนินกิจกรรมการเรียนรู้การสอน ในโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติด  
เกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์





สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### เอกสารและสื่อประกอบการใช้โปรแกรม

เอกสารและสื่อประกอบการใช้โปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ ได้แก่ ข่าวตามหน้าหนังสือพิมพ์ บทความจากวารสารและอินเทอร์เน็ต ซีดี-รอม (สารคดี เรื่อง เกมออนไลน์ : การแข่งขันที่ไม่รู้จบ) เอกสารประกอบการเรียนการสอน (แผ่นพับ ใบความรู้ ใบงาน แบบทดสอบย่อยเกี่ยวกับสาระที่เรียน จำนวน 15 แบบทดสอบ ในแต่ละแผนการเรียน แบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน แบบสอบถามความคิดเห็นการเข้าร่วมโปรแกรม) แผนการจัดกิจกรรม และเครื่องมือเก็บรวบรวมข้อมูล ได้แก่ แบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน และแบบสังเกตพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์

### การประเมินผลโปรแกรม

ในการประเมินผลโปรแกรม ผู้วิจัยมีเครื่องมือที่ใช้ในการประเมิน คือ แบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน และแบบสังเกตพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์

ซึ่งหลังการเข้าร่วมโปรแกรม นักเรียนจะมีคะแนนเฉลี่ยความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน และคะแนนเฉลี่ยทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 และสูงกว่าเกณฑ์การประเมิน คือ มีคะแนนสูงกว่าร้อยละ 70

### 3. กำหนดส่วนประกอบของโปรแกรม

จากกรอบแนวคิดในการพัฒนาโปรแกรม ผู้วิจัยได้นำมากำหนดส่วนประกอบของโปรแกรมได้ ดังนี้

- 3.1 วัตถุประสงค์ของโปรแกรม
- 3.2 ลักษณะของโปรแกรม
- 3.3 เกณฑ์การคัดเลือกนักเรียนเข้าร่วมโปรแกรม
- 3.4 เนื้อหาที่ใช้ในโปรแกรม
- 3.5 กิจกรรมการเรียนการสอน
- 3.6 เอกสารและสื่อประกอบการใช้โปรแกรม
- 3.7 การประเมินผลโปรแกรม

#### 4. การจัดสร้างเอกสารการสอนและการตรวจสอบคุณภาพ

การจัดสร้างเอกสารการสอนในการให้ความรู้ ความเข้าใจ เรื่องการป้องกันปัญหา การติดเกมคอมพิวเตอร์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบ ทีมสัมพันธ์ จะประกอบด้วย แผนการจัดกิจกรรม และเอกสารประกอบแผนการจัดกิจกรรม มีรายละเอียดของการดำเนินการ ดังนี้

##### 4.1 แผนการจัดกิจกรรม

ในการดำเนินการจัดสร้างแผนการจัดกิจกรรมสำหรับใช้ในการให้ความรู้ ความเข้าใจ เรื่องการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบ ทีมสัมพันธ์นั้น ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอน ดังนี้

4.1.1 กำหนดลักษณะของแผนการจัดกิจกรรมที่จะสร้างขึ้น เป็นดังนี้ คือ แต่ละแผนการสอน จะประกอบด้วย ชื่อแผนการสอน ระดับชั้น เวลาที่สอน วัตถุประสงค์ทั่วไป วัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม ความคิดรวบยอด เนื้อหา กิจกรรมการเรียนการสอน สื่อประกอบการเรียนการสอน และการประเมินผล

##### 4.1.2 ขั้นตอนของการสร้างแผนการจัดกิจกรรม

1) ศึกษาหลักการ แนวคิด จากเอกสาร งานวิจัย แหล่งความรู้จากสื่อทาง โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ อินเทอร์เน็ต รวมทั้งสังเกตแบบมีส่วนร่วมตามร้านเกมหลายแห่งในด้าน ต่างๆ ดังนี้

1. ปัญหาเด็กติดเกมในสังคมไทย
2. การเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมพันธ์

2) สร้างแผนการจัดกิจกรรม โดยผู้วิจัยเลือกเนื้อหา ประกอบด้วยเรื่อง ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ สถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน สาเหตุของการติด เกม ผลกระทบจากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ ปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นได้จากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ ความรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ วิธีการบริหารเวลา แบ่งเวลาใน การเล่นเกมที่เหมาะสม และแนวทางการใช้เวลาให้เกิดประโยชน์ มาจัดกิจกรรมเพื่อให้นักเรียน ได้รับความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ จำนวน 15 แผน

3) วิเคราะห์และปรับปรุงแผนการสอน

##### 4.1.3 รายละเอียดของเนื้อหา

การวิจัยครั้งนี้ ได้เลือกใช้เนื้อหาที่ผู้วิจัยได้รวบรวมจากเอกสาร งานวิจัย ตำรา สื่อทางโทรทัศน์ หนังสือพิมพ์อินเทอร์เน็ต รวมทั้งประสบการณ์การสังเกตแบบมีส่วนร่วม ตามร้านเกมต่างๆของผู้วิจัยเองมาสร้างเป็นบทเรียน ซึ่งเนื้อหาเหล่านี้เป็นเนื้อหาที่มีความ สอดคล้องกับการให้ความรู้ ความเข้าใจ เรื่องการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยผู้วิจัย

ได้สร้างแผนการจัดกิจกรรม จำนวน 15 แผน แต่ละแผนใช้เวลาสอน 1 คาบ คาบละ 1 ชั่วโมง รวมทั้งหมด 15 คาบ รายละเอียดนำเสนอในตารางที่ 2

ตารางที่ 2 รายละเอียดเนื้อหา และความคิดรวบยอดในแต่ละแผนการจัดกิจกรรม

เรื่อง	แผนการจัดกิจกรรมที่	เนื้อหา	ความคิดรวบยอด
ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ความหมายของเกมคอมพิวเตอร์</li> <li>- อุปกรณ์สำหรับเล่นเกมคอมพิวเตอร์</li> <li>- รูปแบบการเล่นเกมคอมพิวเตอร์</li> <li>- ส่วนประกอบของเกมคอมพิวเตอร์</li> </ul>	เกมคอมพิวเตอร์ถือเป็นเทคโนโลยีเพื่อความบันเทิงชนิดหนึ่งที่กำลังได้รับความนิยมอย่างมากในหมู่เยาวชนยุคปัจจุบัน เยาวชนจึงควรมีพื้นฐานความรู้ในเรื่องทั่วไปที่เกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ เพื่อประโยชน์ในการใช้เทคโนโลยีชนิดนี้ได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม
	2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ทั่วไป</li> <li>- ประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ที่เด็กไทยนิยมเล่น</li> </ul>	ในปัจจุบัน ประเภทของเกมคอมพิวเตอร์มีอยู่อย่างมากมาย หลากหลายประเภท ทั้งเกมคอมพิวเตอร์ที่ดีและไม่ดี ดังนั้น การรู้จักคัดสรรเกมที่เหมาะสมของประเภทที่ติดอยู่ด้านหน้าของกล่องเกมคอมพิวเตอร์จะช่วยให้สามารถเลือกซื้อเกมได้อย่างเหมาะสมกับวัยของนักเรียนมากยิ่งขึ้น

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



เรื่อง	แผนการจัดกิจกรรมที่	เนื้อหา	ความคิดรวบยอด
สถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน	3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ลักษณะของเด็กติดเกม</li> <li>- โทษพิษภัยการติดเกม (สาเหตุของการติดเกม (สาเหตุของการติดเกม) - ข้อดี / ประโยชน์ของเกม - ข้อเสีย / โทษของการเล่นเกมจนติด, ผลกระทบจากการติดเกมหรืออินเทอร์เน็ต)</li> <li>- ตัวกระตุ้นที่ทำให้หมกมุ่นกับการเล่นเกมและอินเทอร์เน็ต (ทั้งตัวกระตุ้นภายนอกและตัวกระตุ้นภายใน)</li> </ul>	<p>การรู้เท่าทันถึงประโยชน์ โทษ และผลกระทบของการติดเกมและอินเทอร์เน็ต และทราบสาเหตุที่ชักนำไปสู่การเล่นจนติด จะช่วยให้สามารถควบคุมเวลาในการเล่นได้</p> <p>ตัวกระตุ้น ประกอบด้วยตัวกระตุ้นภายนอก และตัวกระตุ้นภายใน ซึ่งจะกระตุ้นให้เกิดความคิด และความอยากเล่นเกม การรู้จักประเมินความเสี่ยงที่เกิดจากตัวกระตุ้นภายใน จะช่วยให้สามารถหาทางป้องกัน และวิธีการที่จะหลีกเลี่ยงการกลับไปหมกมุ่นกับการเล่นเกมได้</p>
	4	<ul style="list-style-type: none"> <li>- เทคนิคการดึงให้ผู้เล่นเกมอย่างต่อเนื่อง</li> <li>- เส้นहीในเกม</li> <li>- เกมในอดีต - เกมในปัจจุบัน</li> <li>- สมongกับการติดเกม</li> <li>- โลกแห่งความจริงกับโลกแห่งแฟนตาซี</li> <li>- กระแสของเกม</li> <li>- พบอะไรในเกม</li> <li>- วิจัยรุ่งแสวงหาอะไรในเกม</li> <li>- ธรรมชาติของวิจัยรุ่ง</li> <li>- อิทธิพลของเกมต่อวิจัยรุ่ง</li> </ul>	<p>มีปัจจัยหลายๆอย่างส่งผลหรือกระตุ้นให้เด็กติดเกมคอมพิวเตอร์ ไม่ว่าจะเป็นเทคนิคการดึงให้ผู้เล่นเกมอย่างต่อเนื่องของทางบริษัทผลิตเกม, เส้นहीในเกมที่น่าดึงดูดใจ, เกมในปัจจุบันที่เต็มไปด้วยความหลากหลาย ทำทหายความสามารถ, สมongที่หลังสารโดปามีน ทำให้มีความสุขในขณะที่เล่นเกม, โลกแห่งแฟนตาซีที่ทำให้เด็กๆเกิดความเพลิดเพลิน เสมือนได้หลุดออกจากโลกแห่งความเป็นจริง, กระแสของเกมที่มาแรงมากในปัจจุบัน สื่อไหนๆ ต่างก็พูดถึงเกมคอมพิวเตอร์, ผู้คนในเกมมากหน้าหลายตาที่ไม่เคยรู้จักกัน</p>

เรื่อง	แผนการจัดกิจกรรมที่	เนื้อหา	ความคิดรวบยอด
			<p>มาก่อน แต่สามารถรู้จักกันได้ เป็นเพื่อนกันได้ผ่านทางเกมคอมพิวเตอร์ ทำให้เด็ก ๆ มีสังคมแบบใหม่ เป็นสังคมแบบออนไลน์ , ธรรมชาติของวัยรุ่นที่ต้องการแสวงหาตนเอง ต้องการการยอมรับ ต้องการความภาคภูมิใจ สิ่งต่างๆ เหล่านี้ล้วนมีอิทธิพลทำให้เด็กวัยรุ่นติดเกมคอมพิวเตอร์</p>
	5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ลักษณะของร้านเกม / ร้านอินเทอร์เน็ต</li> <li>- อันตรายต่างๆ ในร้านเกม/ร้านอินเทอร์เน็ต</li> <li>- ปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้จากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์</li> <li>- คุณติดเกมขนาดไหน?</li> </ul>	<p>เทคโนโลยีเป็นสิ่งที่มีความประโยชน์ แต่ก็อาจเป็นอันตรายได้ หากใช้ในทางที่ผิด อย่างเช่น ร้านอินเทอร์เน็ต เป็นสถานที่ให้บริการเกี่ยวกับการใช้งานคอมพิวเตอร์และอินเทอร์เน็ต เป็นแหล่งแสวงหาความรู้ต่างๆ แต่ร้านอินเทอร์เน็ตในปัจจุบันส่วนใหญ่จะเปิดให้บริการเล่นเกมคอมพิวเตอร์และเกมออนไลน์ประเภทต่างๆ ด้วย ทำให้เด็กและเยาวชนที่เข้าไปใช้บริการมักจะเข้าไปเล่นเกมมากกว่าเข้าไปหาความรู้ และเมื่อเด็กมีพฤติกรรมติดเกม ก็จะส่งผลให้เกิดปัญหาหลายอย่างตามมา อาทิ ปัญหาด้านการเรียน , ปัญหาด้านสุขภาพ และปัญหาการลักขโมย เป็นต้น ซึ่งเหล่านี้เป็นปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้จากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ นอกจากนี้ภายในร้านเกม / ร้านอินเทอร์เน็ต ยังอาจมีอันตราย</p>

เรื่อง	แผนการจัดกิจกรรมที่	เนื้อหา	ความคิดรวบยอด
			<p>หลากหลายรูปแบบแอบแฝงอยู่ ไม่ว่าจะเป็นการขายบริการทางเพศ หรือการขายยาเสพติด ดังนั้น เด็กๆ และเยาวชนจึงควรมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน เพื่อให้รู้เท่าทันถึงปัญหา รวมทั้งควรทำแบบทดสอบเรื่อง "คุณติดเกมขนาดไหน" เพื่อให้เยาวชนได้รู้จัก เข้าใจ และ ยอมรับว่าตนเองติดเกมหรือไม่ และติดเกมในระดับใด จะได้หาแนวทางในการป้องกัน หรือปรับปรุงแก้ไขได้อย่างทันที่</p>
<p>ความรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์</p>	<p>6</p>	<p>- นี้แหละตัวฉัน</p>	<p>ในแต่ละคนย่อมมีความแตกต่างหรืออาจจะเหมือนกันได้ การยอมรับที่จะอยู่ร่วมกันนั้นจำเป็นต้องเปิดเผยและเข้าใจซึ่งกันและกัน การทบทวนและการมองตนเองในด้านดี จะช่วยให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง และยังช่วยให้มองผู้อื่นในด้านดีด้วย การทำความเข้าใจและรู้จักตนเองในทุกด้าน จะช่วยให้เราได้มุมมองที่ดี นำไปสู่การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นได้ และอาจจะมองเห็นปัญหาต่างๆ ร่วมกัน และสามารถนำประสบการณ์มาแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกันได้อีกด้วย</p>

เรื่อง	แผนการจัดกิจกรรมที่	เนื้อหา	ความคิดรวบยอด
	7	- ความไว้วางใจ	เด็กหรือวัยรุ่นที่มีปัญหาการควบคุมตนเองในการเล่นไม่ได้ หรือเล่นเกมมาก จำเป็นต้องเรียนรู้การสร้าง ความไว้วางใจให้เกิดขึ้น ให้ตระหนักถึง ความสำคัญของการสร้างความไว้วางใจ เพื่อให้การแก้ไขปัญหาที่มีผลกระทบจากการเล่นเกมมากสำเร็จได้ และอยู่ร่วมกับสมาชิกในครอบครัว และสังคมได้อย่างมีความสุข
	8	- การคบเพื่อน	เพื่อน คือ คนที่รัก ห่วงดี ให้อภัย และคอยตักเตือนช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เมื่อเกิดความผิดพลาด การสร้างเพื่อน มีความสำคัญต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การลดหรือเลิกเล่นเกม ดังนั้น นักเรียนจำเป็นต้องรู้วิธีการสร้างเพื่อนใหม่ในสถานการณ์ต่างๆ รวมทั้ง การคบเพื่อนที่รู้จักกันผ่านทางการเล่นเกม
	9	- วิธีเลิกเล่นเกมด้วยตัวเอง(การทำตารางเวลา/ การจัดบันทึกเวลาที่ใช้ในการเล่น , การจัดการด้านสิ่งแวดล้อม)	เด็กหรือวัยรุ่นที่เล่นเกมบ่อยๆ เป็นประจำทุกวัน หากต้องการจะลดหรือเลิกเล่นเกม แต่ยังไม่สามารถหักห้ามใจตัวเองให้หยุดเล่นเกมได้ จำเป็นต้องเรียนรู้ถึงวิธีเลิกเล่นเกมด้วยตัวเอง ซึ่งเป็นวิธีการง่ายๆ มีหลากหลายวิธีให้เลือกทดลองปฏิบัติ และสามารถทำได้ด้วยตนเอง ไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น โดยมีจุดประสงค์เพื่อลดเวลาในการเล่นเกมลง หรือเลิกเล่นเกมไปเลย

เรื่อง	แผนการจัดกิจกรรมที่	เนื้อหา	ความคิดรวบยอด
	10	<p>- ปัญหาที่มักเกิดขึ้นบ่อยๆในระยะเริ่มต้นการลดหรือเลิกเล่นเกม 4 ปัญหา และทางเลือกใหม่ในการแก้ปัญหา</p>	<p>เด็กทุกคนที่พยายามจะลดหรือเลิกเล่นเกม มักต้องเผชิญกับปัญหาต่างๆ ในระหว่างสัปดาห์แรกๆ ของการเริ่มต้นลดเวลาเล่นเกม นั่นก็คือปัญหาด้านเพื่อน , ปัญหาด้านอารมณ์ ที่มักจะโกรธ/หงุดหงิดง่าย , ปัญหาด้านการใช้คอมพิวเตอร์ และปัญหาด้านความรู้สึกเบื่อหน่าย ดังนั้น เด็กๆ ควรจะทราบถึงแนวทางการแก้ไขหรือวิธีเผชิญกับปัญหาต่างๆ เหล่านี้ เพื่อให้สามารถลดการเล่นเกมนลง หรือเลิกการเล่นเกมได้สำเร็จ</p>
	11	<p>- แนวทางการควบคุมตนเองเกี่ยวกับการเล่นเกม ( การควบคุมเวลา, การมีวินัยในตนเอง, การรู้จักยับยั้งชั่งใจต่อสิ่งยั่วยุต่างๆ, การทำแบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน)</p>	<p>การควบคุมตนเองเป็นกระบวนการที่บุคคลใช้เพื่อจัดการ หรือปรับแรงผลักดันภายใน หรือความต้องการของตน เพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ตนต้องการ มีการแสดงออกอย่างเหมาะสม อยู่ในขอบเขตที่สังคมยอมรับ การควบคุมตนเองของบุคคลเป็นพฤติกรรมที่เกิดจากการเรียนรู้ และเกิดอย่างค่อยเป็นค่อยไป เป็นผลมาจากการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม แนวทางการควบคุมตนเองเกี่ยวกับการเล่นเกมนั้น มีหลายแนวทางด้วยกัน ทั้งการควบคุมเวลา , การมีวินัยในตนเอง , การรู้จักยับยั้งชั่งใจต่อสิ่งยั่วยุต่างๆ และการ</p>

เรื่อง	แผนการจัดกิจกรรมที่	เนื้อหา	ความคิดรวบยอด
			<p>ทำแบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน ดังนั้น เด็กและเยาวชนจึงควรฝึกการควบคุมตนเอง เพื่อให้สามารถควบคุมตนเองให้มีความพอดีในการเล่นเกมส์ และรู้จักแบ่งเวลาในการเล่นเกมส์ได้อย่างเหมาะสม</p>
	12	<p>- ทักษะในการเป็นผู้บริโภคที่ดี เท้าทัน กระแสโฆษณาและ กระแสบริโภคนิยม</p>	<p>สังคมไทยปัจจุบัน เป็นสังคมบริโภคนิยม ผู้บริโภคจะบริโภคตามกระแสสังคมที่ผู้ผลิตพยายามสร้างผลักดันให้ไปทำตามความต้องการของตน ผู้ประกอบการต่างๆ จะทำการใส่ป้ายโฆษณาทุกรูปแบบกระตุ้นให้ผู้บริโภคควักกระเป๋า ซื้อต่างๆ ที่ปรากฏอยู่ในปัจจุบันทั้งสื่อโฆษณา , สื่ออินเทอร์เน็ต , เกมคอมพิวเตอร์ มักจะปรากฏเนื้อหาที่ไม่เหมาะสมทั้งในเรื่องของภาษา ความรุนแรง และ เรื่องเพศ ดังนั้น เด็กและเยาวชนจึงจำเป็นต้องเรียนรู้ทักษะในการเป็นผู้บริโภคที่ดี เท้าทันกระแสโฆษณา และกระแสบริโภคนิยม เพื่อให้มีสติและปัญญา รู้จักเลือกรู้จักข่มใจ รู้จักความพอดี เลือกบริโภคแต่ในสิ่งที่ดี มีวิจารณญาณในการรับชมสื่อต่างๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งสื่อ (เกม) เด็กจะต้องรู้เท่าทันสื่อ (เกม) และสามารถที่จะป้องกันตนเองไม่ให้มีพฤติกรรมติดเกมคอมพิวเตอร์</p>

เรื่อง	แผนการจัดกิจกรรมที่	เนื้อหา	ความคิดรวบยอด
	13	- เงิน เวลา ชีวิต	เด็กและเยาวชนที่มีปัญหาการติดเกมและอินเทอร์เน็ต ใช้เวลาส่วนใหญ่กับการเล่นเกม หรืออินเทอร์เน็ต ทำให้เวลาผ่านไปอย่างไรคุณค่า บางคนเสียเงินจำนวนมากกับการใช้อินเทอร์เน็ต การวิเคราะห์และทบทวนเกี่ยวกับการใช้เวลา ใช้เงิน จะช่วยให้เด็กและเยาวชนวางแผนใช้เวลาในชีวิตอย่างสมดุลมากขึ้น
	14	- แนวทางในการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ (กิจกรรมสร้างสรรค์ ทางเลือก / ทางเลือก อื่นๆของการใช้เวลาว่าง) - แนวทางในการใช้คอมพิวเตอร์ให้เกิดประโยชน์	เวลาว่าง คือ เวลาที่นอกเหนือจากภารกิจประจำวันและการเรียน เป็นเวลาส่วนตัวที่แต่ละคน สามารถเลือกทำกิจกรรมต่างๆที่ตนสนใจ บางคนใช้เวลาให้หมดไปอย่างมีคุณค่ามีประโยชน์ แต่บางคนก็ปล่อยให้เวลาผ่านไปอย่างไรคุณค่า และนำไปสู่การเล่นเกมที่ นั่นหมายถึงการใช้คอมพิวเตอร์ไปในทางที่ไม่เกิดประโยชน์ ดังนั้น เยาวชนจึงควรเรียนรู้ที่จะใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ รวมทั้งเรียนรู้ที่จะใช้คอมพิวเตอร์ให้เกิดประโยชน์ด้วย เพื่อให้เวลาในทุกๆวันผ่านไปอย่างมีคุณค่ามากที่สุด
	15	คุณค่าชีวิต เป้าหมายชีวิต การวางแผนชีวิตที่มีคุณค่า	เด็กที่ใช้เวลากับการเล่นเกม จะรู้สึกว่าได้เอาชนะและภูมิใจต่อระดับของการเล่นที่พัฒนาขึ้น ดังนั้น จึงควรให้เด็กเรียนรู้และเข้าใจความเป็นจริง

เรื่อง	แผนการจัดกิจกรรมที่	เนื้อหา	ความคิดรวบยอด
			<p>ที่ว่า ชีวิตมีหลายมิติที่มีคุณค่า ซึ่งน่าเรียนรู้ค้นหา และควรพัฒนาให้เกิดความสำเร็จในอีกหลายๆ ด้าน ซึ่งเป็นคุณค่าของชีวิตที่เป็นความภาคภูมิใจต่อตนเอง ครอบครัว และสังคมอย่างแท้จริง โดยการศึกษาผ่านชีวิตจริงที่ทุกซอกทุกแต่เป็นชีวิตที่มีคุณค่าของผู้อื่น</p> <p>การมีจุดมุ่งหมายในชีวิต ทำให้บุคคลมีความกระตือรือร้น มีแรงจูงใจที่จะทำในสิ่งต่างๆ เพื่อก้าวให้ถึงจุดมุ่งหมายนั้นๆ การที่เด็กมีการกำหนดเป้าหมายชีวิตให้กับตนเอง จะทำให้เด็กได้แนวทางที่เป็นรูปธรรม นำไปสู่เป้าหมายของชีวิต</p> <p>การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นหลังจากการเข้าร่วมกิจกรรมในโปรแกรม เกิดจากการเรียนรู้ และเกิดอย่างค่อยเป็นค่อยไป เป็นผลมาจากการที่นักเรียนนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันอย่างมีเป้าหมาย โดยที่มีการควบคุมตนเอง เป็นกระบวนการที่นักเรียนใช้เพื่อจัดการหรือปรับแรงผลักดันภายใน หรือความต้องการของตน ให้เป็นไปตามแนวทางที่ตนเองและครอบครัวต้องการ</p>



#### 4.1.4 ส่วนประกอบของแผนการจัดกิจกรรม ประกอบด้วย

1. วัตถุประสงค์ ประกอบด้วย วัตถุประสงค์ทั่วไป และวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม
2. ความคิดรวบยอด
3. เนื้อหาเกี่ยวกับการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์
4. ขั้นตอนการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน
  - ขั้นที่ 1 ขั้นนำเสนอบทเรียนทั้งชั้น
  - ขั้นที่ 2 ขั้นทำงานกลุ่ม
  - ขั้นที่ 3 ขั้นทดสอบ
  - ขั้นที่ 4 ขั้นปรับปรุงคะแนน
5. สื่อการสอนที่ใช้ในการจัดกิจกรรมแต่ละครั้ง
6. การประเมินผลในชั้นเรียน ตามจุดประสงค์ที่ได้ตั้งไว้
7. การปรับปรุงแผนการจัดกิจกรรม จากข้อมูลที่บ้านที่เพิ่มเติมในการจัดกิจกรรม เช่น จำนวนนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมแต่ละครั้ง การให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรมกลุ่ม

#### 4.1.5 นำแผนการจัดกิจกรรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นเสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อ

ตรวจพิจารณาแล้วนำมาปรับปรุงแก้ไข

#### 4.1.6 นำแผนการจัดกิจกรรมจำนวน 3 แผน คือ แผนการปฐมนิเทศและการ

เตรียมความพร้อมก่อนเข้าร่วมโปรแกรม แผนการเรียนรู้ที่ 1 ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ และแผนการเรียนรู้ที่ 3 สถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนพระตำหนักสวนกุหลาบ มหามงคล สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษานครปฐมเขต 2 ที่ไม่ใช่อัตถ์อย่างประชากร จำนวน 20 คน เพื่อดูความเหมาะสมในด้านการจัดกิจกรรม ความเหมาะสมของเอกสารประกอบการเรียนการสอน ระยะเวลาที่ใช้สอน และนำมาปรับปรุงแก้ไขข้อบกพร่องก่อนนำไปใช้จริง

### 4.2 เอกสารประกอบการจัดกิจกรรม

เอกสารประกอบการจัดกิจกรรม เป็นเอกสารที่รวบรวมรายละเอียดของเนื้อหาในการจัดกิจกรรมการให้ความรู้ ความเข้าใจ เรื่องการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ประกอบด้วยใบความรู้ทั้งสิ้น 15 ใบความรู้ และใบงาน 15 ใบงาน โดยใบความรู้สำหรับในบางแผนการจัดกิจกรรมจะถูกทำให้อยู่ในรูปของแผ่นพับ หรือมีการนำข่าวตามหน้าหนังสือพิมพ์ บทความจากวารสารและอินเทอร์เน็ต มาประกอบลงในใบความรู้, ใบงาน

ด้วย นอกจากนี้ยังมีแบบทดสอบย่อยเกี่ยวกับสาระที่เรียนในแต่ละแผนการสอน รวมทั้งสิ้น 15 แบบทดสอบ ซึ่งทั้งหมดนี้เป็นเอกสารที่ช่วยให้ผู้วิจัยสามารถดำเนินการจัดกิจกรรมในแต่ละครั้งได้อย่างราบรื่น มีขั้นตอนในการสร้าง ดังนี้

4.2.1 ศึกษาหลักการ แนวคิด เนื้อหา และแบบทดสอบต่างๆในเรื่องการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ จากเอกสาร ตำรา และงานวิจัยต่างๆ ที่เกี่ยวข้อง รวมทั้งจากการสังเกตแบบมีส่วนร่วมตามร้านเกมต่างๆ

4.2.2 สังเคราะห์ความรู้จากการศึกษาในขั้นตอนแรก จัดประเด็นเป็นหน่วยความรู้ต่างๆ และจัดลำดับความสำคัญของเนื้อหาที่จะใช้ในการจัดกิจกรรม

4.2.3 รวบรวมและสรุปข้อความรู้เป็นหน่วยต่างๆ

4.2.4 นำเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อตรวจสอบความถูกต้อง เหมาะสม และความเป็นไปได้ในการใช้เพื่อจัดกิจกรรม แล้วนำมาปรับปรุงแก้ไขให้มีความสมบูรณ์มากยิ่งขึ้น

4.2.5 นำเสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อตรวจสอบความตรงตามเนื้อหาและความเหมาะสมในด้านต่างๆ แล้วจึงนำมาปรับปรุงแก้ไขตามคำแนะนำก่อนนำไปใช้จริง

4.3 แผ่นซีดี-รอม สารคดีเรื่อง เกมออนไลน์: การแข่งขันที่ไม่รู้จัก เป็นสื่อที่นำมาใช้ในการถ่ายทอดความรู้ เพื่อให้ผู้เรียนเข้าใจถึงสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ซึ่งมีขั้นตอนในการสร้าง ดังนี้

4.3.1 ทำหนังสือขอความร่วมมือในการวิจัย จากบัณฑิตวิทยาลัยจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ไปยังรายการหลุมดำ ของบริษัททีวีบูรพา ซึ่งเป็นรายการที่มีการนำเสนอสารคดีที่มีประโยชน์ และสะท้อนปัญหาสังคมในปัจจุบันทางโมเดิร์นไนน์ทีวีเป็นประจำทุกสัปดาห์

4.3.2 ผู้วิจัยอธิบาย ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัยให้เจ้าหน้าที่ของรายการทราบ เพื่อทำการขอตกลงเนื้อหาของทางรายการในตอนที่ยืนยันว่า เกมออนไลน์: การแข่งขันที่ไม่รู้จัก มาจัดทำเป็นแผ่นซีดี-รอม

4.3.3 นำแผ่นซีดี-รอมเสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อตรวจสอบความเหมาะสมของเนื้อหา พร้อมทั้งเสนอแนะวิธีใช้ แล้วนำเสนอต่ออาจารย์ที่ปรึกษาเพื่อตรวจสอบซ้ำ

4.3.4 นำแผ่นซีดี-รอมที่ได้ไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 จำนวน 20 คน ซึ่งไม่ใช่ตัวอย่างประชากร เพื่อตรวจสอบความเข้าใจของนักเรียนหลังจากการชมแล้ว หลังจากนั้นจึงนำมาปรับปรุงแก้ไขซ้ำอีกครั้งก่อนนำไปใช้จริง

## 5. การสร้างเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยและการตรวจสอบคุณภาพ

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย แบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน แบบสังเกตพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ แบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน และแบบสอบถามความคิดเห็นการเข้าร่วมโปรแกรม

5.1 การสร้างแบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน มีขั้นตอนในการสร้าง ดังนี้

5.1.1 กำหนดวัตถุประสงค์ของแบบทดสอบ คือ เพื่อวัดความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน

5.1.2 ศึกษาเอกสาร ทฤษฎีเกี่ยวกับความรู้ และหลักการสร้างแบบทดสอบให้ตรงตามเนื้อหา

5.1.3 กำหนดโครงสร้างของข้อสอบ (Table of Specification) รายละเอียดนำเสนอในตารางที่ 3

ตารางที่ 3 โครงสร้างของแบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน

เนื้อหาที่ต้องการวัด	น้ำหนัก(%)	ข้อสอบที่ ต้องการ	ข้อสอบที่ สร้างขึ้น	ข้อสอบข้อที่
1) - ความหมายของเกมคอมพิวเตอร์ - อุปกรณ์สำหรับเล่นเกมคอมพิวเตอร์ - รูปแบบการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ - ส่วนประกอบของเกมคอมพิวเตอร์	20	4	10	1-10
2) - ประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ที่ว่ๆไป - ประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ที่ เด็กไทยนิยมเล่น	5	1	10	11-20
3) - ลักษณะของเด็กติดเกม - โทษพิษภัยการติดเกม - ตัวกระตุ้นที่ทำให้หมกมุ่นกับการ เล่นเกมและอินเทอร์เน็ต	30	6	10	21-30

เนื้อหาที่ต้องการวัด	น้ำหนัก(%)	ข้อสอบที่ ต้องการ	ข้อสอบที่ สร้างขึ้น	ข้อสอบข้อที่
4) - เทคนิคการตั้งให้ผู้เล่นเล่นเกมอย่าง ต่อเนื่อง - เสน่ห์ในเกม - เกมในอดีต - เกมในปัจจุบัน - สมองกับการติดเกม - โลกแห่งความจริงกับโลกแห่ง แฟนตาซี - กระแสของเกม - พบอะไรในเกม - วิทยุแสงหาอะไรในเกม - ธรรมชาติของวิทยุ - อิทธิพลของเกมต่อวิทยุ	30	6	10	31-40
5) - ลักษณะของร้านเกม / ร้านอินเทอร์เน็ต - อันตรายต่างๆในร้านเกม / ร้านอินเทอร์เน็ต - ปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นได้จากการเล่น เกมคอมพิวเตอร์	15	3	10	41-50
รวม	100	20	50	1-50

5.1.4 กำหนดลักษณะของแบบทดสอบ ซึ่งมีลักษณะเป็นข้อสอบแบบ  
ปรนัย ชนิดเลือกตอบ มีตัวเลือก 3 ตัวเลือก มีตัวเลือกที่ถูกต้องเพียง 1 ตัวเลือก มีเกณฑ์การตรวจ  
ให้คะแนน คือ ถ้าตอบถูกได้ 1 คะแนน ถ้าตอบผิดหรือไม่ตอบได้ 0 คะแนน

5.1.5 สร้างข้อสอบตามที่กำหนดไว้ในโครงสร้างเนื้อหา ทั้งหมด 50 ข้อ

5.1.6 นำข้อสอบที่สร้างขึ้นเสนอต่อผู้ทรงคุณวุฒิ เพื่อตรวจสอบความ  
ตรงของเนื้อหา (Content Validity) โดยวิธีตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างข้อสอบกับเนื้อหาหรือ  
วัตถุประสงค์ (Item-Objective Congruency Index : IOC) ตามที่กำหนดไว้ ซึ่งข้อสอบที่สามารถ  
ใช้ได้จะต้องมีค่า  $> 0.5$  (รายละเอียดนำเสนอในตารางที่ 19 ภาคผนวก ค)

5.1.7 คัดเลือกข้อสอบที่สร้างขึ้นจาก 50 ข้อ ให้เหลือ 20 ข้อ โดยใช้หลักเกณฑ์ความตรงของเนื้อหาจากการหาค่าดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อคำถามกับเนื้อหาหรือวัตถุประสงค์ ซึ่งข้อสอบทุกข้อที่คัดเลือกได้มีค่า  $> 0.5$  ถือว่าเป็นข้อสอบที่สามารถนำไปใช้ได้

5.1.8 หลังจากนั้นจึงนำข้อสอบที่สร้างขึ้นไปทดลองใช้ (Try-out) กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนพระตำหนักสวนกุหลาบ มหามงคล สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษานครปฐม เขต 2 ปีการศึกษา 2550 จำนวน 20 คน ซึ่งไม่ใช่ตัวอย่างประชากร โดยทำการให้ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบันแก่นักเรียนกลุ่มดังกล่าวเป็นเวลา 1 สัปดาห์ วันละ 1 ชั่วโมง แล้วจึงนำแบบทดสอบไปทดลองใช้และตรวจให้คะแนน

5.1.9 นำผลการทดสอบที่ได้จากข้อ 5.1.8 มาวิเคราะห์รายข้อ เพื่อหาค่าอำนาจจำแนก (Discrimination Power) และหาค่าระดับความยาก (Level of Difficulty) ของแบบทดสอบ โดยแบบทดสอบทุกข้อมีค่าอำนาจจำแนก 0.2 ขึ้นไป และมีค่าระดับความยากอยู่ระหว่าง 0.20-0.80 ซึ่งถือว่าเป็นค่าที่ใช้ได้ (รายละเอียดของค่าระดับความยากและค่าอำนาจจำแนก ได้นำเสนอไว้ในตารางที่ 21 ในภาคผนวก ค)

5.1.10 นำแบบทดสอบมาวิเคราะห์หาค่าความเที่ยง (reliability) ด้วยวิธีคูเดอร์ริชาร์ดสัน (Kuder-Richardson KR-20) ได้ค่าความเที่ยงของแบบทดสอบวัดความรู้ความเข้าใจทั้งฉบับ เท่ากับ 0.772 ซึ่งถือว่าเป็นค่าความเที่ยงที่สูง จึงสามารถนำแบบทดสอบไปใช้ได้ (รายละเอียดของการหาค่าความเที่ยงได้นำเสนอไว้ในตารางที่ 20 ในภาคผนวก ค)

5.2 การสร้างแบบสังเกตพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ มีขั้นตอนในการสร้าง ดังนี้

5.2.1 กำหนดวัตถุประสงค์ของแบบสังเกตพฤติกรรม คือ เพื่อวัดพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียน สำหรับให้ผู้ปกครองเป็นผู้ทำการสังเกต

5.2.2 ศึกษาหลักเกณฑ์ การสร้างแบบสังเกตพฤติกรรม เทคนิคการประเมินผลพฤติกรรม จากเอกสาร และตำราที่เกี่ยวข้อง

5.2.3 กำหนดหัวข้อพฤติกรรมที่ต้องการสังเกต โดยแบ่งเกณฑ์การทำพฤติกรรมแต่ละรายการ เป็น 4 เกณฑ์ 4 ระดับคะแนน คือ

ไม่ใช่เลย หมายถึง นักเรียนไม่แสดงพฤติกรรมนั้นเลย ได้ 3 คะแนน

ไม่น่าใช่ หมายถึง นักเรียนแสดงพฤติกรรมนั้นบ้างเป็นบางครั้ง ได้ 2

คะแนน

น่าจะใช่ หมายถึง นักเรียนแสดงพฤติกรรมนั้นบ่อยครั้ง ได้ 1 คะแนน  
 ใช่เลย หมายถึง นักเรียนแสดงพฤติกรรมนั้นเป็นประจำ สม่่าเสมอ ได้ 0

คะแนน

#### 5.2.4 สร้างแบบสังเกตพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกม

คอมพิวเตอร์ และนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิตรวจสอบ เพื่อพิจารณาความถูกต้อง เหมาะสม แล้วนำมา  
 แก้ไขข้อบกพร่อง

#### 5.2.5 นำแบบสังเกตพฤติกรรมที่แก้ไขปรับปรุงแล้ว ไปทดลองใช้กับ

ผู้ปกครองของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนพระตำหนักสวนกุหลาบ มหามงคล  
 สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษานครปฐม เขต 2 ปีการศึกษา 2550 จำนวน 10 คน ซึ่งไม่ใช่  
 ผู้ปกครองของกลุ่มตัวอย่าง เพื่อดูความเหมาะสมของภาษาที่ใช้ในการสื่อให้ผู้ปกครองเข้าใจ แล้ว  
 ปรับปรุงแก้ไขอีกครั้ง

### 5.3 การสร้างแบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน มีขั้นตอนในการสร้าง ดังนี้

#### 5.3.1 ศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการประเมินผลโดยการใช แบบการจัดตารางการปฏิบัติ

5.3.2 รวบรวมหลักเกณฑ์ เทคนิคการสร้างแบบการจัดตารางการปฏิบัติ จาก  
 เอกสารและสิ่งพิมพ์ต่างๆ มาวิเคราะห์หารูปแบบของแบบการจัดตารางการปฏิบัติที่เหมาะสมกับ  
 การใช้เวลา

#### 5.3.3 สร้างแบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน

5.3.4 นำแบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวันไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ  
 พิจารณาในเรื่องความเหมาะสมในการนำไปใช้จริง และส่วนประกอบในแบบการจัดตารางการ  
 ปฏิบัติ และนำมาปรับปรุงแก้ไข

5.4 การสร้างแบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับความเหมาะสมของโปรแกรม  
 ในด้านต่างๆของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม มีรายละเอียดในการสร้าง ดังนี้

5.4.1 ศึกษาหลักเกณฑ์ในการสร้างแบบสอบถามจากหนังสือเกี่ยวกับการวัด  
 และประเมินผล และศึกษาตัวอย่างแบบสอบถามจากงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

5.4.2 กำหนดรูปแบบของแบบสอบถาม เป็นแบบสอบถามความคิดเห็น  
 เกี่ยวกับโปรแกรม แบ่งเป็น 2 ตอน

ตอนที่ 1 เป็นแบบสอบถามชนิดมาตราส่วนประมาณค่า 3 ระดับ คือ  
 มาก ปานกลาง น้อย ข้อสอบถามเกี่ยวกับความคิดเห็นในด้านลักษณะของโปรแกรม เนื้อหา

ลักษณะการจัดการเรียนการสอน เวลาที่ใช้ และประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรม จำนวน 9 ข้อ

**ตอนที่ 2** เป็นแบบสอบถามปลายเปิด เกี่ยวกับปัญหาและข้อเสนอแนะอื่น ๆ

**5.4.3** หากคุณภาพของแบบสอบถามที่สร้างขึ้น โดยนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความเหมาะสมของภาษาที่ใช้ และความเหมาะสมของข้อคำถาม เพื่อนำข้อเสนอแนะมาปรับปรุงแก้ไข

**5.4.4** นำแบบสอบถามที่ปรับปรุงแก้ไขแล้ว ไปทดลองใช้กับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ของโรงเรียนพระตำหนักสวนกุหลาบ มหามงคล จำนวน 20 คน ที่ไม่ใช่ตัวอย่างประชากร เพื่อดูความเหมาะสมและการใช้ภาษาของแบบสอบถาม แล้วนำมาปรับปรุงก่อนนำไปใช้จริง

**ขั้นที่ 2** การทดลองใช้โปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์

นำโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ไปทดลองสอน รายละเอียดของการดำเนินการมีดังนี้

#### **ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง**

1. ประชากรในการวิจัยครั้งนี้ คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ของโรงเรียนในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษานครปฐม เขต 2 เนื่องจากโรงเรียนต่างๆที่อยู่ในสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษานครปฐม เขต 2 นั้น เป็นโรงเรียนที่ตั้งอยู่ในบริเวณใกล้เคียงกับแหล่งบริการอินเทอร์เน็ต และร้านเกม ซึ่งมีอยู่เป็นจำนวนมากในจังหวัดนครปฐม จึงส่งผลให้โรงเรียนอยู่ในพื้นที่เสี่ยงต่อการที่เด็กและเยาวชนของโรงเรียนอาจมีพฤติกรรมหมกมุ่นกับการเล่นเกม จนกระทั่งติดเกมคอมพิวเตอร์ได้

2. กลุ่มตัวอย่าง คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โรงเรียนพระตำหนักสวนกุหลาบ มหามงคล สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษานครปฐม เขต 2 ภาคการเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2550 จำนวน 20 คน ประกอบด้วย เด็กเก่ง 5 คน ปานกลาง 10 คน อ่อน 5 คน และในจำนวนนี้นั้น แบ่งเป็นเด็กชาย 10 คน เด็กหญิง 10 คน เป็นนักเรียนที่มีผลคะแนนวิชาภาษาไทยในภาคการเรียน

ที่ผ่านมา ตั้งแต่ระดับ 1 ขึ้นไป และมีความสนใจที่จะป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์  
สมัครใจที่จะเข้าร่วมโปรแกรม รวมทั้งสามารถเข้าร่วมกิจกรรมจนเสร็จสิ้นโปรแกรม

### เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง

เครื่องมือที่ใช้ในการทดลอง คือ แบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจเรื่องเกมคอมพิวเตอร์  
และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน และแบบสังเกตพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจาก  
การติดเกมคอมพิวเตอร์

### วิธีดำเนินการทดลอง

1. ทำหนังสือขอความร่วมมือในการวิจัยจากบัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
ไปยังผู้อำนวยการโรงเรียนพระตำหนักสวนกุหลาบ มหามงคล สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษา  
นครปฐม เขต 2

2. ผู้วิจัยอธิบายชี้แจงและทำความเข้าใจกับผู้บริหาร อาจารย์หัวหน้าชั้นประถมศึกษาปีที่  
5 ของโรงเรียนพระตำหนักสวนกุหลาบ มหามงคล เกี่ยวกับวัตถุประสงค์ของการวิจัย และเนื้อหาที่  
จะสอน เพื่อขออนุญาตในการทำวิจัย และดำเนินการเปิดรับสมัครนักเรียนเข้าร่วมโปรแกรมจน  
ครบทั้งหมด 20 คน

3. ปฐมนิเทศนักเรียนที่สมัครเข้าร่วมโปรแกรม เพื่อชี้แจงรายละเอียดในการปฏิบัติ  
กิจกรรม และตกลงเวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรม และเตรียมนักเรียนที่จะเข้าร่วมโปรแกรมให้มีทักษะ  
ในการทำงานกลุ่ม เข้าใจในบทบาทหน้าที่ของตนเองและของกลุ่ม จากนั้นให้นักเรียนทำ  
แบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจเรื่องเกมคอมพิวเตอร์และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมใน  
ปัจจุบัน จำนวน 20 ข้อ (pre-test) ใช้เวลา 30 นาที

4. ผู้วิจัยทำหนังสือขอความร่วมมือในการทำแบบสังเกตพฤติกรรมในการป้องกันตนเอง  
จากการติดเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียนไปยังผู้ปกครองของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม เพื่อให้  
ผู้ปกครองทำการสังเกตพฤติกรรมของบุตรหลานตามรายการพฤติกรรมที่กำหนดให้ จำนวน 13 ข้อ  
ใช้เวลา 1 สัปดาห์

5. แบ่งกลุ่มเพื่อจัดกิจกรรมกลุ่มในการเรียนการสอน ตามหลักการจัดการเรียนแบบ  
ร่วมมือแบบทีมสัมพันธ์ ที่จัดให้สมาชิกในกลุ่มย่อยแต่ละกลุ่มประกอบด้วยผู้ที่มีความแตกต่างกัน  
ทางด้านเพศ และมีความแตกต่างกันทางด้านความสามารถในการเรียน เพื่อให้เกิดการช่วยเหลือ  
กันในกลุ่ม และพัฒนาความสามารถของสมาชิกในทุกระดับความสามารถ (Slavin,1990) มีวิธี  
ดำเนินการในการแบ่งกลุ่ม คือ ทดสอบความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันปัญหาการติดเกม  
คอมพิวเตอร์ โดยใช้แบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เรื่อง เกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์



ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน (สำหรับนักเรียน) และใช้แบบสังเกตพฤติกรรมในการป้องกันตนเอง จากการติดเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียน (สำหรับผู้ปกครอง) เป็นการทดสอบก่อนเรียน นำคะแนนที่ได้จากแบบทดสอบทั้งสองมารวมกัน แล้วจึงเรียงคะแนนจากมากไปหาน้อย จากคะแนนเต็ม 59 คะแนน แล้วแบ่งระดับความสามารถออกเป็น 3 กลุ่ม คือ

คะแนน 35 ขึ้นไป เป็น กลุ่มเก่ง จำนวน 5 คน  
 คะแนนระหว่าง 25-34 เป็น กลุ่มปานกลาง จำนวน 10 คน  
 คะแนนต่ำกว่า 24 ลงไป เป็น กลุ่มอ่อน จำนวน 5 คน

จัดกลุ่มตัวอย่างนักเรียนจำนวน 20 คน ออกเป็น 5 กลุ่ม เพื่อใช้ในการจัดกิจกรรมกลุ่ม จะได้กลุ่มละ 4 คน โดยแต่ละกลุ่มประกอบด้วยนักเรียนที่มีระดับความสามารถในกลุ่มเก่ง 1 คน กลุ่มปานกลาง 2 คน และกลุ่มอ่อน 1 คน ได้มาจากการสุ่มอย่างง่ายจากนักเรียนที่มีคะแนนความสามารถแต่ละกลุ่ม ดังตารางที่ 4

**ตารางที่ 4** จำนวนนักเรียนในกลุ่ม จำแนกตามระดับคะแนนการทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์

นักเรียน กลุ่มที่	กลุ่มเก่ง (คน)	กลุ่มปานกลาง (คน)	กลุ่มอ่อน (คน)	รวม (คน)
1	1	2	1	4
2	1	2	1	4
3	1	2	1	4
4	1	2	1	4
5	1	2	1	4
รวม	5	10	5	20

6. ผู้วิจัยดำเนินการทดลองสอนด้วยตนเอง โดยใช้แผนการจัดกิจกรรมให้ความรู้ ความเข้าใจ เรื่องการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบ ทีมสัมพันธ์ที่สร้างขึ้น จำนวน 15 แผน แก่นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม สัปดาห์ละ 2 วัน คือ วันจันทร์ และวันศุกร์ วันละ 1 คาบ คาบละ 1 ชั่วโมง ใช้เวลาสอนนอกเวลาปกติ โดยเริ่มดำเนินการสอน ตั้งแต่วันที่ 30 กรกฎาคม 2550 จนถึงวันที่ 21 กันยายน 2550 รวมเวลาที่ใช้ในการทดลองสอน ทั้งหมดประมาณ 8 สัปดาห์ หรือ ประมาณ 17 ชั่วโมง แบ่งเป็นการปฐมนิเทศและเตรียมความพร้อมนักเรียน 1 ชั่วโมง เวลาเรียน 15 ชั่วโมง ประเมินผล 1 ชั่วโมง

7. ระหว่างดำเนินการทดลองสอนตามแผนการจัดกิจกรรมที่สร้างขึ้นจำนวน 15 แผน เมื่อสิ้นสุดแผนการจัดกิจกรรมที่ 11 นักเรียนจะได้รับแบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน เพื่อนำไปบันทึกการใช้เวลาของนักเรียนในแต่ละวัน แล้วนำมาส่งให้ครูตรวจเป็นระยะ จนกว่าจะสิ้นสุดแผนการจัดกิจกรรมที่ 15

8. หลังการสอนเสร็จสิ้น ผู้วิจัยให้นักเรียนทำการทดสอบความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ (post-test) โดยใช้แบบทดสอบชุดเดิมกับการทดสอบก่อนการเรียน (pre-test) และทำแบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ รวมทั้งให้ผู้ปกครองของนักเรียน ทำแบบสังเกตพฤติกรรมชุดเดิมกับการสังเกตก่อนการเรียน

9. ผู้วิจัยดำเนินการรวบรวมข้อมูลอื่นๆเพิ่มเติม ได้แก่ จำนวนครั้งที่นักเรียนเข้าร่วมโปรแกรม การมีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียน และผลงานของนักเรียนเพื่อนำข้อมูลมาใช้ประกอบในการอภิปรายผล

#### การวิเคราะห์ข้อมูล

1. เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน จากแบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ ก่อนและหลังการเรียนของกลุ่มตัวอย่าง
2. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนจากการทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน หลังการเข้าร่วมโปรแกรมกับคะแนนเฉลี่ยก่อนเข้าร่วมโปรแกรม โดยการทดสอบค่าที (t-test dependent)
3. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนจากการทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน หลังการเข้าร่วมโปรแกรมกับเกณฑ์ประเมินหลังเข้าร่วมโปรแกรม โดยการทดสอบค่าที (t-test)
4. เปรียบเทียบคะแนนเฉลี่ยและส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน จากแบบสังเกตพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ ก่อนและหลังการเรียนของกลุ่มตัวอย่าง
5. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนจากการวัดพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ หลังการเข้าร่วมโปรแกรมกับคะแนนเฉลี่ยก่อนเข้าร่วมโปรแกรม โดยการทดสอบค่าที (t-test dependent)
6. เปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนจากการวัดพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ หลังการเข้าร่วมโปรแกรมกับเกณฑ์ประเมินหลังเข้าร่วมโปรแกรม โดยการทดสอบค่าที (t-test)

7. วิเคราะห์แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนเกี่ยวกับความเหมาะสมในด้านต่างๆ ของโปรแกรมที่จัดขึ้น ด้วยการหาค่าเฉลี่ย พิจารณาโดยข้อความที่ได้ มาก ได้ 3 คะแนน ปานกลาง ได้ 2 คะแนน น้อย ได้ 1 คะแนน มีเกณฑ์การแปลความหมายค่าเฉลี่ย (ประคอง กรรณสูต, 2538) ดังนี้

ค่าเฉลี่ย 2.51-3.00 แปลความว่า มาก

ค่าเฉลี่ย 1.51-2.50 แปลความว่า ปานกลาง

ค่าเฉลี่ย 1.00-1.50 แปลความว่า น้อย

8. ข้อมูลที่ผู้วิจัยเก็บรวบรวมจากแบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน และข้อมูลที่เก็บรวบรวมเพิ่มเติม นำเสนอโดยใช้ความเรียง

### ขั้นที่ 3 การปรับปรุงแก้ไขโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์

ผู้วิจัยพิจารณาข้อมูลจาก 2 แหล่งข้อมูล ดังนี้

1. ข้อมูลที่ได้จากการประเมินประสิทธิภาพของโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ โดยใช้แบบทดสอบความรู้ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน และแบบสังเกตพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์

2. ข้อมูลที่ได้จากแบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวันของนักเรียน ข้อมูลจากฉบับที่เพิ่มเติมระหว่างดำเนินการทดลองใช้โปรแกรม และข้อมูลจากการสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่มีต่อโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ ในด้านความเหมาะสมของเวลาในการเรียน เนื้อหาที่เรียน สื่อและเอกสารประกอบการจัดกิจกรรม การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรม

ผู้วิจัยนำข้อมูลที่ได้ดังกล่าว มาพิจารณาประกอบกันเพื่อประเมินภาพรวมของโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ และเพื่อนำมาเป็นแนวทางในการพิจารณาว่ามีข้อบกพร่องอยู่ที่ใดบ้าง เมื่อทราบข้อบกพร่องแล้ว จึงนำมาปรับปรุงแก้ไขให้เป็นโปรแกรมฉบับสมบูรณ์

## บทที่ 4

### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

ในการวิจัยเรื่อง ผลของโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ ที่มีต่อนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ผู้วิจัยได้ดำเนินการเก็บรวบรวมข้อมูลก่อนดำเนินการใช้โปรแกรมและหลังการใช้โปรแกรม โดยทดสอบความรู้ความเข้าใจของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม ด้วยแบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เรื่อง เกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน รวมทั้งวัดทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม ด้วยแบบสังเกตพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ ในระหว่างดำเนินการใช้โปรแกรมฯ ผู้วิจัยเก็บรวบรวมข้อมูลการใช้เวลาในแต่ละวันของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม ด้วยแบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน และเก็บข้อมูลขณะที่นักเรียนทำกิจกรรมตามแผนการจัดกิจกรรม จากนั้นผู้วิจัยนำข้อมูลทั้งหมดที่ได้มาวิเคราะห์ สรุปผลเพื่อปรับปรุงและนำเสนอโปรแกรมฯ รายละเอียดผลการวิเคราะห์ข้อมูลนำเสนอเป็น 5 ตอน ตามลำดับ ดังนี้

ตอนที่ 1 การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพัฒนาการความรู้ความเข้าใจ เรื่อง เกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

ตอนที่ 2 พัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ ของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

ตอนที่ 3 การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ที่เกิดขึ้นในตัวนักเรียน

ตอนที่ 4 การนำผลการทดลองมาปรับปรุงแก้ไขโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์

ตอนที่ 5 โปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

ตอนที่ 1 การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพัฒนาการความรู้ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

1.1 การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพัฒนาการความรู้ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ของนักเรียนในกลุ่มย่อย ทั้ง 5 กลุ่ม ที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม รายละเอียดผลการวิเคราะห์ข้อมูล นำเสนอในตารางที่ 5 - 9

ตารางที่ 5 ค่าเฉลี่ยของคะแนนพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ของนักเรียนกลุ่มที่ 1 ที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

นักเรียนคนที่	ระดับความสามารถทางการเรียน	ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม	หลังเข้าร่วมโปรแกรม	D
1	เก่ง	17	20	3
2	ปานกลาง	14	20	6
3	ปานกลาง	14	18	4
4	อ่อน	7	18	11
		$\bar{x} = 13$	$\bar{x} = 19$	

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ยของคะแนนพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ของนักเรียนกลุ่มที่ 2 ที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

นักเรียนคนที่	ระดับความสามารถทางการเรียน	ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม	หลังเข้าร่วมโปรแกรม	D
1	เก่ง	16	20	4
2	ปานกลาง	15	16	1
3	ปานกลาง	15	16	1
4	อ่อน	9	15	6
		$\bar{x} = 13.75$	$\bar{x} = 16.75$	

**ตารางที่ 7** ค่าเฉลี่ยของคะแนนพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และ สถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ของนักเรียนกลุ่มที่ 3 ที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลัง การเข้าร่วมโปรแกรม

นักเรียนคนที่	ระดับความสามารถ ทางการเรียน	ก่อนเข้าร่วม โปรแกรม	หลังเข้าร่วม โปรแกรม	D
1	เก่ง	14	20	6
2	ปานกลาง	16	19	3
3	ปานกลาง	14	20	6
4	อ่อน	11	18	7
		$\bar{x} = 13.75$	$\bar{x} = 19.25$	

**ตารางที่ 8** ค่าเฉลี่ยของคะแนนพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และ สถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ของนักเรียนกลุ่มที่ 4 ที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลัง การเข้าร่วมโปรแกรม

นักเรียนคนที่	ระดับความสามารถ ทางการเรียน	ก่อนเข้าร่วม โปรแกรม	หลังเข้าร่วม โปรแกรม	D
1	เก่ง	16	20	4
2	ปานกลาง	16	18	2
3	ปานกลาง	9	17	8
4	อ่อน	6	15	9
		$\bar{x} = 11.75$	$\bar{x} = 17.50$	

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 9 ค่าเฉลี่ยของคะแนนพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ของนักเรียนกลุ่มที่ 5 ที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

นักเรียนคนที่	ระดับความสามารถทางการเรียน	ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม	หลังเข้าร่วมโปรแกรม	D
1	เก่ง	17	19	2
2	ปานกลาง	13	19	6
3	ปานกลาง	14	20	6
4	อ่อน	13	18	5
		$\bar{X} = 14.25$	$\bar{X} = 19$	

จากตารางที่ 5 - 9 พบว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ของนักเรียนในกลุ่มย่อย ทั้ง 5 กลุ่มที่เข้าร่วมโปรแกรม หลังการเข้าร่วมโปรแกรมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

นอกจากนี้ เมื่อพิจารณาคะแนนของนักเรียนเป็นรายบุคคล พบว่า นักเรียนในทุกระดับความสามารถ ไม่ว่าจะ เก่ง ปานกลาง หรืออ่อน ต่างก็มีคะแนนพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน หลังการเข้าร่วมโปรแกรมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม

ดังนั้น สรุปได้ว่า จากการใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมพันธ์ (STAD) จะทำให้ทุกกลุ่มมีคะแนนพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบันสูงขึ้น และจะสูงขึ้นทุกชั้น อันเป็นผลจากทุกคนในกลุ่มช่วยเหลือกัน

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

1.2 การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ของนักเรียน รวมทั้งห้องที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม โดยใช้ค่าที (t-test dependent) รายละเอียดผลการวิเคราะห์ข้อมูล นำเสนอในตารางที่ 10

ตารางที่ 10 ค่าเฉลี่ยของคะแนนพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ของนักเรียนรวมทั้งห้องที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

ระยะเวลา	$\bar{X}$	S.D.	t
ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม	13.30	3.246	
หลังเข้าร่วมโปรแกรม	18.30	1.720	8.483*

\*  $p < .05$  ( $.05t_{19} = 2.093$ )

จากตารางที่ 10 ค่า t ที่คำนวณได้เท่ากับ 8.483 ซึ่งมากกว่าค่า t ในตาราง แสดงว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ของนักเรียนรวมทั้งห้องที่เข้าร่วมโปรแกรม หลังการเข้าร่วมโปรแกรมสูงกว่า ก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



1.3 การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม หลังการเข้าร่วมโปรแกรมกับเกณฑ์การประเมินโปรแกรม โดยใช้ค่าที่ (t-test) รายละเอียดผลการวิเคราะห์ข้อมูลนำเสนอในตารางที่ 11

ตารางที่ 11 การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม หลังการเข้าร่วมโปรแกรมกับเกณฑ์การประเมินโปรแกรม

การทดสอบ เกณฑ์ (70%ของคะแนน เต็ม)	$\bar{X}$ (n = 20)	S.D.	คิดเป็น ร้อยละ	t
เกณฑ์ = 14 คะแนน	14	0.00	70.00	-
หลังเข้าร่วมโปรแกรม	18.30	1.720	91.50	11.181*

\*  $p < .05$  (.05t<sub>19</sub> = 2.093)

จากตารางที่ 11 ค่า t ที่คำนวณได้เท่ากับ 11.181 ซึ่งมากกว่าค่า t ในตาราง แสดงว่าค่าเฉลี่ยของคะแนนพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบันของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม หลังการเข้าร่วมโปรแกรมสูงกว่าเกณฑ์การประเมินโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

ตอนที่ 2 พัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ ของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

2.1 การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของพัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ ของนักเรียนในกลุ่มย่อย ทั้ง 5 กลุ่ม ที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม รายละเอียดผลการวิเคราะห์ข้อมูล นำเสนอในตารางที่ 12 - 16

ตารางที่ 12 ค่าเฉลี่ยของพัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์  
ของนักเรียนกลุ่มที่ 1 ที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

นักเรียนคนที่	ระดับความสามารถ ทางการเรียน	ก่อนเข้าร่วม โปรแกรม	หลังเข้าร่วม โปรแกรม	D
1	เก่ง	33	39	6
2	ปานกลาง	20	36	16
3	ปานกลาง	30	35	5
4	อ่อน	18	31	13
		$\bar{x} = 25.25$	$\bar{x} = 35.25$	

ตารางที่ 13 ค่าเฉลี่ยของพัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์  
ของนักเรียนกลุ่มที่ 2 ที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

นักเรียนคนที่	ระดับความสามารถ ทางการเรียน	ก่อนเข้าร่วม โปรแกรม	หลังเข้าร่วม โปรแกรม	D
1	เก่ง	33	37	4
2	ปานกลาง	31	34	3
3	ปานกลาง	25	34	9
4	อ่อน	25	34	9
		$\bar{x} = 28.50$	$\bar{x} = 34.75$	

สถาบันวิจัยและพัฒนา  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 14 ค่าเฉลี่ยของพัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์  
ของนักเรียนกลุ่มที่ 3 ที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

นักเรียนคนที่	ระดับความสามารถ ทางการเรียน	ก่อนเข้าร่วม โปรแกรม	หลังเข้าร่วม โปรแกรม	D
1	เก่ง	20	38	18
2	ปานกลาง	30	36	6
3	ปานกลาง	31	33	2
4	อ่อน	31	35	4
		$\bar{x} = 28$	$\bar{x} = 35.50$	

ตารางที่ 15 ค่าเฉลี่ยของพัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์  
ของนักเรียนกลุ่มที่ 4 ที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

นักเรียนคนที่	ระดับความสามารถ ทางการเรียน	ก่อนเข้าร่วม โปรแกรม	หลังเข้าร่วม โปรแกรม	D
1	เก่ง	29	38	9
2	ปานกลาง	20	38	18
3	ปานกลาง	31	32	1
4	อ่อน	29	37	8
		$\bar{x} = 27.25$	$\bar{x} = 36.25$	

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ตารางที่ 16 ค่าเฉลี่ยของพัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์  
ของนักเรียนกลุ่มที่ 5 ที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

นักเรียนคนที่	ระดับความสามารถ ทางการเรียน	ก่อนเข้าร่วม โปรแกรม	หลังเข้าร่วม โปรแกรม	D
1	เก่ง	35	38	3
2	ปานกลาง	25	39	14
3	ปานกลาง	29	31	2
4	อ่อน	27	35	8
		$\bar{x} = 29$	$\bar{x} = 35.75$	

จากตารางที่ 12 - 16 พบว่า ค่าเฉลี่ยของพัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจาก  
การติดเกมคอมพิวเตอร์ ของนักเรียนในกลุ่มย่อย ทั้ง 5 กลุ่ม ที่เข้าร่วมโปรแกรม หลังการเข้าร่วม  
โปรแกรมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 และพบว่า  
นักเรียนในทุกระดับความสามารถ ไม่ว่าจะ เก่ง ปานกลาง หรืออ่อน ต่างก็มีพัฒนาการทักษะชีวิตใน  
การป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ หลังการเข้าร่วมโปรแกรมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วม  
โปรแกรม

ดังนั้น สรุปได้ว่า จากการใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ (STAD) จะทำให้  
ทุกกลุ่มมีพัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์สูงขึ้น และจะ  
สูงขึ้นทุกชั้น อันเป็นผลจากทุกคนในกลุ่มช่วยเหลือกัน

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

2.2 การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของพัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ ของนักเรียนรวมทั้งห้องที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม โดยใช้ค่าที่ (t-test dependent) รายละเอียดผลการวิเคราะห์ข้อมูลนำเสนอในตารางที่ 17

ตารางที่ 17 ค่าเฉลี่ยของพัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ ของนักเรียนรวมทั้งห้องที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังการเข้าร่วมโปรแกรม

ระยะเวลา	$\bar{x}$	S.D.	t
ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม	27.60	4.935	
หลังเข้าร่วมโปรแกรม	35.50	2.524	6.580*

\*  $p < .05$  (.05t<sub>19</sub> = 2.093)

จากตารางที่ 17 ค่า t ที่คำนวณได้เท่ากับ 6.580 ซึ่งมากกว่าค่า t ในตาราง แสดงว่าค่าเฉลี่ยของพัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ ของนักเรียนรวมทั้งห้องที่เข้าร่วมโปรแกรม หลังการเข้าร่วมโปรแกรมสูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

2.3 การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของพัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ ของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม หลังการเข้าร่วมโปรแกรมกับเกณฑ์การประเมินโปรแกรม โดยใช้ค่าที่ (t-test) รายละเอียดผลการวิเคราะห์ข้อมูลนำเสนอในตารางที่ 18

ตารางที่ 18 การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของพัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ ของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม หลังการเข้าร่วมโปรแกรมกับเกณฑ์การประเมินโปรแกรม

การทดสอบ เกณฑ์ (70%ของคะแนน เต็ม)	$\bar{X}$ (n = 20)	S.D.	คิดเป็น ร้อยละ	t
เกณฑ์ = 27.3 คะแนน	27.3	0.00	70.00	-
หลังเข้าร่วมโปรแกรม	35.50	2.524	91.03	14.532*

\*  $p < .05$  (.05t<sub>19</sub> = 2.093)

จากตารางที่ 18 ค่า t ที่คำนวณได้เท่ากับ 14.532 ซึ่งมากกว่าค่า t ในตาราง แสดงว่าค่าเฉลี่ยของพัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ ของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม หลังการเข้าร่วมโปรแกรมสูงกว่าเกณฑ์การประเมินโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### ตอนที่ 3 การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ที่เกิดขึ้นในตัวนักเรียน

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลเชิงบรรยายในตอนนี้นำเสนอผลการวิเคราะห์เกี่ยวกับการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ที่เกิดขึ้นในตัวนักเรียน โดยประมวลจากแบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน ที่นักเรียนได้บันทึกไว้ในระหว่างการเข้าร่วมโปรแกรม รายละเอียดนำเสนอ ดังนี้

#### 1. การใช้เวลาในการทำกิจกรรมของนักเรียน ช่วงวันธรรมดา (วันจันทร์ - วันศุกร์)

ระยะเวลาในการทำกิจกรรมต่างๆ ใน 1 วัน พบว่า เด็กนักเรียนจะใช้เวลาไปกับกิจกรรมด้านการพักผ่อนนอนหลับมากที่สุด เฉลี่ย 8.32 ชั่วโมง รองลงมา ได้แก่ กิจกรรมด้านการเรียน ทั้งการไปเรียนหนังสือที่โรงเรียน เรียนพิเศษ ทำการบ้าน/ทำรายงาน อ่านหนังสือ ทบทวนบทเรียน เฉลี่ย 7.48 ชั่วโมง และใช้เวลาไปกับกิจกรรมด้านงานอดิเรก เช่น ดูโทรทัศน์, ฟังเพลง, อ่านหนังสือการ์ตูน, ชี้อัจฉริยะ, เตะฟุตบอล, วาดรูป, ปลูกต้นไม้ เฉลี่ย 1.39 ชั่วโมง ตามลำดับ ในขณะที่ใช้เวลาในการเล่นเกมน้อยที่สุด เฉลี่ย 0.85 ชั่วโมง โดยนักเรียนจะเล่นเกมหลังเลิกเรียน หรือ หลังจากที่ทำกรบ้านเสร็จเรียบร้อยแล้ว

#### 2. การใช้เวลาในการทำกิจกรรมของนักเรียน ช่วงวันหยุด (วันเสาร์และวันอาทิตย์)

ระยะเวลาในการทำกิจกรรมต่างๆ ใน 1 วัน พบว่า เด็กนักเรียนจะใช้เวลาไปกับกิจกรรมด้านการพักผ่อนนอนหลับมากที่สุด เฉลี่ย 9.31 ชั่วโมง รองลงมา ได้แก่ กิจกรรมด้านงานอดิเรก เช่น ทำอาหาร ทำขนม ถ่ายภาพ เลี้ยงสัตว์ ดูหนัง ตกปลา เล่นดนตรีไทย ตีแบดมินตัน วาดรูป ปักครอสติช ดูคอนเสิร์ต เล่นอินเทอร์เน็ต เฉลี่ย 5.96 ชั่วโมง และใช้เวลาไปกับกิจกรรมด้านการเรียน อาทิเช่น เรียนพิเศษ ทำการบ้าน/ทำรายงาน อ่านหนังสือทบทวนบทเรียน เฉลี่ย 1.76 ชั่วโมง ตามลำดับ ในขณะที่ใช้เวลาในการเล่นเกมน้อยที่สุด เฉลี่ย 1.23 ชั่วโมง โดยนักเรียนจะ เล่นเกมในยามว่าง บางคนก็เล่นช่วงเช้า บางคนก็เล่นช่วงบ่าย บางคนก็เล่นช่วงเย็น หรือไม่ก็ช่วงหัวค่ำ แล้วแต่จะว่างตอนไหน ซึ่งโดยรวมแล้วนักเรียนจะใช้เวลาในการเล่นเกมน้อยไม่เกิน 3 ชั่วโมงต่อวัน

#### 3. สรุปการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียน ระหว่างที่เข้าร่วมโปรแกรม ได้ดังนี้

จากแบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน ที่นักเรียนได้บันทึกไว้ในระหว่างการเข้าร่วมโปรแกรม พบว่า ทั้งวันธรรมดาและวันหยุด นักเรียนใช้เวลาในการเล่นเกมน้อยที่สุด เมื่อเทียบกับการใช้เวลาในการทำกิจกรรมด้านอื่นๆ โดยในวันธรรมดา นักเรียนใช้เวลาในการเล่นเกมน้อย เฉลี่ย 0.85 ชั่วโมงต่อวัน และจะใช้เวลาในการเล่นเกมน้อย เฉลี่ย 1.23 ชั่วโมงต่อวัน ในวันหยุด ซึ่งจะสังเกตเห็นได้ว่า จำนวนชั่วโมงในการเล่นของเด็กต่ำกว่าวันละ 3 ชั่วโมง นั้นหมายถึง

นักเรียนมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ไปในทิศทางที่ดีขึ้น จากที่เมื่อก่อนนักเรียนจะมีพฤติกรรมการเล่นเกมนั้น ในลักษณะที่เล่นเกมเกือบทุกวัน วันละประมาณ 1-6 ชั่วโมง ถ้าเป็นวันธรรมดา นักเรียนบางคนจะแอบเล่นเกมในชั่วโมงคอมพิวเตอร์ที่โรงเรียน และถ้าเป็นวันหยุดเสาร์-อาทิตย์ จะเล่นเกมตั้งแต่ตื่นนอน หลังจากทำการกิจส่วนตัวเสร็จเรียบร้อย หรือก็เล่นไปเรื่อยๆ จนกว่าจะเบื่อหรือง่วงนอน บางคนจะเปิดเครื่องคอมพิวเตอร์ทิ้งไว้ ทั้งวัน ถ้าอยากเล่นเวลาไหนก็เล่น แต่เมื่อนักเรียนได้เข้าร่วมโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์แล้ว นักเรียนมีพฤติกรรมการเล่นเกมนั้นเปลี่ยนไป มีวินัยในการเล่นเกมนั้น รู้จักแบ่งเวลาในการเล่นได้เหมาะสม ดังจะเห็นได้จากการที่นักเรียนเล่นเกมในช่วงเวลาหลังเลิกเรียน ไม่แอบเล่นเกมในชั่วโมงคอมพิวเตอร์อีก และไม่โดดเรียนไปเล่นเกม นอกจากนี้ นักเรียนยังรู้จักที่จะตั้งเงื่อนไขกับตัวเองว่า "ต้องทำการบ้านให้เสร็จเรียบร้อยก่อน จึงจะเล่นเกมได้" อย่างนี้เป็นต้น

จากที่กล่าวมาทั้งหมด อาจสรุปได้ว่า การเข้าร่วมโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์นั้น ทำให้นักเรียนมีทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ สามารถควบคุมตนเองให้มีความพอดีในการเล่น เกม สามารถที่จะป้องกันตนเองไม่ให้มีพฤติกรรมติดเกมคอมพิวเตอร์ ทั้งนี้ได้จากการที่นักเรียนใช้เวลาไปกับกิจกรรมด้านการพักผ่อนนอนหลับมากที่สุด เมื่อเทียบกับการใช้เวลาในการทำกิจกรรมด้านอื่นๆ โดยในวันธรรมดา นักเรียนจะพักผ่อนนอนหลับ เฉลี่ย 8.32 ชั่วโมงต่อวัน และในวันหยุด นักเรียนจะพักผ่อนนอนหลับ เฉลี่ย 9.31 ชั่วโมงต่อวัน นั้นหมายถึง นักเรียนได้ให้เวลากับการพักผ่อนอย่างเต็มที่ ไม่มีการเล่นเกมดึกตื่น หรือเล่นเกมเพลินจนลืมเวลานอนแต่อย่างใด ส่วนในด้านการเรียน พบว่า เด็กนักเรียนยังมีความรับผิดชอบด้านการเรียนเป็นอย่างดี โดยใช้เวลาไปกับกิจกรรมด้านการเรียน เฉลี่ย 7.48 ชั่วโมง ในวันธรรมดา และเฉลี่ย 1.76 ชั่วโมง ในวันหยุด นอกจากนี้ยังพบว่า นักเรียนรู้จักที่จะเลือกทำกิจกรรมยามว่างอย่างอื่น นอกเหนือจากการเล่นเกมอีกด้วย โดยกิจกรรมที่นักเรียนเลือกทำในยามว่าง หรือที่เรียกว่า งานอดิเรก นั้น มีมากมายหลายอย่างด้วยกัน เช่น การเล่นกีฬาหรือออกกำลังกาย การอ่านหนังสือ การวาดรูป การฟังเพลง เล่นดนตรี ดูหนัง ดูคอนเสิร์ต ทำงานประดิษฐ์ เป็นต้น โดยนักเรียนใช้เวลาไปกับกิจกรรมด้านงานอดิเรก เฉลี่ย 1.39 ชั่วโมง ในวันธรรมดา และเฉลี่ย 5.96 ชั่วโมง ในวันหยุด

แบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวันจึงถือเป็นเครื่องมือบ่งชี้สำคัญ ที่สะท้อนให้เห็นว่า นักเรียนวางแผนการใช้เวลาในชีวิตประจำวันได้อย่างสมดุลมากขึ้น กล่าวคือ การใช้เวลาไปกับกิจกรรมต่างๆ ทั้ง 4 ด้านของนักเรียน ทั้งด้านการเรียน ด้านการพักผ่อน ด้านงานอดิเรก และด้านการเล่นเกม เป็นไปในสัดส่วนที่พอเหมาะ การดำเนินชีวิตอย่างสมดุลเช่นนี้ หากทำเป็นประจำ



สม่ำเสมอ และทำต่อเนื่องกันไปตลอด จะเป็นภูมิคุ้มกันที่ดีสำหรับตัวนักเรียนเอง ในอันที่จะส่งผล  
ให้นักเรียนสามารถลด ละ เลิก การเล่นเกมได้สำเร็จในระยะยาว



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

#### ตอนที่ 4 การนำผลการทดลองมาปรับปรุงแก้ไขโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

จากผลการวิจัยเกี่ยวกับผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ และความคิดเห็นของนักเรียนเกี่ยวกับโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ที่จัดขึ้น ผู้วิจัยได้นำผลการวิจัยที่ได้ มาพิจารณาเพื่อปรับปรุงโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ดังนี้

ในด้านผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียนพบว่า ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียนหลังเข้าร่วมโปรแกรม สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม และผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียนหลังเข้าร่วมโปรแกรมสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนด คือ คะแนนเฉลี่ยของผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ภายหลังการเข้าร่วมโปรแกรมมีค่าตั้งแต่ร้อยละ 70 ขึ้นไป

ข้อมูลประกอบการพิจารณาปรับปรุงโปรแกรม คือ ความคิดเห็นของนักเรียนเกี่ยวกับโปรแกรมที่จัดขึ้น พบว่า นักเรียนมีความคิดเห็นว่า ระยะเวลาการเรียนสัปดาห์ละ 2 ครั้ง มีความเหมาะสมในระดับปานกลาง การเรียนการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ตอนเย็นหลังเลิกเรียน ระยะเวลาการเรียนครั้งละ 1 ชั่วโมง ความน่าสนใจของเนื้อหา ความเหมาะสมของสื่อและเอกสารประกอบการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน มีความเหมาะสมในระดับมาก นักเรียนมีความชอบในกิจกรรมการเรียนการสอนในระดับมาก โดยคิดว่าได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนการสอนในระดับมาก ได้รับความรู้ ความเข้าใจ เรื่องการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ หลังเข้าร่วมโปรแกรมในระดับมาก และมีความคิดเห็นที่สามารถนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวันในระดับมาก

ความคิดเห็นของนักเรียนเกี่ยวกับปัญหาและข้อเสนอแนะของนักเรียน พบว่า นักเรียนส่วนมากเห็นว่า ควรเพิ่มเวลาเรียนให้มากขึ้น นักเรียนส่วนหนึ่งระบุว่า มีปัญหาการไม่ให้ความร่วมมือของสมาชิกในกลุ่ม และการพูดคุยกันเสียงดังของนักเรียนชาย ส่งผลให้นักเรียนคนอื่นๆ เสียสมาธิในการเรียน

จากแบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน ที่นักเรียนได้บันทึกไว้ในระหว่างการเข้าร่วมโปรแกรม พบว่า นักเรียนมีการวางแผนการใช้เวลาในชีวิตประจำวันได้อย่างสมดุล กล่าวคือ ใช้เวลาไปกับกิจกรรมต่างๆ ทั้ง 4 ด้าน ทั้งด้านการเรียน ด้านการพักผ่อน ด้านงานอดิเรก และด้านการเล่นเกม เป็นไปในสัดส่วนที่พอเหมาะ

ทั้งวันธรรมดาและวันหยุด นักเรียนใช้เวลาในการเล่นเกมน้อยที่สุด เมื่อเทียบกับการใช้เวลาในการทำกิจกรรมด้านอื่นๆ โดยจำนวนชั่วโมงในการเล่นเกมน้อยกว่าวันละ 3 ชั่วโมง แสดงให้เห็นว่า นักเรียนมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ไปในทิศทางที่ดีขึ้น มีวินัยในการเล่นเกมน้อยลง รู้จักแบ่งเวลาในการเล่นเกมได้อย่างเหมาะสม นั่นหมายถึง นักเรียนมีทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ สามารถควบคุมตนเองให้มีความพอดีในการเล่นเกมน้อยลง สามารถที่จะป้องกันตนเองไม่ให้มีพฤติกรรมติดเกมคอมพิวเตอร์ได้สำเร็จ

ข้อเสนอแนะของผู้ปกครอง ที่ได้จากแบบสังเกตพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียน พบว่า ผู้ปกครองส่วนมากเห็นว่า น่าจะยึดทางสายกลางเป็นหลัก ในการดูแลเด็ก คือ ไม่ควรตามใจเด็กจนเกินไป และก็ไม่ควรบังคับเด็กจนเกินไปด้วย ผู้ปกครองส่วนหนึ่งระบุว่า ควรใช้วิธีข่มขู่ให้เด็กกลัว ยกตัวอย่างเช่น ควรบอกเด็กว่า ถ้าไม่เลิกจะพาไปถอดเกมที่ถ้ากระบอกตอปิดทอม เป็นต้น ผู้ปกครองคนหนึ่งชี้แจงว่า ลูกเป็นเด็กสมาธิสั้น มีนิสัยชอบเล่นเกมคอมพิวเตอร์ จึงอนุญาตให้ลูกเล่นได้เฉพาะวันเสาร์และวันอาทิตย์ วันละ 2 ชั่วโมง แต่กลับพบว่า ช่วงหลังลูกดูก้าวร้าวขึ้น จึงให้หยุดเล่นเกมเป็นการทำโทษ ผลคือ ลูกสงบลงกว่าเดิม ก้าวร้าวน้อยลง ผู้ปกครองจึงสนับสนุนให้ลูกเรียนศิลปะ โดยให้เรียนศิลปะทุกวันอาทิตย์ หัดวาดภาพต่างๆ เป็นการหันเหความสนใจของเด็กให้ห่างจากเกมคอมพิวเตอร์ ซึ่งพบว่า วิธีนี้เป็นวิธีการที่ได้ผลดีเลยทีเดียว ผู้ปกครองคนหนึ่งเสนอว่า ผู้วิจัยควรเปิดสอนอบรมทั่วไปให้แก่บุคคลที่สนใจได้เข้าร่วมโปรแกรมด้วย เช่น เปิดโอกาสให้เด็กนักเรียนในระดับชั้นอื่นๆ ได้เข้าร่วมโปรแกรมนี้บ้าง หรืออาจมีการจัดอบรมผู้ปกครอง เกี่ยวกับการดูแลลูกให้พ้นจากภัยปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ เป็นต้น

จากการตรวจผลงานของนักเรียน ได้แก่ ใบงาน แบบทดสอบย่อย และแบบทดสอบเรื่อง คุณติดเกมขนาดไหน? พบว่า นักเรียนกลุ่มที่ 5 (กลุ่มกอล์ฟ-ไมค์) มีปัญหาในการทำใบงานร่วมกัน เนื่องจากนักเรียนที่เก่งเพียงคนเดียว ซึ่งเป็นหัวหน้ากลุ่ม มักไม่ยอมให้เพื่อนในกลุ่มช่วยทำใบงานด้วย เพราะไม่ไว้ใจ กลัวเพื่อนทำได้ไม่ดีเท่าตนเอง ส่งผลให้นักเรียนที่ไม่ได้ทำใบงาน รู้สึกน้อยใจ ในขณะที่ นักเรียนกลุ่มที่ 1 (กลุ่มแมว) แก้ปัญหาการไม่ช่วยทำใบงานของเพื่อน โดยการให้เพื่อนช่วยทำงานเล็กๆ น้อยๆ แทน เช่น วาดรูประบายสีตกแต่งใบงาน เขียนรายชื่อสมาชิกในกลุ่ม เป็นต้น และมีนักเรียนจำนวน 3-5 คน ที่มีปัญหาไม่เข้าใจคำชี้แจงในใบงาน เรื่อง การเขียนแผนผังความคิด (mind mapping) ผู้วิจัยจึงได้ยกตัวอย่างการเขียนแผนผังความคิดให้นักเรียนดูบนกระดาน เพื่อให้ นักเรียนเข้าใจมากยิ่งขึ้น

การรายงานผลของการทำใบงานหน้าชั้นเรียน นักเรียนมักจะใช้เวลาในการรายงานผล นานจนเกินไป ทำให้การปฏิบัติกิจกรรมในชั้นตอนอื่นๆ ถัดมามีเวลาเหลือน้อย ส่งผลให้ผู้วิจัย สอนเกินกำหนดเวลา 1 ชั่วโมง อยู่บ่อยครั้ง

ก่อนที่จะทำแบบทดสอบย่อย นักเรียนแต่ละกลุ่มต่างเตรียมสมาชิกภายในกลุ่มของตนเอง ให้มีความพร้อมสำหรับที่จะทำแบบทดสอบ โดยนักเรียนที่เก่งซึ่งเป็นหัวหน้ากลุ่ม มีการช่วยเหลือ คอยติวเนื้อหาให้แก่เพื่อนที่อ่อนอย่างเต็มที่ ทั้งนี้ก็เพื่อต้องการให้คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มออกมา ดีที่สุด ซึ่งก็พบว่า นักเรียนที่อ่อนมีความสนใจที่จะปรับปรุงพัฒนาคะแนนของตนเองให้ดีขึ้น อยู่เสมอ มีความพยายามมากขึ้น ตั้งใจฟังสิ่งที่หัวหน้ากลุ่มอธิบาย เพราะไม่อยากจะดวลวง เพื่อนๆ ในกลุ่ม ปรากฏว่า ผลคะแนนของการทำแบบทดสอบย่อยในแต่ละครั้งของนักเรียนที่อ่อน ออกมา ดีมาก และทำให้คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มออกมาดีด้วยเช่นกัน นอกจากนี้ นักเรียน ทั้ง 5 กลุ่ม ต่างก็มีคะแนนความก้าวหน้าค่อยๆ ดีขึ้นเรื่อยๆ ตามลำดับ ตั้งแต่การทำแบบทดสอบ ย่อยที่ 1 ไปจนถึงการทำแบบทดสอบย่อยที่ 15 แสดงให้เห็นว่าทุกกลุ่มนั้นมีพัฒนาการที่ดีในการ ทำแบบทดสอบย่อย

ในการตั้งชื่อกลุ่ม นักเรียนกลุ่มที่ 3 ตั้งชื่อกลุ่มว่า "มายาจินทราพิชิต" ซึ่งเป็นชื่อเดียวกัน กับชื่อเซิร์ฟเวอร์หนึ่งของเกม Yulgang แสดงให้เห็นว่า นักเรียนรู้จักเกมคอมพิวเตอร์ประเภท เกมออนไลน์ดีพอสมควร จึงได้นำเอาชื่อเซิร์ฟเวอร์ของเกมมาตั้งเป็นชื่อกลุ่ม และเมื่อผู้วิจัย สอบถามถึงเกมคอมพิวเตอร์ที่นักเรียนเคยเล่น พบว่า นักเรียนชายเคยเล่นเกม Counter Strike, Yulgang, Audition, Ragnarok และ Special Force (SF) ซึ่งเป็นเกมออนไลน์ทั้งหมด ในขณะที่ นักเรียนหญิงเคยเล่นเกมแต่งตัวตุ๊กตาบาร์บี้, แก้วแก้วน้อย, Pokemon และเกมชิมส์ ซึ่งล้วนแต่ ไม่ใช่เกมออนไลน์ โดยนักเรียนส่วนใหญ่ที่เข้าร่วมโปรแกรมในครั้งนี้มีคอมพิวเตอร์ส่วนตัวที่บ้าน จึงไม่ค่อยได้ออกไปเล่นเกมคอมพิวเตอร์ตามร้านเกมสักเท่าไร แต่มักจะเล่นเกมคอมพิวเตอร์ อยู่ที่บ้านแทน มีนักเรียนเพียง 2-3 คนเท่านั้น ที่มักไปเล่นเกมคอมพิวเตอร์ตามร้าน ในช่วงเย็น หลังเลิกเรียน เสียค่าชั่วโมงในการเล่น ชั่วโมงละ 10 บาท

เมื่อผู้วิจัยนำตัวอย่างกล่องเกมคอมพิวเตอร์มาให้ให้นักเรียนดู พบว่า นักเรียนให้ความสนใจ เป็นอย่างมาก และสามารถตอบได้ว่า เกมที่ผู้วิจัยนำมาเป็นเกมอะไร เพราะนักเรียนส่วนใหญ่ เคยเล่นแล้ว โดยสังเกตเห็นได้ชัดว่า นักเรียนชายจะรู้จักเกมต่างๆ มากกว่านักเรียนหญิง ต่อจากนั้น เมื่อผู้วิจัยให้นักเรียนทุกคนช่วยกันสังเกตว่าเห็นอะไรที่ด้านหน้าของกล่องเกมคอมพิวเตอร์บ้าง นักเรียนตอบว่า ชื่อเกม, ภาพประกอบเกม แต่ไม่มีนักเรียนคนใดสังเกตเห็นสัญลักษณ์ที่บ่งบอก ประเภทของเกมคอมพิวเตอร์เลย จนผู้วิจัยต้องชี้ให้ดู จึงเห็น นักเรียน 1 คน สนใจซักถามว่า เกมที่เขา กำลังเล่นอยู่นั้น (เกม BNB) เหมาะสมกับเขาหรือไม่ อายุขนาดเขาจะเล่นได้ไหม

นอกจากนี้ มีนักเรียนอีก 1 คน ที่ชอบเล่นเกม Counter Strike เป็นประจำ กล่าวว่า เพิ่งจะทราบว่า เกมที่เขาชอบ เป็นเกมที่มีเนื้อหารุนแรง ก้าวร้าว ไม่เหมาะสำหรับเด็ก

เมื่อผู้วิจัยติดรูปภาพ “เด็กนักเรียนนั่งหลับในห้องเรียน” บนกระดานดำ ให้นักเรียนดู นักเรียนทุกคนให้ความสนใจ มีการแย่งกันยกมือตอบถึงลักษณะของเด็กติดเกมแบบอื่นๆ อีก ตามความคิดของนักเรียน โดยนักเรียนสามารถตอบได้ว่า เด็กติดเกมมักจะมีลักษณะก้าวร้าว หงุดหงิดง่าย ร่างกายซูบผอม ปวดคอ ปวดนิ้ว ปวดศีรษะ ขอบตาดำ ลักษณะโหม่ง ฆ่าตัวตาย ขยายยาเสพติด แสดงให้เห็นว่า นักเรียนมีความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับลักษณะของเด็กติดเกมอยู่บ้างพอสมควร รู้อยู่ก่อนที่ผู้วิจัยจะสอนเสียอีก ทั้งนี้อาจเป็นเพราะนักเรียนได้รับรู้ข่าวมาจากสื่อต่างๆ เช่น โทรทัศน์ หนังสือพิมพ์ ที่มีการนำเสนอเรื่องของปัญหาเด็กติดเกมในสังคมไทยอยู่เป็นระยะๆ ก็เป็นได้ นอกจากนี้ มีนักเรียนชาย 8-9 คน ยอมรับว่า ตนเล่นเกมนานกว่า 3 ชั่วโมงต่อวัน และเพิ่งจะรู้ว่า มันหมายถึง การติดเกม นั่นเอง โดยนักเรียน 1 คน กล่าวว่า เห็นด้วยกับผลกระทบจากการติดเกม ที่ว่า “บางครั้งเวลาหลับตา ยังมองเห็นภาพเป็นสีๆ อยู่” เนื่องจากเคยเป็นมาแล้ว

เมื่อผู้วิจัยสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับเรื่อง เล่นเกม นักเรียนสามารถยกตัวอย่าง เล่นเกมได้มากมายหลากหลาย เช่น ภาพสวยสมจริง ตัวละครน่ารัก เสียงดนตรีประกอบเกม เร้าใจ ได้ฆ่าฟันกัน/ทุบกัน/แทงกัน/กระตืบกันสะใจ อาชีพ/สภิลที่น่าสนใจ ได้แข่งขันกันสะสม เลเวล ได้จีบสาว เป็นต้น นักเรียน 2-3 คน บอกว่า เคยซื้อหนังสือเฉลยเกมมาอ่านที่บ้าน เพื่อศึกษาวิธีเล่นเกมให้ผ่านหรือชนะ นอกจากนี้เมื่อผู้วิจัยสอนว่า “วัยรุ่นต้องการได้รับการยอมรับ ดังนั้น วัยรุ่นจึงพยายามที่จะเข้าไปอยู่ในกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง” นักเรียนก็สามารถที่จะยกตัวอย่างเรื่องนี้จาก ในเกมได้ เช่น การมีคลับ มีปาร์ตี้ มีพรรค มีสำนัก เป็นต้น

จากการที่ผู้วิจัยให้นักเรียนดูวิดีโอทัศน สาระคดี เรื่อง “เกมออนไลน์ : การแข่งขันที่ไม่รู้จักจบ” พบว่า นักเรียนตั้งใจดูวิดีโอทัศนมาก บางคนมีการชี้ชวนให้เพื่อนๆ ดูเกมที่เห็นจากในวิดีโอทัศน ซึ่งตรงกับเกมที่เขากำลังเล่นอยู่ บางคนก็ถึงกับบ่นว่า “เกมที่เราเล่น มันมีอันตรายขนาดนี้เลยหรือ?” บางคนยอมรับว่า เคยเห็นร้านเกมบางร้านจำหน่ายเครื่องดื่มมีแอลกอฮอล์ด้วย นักเรียนคนหนึ่งสนใจซักถามว่า “ต้องเสียเงินหรือไม่? ถ้าเข้าร้านเกมที่มีอาหารให้กิน มีที่ให้นอน มีห้องอาบน้ำให้เสร็จ ตามที่เห็นจากในวิดีโอทัศน”

เมื่อนักเรียนได้ศึกษาไปความรู้ แล้วทราบว่า การเล่นเกมคอมพิวเตอร์นั้น อาจทำให้ผู้เล่น หัวใจวายตายได้ หรือที่เรียกว่า “ตายคาจอ” นั่นเอง นักเรียนมีที่ทำตกใจและประหลาดใจกับเรื่องนี้ เป็นอย่างมาก นักเรียนชาย 2 คน ยอมรับว่า รู้จักบัตร @ cash และเคยซื้อมาใช้แล้วด้วย เหตุผลที่ซื้อมาก็เพื่อเอาไปใช้ซื้อไอเท็มต่างๆ ภายในเกมได้ เช่น ยารักษาบาดเจ็บ ชุดคลุม ยันต์โชคโลก สัตว์เลี้ยง เป็นต้น ส่วนนักเรียนชายอีก 1 คน เล่าว่า ตนเคยใช้เงินค่าขนมที่พ่อแม่ให้ นำไปซื้อเงินในเกมจากผู้เล่นคนอื่นที่เล่นเกมเก่ง เพียงเพราะอยากรวยเร็วๆ

ตามแผนการจัดกิจกรรมที่ 7 ที่ผู้วิจัยกำหนดให้นักเรียนทุกคนทำกิจกรรม เพื่อเรียนรู้การสร้างความไว้วางใจให้เกิดขึ้นนั้น พบว่า นักเรียนสนุกกับกิจกรรมที่ผู้วิจัยจัดให้เล่น แม้ว่า จะดูซุกซมวุ่นวายไปบ้าง แต่สีหน้าของนักเรียนแสดงให้เห็นว่าสนุกสนาน เพลิดเพลิน นักเรียนที่ถูกปิดตา มักจะใช้เท้าเตะสิ่งกีดขวางเพื่อให้พ้นทาง นักเรียนบางคนก็แอบเปิดผ้าปิดตาเพื่อดูเส้นทาง นักเรียนบางคนส่งเสียงดังช่วยบอกทางเพื่อน แต่อย่างไรก็ตาม นักเรียนทุกคนก็สามัคคีกัน ร่วมมือกันฝ่าสิ่งกีดขวางหรืออุปสรรคไปจนถึงจุดหมายปลายทางได้สำเร็จ

จากการที่ผู้วิจัยได้สนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับเรื่อง "วิถีเล่นเกม" ก็พบว่า นักเรียนสามารถยกตัวอย่างวิธีลดหรือเลิกการเล่นเกมได้อย่างมากมาย หลากหลายวิธี ได้แก่ ค่อยๆลดเวลาเล่นเกมลงทีละนิด ใส่ใจอย่างอื่นให้มากขึ้น ใช้เวลาอ่านหนังสือแทนการเล่นเกม ทำลายเครื่องเล่นเกม ใช้เวลาวางในการช่วยพ่อแม่ทำงานบ้าน ไปเรียนพิเศษในวันหยุด และตั้งเวลาปิดเครื่องอัตโนมัติ นอกจากนี้ นักเรียนยังสามารถบอกถึงปัญหาหรืออุปสรรคที่อาจทำให้เลิกเล่นเกมไม่สำเร็จได้อีกด้วย อาทิเช่น คนในครอบครัว บรรดาพี่น้องของเพื่อนที่ยังเล่นเกมอยู่ มักจะมาชักชวนให้ไปเล่นเกมด้วยกัน โปรโมชันลดราคา (ลด แลก แจก แถม) ของบริษัทเกมต่างๆ โปสเตอร์เกม อาวุธใหม่ๆ รางวัลใหม่ๆ คะแนนหรือเลเวลที่กำลังจะอัป เดินผ่านร้านเกมใหม่ๆ ที่เข้ามาอย่างต่อเนื่อง รู้สึกเบื่อไม่มีอะไรทำจึงเล่นเกม หรือไม่มีอะไรทำแต่ก็ยังอยากเล่นเกมอยู่ดี โดยนักเรียนระบุว่า เคยเจอปัญหาเหล่านี้กับตัวเอง คือ ตอบมาจากประสบการณ์จริงเลย เพียงแต่ยังไม่รู้ว่าจะจัดการกับปัญหาหรืออุปสรรคต่างๆ เหล่านี้ได้อย่างไร

เมื่อผู้วิจัยให้นักเรียนทุกคนลองช่วยกันยกตัวอย่างแนวทางการควบคุมตนเองเกี่ยวกับการเล่นเกมตามความคิดเห็นของนักเรียน พบว่า นักเรียนสามารถยกตัวอย่างแนวทางการควบคุมตนเองเกี่ยวกับการเล่นเกมได้หลายแนวทางด้วยกัน ได้แก่ การควบคุมเวลา (ตั้งเวลาปิดเครื่องอัตโนมัติ ตั้งนาฬิกาปลุกไว้หน้าเครื่องคอมพิวเตอร์) การมีวินัยในตนเอง (สัญญากับตนเองว่าจะไม่เล่นเกมเกินวันละ 1 ชั่วโมง) การรู้จักยับยั้งชั่งใจต่อสิ่งยั่วยุต่างๆ และการพยายามหันไปให้ความสนใจกับการทำกิจกรรมอื่นที่มีประโยชน์แทนการเล่นเกม เช่น ปลูกต้นไม้ เข้าค่ายพักแรม เล่นกีฬา / ออกกำลังกาย เป็นต้น

จากการที่ผู้วิจัยให้นักเรียนแต่ละคนเขียนอาชีพที่อยากเป็นในอนาคตลงในกระดาษรูปหัวใจ พบว่า นักเรียนเขียนมามากมาย หลากหลายอาชีพ รวมทั้งเขียนถึงแนวทางในการไปให้ถึงอนาคตที่ฝันไว้ได้อย่างน่าสนใจ เช่น นักเรียนชาย 1 คน เขียนว่า อยากเป็นนักบิน ดังนั้น วิธีการตามฝัน คือ ต้องเรียนหนังสือให้เก่ง เพื่อสอบเข้าโรงเรียนเตรียมทหารให้ได้ ส่วนนักเรียนหญิง 1 คน เขียนว่า อยากเป็นเซฟ ดังนั้น วิธีการตามฝัน คือ ต้องหัดทำอาหารบ่อยๆ แล้วให้คนอื่นชิม จะได้ว่าฝีมือเป็นอย่างไร เป็นต้น

จากการทำแบบทดสอบ เรื่อง คุณติดเกมขนาดไหน? ผลปรากฏว่า นักเรียนจำนวน 11 คน ได้คะแนนอยู่ในช่วง 18-30 คะแนน ซึ่งมีความหมายว่า "คุณเล่นเกมอย่างสบายๆ ควบคุมตัวเอง ได้ รู้ตัวว่าจะเล่นเกมเมื่อไหร่ เลิกเล่นเมื่อไหร่" นักเรียนจำนวน 6 คน ได้คะแนนอยู่ในช่วง 31-40 คะแนน หมายถึง "คุณใช้เวลาไปกับการเล่นเกมพอสมควร ซึ่งถึงแม้ว่าจะไม่มีปัญหากับการใช้ชีวิตประจำวันนัก แต่มีโอกาที่คุณจะเล่นเกมมากขึ้น จนเกิดปัญหาภายหลังได้ ดังนั้น ต้องควบคุมเวลาในการเล่นให้ดี" และนักเรียนจำนวน 3 คน ได้คะแนนอยู่ในช่วง 41-50 คะแนน อันหมายถึง "คุณใช้เวลาในการเล่นเกมนานมาก จนเริ่มมีปัญหากับการใช้เวลาในชีวิตประจำวัน และเริ่มมีปัญหาที่บ้าน คุณต้องใช้ความพยายามอย่างหนัก เพื่อลดการเล่นเกมนานลง"

จากผลการทดลองดังกล่าว แสดงให้เห็นว่า โปรแกรมที่จัดขึ้นนั้นมีประสิทธิภาพเป็นที่น่าพอใจ เนื่องจากหลังการทดลอง นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม และมีผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์หลังเข้าร่วมโปรแกรมสูงกว่าเกณฑ์ที่กำหนดไว้ ผู้วิจัยจึงคงเนื้อหาที่ใช้ในโปรแกรมทั้ง 3 เรื่องไว้ดังเดิม สำหรับผลที่ได้จากการประเมินความคิดเห็นของนักเรียนเกี่ยวกับโปรแกรมที่จัดขึ้น ผลที่ได้จากแบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวันนี้นักเรียนได้บันทึกไว้ในระหว่างการเข้าร่วมโปรแกรม ข้อเสนอแนะของผู้ปกครอง การสังเกตพฤติกรรมของนักเรียน และจากการตรวจผลงานของนักเรียน ผู้วิจัยได้ปรับปรุงแผนการจัดกิจกรรม ดังนี้

1. เพิ่มระยะเวลาการเรียน จากครั้งละ 1 ชั่วโมง เป็นครั้งละ 2 ชั่วโมง หลังเลิกเรียน ในช่วงเวลา 15.30 - 17.30 น. ทั้งนี้ เพื่อให้มีเวลาเพียงพอต่อการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนโดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ที่มีหลายขั้นตอน จนทำให้ผู้วิจัยสอนเกินกำหนดเวลา 1 ชั่วโมง อยู่บ่อยครั้ง
2. การประเมินการเรียนในแต่ละครั้ง ผู้วิจัยใช้การให้คะแนนจากผลงานของนักเรียนเป็นรายกลุ่ม และได้เพิ่มคะแนนในหัวข้อ "ความร่วมมือกันในกลุ่ม" เพื่อแก้ปัญหาเด็กเก่งรับงานไปทำเพียงคนเดียว เพราะต้องการให้คะแนนกลุ่มสูง และทำให้เด็กอ่อนมีบทบาทในกลุ่มมากขึ้น
3. ในการปฐมนิเทศและการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าร่วมโปรแกรม ผู้วิจัยต้องชี้แจงให้นักเรียนทราบถึงเงื่อนไข หรือกติกาในการเรียนร่วมกันว่า ห้ามนักเรียนทุกคนส่งเสียงดังในเวลาเรียน เพราะอาจทำให้นักเรียนคนอื่น ๆ เสียสมาธิในการเรียนได้ เป็นการให้นักเรียนตระหนักถึงความสำคัญของการมีมารยาทในชั้นเรียน เพื่อให้การเรียนการสอนเป็นไปด้วยความราบรื่น
4. ก่อนการทำใบงานทุกครั้ง ผู้วิจัยควรอธิบายถึงวิธีการหรือขั้นตอนในการทำใบงานให้นักเรียนทราบอย่างละเอียด ชัดเจน เพื่อแก้ปัญหาการไม่เข้าใจคำชี้แจงในใบงานของนักเรียน

5. กำหนดเวลาที่ชัดเจนในการรายงานผลของการทำใบงานหน้าชั้นเรียน เพื่อไม่ให้นักเรียนใช้เวลาในการรายงานผลนานจนเกินไป ซึ่งอาจทำให้การปฏิบัติกิจกรรมในชั้นตอนอื่นๆ ถัดมามีเวลาเหลือน้อย

### ตอนที่ 5 โปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

จากผลการวิจัยสรุปได้ว่า โปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ประกอบด้วยสาระสำคัญ ดังนี้

- 5.1 วัตถุประสงค์ของโปรแกรม
- 5.2 ลักษณะของโปรแกรม
- 5.3 นักเรียนกลุ่มเป้าหมาย
- 5.4 เนื้อหาที่ใช้ในโปรแกรม
- 5.5 กิจกรรมการเรียนการสอน
- 5.6 เอกสารและสื่อของโปรแกรม
- 5.7 การประเมินผลโปรแกรม

5.1 วัตถุประสงค์ของโปรแกรม คือ เพื่อให้ความรู้ ความเข้าใจ เรื่อง การป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ เพื่อให้นักเรียนเกิดความรู้ ความเข้าใจ และสามารถนำความรู้ไปใช้ประโยชน์ในการดำเนินชีวิตได้

5.2 ลักษณะของโปรแกรม จัดเป็นโปรแกรมเสริมหลักสูตร จัดนอกเวลาเรียนปกติ สัปดาห์ละ 2 วัน (วันจันทร์และวันศุกร์) หลังเลิกเรียนในช่วงเวลา 15.30 - 17.30 น.

5.3 นักเรียนกลุ่มเป้าหมาย คือ นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่มีคุณสมบัติดังต่อไปนี้

1. เป็นนักเรียนที่อยู่ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษานครปฐม เขต 2 ที่โรงเรียนตั้งอยู่ในบริเวณใกล้เคียงกับแหล่งบริการอินเทอร์เน็ต และร้านเกม ซึ่งเป็นบริเวณที่มีความเสี่ยงต่อการที่เด็กและเยาวชนของโรงเรียนอาจมีพฤติกรรมติดเกมคอมพิวเตอร์ได้

2. สนใจในการเข้าร่วมโปรแกรม และได้รับความเห็นชอบจากผู้ปกครองในการเข้าร่วมโปรแกรม

3. เป็นผู้ที่มีผลการเรียนวิชาภาษาไทยจากการสอบปลายภาคจากเทอมที่ผ่านมา ตั้งแต่ระดับ 1 ขึ้นไป เพื่อให้มีความสามารถทางด้านภาษาไทยที่จะเข้าร่วมกิจกรรมในโปรแกรมได้



จำนวนของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมตั้งแต่ 20 คนขึ้นไป โดยมีข้อกำหนดว่าในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนโดยใช้การเรียนรู้แบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ จะต้องมึนักเรียนในกลุ่มย่อยแต่ละกลุ่ม ประมาณ 4 คน ประกอบด้วยนักเรียนที่มีระดับความสามารถสูง ปานกลาง และต่ำ คละกัน

5.4 เนื้อหาที่ใช้ในโปรแกรม ประกอบด้วยเรื่อง ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ สถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน และความรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์

5.5 กิจกรรมการเรียนการสอน การจัดกิจกรรมการเรียนการสอนเพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจ เรื่องการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 โดยใช้วิธีการเรียนรู้แบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ นำขั้นตอนในการเรียนรู้แบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ของสลาวิน (Slavin, 1990) มาเป็นแนวทางในการกำหนดขั้นตอนในการดำเนินกิจกรรมในโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ 4 ขั้นตอน ดังนี้

1. ขั้นนำเสนอบทเรียนทั้งชั้น หมายถึง ครูนำเสนอข้อมูล และให้ความรู้แก่นักเรียนพร้อมกันทั้งชั้นเกี่ยวกับเรื่องการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยอาจมีการใช้สื่อต่างๆ ประกอบการสอน หรือการบรรยาย เพื่อให้นักเรียนเกิดความสนใจในเรื่องที่เรียน และเห็นแนวทางในการทำกิจกรรมกลุ่มต่อไป

2. ขั้นทำงานกลุ่ม หมายถึง ครูให้นักเรียนทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม เพื่อศึกษาตามใบงาน หรือกิจกรรมกลุ่มที่ครูกำหนดให้ โดยกลุ่มหนึ่งจะมีทั้งหมด 4 คน ซึ่งมีความแตกต่างกันทั้งในด้านระดับความสามารถทางการเรียนและเพศ หน้าที่ที่สำคัญของกลุ่ม คือ การช่วยเหลือกัน ทุกคนในกลุ่มมีการร่วมมือกัน อภิปรายปัญหาร่วมกัน แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันเกี่ยวกับเรื่องที่เรียน เพื่อให้ทุกคนในกลุ่มเกิดการเรียนรู้ที่จะร่วมมือกันในการแก้ไขปัญหา เด็กที่เก่งพอจะมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน รวมทั้งมีทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์อยู่บ้าง จะมีการช่วยเหลือเด็กที่อ่อนความรู้ความเข้าใจในเรื่องดังกล่าวให้เข้าใจในเนื้อหาที่เรียน เพื่อเตรียมสมาชิกทุกคนในกลุ่มให้พร้อมที่จะทำแบบทดสอบได้ดี

3. ขั้นทดสอบ หมายถึง นักเรียนทุกคนเข้าทำการทดสอบในสาระที่เรียน ต่างคนต่างสอบ โดยไม่มีการช่วยเหลือกัน ทุกคนทำแบบทดสอบตามความสามารถของตนเอง

4. ขั้นปรับปรุงคะแนน หมายถึง ครูพิจารณาผลการทดสอบของนักเรียนเป็นคะแนนรายบุคคล และคะแนนเฉลี่ยของกลุ่ม จากนั้นครูแจ้งคะแนนให้เด็กทราบ แล้วทำการจับคู่เด็กเก่งที่ได้คะแนนมากมาช่วยพัฒนาความสามารถของเด็กอ่อนที่ได้คะแนนน้อย เพื่อเป็นการให้นักเรียนสามารถปรับปรุงคะแนนของตนเองได้สูงขึ้น

5.6 เอกสารและสื่อการเรียนการสอนของโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เอกสารและสื่อของโปรแกรมฯ ประกอบด้วย

1. แผนการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน จำนวน 15 แผน
2. เครื่องมือประเมินผลการเรียนรู้ของนักเรียน

รายละเอียดของเอกสารและสื่อของโปรแกรม มีดังนี้

1. แผนการจัดกิจกรรม จำนวน 15 แผน แต่ละแผนจะประกอบด้วย วัตถุประสงค์ ประกอบด้วยวัตถุประสงค์ทั่วไป และวัตถุประสงค์เชิงพฤติกรรม ความคิดรวบยอด เนื้อหาที่นำมาจัดกิจกรรม ขั้นตอนการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน ซึ่งประกอบด้วย ขั้นนำเสนอทเรียนทั้งชั้น ขั้นทำงานกลุ่ม ขั้นทดสอบ และขั้นปรับปรุงคะแนน สื่อการสอนที่ใช้ในการจัดกิจกรรมแต่ละครั้ง การประเมินผลในชั้นเรียน ตามวัตถุประสงค์ที่ได้ตั้งไว้ การปรับปรุงแผนการจัดกิจกรรม จากข้อมูลที่บันทึกเพิ่มเติมในการจัดกิจกรรม เช่น จำนวนนักเรียนที่เข้าร่วมกิจกรรมแต่ละครั้ง การให้ความร่วมมือในการจัดกิจกรรมกลุ่ม

2. เครื่องมือประเมินผลการเรียนรู้ของนักเรียน

เครื่องมือประเมินผลการเรียนรู้ของนักเรียน ได้แก่

2.1) แบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ซึ่งเป็นแบบตัวเลือก โดยให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุดเพียงข้อเดียว โดยมีเกณฑ์ในการให้คะแนน คือ ตอบถูกได้ 1 คะแนน ตอบผิดหรือไม่ตอบได้ 0 คะแนน มีทั้งหมด 20 ข้อ

2.2) แบบสังเกตพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ ซึ่งกำหนดหัวข้อรายการพฤติกรรมมาให้ผู้ปกครองทำการสังเกตบุตรหลานของตนเอง โดยให้ผู้ปกครองเลือกคำตอบที่ใกล้เคียงกับตัวลูกมากที่สุด โดยแบ่งเกณฑ์การทำพฤติกรรมแต่ละรายการเป็น 4 เกณฑ์ 4 ระดับคะแนน คือ

ไม่ใช่เลย หมายถึง นักเรียนไม่แสดงพฤติกรรมนั้นเลย ได้ 3 คะแนน

ไม่น่าใช่ หมายถึง นักเรียนแสดงพฤติกรรมนั้นบ้างเป็นบางครั้ง ได้ 2 คะแนน

น่าจะใช้ หมายถึง นักเรียนแสดงพฤติกรรมนั้นบ่อยครั้ง ได้ 1 คะแนน

ใช่เลย หมายถึง นักเรียนแสดงพฤติกรรมนั้นเป็นประจำ สม่ำเสมอ ได้ 0

คะแนน มีทั้งหมด 13 ข้อ

### 5.7 การประเมินผลโปรแกรม

เครื่องมือที่ใช้ในการประเมินผลโปรแกรม คือ แบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน และแบบสังเกตพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์

การประเมินผลโปรแกรม จะใช้การพิจารณาเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน การป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์จากการทดลองใช้โปรแกรมที่สร้างขึ้น ก่อนและหลัง การทดลอง และเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์หลังการทดลองกับเกณฑ์ประเมินผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน ที่กำหนดไว้ ประกอบกับการพิจารณาผลจากแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนที่เข้าร่วม โปรแกรม ผลจากแบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน ที่นักเรียนได้บันทึกไว้ในระหว่างการ เข้าร่วมโปรแกรม ข้อเสนอแนะของผู้ปกครอง การสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนในขณะจัด กิจกรรม ผลงานของนักเรียน เช่น ใบงาน แบบทดสอบย่อย และแบบทดสอบ เรื่อง คุณติดเกม ขนาดไหน?



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ

การวิจัยเรื่อง ผลของโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ ที่มีต่อนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ ที่มีต่อนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 มีวิธิดำเนินการ 3 ขั้นตอน ดังนี้

**ขั้นที่ 1** การสร้างโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ มีวิธีการตามลำดับดังต่อไปนี้

1.1 ศึกษาข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ การเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ การสร้างโปรแกรมการศึกษา และสภาพปัญหาเรื่องเด็กติดเกมในสังคมไทยปัจจุบัน

1.2 กำหนดกรอบแนวคิดในการสร้างโปรแกรม โดยการศึกษาแนวคิดทฤษฎีต่างๆ ในการสร้างโปรแกรม องค์ประกอบในการดำเนินการ ประกอบด้วย การกำหนดวัตถุประสงค์ของโปรแกรม ลักษณะของโปรแกรม เกณฑ์การเลือกนักเรียนเข้าโปรแกรม เนื้อหาการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ กิจกรรมการเรียนการสอน สื่อการเรียนการสอน การประเมินผลโปรแกรม

1.3 กำหนดองค์ประกอบของโปรแกรม จากแนวคิดในการสร้างโปรแกรม

1.4 สร้างเอกสารการสอน และตรวจสอบคุณภาพ ได้แก่ แผนการจัดกิจกรรม การให้ความรู้ ความเข้าใจ เรื่องการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้การเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ และเอกสารประกอบการจัดกิจกรรม ซึ่งประกอบด้วย ใบความรู้ ใบงาน แบบทดสอบย่อย จากนั้นนำแผนการจัดกิจกรรม และเอกสารประกอบการจัดกิจกรรมไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ 3 ท่าน ตรวจสอบ และแก้ไข จากนั้นนำแผนการจัดกิจกรรม 3 แผน ไปทดลองใช้กับนักเรียนที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่าง 20 คน และนำข้อมูลจากการทดลองใช้มาปรับปรุงแผนการจัดกิจกรรม และเอกสารประกอบการจัดกิจกรรมก่อนนำไปใช้จริง

1.5 สร้างเครื่องมือการประเมินผลโปรแกรม และการตรวจสอบคุณภาพ ได้แก่

1. แบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน โดยกำหนดจุดประสงค์ที่ต้องการวัด และกำหนดอัตราส่วนของข้อสอบให้ครอบคลุมเนื้อหา 2 เรื่อง ประกอบด้วย เรื่อง ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ และเรื่อง สถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน สร้างข้อสอบจำนวน 50 ข้อ และนำไปให้

ผู้ทรงคุณวุฒิจำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความตรงของเนื้อหา โดยวิธีตรวจสอบความสอดคล้องระหว่างข้อสอบกับเนื้อหาหรือวัตถุประสงค์ (Item-Objective Congruency Index : IOC) ตามที่กำหนดไว้ คัดเลือกข้อสอบที่มีค่า  $> 0.5$  มาจำนวน 20 ข้อ แล้วนำข้อสอบไปทดลองใช้กับนักเรียนที่ไม่ใช่ตัวอย่างประชากร จำนวน 20 คน จากนั้นนำผลการทดสอบที่ได้ มาวิเคราะห์รายข้อ โดยแบบทดสอบทุกข้อมีค่าอำนาจจำแนก 0.2 ขึ้นไป และมีค่าระดับความยากอยู่ระหว่าง 0.20-0.80 หลังจากนั้นนำแบบทดสอบมาวิเคราะห์หาค่าความเที่ยง ด้วยวิธีคูเดอริชาร์ดสัน (Kuder-Richardson KR-20) ได้ค่าความเที่ยงเท่ากับ 0.772

2. แบบสังเกตพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยกำหนดจุดประสงค์ที่ต้องการวัด และกำหนดหัวข้อพฤติกรรมที่ต้องการสังเกต จำนวน 13 หัวข้อ ซึ่งได้แบ่งเกณฑ์การทำพฤติกรรมแต่ละรายการ เป็น 4 เกณฑ์ 4 ระดับคะแนน คือ ไม่ใช่เลย ได้ 3 คะแนน ไม่น่าใช่ ได้ 2 คะแนน น่าจะใช่ ได้ 1 คะแนน และใช่เลย ได้ 0 คะแนน นำแบบสังเกตพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ที่สร้างขึ้นให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน พิจารณาความถูกต้อง เหมาะสม จากนั้นนำแบบสังเกตพฤติกรรมไปทดลองใช้กับผู้ปกครองของนักเรียน ที่ไม่ใช่ผู้ปกครองของกลุ่มตัวอย่าง จำนวน 10 คน เพื่อดูความเหมาะสมของภาษาที่ใช้ในการสื่อให้ผู้ปกครองเข้าใจ และนำมาปรับปรุงแก้ไข

1.6 การสร้างแบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน เริ่มจากศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการประเมินผล โดยการใช้แบบการจัดตารางการปฏิบัติ จากนั้นรวบรวมหลักเกณฑ์ เทคนิคการสร้างแบบการจัดตารางการปฏิบัติ จากเอกสารและสิ่งพิมพ์ต่างๆ มาวิเคราะห์หารูปแบบของแบบการจัดตารางการปฏิบัติที่เหมาะสมกับการใช้เวลา สร้างแบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวันขึ้นมา แล้วนำไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน พิจารณาความเหมาะสม ในการนำไปใช้จริง และส่วนประกอบในแบบการจัดตารางการปฏิบัติ และนำมาปรับปรุงแก้ไข

1.7 การสร้างแบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนเกี่ยวกับโปรแกรม โดยสร้างแบบสอบถามแบ่งออกเป็น 2 ตอน ตอนที่ 1 เป็นการสอบถามเกี่ยวกับระยะเวลาที่ใช้สอน เนื้อหาการจัดกิจกรรม ประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมโปรแกรม เป็นมาตรวัด 3 ระดับ คือ มาก ปานกลาง และน้อย ตอนที่ 2 เป็นการแสดงความคิดเห็นของนักเรียนเกี่ยวกับปัญหา และข้อเสนอแนะเพิ่มเติมจากการเข้าร่วมโปรแกรม นำแบบสอบถามไปให้ผู้ทรงคุณวุฒิ จำนวน 3 ท่าน ตรวจสอบความเหมาะสมและถูกต้องของข้อความในแบบสอบถาม จากนั้นนำแบบสอบถามไปทดลองใช้กับนักเรียนที่ไม่ใช่ตัวอย่างประชากร และนำมาปรับปรุงก่อนนำไปใช้จริง

**ขั้นที่ 2** การทดลองใช้โปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์

2.1 เลือกตัวอย่างประชากรที่ใช้ในการวิจัย เป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่กำลังศึกษาในภาคเรียนที่ 1 โรงเรียนพระตำหนักสวนกุหลาบ มหามงคล สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษานครปฐม เขต 2 จำนวน 20 คน โดยการสุ่มแบบเฉพาะเจาะจง และการเปิดรับสมัครจนได้นักเรียนครบตามจำนวน

2.2 จัดปฐมนิเทศนักเรียน และเตรียมความพร้อมนักเรียนให้มีทักษะในการทำงานกลุ่ม เข้าใจในบทบาทหน้าที่ของตนเองและของกลุ่ม

2.3 ให้นักเรียนทำแบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน (Pre-test)

2.4 ให้ผู้ปกครองของนักเรียนทำแบบสังเกตพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียน (ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม)

2.5 ผู้วิจัยดำเนินการสอนด้วยตนเอง ตามแผนการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนที่สร้างขึ้น แก่นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม

2.6 เมื่อเสร็จสิ้นการสอนแล้ว ให้นักเรียนทำแบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เรื่อง เกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน (Post-test) และให้นักเรียนทำแบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับความเหมาะสมของโปรแกรมที่จัดขึ้น

2.7 ให้ผู้ปกครองของนักเรียนทำแบบสังเกตพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียน (หลังเข้าร่วมโปรแกรม)

**ขั้นที่ 3** การประเมินผลและปรับปรุงโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ เป็นการเปรียบเทียบหาประสิทธิภาพของโปรแกรม ด้วยการเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่ามัธยเลขคณิตในการเรียนการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ ก่อนและหลังการเรียนการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ และเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่ามัธยเลขคณิตในการเรียนการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ กับเกณฑ์การประเมินที่กำหนดขึ้น คือ หลังการเข้าร่วมโปรแกรม นักเรียนมีค่ามัธยเลขคณิตของคะแนนการสอบหลังการเรียนตั้งแต่ร้อยละ 70 ขึ้นไป

## สรุปผลการวิจัย

ผลการทดลองใช้โปรแกรม พบว่า

1. หลังเข้าร่วมโปรแกรม นักเรียนทั้งในกลุ่มย่อย และนักเรียนรวมทั้งห้อง มีคะแนนเฉลี่ยพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน สูงกว่าก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

2. หลังเข้าร่วมโปรแกรม นักเรียนมีคะแนนเฉลี่ยพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน สูงกว่าเกณฑ์การประเมินที่กำหนด คือ มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 70 ขึ้นไป อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

3. หลังเข้าร่วมโปรแกรม นักเรียนทั้งในกลุ่มย่อย และนักเรียนรวมทั้งห้อง มีพัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ สูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

4. หลังเข้าร่วมโปรแกรม นักเรียนมีพัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ สูงกว่าเกณฑ์การประเมินที่กำหนด คือ มีคะแนนมากกว่าร้อยละ 70 ขึ้นไป อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

5. หลังการเข้าร่วมโปรแกรม นักเรียนมีความคิดเห็นว่า ระยะเวลาการเรียนสัปดาห์ละ 2 ครั้ง มีความเหมาะสมในระดับปานกลาง การเรียนการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ ตอนเย็นหลังเลิกเรียน ระยะเวลาการเรียนครั้งละ 1 ชั่วโมง ความน่าสนใจของเนื้อหา ความเหมาะสมของสื่อและเอกสารประกอบการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน มีความเหมาะสมในระดับมาก นักเรียนมีความชอบในกิจกรรมการเรียนการสอนในระดับมาก โดยคิดว่าได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนการสอนในระดับมาก ได้รับความรู้ ความเข้าใจ เรื่องการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์หลังเข้าร่วมโปรแกรมในระดับมาก และมีความคิดเห็นว่าจะสามารถนำความรู้ไปใช้ในชีวิตประจำวันในระดับมาก

6. ระหว่างการเข้าร่วมโปรแกรม นักเรียนมีการวางแผนการใช้เวลาในชีวิตประจำวันได้อย่างสมดุล กล่าวคือ ใช้เวลาไปกับกิจกรรมต่างๆ ทั้ง 4 ด้าน ทั้งด้านการเรียน ด้านการพักผ่อน ด้านงานอดิเรก และด้านการเล่นเกม เป็นไปในสัดส่วนที่พอเหมาะ ทั้งวันธรรมดาและวันหยุด นักเรียนใช้เวลาในการเล่นเกมน้อยที่สุด เมื่อเทียบกับการใช้เวลาในการทำกิจกรรมด้านอื่นๆ โดยจำนวนชั่วโมงในการเล่นของเด็กต่ำกว่าวันละ 3 ชั่วโมง แสดงให้เห็นว่า นักเรียนมีการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ไปในทิศทางที่ดีขึ้น มีวินัยในการเล่นเกมน่าขึ้น รู้จักแบ่งเวลาในการเล่นได้อย่างเหมาะสม นั่นหมายถึง นักเรียนมี

ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ สามารถควบคุมตนเองให้มีความพอดีในการเล่นเกมน สามารถที่จะป้องกันตนเองไม่ให้มีพฤติกรรมติดเกมคอมพิวเตอร์ได้สำเร็จ

### อภิปรายผลการวิจัย

1.จากการเปรียบเทียบคะแนนผลสัมฤทธิ์เฉลี่ยในการเรียนการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม ก่อนและหลังเข้าร่วมโปรแกรม และการเปรียบเทียบผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม กับเกณฑ์การประเมินที่กำหนด ผลการวิเคราะห์ห้ข้อมูล ปรากฏว่า คะแนนผลสัมฤทธิ์เฉลี่ยในการเรียนการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรม หลังเข้าร่วมโปรแกรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 คะแนนผลสัมฤทธิ์เฉลี่ยทางการเรียนการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียนหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ สูงกว่าเกณฑ์การประเมินที่กำหนด คือ มีคะแนนเฉลี่ยร้อยละ 70 อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ.05 ซึ่งเป็นไปตามสมมติฐานที่ตั้งไว้ การที่ผลการวิจัยเป็นเช่นนี้ อาจเป็นเพราะเหตุผลต่อไปนี้

1.1 การนำแนวคิดในการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ มาเป็นแนวการจัดกิจกรรมการเรียนการสอนการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ อันเป็นแนวคิดที่นักเรียนได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนการสอนอย่างเต็มที่ โดยหลังจากที่ผู้วิจัยนำเสนอความรู้แก่นักเรียนทั้งชั้นแล้ว นักเรียนในแต่ละกลุ่มหรือแต่ละทีมจะทำกิจกรรมร่วมกัน ได้มีโอกาสแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน มีการใช้เหตุผลประกอบความคิดเห็นของตนเอง ปรึกษาหารือกันแก้ปัญหา ร่วมกัน ให้ความช่วยเหลือกันในการเรียน ทำให้สมาชิกแต่ละคนของกลุ่มมีความรู้ความเข้าใจในบทเรียนมากยิ่งขึ้น สามารถทำใบงานออกมาได้อย่างถูกต้อง นอกจากนี้ การทำงานกลุ่มยังทำให้นักเรียนมีความผูกพันซึ่งกันและกัน มีการยกย่องให้กำลังใจ และยอมรับความคิดเห็นซึ่งกันและกันตลอด จนก่อให้เกิดความสัมพันธ์ที่ดีระหว่างกลุ่มเพื่อน เมื่อเป็นเช่นนี้จึงทำให้นักเรียนรู้สึกมีความสุขที่จะเรียนรู้สิ่งต่างๆ ร่วมกัน เกิดเป็นแรงจูงใจในการเรียนรู้ รวมทั้งส่งผลให้นักเรียนมองว่า การป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์นั้นไม่ใช่เรื่องยาก หากทุกคนร่วมมือกัน ซึ่งสอดคล้องกับ ชูศรี สนิทประชากร (2534) ที่ได้กล่าวถึง ประโยชน์ของการเรียนแบบร่วมมือเอาไว้ว่า การเรียนแบบร่วมมือจะทำให้ผู้เรียนรู้จักการใช้เหตุผลมากขึ้น มีความเข้าใจในเรื่องนั้นอย่างลึกซึ้ง มีแรงจูงใจทั้งภายในและภายนอกที่จะเรียนรู้มากขึ้น และมีทัศนคติที่ดีมากขึ้นต่อการเรียนวิชานั้น ซึ่งทำให้การเรียนการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ได้ผลดียิ่งขึ้น ก่อนที่จะถึงขั้นทดสอบ นักเรียนในแต่ละกลุ่มจะมีการเตรียมสมาชิกในกลุ่มของตนให้พร้อมสำหรับการ



ทดสอบที่จะมีขึ้นหลังจบบทเรียนแต่ละบท โดยเวลาทดสอบ นักเรียนแต่ละคนจะต่างคนต่างทำ ไม่มีการช่วยเหลือกัน ซึ่งผลการทดสอบของนักเรียนนี้ จะถูกพิจารณาเป็น 2 ระดับ กล่าวคือ พิจารณาเป็นคะแนนรายบุคคล และเป็นคะแนนเฉลี่ยของกลุ่ม ดังนั้น การที่นักเรียนทราบว่า ผลงานหรือคะแนนของตนจะส่งผลต่อคะแนนของกลุ่ม ทุกคนมีส่วนช่วยเพิ่มหรือลดคะแนนของกลุ่ม ทำให้นักเรียนเกิดความกระตือรือร้นในการร่วมกิจกรรมมากขึ้น นักเรียนที่เรียนเก่งก็มีการพยายามที่จะช่วยเหลือนักเรียนที่เรียนอ่อนอย่างเต็มที่ ด้วยการอธิบายแนะนำให้เข้าใจเรื่องที่เรียน เพื่อที่จะทำให้คะแนนเฉลี่ยของกลุ่มออกมาดีที่สุดในขณะที่ นักเรียนที่เรียนอ่อนก็มีความพยายามที่จะปรับปรุงการเรียนของตนให้ดีขึ้น เพื่อจะทำให้คะแนนในกลุ่มหรือทีมของตนสูงขึ้นด้วย ซึ่งผลจากการวิจัยสอดคล้องกับงานวิจัยของลินเคียส และอับราฮัม (Lindquist and Abraham, 1996) ที่พบว่า การที่กลุ่มตัวอย่างทราบว่าคะแนนของตนส่งผลให้คะแนนกลุ่ม สูงขึ้นหรือลดลง ทำให้สมาชิกในกลุ่มมีความตั้งใจในการเรียนและทำแบบทดสอบมากขึ้น อันทำให้ผลสัมฤทธิ์ในการเรียนของกลุ่มตัวอย่างสูงขึ้นหลังการทดลอง

1.2 เนื้อหาการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ที่นักเรียนได้เรียน เป็นเนื้อหาที่จัดให้สอดคล้องกับวัย ความสนใจ และสภาพแวดล้อมของนักเรียน โดยทุกวันนี้เกมคอมพิวเตอร์ได้เข้ามามีอิทธิพลต่อเด็กไทยเป็นอย่างมาก โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เด็กวัยรุ่นที่ชอบเล่นเกมเป็นชีวิตจิตใจ ไม่ว่าจะเป็นเด็กวัยรุ่นชาย หรือเด็กวัยรุ่นหญิงล้วนเคยมีประสบการณ์ในการเล่นเกมนมาแล้วเกือบทั้งสิ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ วิกา อุตมพันธ์ (2533) ซึ่งพบว่า เด็กส่วนใหญ่เกือบ 100% มีประสบการณ์การเล่นเกมนมาแล้ว โดยเด็กที่มีอายุระหว่าง 7-15 ปี จะเป็นวัยที่เล่นเกมมากที่สุด โดยเฉลี่ยประมาณวันละ 1 ชั่วโมง และสอดคล้องกับงานวิจัยของมาร์ก (Mark, 1997) ซึ่งพบว่า เด็กวัยรุ่นทั้งเพศชายและหญิงต่างก็ชอบเล่นเกม โดยเพศชายมักจะเลือกเกมกีฬาและเกมที่มีความรุนแรงเป็นเกมโปรดของตนเอง ส่วนเพศหญิงมักจะเลือกเกมที่เคลื่อนไหว เพื่อฝัน และใช้ปัญญา ดังนั้น การที่ผู้วิจัยนำเนื้อหาที่เกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์มาให้ให้นักเรียนได้เรียน ซึ่งเป็นเนื้อหาที่เป็นเรื่องใกล้ตัวเด็ก จึงทำให้นักเรียนเกิดความสนใจเป็นอย่างมาก อยากที่จะเรียนรู้ในสิ่งที่เขาชอบ หรืออยากที่จะเรียนรู้ในเรื่องที่เด็กในวัยอย่างเขากำลังสนใจ ส่งผลให้นักเรียนมีความกระตือรือร้นในการเรียน ตั้งใจอ่านเนื้อหาในใบความรู้ รวมทั้งตั้งใจทำใบงานอย่างเต็มที่ด้วย นอกจากนี้ นักเรียนที่เป็นกลุ่มตัวอย่าง เรียนอยู่ในโรงเรียนที่ตั้งอยู่บริเวณใกล้เคียงกับแหล่งบริการอินเทอร์เน็ต และร้านเกม จึงส่งผลให้โรงเรียนอยู่ในพื้นที่เสี่ยงต่อการที่นักเรียนอาจมีพฤติกรรมหมกมุ่นกับการเล่นเกม จนกระทั่งติดเกมคอมพิวเตอร์ได้ เพราะฉะนั้น ผู้วิจัยจึงมีการกำหนดเนื้อหา 3 ส่วน ให้นักเรียนได้เรียน ได้แก่ ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ สถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน และความรู้ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ เพื่อให้นักเรียนรู้จักเกมคอมพิวเตอร์มากขึ้น เข้าใจถึงสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ที่

กำลังเป็นปัญหาสำคัญปัญหาหนึ่งของสังคมไทย โดยให้นักเรียนได้มีโอกาสเรียนรู้แนวทางในการป้องกันปัญหาดังกล่าว ฝึกความมีวินัยในตัวเอง เล่นเกมให้เป็น มีทักษะชีวิต ควบคุมตนเองให้มีความพอดีในการเล่นเกม รู้จักแบ่งเวลาในการเล่นเกมได้อย่างเหมาะสม ซึ่งทั้งหมดนี้คือองค์รวมของเนื้อหา การได้เรียนในเนื้อหาที่สามารถนำไปใช้ในชีวิตรประจำวันได้ ทำให้นักเรียนมีความสนใจในการเรียนมากขึ้น สอดคล้องกับงานวิจัยของ จินดา สุภาพโรจน์ (2539) ซึ่งพบว่า การจัดให้นักเรียนได้เรียนในเรื่องที่เกี่ยวข้องกับตนเอง หรือการนำเหตุการณ์ที่เป็นประสบการณ์ของนักเรียนมาสัมพันธ์กับบทเรียน จะทำให้นักเรียนมีความสนใจและกระตือรือร้นที่จะแสดงความคิดเห็นในการเรียน เพราะเห็นประโยชน์จากการนำความรู้ที่ได้ไปใช้ในชีวิตรประจำวัน อันทำให้ผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนของนักเรียนสูงขึ้นหลังการทดลอง

2. จากการทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน รวมทั้งสังเกตพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ ก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม ของนักเรียนที่เป็นตัวอย่างประชากร พบว่า นักเรียนหลายคนมีคะแนนความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบันมาก แต่กลับมีคะแนนทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์น้อย โดยหลังจากเข้าร่วมโปรแกรมแล้ว นักเรียนมีคะแนนทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์มากขึ้น จากผลคะแนนการสังเกตพฤติกรรมก่อนการเรียนนั้น แสดงให้เห็นว่า นักเรียนไม่ได้รับความรู้เกี่ยวกับเรื่องทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์มาก่อน แม้ว่าความรู้เรื่องทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์นั้น จะเป็นเรื่องที่มีประโยชน์ต่อการที่จะช่วยให้นักเรียนสามารถควบคุมตนเองให้มีความพอดีในการเล่นเกม รู้จักแบ่งเวลาในการเล่นเกมได้อย่างเหมาะสม ตลอดจนรู้เท่าทันสื่อ(เกม) และในปัจจุบัน กระแสการประชาสัมพันธ์เกมแรงมาก มีการโฆษณาตามสื่อต่างๆ ไม่เพียงแต่มีหนังสือเกม วารสารเกม หนังสือเฉลยเกมที่ออกมาเป็นระยะๆ หนังสือพิมพ์ นิตยสารต่างๆ ยังลงบทความเรื่องเกมแถมไว้หน้าสองหน้า นอกจากนี้ ข้อมูลยังหาได้จากทางเว็บไซต์มากมาย ถึงขนาดมีรายการวิทยุในช่วงกลางคืนทุกวัน เสนอรายการเกี่ยวกับเกมออนไลน์ ด้วยลีลาที่เร้าใจและเชิญชวนให้เล่นเกม ตลอดจนเทคนิคการพิชิตเกม ในแต่ละตอน รายการที่วิทยุยังมีรายการเกี่ยวกับเกม เข้ามากระตุ้นให้มีความอยากเล่นเกมมากขึ้นไปอีก ซึ่งสอดคล้องกับ สถาบันรามจิตติ (2548) ที่กล่าวว่า ปัจจุบันเด็กต้องเรียนรู้เรื่องทักษะชีวิตให้มากขึ้น เพราะสื่อต่างๆรอบข้างตัวเด็ก นำเสนอเรื่องเกมคอมพิวเตอร์อย่างหลากหลาย จึงควรสนับสนุนส่งเสริมทักษะชีวิตสร้างสรรค์ โดยให้สถาบันสื่อร่วมกับสถาบันการศึกษา จัดกิจกรรมรณรงค์ส่งเสริมการเรียนรู้ทักษะชีวิตด้านต่างๆ ของเด็ก ทั้งการมีวินัยในตนเอง การรู้จักยับยั้งชั่งใจต่อสิ่งยั่วยั่วต่างๆ ไปจนถึงทักษะในการเป็นผู้บริโภคที่ดีเท่าทันกระแสโฆษณาและกระแสบริโภคนิยมที่รุมเร้าเยาวชนอยู่ในขณะนี้

3. จากการสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนเกี่ยวกับโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ พบว่า นักเรียนมีความคิดเห็นเกี่ยวกับโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ว่า มีความเหมาะสมในระดับปานกลางและมาก ผู้วิจัยนำผลที่ได้มาอภิปรายดังนี้

3.1 นักเรียนมีความคิดเห็นว่าเป็นว่า ระยะเวลาการเรียนสัปดาห์ละ 2 ครั้ง มีความเหมาะสมในระดับปานกลาง ในขณะที่เห็นว่า ระยะเวลาการเรียนครั้งละ 1 ชั่วโมง มีความเหมาะสมในระดับมาก ผลการวิจัยนี้ อาจเนื่องมาจาก การจัดกิจกรรมการเรียนการสอน เรื่องการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ ประกอบด้วยหลายขั้นตอน ได้แก่ ขั้นนำเสนอบทเรียนทั้งชั้น ขั้นทำงานกลุ่ม ขั้นทดสอบและขั้นปรับปรุงคะแนน ซึ่งนักเรียนต้องใช้เวลาในการร่วมกิจกรรมแต่ละกิจกรรมตามขั้นตอนต่างๆ ค่อนข้างมาก โดยเฉพาะในขั้นที่ 2 ขั้นทำงานกลุ่ม นักเรียนบางคนไม่ยอมช่วยเพื่อนในกลุ่มทำใบงาน จึงส่งผลให้การทำใบงานของกลุ่มนั้นๆ เสร็จล่าช้า ไม่เป็นไปตามเวลาที่ครูกำหนด เมื่อให้นักเรียนออกมารายงานผลของการทำใบงานหน้าชั้นเรียน นักเรียนก็มักจะใช้เวลาในการรายงานผลนานจนเกินไป นอกจากนี้ การที่กำหนดให้นักเรียนแต่ละกลุ่มต้องเตรียมสมาชิกภายในกลุ่มของตนเองให้พร้อมสำหรับที่จะทำแบบทดสอบย่อยนั้น ยังเป็นอีกกิจกรรมหนึ่งที่นักเรียนต้องใช้เวลาในการติวเนื้อหาซึ่งกันและกัน จากการวิจัยพบว่า นักเรียนที่เก่งใช้เวลาประมาณ 15-20 นาที กว่าที่จะอธิบายแนะนำให้นักเรียนที่อ่อนเข้าใจในเนื้อหาที่เรียนมากยิ่งขึ้นได้ ด้วยเหตุผลที่กล่าวมาทั้งหมดข้างต้น จึงทำให้นักเรียนมีความเห็นว่า เวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรมน้อยเกินไป ควรเพิ่มเวลาให้มากกว่านี้ โดยเพิ่มเวลาในการจัดกิจกรรมต่อสัปดาห์ให้มากขึ้น แต่สำหรับเวลาในการจัดกิจกรรมต่อครั้ง ที่กำหนดไว้ว่า ครั้งละ 1 ชั่วโมงนั้น นักเรียนเห็นว่าเหมาะสมดีแล้ว เพราะการเรียนการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ในครั้งนี้ เป็นการเรียนนอกเวลาเรียนปกติ คือ เรียนหลังเลิกเรียน ช่วงเวลา 15.30 - 16.30 น. นักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมส่วนใหญ่มีความจำเป็นต้องกลับบ้านเร็ว สามารถเรียนได้ไม่เกินเวลา 16.30 น. เท่านั้น เมื่อเป็นเช่นนี้ ระยะเวลาการเรียนครั้งละ 1 ชั่วโมง จึงเหมาะสมมากในความคิดของนักเรียน

3.2 นักเรียนมีความคิดเห็นว่าเป็นว่า เนื้อหาเกี่ยวกับการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ที่นักเรียนได้เรียน มีความน่าสนใจในระดับมาก ผลการวิจัยนี้ อาจเนื่องมาจาก เกมคอมพิวเตอร์กำลังได้รับความนิยมอย่างมากในหมู่เยาวชนยุคปัจจุบัน นับวันเด็กติดเกมจะยังมีจำนวนเพิ่มมากขึ้น และกลายเป็นปัญหาที่สำคัญของสังคม โดยจะเห็นได้จากข่าวตามสื่อต่างๆ ทั้งโทรทัศน์ วิทยุ หนังสือพิมพ์ ที่มีการนำเสนอข่าว อย่างเช่นกรณี "แม่น้อยใจลูก ที่ไม่ยอมพูดด้วยแม้แต่เล่นเกม จนตัดสินใจกระโดดตึกฆ่าตัวตาย" หรือในกรณี "แม่ล้ามโซ่ลูก เพราะไม่ให้ลูกออกไปเล่นเกม" ฯลฯ ล้วนเกิดจาก "ต้นตอ" การ "ติดเกม" แล้วลูกกลายมาเป็นปัญหาสังคมแทบทั้งสิ้น เมื่อนักเรียนได้รับทราบข่าวเหล่านี้จากสื่อ และตัวนักเรียนเองก็เป็นผู้หนึ่งที่กำลังเล่นเกม

คอมพิวเตอร์อยู่เช่นกัน จึงทำให้นักเรียนมีความสนใจที่จะเรียนรู้ถึงแนวทางในการป้องกันตนเอง จากการติดเกมคอมพิวเตอร์ ทั้งนี้ จากการวิจัยพบว่า นักเรียนแสดงความสนใจอย่างมากในการเรียนเรื่อง การคบเพื่อน โดยมีนักเรียน 6 คนจากกลุ่มตัวอย่าง ได้บอกว่าตนเองมีเพื่อนในเกมมากมาย และสาเหตุที่ทำให้พวกเขาชอบเล่นเกมบ่อยๆ ก็เป็นเพราะอยากเจอ อยากพูดคุยกับบรรดาเพื่อนๆ ในเกมนั่นเอง จากผลการวิจัยนี้ สอดคล้องกับ บัณฑิต ศรไพศาล (2547) ที่ได้กล่าวไว้ว่า สิ่งที่ดึงดูดให้เด็กติดเกม / อินเทอร์เน็ต ก็คือ **Network effect** หมายถึง ผลจากการเชื่อมโยงเครือข่าย ได้แก่ การได้เพื่อนใหม่ทางอินเทอร์เน็ต การแลกเปลี่ยนข้อมูลข่าวสาร หรือการช่วยเหลือกันกับเพื่อนในอินเทอร์เน็ต ทำให้เด็กรู้สึกได้ประโยชน์จากการเล่นเกมออนไลน์ จะเห็นได้ว่า อิทธิพลกลุ่มเพื่อน มีผลสูงต่อพฤติกรรมการเล่นเกมของเด็ก เด็กส่วนใหญ่เข้าไปเล่นเกมเป็นเพราะได้รู้จักเพื่อนใหม่ๆ สะท้อนให้เห็นถึงหลักจิตวิทยาที่ยังคงเป็นจริงอยู่เสมอ นั่นคือ ความต้องการความผูกพันกับ กลุ่มเพื่อนเป็นเรื่องสำคัญของเด็ก โดยเฉพาะในช่วงวัยรุ่น และความ ต้องการความผูกพันนี้เอง ที่ทำให้กลุ่มเพื่อนเป็นเป้าหมายหลอมพฤติกรรมที่สำคัญของเด็ก โดยเด็กมีแนวโน้มจะทำพฤติกรรมตามกลุ่มเพื่อน เพื่อต้องการการยอมรับ เช่น ถ้ากลุ่มเพื่อนที่นักเรียนคบด้วยชอบเล่นเกมคอมพิวเตอร์เป็นประจำ ก็มีแนวโน้มว่านักเรียนจะมีพฤติกรรมชอบเล่นเกมคอมพิวเตอร์ตามกลุ่มเพื่อนไปด้วยเช่นกัน สถาบันรามจิตติ (2548) จึงได้เสนอแนะแนวทางแก้ไข ปัญหาเด็กติดเกมไว้ว่า ควรมีการสนับสนุน ส่งเสริม "กลุ่มเพื่อนสร้างสรรค์" หรือ "กลุ่มเพื่อนทางบวก" (**positive peer group**) ผ่านรูปแบบกิจกรรมกลุ่ม ชมรม ตลอดจนโครงการพิเศษต่างๆ เพื่อให้เด็กมีแหล่งพักพิงทางสังคมที่อบอุ่น ปลอดภัย สร้างสรรค์ และเป็นแบบอย่างในการเรียนรู้ พฤติกรรมที่พึงประสงค์จากกลุ่มเพื่อนเหล่านี้ต่อไป ดังนั้น การสอนการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับการคบเพื่อน จึงเป็นเนื้อหาที่มีความน่าสนใจ ในอันที่จะช่วยให้นักเรียนสามารถแยกแยะได้ว่า ควรเลือกคบเพื่อนลักษณะใด แบบไหน ถึงจะเป็นผลดีต่อตัวนักเรียนเอง และเป็นผลดีต่อสังคม

4. จากแบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน ที่นักเรียนได้บันทึกไว้ในระหว่างการเข้าร่วมโปรแกรม พบว่า นักเรียนมีการวางแผนการใช้เวลาในชีวิตประจำวันได้อย่างสมดุล กล่าวคือ ใช้เวลาไปกับกิจกรรมต่างๆ ทั้ง 4 ด้าน ทั้งด้านการเรียน ด้านการพักผ่อน ด้านงานอดิเรก และด้านการเล่นเกม เป็นไปในสัดส่วนที่พอเหมาะ ทั้งวันธรรมดาและวันหยุด นักเรียนใช้เวลาในการเล่นเกมน้อยที่สุด เมื่อเทียบกับการใช้เวลาในการทำกิจกรรมด้านอื่นๆ โดยจำนวนชั่วโมงในการเล่นของเด็กต่ำกว่าวันละ 3 ชั่วโมง ทั้งนี้ อาจเป็นเพราะ นักเรียนได้เรียนรู้ถึงแนวทางการควบคุมตนเอง เกี่ยวกับการเล่นเกมจากผู้วิจัย ว่าควรมีการกำหนดกิจวัตรประจำวันที่แน่นอน มีข้อตกลงที่ชัดเจนกับตนเองว่าควรทำอะไร เวลาใด และควรทำอะไรก่อน ควรทำอะไรหลัง นอกจากนี้ ผู้วิจัยได้แนะนำให้ให้นักเรียนทดลองออกคำสั่งควบคุมตนเองในระหว่างการทำกิจกรรม เช่น ให้ท่องคำว่า

ฉันเล่นเกม วันละ 1 ชั่วโมง หรือ ฉันจะทำการบ้านให้เสร็จแล้วจึงเล่นเกม เป็นต้น การที่นักเรียนสั่งห้ามตนเองไม่ให้ทำในสิ่งที่ต้องการ ส่งผลให้นักเรียนควบคุมตนเองได้ดียิ่งขึ้น ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดของ สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ (2547) ที่ได้กล่าวถึง แนวทางการช่วยเหลือเด็กติดเกมว่า ควรสอนให้เด็กรู้จักจัดลำดับภารกิจในกิจวัตรประจำวัน แนะนำให้เด็กทำกิจกรรมอื่นๆในบ้าน ปฏิบัติให้เสร็จก่อน แล้วจึงเล่นเกม รวมถึง ควรสอนเด็กให้มีวินัย รู้จักแบ่งเวลาในการเล่นเกม โดยการวางตารางชีวิตในการเล่นเกมที่ควรใช้เวลาเท่าใดจึงจะเหมาะสม ทั้งนี้เมื่อนักเรียนสามารถควบคุมตนเองให้มีความพอดีในการเล่นได้แล้ว การดำเนินชีวิตของนักเรียนก็จะเป็นไปอย่างสมดุล อันจะส่งผลให้นักเรียนลด ละ เลิก การเล่นเกมได้สำเร็จแท้จริงในระยะยาว

### ข้อสังเกตจากการวิจัย

1. มีนักเรียนจำนวน 35% ที่แสดงความคิดเห็นว่า ได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนการสอนในระดับปานกลาง ซึ่งผลจากการสอบถามความคิดเห็นดังกล่าว อาจเนื่องมาจากการที่นักเรียนที่อ่อนถุ่กนักเรียนที่เก่งกิดกัน ไม่ให้มีส่วนร่วมในการทำกิจกรรมกลุ่มเท่าที่ควร จากการสังเกตพฤติกรรมของนักเรียนระหว่างการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน พบว่า นักเรียนที่เก่งมักไม่ยอมให้นักเรียนที่อ่อนช่วยทำใบงานด้วย เพราะไม่ไว้ใจ กลัวนักเรียนที่อ่อนจะทำได้ไม่ดีเท่าตนเอง นอกจากนี้ เมื่อผู้วิจัยให้นักเรียนในแต่ละกลุ่มร่วมกันอภิปราย หรือแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันในประเด็นต่างๆ นักเรียนที่เก่งก็มักจะยึดบทบาทการเป็นผู้พูดอยู่เพียงฝ่ายเดียว โดยไม่ยอมเปิดโอกาสให้นักเรียนที่อ่อนได้พูดแสดงความคิดเห็นบ้าง ทำให้นักเรียนที่อ่อนรู้สึกว่ไม่ได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนการสอน ดังนั้น ผู้วิจัยจึงได้แก้ปัญหาโดยการเพิ่มคะแนนในส่วนของ "การร่วมมือกันในกลุ่ม" ซึ่งผู้วิจัยจะเป็นผู้ตรวจสอบการทำงานร่วมกันของนักเรียนแต่ละกลุ่ม และให้คะแนนแต่ละกลุ่มเพิ่มเติมจากคะแนนผลงาน การเพิ่มคะแนนในส่วนของความร่วมมือของสมาชิกในกลุ่มเช่นนี้ ทำให้สมาชิกคนอื่นในกลุ่มให้ความสำคัญกับนักเรียนที่อ่อนมากขึ้น แต่เป็นไปเพื่อการได้คะแนน ยังไม่เป็นไปเพื่อการช่วยเหลือกันในกลุ่มอย่างแท้จริง แสดงให้เห็นถึงกระบวนการเรียนของนักเรียนส่วนใหญ่ ที่เรียนเพื่อมุ่งหวังคะแนนหรือรางวัล ขาดการช่วยเหลือกันในกลุ่มเพื่อน และขาดทักษะการทำงานกลุ่ม ซึ่งเป็นสภาพปัญหาในการสอนที่พบเช่นเดียวกันในงานวิจัยของ จินดา สุภาพโรจน์ (2539) ทำให้ต้องปรับปรุงโปรแกรมเสริมความรู้เกี่ยวกับกฎหมายสำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยเพิ่มการปฐมนิเทศเพื่อเตรียมความพร้อมนักเรียนก่อนการเข้าร่วมโปรแกรม

## ข้อเสนอแนะในการนำงานวิจัยไปใช้

1. เนื่องจากการวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยได้ศึกษาข้อมูลพื้นฐานเกี่ยวกับปัญหาเด็กติดเกมในเขตพื้นที่ตำบลศาลายา อำเภอพุทธมณฑล จังหวัดนครปฐม ก่อนวางกรอบเนื้อหาการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ ดังนั้น หากจะนำไปประกอบการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์นี้ไปใช้จริงในโรงเรียน ผู้ใช้อาจจะต้องปรับปรุงเนื้อหาการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ในบางประการ เช่น ลักษณะของร้านเกม / ร้านอินเทอร์เน็ต อันตรายต่างๆ ในร้านเกม/ร้านอินเทอร์เน็ต ปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นได้จากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ เพื่อให้เหมาะสมกับสภาพสังคม และปัญหาของนักเรียน อันจะทำให้ให้นักเรียนสามารถนำความรู้จากการเรียนการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ไปใช้ได้จริงในชีวิตประจำวัน ซึ่งเป็นจุดมุ่งหมายในการนำเสนอโปรแกรมครั้งนี้

2. ครูผู้สอนควรจะเป็นผู้ที่มีความใจกว้าง สามารถยอมรับฟังความคิดเห็น และข้อเสนอแนะของนักเรียนได้ นอกจากนี้ ควรเป็นผู้ที่แสวงหาความรู้ใหม่ๆ อยู่เสมอ ควรติดตามข่าวสารข้อมูลสภาพปัญหาเรื่องเด็กติดเกมอย่างต่อเนื่อง เพื่อให้นักเรียนได้รับประสบการณ์ที่ถูกต้อง และรู้เท่าทันต่อปัญหาที่เกิดขึ้น

3. ในการทดลองใช้โปรแกรม ผู้วิจัยพิจารณาจำนวนนักเรียนเข้าร่วมโปรแกรมจำนวน 20 คน เพื่อให้เกิดความคล่องตัวในการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน แต่ในการนำงานวิจัยนี้ไปใช้สามารถปรับให้มีจำนวนนักเรียนมากกว่า 20 คนได้ โดยกำหนดให้สมาชิกแต่ละกลุ่มมีจำนวน 4 คน เพื่อให้สอดคล้องกับลักษณะการเรียนเป็นกลุ่มย่อย ซึ่งเป็นข้อกำหนดของการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมพันธ์

4. เวลาในการจัดกิจกรรมการให้ความรู้ ความเข้าใจ เรื่องการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์แก่นักเรียนนั้น โดยไม่ว่าจะเป็นเวลาในการจัดกิจกรรมต่อสัปดาห์ หรือเวลาในการจัดกิจกรรมต่อครั้ง สามารถยืดหยุ่นได้ตามความเหมาะสม ความต้องการ หรือความจำเป็นของผู้เรียน

5. การจัดกิจกรรมการให้ความรู้ ความเข้าใจ เรื่องการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์จะบังเกิดประโยชน์สูงสุด ควรจะได้รับความร่วมมือจากทุกฝ่าย เช่น หน่วยงานของราชการ โรงเรียน นักการศึกษา และผู้ปกครอง เพราะแนวทางในการป้องกันปัญหาเด็กติดเกมจะต้องอาศัยความร่วมมือจากทุกฝ่าย จึงจะได้ผลดีที่สุด

6. การจัดการเรียนการสอนตามหลักสูตรทั่วไปที่ใช้กันในโรงเรียน มักพบว่า มีเนื้อหาหนักและบางครั้งเด็กจะต้องเรียนเนื้อหานั้นซ้ำๆ ในแต่ละปี ซึ่งเนื้อหาที่มีความซ้ำซ้อนไม่ก่อให้เกิดประโยชน์แก่ผู้เรียนเท่าที่ควร ดังนั้นทุกฝ่าย ทุกหน่วยงาน ตลอดจนผู้บริหาร และครูทุกคน

ในโรงเรียน ควรร่วมมือกันคิดถึงความเหมาะสม ความสำคัญที่จะทำอย่างไรจึงจะลดเนื้อหาเหล่านี้ลง และสร้างเสริมทักษะชีวิตที่เป็นประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตของนักเรียน อย่างเช่น ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ เข้าไปในหลักสูตรของระบบโรงเรียน หรือในวิชาเรียนตามปกติได้ เพื่อให้การสร้างเสริมทักษะชีวิตนั้นเป็นไปอย่างต่อเนื่อง อันจะส่งผลให้นักเรียนเกิดความเคยชิน และสามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ได้อย่างถาวร

### ข้อเสนอแนะในการทำวิจัยต่อไป

1. ในการสอนการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ อาจมีวิธีสอนอื่นๆ ที่สามารถนำมาใช้ได้อย่างได้ผล ผู้ที่จะทำงานวิจัยเกี่ยวกับการสอนการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ต่อไป จึงควรศึกษาวิธีสอนต่างๆ ที่เอื้อต่อการสอนการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ และสามารถพัฒนาความรู้ ความเข้าใจ เรื่องการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ได้ เพื่อเป็นทางเลือกในการสอนการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ในโรงเรียนต่อไป
2. การสอนการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ ควรจัดเป็นกระบวนการที่ต่อเนื่อง ดังนั้น ควรมีการทำวิจัยเกี่ยวกับการสอนการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์สำหรับนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาอื่นๆ นอกจากชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 เนื่องจากปัญหาเด็กติดเกมนั้นสามารถแพร่ระบาดได้ในเด็กทุกวัย ตั้งแต่เด็กเล็กไปจนถึงเด็กโต
3. ควรมีการศึกษาวิจัยถึงแนวทางในการป้องกันและแก้ไขปัญหาเด็กติดเกมให้มากขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งการป้องกันปัญหาในระดับครอบครัว
4. ควรทำการศึกษาวิจัยในลักษณะนี้กับตัวอย่างประชากรกลุ่มอื่นๆ เช่น เด็กที่เป็นโรคสมาธิสั้น (ADHD) เด็กที่มีปัญหาอารมณ์ซึมเศร้า หรือวิตกกังวล เด็กที่ขาดทักษะทางสังคม เข้ากับเพื่อนไม่ได้ เด็กที่มีปัญหาการเรียน เด็กที่มีความรู้สึกมีคุณค่าในตัวเองต่ำ (low self-esteem) เป็นต้น เนื่องจากเด็กในกลุ่มต่างๆ เหล่านี้ มีความเสี่ยงต่อการติดเกมมากกว่าเด็กทั่วไป

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## รายการอ้างอิง

### ภาษาไทย

- กรวรรณ กันยะพงศ์. 2528. ผลของการเรียนแบบร่วมมือโดยใช้เทคนิคต่อบทเรียนและการเสริมแรง ที่มีต่อผลสัมฤทธิ์ทางการเรียน และพฤติกรรมการร่วมมือในชั้นเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ห้า. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยา คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- กองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, สำนักงาน. 2546. อินเทอร์เน็ตคาเฟ่...ดาบสองคม . [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://www.thaicleanet.com> [21 สิงหาคม 2549]
- กิติกร มีทรัพย์. 2534. จิตวิทยาแห่งความรัก. กรุงเทพมหานคร: ช.สมิต.
- กิตติยวดี บุญเชื้อ. 2535. สอนลูกให้เล่นวิดีโอเกมดีไหม. รักลูก 9(พฤศจิกายน): 158-160.
- ขจรศักดิ์ หาญณรงค์. 2519. แนวการบริหารเวลาสำหรับนักบริหาร. กรุงเทพมหานคร: สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์.
- ขนิษฐา ประกอบแสง. 2541. การพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมความสามารถในการฟังภาษาไทยเพื่อความเข้าใจ โดยใช้กลยุทธ์การเรียนการสอนตามแนวคิดของฮอสกิสสันและทอมกินส์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, สาขาวิชาประถมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- คณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ, สำนักงาน. 2528. โครงการวิจัยเกี่ยวกับการศึกษาเปรียบเทียบการใช้เวลาของเด็กและเยาวชนที่อยู่ในระบบโรงเรียนและไม่อยู่ในระบบโรงเรียน. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ.
- คณะอนุกรรมการเฉพาะกิจโครงการการศึกษาเกี่ยวกับสภาพความต้องการของเด็กและเยาวชนในชุมชนแออัด ในกรุงเทพมหานคร. 2528. ความต้องการปัญหา กิจกรรม และการใช้เวลาของเด็กและเยาวชนในชุมชนแออัด ในเขตกรุงเทพมหานคร. กรุงเทพมหานคร: สำนักงานส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ.
- จรรยา ลามศิริอนันต์กุล. 2542. การพัฒนาทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการเสพยาบ้าของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นผ่านชุมชนนักเรียน อำเภอบ้านโป่ง จังหวัดราชบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, สาขาวิชาสุขศึกษาและพฤติกรรมศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.
- จรินทร์ ธาณีรัตน์. 2519. นันทนาการชุมชน. กรุงเทพมหานคร: โอเดียนส์.



- จิตติมา จรรยาธรรม. 2538. ผลของการเรียนแบบร่วมมือโดยใช้เทคนิคการแบ่งกลุ่มแบบ  
**คละสัมฤทธิ์ผลที่มีต่อความเข้าใจในการอ่านของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2.**  
 วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา คณะครุศาสตร์  
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- จินดา สุภาพโรจน์. 2539. การพัฒนาโปรแกรมการเสริมความรู้เกี่ยวกับกฎหมายสำหรับ  
**นักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6.** วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชา  
 ประถมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- จิรดา มหาเจริญ. 2547. การศึกษาพฤติกรรมและผลกระทบของการเปิดรับสื่อเกม  
**ออนไลน์ของนักเรียนมัธยมศึกษา ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดนครปฐม.**  
 วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสื่อสารมวลชน คณะวารสารศาสตร์  
 มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์.
- ชัตรลดา กาญจนสุทธิแสง และวิมล โรมา. 2540. ผลของการดำเนินงานโครงการเตรียม  
**อย่างไร โดยอย่างไร โดยใช้กระบวนการเรียนการสอนทักษะชีวิต. [ออนไลน์].**  
 แหล่งที่มา: <http://www.anamai.moph.go.th/hpc1/Top20011.html> [10 พฤศจิกายน  
 2549]
- ชาญ จันทร์เจียว. 2522. **ความต้องการของประชาชนเกี่ยวกับรายการโทรทัศน์สำหรับเด็ก  
 ในเขตกรุงเทพมหานคร.** วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาสังคมศึกษา  
 คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ชาญวิทย์ พรนภดล. 2547. **เด็กติดเกม. [ออนไลน์].** แหล่งที่มา: [www.banmuang.co.th](http://www.banmuang.co.th)  
 [17 พฤศจิกายน 2550]
- ชาติชาย ม่วงปฐม. 2539. **ผลของวิธีการเรียนแบบร่วมมือและระดับความสามารถทาง  
 คณิตศาสตร์ที่มีต่อผลการเรียนคณิตศาสตร์ของนักเรียนระดับประถมศึกษา.**  
 วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาหลักสูตรและการสอน คณะครุศาสตร์  
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ชูเกียรติ เจริญผลดี. 2550. **เงื่อนไขการสนับสนุนบอทYGB. [ออนไลน์].** แหล่งที่มา:  
<http://www.thaicomcenter.com> [19 มีนาคม 2551]
- ชูศรี สนิทประชากร. 2534. การเรียนรู้โดยการร่วมมือ. **จันทร์เกษมสาร. 2(4): 48-49.**
- ดวงใจ สมานสิน และวราภรณ์ ธาระวานิช. 2540. การเปรียบเทียบพฤติกรรมก้าวร้าวของ  
 นักเรียนประถมศึกษา ระหว่างผู้ที่เล่นวีดีโอเกมและไม่เล่นวีดีโอเกม. **วารสาร  
 ศึกษาศาสตร์ปริทัศน์. 12(3): 22-27.**

- ดวงใจ สิทธิไชย. 2521. การศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น  
สังกัดกรมสามัญศึกษา ในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต,  
สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
ประสานมิตร.
- ดวงเดือน อ่อนน้อม. 2529. รูปแบบโปรแกรมการศึกษาสำหรับเด็กสามารถพิเศษ.  
กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ทองคุณ หงส์พันธุ์. 2543. กระบวนการเรียนรู้กับการพัฒนาทักษะชีวิต. [ออนไลน์].  
แหล่งที่มา: <http://www.rajabhat.ac.th/edunews/skill.ppt> [15 ธันวาคม 2550]
- เทพ สงวนกิตติพันธุ์. 2545. ทักษะชีวิต(Life Skills): เพื่อความสุข และความสำเร็จของชีวิต.  
กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ธนพงษ์ มุ่งไผ่ดี. 2548. องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อทัศนคติต่อการเล่นเกมคอมพิวเตอร์  
ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 โรงเรียนวัดปากบ่อ เขตสวนหลวง กรุงเทพมหานคร.  
วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา คณะจิตวิทยา  
มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- ธมลวรรณ เหล่าวิทยานุรักษ์. 2545. การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างสิ่งแวดล้อมทางสังคม  
ทักษะชีวิตด้านจิตพิสัย และพฤติกรรมเสริมสร้างสังคมของวัยรุ่น ใน  
กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ  
คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยรามคำแหง.
- ธัญญารัตน์ วงษ์สมัย. 2542. การใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นใน  
โรงเรียนขยายโอกาสทางการศึกษา จังหวัดสระบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญา  
มหาบัณฑิต, สาขาวิชาพลศึกษาคณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
ประสานมิตร.
- นงลักษณ์ เหมทานนท์. 2549. ประโยชน์ของคอมพิวเตอร์. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา:  
<http://learners.in.th> [26 ธันวาคม 2551]
- นพดล กรรณิกา และคณะ. 2548. รายงานการวิจัยโครงการเฝ้าระวังรักษาคุณภาพอนาคต  
เยาวชนไทย: กรณีรวบรวมผลวิจัยและกรอบแนวคิดในการนำเสนอยุทธศาสตร์  
ชาติ เพื่อคุณภาพที่ดีของเยาวชน. กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ.
- นรลักษณ์ เอื้อกิจ. 2541. ประสิทธิภาพของโปรแกรมการพัฒนาทักษะชีวิตต่อพฤติกรรมการ  
ป้องกันการมีเพศสัมพันธ์ในวัยเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 โรงเรียนใน  
สังกัดกรมสามัญศึกษา. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาพยาบาล  
สาธารณสุขศาสตร์ คณะสาธารณสุขศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล.

- นันทนา เตชะนนท์. 2539. การศึกษาการใช้เวลาในระหว่างปิดภาคเรียนของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ในโรงเรียนประถมศึกษา สังกัดสำนักงานการศึกษา กรุงเทพมหานคร และสังกัดทบวงมหาวิทยาลัยในกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาประถมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นิตยา มหาผล, จุฑามาศ เกตุทัต และประนอม ภูวนัตตริย์. 2534. มลพิษทางอากาศและการจราจรในกรุงเทพมหานคร. **สารสภาวะแวดล้อม 10**(กรกฎาคม-สิงหาคม): 4-10.
- นิตยา แสงขาว. 2540. การพัฒนาโปรแกรมการส่งเสริมความสามารถในการแก้ปัญหาความขัดแย้งของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยใช้เทคนิคการอภิปรายกลุ่ม. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- นุกูล กระจาย. 2536. การเขียนโปรแกรมฟิสิกส์ และเกมคอมพิวเตอร์ด้วยเทอร์โปพาสคาล. กรุงเทพมหานคร: ซีเอ็ดยูเคชั่น.
- บัณฑิต ศรีไพศาล. 2547. เทคนิคการดูแลเด็กติดเกมเบื้องต้นสำหรับผู้ปกครอง. กรุงเทพมหานคร: กรมสุขภาพจิต.
- น้ำเกมติดคอมฯ ตายคาจอได้ไง?. (15 สิงหาคม 2548). **ไทยรัฐ**: 5.
- บุญนัญ เลหะทองทิพย์ และ รุ่งกานต์ ศรีลัมพ์. 2541. ทักษะชีวิตกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม. นครสวรรค์: สีแคว.
- ประคอง กรวรรณสุด. 2538. สถิติเพื่อการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ประนอม จันทม. 2534. ปัญหาพฤติกรรมเด็กกับของเล่นยุคไฮเทค. **วารสารแนะแนว**. 15 (ธันวาคม): 25-28.
- ประภาวดี แสนสีลา. 2543. การพัฒนาโปรแกรมทักษะชีวิตเพื่อป้องกันอุบัติเหตุจากรถจักรยานยนต์ สำหรับนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น จังหวัดขอนแก่น. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลชุมชน คณะพยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- ปราการ ถมยางกูร. 2548. **เมื่อลูกติดเกม**. กรุงเทพมหานคร: ซีเอ็ดยูเคชั่น.
- ผกากรอง พุทธิดิolk. 2517. การสำรวจการใช้เวลาของนักเรียนในโรงเรียนกรุงเทพคริสเตียนวิทยาลัย ปีการศึกษา 2517. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาประถมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ผ่องพรรณ วิรัชดี. 2550. "เด็กติดเกม" ฝันร้ายพ่อแม่ยุคไซเบอร์. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://www.thaisafenet.org> [23 พฤษภาคม 2551]

- พรอณรัศมี เก้าธรรมสาร. 2533. การเรียนแบบทำงานรับผิดชอบร่วมกัน. วารสารพัฒนา  
**หลักสูตร 95(กุมภาพันธ์): 35.**
- พรอณวิภา บรรณเกียรติ. 2543. การสร้างวิชาทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาสุขภาพจิตนักศึกษา  
**พยาบาล. วิทยานิพนธ์ปริญญาดุษฎีบัณฑิต, สาขาวิชาอุดมศึกษา คณะครุศาสตร์**  
**จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.**
- พัทยา เพชรธาณินท์. 2541. การใช้เครื่องเล่นคอมพิวเตอร์ตามห้างสรรพสินค้าของ  
**ประชาชนในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, สาขาวิชา**  
**สื่อสารมวลชน คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.**
- พิชญ์ กาญจนรุจิวุฒิ. 2543. มือใหม่อยากเป็นเกมเมอร์. กรุงเทพมหานคร: วิตตี้กรุ๊ป.
- พิสมัย ปโชติการ. 2506. การสำรวจการใช้เวลาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3 ปี  
**การศึกษา 2506 ในจังหวัดพระนคร. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, สาขาวิชา**  
**จิตวิทยา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.**
- เพชรชมพู เทพพิพิธ. 2533. ความสัมพันธ์ระหว่างความชอบหนังสือการ์ตูน รายการ  
**โทรทัศน์ และเกมคอมพิวเตอร์ กับพฤติกรรมก้าวร้าวของนักเรียนชั้น**  
**ประถมศึกษาปีที่ 6 ในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต,**  
**สาขาวิชาไสตทัศน์ศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.**
- มณเฑียร สีนะวัฒน์. 2506. การสำรวจการใช้เวลาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 3  
**ปีการศึกษา 2506 ในเขตอำเภอเมือง จังหวัดร้อยเอ็ด. วิทยานิพนธ์ปริญญา**  
**มหาบัณฑิต, สาขาวิชาการบริหารการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.**
- มณธิรา เสนารักษ์. 2547. การศึกษาพฤติกรรมความก้าวร้าวและความคิดอย่างมีเหตุผล  
**จากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 และมัธยมศึกษา**  
**ปีที่ 3 ในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยา**  
**พัฒนาการ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.**
- มนต์ชัย นินาทนนท์. 2526. อิทธิพลของโทรทัศน์ที่มีต่อเยาวชนในเขตอำเภอเมืองเชียงใหม่.  
**วารสารนิเทศศาสตร์ 2(4): 75-77.**
- มายารวี สมบุญ. 2535. การศึกษาการใช้เวลาของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ใน  
**โรงเรียนสังกัดสำนักงานการประถมศึกษา จังหวัดนนทบุรี. วิทยานิพนธ์ปริญญา**  
**มหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการแนะแนว คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทร**  
**วิโรฒ ประสานมิตร.**
- มารศรี สีมารพวงศ์พันธุ์. 2546. พฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ของวัยเด็กตอนปลาย  
**และวัยรุ่นตอนต้นที่ร้านเกมย่านรัชดาภิเษกและความสัมพันธ์กับบุคลิกภาพห้า**

- องค์ประกอบ.** วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- มาลี นรสิงห์. 2537. การเปรียบเทียบความสามารถในการอ่านเพื่อความเข้าใจของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3 ที่เรียนด้วยการเรียนแบบร่วมมือ ระหว่างกลุ่มที่ใช้กิจกรรมการเขียนและไม่ใช้กิจกรรมการเขียน. วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, สาขาวิชาประถมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- มิเชล เลอเบิร์ต. 2532. **สนุกกับงาน.** แปลโดย อำนวยชัย ปฏิพัทธ์เผ่าพงศ์. กรุงเทพมหานคร: แสงดาว.
- เมธาวี อุดมธรรมานภาพ, ภัคดี ปวีวรรณ และนราพร เล็กสุขุม. 2545. **ผลของการเรียนรู้ทักษะชีวิตเพื่อพัฒนาตนด้านความฉลาดทางอารมณ์ (ดี เก่ง สุข) ตามแนวความคิดของกรมสุขภาพจิต ด้วยโปรแกรมการฝึกทางจิตวิทยา.** กรุงเทพมหานคร: สถาบันราชภัฏสวนดุสิต.
- ยุพิน ชัยราชา. 2540. **การใช้ชุดกิจกรรมการสอนความรู้ ความตระหนัก และทักษะชีวิตเพื่อการป้องกันโรคเอดส์ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5.** วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, สาขาวิชาประถมศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยแม่โจ้.
- ระพี โสมภูติ. 2506. **การสำรวจการใช้เวลาของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 5 ปีการศึกษา 2506 ในจังหวัดพระนคร.** วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, สาขาวิชาบริหารการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- รัชนา กาญจนะวณิชย์. 2511. **สำรวจการใช้เวลาของนักเรียนชั้นมัธยมต้น โรงเรียนสาธิตจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา 2511.** วิทยานิพนธ์ปริญญามหาบัณฑิต, สาขาวิชาบริหารการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- รัชนี ลาซโรจน์. 2527. **การใช้เวลาว่างและนันทนาการของวัยรุ่น. ใน พัฒนาการวัยรุ่นและการอบรม, หน้า 94-157.** กรุงเทพมหานคร: มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช.
- ราชบัณฑิตยสถาน. 2525. **พจนานุกรม ฉบับราชบัณฑิตยสถาน พ.ศ. 2525.** กรุงเทพมหานคร: นานมีบุ๊คส์พับลิเคชั่นส์.
- รามจิตติ, สถาบัน. 2548. **โครงการติดตามสภาวะการณ์เด็กและเยาวชนราย(Child Watch) กรุงเทพมหานคร และปริมณฑล.** กรุงเทพมหานคร: สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ.
- รุจิราภา สิทธิปาน. 2541. **ผลการให้คำปรึกษาแบบกลุ่มที่มีต่อการปรับตัวทางสังคมกับเพื่อนต่างเพศของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 โรงเรียนพิบูลวิทยาลัย ลพบุรี.**

- วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- โรงพยาบาลรามธิบดี, คณะแพทยศาสตร์. 21 กันยายน 2548. พบหมอรามา. ข่าวสด: 7.
- โรงเรียนบ้านแม่ข้าวต้มท่าสุด. 2541. แผนการสอนทักษะชีวิตด้วยกระบวนการเรียนรู้แบบมี  
**ส่วนร่วม.** เชียงราย: สำนักพัฒนาสุขภาพจิต กรมสุขภาพจิต.
- ลัดดา ตั้งสุภาชัย. 2548. **ยักษ์ไม่มีกระบอง.** [ออนไลน์]. แหล่งที่มา:  
<http://www.backtohome.org> [30 กันยายน 2549]
- วรพจน์ พวงสุวรรณ. 2541. การศึกษาพฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียน  
**มัธยมในเขตกรุงเทพมหานคร.** วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชา  
 สื่อสารมวลชน คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- วรรณรัตน์ แก้วมงคล. 2543. **ประสิทธิผลของโปรแกรมเสริมสร้างทักษะชีวิตเพื่อป้องกันการ  
 การสูบบุหรี่ของนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนลาดปลาเค้าพิทยาคม.**  
 วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์  
 มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- วรสิทธิ์ แสงแดง. 2547. **ทัศนคติและพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ที่มีผลต่อค่าใช้จ่าย  
 อินเทอร์เน็ตของนักศึกษาปริญญาตรีในเขตกรุงเทพมหานคร.** วิทยานิพนธ์  
 ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการตลาด คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิ  
 โรฒ ประสานมิตร.
- วัน สังข์สะอาด. 2505. การสำรวจการใช้เวลาว่างของนักเรียนในโรงเรียนวิสามนัญศึกษา  
**และอาชีวศึกษา ในจังหวัดพระนครและธนบุรี.** วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต,  
 สาขาวิชาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- วันรัฐ ผาติหัตถกร. 2548. **องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อพฤติกรรมการใช้เวลาว่างของ  
 นักเรียนช่วงชั้นที่ 3 โรงเรียนไตรมิตรวิทยาลัย เขตสัมพันธวงศ์ กรุงเทพมหานคร.**  
 วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์  
 มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- วัลลภ ตั้งคนานุรักษ์. 2549. **เด็กติดเกม มรณะภัยใกล้ตัวคุณ.** [ออนไลน์]. แหล่งที่มา:  
<http://www.thaicleanet.com> [17 เมษายน 2550]
- วิจิตรวาทการ, พลตรีหลวง. 2513. **วิธีทำงานและสร้างอนาคต.** กรุงเทพมหานคร: รุ่งเรืองรัตน์.
- วิภา อุตมพันธ์. 2533. **วิดีโอเกม-สื่อบันเทิงตัวใหม่ยุคไฮเทค.** กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์  
 มหาวิทยาลัย.
- วิมาน จิวเจียม. 2539. **การบริหารเวลา.** มหาสารคาม: วิทยาลัยพลศึกษาจังหวัดมหาสารคาม.

- วีรชัย โกแวร์. 2549. **สังคมบริโภคนิยม**. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา:  
<http://www.romyenchurch.org> [ 7 กรกฎาคม 2550]
- ศศิพร โฉมฉายะ. 2545. **ประสิทธิผลของโปรแกรมสร้างเสริมทักษะชีวิตด้วยการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม เพื่อป้องกันการสูบบุหรี่ในนักเรียนชายชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 จังหวัดปทุมธานี**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาพลศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- ศุภกร เกษเกล้า. 2544. **การพัฒนาโปรแกรมการเรียนการสอนโดยใช้แนวการสอนแบบโครงการผ่านระบบเครือข่ายอินเทอร์เน็ต เรื่องปัญหาสิ่งแวดล้อม สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในโรงเรียนสังกัดสำนักงานคณะกรรมการการศึกษาเอกชน**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาประถมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย .
- ศึกษานิเทศก์, กระทรวง. กรมสามัญศึกษา. 2544. **คู่มือการจัดการเรียนรู้กลุ่มสาระการเรียนรู้ สุขศึกษาและพลศึกษา**. กรุงเทพมหานคร: องค์การรับส่งสินค้าและพัสดุภัณฑ์.
- ศูนย์วิจัยกรุงเทพโพลล์. 2546. **เยาวชนกับเกมออนไลน์ยุคปัจจุบัน**. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา:  
<http://research.bu.ac.th> [13 มีนาคม 2549]
- สถาบันเด็ก มูลนิธิเด็ก. 2541. **ทักษะชีวิต Life Skills**. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา:  
<http://www.childthai.org/ciclc241.htm> [30 ตุลาคม 2549]
- สมบัติ กาญจนกิจ. 2535. **นันทนาการชุมชนและโรงเรียน**. กรุงเทพมหานคร: จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สมพงษ์ เกษมสิน. 2526. **การบริหาร**. กรุงเทพมหานคร: ไทยวัฒนาพานิช.
- สมพงษ์ สิงหะพล. 2542. **เทคนิคการสอนของการเรียนแบบร่วมมือ**. *สีมาจารย์* 13(25): 41-43.
- สมพร ศิลาทอง. 2541. **การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนกลุ่มสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิตหน่วยสิ่งแวดล้อมทางธรรมชาติ และเจตคติในการอนุรักษ์สิ่งแวดล้อม ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 1 ที่เรียนแบบร่วมมือแบบ STAD**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาการประถมศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.
- สมพิศ สารบรรณ. 2547. **การแก้ไขปัญหาเด็กติดเกม โรงเรียนบ้านไผ่จังหวัดขอนแก่น**. ขอนแก่น: มหาวิทยาลัยขอนแก่น.
- สมศักดิ์ ศิลา และ วันชัย มีกลาง. 2530. **รายงานการวิจัยเรื่องแนวทางการวิจัยวัฒนธรรมภาคตะวันออก**. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาพื้นฐานการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

- สมิต อามสุวรรณ. 2539. การพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมความสามารถในการคิดอย่างมี  
 วิจารณ์ญาณด้านการตัดสินใจ สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. วิทยานิพนธ์  
 ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาประถมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.  
 สาธารณสุข, กระทรวง. กรมสุขภาพจิต. 2541. คู่มือการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกัน  
 เอดส์ (ปรับปรุงครั้งที่ 2). พิมพ์ครั้งที่ 3. นนทบุรี: กรมสุขภาพจิต.  
 สาธารณสุข, กระทรวง. กรมสุขภาพจิต. 2543. คู่มือการสอนทักษะชีวิตเพื่อป้องกันสารเสพ  
 ตติในสถานศึกษา ระดับประถมศึกษา. พิมพ์ครั้งที่ 3. นนทบุรี: กรมสุขภาพจิต.  
 สายวรุณ ทองวิทยา. 2539. การศึกษาผลสัมฤทธิ์ทางการเรียนวิชาสังคมศึกษาและมนุษย์  
 สัมพันธ์ในการเรียนของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ที่สอนโดยการเรียนแบบ  
 เอส ที เอ ดี (STAD) กับการสอนตามคู่มือครู. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต,  
 สาขาวิชาการมัธยมศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ  
 ประสานมิตร.  
 สำเร็จ จันทรโอกุล. 2524. การศึกษาการใช้เวลาว่างของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5-6  
 โรงเรียนสังกัดสำนักงานประถมศึกษากรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญา  
 มหาบัณฑิต, สาขาวิชาการประถมศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิ  
 โรฒ ประสานมิตร.  
 สุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นนราชนครินทร์, สถาบัน. 2547. สรุป Key-concept เนื้อหาหลักสูตร  
 เทคนิคการดูแลเด็กติดเกมเบื้องต้นสำหรับผู้ปกครอง. กรุงเทพมหานคร: ซีโน ดีไซน์.  
 สุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นนราชนครินทร์, สถาบัน. 2548. คู่มือโปรแกรมพัฒนาศักยภาพ  
 เยาวชนและครอบครัวยุคไซเบอร์. กรุงเทพมหานคร: ซีโน ดีไซน์.  
 สุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นนราชนครินทร์, สถาบัน. 2548. โครงการป้องกันและแก้ไขปัญหาเด็ก  
 ติดเกมและเน็ต. กรุงเทพมหานคร: สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นนราชนครินทร์.  
 สุรศักดิ์ หลาบมาลา. 2531. การเรียนการสอนแบบร่วมมือ. วิทยาสาร. 86(กุมภาพันธ์): 4-8.  
 หลากหลายในโลกแห่งเกม. 2535. คอมพิวเตอร์วิว 89(มกราคม): 117.  
 อังคณา ชัยมณี. 2540. การพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมทักษะการอ่านภาษาไทย เพื่อความ  
 เข้าใจ โดยใช้การเรียนแบบร่วมมือด้วยเทคนิคการแข่งขันระหว่างกลุ่มด้วยเกม  
 สำหรับนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 3. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชา  
 ประถมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.



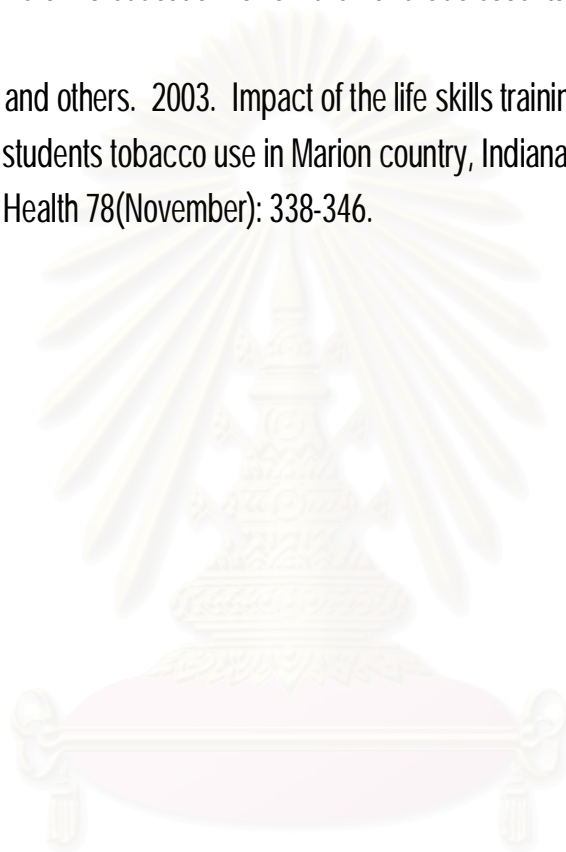
- อังค์สุมล เตื้อชัย. 2543. การพัฒนาโปรแกรมส่งเสริมความรู้เรื่องเพศศึกษา สำหรับนักเรียนหญิงชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 โดยการเรียนรู้แบบร่วมมือต่อแบบจิ๊กซอว์. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาประถมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อัจฉรา กิ่งปิยะ. 2532. วีดีโอเกม โหด ซึม ลึก อย่างไร. กรุงเทพฯ 30(สิงหาคม): 124-130.
- อัจฉราพร ทรัพย์แก้ว. 2536. การศึกษาผลของการมีส่วนร่วมในกระบวนการปฏิสัมพันธ์กลุ่มต่อการพัฒนาด้านทักษะการคิดอย่างมีวิจารณญาณในห้องเรียนแบบร่วมมือ วิชาสร้างเสริมประสบการณ์ชีวิต ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาประถมศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเกษตรศาสตร์.
- อัมพร เบญจพลพิทักษ์. 2548. ผลกระทบจากการเล่นอินเทอร์เน็ตและเกมคอมพิวเตอร์. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://www.elib-online.com> [5 เมษายน 2549]
- อัมพรรัตน์ วัฒนะโชติ. 2536. ผลของการใช้โปรแกรมการสอนตามแนวคิดของราธส์ ฮาร์มิน และไซมอน ที่มีต่อชั้นการให้เหตุผลเชิงจริยธรรมของนักเรียน ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 ในโรงเรียนไทยรัฐวิทยา. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาประถมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อาภาภรณ์ หวดสูงเนิน. 2536. ผลของการเรียนแบบร่วมมือที่มีต่อความสามารถในการแก้ปัญหาคณิตศาสตร์ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6. วิทยานิพนธ์ปริญญาโทมหาบัณฑิต, สาขาวิชาประถมศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- อิทธิพล ปรีดีประสงค์. 2549. ยุทธศาสตร์การพัฒนาสื่อสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมการศึกษาและการเรียนรู้สำหรับเด็ก เยาวชน และครอบครัว. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://gotoknow.org> [18 ธันวาคม 2549]
- เอเชียซอฟท์ อินเทอร์เน็ตเนชั่นแนล. 2550. บัตร@cash. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://www.asiasoft.co.th> [4 มีนาคม 2550]

#### ภาษาอังกฤษ

- Arends, R. I. 1998. Learning to teach. 4<sup>th</sup> ed. Singapore: McGraw - Hill.
- Game Rating & Descriptor Guide. [online]. Avliable from: <http://www.esrb.com>. (19 May 2007)

- Gilchrist, L.D., Schinke, S.P., and Maxwell, L.S. 1987. Life skills counseling for preventing problems in adolescence. *Journal of Social Service Research* 10 (February-April): 73-84.
- Hurlock, Elizabeth Bergner. 1949. *Adolescent Development*. New York: McGraw-Hill.
- Jeanne B., Funk. 2000. *The Impact of Interactive Violence on Children*. [online]. Available from: <http://www.utoledo.edu/psychology/funktestimony.html> (15 June 2007)
- Johnson, D.W. , & Johnson, R.T. 1987. *Learning together and alone: Cooperative competitive and individualistic learning*. 2<sup>nd</sup> ed. New Jersey: Prentice-Hall.
- Lindquist, T.M. and Abraham, R.J. 1996. Whitepeak Cooperation: A case analysis of a jigsaw || application of cooperative learning. *Accounting Education* 1 (February) : 113 - 121.
- Malm, Marguerite. 1962. *Adolescence*. New York: McGraw-Hill.
- McVey, G.L. 2003. Replication of a peer support program designed to prevent disordered eating: is a life skills approach sufficient for all middle school students?. *Eating Disorders* 11: 187-195.
- Murray, Andrew. 1988. *The Problem of Leisure Time Used by Youths*. Thesis Abstract International 27(2): 56-59.
- Peltzer, K. and Promtussananon, S. 2003. Evaluation of soul city school and mass media life skills education among junior secondary school learners in South Africa. *Social Behavior & Personality: An International Journal* (31): 825-834.
- Rothwell, W.J. and Cookson, P.S. 1997. *Beyond instruction: comprehensive program planning for business and education*. San Francisco: Jossey - Bass.
- Sallis, F., Garcia, J., and Best, T.A. 1990. Assessing skill for refusing cigarette and smokeless tobacco. *Journal of Behavioral Medicine* 13(May): 489-503.
- Sharan, Shlomo. 1980. *Cooperative Learning in Small Groups ; Recent Methods and Effects on Achievement, Attitudes, and Ethnic Relations*. *Review of Educational Research* 50(2): 241-271.
- Slavin, Robert E. 1987. *Cooperative Learning and Cooperative Schools*. *Educational leadership*. 5(November): 26-32.
- Slavin, R. E. 1995. *Cooperative learning*. 2<sup>nd</sup> ed. Boston: Allyn and Bacon.

- Slavin, R. E. 1995. Cooperative learning: Theory, Research and Practice. New Jersey: Perntice-Hall.
- Thurston, L.P. 2002. Practical partnerships: analysis and results of a cooperative life skills program for at - risk rural youth. Journal of Education for Students Placed at Risk 7(July): 313-326.
- WHO. 1997. Life skills education for children and adolescents in schools. Geneva: WHO.
- Zollinger, T.W. and others. 2003. Impact of the life skills training curriculum on middle school students tobacco use in Marion country, Indiana, 1997-2000. Journal of school Health 78(November): 338-346.



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ก  
รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## รายนามผู้ทรงคุณวุฒิ

1. อาจารย์ วัลลภ ตั้งคณานุรักษ์  
ประธานคณะกรรมการกิจการ เด็ก เยาวชน สตรี ผู้สูงอายุ ผู้พิการ และ  
ความมั่นคงของมนุษย์
2. อาจารย์ อธิธิพล ปรีติประสงค์  
หัวหน้าฝ่ายนวัตกรรมสื่อสารณะเพื่อสังคม สถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็ก  
และครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล
3. นาย เอกลักษณ์ หลุ่มชมแข  
หัวหน้าโครงการศูนย์ข้อมูลคนหาย เพื่อต่อต้านการค้ามนุษย์ มูลนิธิกระจกเงา

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ภาคผนวก ข  
เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**แบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์  
และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน**

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุด หรือเหมาะสมที่สุดเพียงคำตอบเดียว เมื่อนักเรียนเลือกคำตอบได้แล้ว ให้นักเรียนทำเครื่องหมายกากบาท (X) ลงบนตัวเลือกที่ถูกต้องในกระดาษคำตอบ

1. ข้อใดคือความหมายของเกมคอมพิวเตอร์
  - ก. เกมที่สร้างความสนุกสนาน เพลิดเพลินให้แก่ผู้เล่น
  - ข. เกมที่ผู้เล่นต้องเล่นผ่านระบบเครือข่ายอินเทอร์เน็ต
  - ค. เกมที่ผู้เล่นสามารถเล่นได้บนเครื่องคอมพิวเตอร์
  
2. ข้อใดไม่ใช่เหตุผลของการใช้อุปกรณ์เสริมช่วยในการเล่นเกมคอมพิวเตอร์
  - ก. เพื่อความสะดวก และสนุก
  - ข. เพื่อความหรูหรา
  - ค. เพื่อให้ความรู้สึกรื่นเริงที่คล้ายของจริง
  
3. ข้อใดเป็นปัจจัยสำคัญ ที่ทำให้สามารถเล่นเกมคอมพิวเตอร์ได้ที่ละหลายๆคนภายในเกมเดียวกัน
  - ก. ระบบเครือข่ายอินเทอร์เน็ต
  - ข. จำนวนเครื่องคอมพิวเตอร์
  - ค. คุณภาพของเครื่องคอมพิวเตอร์
  
4. ข้อใดไม่ใช่ส่วนประกอบพื้นฐานของเกมคอมพิวเตอร์ซึ่งทุกๆเกมจะต้องมี
  - ก. กติกาของเกม
  - ข. วิธีการเล่นเกม
  - ค. เทคนิคการเล่นเกม



5. ข้อใดไม่ใช่จุดเด่นของเกมออนไลน์
- เป็นประเภทของเกม ที่เหมาะสำหรับผู้เล่นทุกเพศ ทุกวัย
  - เป็นเกมที่มีการรวมเนื้อหาของหลายประเภทอยู่ในเกมเดียว ทั้ง **RPG, Strategy, Action, Simulation** ประกอบกัน
  - ผู้เล่นสามารถติดต่อสื่อสารกันกับเพื่อนในกลุ่ม หรือเพื่อนต่างกลุ่มที่เล่นเกมประเภทเดียวกันได้
6. ข้อใดไม่ใช่ลักษณะของเด็กติดเกม
- บ่นเรื่องปวดศีรษะ ปวดตาบ่อยๆ
  - ใช้เงินเปลือง
  - ใช้เวลาเล่นคอมพิวเตอร์ไม่เกินครั้งละ 1 ชั่วโมง
7. ข้อใดไม่ใช่สาเหตุของการเล่นเกมจนติด
- ไม่ชอบออกกำลังกาย
  - ตอบสนองความต้องการที่อยากเอาชนะ
  - ได้ลงมือกระทำ ได้สวมบทบาทตัวเองของเรื่อง รู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของเกม
8. ข้อใดจัดเป็นข้อดีของเกม
- ช่วยประหยัดค่าใช้จ่าย
  - ทำให้เกิดความเพลิดเพลิน สนุกสนาน
  - ทำให้เรียนหนังสือเก่ง
9. ข้อใดต่อไปนี้ไม่ใช่ผลที่เกิดจากการนั่งเล่นเกมนานๆ
- ปวดตา
  - ปวดเมื่อยข้อมือ, ปวดคอ
  - ปวดอุจจาระ
10. บุคคลใดต่อไปนี้ได้รับผลกระทบด้านจิตใจ และอารมณ์จากการติดเกม
- มีนปวดนิ้ว เนื่องจากการกดปุ่มเกมมากเกินไป
  - หิวรู้สึกหงุดหงิด เวลาไม่มีใครมารบกวนขณะเล่นเกม
  - มาร์คมีการเรียนตกต่ำลง เพราะใช้เวลาในการเล่นเกมนานเกินไป

11. ข้อใดเป็นตัวกระตุ้นภายนอก
- ก. นิตยสารเกม โปรโมชันการเล่น / ค่าเล่น
  - ข. อยากเอาชนะ อยากผ่อนคลาย
  - ค. อยู่บ้านคนเดียว โดดเดี่ยว
12. เทคนิคการดึงให้ผู้เล่นเล่นเกมอย่างต่อเนื่อง คืออะไร
- ก. ความสวยงามของตัวละคร
  - ข. การให้รางวัลผู้เล่นเป็นระยะๆ เมื่อได้ทำตามเงื่อนไขต่างๆ ที่เกมกำหนดไว้
  - ค. เสียงดนตรีประกอบเกมที่เร้าใจ
13. ข้อใดแสดงให้เห็นถึงความแตกต่างระหว่างเกมในอดีต - เกมในปัจจุบัน
- ก. อุปกรณ์ที่ใช้ในการเล่น
  - ข. จำนวนผู้เล่นเกม
  - ค. ถูกทุกข้อ
14. เมื่อมีพฤติกรรมซ้ำๆ สาระใจจะหลั่งออกมา ทำให้เกิดความสุข
- ก. สารเอ็นโดรฟิน
  - ข. สารโดปามีน
  - ค. สารสัมผัส
15. ใครปฏิบัติตัวได้เหมาะสมที่สุด
- ก. แอร์รู้จักแบ่งเวลาในการเล่น ไม่เล่นเกมนานจนเกินไป
  - ข. ไอซ์มักจะเล่นเกมไปด้วย กินข้าวไปด้วย เพื่อเป็นการประหยัดเวลา
  - ค. แอนเล่นเกมเพลิน จนลืมทำการบ้าน
16. ทุกข้อต่อไปนี้ เป็นปัจจัยที่ส่งผลให้กระแสของเกมแรงมากในปัจจุบัน ยกเว้นข้อใด
- ก. วารสารเกม
  - ข. การจัดพิธีเปิดตัวเกมใหม่ๆ อย่างยิ่งใหญ่
  - ค. ละครทีวี

17. ธรรมชาติของวัยรุ่น มีความต้องการอะไร
- ก. ต้องการความงดงามทางร่างกาย
  - ข. ต้องการเลือกอาชีพ
  - ค. ถูกทุกข้อ
18. นักเรียนควรเลือกเข้าร้านอินเทอร์เน็ต / ร้านเกม ที่มีลักษณะแบบใด
- ก. ร้านที่ให้บริการขายอาหาร รวมทั้งเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
  - ข. ร้านที่ตั้งอยู่ในมุมมืด เพื่อจะได้เป็นส่วนตัว
  - ค. ร้านที่มีบรรยากาศโปร่งสบาย สว่าง อากาศถ่ายเทสะดวก
19. “ผู้เล่นเกมออนไลน์มาราธอน นานติดต่อกันถึง 50 ชั่วโมง จนกระทั่งตายคาจอ” จากเหตุการณ์ที่กล่าวมา แสดงให้เห็นถึงปัญหาในด้านใด
- ก. ปัญหาด้านการเรียน
  - ข. ปัญหาด้านสุขภาพ
  - ค. ปัญหาอาชญากรรม
20. “แบงค์เติมบัตร @Cash เพื่อใช้ในการเล่นเกมออนไลน์เป็นประจำ” จากเหตุการณ์ที่กล่าวมา แสดงให้เห็นถึงปัญหาในด้านใด
- ก. ปัญหาการลักขโมย
  - ข. ปัญหาการสิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย
  - ค. ปัญหาเรื่องสิ่งแวดล้อม

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**แบบสังเกตพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์  
ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ( สำหรับผู้ปกครอง )**

ชื่อผู้สังเกต..... ชื่อนักเรียน .....

วันที่.....

คำชี้แจง : กรุณาอ่านรายการพฤติกรรมต่อไป นี้ แล้วเลือกคำตอบที่ใกล้เคียงกับตัวลูกของท่านมากที่สุด โดยให้ใส่เครื่องหมาย ✓ ลงในช่องตามความเป็นจริงที่สังเกตเห็นในแต่ละหัวข้อ  
รายการพฤติกรรม

รายการพฤติกรรม	ไม่ใช่เลย 3	ไม่น่าใช่ 2	น่าจะใช้ 1	ใช่เลย 0
ตั้งแต่ลูกชอบเล่นเกม...				
1. ...ลูกสนใจในการเล่นหรือทำกิจกรรมอย่างอื่นน้อยลงมาก				
2. ...ลูกมักเล่นเกมจนลืมเวลา				
3. ...ความสัมพันธ์ระหว่างลูกกับคนในครอบครัวแย่ลง				
4. ...ลูกเคยเล่นเกมดึกมาก จนทำให้ตื่นไปเรียนไม่ไหว				
5. ...ลูกมักเล่นเกมเกินเวลาที่ฉันอนุญาตให้เล่น				
6. ...ลูกมักอารมณ์เสียเวลาที่ฉันบอกให้เลิกเล่นเกม				
7. ...ลูกเคยหนีเรียนเพื่อไปเล่นเกม				
8. ...เรื่องที่คุณคุยกับเพื่อนๆมักจะเป็นเรื่องเกี่ยวกับเกม				
9. ...ลูกใช้เวลาว่างส่วนใหญ่ไปกับการเล่นเกม				
10. ...การเรียนของคุณแย่ลงกว่าเดิมมาก				
11. ...กลุ่มเพื่อนที่ลูกคบด้วย ชอบเล่นเกมเหมือนกับลูก				
12. ...เวลาที่ฉันห้ามลูกไม่ให้เล่นเกมมาก ลูกมักทำไม่ได้				
13. ...ลูกใช้เงินส่วนใหญ่ไปกับเกม (เช่น ซื้อบัตรของขวัญ, ซื้อหนังสือเกม, ซื้ออาวุธในเกม ฯลฯ)				

ข้อเสนอแนะ : .....

### แบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน

ชื่อ ..... นามสกุล .....

วันที่ .....

#### ตารางการทำกิจกรรมประจำวัน

เวลา	กิจกรรม
06.00	
07.00	
08.00	
09.00	
10.00	
11.00	
12.00	
13.00	
14.00	
15.00	
16.00	
17.00	
18.00	
19.00	
20.00	
21.00	
22.00	
23.00	
00.00	

#### ตารางสรุปเวลาที่ใช้ในแต่ละวัน

กิจกรรม	เวลาที่ใช้ในแต่ละวัน ( ชั่วโมง )
1. การเรียน	
2. พักผ่อน	
3. งานอดิเรก	
4. เล่นเกม	

**แบบสอบถามความคิดเห็นของนักเรียนต่อการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน  
เรื่องการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5  
ที่เข้าร่วมโปรแกรม**

**ตอนที่ 1 คำชี้แจง:** ขอให้นักเรียนพิจารณาข้อความต่อไปนี้แต่ละข้อ แล้วทำเครื่องหมาย / ในช่องที่ตรงกับความคิดเห็นของนักเรียน

ข้อความ	มาก	ปานกลาง	น้อย
1. เวลาในการเรียนหลังเลิกเรียน (15.30-16.30 น.) มีความเหมาะสมเพียงใด			
2. ระยะเวลาการเรียนครั้งละ 1 ชั่วโมง เหมาะสมเพียงใด			
3. ระยะเวลาการเรียนสัปดาห์ละ 2 ครั้ง เหมาะสมเพียงใด			
4. นักเรียนคิดว่า เนื้อหาเกี่ยวกับการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ที่จัดให้นักเรียนเรียน มีความน่าสนใจเพียงใด			
5. เอกสารและสื่อต่างๆที่นำมาใช้ประกอบการเรียนการสอน ช่วยให้นักเรียนเกิดความรู้ความเข้าใจในเรื่องที่เรียนเพียงใด			
6. นักเรียนชอบกิจกรรมการเรียนการสอนที่จัดให้นักเรียนเรียนเพียงใด			
7. ในการเรียน นักเรียนได้มีส่วนร่วมในกิจกรรมการเรียนการสอนเพียงใด			
8. หลังจากที่ได้เข้าร่วมโปรแกรมแล้ว นักเรียนมีความรู้ความเข้าใจเรื่องการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ ที่เรียนเพียงใด			
9. นักเรียนสามารถนำความรู้ที่ได้รับไปใช้ประโยชน์ในการดำเนินชีวิตได้เพียงใด			


**ตอนที่ 2**

ปัญหาและข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

.....

.....

.....



ภาคผนวก ค  
การหาคุณภาพของเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### การหาคุณภาพของเครื่องมือวิจัย

**ตารางที่19** การหาค่าความสอดคล้องระหว่างข้อสอบกับเนื้อหาของแบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ  
เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน  
(Item-Objective Congruency Index : IOC)

ข้อคำถาม	จำนวนผู้เชี่ยวชาญ			IOC	ความหมาย
	+1	0	-1		
1	3	0	0	1.00	ตรงตามเนื้อหา
2	2	1	0	0.67	ตรงตามเนื้อหา
3	3	0	0	1.00	ตรงตามเนื้อหา
4	1	1	1	0.00	ไม่ตรงตามเนื้อหา
5	3	0	0	1.00	ตรงตามเนื้อหา
6	1	2	0	0.33	ไม่ตรงตามเนื้อหา
7	1	2	0	0.33	ไม่ตรงตามเนื้อหา
8	3	0	0	1.00	ตรงตามเนื้อหา
9	2	1	0	0.67	ตรงตามเนื้อหา
10	1	2	0	0.33	ไม่ตรงตามเนื้อหา
11	0	1	2	-0.67	ไม่ตรงตามเนื้อหา
12	2	1	0	0.67	ตรงตามเนื้อหา
13	1	2	0	0.33	ไม่ตรงตามเนื้อหา
14	2	1	0	0.67	ตรงตามเนื้อหา
15	1	2	0	0.33	ไม่ตรงตามเนื้อหา
16	1	2	0	0.33	ไม่ตรงตามเนื้อหา
17	3	0	0	1.00	ตรงตามเนื้อหา
18	0	0	3	-1.00	ไม่ตรงตามเนื้อหา
19	0	1	2	-0.67	ไม่ตรงตามเนื้อหา
20	0	1	2	-0.67	ไม่ตรงตามเนื้อหา
21	3	0	0	1.00	ตรงตามเนื้อหา
22	1	1	1	0.00	ไม่ตรงตามเนื้อหา



ข้อคำถาม	จำนวนผู้เชี่ยวชาญ			IOC	ความหมาย
	+1	0	-1		
23	3	0	0	1.00	ตรงตามเนื้อหา
24	3	0	0	1.00	ตรงตามเนื้อหา
25	2	1	0	0.67	ตรงตามเนื้อหา
26	3	0	0	1.00	ตรงตามเนื้อหา
27	3	0	0	1.00	ตรงตามเนื้อหา
28	0	1	2	-0.67	ไม่ตรงตามเนื้อหา
29	3	0	0	1.00	ตรงตามเนื้อหา
30	2	1	0	0.67	ตรงตามเนื้อหา
31	3	0	0	1.00	ตรงตามเนื้อหา
32	0	0	3	-1.00	ไม่ตรงตามเนื้อหา
33	3	0	0	1.00	ตรงตามเนื้อหา
34	1	1	1	0.00	ไม่ตรงตามเนื้อหา
35	3	0	0	1.00	ตรงตามเนื้อหา
36	3	0	0	1.00	ตรงตามเนื้อหา
37	3	0	0	1.00	ตรงตามเนื้อหา
38	0	1	2	-0.67	ไม่ตรงตามเนื้อหา
39	0	1	2	-0.67	ไม่ตรงตามเนื้อหา
40	3	0	0	1.00	ตรงตามเนื้อหา
41	2	1	0	0.67	ตรงตามเนื้อหา
42	1	2	0	0.33	ไม่ตรงตามเนื้อหา
43	3	0	0	1.00	ตรงตามเนื้อหา
44	1	2	0	0.33	ไม่ตรงตามเนื้อหา
45	2	1	0	0.67	ตรงตามเนื้อหา
46	2	1	0	0.67	ตรงตามเนื้อหา
47	3	0	0	1.00	ตรงตามเนื้อหา
48	0	1	2	-0.67	ไม่ตรงตามเนื้อหา
49	1	1	1	0.00	ไม่ตรงตามเนื้อหา
50	0	1	2	-0.67	ไม่ตรงตามเนื้อหา

ตารางที่ 20 คะแนนจากแบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์  
ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ของกลุ่ม Try-out

คนที่	ข้อที่																				$\Sigma x$	$\Sigma x^2$	HL H: สูง L:ต่ำ
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20			
1	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	7	49	L
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	1	1	1	17	289	H
3	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	7	49	L
4	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	13	169	H
5	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	0	13	169	H
6	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	8	64	L
7	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	0	0	0	11	121	L
8	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	15	225	H
9	0	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	10	100	L
10	1	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	0	1	0	1	1	1	1	0	1	11	121	L
11	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	6	36	L
12	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0	12	144	L
13	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	17	289	H
14	1	1	0	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	15	225	H
15	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	1	0	18	324	H
16	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	18	324	H
17	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	16	256	H
18	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	1	0	1	1	13	169	H
19	1	0	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	7	49	L
20	1	0	1	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	7	49	L
$\Sigma X$	16	14	15	15	12	12	14	15	10	6	9	10	10	12	13	14	14	8	12	10	241	3221	
p	.8	.7	.75	.75	.6	.6	.7	.75	.5	.3	.45	.5	.5	.6	.65	.7	.7	.4	.6	.5			
r	.4	.6	.3	.3	.4	.2	.4	.5	.2	.2	.3	.4	.2	.4	.3	.2	.4	.2	.6	.4			
$R_H$	10	10	9	9	8	7	9	10	6	4	6	7	6	8	8	8	9	5	9	7			
$R_L$	6	4	6	6	4	5	5	5	4	2	3	3	4	4	5	6	5	3	3	3			
p	.8	.7	.75	.75	.6	.6	.7	.75	.5	.3	.45	.5	.5	.6	.65	.7	.7	.4	.6	.5			
q	.2	.3	.25	.25	.4	.4	.3	.25	.5	.7	.55	.5	.5	.4	.35	.3	.3	.6	.4	.5			
pq	.16	.21	.19	.19	.24	.24	.21	.19	.25	.21	.25	.25	.25	.24	.23	.21	.21	.24	.24	.25			
$\Sigma pq$	= 445																						
$S_t^2$	= 166816																						
$r_{tt}$	= 0.772																						

**ตารางที่ 21** ค่าระดับความยากและค่าอำนาจจำแนกของแบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ  
เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กคิดเกมในปัจจุบัน

ข้อ	ค่าระดับความยาก (P)	ค่าอำนาจจำแนก (r)
1	0.8	0.4
2	0.7	0.6
3	0.75	0.3
4	0.75	0.3
5	0.6	0.4
6	0.6	0.2
7	0.7	0.4
8	0.75	0.5
9	0.5	0.2
10	0.3	0.2
11	0.45	0.3
12	0.5	0.4
13	0.5	0.2
14	0.6	0.4
15	0.65	0.3
16	0.7	0.2
17	0.7	0.4
18	0.4	0.2
19	0.6	0.6
20	0.5	0.4

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

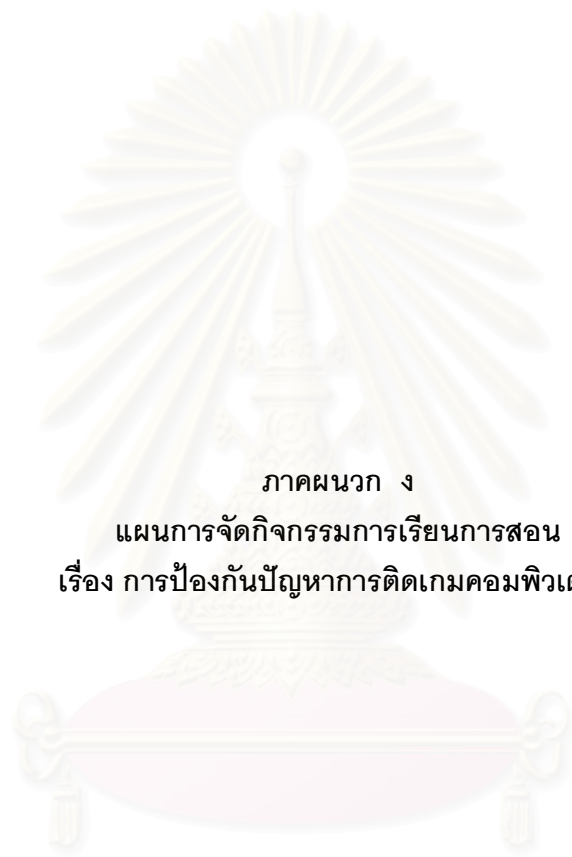
ตารางที่ 22 คะแนนจากแบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหา  
เด็กติดเกมในปัจจุบัน

นักเรียนคนที่	คะแนนพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และ สถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน		D	D <sup>2</sup>
	ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม			
	ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม	หลังเข้าร่วมโปรแกรม		
1	16	20	4	16
2	13	18	5	25
3	15	16	1	1
4	17	20	3	9
5	13	19	6	36
6	16	19	3	9
7	16	20	4	16
8	16	18	2	4
9	15	16	1	1
10	9	15	6	36
11	6	15	9	81
12	11	18	7	49
13	14	20	6	36
14	14	20	6	36
15	14	20	6	36
16	14	18	4	16
17	17	19	2	4
18	14	20	6	36
19	7	18	11	121
20	9	17	8	64
$\Sigma x$	266	366		
$\bar{x}$	133	183	$\Sigma D = 100$	$\Sigma D^2 = 632$

ตารางที่ 23 คะแนนจากแบบสังเกตพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์

นักเรียนคนที่	พัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเอง		D	D <sup>2</sup>
	จากการติดเกมคอมพิวเตอร์			
	ก่อนเข้าร่วมโปรแกรม	หลังเข้าร่วมโปรแกรม		
1	33	37	4	16
2	27	35	8	64
3	31	34	3	9
4	20	36	16	256
5	35	38	3	9
6	30	36	6	36
7	29	38	9	81
8	20	38	18	324
9	25	34	9	81
10	25	34	9	81
11	31	32	1	1
12	31	35	4	16
13	33	39	6	36
14	31	33	2	4
15	29	31	2	4
16	18	31	13	169
17	25	39	14	196
18	20	38	18	324
19	30	35	5	25
20	29	37	8	64
$\Sigma x$	552	710		
$\bar{X}$	27.6	35.5	$\Sigma D = 158$	$\Sigma D^2 = 1796$

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



ภาคผนวก ง  
แผนการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน  
เรื่อง การป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**แผนการจัดกิจกรรม**  
**ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5**  
**เรื่อง การปฐมนิเทศและการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าร่วมโปรแกรม**  
**เวลา 1 คาบ**

**จุดประสงค์ทั่วไป**

1. เพื่อให้นักเรียนตระหนักถึงความรุนแรงของปัญหาเด็กติดเกมในสังคมไทยปัจจุบัน และมีความพร้อมที่จะเข้าร่วมโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้การเรียนรู้แบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์
2. เพื่อแบ่งกลุ่มนักเรียนออกเป็น 3 กลุ่ม ตามระดับความสามารถ ประกอบด้วย กลุ่มเก่ง , กลุ่มปานกลาง และ กลุ่มอ่อน สำหรับใช้จัดกิจกรรมกลุ่มในการเรียนการสอน ตามหลักการจัดการเรียนรู้แบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์

**จุดประสงค์เชิงพฤติกรรม**

1. นักเรียนมีทักษะในการทำงานกลุ่ม สามารถอธิบายถึงบทบาทหน้าที่ของตนเองและของกลุ่มตามหลักการเรียนรู้แบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ ได้อย่างถูกต้อง
2. นักเรียนสามารถทำแบบทดสอบความรู้ความเข้าใจเรื่อง เกมคอมพิวเตอร์และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน (pre-test) จำนวน 20 ข้อ ได้อย่างถูกต้องมากที่สุด ตามระดับความสามารถของนักเรียน

**ความคิดรวบยอด**

ปัญหาเด็กติดเกมกำลังเป็นปัญหาที่รุนแรงมากในสังคมไทยปัจจุบัน เขาชวนจึงควรตระหนักถึงความสำคัญของการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ ซึ่งการเข้าร่วมโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้การเรียนรู้แบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ จะเป็นช่องทางหนึ่งที่จะช่วยให้เขาชวนสามารถป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ได้ ทั้งนี้ การปฐมนิเทศและการเตรียมความพร้อมก่อนเข้าร่วมโปรแกรม ถือเป็นสิ่งสำคัญที่จะช่วยให้นักเรียนมีความพร้อมในการเข้าร่วมโปรแกรมครั้งนี้มากยิ่งขึ้น

**เนื้อหา**

1. ความรุนแรงของปัญหาเด็กติดเกมในสังคมไทยปัจจุบัน
2. รายละเอียดต่างๆ ในการปฏิบัติกิจกรรมของโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้การเรียนรู้แบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ เช่น วัน/เวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรม สถานที่จัดกิจกรรม , บทบาทหน้าที่ของนักเรียนแต่ละคนและของกลุ่ม เป็นต้น

### กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

1. ครูกล่าวทักทายนักเรียนและแนะนำตัวเองกับนักเรียนทุกคน จากนั้นครูให้นักเรียนแต่ละคนผลัดกันลุกขึ้นยืนเพื่อแนะนำตัวเองสั้นๆ

2. ครูสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับเรื่อง “ความรุนแรงของปัญหาเด็กติดเกมในสังคมไทยปัจจุบัน” โดยครูยกตัวอย่างข่าวตามหน้าหนังสือพิมพ์ รวมทั้งบทความต่างๆ จากอินเทอร์เน็ต ที่ได้กล่าวถึงปัญหาเด็กติดเกมเอาไว้ นำมาเล่าให้นักเรียนฟัง

3. ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนทุกคนได้แสดงความคิดเห็นอย่างเต็มที่เกี่ยวกับเรื่องที่ครูได้เล่าไปแล้วในขั้นที่สอง

4. ครูสรุปว่า ปัญหาเด็กติดเกมในสังคมไทยปัจจุบันกำลังเป็นปัญหาที่รุนแรงมาก จึงจำเป็นต้องหาวิธีที่นักเรียนควรจะมีวิธีการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยการเข้าร่วมโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้การเรียนรู้แบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ในครั้งนี้ จะช่วยให้นักเรียนสามารถป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ได้ในระดับหนึ่ง

5. ครูชี้แจงรายละเอียดต่างๆ ในการปฏิบัติกิจกรรมของโปรแกรมการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้การเรียนรู้แบบร่วมมือแบบทีมสัมฤทธิ์ให้นักเรียนทราบ เช่น วัน/เวลาที่ใช้ในการจัดกิจกรรม , สถานที่จัดกิจกรรม , บทบาทหน้าที่ของนักเรียนแต่ละคนและของกลุ่ม เป็นต้น

6. ครูให้นักเรียนทำแบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เรื่อง เกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน จำนวน 20 ข้อ (pre-test) ใช้เวลา 30 นาที

7. ครูแจก “แบบสังเกตพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 (สำหรับผู้ปกครอง)” ให้แก่นักเรียนนำไปให้ผู้ปกครองทำ แล้วค่อยนำแบบสังเกตดังกล่าวกลับมาคืนครู ภายในระยะเวลา 1 สัปดาห์

### สื่อการสอน

1. ข่าวตามหน้าหนังสือพิมพ์

2. บทความต่างๆ จากอินเทอร์เน็ต

3. แบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เรื่อง เกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน

4. แบบสังเกตพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 (สำหรับผู้ปกครอง)



### การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมจากการร่วมกิจกรรม และการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน
2. ตรวจสอบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เรื่อง เกมคอมพิวเตอร์และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน
3. ตรวจสอบสังเกตพฤติกรรมในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียน  
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 5(สำหรับผู้ปกครอง)

### การปรับปรุงการจัดกิจกรรม

.....

.....

.....

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**แผนการจัดกิจกรรมที่ 1**  
**ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5**  
**เรื่อง ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์**  
**เวลา 1 คาบ**

**จุดประสงค์ทั่วไป**

1. นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องทั่วไปที่เกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ ทั้งเรื่อง ความหมายของเกมคอมพิวเตอร์, อุปกรณ์สำหรับเล่นเกมคอมพิวเตอร์, รูปแบบการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ และส่วนประกอบของเกมคอมพิวเตอร์

**จุดประสงค์เชิงพฤติกรรม**

1. นักเรียนสามารถบอกความหมายของเกมคอมพิวเตอร์ได้อย่างถูกต้อง
2. นักเรียนสามารถบอกอุปกรณ์ที่ใช้สำหรับการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ได้อย่างถูกต้อง
3. นักเรียนสามารถอธิบายถึงรูปแบบของการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ที่แบ่งออกเป็นหลายประเภทได้อย่างถูกต้อง
4. นักเรียนสามารถอธิบายส่วนประกอบของเกมคอมพิวเตอร์ได้อย่างถูกต้องและครบถ้วน

**ความคิดรวบยอด**

เกมคอมพิวเตอร์ถือเป็นเทคโนโลยีเพื่อความบันเทิงชนิดหนึ่งที่กำลังได้รับความนิยมอย่างมากในหมู่เยาวชนยุคปัจจุบัน เยาวชนจึงควรมีพื้นฐานความรู้ในเรื่องทั่วไปที่เกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ เพื่อประโยชน์ในการใช้เทคโนโลยีชนิดนี้ได้อย่างถูกต้องและเหมาะสม

**เนื้อหา**

1. ความหมายของเกมคอมพิวเตอร์
2. อุปกรณ์สำหรับเล่นเกมคอมพิวเตอร์
3. รูปแบบการเล่นเกมคอมพิวเตอร์
4. ส่วนประกอบของเกมคอมพิวเตอร์

## กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

### ขั้นที่1 ขั้นนำเสนอบทเรียนทั้งชั้น

1. ครูสนทนากับนักเรียน เกี่ยวกับเรื่องของเกมคอมพิวเตอร์ โดยครูใช้คำถามนำถามนักเรียนว่า “นักเรียนคนใดรู้จักเกมคอมพิวเตอร์ หรือเคยเล่นเกมคอมพิวเตอร์บ้าง...แล้วนักเรียนคิดว่าเกมคอมพิวเตอร์คืออะไร น่าจะมีความหมายว่าอย่างไร” เป็นการให้นักเรียนฝึกคิดนิยามความหมายของเกมคอมพิวเตอร์ตามความเข้าใจของนักเรียนเอง

2. ครูแจกใบความรู้ เรื่อง “เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ (ตอนที่1)” ให้นักเรียนแต่ละคนได้ศึกษาและทำความเข้าใจ

### ขั้นที่2 ขั้นทำงานกลุ่ม

3. ครูแจกใบงานให้นักเรียนแต่ละกลุ่มทำ โดยที่สมาชิกทุกคนในกลุ่มจะต้องร่วมมือกันช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพื่อทำใบงานให้เสร็จตามเวลาที่ครูกำหนด

4. ครูสุ่มสมาชิก 1 คน จากกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งออกมารายงานผลของการทำใบงานหน้าชั้นเรียน

5. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปเนื้อหาที่เรียน ทั้งเรื่องความหมายของเกมคอมพิวเตอร์, อุปกรณ์ที่ใช้สำหรับการเล่นเกมคอมพิวเตอร์, รูปแบบของการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ทั้ง 4ประเภท และส่วนประกอบต่างๆที่เป็นพื้นฐานของเกมคอมพิวเตอร์

6. นักเรียนแต่ละกลุ่มเตรียมสมาชิกภายในกลุ่มของตนเองให้พร้อมสำหรับที่จะทำแบบทดสอบย่อยที่ 1 โดยนักเรียนที่เก่ง เข้าใจในเนื้อหาที่เรียนเป็นอย่างดี จะต้องคอยช่วยเหลือนักเรียนที่ยังไม่ค่อยเข้าใจในเนื้อหาเท่าที่ควร ให้เข้าใจเนื้อหามากยิ่งขึ้น

### ขั้นที่3 ขั้นทดสอบ

7. ครูให้นักเรียนแต่ละคนทำแบบทดสอบย่อยที่ 1

### ขั้นที่4 ขั้นปรับปรุงคะแนน

8. ครูตรวจแบบทดสอบ พร้อมทั้งพิจารณาผลการทดสอบของนักเรียนเป็นคะแนนรายบุคคลและคะแนนเฉลี่ยของกลุ่ม โดยครูจะทำการบันทึกผลการทดสอบของนักเรียนลงในสมุดบันทึกคะแนน

### สื่อการสอน

1. ใบความรู้ “เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ (ตอนที่1)”
2. ใบงาน

3 แบบทดสอบย่อยที่ 1

4 สมุดบันทึกคะแนน

#### การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมจากการร่วมกิจกรรม และการตอบคำถามของนักเรียน
2. ความร่วมมือขณะทำงานกลุ่มของนักเรียน
3. ตรวจใบงาน
4. ตรวจแบบทดสอบย่อยที่ 1

#### การปรับปรุงการจัดกิจกรรม

.....

.....

.....

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ใบความรู้

### “เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ (ตอนที่ 1)”

น้องๆ คิดว่า เกมคอมพิวเตอร์  
หมายถึงอะไรครับ ?



#### คำตอบก็คือ

- เกมคอมพิวเตอร์ หมายถึง โปรแกรมสำเร็จรูปประกอบเกมที่เล่นด้วยเครื่องคอมพิวเตอร์ เกมสำหรับเครื่องไมโครคอมพิวเตอร์ มักจะบันทึกอยู่ในดีสก์และมีส่วนที่ดูและในการเล่นแบบมาด้วย
- เกมคอมพิวเตอร์ หมายถึง เกมที่ผู้เล่นสามารถเล่นได้บนเครื่องคอมพิวเตอร์ตั้งแต่เครื่องคอมพิวเตอร์ขนาดพกพา จนถึงเครื่องคอมพิวเตอร์ขนาดใหญ่
- เกมคอมพิวเตอร์ หมายถึง เกมที่เล่นผ่านเครื่องคอมพิวเตอร์ ซึ่งอาจบรรจุอยู่ในแผ่นฟลอปปีดีสก์ แผ่นซีดีรอม หรือการบันทึกด้วยระบบอื่นใด ที่สามารถเล่นผ่านเครื่องคอมพิวเตอร์ส่วนบุคคลได้

ดังนั้น สรุปได้ว่า เกมคอมพิวเตอร์ หมายถึง เกมที่ผู้เล่นสามารถเล่นได้บนเครื่องคอมพิวเตอร์ หรือผ่านระบบเครือข่ายอินเทอร์เน็ต และการเล่นส่วนบุคคล ตั้งแต่เครื่องคอมพิวเตอร์ขนาดพกพา จนถึงเครื่องคอมพิวเตอร์ขนาดใหญ่ โดยผ่านระบบโปรแกรมสำเร็จรูปที่มีการเล่นโต้ตอบกันระหว่างผู้เล่นและเครื่องคอมพิวเตอร์ ผ่านการกดแป้นคีย์บอร์ด โยกคันทอยก หรือการเลื่อนเมาส์ ซึ่งผู้เล่นต้องปฏิบัติตามเงื่อนไขของเกมที่กำหนดไว้ โดยผู้เล่นต้องใช้ความพยายามในการบรรลุเป้าหมายของเกมที่ตั้งไว้

#### คำตอบก็คือ อุปกรณ์หลักที่ใช้สำหรับการ

การเล่นเกมคอมพิวเตอร์ได้แก่ เครื่องคอมพิวเตอร์ จอภาพ และคีย์บอร์ด นอกจากนี้ยังมีอุปกรณ์เสริมอีกหลายอย่างที่ช่วยในการเล่นได้สะดวกและสนุก เช่น จอยสติค (Joystick) เมาส์ (Mouse) แป้นกด (Game paddle) และตารางกราฟิก

(Graphics tablet) ตามปกติเกมส่วนใหญ่จะเล่นกับคีย์บอร์ดได้ แต่มีบางเกมที่ต้องการให้เล่นได้คล้ายของจริงมากที่สุด ผู้เขียนโปรแกรมจึงเพิ่มเติมคำสั่งให้สามารถใช้กับอุปกรณ์เสริมดังกล่าวได้

น้องๆ รู้มั๊ยครับ ว่าอุปกรณ์  
ที่ใช้สำหรับการเล่นเกม  
คอมพิวเตอร์มีอะไรบ้าง?



น้องรู้หรือครับ ว่ารูปแบบของ  
การเล่นเกมคอมพิวเตอร์นั้น  
แบ่งออกเป็นกี่ประเภท ?



**คำตอบก็คือ**

รูปแบบการเล่นเกมคอมพิวเตอร์แบ่งออกเป็น 4 ประเภท ได้แก่

1. **การเล่นแบบคนเดียว** เป็นการเล่นเกมที่ผู้เล่นเป็นผู้แก้ปัญหาของเกมนั้นด้วยตนเอง โดยที่คอมพิวเตอร์ไม่ได้มีส่วนร่วมในการจัดการกับเกมนั้นเลย แต่คอมพิวเตอร์ทำหน้าที่เป็นเพียงเครื่องมือสำหรับการเล่นเกมนั้นๆ
2. **การเล่นแบบ 2 คน** ผู้เล่นเกมจะมีอยู่ 2 คน แต่ละคนจะต้องเล่นให้ชนะคู่ต่อสู้ เช่น เกมชกมวย ผู้เล่นต้องพยายามชกให้คู่ต่อสู้เมย์ สำหรับเกมประเภทนี้จะเห็นว่า ผู้เล่นเกมเป็นคนทั้งคู่ คอมพิวเตอร์ทำหน้าที่เป็นเครื่องมือเหมือนกับประเภทแรก
3. **การเล่นเกมกับเครื่องคอมพิวเตอร์** ผู้เล่นเกมฝ่ายหนึ่งเป็นคน อีกฝ่ายหนึ่งเป็นเครื่องคอมพิวเตอร์ โดยฝ่ายที่เป็นคนอาจจะมี 1 หรือ 2 คนก็ได้ เช่นเกมยิงศัตรูต่างดาว ซึ่งคอมพิวเตอร์จะทำหน้าที่สร้างมนุษย์ต่างดาวที่มีความสามารถต่างๆออกมาสู้กับคน ฝ่ายคนก็คอยยิงต่อสู้เพื่อป้องกันไม่ให้มนุษย์ต่างดาวเข้ามาในโลก ในกรณีเช่นนี้จะเห็นได้ว่า คอมพิวเตอร์เข้ามามีบทบาททั้งในฐานะที่เป็นเครื่องมือเล่นเกมและเป็นผู้เล่นเกมด้วย
4. **การเล่นเกมคอมพิวเตอร์ที่ละหลายๆคน** ผู้เล่นเกมสามารถเล่นเกมประเภทเดียวกันได้คราวละหลายๆคน โดยผ่านระบบออนไลน์ที่เชื่อมต่อด้วยระบบอินเทอร์เน็ต หรือการเล่นผ่านระบบแลน โดยผู้เล่นสามารถเลือกเล่นกับกลุ่มเพื่อนได้มากโดยไม่จำกัดจำนวนและสามารถเลือก ผู้เล่นได้ด้วย และสามารถที่จะหลุด สื่อสารกับเพื่อนที่เล่นเกมเดียวกันอยู่ได้อีกด้วย คอมพิวเตอร์ทำหน้าที่เป็นเครื่องมือให้กับผู้เล่นเกมเท่านั้น

น้องคิดว่าเกมคอมพิวเตอร์มี  
ส่วนประกอบอะไรบ้างครับ



**คำตอบก็คือ**

ส่วนประกอบที่เป็นพื้นฐานของเกมคอมพิวเตอร์ซึ่งทุกๆเกมจะต้องมี ก็คือ กติกาของเกมและวิธีการเล่นเกม ซึ่งมีรายละเอียดดังนี้

1. กฎกติกาของเกม เป้ากฏเกณฑ์และเงื่อนไขต่างๆของเกม ที่ผู้เล่นจะต้องทราบและถือปฏิบัติตาม เช่น เกมบวกลบเลข ให้ผู้เล่นบิอกผลบวกลบของเลขคู่หนึ่งเข้าคอมพิวเตอร์ ถ้าตอบถูกต้องครั้งแรก คอมพิวเตอร์จะให้คะแนนเป็น 6 ถ้าตอบไม่ถูก ผู้เล่นจะต้องบิอกคำตอบใหม่ ถ้าตอบถูกในครั้งนี้จะได้ 5 คะแนน ถ้ายังตอบไม่ถูกจะต้องบิอกคำตอบเข้าไปใหม่ ทำเช่นนี้เรื่อยๆ โดยคอมพิวเตอร์จะยอมให้บิอกคำตอบได้ไม่เกิน 6 ครั้ง ถ้าตอบถูกในครั้งหลัง คะแนนจะลดลงจากการตอบถูกในครั้งก่อนครั้งละ 1 คะแนน เมื่อตอบถูกแล้วคอมพิวเตอร์จะเริ่มคำถามในข้อต่อไป ถ้าตอบไม่ถูกเลยทั้ง 6 ครั้งจะได้ 0 คะแนน และคอมพิวเตอร์จะเริ่มคำถามในข้อต่อไป ผู้เล่นจะเลิกโปรแกรมเมื่อกด Esc ตอนที่คอมพิวเตอร์ถามว่าจะเริ่มโจทย์ข้อต่อไปหรือจะหยุดเล่น

ถ้าต้องการเล่นเกมให้สนุกและมีโอกาสชนะมากกว่านั้น ผู้เล่นเกมจะต้องศึกษาและทำความเข้าใจกับกติกาของเกมให้ชัดเจน ตามปกติเกมแต่ละเกมจะมีคู่มือมาด้วย ซึ่งผู้เชี่ยวชาญอาจทำเป็นเอกสารแนบมากับบิตส์หรือบันทึกไว้ในบิตส์เลยก็ได้

2. วิธีการเล่นเกม เป้ากการกำหนดวิธีเล่นเกมตามกติกาที่ตกลงกันไว้โดยใช้คอมพิวเตอร์เป็นเครื่องมือ ซึ่งจะมีการกำหนดรายละเอียดต่างๆไว้อย่างครบถ้วน เช่น ถ้าในกติกาของเกมระบุไว้ว่าให้มีการยิงปืน ในส่วนของวิธีการเล่นเกมก็จะต้องกำหนดให้ผู้เล่นเองว่าจะยิงด้วยการกด คีย์ใด ถึงขั้นนี้เราจะเห็นได้ว่าเกมที่มีกติกาเหมือนกัน เวลาเล่นอาจต้องมีวิธีแตกต่างกัน เช่น บางเกมกำหนดให้ยิงโดยการกดคีย์วรรค บางเกมให้กดคีย์ Enter ดังนั้นถ้าต้องการเล่นเกมให้ได้คล่องแคล่วและครบถ้วน เราจะต้องศึกษาวิธีการเล่นเกมนี้ให้เข้าใจอย่างถ่องแท้และครบถ้วนตามที่ผู้เชี่ยวชาญโปรแกรมได้กำหนดเอาไว้

นอกจากส่วนประกอบพื้นฐานดังกล่าวนี้แล้ว อาจมีส่วนประกอบอื่นๆเพิ่มเติมอีกก็ได้ เช่น เสียงประกอบเกม คำสั่งสำหรับเล่นเกมกับอุปกรณ์เสริม โน้ตบุ๊กหรือตัวจอยสติ๊กเล่นเกม ซึ่งจะมีโปรแกรมชนิดที่ห้ามทำการก๊อปปี้

#### เอกสารอ้างอิง

ธนพงษ์ มุ่งไผ่ดี. 2548. องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อทัศนคติต่อการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียนช่วงชั้นที่ 2 โรงเรียนวัดป่ากุ่ม่อ เขตสวนหลวง กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา คณะจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

วรสิทธิ์ แสงแดง. 2547. ทัศนคติและพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ที่มีผลต่อค่าใช้จ่าย อินเทอร์เน็ตของนักศึกษาปริญญาตรีในเขตกรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต, สาขาวิชาการตลาด คณะบริหารธุรกิจ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

**ตอนที่ 1** คำชี้แจง : ให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มช่วยกันเขียนเติมคำให้สมบูรณ์และถูกต้อง

1. เกมคอมพิวเตอร์ หมายถึง .....

.....  
 .....  
 .....

2 อุปกรณ์หลักที่ใช้สำหรับการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ มี ..... อย่าง ได้แก่ .....

.....  
 นอกจากนี้ ยังมีอุปกรณ์เสริมอีกหลายอย่างที่ช่วยให้เล่นเกมได้สะดวกและสนุก เช่น .....

3 ส่วนประกอบที่เป็นพื้นฐานของเกมคอมพิวเตอร์ซึ่งทุกๆ เกมจะต้องมี ก็คือ .....

และ .....

**ตอนที่ 2** คำชี้แจง : ให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มช่วยกันออกแบบ และเขียนแผนผังความคิด (mind mapping) แสดงรูปแบบของการเล่นเกมคอมพิวเตอร์แต่ละประเภทให้ถูกต้องและสวยงาม

สถาบันวิทยบริการ  
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## แบบทดสอบย่อยที่ 1

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุด หรือเหมาะสมที่สุดเพียงคำตอบเดียว เมื่อนักเรียนเลือกคำตอบได้แล้ว ให้นักเรียนทำเครื่องหมายกากบาท ( X ) ลงบนตัวเลือกที่ถูกต้องในกระดาษคำตอบ (เวลา 15 นาที)

1. ข้อใดคือความหมายของเกมคอมพิวเตอร์
  - ก. เกมที่สร้างความสนุกสนาน เพลิดเพลินให้แก่ผู้เล่น
  - ข. เกมที่ผู้เล่นต้องเล่นผ่านระบบเครือข่ายอินเทอร์เน็ต
  - ค. เกมที่ผู้เล่นสามารถเล่นได้บนเครื่องคอมพิวเตอร์
  
2. ข้อใดไม่ใช่อุปกรณ์หลักสำหรับการเล่นเกมคอมพิวเตอร์
  - ก. จอภาพ
  - ข. เมาส์
  - ค. คีย์บอร์ด
  
3. ข้อใดไม่ใช่เหตุผลของการใช้อุปกรณ์เสริมช่วยในการเล่นเกมคอมพิวเตอร์
  - ก. เพื่อความสะดวก และสนุก
  - ข. เพื่อความหรูหรา
  - ค. เพื่อให้ความรู้สึกที่คล้ายของจริง
  
4. รูปแบบของการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ แบ่งได้เป็นกี่ประเภท
  - ก. 2ประเภท
  - ข. 4ประเภท
  - ค. 6ประเภท
  
5. ข้อใดเป็นปัจจัยสำคัญ ที่ทำให้สามารถเล่นเกมคอมพิวเตอร์ได้ที่หลากหลายคนภายในเกมเดียวกัน
  - ก. ระบบเครือข่ายอินเทอร์เน็ต
  - ข. จำนวนเครื่องคอมพิวเตอร์
  - ค. คุณภาพของเครื่องคอมพิวเตอร์

6. การเล่นเกมคอมพิวเตอร์รูปแบบใด ที่คอมพิวเตอร์เข้ามามีบทบาทเป็นผู้เล่นเกมด้วย
- การเล่นแบบคนเดียว
  - การเล่นเกมคอมพิวเตอร์ที่หลายๆคน
  - การเล่นเกมกับเครื่องคอมพิวเตอร์
7. ข้อใดไม่ใช่ข้อดีของเกมคอมพิวเตอร์ที่หลายๆคน
- สามารถลดค่าใช้จ่ายในการเล่นคอมพิวเตอร์ได้
  - สามารถเลือกผู้เล่นได้
  - สามารถสื่อสารกับผู้เล่นคนอื่นๆ ที่เล่นอยู่ภายในเกมเดียวกันได้
8. ข้อใดไม่ใช่ส่วนประกอบพื้นฐานของเกมคอมพิวเตอร์ซึ่งทุกๆเกมจะต้องมี
- กติกาของเกม
  - วิธีการเล่นเกม
  - เทคนิคการเล่นเกม
9. กติกาของเกม คือ อะไร
- เนื้อหาของสาระของเกม
  - กฎเกณฑ์ และเงื่อนไขต่างๆของเกมที่ผู้เล่นต้องทราบ และถือปฏิบัติตาม
  - วิธีการพิชิตเกม
10. ข้อใดกล่าวถูกต้อง
- การเล่นเกมให้สนุก และมีโอกาสชนะมากกว่าแพ้ ผู้เล่นเกมจะต้องศึกษาและทำความเข้าใจ กติกาของเกมให้ชัดเจน
  - การเล่นเกมกับเครื่องคอมพิวเตอร์ เป็นรูปแบบการเล่นเกมที่คอมพิวเตอร์มีบทบาทเป็น เครื่องมือเล่นเกมเท่านั้น
  - จอยสติค (Joystick) เป็นอุปกรณ์หลักที่ใช้สำหรับการเล่นเกมคอมพิวเตอร์

**แผนการจัดกิจกรรมที่ 2**  
**ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5**  
**เรื่อง ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์**  
**เวลา 1 คาบ**

**จุดประสงค์ทั่วไป**

1. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจในเรื่องทั่วไปเกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ ทั้งเรื่องประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ทั่วไป และประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ที่เด็กไทยนิยมเล่น

**จุดประสงค์เชิงพฤติกรรม**

1. นักเรียนสามารถบอกประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ที่นิยมแบ่งกันทั่วไป และประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ที่เด็กไทยนิยมเล่นกันในปัจจุบัน ได้อย่างถูกต้อง
2. นักเรียนสามารถบอกชื่อองค์กรหรือหน่วยงานที่รับผิดชอบในเรื่อง การจัดประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ และวีดีโอเกม ได้อย่างถูกต้อง
3. นักเรียนสามารถสังเกตสัญลักษณ์ของประเภทที่ติดอยู่ด้านหน้าของกล่องเกมคอมพิวเตอร์ และรู้จักที่จะเลือกซื้อเกม เล่นเฉพาะเกมที่มีประโยชน์ และเหมาะสมกับวัยของนักเรียน

**ความคิดรวบยอด**

ในปัจจุบัน ประเภทของเกมคอมพิวเตอร์มีอยู่อย่างมากมายหลากหลายประเภท ทั้งเกมคอมพิวเตอร์ที่ดีและไม่ดี ดังนั้น การรู้จักหัดสังเกตสัญลักษณ์ของประเภทที่ติดอยู่ด้านหน้าของกล่องเกมคอมพิวเตอร์จะช่วยให้สามารถเลือกซื้อเกมได้อย่างเหมาะสมกับวัยของนักเรียนมากยิ่งขึ้น

**เนื้อหา**

1. ประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ทั่วไป
2. ประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ที่เด็กไทยนิยมเล่น

**กิจกรรมการเรียนการสอน**

**ขั้นที่ 1** ขั้นนำเสนอบทเรียนทั้งชั้น

1. ครูนำตัวอย่างกล่องเกมคอมพิวเตอร์มาให้ให้นักเรียนดูประมาณ 3-4 กล่อง แล้วให้นักเรียนทุกคนช่วยกันสังเกตว่า เห็นอะไรที่ด้านหน้าของกล่องเกมคอมพิวเตอร์บ้าง? เมื่อนักเรียนตอบแล้ว ครูเขียนคำตอบต่างๆ ของนักเรียนลงบนกระดานดำ

2 ครูชี้แจงให้นักเรียนทราบว่า สัญลักษณ์ต่างๆ ที่เป็นตัวย่อภาษาอังกฤษที่นักเรียนเห็นบน หน้าหน้าของกล่องเกมคอมพิวเตอร์นั้น ก็คือ “สัญลักษณ์ที่บ่งบอกประเภทของเกมคอมพิวเตอร์” นั่นเอง

3 ครูแจกใบความรู้ เรื่อง “ เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ (ตอนที่ 2)” ให้นักเรียนแต่ละ คน ได้ศึกษาและทำความเข้าใจ

### ขั้นที่ 2 ขั้นทำงานกลุ่ม

4 ครูแจกใบงานให้นักเรียนแต่ละกลุ่มทำ โดยที่สมาชิกทุกคนในกลุ่มจะต้องร่วมมือกัน ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพื่อทำใบงานให้เสร็จตามเวลาที่ครูกำหนด

5 ครูสุ่มสมาชิก 1 คน จากกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งออกมารายงานผลของการทำใบงานหน้าชั้น เรียน

6 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปเนื้อหาที่เรียน ทั้งเรื่องประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ต่างๆ ไป และประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ที่เด็กไทยนิยมเล่นกันในปัจจุบัน

7 นักเรียนแต่ละกลุ่มเตรียมสมาชิกภายในกลุ่มของตนเองให้พร้อมสำหรับที่จะทำ แบบทดสอบย่อยที่ 2 โดยนักเรียนที่เก่งเข้าใจในเนื้อหาที่เรียนเป็นอย่างดี จะต้องคอยช่วยเหลือ นักเรียนที่ยังไม่ค่อยเข้าใจในเนื้อหาเท่าที่ควร ให้เข้าใจเนื้อหามากยิ่งขึ้น

### ขั้นที่ 3 ขั้นทดสอบ

8 ครูให้นักเรียนแต่ละคนทำแบบทดสอบย่อยที่ 2

### ขั้นที่ 4 ขั้นปรับปรุงคะแนน

9 ครูตรวจแบบทดสอบ พร้อมทั้งพิจารณาผลการทดสอบของนักเรียนเป็นคะแนนรายบุคคล และคะแนนเฉลี่ยของกลุ่ม โดยครูจะทำการบันทึกผลการทดสอบของนักเรียนลงในสมุดบันทึก คะแนน

### สื่อการสอน

1. กล่องเกมคอมพิวเตอร์ประมาณ 34กล่อง
2. ใบความรู้ “ เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ (ตอนที่ 2)”
3. ใบงาน
4. แบบทดสอบย่อยที่ 2
5. สมุดบันทึกคะแนน

### การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมจากการร่วมกิจกรรม และการตอบคำถามของนักเรียน
2. ความร่วมมือขณะทำงานกลุ่มของนักเรียน

3 ตรวจใบงาน

4 ตรวจแบบทดสอบย่อยที่ 2

การปรับปรุงการจัดกิจกรรม

.....

.....

.....



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ใบความรู้ “ เรื่องน่ารู้เกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์ (ตอนที่ 2)”

### ประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ทั่วไป



การจัดประเภทของเกมคอมพิวเตอร์และวิดีโอเกม องค์กรหรือหน่วยงานที่รับผิดชอบมีอยู่ 2 หน่วยงาน คือ

1. Entertainment Software Rating Board (ESRB) เป็นกลุ่มองค์กรอิสระในสหรัฐอเมริกาที่จัดตั้งขึ้นเพื่อควบคุมซอฟต์แวร์ด้านความบันเทิงและให้คำแนะนำให้กับผู้ปกครองในการเลือกเกมคอมพิวเตอร์ โดยการแบ่งประเภทของซอฟต์แวร์เกมประมาณ 8,000 ชื่อ ทั้งที่อยู่ในรูปของซอฟต์แวร์และเกมเล่นแบบออนไลน์ในเว็บทั่วๆไป และทำการจัดสรรประเภทของเกมให้เหมาะสมกับอายุของผู้เล่นในแต่ละวัย ผู้บริโภคสามารถสังเกตสัญลักษณ์ของประเภทที่ติดอยู่ด้านหน้าของกล่องเกมคอมพิวเตอร์และให้คำแนะนำสัญลักษณ์ของผลิตภัณฑ์ที่ระบุอายุและระดับความรุนแรงของเกม ดังนี้

1.1 Early Childhood (EC) ประเภทของเกมสำหรับเด็กอดดัม เนื้อหาที่บรรจุลงในเกมจะเป็นเนื้อหาที่เหมาะสมสำหรับเด็กอายุ 3 ปีขึ้นไป

1.2 Everyone (E) ประเภทของเกมเหมาะสมสำหรับเด็ก เนื้อหาที่บรรจุลงในเกมจะมีเนื้อหาเหมาะสมสำหรับเด็กที่มีอายุตั้งแต่ 6 ปีขึ้นไป เนื้อหาของเกมอาจจะบรรจุความรุนแรงและภาษาที่หยาบคายน้อยมาก

1.3 Teen (T) ประเภทของเกมสำหรับเด็กวัยรุ่น เนื้อหาที่บรรจุลงในเกมจะเป็นเนื้อหาที่เหมาะสมกับเด็กอายุ 13 ปีขึ้นไป เนื้อหาของเกมประเภทนี้จะบรรจุเนื้อหารุนแรงต่อจิตใจ มีภาษาหรือข้อความ หยาบคาย

1.4 Mature (M) ประเภทของเกม เนื้อหาของเกมจะเหมาะสมสำหรับเด็กอายุ 17 ปีขึ้นไป เนื้อหาของเกมเหล่านี้อาจจะรวมถึงการเพิ่มขึ้นของความรุนแรงหรือภาษาที่หยาบคาย และเป็นเกมที่มีเนื้อหาเกี่ยวกับเรื่องเพศมากกว่าเกมประเภทอื่นๆ

1.5 Adult Only (AO) เนื้อหาของเกมจะเหมาะสมสำหรับผู้ใหญ่เท่านั้น เนื้อหาของเกมส่วนใหญ่จะมีเรื่องของเพศ หรือกราฟิกที่มีการแสดงออกมาในทางก้าวร้าว เกมคอมพิวเตอร์ประเภทนี้จะไม่ได้รับอนุญาตให้จำหน่ายแก่เด็กที่มีอายุต่ำกว่า 18 ปี

1.6 Rating Pending (RP) เป็นประเภทของเกมที่ยังไม่สามารถระบุเนื้อหาความรุนแรงได้

นอกจากนี้ผู้บริโภคสามารถสังเกตข้อความระบุประเภทของเกมบนฉลากได้ ซึ่งผู้ผลิตและผู้จัดจำหน่ายของเกมบางรายอาจไม่ปฏิบัติตามข้อกำหนดดังกล่าว

2. The Canadian Interactive Digital Software Association (CIDA) เป็นสมาคมของนักพัฒนาและผู้จัดจำหน่ายซอฟต์แวร์คอมพิวเตอร์ในแคนาดา ทำหน้าที่ควบคุมดูแลซอฟต์แวร์ด้านความบันเทิงของแคนาดา และการให้คำแนะนำกับผู้ปกครองในการเลือกซื้อเกมให้กับเด็ก

สำหรับการจัดประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ในญี่ปุ่น จะใช้หลักการเดียวกับ (ESRB) ในการแบ่งประเภทของเกมให้เหมาะสมกับอายุของผู้เล่น ส่วนการจัดประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ในประเทศไทยยังไม่มีรูปแบบการแบ่งที่แน่นอน ส่วนใหญ่จะแบ่งตามรูปแบบของเกม ชนิดการเล่น เนื้อหาของเกมเป็นหลัก ซึ่งโดยสสารคอมพิวเตอร์วิฟว ได้แบ่งประเภทของเกมไว้ 6 ประเภท ดังนี้

1. Strategy Game (ST) จะเป็นเกมที่ผู้เล่นจะต้องวางแผนและใช้ความคิดในการแก้ปัญหาต่าง ๆ ตัวอย่างของเกมประเภทนี้คือ Rail-Road Tycoon , Battle chess

2. Simulation Game (SI) จะเป็นเกมที่มีการจำลองสภาพแวดล้อมต่างๆที่มีลักษณะคล้ายกับความเป็นจริง เช่นเกม Red Baron

3. Adventure Game (AD) จะเป็นเกมที่ผู้เล่นจะรู้สึกตัวเองกำลังผจญภัยอยู่ แต่อย่างไรก็ตามก็จะไปตามเนื้อเรื่องที่ถูกกำหนดเอาไว้เรียบร้อยแล้ว เช่น King's quest , Space Quest , and Leisure Suit

4. Role-Playing Adventure Game (RP) เป็นเกมที่มีลักษณะคล้ายเกมผจญภัย แต่ตัวละครนั้นสามารถที่จะมีพัฒนาความสามารถในด้านต่างๆได้ เช่นเกม Ultima , Eye of the Beholder , Elvira, Quest of Glory

5. War Game (WG) เป็นเกมที่มีการจำลองสงครามหรือการรบต่างๆในอดีตหรืออนาคต เช่นเกม Harpoon , M-I Tank Platoon , Power Manager

6. Action / Arcade Game (AC) เป็นเกมที่เล่นในอาร์เคด เกมที่มีตัวละครเคลื่อนไหวไปมา หรือเกมขับเครื่องบิน รถ ยานอวกาศต่างๆ เช่น Wing Commander , Xenon2 , Links

สรุปได้ว่า ประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ที่นิยมแบ่งกันทั่วไป ที่นิยมเล่นในปัจจุบันและเป็นประเภทของเกมที่มีปริมาณการดาวน์โหลดมากที่สุด แบ่งออกเป็น 5 ประเภท ดังนี้

1. เกมแอ็คชั่น (Action) หมายถึง เกมที่มีเนื้อหามุ่งเน้นไปที่เรื่องของการเล่นต่อสู้มากกว่าเกมประเภทอื่นๆ ประเภทนี้เล่นได้ทั้งอย่างเดี่ยว ตัวละครที่ใช้แทนผู้เล่นมักเป็นคน สัตว์ มนุษย์หรืออื่นๆ เช่นเกม Counter Strike เป็นต้น

2. เกมภาษา RPG (Role Playing Game) หมายถึง เกมที่มีเนื้อหาผจญภัย ผู้เล่นสามารถสวมบทบาทตามตัวละครที่ผู้เล่นเลือก ซึ่งแต่ละตัวละครจะมีคุณลักษณะหรือความสามารถแตกต่างกันไปตามความชอบของผู้เล่น ตัวละครเอกของเรื่องจะสามารถพัฒนาความสามารถเมื่อเอาชนะอุปสรรคต่างๆ หรือผ่านด่านทั้งหมดที่มีอยู่ในเกม จุดเด่นของเกมประเภทนี้เน้นเรื่องของการติดต่อสื่อสารกับตัวละครในเกมกับผู้เล่น ตัวอย่างเช่น Final Fantasy , Dragon Quest เป็นต้น

3. เกมจำลองสถานการณ์ (Simulation) หมายถึง เกมที่จำลองสถานการณ์ ซึ่งมีรูปแบบของเกมคล้ายความเป็นจริง ทั้งสภาพแวดล้อม ผู้เล่นต้องใช้ทั้งความคิด จินตนาการและสติปัญญาในการวางแผน และการแก้ไขปัญหาในแต่ละขั้นตอน เช่น เกมสามก๊ก เป้าตัว

4. เกมวางแผน (Strategy) หมายถึง เกมที่ต้องใช้ความรอบคอบในการวางแผนระหว่างการเล่นทุกขั้นตอน และผู้เล่นต้องใช้ทรัพยากรทุกอย่างในเกมอย่างละเอียด และให้เกิดประโยชน์สูงสุด เพื่อให้ได้มาซึ่งชัยชนะในการต่อสู้กับฝ่ายตรงข้าม และเมื่อบรรลุจุดประสงค์ของเกม เช่น เกม Age of Empire , Red Alert เป้าตัว

5. เกมออนไลน์ mmorpg (massively multiplayer online role playing game) หมายถึง เกมที่เล่นผ่านระบบออนไลน์โดยเชื่อมต่อผ่านทางอินเทอร์เน็ต ลักษณะของเกมออนไลน์จะมีรูปแบบคล้ายเกมภาษา จุดเด่นของเกมก็คือ เป็นเกมที่มีการรวมเนื้อหาของเกมหลายประเภทอยู่ในเกมเดียว ทั้งRPG , Strategy , Action , Simulation ประกอบกันรวมเป็น mmorpg เนื้อหาการดำเนินเรื่องของเกมออนไลน์จะคล้ายกับชีวิตประจำวัน นอกจากนี้ผู้เล่นสามารถติดต่อสื่อสารกันกับเพื่อนในกลุ่มหรือเพื่อนต่างกลุ่มที่เล่นเกมประเภทเดียวกันได้ เกมออนไลน์จะถูกควบคุมระบบการเล่นจากเครื่องแม่ข่ายที่ทำหน้าที่ส่งสารข้อมูล และสถานะของเกมต่างๆไปยังผู้เล่นที่ออนไลน์อยู่ เช่นเกม Yulgang เป้าตัว

### ประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ที่เด็กไทยนิยมเล่น



เกมที่เด็กไทยนิยมเล่นกันเป็นเกมที่นำเข้ามาจากประเทศเกาหลีใต้ เป็นเกมออนไลน์ประเภท RPG เกมออนไลน์ประเภทนี้ วางกลุ่มเป้าหมายไว้อย่างชัดเจน สำหรับเยาวชนอายุ ๑ ปีขึ้นไปที่ใช้คอมพิวเตอร์เป็นแล้ว จนถึงวัยรุ่นทั่วไปที่นิยมเล่นเกมอยู่เป็นประจำทั้งในระดับมัธยมจนถึงมหาวิทยาลัย สำหรับการออกแบบเกมนี้ ทางผู้ผลิตจากประเทศเกาหลีใต้ วางหลักการสร้างตัวละครแนวน่ารัก แบบการ์ตูนญี่ปุ่น เพื่อดึงดูดเด็กผู้หญิงในวัยเดียวกันเข้ามาเล่นด้วย เมื่อมีกลุ่มเด็กผู้หญิงเข้ามาเล่นด้วย กลุ่มผู้เล่นจึงได้ขยายตัวไปอย่างรวดเร็ว

เกมจากประเทศเกาหลีใต้ที่เป็นที่นิยมในหมู่นักเล่นเกมชาวไทย ได้แก่ เกม RAGNAROK ซึ่งเป็นเกมออนไลน์ที่นักเล่นเกมคนไทยนิยมกันเป็นอย่างมาก เหตุผลหนึ่งก็คือ การเล่นเกมออนไลน์กลายเป็นการสร้างสังคมใหม่แบบไซเบอร์ที่ตัวละครต่างๆสามารถเข้าไปพูดคุยกันแบบแชต (chat) ขณะเดียวกันผู้เล่นสามารถควบคุมตัวละครให้มีการต่อสู้กับปิศาจในเกมแบบการผ่าอุปสรรค ยิ่งชนะปิศาจได้มาก คะแนนสะสมก็มากขึ้น และสามารถนำคะแนนไปแลกกับไอเท็มพิเศษต่างๆ เมื่อการยกระดับตัวละครในเกมให้เก่งมากยิ่งขึ้น



ไอเท็มพิเศษต่างๆนั้นกลายเป็นของหายาก ที่ผู้เล่นจะต้องพยายามหามาให้ได้ จากที่มีการใช้ เวิร์ดลอม (ครีดิท) ภายในเกมเมื่อการแลกหรือซื้อขายไอเท็ม สามารถเปลี่ยนแบปเงินเงินจริงแยกกับ เวิร์ดในเกม โดยเฉพาะผู้เล่นมือใหม่หรือผู้เล่นที่ไม่สามารถเล่นเกมเมื่อเก็บคะแนนได้ด้วยตนเองอย่าง ที่ต้องการ ก็หาทางลัดโดยการเอาเงินจริงไปซื้อคะแนนในเกม จากกลุ่มที่ได้คะแนนสะสมไว้เป็นจำนวนมาก โดยตัวเลขการแลกเปลี่ยนนั้นสูงมาก เช่น เงินจริง 200 บาท ใช้แลกเงินในเกมได้ 1,000,000 เชนน์ แบปตัน ดังนั้นผู้เล่นได้จากข่าวในหน้าหนังสือพิมพ์ซึ่งปีผลกระทบบจากการเล่นเกมนี้ ซึ่งกลุ่มนักศึกษา ฝึกทดลองแลกเปลี่ยนซื้อขายคะแนนในเกม โดยใช้เงินซื้อคะแนนเกินถึง 15,000 บาท แต่เมื่อผู้ขายโอน คะแนน ให้แล้ว กลุ่มผู้ซื้อกลับทำร้ายกลุ่มผู้ขายเมื่อแย่งเอาเงินนั้นคืน และจากข่าวที่ว่านี้ผู้เสียหายได้ เปิดเผยอีกว่าขณะนั้นการซื้อขายเงินในเกมนี้ก็กำลังเป็นที่นิยมของกลุ่มผู้เล่นเกมเป็นอย่างมาก บางรายมี รายได้จากการซื้อขายเงินในเกมมากถึงเดือนละ 400,000 บาท จากข่าวนี้เคยมีตัวอย่างให้เห็นว่าเกม คอมพิวเตอร์ ทุกวันนี้เริ่มเข้ามามีอิทธิพลต่อวัยรุ่นเป็นอย่างมาก ผู้เล่นสามารถทำอะไรก็ได้เมื่อให้ตาร ณะในเกม โดยลืมนึกเรื่องของคุณถูกต้อง และเหมาะสมไป เริ่มมีการนำการพนัน การแข่งขัน มาเป็น ส่วนหนึ่งของการ เล่นเกม ไม่ใช่เกมที่เล่นเพื่อความสนุกสนานและคลายเครียดอีกต่อไป

อีกเกมหนึ่งที่กำลังเป็นที่นิยมกันมากในกลุ่มวัยรุ่นขณะนี้ คือ เกมเคาท์เตอร์สไตรก์ (Counter-Strike) ซึ่งปีนเกมแนวต่อสู้ (Action) แบบสามมิติ (3D) ที่ถูกพัฒนามาจากเกม ฮาร์ดฟ โดฟให้ผู้เล่น เกมที่สามารถเล่นกันได้หลายคน (multi player) และเล่นกันได้เป็นทีม ซึ่งแต่ละทีมจะมีอาวุธและ อุปกรณ์ในการรบที่แตกต่างกัน โดยจะมีแผนที่ในการเล่นหลายแบบ และจุดหมายของ แต่ละแผนที่ก็ แตกต่างกัน บางแผนที่อาจต้องการให้ผู้เล่นช่วยเหลือตัวประกันลอบสังหาร หรือวางระเบิด อาวุธที่ผู้เล่น จะใช้ได้มีตั้งแต่ปืนหลากหลายชนิดไปจนถึงระเบิดสังหารชนิดต่างๆ ที่มีผู้เล่นตั้งแต่เด็กอายุเพียง 7-8 ปี สามารถเข้าไปนั่งเล่นในร้านเกมได้ โดยที่ไม่มีการควบคุมแต่อย่างใด และเนื่องจากเป็นเกมที่แสดงออก ถึงความรุนแรง ก้าวร้าว และต้องฆ่ากัน เมื่อเด็กเล็กเข้าไปนั่งเล่น ติดต่อกันเป็นเวลานานคงหลีกเลี่ยง ไม่ได้ในการซึมซับรับพฤติกรรมเหล่านั้นและอาจนำมาปฏิบัติต่อเพื่อนแม่ไม่ใช้เวลาเล่นเกม

#### เอกสารอ้างอิง

รณพงษ์ มุ่งไผ่สี. 2548. องค์ประกอบที่มีอิทธิพลต่อทัศนคติต่อการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียน ช่วงชั้นที่ 2 โรงเรียนวัดปากบ่อ เขตสวนหลวง กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษา คณะจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

มณริรา เสนารักษ์. 2547. การศึกษาพฤติกรรมความก้าวร้าวและความคิดอย่างมีเหตุผลจากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 และมัธยมศึกษาปีที่ 3 ในเขต กรุงเทพมหานคร. วิทยานิพนธ์ปริญญา มหาบัณฑิต, สาขาวิชาจิตวิทยาพัฒนาการ คณะ ศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ ประสานมิตร.

**ตอนที่ 1** คำชี้แจง : ให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มช่วยกันเขียนเติมคำให้สมบูรณ์และถูกต้อง

1. การจัดประเภทของเกมคอมพิวเตอร์และวิดีโอเกม องค์กรหรือหน่วยงานที่รับผิดชอบมีอยู่ 2

หน่วย คือ.....

และ.....

2. ประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ที่นิยมแบ่งกันทั่วไป ที่นิยมเล่นในปัจจุบันและเป็นประเภทของเกม  
ที่ร้านเกมมีบริการลูกค้า แบ่งออกเป็น ..... ประเภท ได้แก่

.....

.....

3. เกมที่เด็กไทยนิยมเล่นกันเป็นเกมที่นำเข้ามาจากประเทศ.....เป็นเกม

ออนไลน์ประเภท.....

4. เกมจากประเทศเกาหลีใต้ที่เป็นที่นิยมในหมู่นักเล่นเกมชาวไทย ได้แก่ เกม.....

ซึ่งเป็นเกมออนไลน์ที่นักเล่นเกมคนไทยนิยมกันเป็นอย่างมาก เหตุผลหนึ่งก็คือ.....

.....

.....

5. อีกเกมหนึ่งที่กำลังเป็นที่นิยมกันมากในกลุ่มวัยรุ่นขณะนี้ คือ เกมเคาท์เตอร์สไตรก์ (Counter-Strike) ซึ่งเป็นเกมแนว.....

**ตอนที่ 2** คำชี้แจง : ให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มช่วยกันโยงเส้นจับคู่สัญลักษณ์กับ

ความหมายให้ถูกต้องและสัมพันธ์กัน

1. EC \* เนื้อหาของเกมจะเหมาะสมสำหรับผู้ใหญ่เท่านั้น

2. E \* เป็นประเภทของเกมที่ยังไม่สามารถระบุเนื้อหาความรุนแรงได้

3. T \* ประเภทของเกมสำหรับพวกวัยรุ่น

4. M \* ประเภทของเกมสำหรับเด็กตอนต้น

5. AO \* เนื้อหาของเกมจะเหมาะสมสำหรับเด็กอายุ 17 ปีขึ้นไป

6. RP \* ประเภทของเกมเหมาะสำหรับทุกวัย

## แบบทดสอบย่อยที่ 2

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุด หรือเหมาะสมที่สุดเพียงคำตอบเดียว เมื่อนักเรียนเลือกคำตอบได้แล้ว ให้นักเรียนทำเครื่องหมายกากบาท ( X ) ลงบนตัวเลือกที่ถูกต้องในกระดาษคำตอบ (เวลา 15 นาที)

1. องค์กรหรือหน่วยงานที่รับผิดชอบในเรื่องการจัดประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ และวิดีโอเกม มีอยู่ทั้งหมดกี่หน่วยงาน
  - ก. 1 หน่วยงาน
  - ข. 2 หน่วยงาน
  - ค. 3 หน่วยงาน
  
2. ผู้เล่นเกมสามารถสังเกตสัญลักษณ์ของประเภทของเกมคอมพิวเตอร์ได้จากที่ใด
  - ก. ด้านข้างของกล่องเกมคอมพิวเตอร์
  - ข. ด้านหน้าของกล่องเกมคอมพิวเตอร์
  - ค. ด้านหลังของกล่องเกมคอมพิวเตอร์
  
3. ESRB ใช้อะไรเป็นเกณฑ์ในการจัดประเภทของเกมคอมพิวเตอร์
  - ก. อายุของผู้เล่น และระดับความรุนแรงของเกม
  - ข. รูปแบบของเกม
  - ค. ชนิดการเล่น
  
4. ข้อใดถูกต้อง
  - ก. T = ประเภทของเกมที่ยังไม่สามารถระบุเนื้อหาความรุนแรงได้
  - ข. E = ประเภทของเกมสำหรับเด็กตอนต้น
  - ค. M = เนื้อหาของเกมจะเหมาะสมสำหรับเด็กอายุ 17 ปีขึ้นไป
  
5. ข้อใดเป็นเกมที่มีการจำลองสภาพแวดล้อมต่างๆ ที่มีลักษณะคล้ายกับความเป็นจริง
  - ก. Adventure Game (AD)
  - ข. War Game (WG)
  - ค. Simulation Game (SI)

6. ข้อใดเป็นเกมที่คุณจะต้องวางแผนและใช้ความคิดในการแก้ไขปริศนาต่างๆ
- Action/ Arcade Game (AC)
  - Strategy Game (ST)
  - Role - Playing Adventure Game (RP)
7. ข้อใดไม่ใช่จุดเด่นของเกมออนไลน์
- เป็นประเภทของเกม ที่เหมาะสำหรับผู้เล่นทุกเพศ ทุกวัย
  - เป็นเกมที่มีการรวมเนื้อหาของหลายประเภทอยู่ในเกมเดียว ทั้ง **RPG, Strategy, Action, Simulation** ประกอบกัน
  - ผู้เล่นสามารถติดต่อสื่อสารกันกับเพื่อนในกลุ่ม หรือเพื่อนต่างกลุ่มที่เล่นเกมประเภทเดียวกันได้
8. เกมที่เด็กไทยนิยมเล่นกัน เป็นเกมที่นำเข้ามาจากประเทศอะไร
- ประเทศเกาหลีใต้
  - ประเทศจีน
  - ประเทศญี่ปุ่น
9. เกมคอมพิวเตอร์ที่เด็กไทยนิยมเล่น เป็นเกมประเภทใด
- เกมจำลองสถานการณ์
  - เกมวางแผน
  - เกมออนไลน์
10. เกมเคาท์เตอร์สไตรก์ (Counter - Strike) เป็นเกมคอมพิวเตอร์ประเภทใด
- เกมภาษา (RPG)
  - เกมแอ็คชั่น (Action)
  - เกมจำลองสถานการณ์ (Simulation)

**แผนการจัดกิจกรรมที่ 3**  
**ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5**  
**เรื่อง สถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน**  
**เวลา 1 คาบ**

**จุดประสงค์ทั่วไป**

1. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ทั้งในด้านลักษณะของเด็กติดเกม , โทษพิษภัยการติดเกม และตัวกระตุ้นที่ทำให้หมกมุ่นกับการเล่นเกมและอินเทอร์เน็ต

**จุดประสงค์เชิงพฤติกรรม**

1. นักเรียนสามารถบอกลักษณะของเด็กติดเกมได้อย่างถูกต้อง
2. นักเรียนสามารถอธิบายถึงสาเหตุที่ชักนำไปสู่การเล่นเกมและอินเทอร์เน็ตจนติดได้อย่างถูกต้อง
3. นักเรียนสามารถบอกประโยชน์ โทษ และผลกระทบของการติดเกมและอินเทอร์เน็ตได้อย่างถูกต้อง
4. นักเรียนสามารถยกตัวอย่างตัวกระตุ้นต่างๆ ที่ส่งผลต่อการหมกมุ่นกับการเล่นเกม และอินเทอร์เน็ตได้อย่างน้อย 5 ข้อ
5. นักเรียนสามารถประเมินความเสี่ยงที่เกิดจากตัวกระตุ้นของตนเองได้
6. นักเรียนสามารถหลีกเลี่ยงตัวกระตุ้นของตนเองได้

**ความคิดรวบยอด**

การรู้เท่าทันถึงประโยชน์ โทษ และผลกระทบของการติดเกมและอินเทอร์เน็ต และทราบสาเหตุที่ชักนำไปสู่การเล่นจนติด จะช่วยให้สามารถควบคุมเวลาในการเล่นได้

ตัวกระตุ้น ประกอบด้วย ตัวกระตุ้นภายนอกและตัวกระตุ้นภายใน ซึ่งจะกระตุ้นให้เกิดความคิด และความอยากเล่นเกม การรู้จักประเมินความเสี่ยงที่เกิดจากตัวกระตุ้นภายในจะช่วยให้สามารถหาทางป้องกันและวิธีการที่จะหลีกเลี่ยงการกลับไปหมกมุ่นกับการเล่นเกมได้

**เนื้อหา**

1. ลักษณะของเด็กติดเกม
2. โทษพิษภัยการติดเกม (สาเหตุของการติดเกม , ข้อดี/ประโยชน์ของเกม-ข้อเสีย/โทษของการเล่นเกมจนติด, ผลกระทบจากการติดเกมหรืออินเทอร์เน็ต)

**3** ตัวกระตุ้นที่ทำให้หมกมุ่นกับการเล่นเกมและอินเทอร์เน็ต (ทั้งตัวกระตุ้นภายนอกและตัวกระตุ้นภายใน)

### กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

#### ขั้นที่ 1 ขั้นนำเสนอบทเรียนทั้งชั้น

**1.** ครูตีครูปภาพ “เด็กนักเรียนนั่งหลับในห้องเรียน” บนกระดานดำ ให้นักเรียนดู แล้วร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับลักษณะของเด็กติดเกม โดยครูให้นักเรียนทุกคนช่วยกันบอกลักษณะของเด็กติดเกมแบบอื่นๆ อีก ตามความคิดของนักเรียน

**2** ครูแจกใบความรู้ เรื่อง “สถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน (ตอนที่ 1)” ให้นักเรียนแต่ละคนได้ศึกษา และทำความเข้าใจ

#### ขั้นที่ 2 ขั้นทำงานกลุ่ม

**3** ครูแจกใบงานให้นักเรียนแต่ละกลุ่มทำ โดยที่สมาชิกทุกคนในกลุ่มจะต้องร่วมมือกันช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพื่อทำใบงานให้เสร็จตามเวลาที่ครูกำหนด

**4** ครูสุ่มสมาชิก **1** คน จากกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งออกมารายงานผลของการทำใบงานหน้าชั้นเรียน

**5** ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปเนื้อหาที่เรียน ทั้งเรื่องลักษณะของเด็กติดเกม , โทษพิษภัยการติดเกม และตัวกระตุ้นที่ทำให้หมกมุ่นกับการเล่นเกมและอินเทอร์เน็ต

**6** นักเรียนแต่ละกลุ่มเตรียมสมาชิกภายในกลุ่มของตนเองให้พร้อมสำหรับที่จะทำแบบทดสอบย่อยที่ **3** โดยนักเรียนที่เรียนเก่ง เข้าใจในเนื้อหาที่เรียนเป็นอย่างดี จะต้องคอยช่วยเหลือนักเรียนที่ยัง ไม่ค่อยเข้าใจในเนื้อหาเท่าที่ควร ให้เข้าใจเนื้อหามากยิ่งขึ้น

#### ขั้นที่ 3 ขั้นทดสอบ

**7.** ครูให้นักเรียนแต่ละคนทำแบบทดสอบย่อยที่ **3**

#### ขั้นที่ 4 ขั้นปรับปรุงคะแนน

**8** ครูตรวจแบบทดสอบ พร้อมทั้งพิจารณาผลการทดสอบของนักเรียนเป็นคะแนนรายบุคคล และคะแนนเฉลี่ยของกลุ่ม โดยครูจะทำการบันทึกผลการทดสอบของนักเรียนลงในสมุดบันทึกคะแนน

### สื่อการสอน

**1.** รูปภาพ “เด็กนักเรียนนั่งหลับในห้องเรียน”

**2** ใบความรู้ เรื่อง “ สถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน (ตอนที่ 1) ”

**3** ใบงาน

4 แบบทดสอบย่อยที่ 3

5 สมุดบันทึกคะแนน

#### การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมจากการร่วมกิจกรรม และการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน
2. ความร่วมมือขณะทำงานกลุ่มของนักเรียน
3. ตรวจใบงาน
4. ตรวจแบบทดสอบย่อยที่ 3

#### การปรับปรุงการจัดกิจกรรม

.....

.....

.....

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ใบความรู้ เรื่อง สถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน (ตอนที่ 1)

### ลักษณะของเด็กติดเกม



- แยกตัว ไม่สนใจร่วมกิจกรรมในครอบครัวอย่างเคย
- ใช้เวลาเล่นคอมพิวเตอร์เกินครั้งละ 3 ชั่วโมง
- นอนดึก ง่วงเวลากลางวัน อ่อนเพลีย
- รีบตื่นแต่เช้า เพื่อมาเล่นเกม
- เริ่มพูดโกหกเกี่ยวกับการใช้เวลาในการอยู่ในโลกออนไลน์
- ไม่สนใจวิ่งเล่นออกกำลังกาย
- เริ่มมีปัญหาการเรียน การเรียนตกต่ำลง
- บ่นเรื่องปวดศีรษะ ปวดตาบ่อยๆ
- เริ่มไม่เชื่อฟัง มีปากเสียงบ่อยขึ้น
- ไม่ยอมกินข้าว ไม่ยอมทำอย่างอื่นขณะเล่นเกม
- หมกมุ่นคิดแต่เรื่องเกมตลอดเวลา
- ใช้เงินเปลือง

### โทษพิษภัยการติดเกม

{สาเหตุของการติดเกม}

### **Everybody wants to be a HERO !**

ใครๆก็อยากเป็นพระเอก ทุกคนมีความฝัน อยากจะได้เป็นพระเอกของใครสักคน ไม่ว่าจะ  
เป็นพระเอกของพ่อ แม่ ครู หรือคนที่เรารักสักคน แต่การเป็นพระเอกในโลกแห่งความจริงนั้น ไม่  
ง่ายดายนัก ต้องทุ่มเททั้งแรงกาย แรงใจ และเวลาลงไปมาก แถมยังไม่รู้ว่าจะได้เป็นพระเอกสมใจหรือ  
เปล่า ไม่เหมือนกับการเป็นพระเอกในโลกแห่งเกม ไม่ว่าจะเล่นเกมเพลย์สเตชัน เกมคอมพิวเตอร์ หรือ  
เกมออนไลน์ก็ตามที ซึ่งคุณสามารถเป็นพระเอกตามแบบฉบับที่คุณต้องการได้ เพียงแต่คุณฝ่าฟัน



อุปสรรคตามเงื่อนไขต่างๆไปได้ ไม่ว่าจะเป็นการไล่ยิง ไล่หุบ ไล่ฟัน ชับรถแข่ง ร่ายเวทมนตร์ กระโดด ให้พ้นสิ่งกีดขวางต่างๆ ทำภารกิจที่ได้มาให้สิ้นสุด แก้ไขปริศนาต่างๆให้สำเร็จ คุณก็จะได้รับความนิยมชมชอบจากเกมที่คุณเล่น แถมยังได้ของรางวัลรวดเร็วทันใจ มีเสียงดนตรีประกอบที่เร้าใจตลอดเวลา มีภาพที่แสดงให้เห็นว่าคุณนั้นนะแน่แค่ไหน

เพียงไม่นานนัก คุณก็จะได้รับรางวัลต่างๆมากมาย ไม่ว่าจะเป็นการเพิ่มความสามารถใหม่ๆ เครื่องมือใหม่ๆ เสื้อผ้าที่สวยงามขึ้น ความรู้ลับของปริศนาใหม่ๆ ที่ถ้าใครเข้ามาขอให้พระเอกอย่างคุณช่วยแก้ปริศนา คุณยังจะได้ผจญภัยต่อไปยังสถานที่ใหม่ๆ ได้อย่างไม่รู้จกเห็นเหนื่อยเลยที่เดียว การตอบสนองของของเกมทำให้คุณรู้สึกว่าคุณคือบุคคลสำคัญ ไม่ทันไรคุณก็กลายเป็นฮีโร่ไปซะแล้ว คุณจะได้เป็นฮีโร่กับเค้าหรือยัง

**สรุป สาเหตุของการเล่นเกม Internet/Game/Online จนติดได้แก่**

1. เปิดโอกาสให้ชนะ ไม่ชนะก็เริ่มต้นใหม่ได้ ตอบสนองความต้องการที่อยากเอาชนะ
2. ให้โอกาสเลือกเล่นตามระดับความยากง่าย เล่นได้รู้สึกมั่นใจ ภูมิใจ ประสบความสำเร็จ
3. ช่วยระบายความรู้สึกที่ถูกกดดัน ซึ่งในเวลาปกติ หรือในชีวิตจริงไม่สามารถแสดงออกได้
4. ทำทนายให้ออกต่อสู้เอาชนะ ได้ลงมือกระทำ ได้สวมบทบาทตัวเองของเรื่อง รู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของเกม สามารถสมมติตัวเองเป็นใครหรือเป็นอะไรก็ได้ สามารถทำในสิ่งที่ทำไม่ได้ในชีวิตจริง
5. ตอบสนองความอยากรู้อยากเห็น แปลกใหม่ ชับซ้อน สร้างความประหลาดใจ ตื่นเต้นตลอดเวลา มีเนื้อหาที่กระตุ้น หักมุมความคิด/ความรู้สึกของผู้เล่น
6. เกิดความสนุก เพลิดเพลิน ใช้หลบหนีปัญหา และผ่อนคลายอารมณ์
7. เป็นเครื่องมือสร้างสัมพันธ์ภาพ ได้รู้จักเพื่อนใหม่ในโลกของเกม/อินเทอร์เน็ต

{ข้อดี/ประโยชน์ของเกม}

1. เกิดความเพลิดเพลิน สนุกสนาน
2. คลายความตึงเครียด
3. เกิดความภาคภูมิใจ เมื่อประสบความสำเร็จ
4. พัฒนาความมุ่งมั่นในการทำภารกิจบางอย่าง ( เล่นเกมให้ชนะ ) ให้ประสบความสำเร็จ
5. เข้ากับกลุ่มเพื่อนได้ ( รู้สึกไม่เขย , คุยกับเพื่อนได้ )
6. ได้รับการยอมรับเมื่อขึ้นสู่ระดับที่สูง ( ได้คะแนนมากขึ้น )
7. ได้เพื่อนใหม่ทางอินเทอร์เน็ต

### {ข้อเสีย/โทษของการเล่นเกมจนติด}

1. เสี่ยงสุขภาพกาย เมื่อใช้เวลาในการเล่นเกมนาน อาจมีอาการปวดกระดูกข้อมือ ปวดกล้ามเนื้อ ที่คอ หลัง ไหล่ ปวดตา แสบตา ตามัว อาจมีอาการปวดศีรษะร่วมด้วย บางคนเล่นจนไม่ยอมรับประทานอาหาร ไม่หลับนอน ทำให้อ่อนเพลีย ขาดสารอาหารได้
2. เสี่ยงการเรียนและการงาน เสียเวลาส่วนใหญ่กับการเล่นเกม ทำให้ไม่ใส่ใจกับการเรียน ผลการเรียนตกต่ำ และละเลยความรับผิดชอบในเรื่องงานบ้าน และการทำการบ้าน
3. อยู่ในโลกลงส่วนตัว โลกจินตนาการ โลกของ **internet/game/online** ขาดการมีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบตัวในโลกของความเป็นจริง เกิดผลกระทบต่อ การสร้างสัมพันธ์ภาพ และการทำงานร่วมกับผู้อื่น
4. เหนื่อยนำไปให้เกิดอารมณ์รุนแรง และพฤติกรรมก้าวร้าว เคยชินกับการแก้ปัญหาด้วยการใช้กำลัง ใช้ความรุนแรง
5. เกิดช่องว่างระหว่างผู้ปกครองกับเด็ก ขาดความเข้าใจกัน นำไปสู่ปัญหาของครอบครัวในที่สุด

### {ผลกระทบจากการติดเกมหรืออินเทอร์เน็ต}

#### ผลกระทบด้านร่างกาย ได้แก่

1. สายตาอ่อนล้า มีอาการปวดตา เคืองตา บางครั้งเวลาหลับตายังมองเห็นภาพเป็นสีๆอยู่
2. ปวดเมื่อยข้อมือ ปวดเมื่อยคอ เนื่องจากต้องนั่งในลักษณะหนึ่งลักษณะใดนานเกินไป
3. ร่างกายอ่อนเพลีย อ่อนล้า เนื่องจากพักผ่อนน้อย ไม่ได้ออกกำลังกายอย่างอื่น
4. ร่างกายขาดสารอาหารและน้ำ เนื่องจากเล่นเกม จนไม่มีเวลารับประทานอาหาร หรือดื่มน้ำ
5. ปวดศีรษะ เนื่องจากรับข้อมูลเข้าไปมากเกินไป และคิดตามอย่างต่อเนื่อง
6. ปวดนิ้ว เนื่องจากการกดปุ่มเกมมากเกินไป

#### ผลกระทบด้านจิตใจ อารมณ์ ได้แก่

1. รู้สึกเครียดขณะที่เล่น
2. รู้สึกหงุดหงิดเวลามีใครมารบกวนขณะเล่นเกม
3. กลายเป็นคนอารมณ์ร้อน โกรธจัดใจไม่ได้
4. หมกมุ่นครุ่นคิดถึงแต่เรื่องเกมตลอดเวลา
5. รู้สึกเบื่อหน่าย ท้อแท้ สิ้นหวังที่ไม่สามารถเอาชนะเกมในฉากหรือระดับนั้นๆไปได้
6. รู้สึกเบื่อหน่าย หมาดริ้ววแรง เมื่อไม่ได้เล่นเกม

7. ไม่สามารถบังคับจิตใจของตนให้ทำอย่างอื่น แทนที่จะมานั่งเล่นเกม
8. สมาธิในการเรียนหรือการทำงานลดลง
9. บางครั้งรู้สึกผิดหลังเล่นเกมเป็นเวลานาน จนไม่ได้ทำสิ่งที่ควรจะทำ
10. อยากจะคุยแต่เรื่องเกม
11. ความสนใจด้านอื่นๆลดลง
12. ไม่สามารถชื่นชมกับธรรมชาติรอบตัวได้
13. สมาธิในการอ่านหนังสืออื่นๆลดลง

#### ผลกระทบด้านสังคม ได้แก่

1. การเรียนตกต่ำลง เพราะใช้เวลาในการเล่นเกมนานเกินไป จนไม่มีเวลาทำรายงานส่ง หรือไม่มีเวลาอ่านหนังสือเพื่อเตรียมตัวสอบ
2. เข้าเรียนไม่ครบชั่วโมง เพราะมัวแต่เล่นเกมมือถือ หรือหนีเรียนเพื่อไปเล่นเกมออนไลน์
3. ความสัมพันธ์ในครอบครัวห่างเหิน เนื่องจากใช้เวลาส่วนใหญ่กับเกมมากกว่าครอบครัว
4. มีปัญหาในครอบครัว เนื่องจากเกิดความขัดแย้งขึ้น
5. ลดประสิทธิภาพในการทำงานลง เนื่องจากใช้เวลาส่วนใหญ่เล่นเกม
6. ความสัมพันธ์กับเพื่อนลดลง
7. การออกกำลังกายลดลง การเล่นกีฬาลดลง

#### ตัวกระตุ้นที่ทำให้หมกมุ่นกับการเล่นเกมและอินเทอร์เน็ต

##### ตัวกระตุ้นประกอบด้วย

##### ตัวกระตุ้นภายนอก

หมายถึง ภาวะหรือสิ่งแวดล้อมที่อยู่ภายนอกตัวบุคคล ซึ่งจะกระตุ้นให้เกิดความคิดและความอยากเล่นเกม ได้แก่ คน สถานที่ สิ่งของ เหตุการณ์หรือสถานการณ์ต่างๆ เช่น การอยู่บ้านคนเดียว เมื่อมีเงิน ร้านเกม อยู่กับเพื่อนที่เคยเล่น ผ่านทางเฉพาะ/ร้านเกมใกล้บ้าน โปรโมชันการเล่น/ค่าเล่น หรืออื่นๆที่จะมีผลทำให้เกิดความอยากเล่นเกม

##### รายชื่อตัวกระตุ้นภายนอก

อยู่บ้านคนเดียว	ถูกตำหนิ	นิตยสารเกม
อยู่บ้านกับเพื่อน	ป้ายร้านเกม	ผ่านทางเฉพาะ/ร้านเกมใกล้บ้าน
ที่บ้านเพื่อน	เมื่อมีเงิน	เพื่อนคุยเรื่องเกม
ข่าวเล่นเกมจากหนังสือพิมพ์	เรียนวิชาที่ไม่ชอบ	โปรโมชันการเล่น/ค่าเล่น



## ใบงาน

(เวลา 20 นาที)

**ตอนที่ 1** คำชี้แจง : ให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มช่วยกันเขียนข้อดีหรือประโยชน์ที่ได้รับจากการเล่นเกม และเขียนโทษของการเล่นเกมจนติดลงในตาราง

ข้อดี/ประโยชน์จากการเล่นเกม	โทษของการเล่นเกมจนติด

**ตอนที่ 2** คำชี้แจง : ให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มช่วยกันเขียน Mind Map แสดงผลกระทบจากการติดเกมใน 4 ด้าน

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**ตอนที่ 3 คำชี้แจง :** ให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มช่วยกันยกตัวอย่างตัวกระตุ้นต่างๆ ที่ส่งผลต่อการหมกมุ่นกับการเล่นเกม และอินเทอร์เน็ตให้ได้มากที่สุด ( ทั้งตัวกระตุ้นภายนอก และตัวกระตุ้นภายใน )

ตัวกระตุ้นภายนอก เช่น .....

.....

ตัวกระตุ้นภายใน เช่น .....

.....

**ตอนที่ 4 คำชี้แจง :** ให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มร่วมกันอภิปรายเพื่อให้ได้ข้อสรุปตามหัวข้อที่  
ครมอบหมาย ดังต่อไปนี้

1. ให้นักเรียนเปรียบเทียบว่ามีตัวกระตุ้นภายนอกและตัวกระตุ้นภายในตัวใดบ้างที่มีอิทธิพลต่อการเล่นเกม
2. ระหว่างตัวกระตุ้นภายนอก และตัวกระตุ้นภายในตัวใดบ้างที่มีอิทธิพลต่อการเล่นเกมมากกว่ากัน เพราะเหตุใด
3. นักเรียนจะมีวิธีการหลีกเลี่ยงหรือจัดการกับตัวกระตุ้นนั้นได้อย่างไร

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

รายชื่อสมาชิกในกลุ่ม

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....

### แบบทดสอบย่อยที่ 3

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุด หรือเหมาะสมที่สุดเพียงคำตอบเดียว เมื่อนักเรียนเลือกคำตอบได้แล้ว ให้นักเรียนทำเครื่องหมายกากบาท ( X ) ลงบนตัวเลือกที่ถูกต้องในกระดาษคำตอบ (เวลา 15 นาที)

1. ข้อใดไม่ใช่ลักษณะของเด็กติดเกม

- ก. บ่นเรื่องปวดศีรษะ ปวดตาบ่อยๆ
- ข. ใช้เงินเปลือง
- ค. ใช้เวลาเล่นคอมพิวเตอร์ไม่เกินครั้งละ 1 ชั่วโมง

2. ใครเป็นเด็กติดเกม

- ก. กล้าชวนเพื่อนคุยแต่เรื่องเกม
- ข. กู้ยืมเงินเพื่อนออกกำลังกาย
- ค. แก้วตั้งใจเรียน เนื่องจากผลการเรียนตกต่ำ

3. ข้อใดไม่ใช่สาเหตุของการเล่นเกมจนติด

- ก. ไม่ชอบออกกำลังกาย
- ข. ตอบสนองความต้องการที่ยากเอาชนะ
- ค. ได้ลงมือกระทำ ได้สวมบทบาทตัวเอกของเรื่อง รู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของเกม

4. ข้อใดจัดเป็นข้อดีของเกม

- ก. ช่วยประหยัดค่าใช้จ่าย
- ข. ทำให้เกิดความเพลิดเพลิน สนุกสนาน
- ค. ทำให้เรียนหนังสือเก่ง

5. ข้อใดต่อไปนี้ กล่าวไม่ถูกต้อง

- ก. การเล่นเกมนานๆ ทำให้เสียสุขภาพ
- ข. การเล่นเกมอาจทำให้เกิดพฤติกรรมก้าวร้าว
- ค. การเล่นเกมจะช่วยให้เด็กรู้จักแบ่งเวลาเป็น

6. ข้อใดต่อไปนี้ไม่ใช่ผลที่เกิดจากการนั่งเล่นเกมนานๆ
- ปวดตา
  - ปวดเมื่อยข้อมือ, ปวดคอ
  - ปวดอุจจาระ
7. บุคคลใดต่อไปนี้ได้รับผลกระทบด้านจิตใจ และอารมณ์จากการติดเกม
- มีนปวดนิ้ว เนื่องจากการกดปุ่มเกมมากเกินไป
  - หิวรู้สึกหงุดหงิด เวลาไม่มีใครมารบกวนขณะเล่นเกม
  - มาร์คมีการเรียนตกต่ำลง เพราะใช้เวลาในการเล่นเกมนานเกินไป
8. ข้อใดต่อไปนี้ เป็นผลกระทบด้านสังคม จากการติดเกม
- อยากจะคุยแต่เรื่องเกม
  - ความสัมพันธ์กับเพื่อนลดลง
  - ร่างกายขาดสารอาหารและน้ำ เนื่องจากเล่นเกมจนไม่มีเวลารับประทานอาหาร หรือดื่มน้ำ
9. ข้อใดเป็นตัวกระตุ้นภายนอก
- นิตยสารเกม โปร โมชันการเล่น / ค่าเล่น
  - อยากเอาชนะ อยากผ่อนคลาย
  - อยู่บ้านคนเดียว โดดเดี่ยว
10. ตัวกระตุ้นภายในเป็นสิ่งที่มิอิทธิพลต่ออะไร
- ร่างกาย
  - เหตุการณ์ และสถานการณ์รอบตัว
  - ความคิด ความรู้สึก และพฤติกรรม

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



**แผนการจัดกิจกรรมที่ 4**  
**ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5**  
**เรื่อง สถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน**  
**เวลา 1 คาบ**

**จุดประสงค์ทั่วไป**

1. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ทั้งในด้านเทคนิคการดึงให้ผู้ผู้เล่นเล่นเกมอย่างต่อเนื่อง , เสน่ห์ใน เกม , เกมในอดีต-เกมในปัจจุบัน , สมองกับการติดเกม , โลกแห่งความจริงกับโลกแห่งแฟนตาซี , กระแสของเกม , พบอะไรในเกม , วัยรุ่นแสวงหาอะไรในเกม , ธรรมชาติของวัยรุ่น และ อิทธิพลของเกมต่อวัยรุ่น

**จุดประสงค์เชิงพฤติกรรม**

1. นักเรียนสามารถอธิบายเทคนิคการดึงให้ผู้ผู้เล่นเล่นเกมอย่างต่อเนื่องได้อย่างถูกต้อง
2. นักเรียนสามารถยกตัวอย่างเสน่ห์ในเกมได้อย่างน้อย 3 ข้อ
3. นักเรียนสามารถเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างเกมในอดีตและเกมในปัจจุบันได้อย่างถูกต้อง
4. นักเรียนสามารถอธิบายถึงความเชื่อมโยงระหว่างสมองกับการติดเกมได้อย่างถูกต้อง
5. นักเรียนสามารถแยกแยะ รู้จักแบ่งเวลาให้โลกแฟนตาซีกับโลกแห่งความจริงได้ในสัดส่วนที่พอเหมาะ
6. นักเรียนสามารถบอกถึงปัจจัยที่ส่งผลให้กระแสของเกมแรงมากในปัจจุบันได้อย่างถูกต้อง
7. นักเรียนสามารถบอกถึงสิ่งที่วัยรุ่นแสวงหาจากในเกมคอมพิวเตอร์ได้อย่างถูกต้อง
8. นักเรียนสามารถอธิบายถึงธรรมชาติของวัยรุ่น และอิทธิพลของเกมที่มีต่อวัยรุ่นได้อย่างถูกต้อง

**ความคิดรวบยอด**

มีปัจจัยหลายๆอย่างส่งผลหรือกระตุ้นให้เด็กติดเกมคอมพิวเตอร์ ไม่ว่าจะเป็นเทคนิคการดึงให้ผู้ผู้เล่นเล่นเกมอย่างต่อเนื่องของทางบริษัทผลิตเกม , เสน่ห์ในเกมที่น่าดึงดูดใจ , เกมในปัจจุบันที่เต็มไปด้วยความหลากหลาย ทำทลายความสามารถ , สมองที่หลังสารโคปามีน ทำให้มีความสุขในขณะที่เล่นเกม , โลกแห่งแฟนตาซีที่ทำให้เด็กๆเกิดความเพลิดเพลิน เสมือนได้หลุดออกจากโลกแห่งความเป็นจริง , กระแสของเกมที่มาแรงมากในปัจจุบัน สื่อไหนๆ ต่างก็พูดถึงเกมคอมพิวเตอร์ ทั้งวิทยุ โทรทัศน์ และ หนังสือพิมพ์ , ผู้คนในเกมมากหน้าหลายตาที่ไม่เคยรู้จักกันมาก่อน แต่สามารถรู้จักกันได้ เป็นเพื่อนกันได้ผ่านทางเกมคอมพิวเตอร์ ทำให้เด็กๆมีสังคมแบบใหม่ เป็นสังคมแบบออนไลน์,

ธรรมชาติของวัยรุ่นที่ต้องการแสวงหาตนเอง ต้องการการยอมรับ ต้องการความภาคภูมิใจ สิ่งต่างๆ เหล่านี้ล้วนมีอิทธิพลทำให้เด็กวัยรุ่นติดเกมคอมพิวเตอร์

## เนื้อหา

1. เทคนิคการดึงให้ผู้เล่นเกมอย่างต่อเนื่อง
2. เสน่ห์ในเกม
3. เกมในอดีต - เกมในปัจจุบัน
4. สมองกับการติดเกม
5. โลกแห่งความเป็นจริงกับโลกแห่งแฟนตาซี
6. กระแสของเกม
7. พบอะไรในเกม
8. วัยรุ่นแสวงหาอะไรในเกม
9. ธรรมชาติของวัยรุ่น
10. อิทธิพลของเกมต่อวัยรุ่น

## กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

### ขั้นที่ 1 ขั้นนำเสนอบทเรียนทั้งชั้น

1. ครูสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับเรื่อง "เสน่ห์ในเกม" โดยครูใช้คำถามนำถามนักเรียนว่า "นักเรียนคิดว่าเกมสนุกอย่างไร? เกมมีอะไรที่เป็นเสน่ห์ ดึงดูดใจให้ผู้เล่นเกมอยากที่จะเล่นเกมอยู่ตลอดเวลา จนถึงขั้นติดเกม" เมื่อนักเรียนตอบแล้ว ครูเขียนคำตอบต่างๆ ของนักเรียนลงบนกระดานดำ จากนั้นครูอธิบายให้นักเรียนเข้าใจว่า นอกจากนี้แล้ว ยังมีปัจจัยอื่นๆ อีกหลายอย่างที่ส่งผลหรือกระตุ้นให้เด็กติดเกมคอมพิวเตอร์

2. ครูแจกใบความรู้ เรื่อง "สถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน (ตอนที่ 2)" ให้นักเรียนแต่ละคนได้ศึกษาและทำความเข้าใจ

### ขั้นที่ 2 ขั้นทำงานกลุ่ม

3. ครูแจกใบงานให้นักเรียนแต่ละกลุ่มทำ โดยที่สมาชิกทุกคนในกลุ่มจะต้องร่วมมือกันช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพื่อทำใบงานให้เสร็จตามเวลาที่ครูกำหนด

4. ครูสุ่มสมาชิก 1 คน จากกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งออกมารายงานผลของการทำใบงานหน้าชั้นเรียน

5. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปเนื้อหาที่เรียน ทั้งเรื่องเทคนิคการดึงให้ผู้เล่นเกมอย่างต่อเนื่อง , เสน่ห์ในเกม , เกมในอดีต - เกมในปัจจุบัน , สมองกับการติดเกม , โลกแห่งความเป็นจริงกับ

โลกแห่งแฟนตาซี , กระแสของเกม , พบอะไรในเกม , วิจัยรุ่นแสวงหาอะไรในเกม , ธรรมชาติของวัยรุ่น และ อิทธิพลของเกมต่อวัยรุ่น

**6** นักเรียนแต่ละกลุ่มเตรียมสมาชิกภายในกลุ่มของตนเองให้พร้อมสำหรับที่จะทำแบบทดสอบย่อยที่ **4** โดยนักเรียนที่เรียนเก่ง เข้าใจในเนื้อหาที่เรียนเป็นอย่างดี จะต้องคอยช่วยเหลือนักเรียนที่ยังไม่ค่อยเข้าใจในเนื้อหาเท่าที่ควร ให้เข้าใจเนื้อหามากยิ่งขึ้น

### ขั้นที่ 3 ขั้นทดสอบ

**7.** ครูให้นักเรียนแต่ละคนทำแบบทดสอบย่อยที่ **4**

### ขั้นที่ 4 ขั้นปรับปรุงคะแนน

**8** ครูตรวจแบบทดสอบ พร้อมทั้งพิจารณาผลการทดสอบของนักเรียนเป็นคะแนนรายบุคคล และคะแนนเฉลี่ยของกลุ่ม โดยครูจะทำการบันทึกผลการทดสอบของนักเรียนลงในสมุดบันทึกคะแนน

### สื่อการสอน

1. ใบความรู้ เรื่อง “สถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน (ตอนที่ 2)”
2. ใบงาน
3. แบบทดสอบย่อยที่ 4
4. สมุดบันทึกคะแนน

### การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมจากการร่วมกิจกรรม และการตอบคำถามของนักเรียน
2. ความร่วมมือขณะทำงานกลุ่มของนักเรียน
3. ตรวจใบงาน
4. ตรวจแบบทดสอบย่อยที่ 4

### การปรับปรุงการจัดกิจกรรม

.....

.....

.....

## ใบความรู้ เรื่อง สถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน (ตอนที่ 2)

### เทคนิคการดึงให้ผู้เล่นเล่นเกมอย่างต่อเนื่อง

เทคนิคการดึงให้ผู้เล่นเล่นเกมอย่างต่อเนื่อง ก็คือ การให้รางวัลผู้เล่นเป็นระยะๆ เมื่อได้ทำตามเงื่อนไขต่างๆ ที่เกมกำหนดไว้ แม้ว่าเกมสมัยใหม่ดูเหมือนว่าผู้เล่นจะสามารถกำหนดรูปแบบของการเล่นได้ด้วยตัวเองก็ตาม แต่แท้จริงแล้วก็ยังอยู่ในเงื่อนไขที่ได้กำหนดมาก่อนแล้ว เพียงแต่ผู้สร้างเกมทำให้เกิดความหลากหลายของเงื่อนไขมากขึ้นเท่านั้นเอง เป็นการวางเงื่อนไขแล้วให้ทำตาม แล้วจึงได้รับรางวัล ซึ่งเป็นเทคนิคเดียวกับที่นักวิทยาศาสตร์ใช้กับหนูทดลอง เพื่อให้หนูทำตามที่นักวิทยาศาสตร์ต้องการ เรียกว่า **operant conditioning** เป็นการสอนพฤติกรรมการเรียนรู้ของสัตว์ โดยมีอาหารเป็นรางวัล และให้หนูทดลองได้ลองผิดลองถูก โดยการกดแป้นต่างๆ เมื่อกดแป้นถูกต้อง ก็จะได้อาหารออกมากิน หนูทดลองจะจดจำและเรียนรู้ว่า ต้องกดแป้นใดจึงได้รับอาหาร ในเกมก็ใช้เงื่อนไขชนิดเดียวกัน แต่เป็นเงื่อนไขที่ซับซ้อนกว่า และให้คนเป็นผู้กดปุ่มเกมเพื่อบังคับให้ตัวละครทำตามเงื่อนไขที่กำหนด เมื่อกดที่ปุ่มเกมได้ถูกปุ่มถูกจังหวะเวลา ก็ได้รับรางวัลคือชัยชนะ ได้ผ่านด่านต่างๆ นั้นเอง

### เสน่ห์ในเกม

อาจจะมีหลายคนที่ยังไม่เคยได้ลองเล่นเกมดูเลย แล้วอย่างนี้จะรู้ว่าสนุกได้อย่างไร อยากให้คุณลองไปยืนใกล้ๆ เกมที่กำลังเล่นอยู่ คุณจะได้ยินเสียงอันน่าเร้าใจอยู่ตลอดเวลา เกมดีๆ จะมีเพลงประกอบเกม มีเสียงประกอบที่มีพลังดึงดูดเร้าใจยิ่งนัก เพิ่มสีสันความมันให้กับเกมเป็นอย่างมาก เพลงต่างๆ ในเกมไม่ใช่เพลงโหล เพราะบางเพลงได้รับรางวัลเพลงประกอบเกมยอดเยี่ยมก็มี เรียกว่าได้รับความบันเทิงสู่ประสาทสัมผัสที่ แล้วใครจะอดใจไหวละคะ แถมยังมีภาพเคลื่อนไหวในเกมที่สมจริงสมจัง หรือออกแนวแฟนตาซีไปเลย ประกอบกับแสง สี ที่ทำให้คุณเพลิดเพลินหรือตกใจได้ เกมบางเกมถึงกับมีคำเตือนว่า อย่างนั่งเล่นคนเดียวตอนกลางคืน

ตัวละครหรือฉากต่างๆ ในเกมก็น่าดึงดูดใจยิ่งนัก เรียกได้ว่าจินตนาการที่คุณเคยมีอยู่ในความฝันแค่นั้น อยากจะเห็นแบบไหน ถูกนำมาถ่ายทอดสู่เกมจนหมด และอาจจะมากกว่าที่คุณเคยจินตนาการไว้เสียอีก ถึงขนาดมีการประกวดความงามของวีรสตรีในเกมต่างๆ ว่าใครจะมีความงามเป็นเลิศกว่ากัน โลกของเกมไม่ใช่เป็นเพียงเกมที่เล่นอยู่กับบ้านคนเดียว หรือในครอบครัวเดียวอีกต่อไปแล้ว เกมมีผลต่อผู้เล่นเกมส่วนใหญ่มากจนแทบจะเรียกได้ว่า ทุกคนในโลกเล่นเกมเดียวกัน เข้าใจกัน

## เกมในอดีต - เกมในปัจจุบัน

มิใช่ว่าจะไม่เคยมีเกมอื่นมาก่อนหน้าที่เกมคอมพิวเตอร์จะมีอิทธิพลต่อคนทั่วโลกเหมือนในสมัยนี้ ในสมัยก่อนเกมหมากระดานเป็นที่นิยมมาก ไม่ว่าจะเป็นหมากรุก หมากรุกที่ไขก่ไขก่กันบนกระดานไม้ เสียงตะโกนรุก เสียงโขกแต่ละครั้งเป็นเสียงสวรรค์ และเล่นกันได้ชนิดไม่ต้องกินข้าว กินปลากันเลยทีเดียว ไม่เพียงแต่คนเล่นเท่านั้น แม้กระทั่งคนดูก็ไม่แพ้กัน ใครมาเรียกยังบอกว่า เดี่ยวก่อนๆ เด็กนักเรียนสมัยก่อนจะนำชุดหมากรุก หมากรุกไทย หมากรุกจีน ไปเล่นช่วงพักเที่ยง หรือช่วงเย็น แต่สมัยนี้ เด็กคนไหนยกชุดหมากรุกไปเล่นที่โรงเรียนก็คงจะเซยระเบิด สมัยนี้ต้องพกเกมบอย(Gameboy) ไป และต้องเป็นจอสี่ด้วย ประเภทจอเกมเป็นสีขาวดำนี่ตกยุคไปแล้ว จะเห็นได้ว่าความสนุกสนานในทีวีวัยเด็กนั้นต้องจ่ายด้วยเงินที่มีราคาสูงขึ้นมา

นอกจากเกมสมัยก่อนที่เล่น 2 คนแล้ว ยังมีเกมงูตกบันได ซึ่งเล่นได้คราวละหลายๆคน หรือเกมเศรษฐี ซึ่งการเล่นเริ่มซับซ้อนขึ้น หรือเกมชิงความเป็นใหญ่ในโลก ได้แก่ เกม Risk ซึ่งแต่ละฝ่ายจะมีกองทัพของตัวเอง เพื่อเข้ายึดพื้นที่ในโลกมาครอง และอาจจะรวมเป็นพันธมิตรกับอีกฝ่ายหนึ่ง เพื่อช่วยกันโจมตีฝ่ายที่เหลือก็ได้ ทำให้การเล่นไม่ได้เป็นการเล่นพร้อมกันเพียง 2 คน อีกต่อไป และผู้เล่นเกมจะมีปฏิสัมพันธ์ต่อกันมากขึ้น

ส่วนแม่แบบสำหรับเกมออนไลน์ที่คนหลายคนสามารถเข้าร่วมกันผจญภัยไปในโลกแฟนตาซีพร้อมๆกันได้ ก็คงไม่พ้นเกมคลาสสิกแห่งยุค ได้แก่ เกม Dungeon & Dragon ซึ่งแรกเริ่มเป็นเกมกระดานที่มีผู้เล่นร่วมกันได้ทีละหลายคน โดยแต่ละคนจะสวมบทบาทแตกต่างกัน เช่น อัศวิน จอมขมังเวทย์ เอลฟ์ คนแคระ หรือหวัชโมยก็ได้ และมีคนหนึ่งทำตัวเป็นจอมมาร ซึ่งจะเป็นคนกำหนดแผนที่ทางเดินอุโมงค์ และปล่อยอสูรกายต่างๆ ออกมาต่อกรกับเหล่าอัศวินทั้งหลาย พร้อมทั้งกับดักและประตูกดต่างๆ

สำหรับการเดิน การโจมตี หรือการใช้ความสามารถต่างๆ ก็ใช้การทอยลูกเต๋า ซึ่งมีหลายลูกให้เลือกสำหรับกิจกรรมต่างๆ เช่น ลูกเต๋าแต้ม 1-6 ลูกเต๋าแต้ม 1-8 จนถึงลูกเต๋าแต้ม 1-20 โดยที่ใครสวมบทเป็นตัวอะไร ก็ต้องพยายามทำตามบทบาทนั้นๆ เช่น เป็นอัศวินต้องกล้าบุกตะลุยต่อสู้ ส่วนพวกหวัชโมยคอยหลบเลี่ยงการต่อสู้ตามแบบฉบับเอาตัวรอดเป็นยอดดี แต่จะมีความสามารถพิเศษในการเปิดประตูลับ หรือจัดการกับกับดักที่มีอยู่ เหมือนกับการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ไปกับเพื่อนพร้อมๆกันนั่นเอง แต่ในอดีตยังไม่มีการออนไลน์ แล้วการรวมตัวเล่นพร้อมกันหลายๆคนล่ะ เขาทำกันอย่างไร

เขาจะจัดตั้งเป็นชมรมขึ้นมา แล้วนัดเจอกัน จากนั้นก็เข้ากลุ่มตะลุยไปในโลกแฟนตาซีร่วมกัน โดยจะมีกฎที่สำคัญที่สุดในเกมข้อหนึ่ง คือ ให้ทุกคนเข้าใจว่าตัวละครที่เล่นอยู่ในเกมนั้น เป็นเพียงลักษณะตัวละครที่อยู่ในเกม ไม่ใช่ลักษณะที่แท้จริงของผู้เล่นคนนั้น จึงจำเป็นต้องแยกแยะให้ออกระหว่างตัวละครกับตัวจริงที่เป็นมนุษย์

ส่วนการจับกลุ่มเล่นเกมกันในปัจจุบันง่ายกว่าในอดีตมาก เพียงแต่อยู่ที่บ้าน นัดเวลากับเพื่อน จากนั้นก็กระโจนเข้าออนไลน์ แล้วร่วมผจญภัยไปด้วยกัน หรือจะไปร่วมกับคนอื่นที่ไม่เคยรู้จักกันมาก่อนก็ได้ ถ้าทั้งสองฝ่ายไม่รังเกียจ ความสนุกที่ได้เล่นเกมและได้รับรางวัลเป็นระยะๆ จากเกมที่เล่น นำความเพลิดเพลินมาให้เด็กๆ ได้ง่าย เพียงแค่กดปุ่มให้เครื่องคอมพิวเตอร์ทำงานเท่านั้นเอง ไม่ต้องไปหาหนังกายมาร้อยเป็นเส้น ไม่ต้องคอยให้เพื่อนมาหลายๆคน แล้วจึงเล่นกระโดดอย่างกัน สำหรับผู้ชายก็ไม่ต้องไปหาลูกหินลูกเหล็ก เพื่อเอามาเล่นตีลูกหินกันเหมือนสมัยก่อน

### สมองกับการติดเกม

การติดเกมนอกจากจะเป็นเรื่องของพฤติกรรมและจิตใจแล้ว ยังเป็นเรื่องของสภาวะของสารสื่อประสาท (neurotransmitter) ในสมองอีกด้วย โดยมีการวิจัยพบว่า เมื่อมีพฤติกรรมซ้ำๆ สารโดปามีน (dopamine) จะหลั่งออกมาทำให้เกิดความสุข เรียกว่า reward circuit ดังนั้นถ้าต้องการมีความสุขก็ต้องทำพฤติกรรมนั้นๆ ซ้ำอีก สารโดปามีนจึงหลั่งออกมา

### โลกแห่งความจริงกับโลกแห่งแฟนตาซี

การเล่นเกมไม่ว่าจะเป็นเกมอะไรก็ตาม จุดมุ่งหมาย คือ เพื่อให้เกิดความเพลิดเพลิน ได้หลุดออกจากโลกแห่งความเป็นจริง ให้ตนเองได้เป็นใครคนหนึ่งที่มีความสามารถ มีคุณค่าเป็นที่ยอมรับของตนเองและผู้อื่น รู้สึกว่าตนเป็นส่วนหนึ่งของคนกลุ่มนั้น ได้พูดคุยในเรื่องเดียวกันได้อย่างออกรสออกชาติ

แต่ที่สำคัญและเป็นจริงที่สุด ไม่ว่าจะอยู่ในโลกแห่งความจริง หรือโลกแห่งแฟนตาซีก็ตาม นั่นก็คือเวลา เวลาที่เท่ากันหมด คือ 1 วัน มี 24 ชั่วโมง ซึ่งจำเป็นต้องแบ่งใช้เวลา 24 ชั่วโมงนี้ให้พอเหมาะกับกิจกรรมต่างๆ อาจมีคนเถียงว่า เวลาในเกม 1 วัน เท่ากับ 5 นาที ในโลกแห่งความจริง แต่ไม่ว่าเวลาในเกมจะเดินไปเร็วหรือช้าเท่าใดก็ตาม เจ้าของร้านเกมจะคิดเงินจากเวลาที่เขาดูบนนาฬิกาที่แขวนไว้ หรือแม้ว่าเวลาในเกมจะผ่านไป 3 เดือนก็ตาม แต่พอถึง 6 โมงเย็น แม้ก็จะตะโกนให้มากินข้าวแล้ว หากไอ้เอ๋ออยู่มีหวังโดนแม่อาละวาดแน่

ดังนั้น การไม่รู้จักรักษาเวลาให้โลกแฟนตาซีกับโลกแห่งความจริงได้สัดส่วนที่พอเหมาะ กลับใช้เวลาเข้าไปอยู่ในโลกแฟนตาซีโดยเบียดบังเวลาในโลกแห่งความจริงอย่างมาก จึงทำให้เกิดปัญหาขึ้น ถึงขนาดว่าบางคนแม้ตัวจะหลุดออกมาจากหน้าจอเกมแล้วก็ตาม แต่จิตใจ ความคิดยังติดอยู่ในโลกแฟนตาซี จะคิดถึงแต่เรื่องเกม เรียกว่าเวลาทั้งวันยอมให้กับเกมทั้งหมด รวากับว่าเกมนั้นเป็นสิ่งสำคัญมากสำหรับชีวิตในขณะนั้น

ไม่เพียงแต่เด็กๆ เท่านั้นที่ติดเกม ไม่ว่าจะเป็นวัยรุ่นหนุ่มสาว ผู้ใหญ่ตอนต้น ผู้ใหญ่ตอนปลาย ก็มีโอกาสติดเกมกันงอมแงมได้ทั้งนั้น บางคนติดเกมจนไม่ยอมเขียนหนังสือ ไม่ยอมทำงาน ยอมเลิกกับแฟนก็มี ใช้เวลาไปกับโลกแฟนตาซีจนไม่ยอมทำอย่างอื่น บางรายถึงกับไม่หลับ ไม่นอน เล่นเกมจนช็อกตายหน้าจอเกมไปเลยก็เคยมีข่าวมาแล้ว แต่ถ้าลองไปถามคนที่นั่งเล่นเกมอยู่ ว่า “ติดเกมหรือเปล่า” ก็มักจะได้รับคำตอบเป็นเสียงเดียวกันว่า “ไม่ติด” จะว่าไปก็คล้ายกับการไปถามคนที่สูบบุหรี่นั้นแหละ ถามก็คนก็มักจะตอบเหมือนกันว่า “ไม่ติด” สูบไปอย่างนั้นแหละ จะเลิกเมื่อไหร่ก็ได้

### กระแสของเกม

ปัจจุบัน กระแสการประชาสัมพันธ์เกมแรงมาก เดียวนี้มีการจัดพิธีเปิดตัวเกมใหม่ๆ อย่างยิ่งใหญ่ทีเดียว ออกแคมเปญ โฆษณาตามทีต่างๆ ไม่เพียงแต่มีหนังสือเกม วารสารเกม หนังสือเฉลยเกมที่ออกมาเป็นระยะๆ หนังสือพิมพ์ นิตยสารต่างๆ ยังลงบทความเรื่องเกมแถมไว้หน้าสองหน้า นอกจากนี้ ข้อมูลยังหาได้จากทางเว็บไซต์มากมาย ถึงขนาดมีรายการวิทยุในช่วงกลางคืนทุกวัน เสนอรายการเกี่ยวกับเกมออนไลน์ ด้วยลีลาที่เร้าใจและเชิญชวนให้เล่นเกม ตลอดจนเทคนิคการพิชิตเกมในแต่ละตอน รายการทีวียังมีรายการเกี่ยวกับเกมเข้ามากระตุ้นให้มีความอยากเล่นเกมมากขึ้นไปอีก แล้วใครล่ะจะอดใจไหว

### พบอะไรในเกม

เสน่ห์ของการเล่นเกมออนไลน์คือ การได้ผจญภัยไปในโลกที่ตนเองไม่รู้จักรู้ ได้พบปะผู้คนต่างๆ หลากหลาย ได้ดูคนอื่นเขาเล่นเขาคุยกัน

คุณอาจเจอคนดีๆ มาชวนคุณร่วมตะลุยไปในเกม บางคนก็เอาของมาให้คุณโดยที่คุณไม่เคยรู้จักเขามาก่อน จนรู้สึกว่าคุณคนในเกมช่างมีน้ำใจจริงๆ แต่บางคนมาขอของกันดื้อๆ ขอเงินใช้ดื้อๆ ก็มี

นอกจากเกมผจญภัยแล้ว ยังมีเกมใหม่ๆ อีกมากมาย มีแม้กระทั่งเกมชวนกันออกไปเที่ยว เกมนัดคู่ไปออกเดท นัดใส่ชุดวิวาท์ถ่ายรูปคู่เพื่อจะได้ของรางวัล ซึ่งคงไม่มีใครเคยคิดมาก่อน ด้วยซ้ำว่าจะมีเกมจับกันจริงๆ เช่นนี้ออกมา

## วัยรุ่นแสวงหาอะไรในเกม

คงพอเข้าใจกันบ้างแล้วนะคะว่า อะไรทำให้วัยรุ่นติดเกม นอกเหนือจากที่ใครๆ มักกล่าวกันว่า วัยรุ่นติดเกมเนื่องจากพ่อแม่ไม่มีเวลาดูแล พ่อแม่ไม่เข้าใจ ครอบครัวยุคความอบอุ่น เหนงา ไม่รู้จะทำอะไรดี เบื่อๆ เซ็งๆ ก็เลยไปเล่นเกม สิ่งที่ยุโรปต้องการแสวงหา คือ การแสวงหาตนเอง ทดลอง ทดสอบว่าตัวเองเป็นใคร ทำอะไรได้บ้าง มีอะไรที่ต้องทำเพื่อชีวิต ความสัมพันธ์กับผู้อื่นจะเป็นอย่างไร เรียกว่าเป็นช่วงเวลาที่ยุโรปจะค่อยๆ แยกออกจากครอบครัว เพื่อแสวงหาความเป็นตัวของตัวเองอยู่แล้ว

นอกจากหาความเป็นตัวของตัวเอง เขายังต้องการได้รับการยอมรับด้วย ดังนั้นวัยรุ่นจึงพยายามที่จะเข้าไปอยู่ในกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง ถ้าต้องการได้รับการยอมรับจากกลุ่ม จะต้องทำตามที่กลุ่มต้องการ ถ้าเจอเพื่อนกลุ่มที่ดีก็ดีไป ถ้าเจอเพื่อนที่มีปัญหามากๆ แล้วไม่รู้จัดการแก้ปัญหาที่ดีก็แย่น้อย การเข้าไปเล่นเกมออนไลน์ วัยรุ่นจะเลือกเข้ากลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง เพื่อช่วยกันทำภารกิจให้สำเร็จ แล้วจะได้คะแนนหรือของวิเศษเป็นรางวัล ทุกคนจะร่วมกันแสดงความยินดี แต่มีบ้างที่บางคนเป็นพวกตะลุยกเดียว ไม่อยากเข้าพวกกับใคร

บางคนอาจสงสัยว่า ถ้าวัยรุ่นต้องการที่จะแสวงหาตนเองอย่างจริงจัง อะไรทำให้เขาไม่ออกจากบ้าน แล้วท่องออกไปยังโลกกว้างตามลำพัง ถ้าคุณยังจำได้ เมื่อสมัยที่คุณยังเป็นเด็กเล็กๆ ที่เริ่มหัดเดิน แต่ยังไม่เดินไม่เก่งนัก เด็กจะเริ่มจากการเกาะพ่อแม่ หรือเวลาเดินต้องให้พ่อแม่จูงมือ จากนั้นเด็กจะค่อยๆ พยายามเดินเตาะแตะห่างออกไปจากพ่อแม่ด้วยตนเอง แต่เดินห่างได้ไม่มาก ก็จะหันหน้ากลับมา คอยดูว่าพ่อแม่ยังอยู่ตรงนั้นไหม แล้วก็เดินเตาะแตะต่อไปอีกนิด พ่อแม่จะคอยเชียร์ให้เดินต่อไป แต่แล้วลูกก็รีบเดินกลับมาหาพ่อแม่ด้วยความกลัวต่อโลกภายนอก หลังจากนั้นลูกจึงค่อยๆ เดินออกห่างไปได้ทุกที่ จนกระทั่งวิ่งได้

ในช่วงวัยรุ่นก็เช่นกัน เขาต้องการเปิดโลกรับรู้ทุกอย่างที่เขาทำได้ตามสิ่งที่เขาอยากทำ แต่อีกใจหนึ่งยังมีความกลัวแฝงอยู่ ดังนั้นการเล่นเกมออนไลน์เท่ากับได้ส่งจินตนาการไปท่องเที่ยวในทีแสนไกล และไม่ต้องหวาดกลัวอะไร เนื่องจากตัวเขานั่งเล่นในสถานที่ที่เขาารู้สึกปลอดภัย

การเล่นเกมออนไลน์นอกจากได้เข้าไปในโลกแห่งจินตนาการแล้ว วัยรุ่นยังสามารถแสดงออกได้ตามที่เขาปรารถนา โดยที่เขาคิดว่าคงไม่มีใครรู้จัก บางคนอาจเปลี่ยนนิสัยไปเลย เคยเป็นคนเรียบร้อยในโลกแห่งความจริง พอออนไลน์กลับกลายเป็นคนหยาบค้าย ใช้คำพูดที่หยาบค้าย ก้าวร้าว หรือแสดงบางอย่างที่ไม่สมควรในสังคมออนไลน์ เพราะคิดว่าไม่มีใครรู้ โดยลืมไปว่าก่อนเล่นเกมต้องมีการลงทะเบียนชื่อเสียงเรียงนาม และหมายเลขประจำตัวในบัตรประชาชนก่อน ดังนั้นถ้าตรวจสอบจริงๆ ก็รู้ว่าใครเป็นใคร

บางคนเลือกลักษณะตัวละครเป็นคนละเพศกับตน ผู้ชายหลายคนเลือกตัวละครเป็นเพศหญิง พอมีคนมาคุยด้วย ก็จะตอบในลักษณะของผู้หญิง อาจจะได้ด้วยความศรัทธาที่ได้อะไรก็ได้



หลอกคนอื่นที่มาคุยด้วย หรือต้องการแสดงความรู้สึกภายในใจของตนออกมา เป็นการสนองตอบกับเพศที่ตนเองต้องการเป็น แต่เป็นไม่ได้ในโลกความจริง บางคนถูกถามเรื่องอายุ จะไม่บอกอายุจริง เจตนาเพียงเพื่อไม่ให้รู้อายุจริง แต่บางคนปกปิดเพื่อหลอกผู้อื่น และมีแผนการที่ไม่ดีอยู่เบื้องหลัง

บางคนเปลี่ยนบุคลิกของตนที่ซื่อๆ ไม่กล้าพูด ไม่กล้าแสดงออก แต่เมื่อเข้าไปในโลกออนไลน์แล้ว เขาสามารถไปช่วยคนอื่นต่อสู้กับอสูรร้ายหรือให้คำแนะนำในการเล่นเกม เป็นการสร้างความมั่นใจให้กับตนเองมากยิ่งขึ้น การได้ไปเจอสถานที่ใหม่ๆ ได้สู้กับศัตรูตัวใหม่ๆ ก่อนเพื่อน ทำให้เขารู้สึกภูมิใจเหมือนกับตน เป็นผู้ค้นพบคนแรก และได้รับการยอมรับในหมู่เพื่อนมากขึ้น

การได้เจอกับผู้คนใหม่ๆ ทำให้ได้พูดคุย ได้รู้จักสื่อสารกับคนอื่นมากขึ้น แต่บางครั้งอาจโชคร้ายไปเจอพวกที่ไม่หวังดี พวกที่เข้ามาหาเหยื่อ เป็นพวกมิจฉาชีพออนไลน์โดยเฉพาะ อาจหลงกลตกเป็นเหยื่อในรูปแบบต่างๆ ได้ มีวัยรุ่นหลายคนนัดไปเล่นเกมออนไลน์ที่ร้านเกมพร้อมๆ กัน เพื่อจับกลุ่มกันเล่นทีละ 3-4 คน และพูดคุยช่วยเหลือกันไประหว่างเล่น เขาบอกว่า มันกว่าเล่นเกมออนไลน์พร้อมกันโดยไม่เห็นหน้า

ในโลกออนไลน์ การลาจากกันไม่ต้องมีพิธีต้องมาก เพียงแต่กดที่ปุ่ม คุณก็ออกมาจากโลกออนไลน์นั้นได้อย่างง่ายดาย ง่ายที่จะพบเพื่อน พบใครสักคนขณะเล่นเกม แต่อาจโดนทอดทิ้งได้ง่ายเช่นกัน ดังนั้นในหน้าจอไม่ใช่จะเจอแต่เพื่อนและการรวมกลุ่มเท่านั้น เราอาจเจอกับความผิดหวังด้วยก็ได้ โดยเฉพาะวัยรุ่นที่คิดว่าทุกคนจะจริงใจไว้ใจได้ ทุกคนจะทำตัวดีกับตนตลอดเวลานั้น คงต้องเปลี่ยนความคิดเสียใหม่

### ธรรมชาติของวัยรุ่น

วัยรุ่นแบ่งออกได้เป็น 3 ระยะ คือ ระยะแรกรุ่น (12 – 15 ปี) ระยะวัยรุ่นตอนกลาง (16 – 17 ปี) และระยะวัยรุ่นตอนปลาย (18 – 25 ปี) วัยรุ่นจัดเป็นวัยที่อยู่ในช่วงหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต เป็นช่วงเวลาที่สำคัญ ดังนั้น ความต้องการของวัยนี้จึงมีความสำคัญไปด้วย ซึ่งความต้องการของวัยรุ่น สามารถจำแนกได้ ดังนี้

1. ต้องการความเป็นอิสระ เป็นตัวของตัวเอง ไม่ต้องอยู่ใต้คำสั่งใคร เพราะวัยรุ่นเชื่อว่าลักษณะที่เป็นเครื่องหมายของความเป็นผู้ใหญ่คือ ความเป็นอิสระจากผู้ที่มิอำนาจเหนือตน
2. ต้องการมีตำแหน่ง (status) รวมทั้งต้องการความสนับสนุน (approval) ทั้งจากผู้ใหญ่และเพื่อนร่วมรุ่น
3. ต้องการแสวงหาประสบการณ์แปลกๆ ใหม่ๆ ชอบความท้าทายที่ตื่นเต้น กลียดความซ้ำซาก จำเจ ชอบทดลอง ยิ่งถูกห้ามยิ่งอยากลอง ฉะนั้นระยะนี้วัยรุ่นมักชอบฝ่าฝืน กฎเกณฑ์ระเบียบต่างๆ

4. ต้องการรวมพวกพ้องค่อนข้างสูง เพราะการรวมพวกพ้องเป็นวิถีทางให้วัยรุ่นได้รับความต้องการหลายประการ เช่น ความรู้สึกอบอุ่น การได้รับการยกย่อง ความรู้สึกว่ามีส่วนร่วม และร่วมทุกข์ร่วมสุขกับตน

5. ต้องการความรู้สึกมั่นคง อบอุ่นใจ และปลอดภัย เพราะวัยรุ่นมีอารมณ์หวั่นไหวง่าย เปลี่ยนแปลงง่าย สับสน และลังเลง่าย จึงมีความต้องการเช่นนี้ค่อนข้างสูง

6. ต้องการความถูกต้อง ความยุติธรรม เพราะถือว่าความยุติธรรมเป็นลักษณะหนึ่งของความเป็นผู้ใหญ่ ดังนั้นจึงให้ความสำคัญอย่างจริงจังต่อความถูกต้องยุติธรรมตามทัศนะของตน เป็นอย่างยิ่ง และอยากทำอะไรหลาย ๆ อย่าง เพื่อเรียกร้องความยุติธรรมทั้งในแง่ส่วนบุคคลและสังคม

7. ต้องการความงดงามทางร่างกาย ไม่ว่าจะวัยรุ่นชายหรือหญิงต่างต้องการให้ผู้อื่นรู้สึกชื่นชมเกี่ยวกับรูปลักษณะของตนที่เหมาะสมตามเพศของตนทั้งสิ้น เพราะคิดว่าความงามทางกายเป็นแรงจูงใจให้เข้ากลุ่มได้ง่าย เป็นที่ยอมรับของสังคม และดึงดูดใจเพศตรงข้าม ฉะนั้นจึงให้ความสำคัญใฝ่ต่อการออกกำลังกาย ลักษณะอาหารที่รับประทาน ทรงผม เสื้อผ้า เครื่องประดับ สุขภาพอนามัย ความงามทางกายนับเป็นส่วนหนึ่งของความภาคภูมิใจ และความมั่นใจในตัวเองของวัยรุ่น

8. ต้องการประพฤติตนสมบทบาททางเพศ จุดประสงค์เหล่านี้เป็นสิ่งลึกซึ้งมาก ในระยะนี้ผู้ที่มีความรู้สึกว่าตนเอง "ไม่สมเป็นชายชาติตรี" หรือ "ไม่สมเป็นหญิงสาว" จะรู้สึกไม่แน่ใจและไม่สบายใจเกี่ยวกับตนเอง ความรู้สึกเช่นนี้ถ้าบังเกิดกับคนใดแล้ว ผู้นั้นย่อมพยายามแก้ไขทุกวิถีทางโดยทั่วไปทั้งหญิงและชายวัยรุ่นพยายามประพฤติตนเพื่อให้ดูงดงามสมเป็นสุภาพสตรี หรือดูแข็งแรง บึกบึนสมชายชาติตรี ตามแบบที่ตนนิยม ส่วนผู้ที่รู้ตัวว่ามีบทบาททางเพศแบบลึกลับ มักรวมกลุ่มกับผู้มีลักษณะคล้ายคลึงกัน ยิ่งสังคมปัจจุบันยอมรับสิ่งเหล่านี้อย่างเปิดเผย การรวมกลุ่มของบุคคลพวกนี้ในสังคมยิ่งแน่นแฟ้นและเปิดเผยยิ่งขึ้น

9. ต้องการเลือกอาชีพ วัยรุ่นตอนปลายจะมองเห็นความสำคัญของอาชีพ และเข้าใจว่าอาชีพนำมาซึ่งสถานภาพทางเศรษฐกิจและสังคม อีกทั้งอาชีพยังเป็นเครื่องชี้ให้เห็นถึงสถานะความเป็นผู้ใหญ่

จากธรรมชาติและความต้องการในวัยรุ่นที่ชอบความตื่นเต้น ความท้าทาย การแข่งขัน และความภาคภูมิใจกับความสำเร็จ ประกอบกับผู้ผลิตเกมได้พยายามพัฒนาให้เกมมีความสนุกสนานท้าทายน่าตื่นเต้นมากขึ้นเรื่อยๆ ขณะที่กิจกรรมและสถานที่ที่เด็กจะได้ใช้ประโยชน์หรือเรียนรู้สนุกสนาน และเพลิดเพลินในสังคมปัจจุบัน มีจำนวนจำกัด ทำให้การเล่นเกมนกลายเป็นกิจกรรมที่ชื่นชอบของวัยรุ่น วัยรุ่นจึงควรมีความรู้ความเข้าใจในเรื่องธรรมชาติและความต้องการในวัยรุ่น

### อิทธิพลของเกมต่อวัยรุ่น

ปัจจุบันนี้มีเกมที่ออกสู่ตลาดหลายประเภท แต่ละบริษัทที่เป็นผู้ผลิตเกมคอมพิวเตอร์ต่างพัฒนาเกมออกมาหลากหลาย เพื่อการแข่งขันทางการตลาด ส่วนวิธีการเล่นเกมโดยผ่านการใช้เครื่องคอมพิวเตอร์ที่เป็นทั้งสื่อและอุปกรณ์สำคัญของเด็กในยุคสังคมข่าวสาร ช่วยให้เกิดการเรียนรู้ได้อย่างไม่จำกัด เด็ก/วัยรุ่นที่เล่นเกมคอมพิวเตอร์จะมีพฤติกรรมกรรมการบริโภคข่าวสารต่างไปจากผู้เล่นวิดีโอเกม การเล่นเกมผ่านเครื่องคอมพิวเตอร์ทำได้หลากหลาย สามารถโต้ตอบข้อมูลได้มากกว่าการเล่นบนเครื่องวิดีโอเกม เนื่องจากการใช้เป็นแป้นพิมพ์ที่สามารถป้อนข้อมูลต่างๆได้เสมือนกับการโต้ตอบกับเครื่องคอมพิวเตอร์ได้จริง นอกจากนี้การเลือกหาโปรแกรม การจัดทำสำเนาในกลุ่มผู้เล่นก็สามารถกระทำได้ง่าย อุปกรณ์ต่อพ่วงเพื่อการเล่นผ่านเครื่องคอมพิวเตอร์มีหลากหลาย ราคาก็ทำให้การเล่นผ่านเครื่องคอมพิวเตอร์ สามารถทำได้หลากหลายมากขึ้นในหมู่ของผู้ใช้ ที่อาจจะมีรายได้แตกต่างกัน ประกอบด้วยผู้เล่นต่างวัยหลายวัย ซึ่งการเล่นจะสามารถบ่งชี้ระดับการพัฒนาการด้านการเรียนรู้ตามแนวทางของจิตวิทยาพัฒนาการได้ การเลือกเล่นอาจสามารถบ่งชี้ว่าผู้เล่นมีพัฒนาการสมควรแก่วัยหรือไม่ ผู้เล่นแตกต่างกันในวัยพัฒนาการก็ควรจะมีการเล่นที่แตกต่างกันไปด้วย

#### เอกสารอ้างอิง

ปรการกร ถมยงกูร. 2548. เมื่อลูกติดเกม. กรุงเทพมหานคร: ซีเอ็ดยูเคชั่น.

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ใบงาน

(เวลา 15 นาที)

คำชี้แจง : ให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มช่วยกันเขียนเติมคำให้สมบูรณ์และถูกต้อง

1. เทคนิคการดึงให้ผู้เล่นเกมอย่างต่อเนื่อง ก็คือ.....

.....

2. เสน่ห์ในเกม เช่น .....

.....

.....

3. ความแตกต่างระหว่างเกมในอดีตและเกมในปัจจุบัน คือ .....

.....

.....

4. การติดเกมนอกจากจะเป็นเรื่องของพฤติกรรมและจิตใจแล้ว ยังเป็นเรื่องของสภาวะของ.....

.....ในสมองอีกด้วย โดยมีการวิจัยพบว่า เมื่อมีพฤติกรรมซ้ำๆ.....

จะหลั่งออกมาทำให้เกิดความสุข เรียกว่า .....

5. ข้อคิดที่ได้จากการอ่านเนื้อหาในหัวข้อ “โลกแห่งความจริงกับโลกแห่งแฟนตาซี” ก็คือ.....

.....

.....

6. ปัจจัยที่ส่งผลให้กระแสของเกมแรงมากในปัจจุบัน ก็คือ .....

.....

.....

7. สิ่งที่ยั่วยุแสวงหาจากในเกมคอมพิวเตอร์ ก็คือ .....

.....

.....

8. ความต้องการของวัยรุ่น มีดังนี้ .....

.....

.....

9. จากการอ่านเนื้อหาในหัวข้อ “อิทธิพลของเกมต่อวัยรุ่น” สามารถสรุปได้ ดังนี้ .....

.....

.....

รายชื่อสมาชิกในกลุ่ม

1.....

2.....

3.....

4.....

## แบบทดสอบย่อยที่ 4

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุด หรือเหมาะสมที่สุดเพียงคำตอบเดียว เมื่อนักเรียนเลือกคำตอบได้แล้ว ให้นักเรียนทำเครื่องหมายกากบาท ( X ) ลงบนตัวเลือกที่ถูกต้องในกระดาษคำตอบ (เวลา 15 นาที)

1. เทคนิคการดึงให้ผู้เล่นเกมอย่างต่อเนื่อง คืออะไร
  - ก. ความสวยงามของตัวละคร
  - ข. การให้รางวัลผู้เล่นเป็นระยะๆ เมื่อได้ทำตามเงื่อนไขต่างๆ ที่เกมกำหนดไว้
  - ค. เสียงดนตรีประกอบเกมที่เร้าใจ
  
2. ข้อใดไม่จัดเป็นเสน่ห์ในเกม
  - ก. โปสเตอร์โฆษณาเกม
  - ข. เสียงดนตรีประกอบเกมที่เร้าใจ
  - ค. ตัวละครหรือฉากที่น่าดึงดูดใจ
  
3. ข้อใดแสดงให้เห็นถึงความแตกต่างระหว่างเกมในอดีต - เกมในปัจจุบัน
  - ก. อุปกรณ์ที่ใช้ในการเล่นเกม
  - ข. จำนวนผู้เล่นเกม
  - ค. ถูกทุกข้อ
  
4. ข้อใดไม่จัดเป็นเกมในอดีต
  - ก. หมากกรุก
  - ข. หมากฮอส
  - ค. Gameboy
  
5. เมื่อมีพฤติกรรมซ้ำๆ สาระใจจะหลั่งออกมา ทำให้เกิดความสุข
  - ก. สารเอ็นโดรฟิน
  - ข. สารโดปามีน
  - ค. สารสัมผัส

6. ใครปฏิบัติตัวได้เหมาะสมที่สุด
- ก. แอร์รู้จักแบ่งเวลาในการเล่นเกมน ไม่เล่นเกมนานจนเกินไป
  - ข. ไอซ์มักจะเล่นเกมไปด้วย กินข้าวไปด้วย เพื่อเป็นการประหยัดเวลา
  - ค. แอนเล่นเกมเพลิน จนลืมทำการบ้าน
7. ทุกข้อต่อไปนี้เป็นปัจจัยที่ส่งผลให้กระแสของเกมแรงมากในปัจจุบัน ยกเว้นข้อใด
- ก. วารสารเกม
  - ข. การจัดพิธีเปิดตัวเกมใหม่ๆ อย่างยิ่งใหญ่
  - ค. ละครทีวี
8. ข้อใดไม่ใช่สิ่งที่พบได้จากในเกมออนไลน์
- ก. เพื่อนใหม่
  - ข. การโกง
  - ค. ความล้าสมัย
9. ข้อใดไม่ใช่สิ่งที่วัยรุ่นแสวงหาในเกม
- ก. แสวงหาตนเอง
  - ข. แสวงหาความสงบ
  - ค. แสวงหาการยอมรับ
10. ธรรมชาติของวัยรุ่น มีความต้องการอะไร
- ก. ต้องการความงดงามทางร่างกาย
  - ข. ต้องการเลือกอาชีพ
  - ค. ถูกทุกข้อ

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**แผนการจัดกิจกรรมที่ 5**  
**ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5**  
**เรื่อง สถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน**  
**เวลา 1 คาบ**

**จุดประสงค์ทั่วไป**

1. เพื่อให้นักเรียนมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ทั้งในด้านลักษณะของร้านเกม/ร้านอินเทอร์เน็ต , อันตรายต่างๆ ในร้านเกม/ร้านอินเทอร์เน็ต และปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้น ได้จากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์
2. เพื่อให้นักเรียนทราบว่าตนเองติดเกมหรือไม่

**จุดประสงค์เชิงพฤติกรรม**

1. นักเรียนสามารถบอกลักษณะของร้านเกม/ร้านอินเทอร์เน็ตได้อย่างถูกต้อง
2. นักเรียนสามารถยกตัวอย่างอันตรายต่างๆ ในร้านเกม/ร้านอินเทอร์เน็ต ได้อย่างน้อย 3 ข้อ
3. นักเรียนสามารถยกตัวอย่างปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้น ได้จากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ ได้อย่างน้อย 5 ข้อ
4. นักเรียนสามารถทำแบบทดสอบ เรื่อง “ คุณติดเกมขนาดไหน ” ได้ตรงตามความเป็นจริงของตัวนักเรียนเองมากที่สุด

**ความคิดรวบยอด**

เทคโนโลยีเป็นสิ่งที่มีความประโยชน์ แต่ก็อาจเป็นอันตรายได้ หากใช้ในทางที่ผิด อย่างเช่นร้านอินเทอร์เน็ต เป็นสถานที่ให้บริการเกี่ยวกับการใช้งานคอมพิวเตอร์และอินเทอร์เน็ต เป็นแหล่งแสวงหาความรู้ต่างๆ แต่ร้านอินเทอร์เน็ตในปัจจุบันส่วนใหญ่จะเปิดให้บริการเล่นเกมคอมพิวเตอร์และเกมออนไลน์ประเภทต่างๆ ด้วย ทำให้เด็กและเยาวชนที่เข้าไปใช้บริการมักที่จะเข้าไปเล่นเกมมากกว่าเข้าไปหาความรู้ และเมื่อเด็กมีพฤติกรรมติดเกม ก็จะส่งผลให้เกิดปัญหาหลายอย่างตามมา อาทิ ปัญหาการเรียน , ปัญหาด้านสุขภาพ และปัญหาการลักขโมย เป็นต้น ซึ่งเหล่านี้เป็นปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้น ได้จากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ นอกจากนี้ภายในร้านเกม/ร้านอินเทอร์เน็ต ยังอาจมีอันตรายหลากหลายรูปแบบแอบแฝงอยู่ ไม่ว่าจะเป็นการขายบริการทางเพศ หรือการขายยาเสพติด ดังนั้น เด็กๆ และเยาวชนจึงควรมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน เพื่อให้รู้เท่าทันถึงปัญหา รวมทั้งควรทำแบบทดสอบ เรื่อง “ คุณติดเกมขนาดไหน ” เพื่อให้เยาวชนได้รู้จัก เข้าใจ และยอมรับว่าตนเองติดเกมหรือไม่ และติดเกมในระดับใด จะได้หาแนวทางในการป้องกัน หรือปรับปรุงแก้ไข ได้อย่างทันที่

## เนื้อหา

1. ลักษณะของร้านเกม / ร้านอินเทอร์เน็ต
2. อันตรายต่างๆ ในร้านเกม / ร้านอินเทอร์เน็ต
3. ปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้จากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์
4. คุณติดเกมขนาดไหน?

## กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

### ขั้นที่ 1 ขั้นนำเสนอบทเรียนทั้งชั้น

1. ครูให้นักเรียนดูวีดิทัศน์ สารคดีเรื่อง “เกมออนไลน์ : การแข่งขันที่ไม่รู้จบ” เพื่อให้นักเรียนเข้าใจถึงสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบันมากยิ่งขึ้น หลังจากที่นักเรียนดูวีดิทัศน์จบ ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนได้แสดงความคิดเห็นหรือซักถามข้อสงสัยต่างๆ เกี่ยวกับเนื้อหาในวีดิทัศน์ได้อย่างเต็มที่

2. ครูแจกใบความรู้ เรื่อง “สถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน (ตอนที่ 3)” ให้นักเรียนแต่ละคนได้ศึกษา และทำความเข้าใจ

### ขั้นที่ 2 ขั้นทำงานกลุ่ม

3. ครูแจกใบงานให้นักเรียนแต่ละกลุ่มทำ โดยที่สมาชิกทุกคนในกลุ่มจะต้องร่วมมือกันช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพื่อทำใบงานให้เสร็จตามเวลาที่ครูกำหนด

4. ครูสุ่มสมาชิก 1 คน จากกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งออกมารายงานผลของการทำใบงานหน้าชั้นเรียน

5. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปเนื้อหาที่เรียน ทั้งเรื่องลักษณะของร้านเกม/ร้านอินเทอร์เน็ต, อันตรายต่างๆ ในร้านเกม/ร้านอินเทอร์เน็ต และปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้จากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์

6. นักเรียนแต่ละกลุ่มเตรียมสมาชิกภายในกลุ่มของตนเองให้พร้อมสำหรับที่จะทำแบบทดสอบย่อยที่ 5 โดยนักเรียนที่เรียนเก่ง เข้าใจในเนื้อหาที่เรียนเป็นอย่างดี จะต้องคอยช่วยเหลือนักเรียนที่ยังไม่ค่อยเข้าใจในเนื้อหาเท่าที่ควร ให้เข้าใจเนื้อหามากยิ่งขึ้น

### ขั้นที่ 3 ขั้นทดสอบ

7. ครูให้นักเรียนแต่ละคนทำแบบทดสอบย่อยที่ 5

8. ครูให้นักเรียนแต่ละคนทำแบบทดสอบ เรื่อง “คุณติดเกมขนาดไหน”



#### ขั้นที่ 4 ขั้นปรับปรุงคะแนน

9. ครูตรวจแบบทดสอบย่อยที่ 5 พร้อมทั้งพิจารณาผลการทดสอบของนักเรียนเป็นคะแนนรายบุคคล และคะแนนเฉลี่ยของกลุ่ม โดยครูจะทำการบันทึกผลการทดสอบของนักเรียนลงในสมุดบันทึกคะแนน

10. ครูตรวจแบบทดสอบ เรื่อง “คุณคิดเกมขนาดไหน” โดยมีเกณฑ์การคิดคะแนน ดังนี้  
การคิดคะแนน ข้อ A ได้ 3 คะแนน ข้อ B ได้ 2 คะแนน ข้อ C ได้ 1 คะแนน

นำคะแนนมารวมกันแล้วดูตามระดับคะแนน

18- 30 คะแนน คุณเล่นเกมอย่างสบายๆ ควบคุมตัวเองได้ รู้ตัวว่าจะเล่นเกมเมื่อไหร่ เลิกเล่นเมื่อไหร่

31 - 40 คะแนน คุณใช้เวลาไปกับการเล่นเกมพอสมควร ซึ่งถึงแม้ว่าจะยังไม่มีปัญหา กับการใช้ชีวิตประจำวันนัก แต่มีโอกาที่คุณจะเล่นเกมมากขึ้น จนเกิดปัญหาภายหลังได้ ดังนั้น ต้องควบคุมเวลาในการเล่นเกมที่

41 - 50 คะแนน คุณใช้เวลาในการเล่นเกมนานเกินไปจนเริ่มมีปัญหากับการใช้เวลาในชีวิตประจำวัน และเริ่มมีปัญหาที่บ้าน คุณต้องใช้ความพยายามอย่างหนัก เพื่อลดการเล่นเกมนาน

51 - 54 คะแนน คุณเป็นเซียนเกมตัวยง ขนาดติดอมเกม ซึ่งก่อให้เกิดผลกระทบทางด้านร่างกาย อารมณ์ และจิตใจ คุณควรจะได้รับคำปรึกษาจากผู้เชี่ยวชาญ เพื่อช่วยลดเวลาเล่นเกม

11. ครูประกาศให้นักเรียนทราบถึงผลคะแนนของตนเอง ว่าได้คะแนนอยู่ในระดับใด และมีความหมายเช่นไร เพื่อที่นักเรียนจะได้รู้ว่าตนเองติดเกมหรือไม่ ติดเกมในระดับใด และควรที่จะปฏิบัติตัวอย่างไรต่อไป

#### สื่อการสอน

1. วีดิทัศน์ สารคดี เรื่อง “ เกมออนไลน์ : การแข่งขันที่ไม่รู้จบ ”
2. ใบความรู้ เรื่อง “ สถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน (ตอนที่ 3) ”
3. ใบงาน
4. แบบทดสอบย่อยที่ 5
5. แบบทดสอบ เรื่อง “ คุณคิดเกมขนาดไหน ”
6. สมุดบันทึกคะแนน

#### การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมจากการร่วมกิจกรรม และการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน
2. ความร่วมมือขณะทำงานกลุ่มของนักเรียน

3. ตรวจสอบงาน
4. ตรวจสอบแบบทดสอบย่อยที่ 5
5. ตรวจสอบแบบทดสอบ เรื่อง “คุณคิดเกมขนาดไหน”

การปรับปรุงการจัดกิจกรรม

.....

.....

.....



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ใบความรู้ เรื่อง สถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน (ตอนที่ 3)

### ลักษณะของร้านเกม/ร้านอินเทอร์เน็ต และ อันตรายต่างๆในร้านเกม/ร้านอินเทอร์เน็ต



#### **อินเทอร์เน็ตคาเฟ่...ดาบสองคม**

การศึกษาเทคโนโลยีเพื่อให้ความรู้สามารถนำไปใช้สร้างงานและพัฒนาสังคมเป็นสิ่งจำเป็นที่คนยุคนี้ต้องมีความรู้เรื่องเทคโนโลยีไม่มากก็น้อย (แทบไม่อาจขาดได้) เพราะเทคโนโลยีมีประโยชน์แต่ก็เป็นอันตรายได้ หากใช้ในทางที่ผิดทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน ความจำเป็นที่ต้องการเรียนรู้หรือฝึกฝนสำหรับคนที่ไม่มีเครื่องคอมพิวเตอร์ที่พึงสำคัญก็คือร้านอินเทอร์เน็ตคาเฟ่นั่นเอง

ธุรกิจสถานบริการอินเทอร์เน็ต หรือที่รู้จักกันเป็นอย่างดีว่า อินเทอร์เน็ตคาเฟ่ (Internet Cafe) นับวันจะเฟื่องฟูขึ้นทุกที ซึ่งจะเห็นได้จากการที่ร้านอินเทอร์เน็ตคาเฟ่เริ่มกระจายตัว เข้าไปในหลายๆ สถานที่ เช่น โรงเรียน โรงพยาบาล และตามบริษัท ห้างร้านต่างๆ สำหรับผู้มาใช้บริการก็มีหลากหลายอายุ แต่ในปัจจุบันร้านอินเทอร์เน็ตเห็นจะเป็นที่นิยมสำหรับเด็ก และวัยรุ่น ไม่เว้นแม้แต่เด็กประถมตัวเล็กๆ

จะว่าไปแล้ว สถานบริการอินเทอร์เน็ตก็มีทั้งข้อดีข้อเสีย พ่อแม่ผู้ปกครองจำเป็นที่จะต้องสอดส่อง ดูแลบุตรหลานให้ดี **แต่ไม่ควรห้ามลูกให้ไปร้านอินเทอร์เน็ตเลยเสียทีเดียว**

#### **ข้อดีของร้านอินเทอร์เน็ตคาเฟ่**

- สร้างความสะดวกสบายให้แก่ผู้ที่ไม่มีคอมพิวเตอร์เป็นของตนเอง ได้มีโอกาสใช้อินเทอร์เน็ต
- เป็นแหล่งอำนวยความสะดวกทางการเรียน เช่น การพิมพ์งาน การพริ้นท์งาน บางแห่งยังบริการเช่ารูปเล่มรายงานแบบครบวงจร ทำให้ไปไม่ต้องไปหลายที่

- ประหยัดเงินค่าอุปกรณ์คอมพิวเตอร์ เพียงแค่จ่ายค่าอินเทอร์เน็ตชั่วโมงละ 15-30 บาท ก็สามารถใช้อินเทอร์เน็ตความเร็วสูงได้แล้ว
- ได้พบปะเพื่อนใหม่ รวมทั้งแลกเปลี่ยนความรู้กันในเรื่องคอมพิวเตอร์ และอินเทอร์เน็ต
- มีส่วนผลักดันให้การใช้อินเทอร์เน็ตในประเทศมีอัตราที่สูงขึ้น

### ภัยมืดของอินเทอร์เน็ตคาเฟ่

- ร้านอินเทอร์เน็ตในปัจจุบัน ส่วนใหญ่จะเปิดให้บริการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ และเกมออนไลน์ประเภทต่างๆ และพบว่าร้านอินเทอร์เน็ตจะเต็มเนื่องจากมีเด็ก และเยาวชนเข้าไปเล่นเกม มากกว่าเข้าไปหาความรู้
- ผลกระทบจากการเล่นเกมมากเกินไป จนกลายเป็นติดเกมนั้น มักมีผลเสียมากกว่าผลดี ซึ่งได้แก่ ผลเสียต่อการเรียน สุขภาพ รวมไปถึงการเข้าสู่สังคมของเด็กด้วย
- เนื่องจากการใช้อินเทอร์เน็ตที่ร้านต้องเสียค่าบริการ เมื่อเด็กติดเล่นเกม แต่ไม่มีเงินเพียงพอ ก็อาจจะนำมาซึ่งการหาเงินอย่างผิดวิธี
- เป็นแหล่งมั่วสุมของเยาวชน เนื่องจากอินเทอร์เน็ตคาเฟ่บางร้านให้บริการขายอาหาร รวมทั้งเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

ร้านอินเทอร์เน็ตคาเฟ่ เป็นสถานที่ให้บริการเกี่ยวกับการใช้งานคอมพิวเตอร์ และอินเทอร์เน็ต เกิดแหล่งชุมนุมของผู้ต้องการใช้อินเทอร์เน็ต แต่ไม่มีคอมพิวเตอร์ใช้ที่บ้าน จึงต้องมาหาใช้คอมพิวเตอร์จากร้านให้บริการ แต่การเกิดชุมชนตรงนั้น หากไม่มีการควบคุมป้องกันไม่ให้เจ้าของร้านหรือ ผู้ใดสามารถแสวงหาผลประโยชน์ ไม่ว่าจะเป็นเรื่องกลยุทธ์ ล่อลวงให้เด็กมาเล่นเกม ไม่ป้องกันปล่อยให้เด็กเข้าเว็บไม่เหมาะสม หรือใช้เป็นแหล่งมั่วสุม ขายยาเสพติด ขายบริการทางเพศ ปัญหาใหญ่ที่จะตามมาให้แก้คงจะมีอีกมากมาย

**ดังนั้นผู้ประกอบการเดือน และบอกกับบุตรหลาน เรื่องสิ่งที่ต้องระวัง เมื่อต้องไปใช้บริการร้านอินเทอร์เน็ตคาเฟ่ และบอกให้รู้ว่ามีสิ่งใดบ้างที่ต้องพึงระวังก่อนไปใช้บริการ**

### เอกสารอ้างอิง

กองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ, สำนักงาน. 2546 อินเทอร์เน็ตคาเฟ่...ดาบสองคม .

[ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://www.thaideanet.com> [21 สิงหาคม 2549]

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นได้จากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์



### **บ้าเกมติดคอมฯ ตายคาจอได้ไง?**

**หนุ่มเกาหลีใต้ วัย 28 เสียชีวิตคาจอคอมพิวเตอร์** เมื่อวันที่ 3 ส.ค. หลังจากเล่นเกมออนไลน์ มาราว 50 ชั่วโมง เป็นตัวอย่างล่าสุด ของการเล่นเกม ตายคาจอ ทำเอาพ่อแม่ที่มีลูกหลาน บ้าเกมคอมพิวเตอร์ ออกสิ้นขวัญเขาน

**แต่กรณีของหนุ่มเกาหลีรายนี้ ไม่ใช่เรื่องแปลกใหม่...และไม่ใช่กรณีแรกของโลก ประเทศไทยของเราก็เคยมีการนองเลือดมาแล้ว**

23 ส.ค. 2544 **นายธนเส สมมอย** หนุ่มรุ่นกระทรงวัย 22 ปี ช่างปั้นเซรามิก บริษัทเปรมประชาคอลเลกชัน อ.สันกำแพง จ.เชียงใหม่ ผู้คลั่งไคล้ในเกม **"เกาน์เตอร์สไตรก์"** จบชีวิตหน้าจคอมพิวเตอร์ หลังจากตกอยู่ในภาวะ ติดเกมคอมพิวเตอร์มารวม 2 ปี...

นายธนเสเล่นทุกครั้งที่มีเวลาว่าง แม้แต่พักเที่ยงมีเวลาแค่ ชั่วโมงเดียว ก็ยังต้องเดินเข้าร้านเกมคอมพิวเตอร์ เพื่อเล่นเกมออนไลน์

ตกเย็นเลิกเวลาดงาน ไม่ต้องพูดถึง เข้าร้านเกมเล่น ไปจนดึกดื่น ตีหนึ่ง ตีสอง ถึงจะกลับที่พักเข้านอน นี่คือชีวิตประจำวัน

แต่ที่ไม่ประจำวัน...คืนก่อนตาย ธนเสได้ทำแปลกพิศกกว่าทุกวัน เล่นเกมนานผิดปกติ ปาเข้าไปตีสาม ตีสี่ รุ่งขึ้นอีกวันยังไม่หายมัน ยังเอาชนะเกมคอมพิวเตอร์ไม่ได้ เลิกงานก็ไปเล่นเกมต่อ...ในที่สุด เขาก็หัวใจวายเฉียบพลันแบบเดียวกับ หนุ่มเกาหลีใต้

**เกมคอมพิวเตอร์...มีอิทธิฤทธิ์ทำให้คนหัวใจวายตายได้ อย่างนั้นหรือ?**

"โอกาสที่คนจะหัวใจวายเฉียบพลันจากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ สามารถเกิดขึ้นได้" **ผศ.น.พ.สมเกียรติ แสงวัฒนาโรจน์** อาจารย์ประจำสาขาวิชา โรคหัวใจและหลอดเลือด คณะแพทยศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ให้คำอธิบาย

"การเล่นเกมคอมพิวเตอร์ทำให้ผู้เล่นเกิดความเครียด โดยเฉพาะเกมที่เล่นกันแบบม่ง เอาแพ้เอาชนะตลอดเวลา ธรรมชาติของคนเรา เมื่อ เกิดความเครียดขึ้นมา ไม่ว่าจะเครียดเรื่องอะไร ระบบของร่างกายจะหลั่งสารฮอร์โมน ชนิดหนึ่งออกมาไปกระตุ้นให้หัวใจเต้นถี่เร็วกว่าปกติ"

เล่นเกมแล้วเครียด หัวใจเต้นแรงผิดปกติ...แน่นอนเล่นเกมนานเครียดนาน หัวใจเต้นแรงและเร็วขนาดอย่าง ต่อเนื่อง หัวใจก็มีสิทธิ์ล้มเหลวได้

กระนั้นก็ตาม น.พ.สมเกียรติ บอกว่า กรณีหัวใจวายทำให้คนตายจากคอมพิวเตอร์แบบนี้ไม่พบบ่อยนัก ไม่เหมือนกรณีไหลตายที่เกิดบ่อยในบ้านเรา แต่สาเหตุของการเสียชีวิตจะคล้ายกัน...หัวใจล้มเหลวเพราะเต้นเร็ว

**หัวใจวายตายจากจอเป็นกรณีหัวใจวายเฉียบพลัน** ขณะที่หัวใจกำลังเหนื่อยเต้นแรงและเร็ว ส่วนไหลตายนั้น เป็นกรณีหัวใจวาย หลังจากคนทำงานหนัก แต่ พอถึงเวลาพัก ล้มตัวลงนอน หัวใจจึงมาล้มเหลวภายหลัง แต่หัวใจคนนั้น ไม่ได้ล้มเหลวได้ง่ายๆ ไม่ใช่มีอะไรมากระตุ้น มาทำให้ตื่นเต้นแล้วจะวายไปหมดเสียทุกคน

**และไม่ใช่ว่าเล่นเกมคอมพิวเตอร์แล้วจะต้องตายไปเสียทุกคน**

คนที่หัวใจจะมีโอกาสสวายตายได้นั้น อาจารย์ประจำสาขาวิชาโรคหัวใจและหลอดเลือดบอกว่า **คนนั้นจะต้องเป็นคนที่มีปัญหาเกี่ยวกับโรคหัวใจเป็นทุนเดิมอยู่ก่อนแล้ว** ในเมื่อคนที่มีปัญหาโรคหัวใจเป็นทุนเดิมนั้น ส่วนใหญ่จะเป็นผู้สูงอายุ...แน่นอนคนสูงอายุหัวใจวาย จากจอเกมคอมพิวเตอร์ ก็เป็นเรื่องที่ยอมรับกันได้

**แต่คนที่เสียชีวิตเล่นเกมคอมพิวเตอร์ ล้วนแต่เป็นเด็กหนุ่ม อายุแค่ 20 เศษๆ จะหัวใจล้มเหลวเพราะเล่นเกมได้อย่างไร?**

ถึงเด็กหนุ่มจะมีโอกาสเสียชีวิตแบบนี้ได้น้อย เพราะไม่ได้ป่วยเป็นโรคหัวใจมากเหมือน ผู้สูงอายุก็ตาม...แต่ก็ยังประมาทไม่ได้

“เด็กหนุ่มก็มีสิทธิ์หัวใจวายตายจากเกมได้ ถ้าเขาป่วยเป็นโรค หัวใจโดยที่ตัวเองไม่รู้ เพราะไม่เคยไปตรวจเช็คสุขภาพมาก่อน ถึงจะไม่ป่วยด้วยโรคหัวใจ แต่ถ้าคนในครอบครัว พ่อ แม่ ญาติพี่น้อง มีประวัติเป็นโรคหัวใจ เด็กคนนั้นก็มีโอกาสเสียชีวิตจากจอได้เหมือนกัน”

คนที่ป่วยเป็นโรคหัวใจโดยที่ตัวเองไม่รู้ตัวมาก่อน รวมทั้งญาติพี่น้องมีประวัติญาติป่วย เป็นโรคหัวใจ มีโอกาสเสียชีวิตจากการเล่นเกมได้เพราะ...

**การเล่นเกมทำให้เราเครียด ร่างกายหลังสวาทให้หัวใจเต้นเร็วผิดปกติ... หัวใจจะทำหน้าที่เหมือนปั๊มน้ำ คอยสูบน้ำไปหล่อเลี้ยงร่างกายและสมอง**

ถ้าระบบสูบน้ำผิดปกติมีปัญหา หลอดเลือดไม่ดี มีไขมันจับเกาะ หลอดเลือดเป็นทุนเดิมอยู่แล้ว และมีปัญหาเรื่องกล้ามเนื้อหัวใจหนา หัวใจเต้นผิดปกติเพราะกรรมพันธุ์ สิ่งที่จะตามมาหลังจากเล่นเกม

**หัวใจจะเป็นเหมือนปั๊มน้ำ ที่ถูกเร่งให้ดูดสูบน้ำแรงขึ้น**

ยิ่งกรณีคนมีปัญหากล้ามเนื้อหัวใจหนา แรงดูดสูบน้ำก็ยิ่งเพิ่มมากขึ้น...และหัวใจ ที่มีปัญหาเต้นผิดปกติอยู่แล้ว ยิ่งจะเต้นผิดปกติบีบสูบเลือดแรงขึ้น เมื่อหัวใจปั๊มเลือดดูดแรงผิดปกติ หลอดเลือดก็เลยถูกดันให้ตีบมากขึ้นตามมา ยิ่งมีไขมันจับเกาะอยู่ในหลอดเลือดด้วย แรงดูดของหัวใจจะ ไปดูดไขมัน ที่จับเกาะเส้นเลือดให้หลุดออกเป็นลิ่มขวางทางไหลของเลือดไม่ให้ไหลเข้าหัวใจ

สิ่งที่ตามมาของความเครียดจากการเล่นเกมของ คนมีปัญหาเรื่องหัวใจและหลอดเลือดเป็นทุนเดิมก็คือ...**หัวใจจะเกิดอาการขาดเลือดแบบเฉียบพลัน!** เลือดถูกสูบฉีดไปเลี้ยงสมองน้อยลง อาการเบื้องต้นที่จะปรากฏให้เห็น...ทำให้รู้สึกหน้ามืด เป็นลมหมดสติ แต่จะสามารถฟื้นขึ้นมาได้ ถ้าอาการหัวใจขาดเลือดมีไม่มากนัก ถ้าหัวใจขาดเลือดมาก **สมองขาดเลือดมาหล่อเลี้ยงนาน... คนนั้นก็ตายจากจอเกมคอมพิวเตอร์ แบบ ไม่มีวันฟื้น**

**นี่คือเหตุและผล... เกมคอมพิวเตอร์ถึงทำให้คนตายจากจอได้**

ฉะนั้น จะป้องกันปัญหาตายจากจอเกิดกับลูกหลาน สิ่งที่ต้องระวังไว้ก็คือ...ถ้าลูกหลานบ้าเกม ติดเกม...เล่นแต่ละครึ่งติดต่อกันหลายชั่วโมง ให้ถามตัวเองก่อนว่า ในครอบครัวของเรา มีญาติคนไหนบ้างที่มีประวัติป่วยเป็น โรคหัวใจ บ้างหรือเปล่า?

ถ้ามี...! ก็ให้พยายามเล่นเกมให้น้อย! รวมทั้งต้องพาลูกไปให้หมอตตรวจเช็คสภาพระบบหัวใจ เพื่อจะได้รู้กันล่วงหน้า...

**อนาคตลูกอาจเป็นข่าวดัง...ตายจากจอเกมคอมพิวเตอร์**

**เอกสารอ้างอิง**

บ้าเกมติดคอมฯ ตายจากจอได้ไง?. (15 สิงหาคม 2548). ไทยรัฐ: 5.

## "เด็กติดเกม" ฝันร้ายพ่อแม่ยุคไซเบอร์

กว่า **80%** เด็กนิยมเล่นเกมต่อสู้อยู่ที่มีเนื้อหา “โหด มั่นส่ เขี้ยม”

ในยุคไซเบอร์ที่คอมพิวเตอร์กลายเป็นส่วนหนึ่งของชีวิต ปัญหาเด็กติดเกมจึงเป็นเรื่องที่พ่อแม่ผู้ปกครองต้องนั่งกุมขมับ เพราะนอกจากเล่นแบบหามรุ่งหามค่ำไม่เลิกแล้ว ยังลามไปถึงการแอบลักขโมยทรัพย์สินเงิน เพื่อนำเงินไปเช่าเครื่องคอมพิวเตอร์เล่นเกมในบ้านอินเทอร์เน็ต

จากการสำรวจเด็กตั้งแต่ชั้น ป.4 จนถึงมหาวิทยาลัย 1.4 พันคนทั่วประเทศ ในปี 2549 ของคณะแพทยศาสตร์ ศิริราชพยาบาล ร่วมกับสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ พบว่าในกลุ่มเด็กที่คลั่งไคล้เกมที่ต้องเล่น วันละ 2-3 ชั่วโมง แบ่งเป็นชาย 11.2% เด็กหญิง 9.2% กลุ่มที่ติดเกมมากไม่ต่ำกว่าวันละ 3 ชั่วโมง เป็นชาย 3.8% เด็กหญิง 4.3% รวมแล้วจะมี เด็กกลุ่มที่ติดเกมประมาณ 15% ของจำนวนเด็กทั้งหมด เมื่อเฉลี่ยแล้ว พบว่า ในจำนวนเด็ก 5 คน จะมีเด็กที่ติดเกม 1 คน โดยเด็กมีสัดส่วนของเด็กในระดับมัธยมต้นมากที่สุด ขณะที่อายุของเด็กที่เริ่มติดเกมจะอยู่ที่ช่วง 14.45

ข้อมูลดังกล่าวสอดคล้องกับผลสำรวจวัฒนธรรมการใช้ชีวิตของเด็กและเยาวชน เรื่อง “ชีวิตไซเบอร์” ของสถาบันรามจิตติ ที่พบพฤติกรรมเด็ก 7 ภาคทั่วประเทศใช้เวลา 1 ใน 3 ไปกับการใช้สื่อเทคโนโลยี เช่น เล่นเกมคอมพิวเตอร์วันละ 2 ชั่วโมง โดยเด็กชายเล่นเกมมากถึง 133.69 นาทีต่อวัน เด็กหญิงใช้เวลาเล่นเกม 92.09 นาทีต่อวัน

เด็กติดเกมกว่า **80%** จะนิยมเล่นเกมต่อสู้อยู่ที่มีเนื้อหา “โหด มั่นส่ เขี้ยม” เป็นหลัก

สมพงษ์ จิตระดับ อาจารย์ประจำคณะ ครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ให้ความเห็นว่า ปัญหาเด็กติดเกมในยุคปัจจุบันไม่ต่างอะไรกับปัญหาการติดยาเสพติดของเด็ก ซึ่งเป็นปัญหาระดับประเทศ

โดยเฉพาะช่วงปิดเทอมที่อัตราการเล่นเกมของเด็กจะเพิ่มขึ้นถึง 2 เท่าจากช่วงเปิดเทอม จากวันละ 3-4 ชั่วโมง เป็นวันละ 6-7 ชั่วโมง และใช้เงินไปกับการเล่นเกม 50-200 บาทต่อวัน

เด็กชายเล่นเกมมากกว่าเด็กหญิงถึง 5 เท่า ที่สำคัญก็คือการเล่นเกมกลายเป็นกิจกรรมอันดับหนึ่งที่เด็กส่วนใหญ่เลือกทำในช่วงปิดเทอมและในเวลาว่าง

นอกจากเกมจะทำให้เด็กมีสุขภาพแย่ลงทั้งทางร่างกายและจิตใจ เช่น สายตาไม่ดี สุขภาพเสื่อมโทรม ยังไม่ยอมมีปฏิสัมพันธ์กับคนอื่น อารมณ์ฉุนเฉียวง่าย เมื่อพ่อแม่ตักเตือนจะตวาดกลับหรือเถียง โทกพ่อแม่ ขโมยเงิน และหนีออกจากบ้าน

เกมยังเป็นปัจจัยสำคัญทำให้ผลการเรียนถดถอยลงต่อเนื่อง เห็นได้จากตัวเลขของเด็กชายที่ต้องออกจากสถาบันการศึกษาเพิ่มสูงกว่าเด็กหญิงอย่างมาก เนื่องจากการเล่นเกมทำให้สมาธิสั้น ไม่ใส่ใจเรียนหรือหนีเรียน ไปเล่นเกม

จากการทำวิจัยเรื่องเด็กติดเกม ในกลุ่มเด็กตั้งแต่ประถม-อุดมศึกษา ที่อาศัยใน กทม.และปริมณฑล ของสมพงษ์ พบว่า กลุ่มนักเรียนจะเล่นเกมมากที่สุด บางคนเล่นติดต่อกัน 3 วัน 3 คืน และส่วนใหญ่จะเป็นที่บ้าน ร้านเกม และห้างสรรพสินค้า

สาเหตุการเล่นเกมนั้นคือ เหนง อยากมีเพื่อน มีเวลาว่าง และอยากคลายเครียด ขณะที่เยาวชนนักเล่นเกมหลายคนระบุว่า เกมเหมือนยาเสพติด ไม่เล่นแล้วแทบลงแดงตาย หรือเป็นอวัยวะชิ้นหนึ่งของร่างกายที่ขาดไม่ได้

ปัญหาเด็กติดเกม มีสาเหตุมาจากหลายปัจจัย เช่น กิจกรรมอื่นๆ นอกเหนือจากเกมไม่น่าสนใจหรือกระตุ้นให้เด็กเข้าร่วมได้ ไม่ว่าจะกิจกรรมค่ายคุณธรรมของกระทรวงศึกษาธิการ ที่ทำกับเด็กเฉพาะกลุ่ม หรือทำแบบกระจายกระจาย มีระยะเวลาสั้น ทำให้เด็กส่วนใหญ่ไม่เข้าร่วม

ขณะที่หน่วยงานรัฐที่รับผิดชอบยังห่อนยาน ไม่มีมาตรการพอจะจัดการปัญหาได้จริง กลุ่มผู้ปกครองจำนวนไม่น้อยยังไม่รู้เท่าทันเทคโนโลยี จึงแนะนำบุตรหลานไม่ได้

ดังนั้น กระบวนการแก้ไขเด็กติดเกม จึงจำเป็นต้องอาศัยความร่วมมือจากทุกหน่วยงานเข้าด้วยกัน โดยรัฐบาลอาจประกาศเป็นวาระแห่งชาติเพื่อแก้ปัญหาอย่างเป็นองค์รวม

ด้าน นพ.บัณฑิต ศรีไพศาล ผู้อำนวยการสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ ระบุว่า กลุ่มเด็กคลั่งไคล้เกมจะมีพฤติกรรมที่แสวงหาการเล่นเกมนานตลอดเวลา เช่น ตื่นมาเล่นตอนกลางคืน เลิกเรียนแล้วต้องเล่นก่อนกลับบ้าน รวมทั้งมีพฤติกรรมการเล่นเพิ่มขึ้นอย่างต่อเนื่อง จาก 1 ชั่วโมง เป็น 2-3 ชั่วโมง บางคนขาดการเล่นไม่ได้เลย

“ปัจจัยที่ทำให้เด็กติดเกม ก็คือการเติบโตท่ามกลางสังคมที่เน้นวัตถุนิยม ทำให้เด็กต้องการแสวงหาความสุขแบบง่ายๆ ฉาบฉวย รวดเร็วไม่ต้องรอนาน ขณะที่ผู้ปกครองก็ไม่ได้มอบหมายหน้าที่อื่นให้เด็กรับผิดชอบนอกจากการเรียน รวมทั้งมักไม่มีเวลาดูแลลูก แต่ใช้คอมพิวเตอร์ ใช้โทรทัศน์ และให้เงิน ให้ลูกดูแลตัวเอง นอกจากนี้สังคมยังขาดพื้นที่สำหรับเด็กและเยาวชน ทำให้เด็กต้องอาศัยอยู่กับอุปกรณ์เทคโนโลยีต่างๆ จนเกิดปัญหาเด็ก ติดเกมในที่สุด”



ในแง่การควบคุม นพ.บัณฑิต เห็นว่าภาครัฐยังไม่เอาจริงในการดูแลธุรกิจที่เกี่ยวข้อง เช่น การจัดประเภทเกม หรือเรตติ้ง รวมทั้งการควบคุมการเปิดให้บริการ หรือกลุ่มลูกค้าที่เข้าไปใช้บริการ ในร้านเกมและร้านอินเทอร์เน็ต

ฉะนั้น ท่ามกลางเด็กติดเกมที่มีความรุนแรงมากขึ้นอย่างรวดเร็วเคียงคู่ไปกับจำนวนเกมใหม่ๆ ที่แพร่กระจายสู่ท้องตลาด การควบคุมดูแลเรื่องดังกล่าวจากภาคส่วนต่างๆ จึงยังก้าวเดินไปอย่างเชื่องช้าและขาดการเอาใจใส่อย่างจริงจัง

ความสุขของเด็กวันนี้ จึงเป็นทุกข์ของผู้ปกครอง โดยไม่รู้ว่าจะหาทางออกได้อย่างไร

เอกสารอ้างอิง

ผ่องพรรณ วิรัชติ. 2550. “เด็กติดเกม” ฝันร้ายพ่อแม่ยุคไซเบอร์. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา:

<http://www.thaisafenet.org> [23 พฤษภาคม 2551]

LET's TALK with itemthai

- **Itemthai.com**เป็นผู้ให้บริการแลกเปลี่ยน เงินในเกมออนไลน์ต่างๆ รวมถึงไอเท็มมากมายเลยคะ โดยเปิดดำเนินการมาแล้วเกือบ 2ปี มีเบอร์ร้านมั่นใจได้ ว่าคุณจะไม่โดนโกงอย่างแน่นอน

- **ปรับลดราคาแล้วจ้า!** ตอนนี้ราคาเงิน m เกมส์ **Yulgang** ปรับลดราคาแล้วนะคะ เข้าไปดูกันได้เลย [ที่นี่เลยคะ](#)

- **รับบัตร** ในตอนนี้เว็บไซต์ **Itemthai.com** เปิดรับเฉพาะบัตร **True Money** นะคะไม่ได้รับบัตรอื่นคะ ลองเข้าไปดูวิธีชำระผ่านระบบ **True Money** ที่...

ขอบคุณที่อุดหนุนกันมาตลอดนะคะ

ITEMTHAI service

คุณต้องการได้รับบริการอะไรจากเราคะ?

ต้องการซื้อเงิน M

ต้องการขายเงิน M

## ITEMTHAI NEWS UPDATE

### บัตรเงินสดทรูมันนี่



พกใบเดียว ใช้ได้ทุกที่

○ โอนเงิน ค่าซื้อ M ผ่าน ทรูมันนี่ ได้แล้ว วันนี้

เพิ่มความสะดวกในการจ่ายเงิน ผ่านบัตร

**TRUE MONEY** สะดวกมากคะ เอมี ก็ใช้

อ่านวิธีใช้ [คลิกที่นี่](#)



○ โอนเงิน ค่าซื้อ M ผ่าน เซเว่น ได้แล้ว วันนี้

เพิ่มความสะดวกในการจ่ายเงิน ได้ทาง 7-11 และ

เคาเตอร์ **TRUE** และเคาเตอร์ที่มีสัญลักษณ์

**SMART PURSE** อ่านวิธีใช้ [คลิกที่นี่](#)



○ แจกฟรี อีกแล้ว เกมส์ **PC** กล่องของแท้ ถูก  
ลิขสิทธิ์

จำนวนจำกัด เพียง **10** กล่องเท่านั้น เมื่อสั่งซื้อเงิน

**m** เกมส์ **Yulgang** ตั้งแต่ **2,000m** ขึ้นไป รับฟรี

ทันที เกมส์ **PC** ของแท้ (มาเลือกที่ร้านได้)

หมดเขต **15** กุมภาพันธ์นี้หรือจนกว่าของจะหมด

## PRICES RATE

ราคาเงินยัพแตกล่าสุด



Server/Amount	Price	Buy
การชำระค่าบริการด้วยวิธีการ <a href="#">โอนเงิน</a> และจ่ายผ่าน <b>7-11</b>		
อัศนีชัยสุธา	<b>M ละ 1 บาท</b>	☞ Buy
พิชิตสุริยันต์		☞ Buy
สวรรคทัตลาปฐพี		☞ Buy
มายาจันทร์ราพิชิต		☞ Buy

ประกาศิตลิขิตนภา

Buy

## การชำระค่าบริการด้วยวิธีอื่นๆ

True Money\*

M ละ 1.5 บาท

Buy

สอบถามส่วนลดที่ถูกกว่านี้ได้ทางโทรศัพท์นะคะ

Granado Espada

Server/Amount	5m	10m	20m	50m	Buy
Taurus	500 ฿	1000 ฿	1800 ฿	4200 ฿	Buy
Serpens	500 ฿	1000 ฿	1800 ฿	4200 ฿	Buy
Andromeda	500 ฿	1000 ฿	1800 ฿	4200 ฿	Buy
Drago	500 ฿	1000 ฿	1800 ฿	4200 ฿	Buy

LINEAGE II  
THE CHAOTIC CHRONICLE

Server/Amount	20m	50m	80m	100m	Buy
Bartz	400 ฿	1000 ฿	1600 ฿	2000 ฿	Buy
Sieghardt	400 ฿	1000 ฿	1600 ฿	2000 ฿	Buy
Kain	400 ฿	1000 ฿	1600 ฿	2000 ฿	Buy
Lionna	400 ฿	1000 ฿	1600 ฿	2000 ฿	Buy

เอกสารอ้างอิง

LET' s TALK with itemthai. 2550 [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://www.itemthai.com>

[18มกราคม 2550]

## เงื่อนไขการสนับสนุนบอท YGB

(บอท หมายถึง โปรแกรมช่วยเล่น ในที่นี้ บอท YGB เป็นโปรแกรมช่วยเล่น สำหรับเกมYULGANG)

ผู้ที่จ่ายเงินสนับสนุนชื่อที่เดียว

1 ID = 200บาท

2 ID = 400บาท

3 ID = 550บาท(ปกติ 600ลดให้ 50บาท) และมีสิทธิขอรหัสใหม่ได้ 1ID ถ้าถูกแบน

4 ID = 700บาท(ปกติ 800ลดให้100บาท) และมีสิทธิขอรหัสใหม่ได้ 2ID ถ้าถูกแบน

5 ID = 850บาท(ปกติ 1000ลดให้ 150บาท) และมีสิทธิขอรหัสใหม่ได้ 3ID ถ้าถูกแบน

6 ID = 1,000บาท(ปกติ 1200ลดให้ 200บาท) ได้เป็น ID VIP ทั้ง 6ID โดยที่เจ้าของ ID จะสามารถขอรหัสใหม่ได้ไม่จำกัดครั้งถ้า ID ในกลุ่มถูกแบน

สำหรับผู้ที่สนับสนุนมากกว่า 6ตัวก็ให้คิดเป็นกลุ่ม กลุ่มละ 6ID นะครับ เช่นต้องการสนับสนุน 8ตัว ก็จะแบ่งเป็น VIP1 กลุ่มกับเศษอีก 2ตัว ดังนั้นต้อง จ่ายเงินเท่ากับ  $6ID + 2ID = 1,000บาท + 400บาท = 1,400บาท$

ส่วนผู้ที่จ่ายเงินสนับสนุนชื่อเพิ่มจากที่มีอยู่ ก็จะใช้การคิดราคาแบบข้างบนโดยไม่มีกรเอาไปคิดราคาหักลดหรือรวมกับที่เคยซื้อมาแล้ว ให้คิดราคาใหม่เลย ดังนี้

ถ้าซื้อเพิ่ม 1ID=200บาท 2ID=400บาท 3ID=550บาท 4ID=700บาท 5ID=850บาท 6ID=1,000บาท

7ID=1,200บาท 8ID=1,400บาท 9ID=1,550บาท เป็นต้น

ทยอยซื้อครบ 3ID มีสิทธิขอรหัสใหม่ได้ 1ID ถ้าถูกแบน

ทยอยซื้อครบ 4ID มีสิทธิขอรหัสใหม่ได้เพิ่มอีก 1ID ถ้าถูกแบน

ทยอยซื้อครบ 5ID มีสิทธิขอรหัสใหม่ได้เพิ่มอีก 1ID ถ้าถูกแบน

ทยอยซื้อครบ 6ID ได้เป็น ID VIP ทั้ง 6ID โดยที่เจ้าของ ID จะสามารถขอรหัสใหม่ได้ไม่จำกัดครั้งถ้า ID ในกลุ่มถูกแบน

เอกสารอ้างอิง

ชูเกียรติ เจริญผลดี. 2550. เงื่อนไขการสนับสนุนบอทYGB [ออนไลน์]. แหล่งที่มา:

<http://www.thaicomcenter.com> [19 มีนาคม 2551]

## บัตร @ Cash

บัตร @ Cash คือบัตรที่อำนวยความสะดวกให้กับชาวออนไลน์ โดยมีแนวคิดที่ว่า “บัตรเดียวเติมได้ทุกความสนุก” เพราะ @ Cash สามารถนำมาเติมเวลาเล่นเกมในเครือเอเซียซอฟท์ และเกมออนไลน์อื่นๆ ที่ได้ร่วมเป็นพันธมิตรกับเอเซียซอฟท์ นอกจากนี้ยังสามารถเติมบริการอื่นๆ ที่จะสร้างความสนุกเพื่อเติมให้กับชาวออนไลน์ได้อย่างไม่รู้จบ



### • เกมของ Playpark



### • เกมและบริการของพันธมิตร ได้แก่





## ทำไมต้อง @ Cash

บัตร @ Cash เป็นบัตรที่บริการความสะดวกและรวดเร็ว คุณจึงสามารถสั่งซื้อบัตร @ Cash ได้จากหลายช่องทาง และต่อเติมความสนุกได้ตลอดเวลา บัตร @ Cash มีให้คุณเลือกได้ถึง 7 ราคา คือ 28 บาท, 55 บาท, 89 บาท, 159 บาท, 189 บาท, 349 บาท และ 888 บาท ทั้งแบบรายชั่วโมง และรายวัน ให้คุณสามารถเล่นได้กับทุกเกมฮิตในเครือเอเซียซอฟท์ และ เกมพันธมิตรอีกมากมาย



\* เพิ่ม 2 ราคาใหม่ 245 บาท และ 450 บาท เฉพาะที่ @ Shop, @ Easy และ e-pay

เอกสารอ้างอิง

เอเชียซอฟท์ อินเตอร์เนชั่นแนล. 2550. บัตร@cash. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา:

<http://www.asiasoft.co.th> [4 มีนาคม 2550]

อาจสรุปได้ว่า ปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นได้จากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ มีทั้งหมด 10 ปัญหา ได้แก่ ปัญหาด้านการเรียน , ปัญหาด้านสุขภาพ , ปัญหาเรื่องสิ่งแวดล้อม , ปัญหาการสิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย , ปัญหาการลักขโมย , ปัญหาการพูดโกหก หลอกลวง และการใช้ถ้อยคำที่ไม่สุภาพ , ปัญหาการติดยาเสพติด , ปัญหาการถูกชักจูง/ลวนลามทางเพศ , ปัญหาการใช้ความรุนแรง และ ปัญหาอาชญากรรม



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ใบงาน

(เวลา 15 นาที)

**ตอนที่ 1** คำชี้แจง : ให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มช่วยกันเขียนเติมคำให้สมบูรณ์และถูกต้อง

1. ร้านเกม / ร้านอินเทอร์เน็ตมีลักษณะ ดังนี้ .....

.....  
 .....  
 .....  
 .....

2. อัตรายต่างๆ ในร้านเกม / ร้านอินเทอร์เน็ต เช่น .....

.....  
 .....  
 .....  
 .....

3. ปัญหาต่างๆ ที่เกิดขึ้นได้จากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ มีทั้งหมด ..... ปัญหา ได้แก่ .....

.....  
 .....  
 .....

สถาบันวิทยบริการ  
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



**ตอนที่ 2** คำชี้แจง : หลังจากที่นักเรียนได้อ่านบทความต่างๆ จากใบความรู้ ในหัวข้อ  
 “ปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นได้จากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์” ให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มช่วยกัน  
 เขียนสรุปตามตารางที่กำหนดให้ ดังนี้

บทความ เรื่อง ....	แสดงให้เห็นถึงปัญหาที่เกิดขึ้นได้จากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ในด้าน... (จากทั้งหมด10ปัญหา)
1. บ้างเกมติดคอมฯ ตายคาจอได้ไง?	ปัญหาด้านสุขภาพ
2 "เด็กติดเกม" ฝันร้ายพ่อแม่ยุคไซเบอร์	
3 LET's TALK with itemthai	
4 เงื่อนไขการสนับสนุนบอท YGB	
5. บัตร @ Cash	

สถาบันวิทยบริการ  
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## แบบทดสอบย่อยที่ 5

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุด หรือเหมาะสมที่สุดเพียงคำตอบเดียว เมื่อนักเรียนเลือกคำตอบได้แล้ว ให้นักเรียนทำเครื่องหมายกากบาท ( X ) ลงบนตัวเลือกที่ถูกต้องในกระดาษคำตอบ (เวลา 15 นาที)

### 1. ข้อใดกล่าวไม่ถูกต้อง

- ก. เทคโนโลยีมีประโยชน์ แต่ก็เป็นอันตรายได้
- ข. คนยุคนี้ไม่จำเป็นต้องมีความรู้เรื่องเทคโนโลยี
- ค. ปัจจุบันร้านอินเทอร์เน็ตคาเฟ่ เริ่มกระจายตัวเข้าไปในหลายๆสถานที่

### 2. ข้อใดไม่ใช่ข้อดีของร้านอินเทอร์เน็ตคาเฟ่

- ก. เป็นสถานที่พักผ่อนหย่อนใจ
- ข. ประหยัดเงินค่าอุปกรณ์คอมพิวเตอร์
- ค. เป็นแหล่งอำนวยความสะดวกทางการเรียน

### 3. นักเรียนควรเลือกร้านอินเทอร์เน็ต / ร้านเกม ที่มีลักษณะแบบใด

- ก. ร้านที่ให้บริการขายอาหาร รวมทั้งเครื่องดื่มแอลกอฮอล์
- ข. ร้านที่ตั้งอยู่ในมุมมืด เพื่อจะได้เป็นส่วนตัว
- ค. ร้านที่มีบรรยากาศโปร่งสบาย สว่าง อากาศถ่ายเทสะดวก

### 4. นักเรียนควรปฏิบัติตัวอย่างไร เมื่ออยู่ในร้านเกม

- ก. นั่งหลับในร้านเกม เมื่อรู้สึกอ่อนเพลีย หรือง่วงนอน
- ข. ทำความรู้จัก และคบหากับเพื่อนในร้านเกมให้ครบทุกคน
- ค. ไม่หมกมุ่นเล่นเกมนานจนเกินไป

### 5. ใครปฏิบัติตัวได้ถูกต้อง

- ก. นกจะเลือกเข้าเฉพาะเว็บไซต์ที่เหมาะสมเท่านั้น
- ข. แนนดื่มน้ำที่เพื่อนในร้านเกมนำมาให้
- ค. นัสมักจะยืมเงินเพื่อนเป็นประจำ เพื่อนำมาเล่นเกม

6. “ผู้เล่นเกมออนไลน์มาราธอน นานติดต่อกันถึง 50 ชั่วโมง จนกระทั่งตายคาจอ” จากเหตุการณ์ที่กล่าวมา แสดงให้เห็นถึงปัญหาในด้านใด
- ก. ปัญหาด้านการเรียน
  - ข. ปัญหาด้านสุขภาพ
  - ค. ปัญหาอาชญากรรม
7. “แบงก์เดบิต @Cash เพื่อใช้ในการเล่นเกมออนไลน์เป็นประจำ” จากเหตุการณ์ที่กล่าวมา แสดงให้เห็นถึงปัญหาในด้านใด
- ก. ปัญหาการลักขโมย
  - ข. ปัญหาการสิ้นเปลืองค่าใช้จ่าย
  - ค. ปัญหาเรื่องสิ่งแวดล้อม
8. “เครือข่ายของใช้ภายในบ้าน ไปขาย เพื่อนำเงินไปเล่นเกม” จากเหตุการณ์ที่กล่าวมา แสดงให้เห็นถึงปัญหาในด้านใด
- ก. ปัญหาการใช้ความรุนแรง
  - ข. ปัญหาการพูดโกหก หลอกลวง และการใช้ถ้อยคำที่ไม่สุภาพ
  - ค. ปัญหาการลักขโมย
9. “บุมเตะเพื่อนที่โรงเรียน เพื่อเลียนแบบจากในเกมคอมพิวเตอร์ที่เขาเล่น” จากเหตุการณ์ที่กล่าวมา แสดงให้เห็นถึงปัญหาในด้านใด
- ก. ปัญหาการใช้ความรุนแรง
  - ข. ปัญหาอาชญากรรม
  - ค. ปัญหาด้านสุขภาพ
10. “แป๋วหนีเรียนเพื่อไปเล่นเกมที่ร้านเกมข้างๆ โรงเรียน” จากเหตุการณ์ที่กล่าวมา แสดงให้เห็นถึงปัญหาในด้านใด
- ก. ปัญหาด้านการเรียน
  - ข. ปัญหาการติดยาเสพติด
  - ค. ปัญหาการถูกรังแก/ ลวนลามทางเพศ

## แบบทดสอบ เรื่อง คุณติดเกมขนาดไหน ?

ถ้าคุณเองเป็นคนที่เล่นเกม คุณคงจะบอกว่าตัวเอง ไม่ติดเกมหรอก จะเลิกเล่นเกมเมื่อไหร่ก็ได้ ถ้าคุณอยากรู้ว่าตัวเองติดเกมหรือไม่ ลองทำแบบทดสอบนี้ดูด้วยความจริงจัง แล้วคุณจะทราบว่า คุณติดเกมหรือไม่

1. ในเช้าวันหยุด เมื่อมีเวลาว่าง สิ่งแรกที่คุณทำ ก็คือ เปิดเกมเล่น
  - A. บ่อยๆ
  - B. บางครั้ง
  - C. ไม่เคย
2. คุณละเลยงานบ้านที่ต้องทำเพื่อเล่นเกม
  - A. บ่อยๆ
  - B. บางครั้ง
  - C. ไม่เคย
3. คุณเล่นเกมติดต่อกันนาน
  - A. เกินกว่า 4 ชั่วโมง
  - B. 3- 4 ชั่วโมง
  - C. 2- 3 ชั่วโมง
4. คนรอบข้างเห็นว่าคุณเล่นเกมนานเกินไป
  - A. บ่อยๆ
  - B. บางครั้ง
  - C. ไม่เคย
5. คุณนอนดึกเนื่องจากเล่นเกม
  - A. บ่อยๆ
  - B. บางครั้ง
  - C. ไม่เคย
6. คุณมักนึกถึงแต่เรื่องเกม
  - A. บ่อยๆ
  - B. บางครั้ง
  - C. ไม่เคย

7. คุณมักใช้เวลาเล่นเกมมากกว่าที่จะไปทำธุระกับคนอื่น
- A. บ่อยๆ
  - B. บางครั้ง
  - C. ไม่เคย
8. คุณรู้สึกไม่พอใจ หงุดหงิด ถ้าคนอื่นมารบกวนเวลาเล่นเกม
- A. บ่อยๆ
  - B. บางครั้ง
  - C. ไม่เคย
9. คุณรู้สึกอยากไปเล่นเกมทุกครั้งที่มีโอกาส
- A. บ่อยๆ
  - B. บางครั้ง
  - C. ไม่เคย
10. คุณมีความรู้สึกผิดเมื่อเล่นเกมไปนานๆ
- A. บ่อยๆ
  - B. บางครั้ง
  - C. ไม่เคย
11. การเรียนหรือการทำงานเริ่มมีปัญหาเนื่องจากเล่นเกม
- A. บ่อยๆ
  - B. บางครั้ง
  - C. ไม่เคย
12. คุณแสดงความไม่พอใจหรือตะโกนใส่ผู้อื่นเมื่อมีคนมายุ่งขณะเล่นเกม
- A. บ่อยๆ
  - B. บางครั้ง
  - C. ไม่เคย
13. คุณพยายามจะเลิกเล่นเกมแล้วแต่เลิกไม่ได้
- A. บ่อยๆ
  - B. บางครั้ง
  - C. ไม่เคย
14. คุณรู้สึกเพลีย อ่อนแรง เวลาไม่ได้เล่นเกม
- A. บ่อยๆ
  - B. บางครั้ง
  - C. ไม่เคย

15. คุณรู้สึกปวดศีรษะหรือปวดตาหลังจากเล่นเกม
- A. บ่อยๆ
  - B. บางครั้ง
  - C. ไม่เคย
16. คุณเริ่มรู้สึกเบื่อหรือเศร้าเมื่อไม่ได้เล่นเกม แต่รู้สึกดีขึ้นเมื่อได้เล่นเกม
- A. บ่อยๆ
  - B. บางครั้ง
  - C. ไม่เคย
17. คุณเคยตื่นขึ้นกลางดึกแล้วไม่รู้ว่าจะทำอะไรดี จึงลุกไปเล่นเกม
- A. บ่อยๆ
  - B. บางครั้ง
  - C. ไม่เคย
18. คุณสามารถนั่งเล่นเกมได้นานขนาดเล่นเกมไปด้วย กินข้าวไปด้วย
- A. บ่อยๆ
  - B. บางครั้ง
  - C. ไม่เคย

#### เอกสารอ้างอิง

ปรากฏ ถมยางกูร. 2548. เมื่อลูกติดเกม. กรุงเทพมหานคร: ซีเอ็ดดูเคชั่น.

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## แผนการจัดกิจกรรมที่ 6

### ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

#### เรื่อง ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์

เวลา 1 คาบ

#### จุดประสงค์ทั่วไป

1. เพื่อให้นักเรียนมีทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ สามารถควบคุมตนเองให้มีความพอดีในการเล่นเกมน รู้จักแบ่งเวลาในการเล่นได้อย่างเหมาะสม ตลอดจนรู้เท่าทันสื่อ (เกม) และสามารถที่จะป้องกันตนเองไม่ให้มีพฤติกรรมติดเกมคอมพิวเตอร์

#### จุดประสงค์เชิงพฤติกรรม

1. นักเรียนสามารถทบทวนถึงครอบครัว สิ่งที่ชอบ และเป้าหมายในชีวิตของตนเองได้
2. นักเรียนสามารถรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น และเข้าใจถึงความแตกต่างในบุคคล รวมทั้งสนิทสนมคุ้นเคยกับเพื่อนมากขึ้นตลอดการเข้าร่วมโปรแกรม

#### ความคิดรวบยอด

ในแต่ละคนย่อมมีความแตกต่างหรืออาจจะเหมือนกันได้ การยอมรับที่จะอยู่ร่วมกันนั้น จำเป็นต้องเปิดเผยและเข้าใจซึ่งกันและกัน การทบทวนและการมองตนเองในด้านดี จะช่วยให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง และยังช่วยหามองผู้อื่นในด้านดีด้วย การทำความเข้าใจและรู้จักตนเองในทุกด้าน จะช่วยให้เราได้มุมมองที่ดี นำไปสู่การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นได้ และอาจจะมองเห็นปัญหาต่างๆ ร่วมกัน และสามารถนำประสบการณ์มาแลกเปลี่ยนซึ่งกันและกัน ได้อีกด้วย

#### เนื้อหา

1. นี้แหละตัวฉัน

#### กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

##### ขั้นที่ 1 ขั้นนำเสนอบทเรียนทั้งชั้น

1. ครูเล่าถึงประวัติส่วนตัวของครูเองให้นักเรียนฟัง โดยเล่าถึงครอบครัวของครู, สิ่งที่คุณชอบ, เพื่อนที่ครูรัก และเป้าหมายในชีวิตของครู จากนั้น ครูถามนักเรียนว่า "แล้วเรื่องราวของนักเรียนล่ะจะเป็นอย่างไรบ้าง? ทั้งเรื่องครอบครัวของนักเรียน, สิ่งที่คุณชอบ, เพื่อนที่นักเรียนรัก และเป้าหมายในชีวิตของนักเรียน" เป็นการให้นักเรียนลองนึกย้อนกลับไปทบทวนถึงเรื่องราวของตนเองดูบ้าง

2. ครูแจกใบความรู้ เรื่อง "นี้แหละตัวฉัน" ให้นักเรียนแต่ละคนได้ศึกษา และทำความเข้าใจ

**ขั้นที่ 2** ขั้นทำงานกลุ่ม

**3** ครูแจกใบงานให้นักเรียนแต่ละกลุ่มทำ โดยที่สมาชิกทุกคนในกลุ่มจะต้องร่วมมือกันช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพื่อทำใบงานให้เสร็จตามเวลาที่ครูกำหนด

**4** ครูสุ่มสมาชิก 1 คน จากกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งออกมารายงานผลของการทำใบงานหน้าชั้นเรียน

**5** ครูสรุปว่า ทุกคนมีดี อาจจะเหมือนหรือต่างกัน เราขอมุมรู้และเข้าใจตนเอง

**6** นักเรียนแต่ละกลุ่มเตรียมสมาชิกภายในกลุ่มของตนเองให้พร้อมสำหรับที่จะทำแบบทดสอบย่อยที่ **6** โดยนักเรียนที่เรียนเก่ง เข้าใจในเนื้อหาที่เรียนเป็นอย่างดี จะต้องคอยช่วยเหลือนักเรียนที่ยังไม่ค่อยเข้าใจในเนื้อหาเท่าที่ควร ให้เข้าใจเนื้อหามากยิ่งขึ้น

**ขั้นที่ 3** ขั้นทดสอบ

**7** ครูให้นักเรียนแต่ละคนทำแบบทดสอบย่อยที่ **6**

**ขั้นที่ 4** ขั้นปรับปรุงคะแนน

**8** ครูตรวจแบบทดสอบ พร้อมทั้งพิจารณาผลการทดสอบของนักเรียนเป็นคะแนนรายบุคคล และคะแนนเฉลี่ยของกลุ่ม โดยครูจะทำการบันทึกผลการทดสอบของนักเรียนลงในสมุดบันทึกคะแนน

**สื่อการสอน**

1. ใบความรู้ เรื่อง “ นี้แหละตัวฉัน ”
2. ใบงาน
3. แบบทดสอบย่อยที่ **6**
4. สมุดบันทึกคะแนน

**การประเมินผล**

1. สังเกตพฤติกรรมจากการร่วมกิจกรรม และการตอบคำถามของนักเรียน
2. ความร่วมมือขณะทำงานกลุ่มของนักเรียน
3. ตรวจใบงาน
4. ตรวจแบบทดสอบย่อยที่ **6**

**การปรับปรุงการจัดกิจกรรม**

.....

.....

.....



# ใบความรู้ เรื่อง ไม้ประดับตัวดี



นักเรียนชอบดอกไม้อะไรบ้าง ? ระหว่าง...

ดอกกุหลาบ



ดอกกล้วยไม้



ดอกเบญจมาศ



ดอกทิวลิป



ดอกมะลิ



คำทักทาย

ผู้ที่ขอบคอกกุศลาบ บ่งบอกว่าคุณเป็นคนที่มีจิตใจอ่อนหวาน รักสวยรักงาม  
ขอบความหรูหรา สะดวกสบาย ขอบการแต่งตัวเพื่อปรับปรุงบุคลิกภาพให้ดูมี  
เสน่ห์ เป็นคนโรแมนติก คุณมีความกระตือรือร้นในการแสวงหาความรู้และ  
ประสบการณ์ใหม่ ๆ มีความตั้งใจริเริ่มที่ดี และทะเยอทะยานในชีวิตมีความสุข  
สบาย

ผู้ที่ขอบคอกกล้วยไม้ คุณเป็นคนที่มีจิตใจนุ่มนวลอ่อนโยน อารมณ์ดี  
ใจเย็น โรแมนติก มีเสน่ห์อย่างเปี่ยมธรรมชาติ ปรับตัวได้เก่ง และจะโดดเด่นใน  
หมู่เพื่อน ๆ คุณมีสติปัญญาเฉลียวฉลาด รอบคอบในการตัดสินใจ แก้ปัญหาได้ดี  
หลักยึดของความมั่นคงหรือมีปากเสียง รู้จักผูกมิตร ขอบท่าง่าย ๆ

ผู้ที่ขอบคอกเบญจมาศ คุณเป็นคนเรียบร้อย สบาย ๆ จิตใจดีมีเมตตา  
ให้ความเปี่ยมมิตรกับคนรอบข้าง วาจาสุภาพ ไพเราะ อ่อนหวานอ่อนตลก เป็นคน  
ช่างพูด ช่างเจรจา หัวข้ออ่อนได้เก่งมากคนหนึ่ง ขอบศึกษาหาความรู้และ  
ประสบการณ์ใหม่ ๆ มีความรับผิดชอบในสิ่งที่ทำ บางครั้งคุณไม่ขอความ  
เห็นจากจำเ

ผู้ที่ขอบคอกกาต้มน้ำ คุณเป็นคนที่มีความเชื่อมั่นในตนเองสูง ออกจะ  
หัวดีเอาเรื่องเอาราวด้วย มีความมั่นใจในตนเอง มีลักษณะของผู้นำ หรือ  
กระทั่ง มีความทะเยอทะยาน ตั้งเป้าหมายในชีวิตไว้สูง มีสติปัญญาไหวพริบดี  
ขอบการพึ่งพาตนเองมากกว่าพึ่งพาคนอื่น ใจคอกว้างขวาง ชอบช่วยเหลือ  
ผู้ตกทุกข์ได้ยาก

ผู้ที่ขอบคอกมะลิ คุณเป็นคนที่มีความเรียบร้อย อ่อนโยน อบอุ่นด้วยความ  
ไร้เดียงสา ขอบคำพินิจชีวิตแบบเรียบง่าย สงบ เคารพบูชาในพระพุทธรูปศาสนา  
และสิ่งศักดิ์สิทธิ์ที่ศรัทธา เชื่อในกฎแห่งกรรม อารมณ์อ่อนไหว บางครั้ง  
เจ้าระเบียบเข้มงวด พิถีพิถัน เชื่อคนง่าย ไม่ค่อยยอมเปลี่ยนแปลงตามสังคม  
สมัยใหม่ ต้องการความมั่นคงในชีวิต

ไม่ว่าฉันหรือเธอจะเป็นผู้ที่ชอบดอกไม้อะไร หรือเป็นคนที่รักลักษณะ  
แบบใดก็ตาม แต่สิ่งสำคัญที่ฉันหรือเธอพึงจดจำไว้ ก็คือ...

ในเมื่อแต่ละคนย่อมมีความแตกต่างกันหรืออาจจะเหมือนกันได้ การยอมรับ  
ที่จะอยู่ร่วมกันจำเป็นต้องเปิดใจ และเข้าใจซึ่งกันและกัน การทบทวนและ  
การมองตนเองในตัวเอง จะช่วยให้เกิดความรู้สึกภูมิใจในตนเอง และยิ่งช่วยให้  
มองผู้อื่นในตัวเองดีด้วย การทำความเข้าใจและรู้จักตนเองในทุกด้าน จะช่วยให้  
เราได้มุมมองที่ดี นำไปสู่การสร้างสัมพันธภาพที่ดีกับผู้อื่นได้ และอาจจะ  
มองเห็นปัญหาต่าง ๆ ร่วมกัน และสามารถนำประสบการณ์มาแลกเปลี่ยนซึ่งกัน  
และกันได้อีกด้วย

เอกสารอ้างอิง

ศุภภาพจิตเต็กและวิบูลย์ราชนครินทร์, สถาบัน. 2548. คู่มือโปรแกรมพัฒนาศักยภาพเยาวชนและ  
ครอบครัวยุคไซเบอร์. กรุงเทพมหานคร: ซีโน ดีไซน์.

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ใบงาน

ชื่อ..... นามสกุล..... ชั้น.....

**คำชี้แจง :** ให้นักเรียนเขียนเรื่องราวของตนเอง 10 นาที เพื่อนำมาเล่าให้เพื่อนในกลุ่มฟัง โดยเล่าทีละคนๆละ 2 นาที ให้เขียนแบบ **Mind map** เรื่องที่จะเล่าเป็นเรื่องราวดังนี้

1. ครอบครัวของฉัน
2. ตัวฉัน สิ่งที่ชอบ ได้แก่ สี,เพลง,ดนตรี,วิชาที่เรียน,สัตว์เลี้ยง,งานอดิเรก,อาหาร,ดาราศาสตร์,กีฬา,เกม,ภาพยนตร์,หนังสือที่ชอบ
3. เพื่อนที่ฉันรัก
4. โตขึ้นฉันอยากเป็นอะไร (เป้าหมายของฉัน)

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## แบบทดสอบย่อยที่ 6

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุด หรือเหมาะสมที่สุดเพียงคำตอบเดียว เมื่อนักเรียนเลือกคำตอบได้แล้ว ให้นักเรียนทำเครื่องหมายกากบาท ( X ) ลงบนตัวเลือกที่ถูกต้องในกระดาษคำตอบ (เวลา 15 นาที)

### 1. ข้อใดกล่าวไม่ถูกต้อง

- ก. ในแต่ละคนย่อมมีความเหมือนกัน ไม่มีใครแตกต่างกัน
- ข. การทบทวน และการมองตนเองในด้านดี จะช่วยให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง
- ค. การทำความเข้าใจ และรู้จักตนเองในทุกด้าน จะช่วยให้เราได้มุมมองที่ดี

### 2. “การยอมรับที่จะอยู่ร่วมกันนั้น จำเป็นต้องเปิดเผย และเข้าใจซึ่งกันและกัน” คำที่ขีดเส้นใต้ หมายถึงข้อใด

- ก. จีบเปิดเผยความลับทุกอย่างของตนเอง ให้เพื่อนทุกคนรู้
- ข. จีบใส่กระโปรงสั้น เพื่อเปิดเผยริ้วขาให้เพื่อนๆ ได้เห็น
- ค. แจงเป็นกรณีพิเศษเปิดเผย ยินดีที่จะเล่าเรื่องครอบครัวของตนเอง และเป้าหมายในชีวิตของตนเองให้เพื่อนฟัง โดยไม่ปิดบัง

### 3. ข้อใดไม่ใช่จุดประสงค์ของการเรียนเรื่อง “นี้แหละตัวฉัน”

- ก. เพื่อให้นักเรียนเกิดความอยากรู้อยากเห็นในเรื่องต่างๆ ของเพื่อน
- ข. เพื่อให้นักเรียนได้ทบทวนถึงครอบครัว สิ่งที่ชอบ และเป้าหมายในชีวิตของตนเอง
- ค. เพื่อให้นักเรียนรู้จักรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น และเข้าใจถึงความแตกต่างในบุคคล

### 4. ข้อใด คือ จุดมุ่งหมายของการที่ครูเล่าถึงประวัติส่วนตัวของครูเองให้นักเรียนฟัง

- ก. เพื่อให้นักเรียนรับฟังปัญหาบางอย่างของครู จะได้ช่วยกันแก้ไขปัญหานั้นๆ ให้กับครู
- ข. เพื่อให้นักเรียนรู้จักครูมากขึ้นในหลายๆด้าน และนำไปสู่ความคุ้นเคย สนับสนุนกันมากขึ้น ระหว่างครูกับนักเรียน
- ค. เพื่อให้นักเรียนนิยมชมชอบในตัวครู

5. จากการทำใบงาน ข้อใดไม่ใช่หัวข้อที่กำหนดให้นักเรียนเขียน เพื่อนำมาเล่าให้เพื่อนในกลุ่มฟัง
- ครอบครัวของฉัน
  - เพื่อนที่ฉันรัก
  - สิ่งที่ฉันเกลียด
6. ใครปฏิบัติตัวได้เหมาะสมที่สุด
- วินยัดถือความคิดเห็นของตนเองเป็นหลัก เพราะเชื่อว่าความคิดเห็นของตนเองนั้นดีที่สุด ถูกต้องที่สุด
  - วูธไม่กล้าแสดงความคิดเห็นใดๆ เพราะกลัวว่าเพื่อนจะไม่เห็นด้วย
  - วิทย์รู้จักรับฟังความคิดเห็นของเพื่อน เพราะเข้าใจว่าทุกคนย่อมมีความคิดเห็นของตนเอง ซึ่งความคิดเห็นนั้น อาจจะเหมือนกันหรือแตกต่างกันก็ได้
7. “การมองตนเองในด้านดี” หมายถึง ข้อใด
- พินมองว่าตนเองเป็นคนหนึ่งที่มีความรู้ความสามารถ จึงคิดที่จะใช้ความรู้ความสามารถของตนเองให้เป็นประโยชน์กับกลุ่มมากที่สุด
  - พัฒน์มองว่าตนเองเป็นชายหนุ่มที่หล่อที่สุดในโรงเรียน
  - พงษ์มองว่าตนเองเรียนเก่งที่สุดในห้อง ไม่มีเพื่อนคนไหนเก่งไปกว่าเขาอีกแล้ว
8. ในการเข้าร่วมโปรแกรมครั้งนี้ นักเรียนควรปฏิบัติตัวอย่างไร
- รับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น และเข้าใจถึงความแตกต่างในบุคคล
  - เปิดเผย และเข้าใจซึ่งกันและกัน
  - ถูกทุกข้อ
9. จากการเรียนรู้เรื่อง “นี้แหละตัวฉัน” สามารถสรุปได้ว่าอย่างไร
- ทุกคนควรเป็นตัวของตัวเองให้มากที่สุด แม้ว่าจะอยู่ร่วมกับเพื่อนอีกหลายคน ก็ไม่จำเป็นต้องปรับตัวเข้าหากัน
  - ทุกคนมีดี อาจจะเหมือนหรือต่างกัน เราข่อมรู้และเข้าใจตนเอง
  - ทุกคนเป็นเจ้าของชีวิตของตนเอง สามารถทำทุกอย่างตามใจตนเอง โดยไม่ต้องสนใจคนรอบข้าง

10 นักเรียนได้รับประโยชน์อะไรจากการเรียนเรื่อง “นี้แหละตัวฉัน”

- ก. เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง
- ข. สนุกสนมคุ้นเคยกับเพื่อนมากขึ้น
- ค. ถูกทุกข้อ



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## แผนการจัดกิจกรรมที่ 7

### ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

#### เรื่อง ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์

เวลา 1 คาบ

#### จุดประสงค์ทั่วไป

1. เพื่อให้ นักเรียนมีทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ สามารถควบคุมตนเองให้มีความพอดีในการเล่นเกมน รู้จักแบ่งเวลาในการเล่นเกมนได้อย่างเหมาะสม ตลอดจนรู้เท่าทันสื่อ (เกม) และสามารถที่จะป้องกันตนเองไม่ให้มีพฤติกรรมติดเกมคอมพิวเตอร์

#### จุดประสงค์เชิงพฤติกรรม

1. นักเรียนสามารถอธิบายถึงความสำคัญของการสร้างความไว้วางใจได้อย่างถูกต้อง
2. นักเรียนสามารถวินิจฉัยสั่งการได้
3. นักเรียนสามารถใช้เทคนิคการสื่อสาร -สั่งการได้
4. นักเรียนสามารถเรียนรู้การแก้ไขปัญหา และการตัดสินใจได้

#### ความคิดรวบยอด

เด็กหรือวัยรุ่นที่มีปัญหาการควบคุมตนเองในการเล่นเกมนไม่ได้ หรือเล่นเกมนมาก จำเป็นต้องเรียนรู้การสร้างควมไว้วางใจให้เกิดขึ้น ให้ตระหนักถึงความสำคัญของการสร้างความไว้วางใจ เพื่อให้การแก้ไขปัญหาที่มีผลกระทบจากการเล่นเกมนมากสำเร็จได้ และอยู่ร่วมกับสมาชิกในครอบครัวและสังคมได้อย่างมีความสุข

#### เนื้อหา

1. ความไว้วางใจ

#### กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

##### ขั้นที่ 1 ขั้นนำเสนอบทเรียนทั้งชั้น

1. ครูจัดเตรียมสถานที่ โดยใช้สนามหญ้า หรือพื้นที่โล่งๆ ให้มีสิ่งกีดขวางหรืออุปสรรค
2. ครูชี้แจงวัตถุประสงค์ และเงื่อนไขการทำกิจกรรม ดังนี้

##### กติกา

- ให้ถอดรองเท้าเพื่อป้องกันการสะดุด หกล้ม และให้ถอดนาฬิกา เก็บปากกา โทรศัพท์มือถือ เพื่อป้องกันการหล่นหาย
- ให้นักเรียนในแต่ละกลุ่มจับกันเป็นคู่ๆ และให้ผูกผ้าปิดตา คู่ละ 1 คน



- ให้นักเรียนคนที่ถูกปิดตายมือ 2 ข้าง ผายไปข้างหลัง ให้คู่ของตนที่ไม่ถูกปิดตา ยืนอยู่ข้างหลัง จับปลายนิ้วมือ (ไม่ให้หลุดออกจากกัน) พาเดินผ่านอุปสรรคหรือสิ่งกีดขวาง โดยไม่ใช้เสียงบอกทาง ให้ใช้การสัมผัสได้เท่านั้น และแข่งคู่ที่เดินอยู่ข้างหน้า ในเวลา 10-15 นาที

3 ครูปล่อยให้เดินทีละกลุ่ม และทีละ 1 คู่ โดยปล่อยห่างกัน 1 นาที

4 ครูแจกใบความรู้ เรื่อง “ความไว้วางใจ” ให้นักเรียนแต่ละคนได้ศึกษาและทำความเข้าใจ

## ขั้นที่ 2 ขั้นทำงานกลุ่ม

5 ครูแจกใบงานให้นักเรียนแต่ละกลุ่มทำ โดยที่สมาชิกทุกคนในกลุ่มจะต้องร่วมมือกันช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพื่อทำใบงานให้เสร็จตามเวลาที่ครูกำหนด

6 ครูสุ่มสมาชิก 1 คน จากกลุ่มใดกลุ่มหนึ่งออกมารายงานผลของการทำใบงานหน้าชั้นเรียน

7 ครูสรุปและเชื่อมโยงไปสู่ความสำคัญของการสร้างความไว้วางใจให้เกิดขึ้น ให้ตระหนักถึงความสำคัญของการสร้างความไว้วางใจในครอบครัวและสังคม ในสถานการณ์ต่างๆ ที่อาจทำให้ครอบครัวเกิดความไม่เข้าใจได้ เช่น กลับบ้าน ไม่ตรงเวลา หากนักเรียนมีการควบคุมเวลาในการเล่นเกมส์อย่างจริงจัง และสม่ำเสมอ ซึ่งจะช่วยให้อยู่ร่วมกับครอบครัวและสังคมได้อย่างมีความสุข

8 นักเรียนแต่ละกลุ่มเตรียมสมาชิกภายในกลุ่มของตนเองให้พร้อมสำหรับที่จะทำแบบทดสอบย่อยที่ 7 โดยนักเรียนที่เก่ง เข้าใจในเนื้อหาที่เรียนเป็นอย่างดี จะต้องคอยช่วยเหลือนักเรียนที่ยังไม่ค่อยเข้าใจในเนื้อหาเท่าที่ควร ให้เข้าใจในเนื้อหามากยิ่งขึ้น

## ขั้นที่ 3 ขั้นทดสอบ

9 ครูให้นักเรียนแต่ละคนทำแบบทดสอบย่อยที่ 7

## ขั้นที่ 4 ขั้นปรับปรุงคะแนน

10 ครูตรวจแบบทดสอบ พร้อมทั้งพิจารณาผลการทดสอบของนักเรียนเป็นคะแนนรายบุคคล และคะแนนเฉลี่ยของกลุ่ม โดยครูจะทำการบันทึกผลการทดสอบของนักเรียนลงในสมุดบันทึกคะแนน

## สื่อการสอน

1. อุปกรณ์ หรือสิ่งของต่างๆ สำหรับนำมาวางเป็นสิ่งกีดขวาง เช่น กรวย , กลังกระดาษ / ลังใบใหญ่ๆ , แก้ว เป็นต้น
2. ผ้าปิดตา
3. ใบความรู้ เรื่อง “ ความไว้วางใจ ”
4. ใบงาน

5. แบบทดสอบย่อยที่ 7

6. สมุดบันทึกคะแนน

#### การประเมินผล

1. สังเกตความร่วมมือของนักเรียนในการปฏิบัติตามกติกา ถ้ามีการพูด การแอบดู ถามเหตุผล นักเรียน ถ้าตอบว่ากลัวเดินไม่ถูกทาง ก็คือไม่ไว้วางใจ
2. สังเกตจากการตอบคำถามของนักเรียน นักเรียนตอบได้ว่า
  - ความไว้วางใจซึ่งกันและกัน เป็นปัจจัยสำคัญของความสำเร็จในการลดการติดเกม
  - คำพูดและพฤติกรรมที่แสดงออกในทางบวก จะยืนยันความไว้วางใจของกันและกันได้
3. ความร่วมมือขณะทำงานกลุ่มของนักเรียน
4. ตรวจใบงาน
5. ตรวจแบบทดสอบย่อยที่ 7

#### การปรับปรุงการจัดกิจกรรม

.....

.....

.....

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ใบความรู้ เรื่อง ความไว้วางใจ



เนื้อหา	รอบที่ 1	รอบที่ 2
ความรู้สึก	<p><b>คนตาบอด</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- รู้สึกกลัว กังวล ระแวง</li> <li>- รู้สึกไม่ปลอดภัย กลัวเจ็บ</li> <li>- คิดว่าจะเกิดอันตราย คิดว่าเขาจะพาเราไปรอดไหม</li> <li>- รู้สึกไม่มั่นใจ</li> <li>- รู้สึกกลัวว่าจะไม่สำเร็จ</li> <li>- รู้สึกว่าคนหูหนวกไม่ไว้วางใจ และไม่ชอบที่เขามาจัดการ เช่น มาจับขาลากตัวโดยที่ตนเองก็กังวลใจ อยากไปถึงเป้าหมายเช่นเดียวกัน แต่เหมือนโดนบีบบังคับ</li> </ul> <p><b>คนหูหนวก</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- รู้สึกกลัวว่าจะไม่สำเร็จ</li> <li>- รู้สึกไม่มั่นใจ</li> <li>- รู้สึกไม่ทันใจ อยากให้คนตาบอดดกล้ำมากกว่านี้</li> <li>- รู้สึกหงุดหงิด ดูคนตาบอดไม่ค่อยไวใจ</li> <li>- รู้สึกอึดอัด อยากอุ้มคนตาบอดไปที่เป้าหมาย โดยที่คนตาบอดไม่ต้องทำอะไร ตนจะจัดการเอง ( แต่ในความเป็นจริงคงไม่เหมาะสม เพราะเราไปจัดการให้กับคนตาบอดหมด )</li> </ul>	<p><b>คนตาบอด</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- สบายใจ หายกังวล ปลอดภัย คิดว่าคนหูหนวกดูแลได้</li> <li>- มีความสุข เพราะมีข้อตกลงกันว่า จะไปถึงจุดมุ่งหมายได้อย่างไร</li> <li>- มีความสุขเพราะเขานับถือ ไว้วางใจ และมั่นใจในตัวคนตาบอดมากขึ้น แม้ว่าเราจะมีความสามารถในบางด้านที่ด้อยกว่าคนหูหนวก</li> </ul> <p><b>คนหูหนวก</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- มีความสุข มั่นใจว่างานจะสำเร็จ ถ้ามีการตกลงล่วงหน้า รวมทั้งมีความเข้าใจในความสามารถบางด้านที่เขาดีด้อยกว่า เพราะตนเองก็มีอีกด้านที่ดีด้อยกว่าคนตาบอดเช่นกัน</li> <li>- รู้สึกไว้วางใจในคนตาบอด</li> </ul>

เนื้อหา	รอบที่ 1	รอบที่ 2
ความรู้สึก	<p><b>คนตาบอด</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- เงอะงะ</li> <li>- แอบเปิดผ้าดู (แอบดูเส้นทาง)</li> <li>- หงุดหงิด</li> <li>- บ่น มีการใช้เสียงดังเถียงกัน</li> <li>- เดินไปเองโดยไม่ฟังคนหูหนวก</li> </ul>	<p><b>คนตาบอด</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- มีท่าทางที่ตกลงกันระหว่างคนตาบอดและคนหูหนวก</li> <li>- บ่นลดลง</li> <li>- มีการใช้เสียงดังลดลง</li> <li>- ท่าทางการเดินมั่นใจ</li> </ul>
	<p><b>คนหูหนวก</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- พยายามลากหรือดึงคนตาบอดให้ไปตามทางที่ตนต้องการ</li> <li>- บางคนใช้คำพูดบอกทุกอย่างที่เป็นคนหูหนวก (ไม่ทำตามกติกา)</li> </ul>	<p><b>คนหูหนวก</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- มีท่าทางที่ตกลงกันระหว่างคนตาบอดและคนหูหนวก</li> </ul>

จากกิจกรรมที่ทำ สังเกตได้ว่าในรอบที่ 2 เมื่อนักเรียนมีความไว้วางใจ มีข้อตกลงกันในเบื้องต้นก่อนจะทำกิจกรรม การทำกิจกรรมนั้นผ่านไปได้อย่างดี ประสบผลสำเร็จมากขึ้น มีข้อขัดแย้งลดลง จึงเปรียบเสมือนครอบครัวที่จะทำอะไรให้ประสบผลสำเร็จ และทุกคนมีความสุข ควรต้องมีการไว้ใจ เชื่อใจ แม้ในบางครั้งอาจมีความผิดพลาด ควรมีการให้อภัย ในทางตรงกันข้าม

ในรอบที่ 1 ถ้ามีความไม่เข้าใจกัน ความระแวงถึงแม้มีพื้นฐานมาจากความรัก การที่จะประสบผลสำเร็จในครอบครัว ความสุขของสมาชิกในครอบครัวอาจเป็นไปได้ยาก โดยเฉพาะอย่างยิ่งในครอบครัวที่มีสมาชิกติดเกม มักจะเกิดปัญหาทะเลาะวิวาท ความไม่เข้าใจ ความขัดแย้ง รวมทั้งความไม่มั่นใจที่มีต่อสมาชิกที่ติดเกม ความไม่มั่นใจดังกล่าว มีพื้นฐานมาจากความรัก ความเป็นห่วง และหวังดี ไม่อยากให้ลูกหลานหันกลับไปเกี่ยวข้องกับเกมมุกกับการเล่น แต่การแสดงออกที่พบได้บ่อย คือ การกักกัน การตีกรอบไม่ให้เข้าไปเกี่ยวข้องกับใดๆ รวมทั้งมีความระแวง คอยจับจ้องไม่ให้คลาดสายตา สิ่งเหล่านี้แม้มีพื้นฐานเป็นสิ่งที่ดีงาม แต่การแสดงออกกลับเป็นการผลักดันให้เด็กติดเกมมากขึ้น

#### เอกสารอ้างอิง

สุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชชนรินทร์, สถาบัน. 2548. คู่มือโปรแกรมพัฒนาศักยภาพเยาวชนและครอบครัวยุคไซเบอร์. กรุงเทพมหานคร: ซีโน ดีไซน์.

## ใบงาน

(เวลา 10 นาที)

คำชี้แจง : ให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มช่วยกันระดมสมองในประเด็นความรู้สึก หรือสิ่งที่ได้รับจากการทำกิจกรรมครั้งนี้



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## แบบทดสอบย่อยที่ 7

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุด หรือเหมาะสมที่สุดเพียงคำตอบเดียว เมื่อนักเรียนเลือกคำตอบได้แล้ว ให้นักเรียนทำเครื่องหมายกากบาท (X) ลงบนตัวเลือกที่ถูกต้องในกระดาษคำตอบ (เวลา 15 นาที)

1. “ไม่ชอบที่เขามาจัดการ เช่น มาจับขาลากตัว โดยที่ตนเองก็กังวลใจ อยาก ไปถึงเป้าหมาย เช่นเดียวกัน แต่เหมือนโดนบีบบังคับ” ข้อความดังกล่าว เป็นความรู้สึกของใคร / ในรอบที่เท่าไร
  - ก. คนหูหนวก ในรอบที่ 1
  - ข. คนตาบอด ในรอบที่ 1
  - ค. คนตาบอด ในรอบที่ 2
2. “คิดว่าจะเกิดอันตราย คิดว่าเขาจะพาเราไปรอดไหม” ข้อความดังกล่าว เป็นความรู้สึกของใคร / ในรอบที่เท่าไร
  - ก. คนตาบอด ในรอบที่ 1
  - ข. คนหูหนวก ในรอบที่ 1
  - ค. คนหูหนวก ในรอบที่ 2
3. “โงะอะ หงุดหงิด บ่น มีการใช้เสียงดังเถียงกัน” ข้อความดังกล่าว เป็นความรู้สึกของใคร / ในรอบที่เท่าไร
  - ก. คนตาบอด ในรอบที่ 2
  - ข. คนตาบอด ในรอบที่ 1
  - ค. คนหูหนวก ในรอบที่ 1
4. “บ่นลดลง มีการใช้เสียงดังลดลง ทำทางการเดินมั่นใจ” ข้อความดังกล่าว เป็นความรู้สึกของใคร / ในรอบที่เท่าไร
  - ก. คนตาบอด ในรอบที่ 1
  - ข. คนหูหนวก ในรอบที่ 2
  - ค. คนตาบอด ในรอบที่ 2

5. ข้อใดเป็นความรู้สึกที่ทั้งคนตาบอด และคนหูหนวกมีเหมือนกันในรอบที่ 1
- รู้สึกไม่มั่นใจ
  - รู้สึกกลัวว่าจะไม่สำเร็จ
  - ถูกทุกข้อ
6. ข้อใดเป็นปัจจัยสำคัญที่ทำให้การทำกิจกรรมในรอบที่ 2 ผ่านไปได้ด้วยดี ประสพผลสำเร็จมากขึ้น มีข้อขัดแย้งลดลง
- นักเรียนมีความไว้วางใจ มีข้อตกลงกันในเบื้องต้นก่อนที่จะทำกิจกรรม
  - นักเรียนมีการแบ่งหน้าที่กันเป็นอย่างดี โดยให้คนตาบอดแอบดูเส้นทาง และให้คนหูหนวกแอบพูดบอกทาง เมื่อมีโอกาส
  - นักเรียนเกิดความเคยชิน และคุ้นเคยกับการเดินผ่านเส้นทางที่มีสิ่งกีดขวางมาแล้ว ในรอบที่ 1 ในรอบที่ 2 จึงทำได้ง่ายขึ้น
7. ข้อใดไม่ใช่จุดประสงค์ของการสร้างความไว้วางใจให้เกิดขึ้นในครอบครัวที่มีสมาชิกติดเกม
- เพื่อให้พ่อแม่สบายใจ พอกลางดึกก็แอบลุกขึ้นมาเล่นเกม
  - เพื่อให้การแก้ไขปัญหามีผลกระทบจากการเล่นเกมมากสำเร็จได้
  - เพื่อให้อยู่ร่วมกับสมาชิกในครอบครัว และสังคมได้อย่างมีความสุข
8. ใครปฏิบัติตัวไม่เหมาะสม
- บีมกลับบ้านตรงเวลาทุกวัน ไม่เถลไถลแวะไปเล่นเกมตามร้านเกมต่างๆ
  - บีกกลับบ้านดึกทุกวัน เพราะมัวแต่เล่นเกมที่ร้านเกมเพลิน จนลืมดูเวลา
  - แดนมีการควบคุมเวลาในการเล่นเกมอย่างจริงจัง และสม่ำเสมอ
9. ครอบครัวที่จะทำอะไรให้ประสพผลสำเร็จ และทุกคนมีความสุข ควรทำอย่างไร
- ควรต้องมีการไว้วางใจ เชื่อใจซึ่งกันและกัน ระหว่างสมาชิกในครอบครัว
  - ในบางครั้งที่อาจมีความผิดพลาด ควรมีการให้อภัยกัน
  - ถูกทุกข้อ
10. ข้อใดกล่าวไม่ถูกต้อง
- ความไว้วางใจซึ่งกันและกัน เป็นปัจจัยสำคัญของความสำเร็จในการลดการติดเกม
  - คำพูดและพฤติกรรมที่แสดงออกในทางบวก จะยืนยันความไว้วางใจของกันและกันได้
  - การที่พ่อแม่กักกัน หรือติกรอบไม่ให้ลูกเข้าไปเกี่ยวข้องกับเกม เป็นการแสดงออกที่เหมาะสม และจะช่วยให้ออกห่างจากเกมได้สำเร็จ

## แผนการจัดกิจกรรมที่ 8

### ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

#### เรื่อง ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์

เวลา 1 คาบ

#### จุดประสงค์ทั่วไป

1. เพื่อให้นักเรียนมีทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ สามารถควบคุมตนเองให้มีความพอดีในการเล่นเกมน รู้จักแบ่งเวลาในการเล่นเกมน ได้อย่างเหมาะสม ตลอดจนรู้เท่าทันสื่อ (เกม) และสามารถที่จะป้องกันตนเองไม่ให้มีพฤติกรรมติดเกมคอมพิวเตอร์

#### จุดประสงค์เชิงพฤติกรรม

1. นักเรียนสามารถบอกคุณลักษณะของเพื่อนใหม่ที่นักเรียนต้องการได้
2. นักเรียนสามารถเรียนรู้วิธีการสร้างสัมพันธภาพกับเพื่อนใหม่ได้

#### ความคิดรวบยอด

เพื่อน คือ คนที่รัก หวังดี ให้อภัย และคอยช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เมื่อเกิดความผิดพลาด การสร้างเพื่อนมีความสำคัญต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการลดหรือเลิกเล่นเกม ดังนั้นนักเรียนจำเป็นต้องรู้วิธีการสร้างเพื่อนใหม่ในสถานการณ์ต่างๆ รวมทั้ง การคบเพื่อนที่รู้จักกันผ่านทางการเล่นเกมน

#### เนื้อหา

1. การคบเพื่อน

#### กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

##### ขั้นที่ 1 ขั้นนำเสนอบทเรียนทั้งชั้น

1. ครูสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับเรื่อง "การคบเพื่อน" โดยครูใช้คำถามนำ ถามนักเรียนว่า "ถ้าให้นักเรียนมีเพื่อนใหม่ได้อีก 1 คน นักเรียนต้องการให้เพื่อนใหม่คนนั้นมีคุณลักษณะอย่างไรบ้าง?" เมื่อนักเรียนตอบแล้ว ครูอธิบายให้นักเรียนฟังว่า "เพื่อน คือ คนที่รัก หวังดี ให้อภัย และ คอยช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เมื่อเกิดความผิดพลาด การสร้างเพื่อนมีความสำคัญต่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมการลด หรือเลิกเล่นเกม ดังนั้น นักเรียนจำเป็นต้องรู้วิธีการสร้างเพื่อนใหม่ในสถานการณ์ต่างๆ รวมทั้ง การคบเพื่อนที่รู้จักกันผ่านทางการเล่นเกมนด้วย"

2. ครูแจกใบความรู้ เรื่อง "การคบเพื่อน" ให้นักเรียนแต่ละคนได้ศึกษาและทำความเข้าใจ



**ขั้นที่ 2** ขั้นทำงานกลุ่ม

**3** ครูแจกใบงานให้นักเรียนแต่ละกลุ่มทำ โดยที่สมาชิกทุกคนในกลุ่มจะต้องร่วมมือกันช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพื่อทำใบงานให้เสร็จตามเวลาที่ครูกำหนด

**4** ครูสุ่มสมาชิก 1 คน จากกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง ออกมารายงานผลของการทำใบงานหน้าชั้นเรียน

**5** ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปเนื้อหาที่เรียน จากนั้น ครูแนะนำให้นักเรียนนำสิ่งที่เรียนรู้ในครั้งนี้นำไปลองใช้ในการสร้าง หรือรักษาสัมพันธ์ภาพกับเพื่อน ทั้งในชีวิตจริง และเพื่อนที่ได้จากการเล่นเกม แล้วนำมารายงานในครั้งต่อไป

**6** นักเรียนแต่ละกลุ่มเตรียมสมาชิกภายในกลุ่มของตนเองให้พร้อมสำหรับที่จะทำแบบทดสอบย่อยที่ **8** โดยนักเรียนที่เก่ง เข้าใจในเนื้อหาที่เรียนเป็นอย่างดี จะต้องคอยช่วยเหลือนักเรียนที่ยังไม่ค่อยเข้าใจในเนื้อหาเท่าที่ควร ให้เข้าใจในเนื้อหามากยิ่งขึ้น

**ขั้นที่ 3** ขั้นทดสอบ

**7** ครูให้นักเรียนแต่ละคนทำแบบทดสอบย่อยที่ **8**

**ขั้นที่ 4** ขั้นปรับปรุงคะแนน

**8** ครูตรวจแบบทดสอบ พร้อมทั้งพิจารณาผลการทดสอบของนักเรียนเป็นคะแนนรายบุคคล และคะแนนเฉลี่ยของกลุ่ม โดยครูจะทำการบันทึกผลการทดสอบของนักเรียนลงในสมุดบันทึกคะแนน

## สื่อการสอน

1. ใบความรู้ เรื่อง “ การคบเพื่อน ”
2. ใบงาน
3. แบบทดสอบย่อยที่ **8**
4. สมุดบันทึกคะแนน

## การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมจากการร่วมกิจกรรม และการตอบคำถามของนักเรียน
2. ความร่วมมือขณะทำงานกลุ่มของนักเรียน
3. ตรวจใบงาน
4. ตรวจแบบทดสอบย่อยที่ **8**

## การปรับปรุงการจัดกิจกรรม

.....

.....

.....

## ใบความรู้ เรื่อง การคบเพื่อน

### การคบเพื่อน



สิ่งอันตรายสำหรับเด็กวัยรุ่น คือ การคบเพื่อน ถ้าได้เพื่อนที่ดี ก็คงชวนกันเรียนหนังสือ ถ้าโชคร้าย ไปเจอเพื่อนชอบเที่ยว ชวนกันออกไปเที่ยวสนุกสนาน เล่นเกมจนไม่เป็นอันเรียน เสียอนาคตมากแล้ว คำแนะนำซึ่งเป็นกฎตายตัว หรือเป็นหลักการในการคบเพื่อนคงไม่มีชัดเจน แต่จะอยู่บนพื้นฐานของความพอดี หรือความสมดุล ที่แต่ละคนแต่ละครอบครัวจะต้องปรับเข้ามา หากัน ทั้งนี้ทั้งนั้นสิ่งที่สำคัญที่สุด ก็คือ

1. ตัวเราต้องไม่เสียหาย หมายถึง เพื่อนนั้นต้องไม่นำสิ่งที่ไม่ดีมาสู่เรา ไม่ว่าจะเป็น ยาเสพติด สุรา บุหรี่ การเที่ยวเตร่ดึกดื่นที่มีผลต่อสุขภาพกายของเรา ตลอดจนการดื่มสุรา หรือเบียร์ เป็นสาเหตุให้เกิดอุบัติเหตุจากการจราจร บางครั้งรุนแรงจนถึงกับการเสียชีวิตก็มีขึ้นได้บ่อย ๆ การชักจูงที่นำไปสู่การมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่เหมาะสม เพื่อนที่ดีต้องรู้จักแนะนำ ตักเตือน เมื่อเห็นเพื่อน กำลังทำในสิ่งไม่ดีไม่มีประโยชน์
2. การเรียนต้องไม่เสียหาย หมายถึง การคบเพื่อนนั้นต้องไม่ขโมยเวลา หรือนำเอาความสนใจออกไปจากการศึกษาเล่าเรียน ที่เป็นเป้าหมายหลัก และมีความสำคัญอย่างยิ่งในวัยของเรา ในทางตรงข้าม การคบเพื่อนที่ดี น่าจะชักจูงกัน หรือส่งเสริมให้กันและกัน เพื่อการศึกษาเล่าเรียนได้ดียิ่งขึ้น
3. ผู้ปกครองต้องไม่ทุกข์ทรมานกับการคบเพื่อน หมายถึง การกระทำใดๆที่เกิดจากการคบเพื่อน ต้องพิจารณาให้เหมาะสม ต้องไม่เปรียบเทียบกับครอบครัวของคนอื่น ๆ ความเห็นต่าง ๆ ของพ่อแม่ผู้ปกครอง และของเพื่อน ๆ จะเหมือนกันคงเป็นไปได้ ทำไมเพื่อนถึงไปได้ กลับดึกได้ ไปค้างคืนกับเพื่อนได้ ทำไมเพื่อนถึงเล่นเกมได้นาน ๆ แต่เราไม่สามารถทำได้ แต่ละครอบครัวจะมีความแตกต่างกัน

## การคบเพื่อนและการเล่นเกม



กล่าวว่า ปัจจุบันการนำเทคโนโลยีระดับสูงมาใช้ในการผลิตเกมออนไลน์ เพื่อให้เหมือนจริง มีผลให้เด็กติดการเล่นเกมนมากขึ้น เพราะเหมือนอยู่ในโลกจินตนาการ ที่สามารถกำหนดตัวการ์ตูนได้ในรูปแบบที่ต้องการ และเด็กบางคนอาจต้องการหนีโลกความเป็นจริง โดยมีผลมาจากปัญหาครอบครัว การเรียน การคบเพื่อน สิ่งเหล่านี้จะส่งผลเสียทำให้เด็กผลัดตนเองออกจากสังคมมากขึ้น

การคบเพื่อนเป็นสิ่งที่จำเป็นสำหรับชีวิตในวัยรุ่น เพื่อนมีอิทธิพลมาก เพราะวัยรุ่นต้องการเป็นที่ยอมรับของเพื่อน จึงมักเอาอย่างค่านิยมของเพื่อน ถ้าคบเพื่อนดี มีกิจกรรมที่เหมาะสม ก็จะเป็นผลดีต่อตัววัยรุ่นและสังคม ถ้าคบเพื่อนที่เกเร มีความประพฤติไม่เหมาะสม ก็อาจพาไปให้เสียได้ ในชีวิตจริงเพื่อนแบ่งออกเป็น 2 แบบ คือ เพื่อนที่มีตัวตนจริง พบกันได้จริง เช่น เพื่อนในโรงเรียน หรือเพื่อนบ้าน และเพื่อนที่คบกันแต่ไม่เคยพบหน้ากัน เช่น เพื่อนที่ได้จากการเล่นเกม

การเล่นเกมนั้นไม่ได้เน้นที่เนื้อหาของเกมเท่านั้น แต่รวมกิจกรรมทางอินเทอร์เน็ตหลายอย่างเข้าด้วยกัน คือ เปิดให้มีทั้งการเล่นเกมน และการพูดคุยกัน หรือแชต เด็กหลายคนเข้ามาเล่นไม่ได้เล่นเกมอย่างเดียว แต่เข้ามาพูดคุยกับเพื่อนที่ได้พบทางเกม มีการต่อสู้เพื่อเก็บคะแนนแลกเปลี่ยนของรางวัล หรือซื้ออาวุธเพื่อใช้ในการต่อสู้ มีการชิงไหวพริบกัน เพื่อให้เป็นผู้ชนะ ทำให้เกิดปัญหาต่อเนื่อง นับตั้งแต่เปิดให้บริการเป็นต้นมา เช่น เด็กหลายคนเล่นเกมจนตึก ไม่ยอมเลิกเล่น ไม่เรียนหนังสือ ทำให้การเรียนตกต่ำ และมีปัญหาทะเลาะกับพ่อแม่ ไม่เชื่อฟังผู้ปกครอง และที่ร้ายแรงคือการมีผู้เล่นหลายรายนัดซื้อขยาอาวุธที่ใช้ต่อสู้กันในเกมหรือของรางวัลกันภายนอก ซึ่งมีทั้งที่ซื้อขายกันจริง และมีทั้งการหลอกลวงกัน จนเกิดเหตุถึงกับมีการทำร้ายร่างกายกันหรือล่อลวงทางเพศ ซึ่งเข้าข่ายการก่อคดีอาชญากรรม ส่วนการซื้อขยาแถมคะแนนนั้น เข้าข่ายผิดกฎหมาย เนื่องจากเข้าข่ายเป็นการพนัน

### เอกสารอ้างอิง

สุภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชชนรินทร์, สถาบัน. 2548. คู่มือโปรแกรมพัฒนาศักยภาพเยาวชนและครอบครัวยุคไซเบอร์. กรุงเทพมหานคร: ซีโน ดีไซน์.

## ใบงาน

(เวลา 30 นาที)

**ตอนที่ 1** คำชี้แจง : ให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มช่วยกันคิดว่า ถ้านักเรียนจะมีเพื่อนใหม่  
นักเรียนอยากได้เพื่อนใหม่ที่มีลักษณะแบบใด ถ้าเปรียบ เพื่อน เป็นรถยี่ห้อต่างๆ



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

**คำตอบ** .....

**ตอนที่ 2 คำชี้แจง :** ให้นักเรียนทุกคนในกลุ่ม ตำรวจตนเอง ว่าอยากให้เป็นสนิทปฏิบัติ  
อย่างไรต่อเรามากที่สุด ตามลำดับ 3 ข้อ

นักเรียนคนที่ 1 อยากให้เป็นสนิท ปฏิบัติต่อเรา ดังนี้

- 1.....
- 2.....
- 3.....

นักเรียนคนที่ 2 อยากให้เป็นสนิท ปฏิบัติต่อเรา ดังนี้

- 1.....
- 2.....
- 3.....

นักเรียนคนที่ 3 อยากให้เป็นสนิท ปฏิบัติต่อเรา ดังนี้

- 1.....
- 2.....
- 3.....

นักเรียนคนที่ 4 อยากให้เป็นสนิท ปฏิบัติต่อเรา ดังนี้

- 1.....
- 2.....
- 3.....

สรุป พฤติกรรมที่ทุกคนอยากให้เป็นสนิทปฏิบัติมากที่สุด คือ

- 1.....
- 2.....
- 3.....

**ตอนที่ 3** คำชี้แจง : ให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มช่วยกันสำรวจถึงจุดเด่นและจุดด้อยในการคบเพื่อน

เพื่อน	จุดดี	จุดด้อย
เพื่อนในชีวิตจริง		
เพื่อนในเกม		

**ตอนที่ 4 คำชี้แจง :** ให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มช่วยกันบอกถึงแนวทางในการปฏิบัติตนในด้านต่างๆ ในการคบเพื่อน

เพื่อน	แนวทางในการปฏิบัติตนในด้านต่างๆ ในการคบเพื่อน
เพื่อนในชีวิตจริง	
เพื่อนในเกม	 <p data-bbox="360 1381 1263 1600" style="text-align: center;">สถาบันวิทยบริการ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย</p>

รายชื่อสมาชิกในกลุ่ม

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....

## แบบทดสอบย่อยที่ 8

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุด หรือเหมาะสมที่สุดเพียงคำตอบเดียว เมื่อนักเรียนเลือกคำตอบได้แล้ว ให้นักเรียนทำเครื่องหมายกากบาท ( X ) ลงบนตัวเลือกที่ถูกต้องในกระดาษคำตอบ (เวลา 15 นาที)

1. ข้อใดเป็นคำนิยามของคำว่า “เพื่อน” ที่ถูกต้องที่สุด

- ก. เพื่อน คือ คนที่รักหวังดี ให้อภัย และคอยดักเตือนช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เมื่อเกิดความผิดพลาด
- ข. เพื่อน คือ คนที่สามารถไปเที่ยวกับเราได้ทุกที่ แม้ว่าเราจะไกลแค่ไหนก็ตาม
- ค. เพื่อน คือ คนที่มีน้ำใจ ให้ความช่วยเหลือเราได้ทุกอย่าง ยกเว้นเรื่องเงิน

2. สิ่งที่สำคัญที่สุดของการคบเพื่อน คืออะไร

- ก. ตัวเราต้องไม่เสียหาย และการเรียนต้องไม่เสียหาย
- ข. ผู้ปกครองต้องไม่ทุกข์ทรมานกับการคบเพื่อน
- ค. ถูกทุกข้อ

3. นักเรียนควรคบเพื่อนที่มีลักษณะแบบใด

- ก. เพื่อนที่ชักชวนให้เราไปเรียนพิเศษ เพื่อเพิ่มพูนความรู้
- ข. เพื่อนที่ชักชวนให้เราดื่มเหล้า สูบบุหรี่
- ค. เพื่อนที่ชักชวนให้เราหนีเรียน เพื่อไปเล่นเกม

4. เพื่อนที่ดี ควรมีลักษณะตามข้อใด

- ก. ชอบเที่ยว ชักชวนให้ออกไปเที่ยวสนุกสนาน เล่นเกมจนไม่เป็นอันเรียน
- ข. รู้จักแนะนำ ดักเตือน เมื่อเห็นเพื่อนกำลังทำในสิ่งไม่ดี ไม่มีประโยชน์
- ค. ชอบดื่มสุรา และสูบบุหรี่ มัวเมาอยู่กับยาเสพติด

5. ข้อใดกล่าวไม่ถูกต้อง

- ก. วัยรุ่นต้องการเป็นที่ยอมรับของเพื่อน จึงมักเอาอย่างค่านิยมของเพื่อน
- ข. การจะเป็นที่ยอมรับของเพื่อน ได้นั้น จำเป็นจะต้องเล่นเกมเก่ง
- ค. การคบเพื่อนเป็นสิ่งที่จำเป็นสำหรับชีวิตในวัยรุ่น



6. ใครปฏิบัติตัวได้เหมาะสมที่สุด
- อ้อดเล่นเกมจนดึก เพราะมุ่งมั่นที่จะเอาชนะเพื่อนในเกมให้ได้
  - อ้นนัดอ้อดต่อยกันหลังโรงเรียน เนื่องจากอ้นไม่พอใจที่อ้อดเล่นเกมขณะตน
  - อ้มพยายามห้ามปราม และดักเตือนอ้นและอ้อดไม่ให้ทะเลาะกัน
7. เหตุการณ์ใดที่อาจทำให้ผู้เล่นเกมกลายเป็นคนมองโลกในแง่ร้าย
- ถูกเพื่อนในเกมหลอกเอาของในเกมไป
  - การพูดคุยกันในเกม มักจะ โทก โทก หลอกหลวง และไม่จริงจังต่อกัน
  - ถูกทุกข้อ
8. การหลอกหลวงกันระหว่างเพื่อนในเกม อาจนำไปสู่เหตุการณ์ใด
- การทำร้ายร่างกาย
  - การก่อกบฏ
  - การมีสุขภาพจิตที่ดี
9. นักเรียนควรปฏิบัติตัวอย่างไรกับเพื่อนในเกม
- ให้เบอร์โทรศัพท์ และที่อยู่กับเพื่อนในเกม
  - ไม่ให้ข้อมูลส่วนตัวใดๆกับเพื่อนในเกม เพราะอาจไม่ปลอดภัย
  - นัดพบกับเพื่อนในเกม ในสถานที่จริง โดยไม่บอกพ่อแม่
10. จากการเรียนเรื่อง “การคบเพื่อน” นักเรียนคิดว่าเรื่องนี้ น่าจะสอดคล้องกับสุภาษิตใดมากที่สุด
- น้ำพึ่งเรือ เสือพึ่งป่า
  - สองหัวย่อมดีกว่าหัวเดียว
  - คบคนพาล พาลพาไปหาผิด คบบัณฑิต บัณฑิตพาไปหาผล

สำนักงานวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## แผนการจัดกิจกรรมที่ 9

### ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

#### เรื่อง ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์

เวลา 1 คาบ

#### จุดประสงค์ทั่วไป

1. เพื่อให้นักเรียนมีทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ สามารถควบคุมตนเองให้มีความพอดีในการเล่นเกมน รู้จักแบ่งเวลาในการเล่นเกมน ได้อย่างเหมาะสม ตลอดจนรู้เท่าทันสื่อ (เกม) และสามารถที่จะป้องกันตนเองไม่ให้มีพฤติกรรมติดเกมคอมพิวเตอร์

#### จุดประสงค์เชิงพฤติกรรม

1. นักเรียนสามารถยกตัวอย่างวิธีเลิกเล่นเกมด้วยตัวเองได้อย่างน้อย 2 วิธี
2. นักเรียนสามารถนำเอาวิธีเลิกเล่นเกมด้วยตัวเองที่ได้เรียนรู้ในครั้งนี้ไปปรับใช้ให้เหมาะสมกับลักษณะของตัวนักเรียนเองได้
3. นักเรียนสามารถลดเวลาเล่นเกมลงหรือเลิกเล่นเกมไปเลยได้

#### ความคิดรวบยอด

เด็กหรือวัยรุ่นที่เล่นเกมบ่อยๆ เป็นประจำทุกวัน หากต้องการจะลดหรือเลิกเล่นเกม แต่ยังไม่สามารถหักห้ามใจตัวเองให้หยุดเล่นเกมได้ จำเป็นต้องเรียนรู้ถึงวิธีเลิกเล่นเกมด้วยตัวเอง ซึ่งเป็นวิธีการง่ายๆ มีหลากหลายวิธีให้เลือกทดลองปฏิบัติ และสามารถทำได้ด้วยตนเอง ไม่ต้องพึ่งพาผู้อื่น โดยมีจุดประสงค์เพื่อลดเวลาในการเล่นเกมนลง หรือเลิกเล่นเกมไปเลย

#### เนื้อหา

1. วิธีเลิกเล่นเกมด้วยตัวเอง ( การทำตารางเวลา/ การจดบันทึกเวลาที่ใช้ในการเล่นเกม , การจัดการด้านสิ่งแวดล้อม)

#### กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

##### ขั้นที่ 1 ขั้นนำเสนอบทเรียนทั้งชั้น

1. ครูสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับเรื่อง "วิธีเลิกเล่นเกม" โดยครูใช้คำถามนำ ถามนักเรียนว่า " ถ้านักเรียนเป็นผู้ที่เล่นเกมบ่อยๆ แล้ววันหนึ่งนักเรียนรู้สึกอยากจะลดหรือเลิกเล่นเกม นักเรียนจะมีวิธีเลิกเล่นเกมอย่างไรบ้าง?" เมื่อนักเรียนตอบแล้ว ครูกล่าวว่า "วันนี้ครูมีวิธีเลิกเล่นเกมอย่างง่ายๆ มาแนะนำ โดยที่นักเรียนสามารถนำไปปรับใช้ให้เหมาะสมกับลักษณะของตัวนักเรียนเองได้ โดยมีจุดประสงค์เพื่อลดเวลาเล่นเกมลง หรือเลิกเล่นเกมไปเลย"

2 ครูแจกใบความรู้ เรื่อง “ วิธึเลิ่กเล่่นเก้มดว้ยตัวอง ” ใ้ห้้กเรียนแต่ละคนได้ศึกษาและทำควมเข้าใจ

### ขั้นที่ 2 ขั้นทำงานกลุ่ม

3 ครูแจกใบงานใ้ห้้กเรียนแต่ละกลุ่มทำ โดยที่สมาชิกทุกคนในกลุ่มจะต้องร่วมมือกันช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพื่อทำใบงานใ้ให้เสร็จตามเวลาที่ครูกำหนด

4 ครูสุ่มสมาชิก 1 คน จากกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง ออกมารายงานผลของการทำใบงานหน้าชั้นเรียน

5 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุบนื้อหาที่เรียนในเรื่งวิธึเลิ่กเล่่นเก้มดว้ยตัวอง ทั้งการทำตารางเวลา/การจดบันทึกเวลาที่ใ้ใช้ในการเล่่นเก้ม และการจัดการด้านสิ่งแวดล้อม

6 นักเรียนแต่ละกลุ่มเตรียมสมาชิกภายในกลุ่มของตนเองใ้พร้อมสำหรับที่จะทำแบบทดสอบย้อยที่ 9 โดยนักเรียนที่เก้ง เข้าใจในนื้อหาที่เรียนเป็นอย่างดี จะต้องคอยช่วยเหลือนักเรียนที่ยังไม่ค้ยเข้าใจในนื้อหาเท่าที่ควร ใ้เข้าใจในนื้อหามากยั้งขึ้น

### ขั้นที่ 3 ขั้นทดสอบ

7 ครูใ้ห้้กเรียนแต่ละคนทำแบบทดสอบย้อยที่ 9

### ขั้นที่ 4 ขั้นปรับปรุงคะแนน

8 ครูตรวจแบบทดสอบ พร้อมทั้งพิจารณาผลการทดสอบของนักเรียนเป็นคะแนนรายบุคคล และคะแนนเฉลี่ยของกลุ่ม โดยครูจะทำการบันทึกผลการทดสอบของนักเรียนลงในสมุดบันทึกคะแนน

### สื่อการสอน

1. ใบความรู้ เรื่อง “ วิธึเลิ่กเล่่นเก้มดว้ยตัวอง ”
2. ใบงาน
3. แบบทดสอบย้อยที่ 9
4. สมุดบันทึกคะแนน

### การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมจากการร่วมกิจกรรม และการตอบคำถามของนักเรียน
2. ความร่วมมือขณะทำงานกลุ่มของนักเรียน
3. ตรวจใบงาน
4. ตรวจแบบทดสอบย้อยที่ 9

การปรับปรุงการจัดกิจกรรม

.....

.....

.....



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ใบความรู้ เรื่อง วิธีเลิกเล่นเกมด้วยตัวเอง



ถ้าคุณเป็นผู้ที่เล่นเกมบ่อยๆ แล้ววันหนึ่งคุณรู้สึกอยากจะลดหรือเลิกเล่นเกม แต่ยังไม่สามารถหักห้ามใจตัวเองให้หยุดเล่นเกมได้ ลองอ่านตรงนี้ก่อนค่ะ

จะขอเสนอวิธีเลิกเล่นเกมอย่างง่ายๆ โดยที่คุณสามารถเอาไปปรับใช้ให้เหมาะสมกับลักษณะของตัวเองได้ โดยมีจุดประสงค์เพื่อลดเวลาเล่นเกมลง หรือเลิกเล่นเกมไปเลย

ก่อนอื่นให้คุณเริ่มต้นคิดว่า ในอดีต สมัยที่คุณยังไม่ได้ทุ่มเทเวลาให้กับเกมมากถึงขนาดนี้ คุณได้นำเวลาส่วนนั้นไปทำอะไรบ้าง เช่น เคยใช้เวลาไปเตะฟุตบอลกับเพื่อน นั่งเขียนบันทึกปลุกต้นไม้ เล่นต่อโมเดลหุ่นต่างๆ เลี้ยงปลา อ่านหนังสือการ์ตูน นวนิยาย หรือหนังสือที่มีความรู้ ช่วยทำงานบ้าน ไปเที่ยวกับครอบครัว ไปไหนมาไหนกับเพื่อน ดูโทรทัศน์ ดูภาพยนตร์ ฟังเพลง นั่งทำการบ้านหรือทำงานที่ยังค้างอยู่ หรือนั่งใช้จินตนาการอันไร้ขอบเขตของคุณ คิดดูซิคะว่ายังมีกิจกรรมอะไรอีกบ้างที่คุณอยากจะทำแล้วยังไม่ได้ทำ หรือมีกิจกรรมประจำวัน ประจำสัปดาห์ที่คุณเคยทำอยู่ แต่ช่วงนี้ไม่ได้ทำ

ทีนี้ให้คุณลองมานึกดูบ้างว่า เกมที่คุณเล่นอยู่นั้นมันสนุกตรงไหน สนุกที่ได้ทำตามเงื่อนไขที่ทางเกมกำหนดให้ได้สำเร็จลุล่วง จนได้รับรางวัลเป็นความสามารถใหม่ๆ ไอ้เพิ่มเติมใหม่ๆ ได้แก้ปริศนาต่างๆ ในเกม ได้ฟังเพลงประกอบที่ไพเราะ ดูภาพกราฟิกสวยงาม ตื่นตาตื่นใจ สมจริง ได้ความรู้ที่คิดว่าตนได้แข่งขันและกลายเป็นฮีโร่โดยไม่รู้ตัว หรือได้เจอเพื่อนเจอบนเกมออนไลน์ ให้คุณจดบันทึกเอาไว้ และจดไว้ด้วยว่าขณะนี้คุณเล่นเกมอะไรอยู่ เล่นถึงด่าน (level) ใด และใช้เวลาเล่นเกมนี้มานานกี่วันแล้ว และงานอะไรที่คุณยังค้างค้างทำไม่เสร็จอยู่

เอาละ ถ้าคุณสามารถอ่านมาถึงบรรทัดนี้ โดยที่คุณยังไม่ได้เดินไปเปิดเครื่องคอมพิวเตอร์เล่นเกมแล้วละก็ คุณมีโอกาสดลดหรือเลิกเล่นเกมได้

คราวนี้ลองมาดูว่า การเล่นเกมโดยใช้เวลานานๆ ทำให้เกิดผลกระทบอะไรต่อตัวคุณบ้าง เช่น รู้สึกอ่อนเพลีย ปวดศีรษะ ปวดตา งานที่ควรทำให้เสร็จเมื่อวานนี้ก็ยังทำไม่เสร็จ มีปากเสียงกับคนอื่น เรื่องที่คุณใช้เวลาเล่นเกมนานจนไม่ได้ทำอย่างอื่น รับประทานอาหารไม่ตรงเวลา รู้สึกวิตกกังวล หรือบางครั้งรู้สึกซึมเศร้า

ลองคิดต่ออีกสักนิดคะว่า เคยมีบางช่วงไหมที่คุณรู้สึกเบื่อหน่ายกับการเล่นเกม เนื่องจากกว่าจะผ่านแต่ละด่านไปได้ ต้องใช้ปริศนา และใช้เวลานานมาก กว่าจะสะสมคะแนนเพื่อให้ได้ถึงอีกด่าน ทำให้คุณใช้เวลาอยู่ใน โลกแห่งแฟนตาซีนานกว่าอยู่ใน โลกแห่งความจริงจนคุณอาจรู้สึก

เป้าหมายโลกแห่งแฟนตาซี หรือบางครั้งความคิดของคุณหมกมุ่นอยู่แต่เรื่องเกม คุณต้องใช้ความพยายามอย่างมากในการเรียน หรือทำงานไปวันๆ เพื่อจะได้เอาเวลาที่เหลือกระโจนเข้าสู่โลกออนไลน์ จดบันทึกสิ่งเหล่านี้ไว้ในกระดานะคะ เพื่อเตือนให้คุณเห็นถึงโทษของการเล่นเกม

คุณเก่งมากที่คุณสามารถจดบันทึกสิ่งต่างๆ ได้ขนาดนี้ เอาละ ถ้าคุณอยากจะพักสักนิด ลุกขึ้น ไปดื่มน้ำหวานสักหน่อยก็ได้ล่ะคะ

ตอนนี้คุณลองเอาบันทึกที่คุณจดไว้ตั้งแต่แรกมานั่งอ่านดูซิคะว่า เวลาที่คุณอยู่ในโลกแห่งความจริง คุณทำอะไรบ้าง ขณะนี้ยังได้ทำอยู่หรือเปล่า และอะไรที่คุณอยากทำเป็นครั้งแรกถ้าคุณมีเวลา

ลองจินตนาการต่อไปว่า คุณมีจุดหมายอะไรในชีวิต อนาคตคุณต้องการอะไร และทำอย่างไรคุณจึงจะไปถึงจุดนั้นได้ คุณได้มีเวลาเพื่อเพิ่มทักษะในตัวเองเหมือนกับที่คุณใช้เวลาในการทำคะแนนเพื่อเพิ่มทักษะตัวฮีโร่ในเกมของคุณหรือเปล่า

คุณคงเห็นด้วยแล้วนะคะว่า คุณใช้เวลาไปกับโลกแห่งแฟนตาซีจนแทบไม่เหลือเวลาในโลกแห่งความจริงแล้ว ถึงเวลาเอาเวลากลับคืนมาแล้วล่ะ

เริ่มทำตารางเวลากันเลยล่ะ เริ่มจกก่อนว่าคุณเริ่มเล่นเกมเวลาที่โมงถึงกี่โมงใน

**2-3** วัน ถึงหนึ่งสัปดาห์ที่ผ่านมา จากนั้นให้สร้างตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน ในเวลาใดทำอะไร และมีเวลาเล่นเกมกี่โมงถึงกี่โมง โดยให้เวลาในการเล่นไม่เกิน **1** ชั่วโมง ส่วนเวลาที่เหลือจากการเล่นเกม ให้คุณใช้เวลาเป็นของรางวัลพิเศษสำหรับตัวคุณ เช่น แต่ก่อนคุณเคยเล่นเกมเวลา **1900-2300** น. ให้คุณเขียนตารางเวลาเล่นเกมเป็น **1900-2000** น. ส่วนเวลา **2000-2300** น. ถือว่าเป็นเวลาโบนัส ให้คุณเอาเวลาไปอ่านการ์ตูน ดูวีซีดี หรืออ่านหนังสือความรู้เพื่อเพิ่มทักษะของตัวเอง

ทีนี้ส่วนที่ยากก็คือ ทำอย่างไรไม่ให้คุณเดินไปเปิดคอมพิวเตอร์เวลาที่รู้สึกว่างๆ ง่ายมากล่ะ ให้คุณเอากระดาษมาสักแผ่น แล้วเขียนช่วงเวลาที่คุณจะเริ่มเล่นเกม เช่น เขียนว่า **1900-2000** น. จากนั้นก็นำไปติดไว้ที่หน้าจอคอมพิวเตอร์ พอคุณเดินไปที่คอมพิวเตอร์ จะรู้สึกสะกิดใจเตือนตัวเองไม่ให้เล่นเกม เมื่อยังไม่ถึงเวลา แต่ถ้าอดใจรอไม่ไหวแล้ว ก็ให้บอกกับตัวเองว่า รอเดี๋ยว จากนั้นเดินไปที่ตู้เย็น เพื่อดื่มน้ำเย็นเจี๊ยบสักแก้วสองแก้ว หรืออาบน้ำให้สบายตัวเสียก่อน หลังจากดื่มน้ำหรืออาบน้ำเสร็จแล้ว ให้ชมตัวเองว่า "ยอดเยี่ยม" ที่สามารถควบคุมอารมณ์ความอยากเล่นเกมได้ดีขึ้น จากนั้นอย่าเดินไปมองคอมพิวเตอร์อีก ให้หาอะไรทำไปพลางๆ ก่อน แล้วจดบันทึกไว้ด้วยคะว่าคุณนี่แน่จริงๆ สามารถควบคุมตัวเองได้ระดับหนึ่งแล้ว

ความยากลำบากลำดับต่อมาก็คือ ทำอย่างไรคุณจึงจะสามารถเลิกเล่นเกมได้ตามเวลาที่กำหนดไว้ เนื่องจากกำลังเล่นเกมติดพันอยู่ คะแนนสะสมกำลังได้เพิ่มขึ้น ก็อบทำตามเงื่อนไขที่กำหนดมาจะเสร็จแล้ว อะไรๆ ก็เกือบแล้วทั้งนั้น ทำให้คุณไม่ยอมพลาดโอกาสทอง ถ้าได้เล่นต่ออีกหน่อยคงจะดี หรือเพิ่งเจอเพื่อนที่ออนไลน์ด้วยกันแป็บเดียว ขอยู่ต่ออีกสักหน่อยนะ ก็ไม่ใช่ฉันคนเดียวที่เล่นเกมอยู่ขณะนี้

มีหลายคนเล่นเกมแล้วไม่สามารถออกไปไหนได้ ก็เพราะเหตุผลที่กล่าวมาแล้วข้างต้น เอาใหม่ค่ะ ก่อนเล่นเกมให้คุณนำนาฬิกาปลุกมาตั้งเวลาปลุกตามที่กำหนดเวลาเอาไว้ จากนั้นนำนาฬิกาปลุกวางห่างจากตัวสัก 3-4 ช่วงตัว เพื่อให้คุณจำเป็นจะต้องลุกไปปิดนาฬิกา เมื่อได้ยินเสียงนาฬิกาปลุก ให้นำนาฬิกาปลุกไปปิดนาฬิกาปลุกเป็นเสียงสัญญาณเปิดประตูมิดิให้คุณกลับสู่มิดิของโลกแห่งความจริงแล้ว คุณต้องรีบข้ามมิดินั้นทันที โดยรีบลุกไปกดปิดนาฬิกาปลุก แล้วรีบกลับมาออกจากเกมโดยเร็ว

จากนั้นให้ล้างหน้าด้วยน้ำเย็นเฉียบ ให้มีความรู้สึกราวกับว่าคุณได้ไปผจญภัยมานาน และกลับมาถึงที่หมายโดยปลอดภัย ค่ะ น้ำเย็นๆ สักแก้ว แล้วทำภารกิจอื่น นอกจากการเล่นเกม เมื่อคุณควบคุมเวลาได้ดีขึ้น ก็อย่าลืมให้กำลังใจตนเอง โดยหาของขวัญให้กับตัวเองซะหน่อย เช่น ถ้าเลิกเล่นเกมตามเวลาที่กำหนด จะไปซื้อซีดีเพลงเพราะๆ มาฟัง จะไปวิ่งออกกำลังกาย แทนที่จะไปเดินหาซื้อแผ่นเกมใหม่ๆ หรือซื้อหนังสือเกมใหม่ๆ มา

เมื่อคุณทำได้แล้ว คุณก็จะไม่รู้สึกผิดหรือรู้สึกเศร้าว่าเหลืองานอีกมากมายในโลกแห่งความจริงที่ยังไม่ได้ทำ เพราะคุณสามารถเข้าออกโลกแห่งแฟนตาซีได้ตามใจกำหนด ไม่ตกเป็นทาสอยู่ในโลกแห่งแฟนตาซีอีก คุณก็จะมึนใจที่แจ่มใส ร่าเริงเบิกบาน มีความสุข สามารถเล่นเกมได้อย่างสนุกสนาน และมีเวลามากพอในการทำภารกิจต่างๆ ในโลกแห่งความจริงควบคู่กันไป

แต่ถ้าคุณรู้สึกเบื่อหน่าย ท้อแท้ ซึมเศร้าจนไม่อยากทำอะไร อยากรจะนอนอย่างเดียว ไม่มีสมาธิ รับประทานอาหารไม่ลง ขอให้ลองไปปรึกษาจิตแพทย์ เพื่อช่วยให้คุณมีอารมณ์ที่สดใสสดชื่นขึ้น จะโดยวิธีการทำจิตบำบัด หรือใช้ยาเข้าช่วยก็ตาม

สำหรับอีกวิธีหนึ่งที่จะช่วยให้ลดเวลาการเล่นเกมนลง หรือเลิกเล่นเกมไปเลย ก็คือการจัดการด้านสิ่งแวดล้อม ได้แก่ การวางตำแหน่งคอมพิวเตอร์ หรือเครื่องเล่นเกมในสถานที่ที่เป็นที่โล่ง ในห้องรวมที่มีคนเดินผ่านไปมาบ่อยๆ ไม่ควรตั้งไว้ในห้องนอน หรือห้องที่ปิดมิดชิด เพื่อที่พ่อแม่ผู้ปกครองจะได้ติดตามเฝ้าดูได้ เป็นการป้องกันมิให้เด็กเก็บตัวแอบเล่นคนเดียวในห้อง หรือแอบเล่นทั้งคืน

#### เอกสารอ้างอิง

- ปรากฏ ฤมยงกูร. 2548. เมื่อลูกติดเกม. กรุงเทพมหานคร: ซีเอ็ดยูเคชั่น.
- สุภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชชนครินทร์, สถาบัน. 2548. คู่มือโปรแกรมพัฒนาศักยภาพเยาวชนและครอบครัวยุคไซเบอร์. กรุงเทพมหานคร: ซีโน ดีไซน์.





## แบบทดสอบย่อยที่ 9

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุด หรือเหมาะสมที่สุดเพียงคำตอบเดียว เมื่อนักเรียนเลือกคำตอบได้แล้ว ให้นักเรียนทำเครื่องหมายกากบาท (X) ลงบนตัวเลือกที่ถูกต้องในกระดาษคำตอบ (เวลา 15 นาที)

1. ข้อใดไม่ใช่จุดประสงค์ของการเรียนเรื่อง “วิธีเล่นเกมด้วยตัวเอง”
  - ก. เพื่อลดเวลาในการเล่นเกมนลง
  - ข. เพื่อให้เล่นเกมไปเลย
  - ค. เพื่อให้เล่นเกมเก่งขึ้น
  
2. ข้อใดเป็นสิ่งที่นักเรียนควรปฏิบัติ หลังจากเรียนเรื่อง “วิธีเล่นเกมด้วยตัวเอง” จบแล้ว
  - ก. ทำตัวแบบเดิมอย่างที่เคยทำ เคยใช้เวลาในการเล่นเกมนมาก ก็เล่นเกมมากเหมือนเดิม
  - ข. นำเอาวิธีเล่นเกมด้วยตัวเองที่ได้เรียนรู้ในครั้งนี้ ไปปรับใช้ให้เหมาะสมกับลักษณะของตัวเอง
  - ค. นำความรู้ที่ได้ ไปทดลองปฏิบัติสัก 2-3 วัน จากนั้นจึงค่อยเลิกปฏิบัติ แล้วกลับมาทำตัวแบบเดิมอีก
  
3. ใครปฏิบัติตัวได้เหมาะสมที่สุด
  - ก. แพรพัฒนาฝีมือในการเล่นเกมน จนกลายเป็นผู้ที่เลเวลเยอะที่สุดในเกมน
  - ข. พี่งค์เลิกสนใจเกมน หันมาช่วยพ่อปลูกต้นไม้ และช่วยแม่ทำงานบ้านแทน
  - ค. พรราวซื้อหนังสือเกมนมาอ่าน เพื่อเพิ่มพูนความรู้ด้านเกมนคอมพิวเตอร์ให้มากขึ้น
  
4. ใครปฏิบัติตัวไม่เหมาะสม
  - ก. โนบีตะใช้เวลาเล่นเกมนมานานหลายวัน จนมีงานที่คั่งค้าง ยังทำไม่เสร็จอีกมากมาย
  - ข. ชิชูกะตั้งใจเรียนหนังสือ เพื่อที่จะสอบเป็นแอร์โฮสเตสให้ได้ในอนาคต
  - ค. โดเรมอนฝึกทำตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน โดยกำหนดให้ตนเองมีเวลาในการเล่นเกมนไม่เกิน 1 ชั่วโมง / วัน

5. การเล่นเกมโดยใช้เวลาหลายๆ อาจทำให้เกิดผลกระทบหลายอย่าง ยกเว้น ข้อใด
- รู้สึกร่าเริงเบิกบาน สดชื่นแจ่มใส
  - รู้สึกอ่อนเพลีย ปวดศีรษะ ปวดตา
  - งาน ไม่เสร็จ รับประทานอาหารไม่ตรงเวลา
6. นักเรียนควรปฏิบัติตัวตามข้อใด
- คิดหมกมุ่นอยู่แต่เรื่องเกมทั้งวัน แม้ในเวลาเรียน ก็ยังคิดถึงแต่เกม
  - เรียนหรือทำงานไปวันๆ เพื่อจะได้เอาเวลาที่เหลือ กระจงเข้าสู่โลกออนไลน์
  - ใช้เวลาในยามว่าง อ่านหนังสือการ์ตูน คู่มือ หรืออ่านหนังสือความรู้ เพื่อเพิ่มทักษะให้ตัวเอง แทนการเล่นเกม
7. นักเรียนควรทำอย่างไร ไม่ให้เดินไปเปิดคอมพิวเตอร์ เวลาที่รู้สึกว่างๆ
- เอากระดาษมาเขียนช่วงเวลาที่จะเริ่มเล่นเกม แล้วนำไปติดไว้ที่หน้าจอคอมพิวเตอร์
  - พยายามไม่เดินไปมองคอมพิวเตอร์ แล้วหาอะไรทำไปพลางๆ แทน
  - ถูกทุกข้อ
8. มีหลายคนที่เล่นเกมแล้ว ไม่สามารถลุกไปไหนได้ เพราะเหตุผลหลายอย่าง ยกเว้น ข้อใด
- เป็นเหน็บ หรือเป็นตะคริว
  - กำลังเล่นเกมติดพันอยู่ คะแนนสะสมกำลังได้เพิ่มขึ้น เกือบทำตามเงื่อนไขที่กำหนดมา จะเสร็จแล้ว
  - เพิ่งเจอเพื่อนที่ออนไลน์ด้วยกันแป๊บเดียว จึงอยากอยู่ต่ออีกสักหน่อย
9. ถ้านักเรียนลองทำตามวิธีเลิกเล่นเกมด้วยตัวเองที่ได้เรียนรู้ในวันนี้แล้ว กลับรู้สึกเบื่อหน่าย หือแพ้ ซึมเศร้า จนไม่อยากทำอะไร ควรทำอย่างไรต่อไป
- ล้มเลิกความคิดที่จะเลิกเล่นเกม
  - ไปปรึกษาจิตแพทย์
  - ไปปรึกษาเพื่อน
10. คอมพิวเตอร์ หรือเครื่องเล่นเกม ควรวางไว้ที่ไหน
- ห้องนอน
  - สถานที่ๆเป็นที่โล่ง ในห้องรวมที่มีคนเดินผ่านไปมาบ่อยๆ
  - ห้องที่ปิดมิดชิด

## แผนการจัดกิจกรรมที่ 10

### ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

#### เรื่อง ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์

เวลา 1 คาบ

#### จุดประสงค์ทั่วไป

1. เพื่อให้นักเรียนมีทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ สามารถควบคุมตนเองให้มีความพอดีในการเล่นเกม รู้จักแบ่งเวลาในการเล่นได้อย่างเหมาะสม ตลอดจนรู้เท่าทันสื่อ (เกม) และสามารถที่จะป้องกันตนเองไม่ให้มีพฤติกรรมติดเกมคอมพิวเตอร์

#### จุดประสงค์เชิงพฤติกรรม

1. นักเรียนสามารถบอกถึงปัญหาที่มักเกิดขึ้นบ่อยๆ ในระยะเริ่มต้นการลดหรือเลิกการเล่นเกมนทั้ง 4 ปัญหาได้อย่างถูกต้อง

2. นักเรียนสามารถบอกแนวทางการแก้ไข หรือวิธีเผชิญกับปัญหาที่มักเกิดขึ้นบ่อยๆ ในระยะเริ่มต้นการลด หรือเลิกการเล่นเกมนทั้ง 4 ปัญหาได้อย่างถูกต้อง

#### ความคิดรวบยอด

เด็กๆทุกคนที่พยายามจะลดหรือเลิกการเล่นเกมน มักต้องเผชิญกับปัญหาต่างๆ ในระหว่างสัปดาห์แรกๆ ของการเริ่มต้นลดเวลาเล่นเกมน นั่นก็คือ ปัญหาด้านเพื่อน , ปัญหาด้านอารมณ์ ที่มักจะโกรธ/หงุดหงิดง่าย , ปัญหาด้านการใช้คอมพิวเตอร์ และปัญหาด้านความรู้สึกเบื่อหน่าย ดังนั้น เด็กๆ ควรจะทราบถึงแนวทางการแก้ไขหรือวิธีเผชิญกับปัญหาต่างๆ เหล่านี้ เพื่อให้สามารถลดการเล่นเกมนลงหรือเลิกการเล่นเกมนได้สำเร็จ

#### เนื้อหา

1. ปัญหาที่มักเกิดขึ้นบ่อยๆ ในระยะเริ่มต้นการลดหรือเลิกการเล่นเกมน 4 ปัญหา และทางเลือกใหม่ในการแก้ปัญหา

#### กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

ขั้นที่ 1 ชี้นำเสนอบทเรียนทั้งชั้น

1. ครูและนักเรียนร่วมกันสนทนาเกี่ยวกับปัญหาที่มักเกิดขึ้นบ่อยๆ ในระยะเริ่มต้นการลดหรือเลิกการเล่นเกมน 4 ปัญหา โดยครูใช้คำถามเพื่อสนทนาเกี่ยวกับเรื่องดังกล่าว ดังนี้

- นักเรียนคิดว่า ปัญหาที่มักเกิดขึ้นบ่อยๆ ในระยะเริ่มต้นการลดหรือเลิกการเล่นเกมน น่าจะมีปัญหาอะไรบ้าง?

- นักเรียนเคยเจอปัญหาเหล่านั้นกับตัวนักเรียนเองหรือไม่?

- ถ้านักเรียนเคยเจอปัญหาเหล่านั้นกับตัวนักเรียนเอง แล้วนักเรียนมีวิธีการกับปัญหาต่างๆ เหล่านั้นอย่างไร?

2. ครูแจกใบความรู้ เรื่อง “ ปัญหาที่มักเกิดขึ้นบ่อยๆ ในระยะเริ่มต้นการลดหรือเลิกการเล่นเกม 4 ปัญหา และทางเลือกใหม่ในการแก้ปัญหา ” ให้นักเรียนแต่ละคน ได้ศึกษาและทำความเข้าใจ

### ขั้นที่ 2 ขั้นทำงานกลุ่ม

3. ครูแจกใบงานให้นักเรียนแต่ละกลุ่มทำ โดยที่สมาชิกทุกคนในกลุ่มจะต้องร่วมมือกัน ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพื่อทำใบงานให้เสร็จตามเวลาที่ครูกำหนด

4. ครูสุ่มสมาชิก 1 คน จากกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง ออกมารายงานผลของการทำใบงานหน้าชั้นเรียน

5. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปเนื้อหาที่เรียนในเรื่อง ปัญหาที่มักเกิดขึ้นบ่อยๆ ในระยะเริ่มต้น การลด หรือเลิกการเล่นเกม 4 ปัญหา และทางเลือกใหม่ในการแก้ปัญหา

6. นักเรียนแต่ละกลุ่มเตรียมสมาชิกภายในกลุ่มของตนเองให้พร้อมสำหรับที่จะทำแบบทดสอบย่อยที่ 10 โดยนักเรียนที่เก่ง เข้าใจในเนื้อหาที่เรียนเป็นอย่างดี จะต้องคอยช่วยเหลือนักเรียนที่ยังไม่ค่อย เข้าใจในเนื้อหาเท่าที่ควร ให้เข้าใจในเนื้อหามากยิ่งขึ้น

### ขั้นที่ 3 ขั้นทดสอบ

7. ครูให้นักเรียนแต่ละคนทำแบบทดสอบย่อยที่ 10

### ขั้นที่ 4 ขั้นปรับปรุงคะแนน

8. ครูตรวจแบบทดสอบ พร้อมทั้งพิจารณาผลการทดสอบของนักเรียนเป็นคะแนนรายบุคคล และคะแนนเฉลี่ยของกลุ่ม โดยครูจะทำการบันทึกผลการทดสอบของนักเรียนลงในสมุดบันทึกคะแนน

### สื่อการสอน

1. ใบความรู้ เรื่อง “ ปัญหาที่มักเกิดขึ้นบ่อยๆ ในระยะเริ่มต้นการลด หรือเลิกการเล่นเกม 4 ปัญหา และทางเลือกใหม่ในการแก้ปัญหา ”
2. ใบงาน
3. แบบทดสอบย่อยที่ 10
4. สมุดบันทึกคะแนน

### การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมจากการร่วมกิจกรรม และการตอบคำถามของนักเรียน
2. ความร่วมมือขณะทำงานกลุ่มของนักเรียน
3. ตรวจใบงาน
4. ตรวจแบบทดสอบย่อยที่ 10

การปรับปรุงการจัดกิจกรรม

.....

.....

.....



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ใบความรู้ เรื่อง ปัญหาที่มักเกิดขึ้นบ่อยๆในระยะเริ่มต้นการลดหรือเลิกการเล่นเกม 4 ปัญหา และทางเลือกใหม่ในการแก้ปัญหา

ทุกๆคนที่พยายามจะลดหรือเลิกการเล่นเกม ต้องเคยผ่านสถานการณ์ต่างๆที่ทำให้ยากลำบาก รายการสถานการณ์ 4 สถานการณ์ข้างล่างนี้ ก่อให้เกิดปัญหาที่พบบ่อยที่สุดที่บุคคลมักต้องเผชิญในระหว่างสัปดาห์แรกๆของการเริ่มต้นลดเวลาเล่นเกม หลังจากการเสนอปัญหาเหล่านี้แล้ว จะมีข้อเสนอแนะถึงวิธีเผชิญกับปัญหาในสถานการณ์นั้นๆ

ปัญหา	แนวทางการแก้ไข
<p><b>เพื่อนที่เล่นเกม/คบหาสมาคม</b> ยังคงคบหาสมาคมกับเพื่อนเก่าหรือเพื่อนที่ยังเล่นเกมอยู่</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- พยายามคบเพื่อนใหม่เพิ่มขึ้น</li> <li>- พยายามทำกิจกรรมใหม่ๆ ซึ่งจะช่วยให้คุณได้พบกับบุคคลที่ไม่เล่นเกมแล้วมากขึ้น</li> </ul>
<p><b>ความโกรธ/หงุดหงิดง่าย</b> เหตุการณ์เล็กๆน้อยๆสามารถสร้างความรู้สึกรุนแรงซึ่งจะมีผลกระทบต่อกระบวนการคิด</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- วางแผนทำกิจกรรมต่างๆร่วมกับเพื่อนที่ไม่เล่นเกม หรือร่วมกับสมาชิกในครอบครัว บอกกับตัวเองว่า อารมณ์มักจะถูกควบคุมได้ง่าย มันเป็นเรื่องที่เกิดขึ้นเป็นธรรมดา</li> </ul>
<p><b>การใช้คอมพิวเตอร์</b> เพราะว่าการที่คุณตัดสินใจลดการเล่นเกม ไม่ได้หมายความว่าทุกคนในครอบครัวคุณเลิกใช้ด้วย</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- กำจัดเกมและเครื่องเล่นเกมให้หมดถ้าเป็นไปได้</li> <li>- ผู้ปกครองช่วยเตือน/ร่วมกันตั้งกติกาในการใช้คอมพิวเตอร์ในบ้าน</li> </ul>
<p><b>รู้สึกเบื่อหน่าย</b> การลดการเล่นเกมส่วนใหญ่จะนำไปสู่การที่จะต้องหลีกเลี่ยงจากกิจกรรมต่างๆที่เคยปฏิบัติ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ทำกิจกรรมใหม่ๆทำ และจัดลงในตารางกิจกรรมที่ต้องกระทำในแต่ละวัน</li> <li>- กลับไปทำกิจกรรมที่ก่อให้เกิดความสุขที่เคยกระทำก่อนการเล่นเกม</li> </ul>



### เอกสารอ้างอิง

สุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชชนรินทร์, สถาบัน. 2548. คู่มือโปรแกรมพัฒนาศักยภาพเยาวชนและครอบครัวยุคไซเบอร์. กรุงเทพมหานคร: ซีโน ดีไซน์.

คำชี้แจง : ให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มช่วยกันเขียนแนวทางการแก้ไขปัญหาทั้ง 4 ปัญหาที่ลงในตารางให้สมบูรณ์และถูกต้อง

ปัญหา	แนวทางการแก้ไข
<p><b>เพื่อนที่เล่นเกม/คบหาสมาคม</b> ยังคงคบหาสมาคมกับเพื่อนเก่าหรือเพื่อนที่ยังเล่นเกมอยู่</p> <p><b>ความโกรธ/หงุดหงิดง่าย</b> เหตุการณ์เล็กน้อยๆสามารถสร้างความรู้สึกรุนแรงซึ่งจะมีผลกระทบต่อกระบวนการคิด</p> <p><b>การใช้คอมพิวเตอร์</b> เพราะว่าการที่คุณตัดสินใจลดการเล่นเกม ไม่ได้หมายความว่าทุกคนในครอบครัวคุณเลิกใช้ด้วย</p> <p><b>รู้สึกเบื่อหน่าย</b> การลดการเล่นเกมส่วนใหญ่จะนำไปสู่การที่จะต้องหลีกเลี่ยงจากกิจกรรมต่างๆที่เคยปฏิบัติ</p>	

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย  
รายชื่อสมาชิกในกลุ่ม

1.....

2.....

3.....

4.....

## แบบทดสอบย่อยที่ 10

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุด หรือเหมาะสมที่สุดเพียงคำตอบเดียว เมื่อนักเรียนเลือกคำตอบได้แล้ว ให้นักเรียนทำเครื่องหมายกากบาท ( X ) ลงบนตัวเลือกที่ถูกต้องในกระดาษคำตอบ (เวลา 15 นาที)

1. ปัญหาที่มักเกิดขึ้นบ่อยๆ ในระยะเริ่มต้นการลด หรือเลิกการเล่นเกม มีทั้งหมดกี่ปัญหา
  - ก. 3 ปัญหา
  - ข. 4 ปัญหา
  - ค. 5 ปัญหา
  
2. ข้อใดไม่ใช่ปัญหาที่มักเกิดขึ้นบ่อยๆ ในระยะเริ่มต้นการลด หรือเลิกการเล่นเกม
  - ก. ปัญหาการล้าชโมย
  - ข. ปัญหาความโกรธ / หงุดหงิดง่าย
  - ค. ปัญหารู้สึกเบื่อหน่าย
  
3. หากนักเรียนมีปัญหาในการคบหาสมาคมกับเพื่อนเก่า หรือเพื่อนที่ยังเล่นเกมอยู่ ควรทำอย่างไร
  - ก. นั่งสมาธิ
  - ข. เก็บตัวอยู่แต่ในบ้าน ไม่คบหากับใคร
  - ค. พยายามคบเพื่อนใหม่เพิ่มขึ้น
  
4. หากนักเรียนรู้สึกโกรธ หรือหงุดหงิดง่าย จากการที่ต้องเลิกเล่นเกม นักเรียนจะมีแนวทางการแก้ไขอย่างไร
  - ก. วางแผนทำกิจกรรมต่างๆร่วมกับเพื่อนที่ไม่เล่นเกม หรือร่วมกับสมาชิกในครอบครัว
  - ข. ระบายอารมณ์ด้วยการด่าว่าคนใกล้ตัว
  - ค. แกล้งสัตว์เลี้ยง เพื่อให้เกิดความสะใจ
  
5. ข้อใดไม่ใช่วิธีเผชิญกับปัญหาการใช้คอมพิวเตอร์ภายในบ้าน
  - ก. กำจัดเกม และเครื่องเล่นเกมให้หมดถ้าเป็นไปได้
  - ข. นำเครื่องคอมพิวเตอร์ไปขายทิ้ง
  - ค. ให้ผู้ปกครองช่วยเตือน / ร่วมกันตั้งกติกาในการใช้คอมพิวเตอร์ในบ้าน



6. ถ้านักเรียนรู้สึกเบื่อหน่าย จากการทำที่ต้องลดหรือเลิกการเล่นเกม นักเรียนจะมีแนวทางการแก้ไขอย่างไร
- หากิจกรรมใหม่ๆทำ และจัดลงในตารางกิจกรรมที่ต้องกระทำในแต่ละวัน
  - กลับไปทำกิจกรรมที่ก่อให้เกิดความสุข ที่เคยกระทำก่อนการเล่นเกม
  - ถูกทุกข้อ
7. ใครเป็นผู้ที่น่าจะลด หรือเลิกการเล่นเกมได้สำเร็จ
- บิวพยายามทำกิจกรรมใหม่ๆ ทำให้ได้พบกับบุคคลที่ไม่เล่นเกมแล้วมากขึ้น
  - เบ๊ยกทดลองไม่เล่นเกมที่ตัวเองชอบ หันไปเล่นเกมอื่นแทน
  - ปรางให้เพื่อนเล่นเกมแทนตนเอง โดยที่ปรางคอยนั่งดูเฉยๆ
8. ข้อใดไม่ใช่จุดประสงค์ของการเรียนเรื่องนี้
- เพื่อให้ห่างไกลจากเทคโนโลยี
  - เพื่อให้รู้ และเข้าใจถึงปัญหาที่มักเกิดขึ้นบ่อยๆ ในระยะเริ่มต้นการลด หรือเลิกการเล่นเกม
  - เพื่อให้ทราบแนวทางการแก้ไขปัญหาต่างๆที่เกิดขึ้นจากการเริ่มต้นลดเวลาเล่นเกม
9. “แมนกำลังเริ่มต้นเลิกการเล่นเกม ทำให้มีปัญหาเกี่ยวกับเพื่อนที่ยังเล่นเกมอยู่” จากเหตุการณ์ข้างต้น แมนควรทำอย่างไร
- ดื่มเบียร์ เพื่อให้คลายความกลุ้มใจ
  - นัดชกต่อยกับเพื่อนที่เล่นเกม เพื่อเคลียร์ปัญหา
  - ออกห่างจากเพื่อนที่เล่นเกม พยายามคบเพื่อนใหม่เพิ่มขึ้น
10. ใครปฏิบัติตัวได้เหมาะสมที่สุด
- ต้องยังคงคบหาสมาคมกับเพื่อนเก่า หรือเพื่อนที่ยังเล่นเกมอยู่
  - ดูหาคิจกรรมใหม่ๆทำ แทนการเล่นเกม นั่นก็คือ การออกไปเตะฟุตบอลกับเพื่อนในตอนเย็น
  - แต่นรู้สึหงุดหงิดจากการที่ต้องลด และเลิกการเล่นเกม จึงแสดงออกด้วยการทำลายข้าวของต่างๆภายในบ้าน

## แผนการจัดกิจกรรมที่ 11

### ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

#### เรื่อง ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์

เวลา 1 คาบ

#### จุดประสงค์ทั่วไป

1. เพื่อให้นักเรียนมีทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ สามารถควบคุมตนเองให้มีความพอดีในการเล่นเกมน รู้จักแบ่งเวลาในการเล่นเกมนได้อย่างเหมาะสม ตลอดจนรู้เท่าทันสื่อ (เกม) และสามารถที่จะป้องกันตนเองไม่ให้มีพฤติกรรมติดเกมคอมพิวเตอร์

#### จุดประสงค์เชิงพฤติกรรม

1. นักเรียนสามารถยกตัวอย่างแนวทางการควบคุมตนเองเกี่ยวกับการเล่นเกมได้อย่างน้อย 3 ข้อ
2. นักเรียนสามารถทำแบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวันได้
3. นักเรียนสามารถบริหารจัดการเวลา หรือแบ่งเวลาสำหรับการทำกิจกรรมในด้านต่างๆ ทั้งด้านการเรียน , ด้านการพักผ่อน , ด้านงานอดิเรก และด้านการเล่นเกมได้อย่างเหมาะสม

#### ความคิดรวบยอด

การควบคุมตนเองเป็นกระบวนการที่บุคคลใช้เพื่อจัดการ หรือปรับแรงผลักดันภายใน หรือความต้องการของตน เพื่อให้ได้มาซึ่งสิ่งที่ตนต้องการ มีการแสดงออกอย่างเหมาะสม อยู่ในขอบเขตที่สังคมยอมรับ การควบคุมตนเองของบุคคลเป็นพฤติกรรมที่เกิดจากการเรียนรู้ และเกิดอย่างค่อยเป็นค่อยไป เป็นผลมาจากการมีปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อม แนวทางการควบคุมตนเองเกี่ยวกับการเล่นเกม นั้น มีหลายแนวทางด้วยกัน ทั้งการควบคุมเวลา, การมีวินัยในตนเอง, การรู้จักยับยั้งชั่งใจต่อสิ่งยั่วยุต่างๆ และการทำแบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน ดังนั้น เด็กและเยาวชนจึงควรฝึกการควบคุมตนเอง เพื่อให้สามารถควบคุมตนเองให้มีความพอดีในการเล่นเกมน และรู้จักแบ่งเวลาในการเล่นเกมนได้อย่างเหมาะสม

#### เนื้อหา

1. แนวทางการควบคุมตนเองเกี่ยวกับการเล่นเกม (การควบคุมเวลา, การมีวินัยในตนเอง, การรู้จักยับยั้งชั่งใจต่อสิ่งยั่วยุต่างๆ, การทำแบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน)

## กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

### ขั้นที่ 1 ขั้นนำเสนอบทเรียนทั้งชั้น

1. ครูอธิบายถึงแนวทางการควบคุมตนเองเกี่ยวกับการเล่นเกมว่ามีหลายแนวทางด้วยกัน ทั้งการควบคุมเวลา, การมีวินัยในตนเอง, การรู้จักยับยั้งชั่งใจต่อสิ่งยั่วยุต่างๆ และการทำแบบการจัด ตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน จากนั้นให้นักเรียนทุกคนลองช่วยกันยกตัวอย่างแนวทางการควบคุมตนเองเกี่ยวกับการเล่นเกมในลักษณะอื่นๆ อีก ตามความคิดเห็นของนักเรียน นอกเหนือจากที่ครูได้ ยกตัวอย่างไปแล้ว

2. ครูแจกใบความรู้ เรื่อง “แนวทางการควบคุมตนเองเกี่ยวกับการเล่นเกม” ให้นักเรียน แต่ละคนได้ศึกษาและทำความเข้าใจ

### ขั้นที่ 2 ขั้นทำงานกลุ่ม

3. ครูแจกใบงานให้นักเรียนแต่ละกลุ่มทำ โดยที่สมาชิกทุกคนในกลุ่มจะต้องร่วมมือกัน ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพื่อทำใบงานให้เสร็จตามเวลาที่ครูกำหนด

4. ครูสุ่มสมาชิก 1 คน จากกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง ออกมารายงานผลของการทำใบงานหน้าชั้นเรียน

5. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปเนื้อหาที่เรียนในเรื่อง แนวทางการควบคุมตนเองเกี่ยวกับการเล่นเกม

6. นักเรียนแต่ละกลุ่มเตรียมสมาชิกภายในกลุ่มของตนเองให้พร้อมสำหรับที่จะทำแบบทดสอบย่อยที่ 11 โดยนักเรียนที่เก่ง เข้าใจในเนื้อหาที่เรียนเป็นอย่างดี จะต้องคอยช่วยเหลือนักเรียนที่ยังไม่ค่อย เข้าใจในเนื้อหาเท่าที่ควร ให้เข้าใจในเนื้อหามากยิ่งขึ้น

### ขั้นที่ 3 ขั้นทดสอบ

7. ครูให้นักเรียนแต่ละคนทำแบบทดสอบย่อยที่ 11

### ขั้นที่ 4 ขั้นปรับปรุงคะแนน

8. ครูตรวจแบบทดสอบ พร้อมทั้งพิจารณาผลการทดสอบของนักเรียนเป็นคะแนนรายบุคคล และคะแนนเฉลี่ยของกลุ่ม โดยครูจะทำการบันทึกผลการทดสอบของนักเรียนลงในสมุดบันทึกคะแนน

9. ครูแจกแบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน ให้แก่นักเรียนทุกคน เพื่อนำไปบันทึกการใช้เวลาของนักเรียนในแต่ละวัน โดยทำเป็นประจำทุกวัน แล้วนำมาส่งให้ครูตรวจในครั้งต่อไป

## สื่อการสอน

1. ใบความรู้ เรื่อง “แนวทางการควบคุมตนเองเกี่ยวกับการเล่นเกม”
2. ใบงาน
3. แบบทดสอบย่อยที่ 11

- 4 สมุดบันทึกคะแนน
- 5 แบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน

#### การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมจากการร่วมกิจกรรม และการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน
2. ความร่วมมือขณะทำงานกลุ่มของนักเรียน
3. ตรวจใบงาน
4. ตรวจแบบทดสอบย่อยที่ 11
5. ตรวจแบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน

#### การปรับปรุงการจัดกิจกรรม

.....

.....

.....

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ใบความรู้ เรื่อง แนวทางการควบคุมตนเองเกี่ยวกับการเล่นเกม

### แนวทางการควบคุมตนเองเกี่ยวกับการเล่นเกม ได้แก่



#### 1. ข้อตกลงชัดเจน

ควรมีข้อตกลงที่ชัดเจนว่าควรทำอะไร เวลาใด และไม่ควรใช้อารมณ์ตนเอง กำหนดข้อตกลง เพราะอาจทำให้สับสน ไม่รู้ว่าควรทำอะไรแน่ และหากทำผิดข้อตกลง ควรมีการตักเตือน หรือรับโทษตามข้อตกลงนั้น

#### 2. มีกิจวัตรประจำวันที่แน่นอน

ควรกำหนดกิจวัตรประจำวันที่สอดคล้องกับความสามารถของตนเอง โดยเลือกทำสิ่งที่เหมาะสมกับตนเอง และเต็มใจทำ ควรเขียนกิจวัตรประจำวันแต่ละวันให้เห็นในที่ชัดเจน เพราะเราอาจหลงลืมง่าย เพื่อช่วยให้สามารถเตรียมตัวได้อย่างถูกต้อง และลดปัญหาความขัดแย้งอันเกิดจากการรับคำสั่งบ่อยๆ

#### 3. ฝึกด้วยการอธิบายเหตุผล

การให้เหตุผลเพิ่มเติมสั้นๆ ไม่อธิบายยืดเยื้อว่าเหตุใดจึงทำไม่ได้ จะช่วยให้เด็กตัดสินใจเลือกหรือยอมรับได้บนพื้นฐานของเหตุผลมากขึ้น และลดอาการเอาแต่ใจตนเอง เมื่อเด็กประเมินเหตุผลแล้วน่าจะสนใจมากกว่า เขาจะสามารถตัดใจจากสิ่งเดิมและรอคอยสิ่งใหม่ได้

#### 4. ฝึกออกคำสั่งควบคุมตนเอง

ทดลองออกคำสั่งควบคุมตนเองในระหว่างการทำกิจกรรม เช่น ให้ท่องคำว่า ฉันเล่นเกมวันละ 1 ชั่วโมง หรือ ฉันจะทำการบ้านให้เสร็จแล้วจึงเล่นเกม การที่เราสั่งห้ามไม่ให้ทำในสิ่งที่ต้องการ จะช่วยให้ควบคุมตนเองได้ดียิ่งขึ้น

#### 5. การประเมินความก้าวหน้าด้วยตนเอง

เราจะสามารถควบคุมตนเองได้ดียิ่งขึ้น เมื่อเราได้รับการบอกว่าคุณประพฤติหรือการกระทำของเรานั้นดีขึ้นมากน้อยเพียงไร และมีอะไรที่ควรปรับปรุงแก้ไขบ้าง ดังนั้นเราควรพูดคุย เพื่อประเมินความก้าวหน้าของเรา

#### 6. การให้เพื่อนหรือคนที่วางใจช่วยเหลือ

ควรมีคนที่สนับสนุนช่วยเหลือให้กำลังใจที่สามารถติดต่อพูดคุยกันได้ มีเวลาให้ และสามารถติดต่อได้เสมอเมื่อต้องการ เป็นการได้ระบายความรู้สึกและอาการอยากเล่นเกม นอกจากนี้เรายังได้รับกำลังใจจากคนอื่นๆด้วย

### เอกสารอ้างอิง

ศุภภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชชนครินทร์, สถาบัน. 2548. คู่มือโปรแกรมพัฒนาศักยภาพเยาวชนและครอบครัวยุคไซเบอร์. กรุงเทพมหานคร: ซีโน ดีไซน์.

## ใบงาน

(เวลา 15 นาที)

คำชี้แจง : ให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มช่วยกันออกแบบ และเขียนแผนผังความคิด (mind mapping) แสดงแนวทางการควบคุมตนเองเกี่ยวกับการเล่นเกมให้ถูกต้องและสวยงาม



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

รายชื่อสมาชิกในกลุ่ม

1.....

2.....

3.....

4.....

## แบบทดสอบย่อยที่ 11

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุด หรือเหมาะสมที่สุดเพียงคำตอบเดียว เมื่อนักเรียนเลือกคำตอบได้แล้ว ให้นักเรียนทำเครื่องหมายกากบาท ( X ) ลงบนตัวเลือกที่ถูกต้องในกระดาษคำตอบ (เวลา 15 นาที)

### 1. ข้อใดกล่าวไม่ถูกต้อง

- ก. แนวทางการควบคุมตนเองเกี่ยวกับการเล่นเกม มีเพียงแค่แนวทางเดียวเท่านั้น
- ข. การควบคุมตนเองของบุคคล เป็นพฤติกรรมที่เกิดจากการเรียนรู้
- ค. การควบคุมตนเองของบุคคล เป็นพฤติกรรมที่เกิดอย่างค่อยเป็นค่อยไป

### 2. ข้อใดไม่ใช่แนวทางการควบคุมตนเองเกี่ยวกับการเล่นเกม

- ก. การมีวินัยในตนเอง
- ข. การกินยานอนหลับ
- ค. การรู้จักยับยั้งชั่งใจต่อสิ่งยั่วยุต่างๆ

### 3. ใครน่าจะควบคุมตนเองเกี่ยวกับการเล่นเกมได้ดีที่สุด

- ก. ปู่กพยายามควบคุมตนเองไม่ให้เล่นเกมคอมพิวเตอร์ โดยการหันไปเล่นไพ่แทน
- ข. แป้งฝึกร้องคำสั่งควบคุมตนเอง โดยการท่องคำว่า “ฉันเล่นเกมวันละ 1 ชั่วโมง”
- ค. ปิงรีบร้อนทำการบ้านให้เสร็จๆ ไป เพื่อที่จะได้เอาเวลาที่เหลือไปเล่นเกม

### 4. ข้อใดกล่าวไม่ถูกต้อง เกี่ยวกับการมีกิจวัตรประจำวันที่แน่นอน

- ก. ควรกำหนดกิจวัตรประจำวัน โดยเลือกทำสิ่งที่พ่อแม่เห็นว่าเหมาะสม แม้เราจะไม่เต็มใจทำก็ตาม
- ข. ควรกำหนดกิจวัตรประจำวันที่สุดคล้องกับความสามารถของตนเอง
- ค. ควรเขียนกิจวัตรประจำวันแต่ละวันให้เห็นในที่ชัดเจน

### 5. เมื่อเรามีข้อตกลงที่ชัดเจนแล้วว่า ควรทำอะไร เวลาใด แต่กลับทำผิดข้อตกลง ควรทำอย่างไร

- ก. ควรมีการตักเตือน
- ข. ควรมีการรับโทษตามข้อตกลงนั้น
- ค. ถูกทุกข้อ

6. เพราะเหตุใด จึงไม่ควรใช้อารมณ์ตนเองกำหนดข้อตกลง
- เพราะอาจทำให้สับสน ไม่รู้ว่าควรทำอะไรแน่
  - เพราะอาจทำให้คนรอบข้างรู้สึกรำคาญ
  - เพราะอาจทำให้รู้สึกเครียดจนเกินไป
7. ข้อใดไม่ใช่ประโยชน์ของการมีกิจวัตรประจำวันที่น่านอน
- ช่วยให้สามารถเตรียมตัวได้อย่างถูกต้อง
  - ช่วยให้มีคนที่ชื่นชมมากขึ้น
  - ช่วยให้ลดปัญหาความขัดแย้ง อันเกิดจากการรับคำสั่งบ่อยๆ
8. ข้อใดเป็นประโยชน์ของการให้เหตุผลเพิ่มเติมสั้นๆ ไม่อธิบายยืดเยื้อว่าเหตุใดจึงทำไม่ได้
- ช่วยให้เด็กตัดสินใจเลือก หรือยอมรับ ได้บนพื้นฐานของเหตุผลมากขึ้น
  - ช่วยลดอาการเอาแต่ใจตนเองของเด็ก
  - ถูกทุกข้อ
9. ข้อใดไม่ใช่ประโยชน์ที่ได้รับจากการให้เพื่อน หรือคนที่วางใจช่วยเหลือ
- ได้ระบายความรู้สึก และอาการอยากเล่นเกม
  - ได้รับของขวัญปลอบใจจากเพื่อน
  - ได้รับกำลังใจจากคนอื่นๆ
10. ข้อใดไม่ใช่จุดประสงค์ของการเรียนเรื่อง “แนวทางการควบคุมตนเองเกี่ยวกับการเล่นเกม”
- เพื่อให้นักเรียนสามารถบริหารจัดการเวลา หรือแบ่งเวลาสำหรับการทำกิจกรรมในด้านต่างๆ ได้อย่างเหมาะสม
  - เพื่อให้นักเรียนสามารถควบคุมตนเองให้มีความพอดีในการเล่นเกม
  - เพื่อให้นักเรียนมีเวลาในการเล่นเกมนมากขึ้น



## แผนการจัดกิจกรรมที่ 12

### ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

#### เรื่อง ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์

เวลา 1 คาบ

#### จุดประสงค์ทั่วไป

1. เพื่อให้ นักเรียนมีทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ สามารถควบคุมตนเองให้มีความพอดีในการเล่นเกมน รู้จักแบ่งเวลาในการเล่นเกมนได้อย่างเหมาะสม ตลอดจนรู้เท่าทันสื่อ (เกม) และสามารถที่จะป้องกันตนเองไม่ให้มีพฤติกรรมติดเกมคอมพิวเตอร์

#### จุดประสงค์เชิงพฤติกรรม

1. นักเรียนสามารถวิเคราะห์ และแสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับสื่อต่างๆ ในสังคมไทยปัจจุบันได้
2. นักเรียนสามารถเรียนรู้ทักษะในการเป็นผู้บริโภคที่ดี เท่าทันกระแสโฆษณา และกระแสบริโภคนิยมได้

#### ความคิดรวบยอด

สังคมไทยปัจจุบัน เป็นสังคมบริโภคนิยม ผู้บริโภคจะบริโภคตามกระแสสังคมที่ผู้ผลิตพยายามสร้างผลักดันให้เป็นที่ไปตามความต้องการของตน ผู้ประกอบการต่างๆ จะทำการใส่ป้ายการโฆษณาทุกรูปแบบกระตุ้นให้ผู้บริโภคควักกระเป๋า สื่อต่างๆ ที่ปรากฏอยู่ในปัจจุบันทั้งสื่อโฆษณา, สื่ออินเทอร์เน็ต, เกมคอมพิวเตอร์ มักจะปรากฏเนื้อหาที่ไม่เหมาะสม ทั้งในเรื่องของภาษา ความรุนแรง และ เรื่องเพศ ดังนั้น เด็กและเยาวชนจึงจำเป็นต้องเรียนรู้ทักษะในการเป็นผู้บริโภคที่ดี เท่าทันกระแสโฆษณา และกระแสบริโภคนิยม เพื่อให้มีสติและปัญญา รู้จักเลือก รู้จักข่มใจ รู้จักความพอดี เลือกบริโภคแต่ในสิ่งที่ดี มีวิจารณญาณในการรับชมสื่อต่างๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งสื่อ (เกม) เด็กจะต้องรู้เท่าทันสื่อ (เกม) และสามารถที่จะป้องกันตนเองไม่ให้มีพฤติกรรมติดเกมคอมพิวเตอร์

#### เนื้อหา

1. ทักษะในการเป็นผู้บริโภคที่ดี เท่าทันกระแสโฆษณา และกระแสบริโภคนิยม

## กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

### ขั้นที่ 1 ขั้นนำเสนอบทเรียนทั้งชั้น

1. ครูให้นักเรียนดู MV. ชุด “สื่อทำร้ายสังคมจริงหรือ?” ของสมาคมผู้บริโภคสื่อสีขาว ความยาว 7.29 นาที หลังจากให้นักเรียนดู MV. จบ ครูเปิดโอกาสให้นักเรียนได้วิเคราะห์ และแสดงความคิดเห็น หรือซักถามข้อสงสัยต่างๆ เกี่ยวกับเนื้อหาใน MV. ได้อย่างเต็มที่

2. ครูแจกแผ่นพับ เรื่อง “ทักษะในการเป็นผู้บริโภคที่ดี เท่าทันกระแสโฆษณา และกระแสบริโภคนิยม” ให้นักเรียนแต่ละคนได้ศึกษาและทำความเข้าใจ

### ขั้นที่ 2 ขั้นทำงานกลุ่ม

3. ครูแจกใบงานให้นักเรียนแต่ละกลุ่มทำ โดยที่สมาชิกทุกคนในกลุ่มจะต้องร่วมมือกัน ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพื่อทำใบงานให้เสร็จตามเวลาที่ครูกำหนด

4. ครูสุ่มสมาชิก 1 คน จากกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง ออกมารายงานผลของการทำใบงานหน้าชั้นเรียน

5. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปเนื้อหาที่เรียนในเรื่อง ทักษะในการเป็นผู้บริโภคที่ดี เท่าทันกระแสโฆษณา และกระแสบริโภคนิยม

6. นักเรียนแต่ละกลุ่มเตรียมสมาชิกภายในกลุ่มของตนเองให้พร้อมสำหรับที่จะทำแบบทดสอบย่อยที่ 12 โดยนักเรียนที่เก่ง เข้าใจในเนื้อหาที่เรียนเป็นอย่างดี จะต้องคอยช่วยเหลือนักเรียนที่ยังไม่ค่อยเข้าใจในเนื้อหาเท่าที่ควร ให้เข้าใจในเนื้อหามากยิ่งขึ้น

### ขั้นที่ 3 ขั้นทดสอบ

7. ครูให้นักเรียนแต่ละคนทำแบบทดสอบย่อยที่ 12

### ขั้นที่ 4 ขั้นปรับปรุงคะแนน

8. ครูตรวจแบบทดสอบ พร้อมทั้งพิจารณาผลการทดสอบของนักเรียนเป็นคะแนนรายบุคคล และคะแนนเฉลี่ยของกลุ่ม โดยครูจะทำการบันทึกผลการทดสอบของนักเรียนลงในสมุดบันทึกคะแนน

9. ครูแจกแบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน ให้แก่นักเรียนทุกคน เพื่อนำไปบันทึกการใช้เวลาของนักเรียนในแต่ละวัน โดยทำเป็นประจำทุกวัน แล้วนำมาส่งให้ครูตรวจในครั้งต่อไป

### สื่อการสอน

1. MV. ชุด “สื่อทำร้ายสังคมจริงหรือ?”

2. แผ่นพับ เรื่อง ทักษะในการเป็นผู้บริโภคที่ดี เท่าทันกระแสโฆษณา และกระแสบริโภคนิยม”

3. ใบงาน

4. แบบทดสอบย่อยที่ 12

5. สมุดบันทึกคะแนน
6. แบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน

#### การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมจากการร่วมกิจกรรม และการแสดงความคิดเห็นของนักเรียน
2. ความร่วมมือขณะทำงานกลุ่มของนักเรียน
3. ตรวจใบงาน
4. ตรวจสอบทดสอบย่อยที่ 12
5. ตรวจสอบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน

#### การปรับปรุงการจัดกิจกรรม

.....

.....

.....

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ทักษะในการเป็นผู้บริโภคที่ดี เท้าทันกระแสโฆษณา และกระแสบริโภคนิยม



สื่อมีอิทธิพลอย่างมากต่อการเรียนรู้และการพัฒนาการของมนุษย์ และไม่อาจปฏิเสธได้ว่าสื่อนี้เองสามารถส่งผลกระทบต่อทั้งในเชิงสร้างสรรค์และผลกระทบต่อในเชิงลบให้กับผู้บริโภค โดยเฉพาะ กลุ่มเด็ก เยาวชนและครอบครัว มีการศึกษาวิจัยในหลายชิ้นที่ค้นพบว่า สื่อมีพลังอำนาจอย่างสูงในการปลูกฝังค่านิยมเรื่องเพศ ความรุนแรง และ บริโภคนิยม ที่ไม่ถูกต้องเหมาะสม และในหลายต่อหลายครั้งที่เราจะพบว่าสื่อได้กลายเป็นต้นเหตุของการโน้มนำสู่ การกระทำที่ไม่สมควร เช่น ในกรณีของสื่อลามกอนาจาร สื่อความรุนแรงที่ได้กลายเป็นสาเหตุของการกระทำ ความผิดในรูปแบบต่างๆ

ในยุคสารสนเทศและการสื่อสาร ข้อมูลข่าวสารกลายเป็นส่วนหนึ่งของการดำเนินชีวิต พบว่าในชีวิตประจำวัน ของคนเรานั้น ถูกแวดล้อมไปด้วยสื่อหลายประเภทและในแต่ละวันเราจะต้องบริโภคสื่ออย่างน้อย ๑ สื่อจากสื่อหลาย ประเภท กล่าวคือ (๑) โทรทัศน์ (๒) อินเทอร์เน็ตและเกม (๓) ภาพยนตร์ และ (๔) สื่อสิ่งพิมพ์

ซึ่งหากพิจารณาโดยเปรียบเทียบระหว่างสื่อประเภทต่างๆ ทั้งสื่อสิ่งพิมพ์ เช่น หนังสือ นิตยสาร หนังสือพิมพ์ สื่ออิเล็กทรอนิกส์ เช่น วิทยุ โทรทัศน์ รวมทั้งสื่ออินเทอร์เน็ต พบว่าสื่อโทรทัศน์ยังนับเป็นสื่อที่มีอิทธิพลสูงเมื่อ เปรียบเทียบกับสื่อประเภทอื่น เพราะโทรทัศน์เป็นสื่อสารสนเทศในบ้านชนิดแรกที่เด็กได้รับ จึงมีการเปรียบเทียบว่า โทรทัศน์เปรียบเสมือนหน้าต่างบานแรกสู่โลกและชีวิต นอกจากนั้น ยังพบว่า จำนวนของเครื่องรับโทรทัศน์มีใช้อย่าง กว้างขวางและมีใช้ครอบคลุมในทุกครัวเรือนในสังคมไทย และสามารถเข้าถึงคนได้งายทุกเพศ ทุกวัย และทุกสถานะ ทางการศึกษาและสถานะทางสังคม ดังนั้นในแต่ละวันมนุษย์ในสังคมไทยส่วนใหญ่จึงนิยมบริโภคสื่อจากโทรทัศน์ โดยเฉพาะกลุ่มเด็ก และเยาวชน

โดยผลจากการสำรวจภาคสนามในประเด็นเรื่องผลกระทบของสื่อโทรทัศน์ที่มีผลต่อเด็ก เยาวชน พบผล โดยทั่วไปว่าเด็กส่วนใหญ่ใช้เวลาว่างชมโทรทัศน์มากที่สุด การนั่งชมโทรทัศน์เป็นกิจกรรมในครอบครัวที่ได้รับความ นิยมสูงสุด คิดเป็นร้อยละ ๘๘ โดยระหว่างวันจันทร์ถึงศุกร์เด็กใช้เวลาชมรายการโทรทัศน์เฉลี่ย ๓.๕ ชั่วโมงต่อวัน และเพิ่มเป็น ๕.๕๑ ชั่วโมงต่อวันในวันเสาร์และอาทิตย์

ในขณะที่เมื่อเปรียบเทียบกับปริมาณของสื่อในกลุ่มต่างๆ ทั้งส่วนของสาระ บันเทิง ข่าว ตามประกาศสำนักงาน เจ้าพนักงานผู้ออกใบอนุญาต กรมประชาสัมพันธ์ เรื่องกำหนดสัดส่วนเวลาออกอากาศ รายการวิทยุกระจายเสียงและ วิทยุโทรทัศน์ ลงวันที่ ๑๘ เมษายน พ.ศ.๒๕๓๕ โดยในส่วนของสัดส่วนของวิทยุโทรทัศน์ ให้มีรายการประเภทข่าว และความรู้ ไม่ต่ำกว่า ร้อยละ ๑๕ ประเภทบันเทิง ไม่เกินร้อยละ ๖๕ ประเภทโฆษณาและบริการธุรกิจ ไม่เกิน ร้อยละ ๒๐ โดยในปี พ.ศ.๒๕๔๖ มีการศึกษาพิจารณาตามสัดส่วนรายการที่สถานีโทรทัศน์ได้แจ้งไว้ในเอกสาร สัญญาของสถานีการจัดสัดส่วนรายการ พบว่า ในแต่ละสถานีมีการนำเสนอรายการบันเทิงมากกว่าร้อยละ ๖๕ ทั้งสิ้น โดยจำนวนรายการโทรทัศน์ที่ส่งเสริมการศึกษาและการเรียนรู้ให้กับเด็ก เยาวชน ในปีพ.ศ.๒๕๔๖ ลดลง ร้อยละ ๔.๑๕ เมื่อเปรียบเทียบกับปี พ.ศ.๒๕๓๖ ทั้งนี้ยังพบว่าในปีพ.ศ.๒๕๔๖ ช่วงเดือนกรกฎาคม ถึงสิงหาคม พ.ศ.๒๕๔๖ รายการโทรทัศน์สำหรับการส่งเสริมการศึกษาและการเรียนรู้มีเวลาออกอากาศเพียง ๔๕ ชั่วโมง ๒๒ นาที ต่อสัปดาห์ คิดเป็นร้อยละ ๔.๘๔ ของเวลาออกอากาศทั้งหมด

ประกอบกับเมื่อศึกษาถึงสาระของรายการ โทรทัศน์ ในเดือนสิงหาคม พ.ศ.๒๕๔๘ ระหว่างช่วงเวลาที่ผู้ชมมากที่สุดคือ ๑๖.๐๐ น.- ๒๒.๐๐ น. พบว่ามีการนำเสนอเนื้อหาด้านเพศ ความรุนแรง และการเหยียดคนบางกลุ่มแทรกอยู่ทุกเรื่อง โดยเนื้อหาส่วนใหญ่มีเนื้อหาเกี่ยวกับเรื่องเพศ ค่านิยมทางเพศที่ไม่เหมาะสม จากกรณีวิเคราะห์รายการละครของสถานีโทรทัศน์ผลการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับผลกระทบจากสื่อโทรทัศน์กับการใช้ความรุนแรงในกลุ่มเยาวชน : กรณีศึกษานักเรียน / นักศึกษาในเขตกทม. จำนวน ๑,๕๐๐ คน พบว่า ประมาณร้อยละ ๗๒.๑ นิยมชมรายการโทรทัศน์ทุกวัน และกลุ่มตัวอย่างนี้ ร้อยละ ๓๕.๘ รับชมรายการโทรทัศน์เฉลี่ยวันละ ๓-๕ ชั่วโมงนอกจากนั้นแล้ว ยังพบอีกว่ารายการโทรทัศน์นำเสนอภาพของความไม่เหมาะสมทั้งในเรื่องความรุนแรง เช่น การขว้างปาสิ่งของ การทำร้ายร่างกาย การใช้อาวุธ และการใช้ภาษาหยาบคาย การแสดงออกทางเพศที่ไม่เหมาะสมกับวัฒนธรรมไทยมีปริมาณที่มากขึ้น

อีกทั้ง สื่อสารสนเทศประเภทสื่อสิ่งพิมพ์ประเภทต่างๆ เช่น หนังสือพิมพ์ นิตยสาร หรือแม้แต่การ์ตูน ซึ่งมักจะปรากฏภาพของความรุนแรง ภาพที่นำเสนอเรื่องเพศที่ไม่เหมาะสม ในพื้นที่หน้าสื่อสิ่งพิมพ์ในปริมาณที่มาก และมีความต่อเนื่องทำให้ผู้อ่าน ได้เรียนรู้และซึมซับพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกลุ่มเด็ก เยาวชน

หรือแม้แต่ภาพยนตร์ ที่นำเข้ามาฉายจากต่างประเทศและทั้งที่ผลิตขึ้นในประเทศไทยมีจำนวนมากขึ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งพบว่า มีจำนวนกว่า ๒๐๐ เรื่องในแต่ละปี และในบรรดาภาพยนตร์เหล่านี้มักจะมีเนื้อหาที่ประกอบด้วยภาพของความรุนแรง ภาพในเรื่องเพศที่ไม่เหมาะสม ภาพของภาษาที่ไม่เหมาะสม ส่วนแต่เป็นเหตุปัจจัยให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ที่ไม่เหมาะสมให้กับผู้บริโภค

ไม่เพียงเท่านั้น สื่ออินเทอร์เน็ต เกมคอมพิวเตอร์ และเทคโนโลยีด้านโทรศัพท์เคลื่อนที่ได้ก้าวเข้ามามีบทบาทสำคัญต่อพัฒนาการและการเรียนรู้ของเด็ก เยาวชนเป็นอย่างมาก พบว่า ปริมาณของการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร โดยเฉพาะอย่างยิ่ง โทรศัพท์เคลื่อนที่ และ ปริมาณของการใช้อินเทอร์เน็ต และปริมาณของคนที่เล่นเกมคอมพิวเตอร์ ซึ่งเพิ่มขึ้นจากในยุคแรกของการใช้อินเทอร์เน็ตเมื่อปี พ.ศ. ๒๕๒๔ เพียง ๓๐ คน เป็นประมาณ ๑ ล้านคน ในปัจจุบัน ทำให้เห็นได้อย่างชัดเจนว่า มนุษย์เรากำลังเผชิญหน้ากับปัญหาในการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารมากขึ้นทุกขณะ

เวลาเดียวกันนี้เอง รูปแบบของการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารของมนุษย์ มีผลกระทบต่อความมั่นคงของมนุษย์มากขึ้นตามลำดับ เรามักจะได้ยินข่าวคราวของเว็บไซต์ลามกอนาจาร ปัญหาเรื่องของไวรัส การก่อวินาศกรรม เว็บไซต์ที่มีเนื้อหาที่กระทบต่อความมั่นคงของประเทศ รวมไปถึง ข่าวคราวของการหมิ่นประมาทผ่านเครือข่ายอินเทอร์เน็ต การล่อลวงผ่านการแชต หรือการสนทนาบนเครือข่ายอินเทอร์เน็ต ปัญหาเรื่องเกมคอมพิวเตอร์ที่มีเนื้อหาไม่เหมาะสม ที่สร้างผลกระทบเชิงลบที่มีผลต่อพฤติกรรมของผู้เล่น หรือแม้แต่ปัญหาเรื่องคลิปวิดีโอผ่านทางโทรศัพท์เคลื่อนที่ การใช้กล้องถ่ายรูปในโทรศัพท์เคลื่อนที่ในการแอบถ่าย เป็นต้น

จะเห็นได้ว่า สื่อต่างๆที่ปรากฏอยู่ในปัจจุบัน มักจะปรากฏเนื้อหาที่ไม่เหมาะสมทั้งในเรื่องของภาษา ความรุนแรง และเรื่องเพศ ในขณะที่ สื่อที่นำไปสู่การส่งเสริมการศึกษาและการเรียนรู้ให้กับเด็ก เยาวชนและครอบครัว ยังมีอยู่ในปริมาณที่ไม่เพียงพอ สาเหตุของปริมาณที่มากของสื่อที่ไม่เหมาะสม และ การที่ถูกแวดล้อมด้วยสื่อที่เป็นพิษต่อกระบวนการการเรียนรู้จากสื่อหลายประเภท ล้วนเป็นสาเหตุที่สำคัญต่อการ โน้มนำพฤติกรรมของเด็กและเยาวชนให้เกิดการเลียนแบบในพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม และในบางครั้ง นำไปสู่การกระทำความผิด ดังที่เห็นตัวอย่างที่ชัดเจนจากกรณีของเด็กนักเรียนนำปืนมาไล่ยิงเพื่อนในโรงเรียนเพราะกระทำการตามแบบอย่างที่เขาเห็นในโทรทัศน์ หรือแม้แต่การเลียนแบบพฤติกรรมในเกมคอมพิวเตอร์ที่ผู้เล่นเกมสมมุติบทบาทเป็นโจรขโมยรถ จนกระทั่งเด็กเลียนแบบพฤติกรรมดังกล่าวในชีวิตจริง รวมทั้งการแอบถ่ายผู้อื่น โดยใช้โทรศัพท์เคลื่อนที่ที่เป็นเครื่องมือในการกระทำความผิด

ดังนั้น เพื่อป้องกันไม่ให้เกิดการเลียนแบบเนื้อหาของสื่อที่ไม่เหมาะสมจนอาจถึงขั้นการกระทำความคิด จำเป็นที่จะต้องสร้างกระบวนการจัดการปัญหาของสื่อในฐานของต้นเหตุของปัญหาประการหนึ่งที่เป็นระบบและมีประสิทธิภาพในการทำงานเชิงปฏิบัติการ จึงจำเป็นที่จะต้องสร้างยุทธศาสตร์ในการจัดการปัญหาด้านสื่อทั้งในเชิงการส่งเสริมสื่อที่สร้างสรรค์ การปราบปรามสื่อที่ไม่สร้างสรรค์ และการควบคุมสื่อ

### เอกสารอ้างอิง

อิทธิพล ปริติประสงค์. 2549. ยุทธศาสตร์การพัฒนาสื่อสร้างสรรค์เพื่อส่งเสริมการศึกษาและการเรียนรู้สำหรับเด็ก เยาวชน และครอบครัว. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://gotoknow.org> [18 ธันวาคม 2549]

### ทักษะในการเป็นผู้บริโภคที่ดี เท้าทันกระแสโฆษณา และกระแสบริโภคนิยม



#### “สังคมบริโภคนิยม”

ความเปลี่ยนแปลงบางอย่างเราสัมผัสได้ ถ้าการเปลี่ยนแปลงนั้นกระทบชีวิตประจำวันอย่างรุนแรงและหลังจากนั้นเราก็ค่อยๆ ปรับตัวจนในที่สุดเราก็ไหลไปตามระบบใหม่

แต่การเปลี่ยนแปลงบางอย่างเป็นการเปลี่ยนแปลงที่ค่อยเป็นค่อยไป และเราเองเกือบจะไม่รู้สึกถึงความเปลี่ยนแปลงนั้น อิทธิพลของการเปลี่ยนแปลงมีผลต่อการดำเนินชีวิตโดยที่ตัวเองไม่รู้สึกรู้ตัว

การเปลี่ยนแปลงมีมากมาย แต่สิ่งที่จะนำมาพูดถึงประการหนึ่งในวันนี้คือ เรื่องของการบริโภค บางคนเรียกขานนี้ว่าเป็นยุค "บริโภคนิยม" ความหมายในที่นี้คือ ผู้บริโภคจะบริโภคตามกระแสสังคมที่ผู้ผลิตพยายามผลักดันให้ เป็นไปตามความต้องการของตน ผู้ประกอบการจะทำวิจัยเกี่ยวกับพฤติกรรมผู้บริโภคอย่างใกล้ชิดและต่อเนื่อง โดยทุ่มเงินมหาศาลเพื่อศึกษาตลาดและแนวโน้มที่จะเกิดขึ้นข้างหน้า และกำหนดผลิตภัณฑ์สินค้าต่างๆตามที่ตนเองเห็นว่าทำผลกำไรได้หยิบยื่นให้ผู้บริโภค และใส่ป้าย การโฆษณาทุกรูปแบบกระตุ้นต่อมกิเลสให้ผู้บริโภคควักกระเป๋า เป็นการปลุกถ่ายความคิด เพื่อสร้างความต้องการที่ "ไม่มีไม่ได้" ให้กับผู้บริโภคเพื่อซื้อสินค้าของตน

สังคมบริโภคนิยมยุคนี้เป็นอย่างไรก็ให้สังเกตพฤติกรรม ตัวอย่างที่เห็นได้ชัดคือ ยึดความสะดวกเป็นหลัก ไม่ค่อยจะคิดถึงว่าความสะดวกดังกล่าวจะส่งผลกระทบต่อชีวิตที่ไม่ดี ตามมา เป็นเหมือนสินค้าที่ผูกติดมากับสินค้าหลักที่เราต้องการจะซื้อโดยไม่รู้ตัว ยกตัวอย่างเช่น พฤติกรรมผู้บริโภค เราต้องการความรวดเร็ว เราจึงบริโภคอาหาร **Fast food** ในรูปต่างๆ ที่ให้รสชาติถูกปาก ถูกใจว่ามันเร็วดี ภูมิใจที่จะได้มีเวลาทำงานมากขึ้น หลายครอบครัวติดบริโภคอาหารถุง อาหารกล่อง อาหารในขวด ฯลฯ ไม่คิดทำอาหารบริโภคเอง ไม่ทราบว่ถ้าถึงขณะนี้ทราบว่าการบริโภคในปัจจุบัน เป็นโรคต่างๆ อายุสั้น พฤติกรรมเปลี่ยนไป เพราะการบริโภคอาหารที่ขาดสารอาหาร ยิ่งไปกว่านั้นสารพิษ

ในอาหารที่สะสมในร่างกาย บั่นทอนสุขภาพและทำให้คนเป็นมะเร็งเพิ่มขึ้น โรคเบาหวาน โรคหัวใจคร่าชีวิตเพิ่มขึ้น ทุกที่

เมื่อพูดถึง " บริโภค " ไม่ได้หมายความว่าอาหารอย่างเดียวแต่หมายถึงความคิด ค่านิยม อื่นๆ ด้วย เนื่องจากจิตใจมนุษย์ค่อยๆ เสื่อมลง ค่านิยมการบริโภคก็เสื่อมลง ไปด้วยจำนวนคนที่รักการบริโภคความถูกต้อง ความจริง ความมั่นคง หลักการดีๆ การมีวินัย ดูเหมือนจะน้อยลง

ฉะนั้นในโลกของบริโภคนิยม แต่ละคนจะต้องมีสติและปัญญา รู้จักเลือก รู้จักข่มใจ รู้จักความพอดี ไม่ใช่ทุกสิ่ง ที่ผลิตออกมาดีหมด หรือไม่ใช่ทุกสิ่งที่คุณอยากบริโภคจะคิดหมด มันมีทั้งดีและไม่ดี มีทั้งสิ่งที่ให้ประโยชน์และให้โทษ เราคงไปหยุดยั้งความอยากและการผลิตที่เป็นอยู่และที่จะเกิดขึ้นคงไม่ได้ แต่ที่ทำได้คือ เราเป็นมนุษย์มีสิทธิพิเศษที่จะเลือกบริโภค จึงเลือกบริโภคสิ่งที่ดี ยังมีหนังสือและสื่อรวมทั้งสถานที่ๆ จะให้เราบริโภคสิ่งที่ดีๆ ได้ ถึงแม้จะมีน้อยก็ตาม เราจะเป็นและได้ตามที่เรารับประทานเข้าไป ฉะนั้นจงเลือกบริโภคแต่สิ่งที่ดีๆ

### เอกสารอ้างอิง

วิรัช โกวาร์. 2549. สังคมบริโภคนิยม. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา: <http://www.romyenchurch.org> [ 7

กรกฎาคม 2550]

### อธิบายคำศัพท์

บริโภค หมายถึง กิน,เสพ;ใช้สอย

ผู้บริโภค หมายถึง ผู้ซื้อหรือได้รับบริการจากผู้ประกอบการธุรกิจ และหมายความรวมถึง ผู้ซึ่งได้รับการเสนอ หรือชักชวนจากผู้ประกอบการธุรกิจ เพื่อให้ซื้อสินค้าหรือรับบริการด้วย

บริโภคนิยม หมายถึง ผู้บริโภคจะบริโภคตามกระแสสังคมที่ผู้ผลิตพยายามสร้างผลักดันให้เป็นไปตามความต้องการของคน

สื่อ หมายถึง - สิ่งหรือผู้ทำการติดต่อให้ถึงกัน หรือรู้จักกัน

- สื่อกลางที่นำข่าวและความรู้ไปสู่มหาชน เช่น หนังสือพิมพ์ วิทยุ โทรทัศน์ ภาพยนตร์ อินเทอร์เน็ต เป็นต้น

สารสนเทศ หมายถึง ข้อมูลที่นำมาประมวลผลแล้ว และเสนอออกมาในรูปแบบที่ผู้ใช้รู้ หรือเข้าใจความหมาย

เหยียด หมายถึง ดูถูก เช่น เหยียดผิว

ค่านิยม หมายถึง สิ่งที่เป็นคุณหรือสังคมยึดถือเป็นเครื่องช่วยตัดสินใจ และกำหนดการกระทำของตนเอง

กิเลส หมายถึง อารมณ์ที่เกิดขึ้นในใจ และทำให้ใจเศร้าหมอง ได้แก่ โลก โภคะ หลง





## แบบทดสอบย่อยที่ 12

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุด หรือเหมาะสมที่สุดเพียงคำตอบเดียว เมื่อนักเรียนเลือกคำตอบได้แล้ว ให้นักเรียนทำเครื่องหมายกากบาท (X) ลงบนตัวเลือกที่ถูกต้องในกระดาษคำตอบ (เวลา 15 นาที)

1. บางคนเรียกยุคนี้ ว่าเป็นยุคอะไร
  - ก. ยุคหิน
  - ข. ยุคต้นรัตนโกสินทร์
  - ค. ยุคบริ โภคนิยม
  
2. ข้อใดไม่ใช่ความหมายของ “บริ โภคนิยม”
  - ก. พฤติกรรมของบุคคล ที่มีการบริโภคสิ่งต่างๆ โดยยึดหลัก “พอเพียง”
  - ข. ผู้บริโภคจะบริโภคตามกระแสสังคมที่ผู้ผลิตพยายามสร้างผลักดันให้เป็นไปตามความต้องการของคน
  - ค. พฤติกรรมของบุคคลต่างๆ ที่มีการลอกเลียนแบบ และตามแฟชั่นนิยม ไม่ว่าจะเป็สิ่งของ และเครื่องใช้ในชีวิตประจำวัน ตลอดจนสิ่งอำนวยความสะดวกต่างๆ
  
3. ผู้ประกอบการจะสร้างความต้องการในลักษณะใดให้กับผู้บริโภค
  - ก. ลด ละ เลิก
  - ข. ไม่มีไม่ได้
  - ค. ประหยัด ช่วยชาติ
  
4. ใครมีพฤติกรรมการบริโภคที่เหมาะสมที่สุด
  - ก. ยู่เลือกซื้อผักปลอดสารพิษ มาประกอบอาหารกินเองที่บ้าน
  - ข. หนุณาไม่คิดทำอาหารกินเอง แต่มักจะซื้ออาหารถุงกลับมากินที่บ้านเป็นประจำ
  - ค. แม้ชอบกินอาหาร **fast food** เพราะถูกใจที่มันเร็วดี
  
5. ข้อใดกล่าวไม่ถูกต้อง
  - ก. เราจะเป็นและได้ตามที่เรบริโภคเข้าไป ฉะนั้นจงเลือกบริโภคแต่สิ่งที่ดีๆ
  - ข. ปัจจุบัน จำนวนคนที่รักการบริโภคความถูกต้อง ความจริง ความมั่นคง หลักการดี ๆ การมีวินัย ดูเหมือนจะน้อยลง
  - ค. “บริโภค” หมายรวมถึง อาหาร อย่างเดียวเท่านั้น

6. นักเรียนควรปฏิบัติตัวอย่างไร ในโลกของบริโภคนิยม
- มีสติ และปัญญา รู้จักเลือก รู้จักข่มใจ รู้จักความพอดี
  - ซื้อทุกอย่างตามใจตนเอง
  - เชื่อตามที่โฆษณากล่าวทุกอย่าง
7. ข้อใดกล่าวถูกต้อง เกี่ยวกับเรื่องของ “สื่อ”
- สื่อสามารถส่งผลกระทบต่อทั้งในเชิงสร้างสรรค์ และผลกระทบต่อในเชิงลบให้กับผู้รับสื่อ
  - สื่อมีพลังอำนาจอย่างสูงในการปลูกฝังค่านิยมเรื่องเพศ ความรุนแรง และบริโภคนิยมที่ไม่ถูกต้อง เหมาะสม
  - ถูกทุกข้อ
8. ใครปฏิบัติตัวได้เหมาะสมที่สุด
- บอยชอบเปิดเวบ ไปดูเป็นประจำ
  - น้ำหลีกเลียงสื่อทุกประเภทที่มีการนำเสนอภาพ หรือเนื้อหาด้านเพศ ความรุนแรง และการใช้ภาษาที่ไม่เหมาะสม
  - แอมชอบเล่นเกมที่มีเนื้อหารุนแรง เพราะรู้สึกมันส์ สะใจ
9. สื่อใดเป็นสื่อที่มีอิทธิพลสูง เมื่อเปรียบเทียบกับสื่อประเภทอื่น
- โทรทัศน์
  - อินเทอร์เน็ต
  - หนังสือพิมพ์
10. นักเรียนไม่ควรปฏิบัติตัวตามข้อใด
- นำปิ่นมาไลยงเพื่อนในโรงเรียน เพราะทำเลียนแบบตามอย่างที่เห็นในโทรทัศน์
  - ทำตัวเป็นโจรขโมยรถ เนื่องจากเลียนแบบพฤติกรรมในเกมส์คอมพิวเตอร์
  - ถูกทุกข้อ

## แผนการจัดกิจกรรมที่ 13

### ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

#### เรื่อง ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์

เวลา 1 คาบ

#### จุดประสงค์ทั่วไป

1. เพื่อให้นักเรียนมีทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ สามารถควบคุมตนเองให้มีความพอดีในการเล่นเกมน รู้จักแบ่งเวลาในการเล่นเกมนได้อย่างเหมาะสม ตลอดจนรู้เท่าทันสื่อ (เกม) และสามารถที่จะป้องกันตนเองไม่ให้มีพฤติกรรมติดเกมคอมพิวเตอร์

#### จุดประสงค์เชิงพฤติกรรม

1. นักเรียนสามารถวิเคราะห์และทบทวนเกี่ยวกับการใช้เวลา, การใช้จ่ายเงินของตัวเองได้
2. นักเรียนสามารถบอกถึงความสำคัญของการใช้เวลาในชีวิตได้
3. นักเรียนสามารถวางแผนใช้เวลาในชีวิตได้อย่างสมดุล

#### ความคิดรวบยอด

เด็กและเยาวชนที่มีปัญหาการติดเกมและอินเทอร์เน็ต ใช้เวลาส่วนใหญ่กับการเล่นเกม หรืออินเทอร์เน็ต ทำให้เวลาผ่านไปอย่างรวดเร็วคุณค่า บางคนเสียเงินจำนวนมากกับการใช้อินเทอร์เน็ต การวิเคราะห์และทบทวนเกี่ยวกับการใช้เวลา ใช้เงิน จะช่วยให้เด็กและเยาวชนวางแผนใช้เวลาในชีวิตอย่างสมดุลมากขึ้น

#### เนื้อหา

1. เงิน เวลา ชีวิต

#### กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

##### ขั้นที่ 1 ขั้นนำเสนอบทเรียนทั้งชั้น

1. ครูให้นักเรียนทุกคนลองคิดวิเคราะห์ และทบทวนเกี่ยวกับการใช้เวลา, การใช้จ่ายเงินของตัวเอง ในช่วง 2-3เดือนที่ผ่านมา ว่านักเรียนได้ใช้เงิน และใช้เวลาในแต่ละวัน อย่างคุ้มค่าหรือไม่
2. ครูแจกใบความรู้ เรื่อง “เงิน เวลา ชีวิต” ให้นักเรียนแต่ละคนได้ศึกษาและทำความเข้าใจ

##### ขั้นที่ 2 ขั้นทำงานกลุ่ม

3. ครูแจกใบงานให้นักเรียนแต่ละกลุ่มทำ โดยที่สมาชิกทุกคนในกลุ่มจะต้องร่วมมือกันช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพื่อทำใบงานให้เสร็จตามเวลาที่ครูกำหนด

- 4 ครูสุ่มสมาชิก 1 คน จากกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง ออกมารายงานผลของการทำใบงานหน้าชั้นเรียน
- 5 ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปเนื้อหาที่เรียนในเรื่อง เงิน เวลา ชีวิต โดยครูสรุปถึงความสำคัญของการใช้เวลาในชีวิตอย่างสมดุล โดยมีผลเสียที่น้อยที่สุด
- 6 นักเรียนแต่ละกลุ่มเตรียมสมาชิกภายในกลุ่มของตนเองให้พร้อมสำหรับที่จะทำแบบทดสอบย่อยที่ 13 โดยนักเรียนที่เก่ง เข้าใจในเนื้อหาที่เรียนเป็นอย่างดี จะต้องคอยช่วยเหลือนักเรียนที่ยังไม่ค่อยเข้าใจในเนื้อหาเท่าที่ควร ให้เข้าใจในเนื้อหามากยิ่งขึ้น

### ขั้นที่ 3 ขั้นทดสอบ

7. ครูให้นักเรียนแต่ละคนทำแบบทดสอบย่อยที่ 13

### ขั้นที่ 4 ขั้นปรับปรุงคะแนน

- 8 ครูตรวจแบบทดสอบ พร้อมทั้งพิจารณาผลการทดสอบของนักเรียนเป็นคะแนนรายบุคคล และคะแนนเฉลี่ยของกลุ่ม โดยครูจะทำการบันทึกผลการทดสอบของนักเรียนลงในสมุดบันทึกคะแนน
- 9 ครูแจกแบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวันให้แก่ นักเรียนทุกคน เพื่อนำไปบันทึกการใช้เวลาของนักเรียนในแต่ละวัน โดยทำเป็นประจำทุกวัน แล้วนำมาส่งให้ครูตรวจในครั้งต่อไป

### สื่อการสอน

1. ใบความรู้ เรื่อง “เงิน เวลา ชีวิต”
2. ใบงาน
3. แบบทดสอบย่อยที่ 13
4. สมุดบันทึกคะแนน
5. แบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน

### การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมจากการร่วมกิจกรรมของนักเรียน
2. ความร่วมมือขณะทำงานกลุ่มของนักเรียน
3. ตรวจใบงาน
4. ตรวจแบบทดสอบย่อยที่ 13
5. ตรวจแบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน

### การปรับปรุงการจัดกิจกรรม

.....

.....

.....

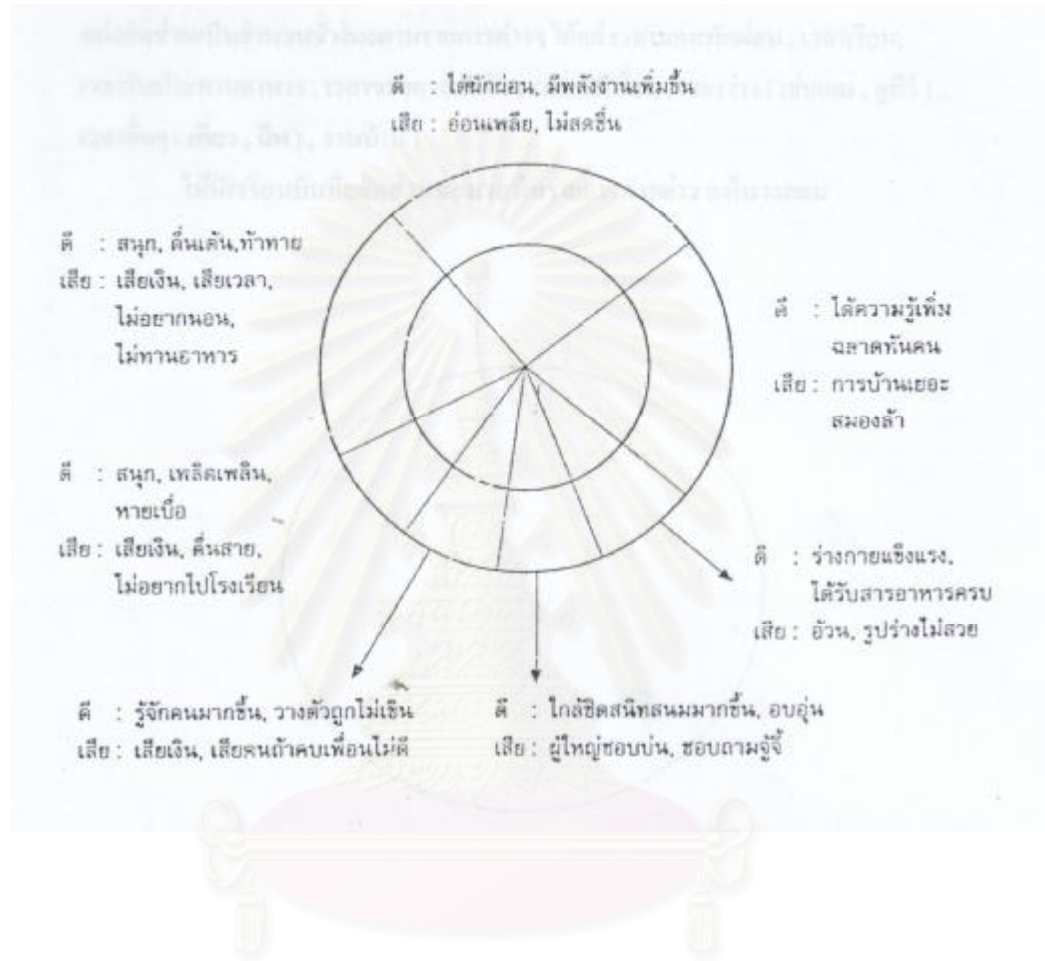
## ใบความรู้ เรื่อง เงิน เวลา ชีวิต

แผนภาพการใช้เวลาในชีวิตประจำวันอย่างสมดุล เพื่อลดละเลิกการเล่นเกม  
 “การดำเนินชีวิตอย่างสมดุล”



สถาบันวิทยบริการ  
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

การสำรวจผลดี ผลเสียของการใช้เวลาให้ผ่านไปกับแต่ละกิจกรรม จะทำให้เห็นคุณค่าของเวลา และสามารถใช้เวลาในชีวิตได้อย่างสมดุลขึ้น



เอกสารอ้างอิง

ศุภภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชชนครินทร์, สถาบัน. 2548. คู่มือโปรแกรมพัฒนาศักยภาพเยาวชนและครอบครัวยุคไซเบอร์. กรุงเทพมหานคร: ซีโน ดีไซน์.

## ใบงาน

(เวลา 5 นาที)

ชื่อ..... นามสกุล..... ชั้น.....

**ตอนที่ 1** คำชี้แจง : ให้นักเรียนแต่ละคนในกลุ่มทบทวนการดำเนินชีวิตใน 24 ชั่วโมง และแบ่งสัดส่วนเป็นจำนวนชั่วโมงตามรายการต่างๆ ได้แก่ เวลานอนพักผ่อน , เวลาเรียน, เวลารับประทานอาหาร , เวลาของครอบครัว , เวลากับเพื่อน , เวลาว่าง ( เล่นเกม , ดูทีวี ) , เวลาอื่นๆ ( เทียว , กีฬา , งานบ้าน )

ให้นักเรียนบันทึกสัดส่วนของเวลาในรายการดังกล่าว ลงในวงกลม



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ใบงาน

(เวลา 10 นาที)

**ตอนที่ 2** คำชี้แจง : ให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มช่วยกันบันทึกกิจกรรม/รายการที่มีสัดส่วนสูงสุด และร่วมกันอภิปรายถึงผลดีและผลเสีย ( กรณีใช้เวลาไปกับกิจกรรมนั้นๆมากเกินไป )

รายชื่อสมาชิก	กิจกรรม/รายการที่มีสัดส่วนสูงสุด	เวลาที่ใช้ (ชั่วโมง/วัน)	ผลดี	ผลเสีย
	1			
	2			
	3			
	4			

รายชื่อสมาชิก	กิจกรรมที่มีสัดส่วนสูงสุดของกลุ่ม 3 อันดับ	เวลาที่ใช้ (ชั่วโมง/จำนวนสมาชิก)	ผลดี	ผลเสีย
	1			
	2			
	3			

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## ใบงาน

(เวลา 15 นาที)

**ตอนที่ 3 คำชี้แจง :** ให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มช่วยกันบันทึกเวลาว่างที่มีคุณค่า และรวมคะแนนของกลุ่ม

เวลาว่างที่มีคุณค่ามาก	คะแนน/ชั่วโมง	รวมชั่วโมงของกลุ่ม	รวมคะแนนกลุ่มที่ได้เต็ม
1. อ่านหนังสือ (เรียน, หนังสือพิมพ์, สารคดี) / ทำการบ้าน	30		
2. เรียนพิเศษ/เข้าค่าย	20		
3. เล่นกีฬา/ออกกำลังกาย	20		
4. ทำงานพิเศษ/ช่วยงานครอบครัว	20		
5. ฟังเพลง/ร้องเพลง/เล่นดนตรี	10		
6. เดินเล่น/จักรยานเล่น	10		
7. งานฝีมือ/วาดภาพ	10		

เวลาว่างที่มีค่าน้อย	คะแนน/ชั่วโมง	รวมชั่วโมงของกลุ่ม	รวมคะแนนกลุ่มที่ถูกตัดแต้ม
1. เล่นเกม	30		
2. อ่านหนังสือการ์ตูน/นิยาย/แฟนชั่น	20		
3. ดูทีวี/วิดีโอ/VCD/ภาพยนตร์	20		
4. ไปเที่ยวกับเพื่อน/แฟน	10		
5. โทรศัพท์คุยกับเพื่อน/MSN	10		

สรุป คะแนนของกลุ่ม = ..... คะแนน

รายชื่อสมาชิกในกลุ่ม

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....

## อัตราแลกเปลี่ยนของเวลาว่างที่มีคุณค่า เป็นคะแนน

## เวลาว่างที่มีคุณค่า

	คะแนน/ชั่วโมง
1. อ่านหนังสือ (เรียน , หนังสือพิมพ์ , สารคดี)/ทำการบ้าน	30 คะแนน
2. เรียนพิเศษ/เข้าค่าย	20 คะแนน
3. เล่นกีฬา/ออกกำลังกาย	20 คะแนน
4. ทำงานพิเศษ/ช่วยงานครอบครัว	20 คะแนน
5. ฟังเพลง/ร้องเพลง/เล่นดนตรี	10 คะแนน
6. เดินเล่น/ขี่จักรยานเล่น	10 คะแนน
7. งานฝีมือ/วาดภาพ	10 คะแนน

## เวลาว่างที่มีค่าน้อย

	ถูกตัดคะแนน/ชั่วโมง
1. เล่นเกม	30 คะแนน
2. อ่านหนังสือการ์ตูน/นิยาย/แฟนชั่น	20 คะแนน
3. ดูทีวี/วิดีโอ/VCD/ภาพยนตร์	20 คะแนน
4. ไปเที่ยวกับเพื่อน/แฟน	10 คะแนน
5. โทรศัพท์คุยกับเพื่อน/MSN	10 คะแนน

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## แบบทดสอบย่อยที่ 13

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุด หรือเหมาะสมที่สุดเพียงคำตอบเดียว เมื่อนักเรียนเลือกคำตอบได้แล้ว ให้นักเรียนทำเครื่องหมายกากบาท ( X ) ลงบนตัวเลือกที่ถูกต้องในกระดาษคำตอบ (เวลา 15 นาที)

1. ข้อใด ไม่ใช่ จุดประสงค์ของการเรียนเรื่อง “เงิน เวลา ชีวิต”
  - ก. เพื่อให้นักเรียนใช้เงินฟุ่มเฟือย สรุ่ยสุร่าย
  - ข. เพื่อให้นักเรียนเห็นคุณค่าของเวลา และเห็นคุณค่าของเงิน
  - ค. เพื่อให้นักเรียนสามารถวางแผนใช้เวลาในชีวิตได้อย่างสมดุลมากขึ้น
  
2. เด็กและเยาวชนที่มีปัญหาติดเกม และอินเทอร์เน็ต ใช้เวลาส่วนใหญ่กับการเล่นเกม หรือ อินเทอร์เน็ต จะก่อให้เกิดผลเสียตามข้อใด
  - ก. ทำให้เวลาผ่านไปอย่างไร้คุณค่า
  - ข. ทำให้เสียเงินจำนวนมากกับการเล่นเกม หรืออินเทอร์เน็ต
  - ค. ถูกทุกข้อ
  
3. ใครใช้เวลาในชีวิตประจำวันได้อย่างสมดุลมากที่สุด
  - ก. ผิงใช้เวลาว่างหลังเลิกเรียน ออกไปเล่นกีฬากับเพื่อนๆ
  - ข. เต๋ยใช้เวลาตลอดทั้งวัน ไปกับการเล่นเกม และอินเทอร์เน็ต
  - ค. เกดใช้เวลาในยามค่ำคืน ออกไปเที่ยวตามผับต่างๆ
  
4. การสำรวจผลดี ผลเสียของการใช้เวลาให้ผ่านไปกับแต่ละกิจกรรม จะทำให้เกิดประโยชน์อะไร
  - ก. ทำให้เห็นคุณค่าของเวลา
  - ข. ทำให้สามารถใช้เวลาในชีวิตได้อย่างสมดุลขึ้น
  - ค. ถูกทุกข้อ
  
5. ข้อใดกล่าว ไม่ถูกต้อง
  - ก. การใช้เวลาไปกับการเล่นเกม มีแต่ทำให้เกิดผลดี ไม่มีผลเสีย
  - ข. การใช้เวลาไปกับการเรียน จะทำให้เกิดผลดี คือ ได้ความรู้เพิ่ม จลาคทันคน
  - ค. ผลเสียของการเที่ยวมากเกินไป คือ ทำให้เสียเงิน ตื่นสาย และไม่ยอมไปโรงเรียน

6. ข้อใดเป็นผลเสียจากการเรียนมากเกินไป
- ก. อ้วน, รูปร่างไม่สวย
  - ข. การบ้านเยอะ สมองล้ำ
  - ค. เสียเงิน, เสียเวลา, ไม่อยากนอน, ไม่ทานอาหาร
7. ข้อใดเป็นผลดีของการใช้เวลาอยู่กับครอบครัว
- ก. สนุก ตื่นเต้น ทำทาย
  - ข. ได้ใกล้ชิดสนิทสนมกันมากขึ้น ระหว่างบุคคลในครอบครัว รู้สึกอบอุ่น
  - ค. ร่างกายแข็งแรง ได้รับสารอาหารครบ
8. ข้อใดเป็นเวลาว่างที่มีคุณค่าน้อย
- ก. อ่านหนังสือ (เรียน, หนังสือพิมพ์, สารคดี) / ทำการบ้าน
  - ข. ทำงานพิเศษ / ช่วยงานครอบครัว
  - ค. เล่นเกม
9. ข้อใดจัดเป็นเวลาว่างที่มีคุณค่า
- ก. โทรศัพท์คุยกับเพื่อน / MSN
  - ข. เรียนพิเศษ / เข้าค่าย
  - ค. อ่านหนังสือการ์ตูน / นิยาย / แฟชั่น
10. นักเรียนควรใช้เวลาว่างไปกับกิจกรรมใดมากที่สุด
- ก. เล่นกีฬา / ออกกำลังกาย
  - ข. ดูทีวี / วิดีโอ / VCD / ภาพยนตร์
  - ค. ไปเที่ยวกับเพื่อน / แพน

ศูนย์วิจัยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## แผนการจัดกิจกรรมที่ 14

### ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

#### เรื่อง ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์

เวลา 1 คาบ

#### จุดประสงค์ทั่วไป

1. เพื่อให้นักเรียนมีทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ สามารถควบคุมตนเองให้มีความพอดีในการเล่นเกมน รู้จักแบ่งเวลาในการเล่นเกมนได้อย่างเหมาะสม ตลอดจนรู้เท่าทันสื่อ (เกม) และสามารถที่จะป้องกันตนเองไม่ให้มีพฤติกรรมติดเกมคอมพิวเตอร์

#### จุดประสงค์เชิงพฤติกรรม

1. นักเรียนสามารถใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ได้
2. นักเรียนสามารถใช้คอมพิวเตอร์ให้เกิดประโยชน์ได้

#### ความคิดรวบยอด

เวลาว่าง คือ เวลาที่นอกเหนือจากภารกิจประจำวันและการเรียน เป็นเวลาส่วนตัวที่แต่ละคนสามารถเลือกทำกิจกรรมต่างๆที่ตนสนใจ บางคนใช้เวลาให้หมดไปอย่างมีคุณค่ามีประโยชน์ แต่บางคนก็ปล่อยให้เวลาผ่านไปอย่างไร้คุณค่า และนำไปสู่การเล่นเกมนได้ นั่นหมายถึง การใช้คอมพิวเตอร์ไปในทางที่ไม่เกิดประโยชน์ ดังนั้น เขาชวนจึงควรเรียนรู้ที่จะใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ รวมทั้งเรียนรู้ที่จะใช้คอมพิวเตอร์ให้เกิดประโยชน์ด้วย เพื่อให้เวลาในทุกๆวันผ่านไปอย่างมีคุณค่ามากที่สุด

#### เนื้อหา

1. แนวทางในการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ (กิจกรรมสร้างสรรค์ทางเลือก/ทางเลือกอื่นๆของการใช้เวลาว่าง)
2. แนวทางในการใช้คอมพิวเตอร์ให้เกิดประโยชน์

#### กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

##### ขั้นที่ 1 ขั้นนำเสนอบทเรียนทั้งชั้น

1. ครูสนทนากับนักเรียนเกี่ยวกับเรื่อง “การใช้เวลาว่าง” โดยครูซักถามถึงการใช้เวลาว่างของนักเรียนแต่ละคน จากนั้น ครูถามนักเรียนว่า “การใช้เวลาว่างในปัจจุบันของนักเรียนแต่ละคน อยู่ในสัดส่วนที่พอเหมาะ และมีผลทำให้ลดการเล่นเกมนได้หรือไม่?”

2. ครูแจกใบความรู้ เรื่อง “แนวทางในการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ และแนวทางในการใช้คอมพิวเตอร์ให้เกิดประโยชน์” ให้นักเรียนแต่ละคนได้ศึกษาและทำความเข้าใจ

## ขั้นที่ 2 ขั้นทำงานกลุ่ม

3. ครูแจกใบงานให้นักเรียนแต่ละกลุ่มทำ โดยที่สมาชิกทุกคนในกลุ่มจะต้องร่วมมือกันช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพื่อทำใบงานให้เสร็จตามเวลาที่ครูกำหนด

4. ครูสุ่มสมาชิก 1 คน จากกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง ออกมารายงานผลของการทำใบงานหน้าชั้นเรียน

5. ครูสรุปถึงความสำคัญของการใช้เวลาว่างตามความสนใจของนักเรียน ซึ่งนอกจากจะมีประโยชน์ต่อตัวนักเรียนและครอบครัวแล้ว ยังมีผลดีต่อการทำให้นักเรียนไม่มีเวลาพอที่จะนำไปสนใจในการเล่นเกมนอีกด้วย

6. นักเรียนแต่ละกลุ่มเตรียมสมาชิกภายในกลุ่มของตนเองให้พร้อมสำหรับที่จะทำแบบทดสอบย่อยที่ 14 โดยนักเรียนที่เก่ง เข้าใจในเนื้อหาที่เรียนเป็นอย่างดี จะต้องคอยช่วยเหลือนักเรียนที่ยังไม่ค่อยเข้าใจในเนื้อหาเท่าที่ควร ให้เข้าใจในเนื้อหามากยิ่งขึ้น

## ขั้นที่ 3 ขั้นทดสอบ

7. ครูให้นักเรียนแต่ละคนทำแบบทดสอบย่อยที่ 14

## ขั้นที่ 4 ขั้นปรับปรุงคะแนน

8. ครูตรวจแบบทดสอบ พร้อมทั้งพิจารณาผลการทดสอบของนักเรียนเป็นคะแนนรายบุคคล และคะแนนเฉลี่ยของกลุ่ม โดยครูจะทำการบันทึกผลการทดสอบของนักเรียนลงในสมุดบันทึกคะแนน

9. ครูแจกแบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวันให้นักเรียนทุกคน เพื่อนำไปบันทึกการใช้เวลาของนักเรียนในแต่ละวัน โดยทำเป็นประจำทุกวัน แล้วนำมาส่งให้ครูตรวจในครั้งต่อไป

## สื่อการสอน

1. ใบความรู้ เรื่อง “แนวทางในการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ และแนวทางในการใช้คอมพิวเตอร์ให้เกิดประโยชน์”

2. ใบงาน

3. แบบทดสอบย่อยที่ 14

4. สมุดบันทึกคะแนน

5. แบบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน

## การประเมินผล

1. สังเกตพฤติกรรมจากการร่วมกิจกรรม และการตอบคำถามของนักเรียน

2. ความร่วมมือขณะทำงานกลุ่มของนักเรียน

3. ตรวจใบงาน

4 ตรวจสอบทดสอบย่อยที่ 14

5 ตรวจสอบการจัดตารางการใช้เวลาในแต่ละวัน

การปรับปรุงการจัดกิจกรรม

.....

.....

.....



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

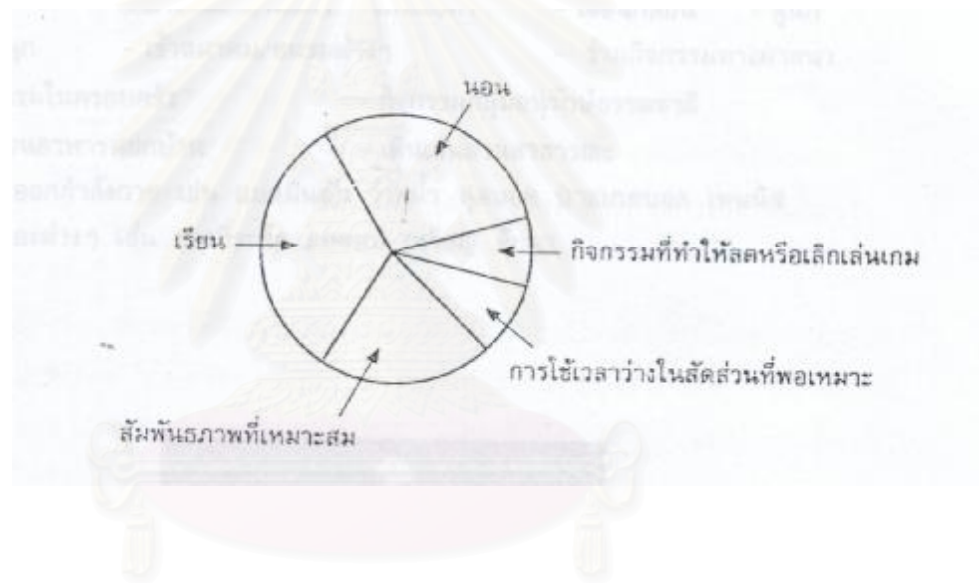
## ใบความรู้ เรื่อง แนวทางในการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์ และ แนวทางในการใช้คอมพิวเตอร์ให้เกิดประโยชน์

### แผนภาพ

(แผนภาพสอนเรื่อง การดำเนินชีวิตประจำวันเพื่อการลดหรือเลิกการเล่นเกม)

#### เส้นทางสู่การลดหรือเลิกเล่นเกม

“การดำเนินชีวิตที่พอดี”



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



## แนวทางในการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์

ในยามว่าง นักเรียนอาจจะหากิจกรรมที่น่าสนใจทำ โดยกิจกรรมนั้นควรเป็นกิจกรรมที่ก่อให้เกิดประโยชน์ และทำให้เกิดความสนุกสนานเพลิดเพลิน ผ่อนคลายความตึงเครียด ซึ่งกิจกรรมที่น่าสนใจ นอกเหนือจากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์นั้นมีมากมาย เช่น

- การถ่ายภาพ
- ปลูกต้นไม้
- ตกปลา
- ทำสวน
- ซี่จักรยาน
- ไปสวนสนุก
- ร่วมกิจกรรมในครอบครัว
- รับประทานอาหารนอกบ้าน
- เล่นกีฬา/ออกกำลังกาย เช่น แบดมินตัน วัยน้ำ ฟุตบอล บาสเกตบอล เทนนิส
- สะสมสิ่งของต่างๆ เช่น ของที่ระลึก แสตมป์ เหรียญ ตุ๊กตา
- จัดดอกไม้
- ไปดูภาพยนตร์
- ยูโด/คาราเต้
- อ่านหนังสือพิมพ์
- ทำงานอาสาสมัคร
- เข้าสมาคม/ชมรมต่างๆ
- กิจกรรมกลุ่มอนุรักษ์ธรรมชาติ
- เดินเล่นสวนสาธารณะ
- ถักนิตติ้ง
- ดูคอนเสิร์ต
- ดูกีฬา
- เข้าค่ายพักแรม
- เล่นต่อคำ
- วาดรูป
- ทำงานไม้
- ทำกับข้าว
- ตกแต่งบ้าน
- เขียนกลอน
- เล่นดนตรี
- อ่านหนังสือ
- เล่นว้าว
- เล่นหมากรุก
- ดูนก
- ร่วมกิจกรรมทางศาสนา



กิจกรรมปีนหน้าผา

## แนวทางในการใช้คอมพิวเตอร์ให้เกิดประโยชน์



นอกจากคอมพิวเตอร์จะใช้สำหรับเล่นเกมแล้ว คอมพิวเตอร์ยังสามารถทำประโยชน์อื่น ๆ ให้กับเราได้อีกหลายด้าน เพียงแต่เราจะต้องรู้จักใช้คอมพิวเตอร์ไปในทางที่ก่อให้เกิดประโยชน์มากที่สุด แทนที่จะใช้สำหรับเล่นเกมเพียงอย่างเดียวเท่านั้น

ประโยชน์ของคอมพิวเตอร์ในด้านต่าง ๆ มีดังนี้

1. **ประโยชน์ด้านการพิมพ์เอกสาร** การพิมพ์เอกสาร เช่น รายงาน หนังสือ หนังสือพิมพ์ นิตยสาร การ์ดวันเกิด การ์ดอวยพรปีใหม่ ฯลฯ ล้วนแต่ใช้คอมพิวเตอร์ในการจัดทำทั้งสิ้น เพราะสามารถออกแบบได้สวยงามและประหยัดค่าใช้จ่ายในการพิมพ์
2. **ประโยชน์ด้านการคำนวณ** การคำนวณ หมายถึง การบวก ลบ คูณ หาร หรือการหาคำตอบ ด้วยการคำนวณตัวเลข ใช้มากในงานด้านบัญชี การคำนวณราคาสินค้า เช่น เวลาที่นักเรียนไปซื้อสินค้าในร้านมินิมาร์ท นักเรียนจะเห็นพนักงานเก็บเงินของร้านใช้เครื่องคำนวณราคาสินค้ารวมเงินค่าสินค้าให้เราและคิดเงินทอนให้อย่างสะดวกโดยใช้คอมพิวเตอร์
3. **ประโยชน์ทางการศึกษา** นักเรียนคงเคยเห็นการใช้คอมพิวเตอร์เพื่องานด้านการเรียน การสอนในหลายรูปแบบ เช่น การนำเสนอบทเรียน การผลิตสื่อการสอนแบบผสม การใช้ซีดีรอม สำหรับการเรียนรู้ เกมเพื่อการศึกษาคอมพิวเตอร์ช่วยสอน
4. **ประโยชน์ด้านการออกแบบและสร้างงานศิลปะ** เป็นการใช้คอมพิวเตอร์เพื่อการวาดรูป การ์ตูน การออกแบบงาน และการสร้างภาพกราฟิก หรือการตกแต่งภาพในคอมพิวเตอร์
5. **ประโยชน์ด้านความบันเทิง** เป็นการใช้คอมพิวเตอร์เพื่อความสนุกสนานบันเทิง เช่น ฟังเพลง ชมภาพยนตร์ เป็นต้น

เอกสารอ้างอิง

นงลักษณ์ เหมทานนท์. 2549. ประโยชน์ของคอมพิวเตอร์. [ออนไลน์]. แหล่งที่มา:

<http://learners.in.th> [26 ธันวาคม 2551]

สุภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชชนรินทร์, สถาบัน. 2548. คู่มือโปรแกรมพัฒนาศักยภาพเยาวชนและครอบครัวยุคไซเบอร์. กรุงเทพมหานคร: ซีโน ดีไซน์.

## แบบสำรวจการใช้เวลาว่าง

ชื่อ..... นามสกุล..... ชั้น.....

**ตอนที่ 1** คำชี้แจง : ให้นักเรียนแต่ละคนในกลุ่มสำรวจการใช้เวลาว่างของตนเอง และเลือกกิจกรรมที่ทำจากมากไปน้อย

1. ในวันธรรมดา หลังเลิกเรียน ฉันใช้เวลาว่างทำกิจกรรมต่อไปนี้

- ประเภทพักผ่อน/บันเทิง
- |                               |                            |
|-------------------------------|----------------------------|
| ..... ฟังเพลง/ร้องเพลง        | ..... เล่นดนตรี            |
| ..... ดูทีวี/วิดีโอ           | ..... โทรศัพท์คุยกับเพื่อน |
| ..... เดินเล่น/ขี่จักรยานเล่น | ..... งานฝีมือ/วาดภาพ      |
| ..... อ่านหนังสือการ์ตูน      | ..... อื่นๆ .....          |

- ประเภทเสริมความรู้
- |                        |                   |
|------------------------|-------------------|
| ..... อ่านหนังสือพิมพ์ | ..... ทำการบ้าน   |
| ..... ทบทวนบทเรียน     | ..... เรียนพิเศษ  |
| ..... ดูข่าว/สารคดี    | ..... อื่นๆ ..... |

- ประเภทเสริมสุขภาพ/พลานามัย
- |                |                   |
|----------------|-------------------|
| ..... เล่นกีฬา | ..... ออกกำลังกาย |
|----------------|-------------------|

- ประเภทหารายได้
- |                  |                       |
|------------------|-----------------------|
| ..... ทำงานพิเศษ | ..... ช่วยงานครอบครัว |
|------------------|-----------------------|

## ใบงาน

(เวลา 5 นาที)

## กิจกรรมนันทนาการ

**ตอนที่ 2** คำชี้แจง : ให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มอ่านกิจกรรมข้างล่างนี้ แล้วช่วยกันวงกลมสิ่ง  
นักเรียนอยากจะทดลองทำในอนาคต

- |                         |                                |                       |                                 |                  |
|-------------------------|--------------------------------|-----------------------|---------------------------------|------------------|
| - การแสดง               | - การถ่ายภาพ                   | - ชกมวย               | - แบดมินตัน                     | - วิทยุสมัครเล่น |
| - จัดดอกไม้             | - ไปดูภาพยนตร์                 | - ตกแต่งบ้าน          | - ทำงานเกี่ยวกับเครื่องยนต์กลไก |                  |
| - วาดรูป                | - ถักนิตติ้ง                   | - โทรศัพท์หาเพื่อน    | - งานไม้                        |                  |
| - เล่นฟุตบอล            | - เข้าค่ายพักแรม               | - สอนกีฬาให้เด็ก ๆ    | - เล่นต่อคำ                     |                  |
| - อ่านหนังสือพิมพ์      | - การสักลาย                    | - เล่นเทนนิส          | - เขียนกลอน                     | - ทำสวน          |
| - รับประทานอาหารนอกบ้าน |                                | - เล่นบาสเกตบอล       | - ดูนก                          |                  |
| - ยูโด/คาราเต้          | - เล่นหมากรุก                  | - ไปเที่ยว            | - เล่นดนตรี                     | - สะสมเหรียญ     |
| - ร่วมกิจกรรมทางศาสนา   |                                | - ดูคอนเสิร์ต         | - ท่องเที่ยว                    | - ปลูกป่า        |
| - ซี่จักรยาน            | - ว่ายน้ำ                      | - เล่นว่าว            | - งานซ่อมต่างๆ                  | - ทำกับข้าว      |
| - ร่วมกิจกรรมในครอบครัว |                                | - เข้าสมาคม/ชมรมต่างๆ | - อิเล็กทรอนิกส์                |                  |
| - ทำเครื่องปั้นดินเผา   | - กิจกรรมกลุ่มอนุรักษ์ธรรมชาติ | - ทำงานอาสาสมัคร      |                                 |                  |

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

รายชื่อสมาชิกในกลุ่ม

- 1.....
- 2.....
- 3.....
- 4.....

## แบบทดสอบย่อยที่ 14

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุด หรือเหมาะสมที่สุดเพียงคำตอบเดียว เมื่อนักเรียนเลือกคำตอบได้แล้ว ให้นักเรียนทำเครื่องหมายกากบาท ( X ) ลงบนตัวเลือกที่ถูกต้องในกระดาษคำตอบ (เวลา 15 นาที)

1. ข้อใดไม่ใช่ความหมายของเวลาว่าง
  - ก. เวลาที่นอกเหนือจากภารกิจประจำวัน และการเรียน
  - ข. เวลาที่ใช้สำหรับการเรียน หรือการทำงาน
  - ค. เวลาส่วนตัวที่แต่ละคนสามารถเลือกทำกิจกรรมต่างๆที่ตนสนใจ
  
2. ใครใช้เวลาให้หมดไปอย่างมีคุณค่ามีประโยชน์
  - ก. อ้อมใช้เวลาว่างในการช่วยคุณแม่ตกแต่งบ้านให้สวยงาม
  - ข. แอ้มใช้เวลาว่างในการเล่นคอมพิวเตอร์ และอินเทอร์เน็ต
  - ค. อ้อมใช้เวลาว่างในการนั่งแชตกับเพื่อนในเกม
  
3. ใครปล่อยให้เวลาผ่านไปอย่างไร้คุณค่า
  - ก. ป๊อปล่องเล่นเกมคอมพิวเตอร์ตั้งแต่เข้าจนเย็น
  - ข. เจ็บใช้เวลาในวันหยุดเสาร์ - อาทิตย์ ไปนั่งสมาธิที่วัด
  - ค. มดใช้เวลาว่างในช่วงปิดเทอม ไปออกค่ายอนุรักษ์ธรรมชาติที่ต่างจังหวัด
  
4. ข้อใดไม่ใช่ผลดีของการใช้เวลาว่างให้เกิดประโยชน์
  - ก. ทำให้เวลาผ่านไปอย่างมีคุณค่า เป็นประโยชน์ต่อตัวนักเรียนเอง และครอบครัว
  - ข. ทำให้นักเรียน ไม่มีเวลาพอที่จะนำไปสนใจการเล่นเกมส์
  - ค. ทำให้นักเรียนมีเวลาเที่ยวเตร่กับเพื่อนมากขึ้น
  
5. นักเรียนควรใช้เวลาว่างในการทำกิจกรรมใดมากที่สุด
  - ก. กินเหล้ากับเพื่อน
  - ข. อ่านหนังสือทบทวนบทเรียน
  - ค. เดินหาซื้อแผ่นเกมใหม่ๆ

6. ข้อใดต่อไปนี้เป็นกิจกรรมที่ก่อให้เกิดประโยชน์ทั้งหมด
- ก. เล่นเกม อ่านหนังสือการ์ตูน เรียนพิเศษ
  - ข. วาดรูป เล่นฟุตบอล เที่ยวกลางคืน
  - ค. ทำงานอาสาสมัคร อ่านหนังสือพิมพ์ ช่วยงานครอบครัว
7. ใครใช้คอมพิวเตอร์ได้เกิดประโยชน์มากที่สุด
- ก. แม็คใช้คอมพิวเตอร์ในการดูคลิปวีดีโอไปตามเว็บไซต์ลามกต่างๆ
  - ข. มีล์ค์ใช้คอมพิวเตอร์ในการพิมพ์รายงานส่งอาจารย์
  - ค. มาร์คใช้คอมพิวเตอร์ในการเล่นเกมนอนไลน์
8. คอมพิวเตอร์ มีประโยชน์ในด้านใด
- ก. ด้านการพิมพ์เอกสาร
  - ข. ด้านการออกแบบ และสร้างงานศิลปะ
  - ค. ถูกทุกข้อ
9. ข้อใดไม่ใช่ประโยชน์ของคอมพิวเตอร์
- ก. ใช้คำนวณราคาสินค้า
  - ข. ใช้เลี้ยงปลา
  - ค. ใช้ฟังเพลง หรือชมภาพยนตร์
10. การใช้คอมพิวเตอร์ เพื่อการวาดรูปการ์ตูน เป็นประโยชน์ของคอมพิวเตอร์ในด้านใด
- ก. ด้านการออกแบบ และสร้างงานศิลปะ
  - ข. ด้านความบันเทิง
  - ค. ด้านการศึกษา

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## แผนการจัดกิจกรรมที่ 15

### ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5

#### เรื่อง ทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์

เวลา 1 คาบ

#### จุดประสงค์ทั่วไป

1. เพื่อให้นักเรียนมีทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการติดเกมคอมพิวเตอร์ สามารถควบคุมตนเองให้มีความพอดีในการเล่นเกมน รู้จักแบ่งเวลาในการเล่นเกมน ได้อย่างเหมาะสม ตลอดจนรู้เท่าทันสื่อ (เกม) และสามารถที่จะป้องกันตนเองไม่ให้มีพฤติกรรมติดเกมคอมพิวเตอร์

#### จุดประสงค์เชิงพฤติกรรม

1. นักเรียนสามารถเรียนรู้ได้ว่าชีวิตมีหลายมิติที่มีคุณค่า และควรทำให้สำเร็จหลายด้าน
2. นักเรียนสามารถกำหนดเป้าหมายชีวิตให้กับตนเองได้
3. นักเรียนสามารถนำสิ่งที่ได้รับรู้จากการทำกิจกรรมในโปรแกรมไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้
4. นักเรียนสามารถวางแผนการเปลี่ยนแปลงตนเอง วางแผนชีวิตอย่างมีคุณค่า ใช้เวลาว่างให้อยู่ในขอบเขตที่ครอบครัวยอมรับได้ เช่น การควบคุมตนเองในการเล่นเกมน เป็นต้น

#### ความคิดรวบยอด

เด็กที่ใช้เวลากับการเล่นเกมน จะรู้สึกว่าได้เอาชนะและภูมิใจต่อระดับของการเล่นที่พัฒนาขึ้น ดังนั้น จึงควรให้เด็กเรียนรู้และเข้าใจความเป็นจริงที่ว่า ชีวิตมีหลายมิติที่มีคุณค่า ซึ่งน่าเรียนรู้ค้นหา และควรพัฒนาให้เกิดความสำเร็จในอีกหลายๆ ด้าน ซึ่งเป็นคุณค่าของชีวิตที่เป็นความภาคภูมิใจต่อตนเอง ครอบครัว และสังคมอย่างแท้จริง โดยการศึกษาผ่านชีวิตจริงที่ทุกซอก แต่เป็นชีวิตที่มีคุณค่าของผู้อื่น

การมีจุดมุ่งหมายในชีวิต ทำให้บุคคลมีความกระตือรือร้น มีแรงจูงใจที่จะทำในสิ่งต่างๆ เพื่อก้าวไปถึงจุดมุ่งหมายนั้นๆ การที่เด็กมีการกำหนดเป้าหมายชีวิตให้กับตนเอง จะทำให้เด็กได้แนวทางที่เป็นรูปธรรม นำไปสู่เป้าหมายของชีวิต

การเปลี่ยนแปลงที่เกิดขึ้นหลังจากการเข้าร่วมกิจกรรมใน โปรแกรม เกิดจากการเรียนรู้ และเกิดอย่างค่อยเป็นค่อยไป เป็นผลมาจากการที่นักเรียนนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันอย่างมีเป้าหมาย โดยที่มีการควบคุมตนเอง เป็นกระบวนการที่นักเรียนใช้เพื่อจัดการ หรือปรับแรงผลักดันภายใน หรือความต้องการของตน ให้เป็นไปตามแนวทางที่ตนเองและครอบครัวต้องการ

#### เนื้อหา

1. คุณค่าชีวิต เป้าหมายชีวิต การวางแผนชีวิตที่มีคุณค่า

## กิจกรรมการเรียนรู้การสอน

### ขั้นที่ 1 ขั้นนำเสนอบทเรียนทั้งชั้น

1. ครูให้นักเรียนดู **V.C.D** เรื่อง “สามนักสู้แห่งลุ่มน้ำปิง” ของรายการ คน คั้น คน เพื่อเรียนรู้ชีวิต จากการร่วมกันศึกษาชีวิตของผู้อื่น หลังจากที่นักเรียนดู **V.C.D** จบ ครูสุ่มถามความเข้าใจของนักเรียน เช่น เป็นเรื่องเกี่ยวกับใคร ทำอะไร ที่ไหน อย่างไร

2. ครูให้นักเรียนแต่ละคนเขียนความรู้สึกที่เกิดขึ้นกับตนเองลงในใบงานที่ **151**

3. ครูสรุปถึงคุณค่าในชีวิตว่าการดำเนินชีวิตในแต่ละวัย ยังมีกิจกรรมที่เป็นประโยชน์กับตนเอง ผู้อื่น และสังคมอีกมากมาย

4. ครูแจกใบงานที่ **152** ให้นักเรียนเขียนกิจกรรมที่เป็นคุณค่าในชีวิตที่อยากทำต่อไป พร้อมตกแต่งให้สวยงาม

5. ครูแจกกระดาษรูปหัวใจ ให้นักเรียนแต่ละคนเขียนอาชีพที่อยากเป็นในอนาคต จากนั้นให้นักเรียนหาแนวทาง และขั้นตอนเพื่อนำไปสู่เป้าหมายนั้น

6. ครูให้กำลังใจแก่นักเรียนที่ต่อไปจะต้องปฏิบัติตน เพื่อ ไปให้ถึงเป้าหมายของชีวิตที่ตั้งไว้ให้สำเร็จ

7. ครูแจกใบความรู้ เรื่อง “แนวทางการลดเวลาการเล่นเกมส์” ให้นักเรียนแต่ละคนได้ศึกษาและทำความเข้าใจ

### ขั้นที่ 2 ขั้นทำงานกลุ่ม

8. ครูแจกใบงานที่ **153** ให้นักเรียนแต่ละกลุ่มทำ โดยที่สมาชิกทุกคนในกลุ่มจะต้องร่วมมือกัน ช่วยเหลือซึ่งกันและกัน เพื่อทำใบงานให้เสร็จตามเวลาที่ครูกำหนด

9. ครูสุ่มสมาชิก **1** คน จากกลุ่มใดกลุ่มหนึ่ง ออกมารายงานผลของการทำใบงานหน้าชั้นเรียน

10. ครูและนักเรียนร่วมกันสรุปเนื้อหาที่เรียน ทั้งเรื่อง คุณค่าชีวิต เป้าหมายชีวิต และการวางแผนชีวิตที่มีคุณค่า

11. นักเรียนแต่ละกลุ่มเตรียมสมาชิกภายในกลุ่มของตนเองให้พร้อมสำหรับที่จะทำแบบทดสอบย่อยที่ **15** โดยนักเรียนที่เก่ง เข้าใจในเนื้อหาที่เรียนเป็นอย่างดี จะต้องคอยช่วยเหลือนักเรียนที่ยังไม่ค่อยเข้าใจในเนื้อหาเท่าที่ควร ให้เข้าใจในเนื้อหามากยิ่งขึ้น

### ขั้นที่ 3 ขั้นทดสอบ

12. ครูให้นักเรียนแต่ละคนทำแบบทดสอบย่อยที่ **15**



**ขั้นที่ 4** ขั้นปรับปรุงคะแนน

13 ครูตรวจแบบทดสอบ พร้อมทั้งพิจารณาผลการทดสอบของนักเรียนเป็นคะแนนรายบุคคล และคะแนนเฉลี่ยของกลุ่ม โดยครูจะทำการบันทึกผลการทดสอบของนักเรียนลงในสมุดบันทึกคะแนน

**สื่อการสอน**

1. V.C.D เรื่อง “สามนักสู้แห่งลุ่มน้ำปิง”
2. ใบงานที่ 151 , ใบงานที่ 152 และ ใบงานที่ 153
3. กระดาษรูปหัวใจ
4. ใบความรู้ เรื่อง “แนวทางการลดเวลาการเล่นเกมส์”
5. แบบทดสอบย่อยที่ 15
6. สมุดบันทึกคะแนน

**การประเมินผล**

1. สังเกตพฤติกรรมจากการร่วมกิจกรรม และการตอบคำถามของนักเรียน
2. ความร่วมมือขณะทำงานกลุ่มของนักเรียน
3. ตรวจใบงานที่ 151 , ใบงานที่ 152 และ ใบงานที่ 153
4. ตรวจแบบทดสอบย่อยที่ 15

**การปรับปรุงการจัดกิจกรรม**

.....

.....

.....

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ใบความรู้ เรื่อง แนวทางการลดเวลาการเล่นเกม

ทุกๆคนซึ่งพยายามที่จะลดหรือเลิกการเล่นเกม จะต้องเคยผ่านสถานการณ์ต่างๆ ที่ทำให้ยากลำบาก รายการสถานการณ์ 4 สถานการณ์ข้างล่างนี้เป็นสถานการณ์ที่ก่อให้เกิดปัญหาที่พบบ่อยที่สุดที่บุคคลมักต้องเผชิญในสัปดาห์แรกๆของการเริ่มต้นลดเวลาเล่นเกม

ปัญหา	แนวทางการแก้ไข
<p><b>เพื่อนที่เล่นเกม/คบหาสมาคม</b> ยังคงคบหาสมาคมกับเพื่อนเก่าหรือเพื่อนที่ยังเล่นเกมอยู่</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- พยายามคบเพื่อนใหม่</li> <li>- พยายามทำกิจกรรมใหม่ๆ ซึ่งจะช่วยให้คุณได้พบกับบุคคลที่ไม่เล่นเกมแล้วมากขึ้น</li> </ul>
<p><b>ความโกรธ/หงุดหงิดง่าย</b> เหตุการณ์เล็กๆน้อยๆสามารถสร้างความรู้สึกรุนแรงซึ่งจะมีผลกระทบต่อกระบวนการคิด</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- วางแผนทำกิจกรรมต่างๆร่วมกับเพื่อนที่ไม่เล่นเกม หรือร่วมกับสมาชิกในครอบครัว</li> <li>- บอกกับตัวเองว่า อารมณ์มักจะถูกควบคุมได้ง่าย มันเป็นเรื่องที่เกิดขึ้นเป็นธรรมดา</li> <li>- การออกกำลังกายจะช่วยแก้ปัญหานี้ได้</li> <li>- พูดคุยกับผู้รักษาหรือเพื่อนที่ให้การสนับสนุน เพื่อให้การช่วยเหลือท่าน</li> </ul>
<p><b>การใช้คอมพิวเตอร์</b> เพราะว่าการที่คุณตัดสินใจลดการเล่นเกม ไม่ได้หมายความว่าทุกคนในครอบครัวคุณเลิกใช้ด้วย</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- กำจัดเกมและเครื่องเล่นเกมให้หมดถ้าเป็นไปได้</li> <li>- ขอร้องคนอื่นที่จะช่วยเตือน/ตั้งกติกาในการใช้คอมพิวเตอร์ในบ้าน</li> </ul>
<p><b>รู้สึกเบื่อหน่าย</b> การลดการเล่นเกมส่วนใหญ่จะนำไปสู่การที่ต้องหลีกเลี่ยงจากกิจกรรมต่างๆที่เคยปฏิบัติ</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- หากิจกรรมใหม่ๆทำ และจัดลงในตารางกิจกรรมที่ต้องกระทำในแต่ละวัน</li> <li>- กลับไปทำกิจกรรมที่ก่อให้เกิดความสุขที่เคยกระทำก่อนการเล่นเกม</li> </ul>



### เอกสารอ้างอิง

สุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชชนครินทร์,สถาบัน. 2548. คู่มือโปรแกรมพัฒนาศักยภาพเยาวชน และครอบครัวยุคไซเบอร์. กรุงเทพฯ : ห้างหุ้นส่วนจำกัด ซีโน ดีไซน์.

## ใบงานที่15.1

(เวลา 10 นาที)

คำชี้แจง : ให้นักเรียนตอบคำถามต่อไปนี้

1. ความรู้สึกของ “ฉัน” ต่อเรื่องของ สามนักสู้แห่งลุ่มน้ำปิง คือ

.....

2. ความทุกข์ของสามนักสู้แห่งลุ่มน้ำปิง คือ

.....

3. ความสุขของสามนักสู้แห่งลุ่มน้ำปิง คือ

.....

4. มีแรงบันดาลใจอะไรที่ทำให้สามนักสู้ทำสิ่งนั้น

.....

5. ถ้าได้เจอสามนักสู้แห่งลุ่มน้ำปิง ฉันอยากบอกกับพวกเขาว่า

.....

6. คนอื่นเห็นคุณค่าอะไรในตัวฉัน

.....

7. คุณค่าของตัวเองคืออะไร

.....

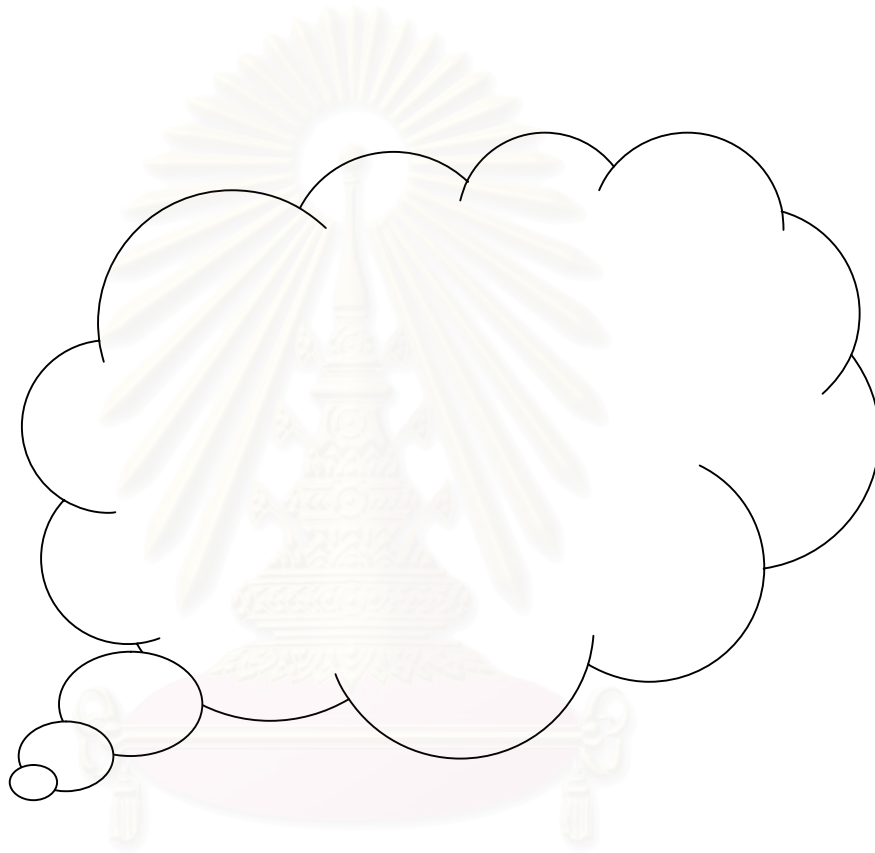
สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ชื่อ..... นามสกุล..... ชั้น.....

# ใบงานที่15.2

(เวลา 10 นาที)

กิจกรรม.....ที่เป็นคุณค่าในชีวิตที่อยากทำต่อไปสำหรับ “ฉัน” คือ



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ชื่อ..... นามสกุล..... ชั้น.....

## ใบงานที่15.3

(เวลา 10 นาที)

คำชี้แจง : ให้นักเรียนทุกคนในกลุ่มช่วยกันเขียนวิธีลดเวลาการเล่นเกม ให้ได้อย่างน้อย 3 วิธี พร้อมทั้งเลือกวิธีที่คิดว่าเหมาะสมกับกลุ่มมากที่สุด

1. กลุ่มของฉันจะลดเวลาการเล่นเกมด้วยวิธี

1.....

.....

2.....

.....

3.....

.....

2. แต่วิธีที่คิดว่าเหมาะสมกับกลุ่มของฉันมากที่สุด คือ

.....

.....

.....

.....

สถาบันวิทยบริการ

รายชื่อสมาชิกในกลุ่ม

จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

1.....

2.....

3.....

4.....

## แบบทดสอบย่อยที่ 15

**คำชี้แจง** ให้นักเรียนเลือกคำตอบที่ถูกต้องที่สุด หรือเหมาะสมที่สุดเพียงคำตอบเดียว เมื่อนักเรียนเลือกคำตอบได้แล้ว ให้นักเรียนทำเครื่องหมายกากบาท ( X ) ลงบนตัวเลือกที่ถูกต้องในกระดาษคำตอบ (เวลา 15 นาที)

1. ข้อใดไม่ใช่จุดประสงค์ของการเรียนเรื่อง “คุณค่าชีวิต เป้าหมายชีวิต การวางแผนชีวิตที่มีคุณค่า”

- ก. เพื่อให้นักเรียนได้เรียนรู้ว่า ชีวิตมีหลายมิติที่มีคุณค่า และควรทำให้สำเร็จหลายด้าน
- ข. เพื่อให้นักเรียนใช้ชีวิตอย่างมีความสุข ในโลกของเกมคอมพิวเตอร์ และอินเทอร์เน็ต
- ค. เพื่อให้นักเรียนสามารถกำหนดเป้าหมายในชีวิตให้กับตนเองได้

2. ข้อใดกล่าวไม่ถูกต้อง

- ก. การมีจุดมุ่งหมายในชีวิต ทำให้บุคคลมีความรู้สึกท้อแท้ สิ้นหวัง และหมดกำลังใจที่จะทำในสิ่งต่างๆ
- ข. ชีวิตมีหลายมิติที่มีคุณค่า ซึ่งน่าเรียนรู้ค้นหา และควรพัฒนาให้เกิดความสำเร็จในอีกหลายๆด้าน
- ค. การที่นักเรียนมีการกำหนดเป้าหมายชีวิตให้กับตนเอง จะทำให้นักเรียนได้แนวทางที่เป็นรูปธรรม นำไปสู่เป้าหมายของชีวิต

3. ข้อใดถือเป็นคุณค่าของชีวิตที่เป็นความภาคภูมิใจต่อตนเอง ครอบครัว และสังคมอย่างแท้จริง

- ก. ก๊ิกสะสมโปสเตอร์เกมไว้มาก จนได้ออกรายการแฟนพันธุ์แท้
- ข. แก้วเล่นเกม จนเป็นผู้ที่มีเลเวลสูงที่สุดในเกม
- ค. กุ้งเรียนหนังสือจบ ได้รับปริญญา

4. นักเรียนควรปฏิบัติตัวอย่างไร หลังจากที่เข้าร่วมโปรแกรมจนสิ้นสุดแล้ว

- ก. นำสิ่งที่ได้รับรู้จากการทำกิจกรรมใน โปรแกรม ไปปรับใช้ในชีวิตประจำวัน
- ข. ปฏิบัติตัวตามปกติ เล่นเกมมากเหมือนเดิม
- ค. ลืมทุกอย่างที่เรียนทั้งหมด เนื่องจากไม่เห็นประโยชน์ใดๆจากการเข้าร่วมโปรแกรม

5. ใครปฏิบัติตัวได้เหมาะสมที่สุด
- โหม่งไม่เห็นความจำเป็นที่จะต้องกำหนดเป้าหมายชีวิตให้กับตนเอง เพราะแค่เล่นเกมไปวันๆ ก็มีความสุขแล้ว
  - เพิ่งใช้เวลาว่างทั้งหมดไปกับการเล่นเกม โดยไม่ยอมทำกิจกรรมอื่นที่มีประโยชน์บ้าง
  - หม่ำวางแผนที่จะเปลี่ยนแปลงตนเอง โดยการเล่นเกมให้น้อยลง พยายามควบคุมตนเองในการเล่น
6. ข้อใดไม่ใช่แนวทางการลดเวลาการเล่นเกม
- วางแผนทำกิจกรรมต่างๆร่วมกับเพื่อนที่ไม่เล่นเกม หรือร่วมกับสมาชิกในครอบครัว
  - ปิดกั้นตนเอง โดยการไม่ใช้คอมพิวเตอร์เลย
  - หากิจกรรมใหม่ๆทำ และจัดลงในตารางกิจกรรมที่ต้องกระทำในแต่ละวัน
7. ข้อใดเป็นแนวทางการแก้ไขปัญหาความโกรธ / หงุดหงิดง่าย จากการที่ต้องลดเวลาการเล่นเกม
- ออกกำลังกาย
  - บอกกับตัวเองว่า อารมณ์มักถูกรบกวนได้ง่าย มันเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นเป็นธรรมดา
  - ถูกทุกข้อ
8. นักเรียนควรทำอย่างไร ถ้าในระหว่างที่นักเรียนกำลังเริ่มต้นลดเวลาการเล่นเกมอยู่ แล้วรู้สึกเบื่อหน่าย
- ลองเล่นเกมสัก 10 นาที คงไม่เป็นไร
  - ชวนเพื่อนเล่นต่อสู้ เลียนแบบพฤติกรรมในเกม เพื่อให้หายเบื่อ
  - ออกไปเตะฟุตบอลกับเพื่อน
9. “ซัยเป็นเด็กติดเกม แต่ต่อมาสามารถควบคุมตนเองให้เลิกเล่นเกมได้สำเร็จ” ตรงกับสุภาษิตข้อใด
- ความพยายามอยู่ที่ไหน ความสำเร็จอยู่ที่นั่น
  - สัตว์โลกย่อมเป็นไปตามกรรม
  - ทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว
10. “แดงเล่นเกม แต่ไม่ติดเกม” นักเรียนคิดว่า แแดงปฏิบัติตัวตามข้อใด
- ควบคุมตนเองในการเล่น
  - รู้เท่าทันสื่อ (เกม)
  - ถูกทุกข้อ



ภาคผนวก จ

สถิติที่ใช้ในการวิจัยและตัวอย่างการวิเคราะห์ข้อมูล

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย



สถิติที่ใช้ในการวิจัย มีดังนี้

### 1. สถิติที่ใช้ในการทดสอบสมมติฐานการวิจัย

#### 1.1 การคำนวณค่ามัธยฐานเลขคณิต (Mean)

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{n}$$

$$\bar{X} = \text{ค่าเฉลี่ย}$$

$$\sum X = \text{ผลรวมของคะแนน}$$

$$n = \text{จำนวนกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด}$$

(ประคอง กรรณสูต, 2538)

#### 1.2 การคำนวณค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน (Standard Deviation)

$$S.D. = \sqrt{\frac{n \sum x^2 - (\sum x)^2}{n(n-1)}}$$

$$S.D. = \text{ค่าส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของกลุ่มตัวอย่าง}$$

$$n = \text{จำนวนกลุ่มตัวอย่าง}$$

$$x = \text{คะแนนของกลุ่มตัวอย่างแต่ละคน}$$

$$\sum x = \text{ผลรวมของคะแนนทั้งหมด}$$

$$\sum x^2 = \text{ผลรวมกำลังสองของคะแนนทั้งหมด}$$

(พวงรัตน์ ทวีรัตน์, 2540)

1.3 สถิติที่ใช้ในการทดสอบระดับความมีนัยสำคัญของคะแนน ระหว่างคะแนนทดสอบก่อน และทดสอบหลังของกลุ่มตัวอย่างโดยการทดสอบค่าที (**t-test dependent**) ที่ระดับนัยสำคัญทางสถิติ ที่ระดับ .05

$$t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{N \sum D^2 - (\sum D)^2}{(N-1)}}$$

$\sum D$  = ผลรวมของผลต่างของคะแนนทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน

$\sum D^2$  = ผลรวมของกำลังสองของผลต่างของคะแนนทดสอบก่อนเรียนและหลังเรียน

$N$  = จำนวนนักเรียนในกลุ่ม

$df$  =  $N-1$

(ประคอง กรรณสูต, 2538)

1.4 การทดสอบความแตกต่างระหว่างคะแนนพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กคิดเกมในปัจจุบัน และพัฒนาการทักษะชีวิตในการป้องกันตนเองจากการคิด เกมคอมพิวเตอร์ กับเกณฑ์การประเมินโปรแกรม โดยการทดสอบค่าที (**t-test**)

$$t = \frac{\bar{X} - m_0}{\frac{s}{\sqrt{n}}}$$

$\bar{X}$  = ค่าเฉลี่ยคะแนนหลังเข้าร่วมโปรแกรม

$m_0$  = ค่าเฉลี่ยคะแนนเกณฑ์การผ่านโปรแกรม

$s$  = ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของคะแนน

$n$  = จำนวนนักเรียนทั้งหมด

(บุญเรียง ขจรศิลป์, 2542)

## 2. สถิติที่ใช้หาคุณภาพเครื่องมือในการวิจัย

2.1 การหาค่าความสอดคล้องระหว่างข้อสอบกับเนื้อหาหรือวัตถุประสงค์ (Item-Objective Congruency Index: IOC) ของแบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กคิดเกมในปัจจุบัน ใช้สูตรดังนี้

$$IOC = \frac{\sum R}{N}$$

IOC = ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อสอบกับเนื้อหาหรือวัตถุประสงค์

$\sum R$  = ผลรวมคะแนนความคิดเห็นของผู้เชี่ยวชาญ

N = จำนวนผู้เชี่ยวชาญทั้งหมด

(ดวงกมล ไตรวิจิตรคุณ, 2541)

## 2.2 การหาค่าระดับความยาก (Level of difficulty) ของแบบทดสอบ ใช้สูตร

$$P = \frac{R}{N}$$

P = ค่าระดับความยาก

R = จำนวนผู้ที่ตอบถูกในแต่ละข้อ

N = จำนวนผู้เข้าสอบทั้งหมด

(พวงรัตน์ ทวีรัตน์ , 2540)

## 2.3 การหาค่าอำนาจจำแนก (Power of discrimination) ของแบบทดสอบ ใช้สูตร

$$r = \frac{(R_u - R_L)}{N/2}$$

r = ค่าอำนาจจำแนกเป็นรายข้อ

$R_u$  = จำนวนผู้ที่ตอบถูกในข้อนั้นในกลุ่มสูง

$R_L$  = จำนวนผู้ที่ตอบถูกในข้อนั้นในกลุ่มต่ำ

N = จำนวนคนในกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด

(พวงรัตน์ ทวีรัตน์ , 2540)

24 การคำนวณหาค่าความเที่ยงของแบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์และ  
สถานการณ์ปัญหาเด็กคิดเกมในปัจจุบัน ใช้สูตรของคูเคอร์ริชาร์ดสัน (Kuder- Richardson KR-20)

$$r_{tt} = \frac{n}{n-1} \left[ 1 - \frac{\sum pq}{s_i^2} \right]$$

- n** = จำนวนข้อสอบในแบบทดสอบ  
**p** = สัดส่วนของคนตอบถูกในแต่ละข้อ  
**q** = สัดส่วนของคนตอบผิดในแต่ละข้อ  
 $s_i^2$  = ความแปรปรวนของคะแนนทั้งฉบับ  
**pq** = ผลคูณของสัดส่วนของผู้ที่ตอบถูกและตอบผิด

(พวงรัตน์ ทวีรัตน์, 2540)

สถาบันวิทยบริการ  
 จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## ตัวอย่างการวิเคราะห์ข้อมูล

### 1. การหาคุณภาพของเครื่องมือ

1.1 การหาค่าความสอดคล้องระหว่างข้อสอบกับเนื้อหาหรือวัตถุประสงค์ ของแบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ในข้อที่ 2

$$\text{จากสูตร } IOC = \frac{\sum R}{N}$$

$$\text{ในข้อที่ 2 } \sum R = +1+1+0=2 \quad \text{จำนวนผู้เชี่ยวชาญ 3 คน}$$

$$IOC = \frac{2}{3}$$

$$IOC = 0.67$$

ดัชนีความสอดคล้องระหว่างข้อสอบกับเนื้อหาหรือวัตถุประสงค์ เท่ากับ **0.67**

1.2 การหาค่าระดับความยากของแบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และ สถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ข้อ 1

$$\text{จากสูตร } P = \frac{R}{N}$$

ในข้อที่ 1 มีผู้ตอบถูก 16คน จากจำนวนทั้งหมด 20คน

$$P = \frac{16}{20}$$

$$P = 0.8$$

แบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ ในข้อที่ 1 มีค่าระดับความยาก เท่ากับ **0.8**

**1.3** การหาค่าอำนาจจำแนกของแบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และ สถานการณ์ปัญหาเด็กคิดเกมในปัจจุบัน ข้อที่ 1

$$\text{จากสูตร } r = \frac{(R_u - R_L)}{N/2}$$

ในข้อที่ 1 กลุ่มสูง ( $R_H$ ) มีผู้ที่ตอบถูก 10 คน

กลุ่มต่ำ ( $R_L$ ) มีผู้ที่ตอบถูก 6 คน

จากจำนวนผู้สอบทั้งหมด 20 คน ( $N$ ) แทนค่าในสูตร

$$r = \frac{(10 - 6)}{20/2}$$

$$r = \frac{4}{10}$$

$$r = 0.4$$

แบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ ในข้อที่ 1 มีค่าอำนาจจำแนก เท่ากับ 0.4

**1.4** การคำนวณหาค่าความเที่ยงของแบบทดสอบความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และ สถานการณ์ปัญหาเด็กคิดเกมในปัจจุบัน ใช้สูตรของคูเดอริชาร์ดสัน (Kuder-Richardson KR-20)

$$r_{tt} = \frac{n}{n-1} \left[ 1 - \frac{\sum pq}{s_i^2} \right]$$

$n$  = จำนวนข้อสอบในแบบทดสอบ

$p$  = สัดส่วนของคนตอบถูกในแต่ละข้อ

$q$  = สัดส่วนของคนตอบผิดในแต่ละข้อ

$s_i^2$  = ความแปรปรวนของคะแนนทั้งฉบับ

$pq$  = ผลคูณของสัดส่วนของผู้ที่ตอบถูกและตอบผิด

ขั้นตอนในการหาค่าความเที่ยงของแบบทดสอบความรู้ความเข้าใจ มีดังนี้

### 1. หาค่าความแปรปรวนของคะแนนทั้งฉบับ

$$\text{จากสูตร } s_i^2 = \frac{n \sum x^2 - (\sum x)^2}{N(N-1)}$$

เมื่อ N คือ จำนวนผู้เข้าสอบทั้งหมด

X คือ คะแนนรวมของผู้สอบแต่ละคน

แทนค่าในสูตร

$$s_i^2 = \frac{20(3221) - (241)^2}{20(20-1)}$$

$$s_i^2 = \frac{64420 - 58081}{380}$$

$$s_i^2 = \frac{6339}{380}$$

$$s_i^2 = \mathbf{16.6816}$$

แทนค่าในสูตร

$$r_{tt} = \frac{n}{n-1} \left[ 1 - \frac{\sum pq}{s_i^2} \right]$$

$$r_{tt} = \frac{20}{20-1} \left[ 1 - \frac{4.45}{16.6816} \right]$$

$$r_{tt} = \frac{20}{19} [1 - 0.2668]$$

$$r_{tt} = 1.0526 [0.7332]$$

$$r_{tt} = \mathbf{0.772}$$

ความเที่ยงของแบบทดสอบความรู้ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหา  
เด็กติดเกมในปัจจุบัน เท่ากับ **0.772**

## 2 การทดสอบสมมติฐาน

21 การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างค่าเฉลี่ยของคะแนนพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่อง เกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน ก่อนและหลังการทดลอง ใช้สูตรดังนี้

$$t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{N\sum D^2 - (\sum D)^2}{(N-1)}}$$

จากข้อมูลในตารางที่ 22 แทนค่าในสูตร

$$t = \frac{100}{\sqrt{\frac{20(632) - (100)^2}{(20-1)}}$$

$$t = \frac{100}{\sqrt{\frac{12640 - 10000}{19}}}$$

$$t = \frac{100}{\sqrt{138.94}}$$

$$t = 8.48$$

ค่า  $t$  ที่คำนวณได้มีค่าเท่ากับ **8.48** ซึ่งมากกว่าค่า  $t$  ที่ระดับนัยสำคัญ **.05** ที่  $df = 19$  ซึ่งมีค่าเท่ากับ **2.093** นั้นแสดงว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่อง เกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบันของนักเรียน หลังการเข้าร่วมโปรแกรมสูงกว่าก่อนเข้าร่วมโปรแกรม อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ **.05**

2.2 การเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างคะแนนพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่อง เกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบัน กับเกณฑ์การประเมินโปรแกรม

$$\text{จากสูตร } t = \frac{\bar{X} - m_o}{\frac{s}{\sqrt{n}}}$$



ข้อมูลจากตารางที่ 22

$$\bar{X} = 183$$

$$\mu_0 = 14 \text{ (เกณฑ์การประเมิน โปรแกรมที่ตั้งไว้)}$$

หาค่า S.D. จากสูตร

$$\text{S.D.} = \sqrt{\frac{n \sum x^2 - (\sum x)^2}{n(n-1)}}$$

$$\text{S.D.} = \sqrt{\frac{20(6754) - (366)^2}{20(20-1)}}$$

$$\text{S.D.} = \sqrt{\frac{135080 - 133956}{380}}$$

$$\text{S.D.} = 1.72$$

หา t แทนค่าในสูตร

$$t = \frac{18.3 - 14}{\frac{1.72}{\sqrt{20}}}$$

$$t = \frac{4.3}{0.3846}$$

$$t = 11.18$$

ค่า  $t$  ที่ได้จากการคำนวณมีค่าเท่ากับ **11.18** ซึ่งมากกว่าค่า  $t$  ที่ระดับนัยสำคัญ **.05** ที่  $df = 19$  ซึ่งมีค่าเท่ากับ **2.093** นั้นแสดงว่า ค่าเฉลี่ยของคะแนนพัฒนาการความรู้ ความเข้าใจ เรื่องเกมคอมพิวเตอร์ และสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกมในปัจจุบันของนักเรียน หลังการเข้าร่วมโปรแกรมสูงกว่าเกณฑ์การประเมิน อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ **.05**

T-TEST  
 PAIRS = before\_pro1 WITH after\_pro1 (PAIRED)  
 /CRITERIA = CI(.95)  
 /MISSING = ANALYSIS.

### T-Test

#### Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 before_pro1	13.30	20	3.246	.726
1 after_pro1	18.30	20	1.720	.385

#### Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 before_pro1 & after_pro1	20	.586	.007

#### Paired Samples Test

	Paired Differences				
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference	
				Lower	Upper
Pair 1 before_pro1 - after_pro1	-5.000	2.636	.589	-6.234	-3.766

#### Paired Samples Test

	t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1 before_pro1 - after_pro1	-8.483	19	.000

T-TEST  
 /TESTVAL = 14  
 /MISSING = ANALYSIS  
 /VARIABLES = after\_pro1  
 /CRITERIA = CI(.95).

### T-Test

#### One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
after_pro1	20	18.30	1.720	.385

#### One-Sample Test

	Test Value = 14					
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
after_pro1	11.181	19	.000	4.300	3.50	5.10

## T-Test

## Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	BEFORE	27.6000	20	4.93537	1.10358
	AFTER	35.5000	20	2.52357	.56429

## Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	BEFORE & AFTER	20	.076	.750

## Paired Samples Test

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1	BEFORE - AFTER	-7.9000	5.36950	1.20066	10.4130	-5.3870	-6.580	19	.000

## T-Test

## One-Sample Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
AFTER	20	35.5000	2.52357	.56429

## One-Sample Test

	Test Value = 27.3					
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
AFTER	14.532	19	.000	8.2000	7.0189	9.3811



ภาคผนวก จ

รูปภาพจากการดำเนินการจัดกิจกรรม

สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

## รูปภาพ

การดำเนินการจัดกิจกรรมการเรียนการสอน เรื่อง การป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้วิธีการเรียนแบบร่วมมือแบบทีมสัมพันธ์





## ประวัติผู้เขียนวิทยานิพนธ์

นางสาวนุจิอาภา ขจรบุญ เกิดเมื่อวันที่ 22 เมษายน พ.ศ. 2526 ณ กรุงเทพมหานคร สำเร็จการศึกษาปริญญาศึกษาศาสตรบัณฑิต สาขาประถมศึกษา ภาควิชาการประถมศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยศิลปากร เมื่อปีการศึกษา 2547 และเข้าศึกษาต่อในหลักสูตร ครุศาสตรมหาบัณฑิต สาขาประถมศึกษา ภาควิชาหลักสูตร การสอน และเทคโนโลยีการศึกษา คณะครุศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ในปีการศึกษา 2548



สถาบันวิทยบริการ  
จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย