

ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเล่นเกมกับ ความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

RELATIONSHIPS BETWEEN GAME PLAYING BEHAVIOR AND SELF-ESTEEM OF LOWER SECONDARY SCHOOL STUDENTS

สุภัทร ชูประดิษฐ์*

Supat Chupradit*

นงลักษณ์ เขียนงาม**

Nongluck Kienngam**

ธรรมรัตน์ แสงยันตนะธรรม***

Thammarat Sangyantanam***

* อาจารย์ และปริญญาเอก ภาควิชากิจกรรมบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

* Lecturer and Ph.D., Department of Occupational Therapy, Faculty of Associated Medical Sciences, Chiang Mai University

* Email: supat.c@cmu.ac.th

** ผู้ช่วยศาสตราจารย์ และปริญญาเอก โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเชียงใหม่

** Assistant Professor and Ph.D., Chiang Mai University Demonstration School

*** นักศึกษากิจกรรมบำบัด ภาควิชากิจกรรมบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

*** Occupational Therapy Student, Department of Occupational Therapy, Faculty of Associated Medical Sciences, Chiang Mai University

บทคัดย่อ

การวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเล่นเกมกับความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น กลุ่มตัวอย่างในการวิจัย ได้แก่ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จำนวน 242 คน โดยวิธีการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น เก็บรวบรวมข้อมูลด้วยแบบสอบถาม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของสเปียร์แมน ผลการวิจัยพบว่า พฤติกรรมการเล่นเกมมีความสัมพันธ์ทางลบกับความภาคภูมิใจในตนเองในระดับน้อย

คำสำคัญ: พฤติกรรมการเล่นเกม ความภาคภูมิใจในตนเอง นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

Abstract

The purpose of this research was to study relationships between game playing behavior and self-esteem of lower secondary school students. The sample used in the research is lower secondary school students in Chiang Mai University Demonstration School of 242 students by stratified random sampling. The data were collected by questionnaire. The statistics used in data analysis include frequency, percentage, mean, standard deviation and the Spearman's Rank Correlation Coefficient. The research found that game playing behavior have a relationships in the negative direction with self-esteem in low level.

Keywords: Game Playing Behavior, Self-Esteem, Lower Secondary School Students

บทนำ

การเล่นเกมนคอมพิวเตอร์เป็นกิจกรรมที่ได้รับความนิยมในกลุ่มเด็กและเยาวชน ซึ่งกำลังอยู่ในวัยที่กำลังแสวงหาอัตลักษณ์แห่งตน การได้รับโอกาสและการได้รับความท้าทายจากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์สามารถเกิดผลกระทบต่อกิจกรรมการดำเนินชีวิตของเด็กและเยาวชน และเชื่อมโยงถึงสุขภาพอนามัยทั้งทางด้านร่างกาย จิตใจสังคม และอาจส่งผลกระทบต่อการทำงานที่ในการทำกิจกรรมในชีวิตประจำวัน โดยเฉพาะการเรียนซึ่งเป็นบทบาทหน้าที่หลักในชีวิต จากการศึกษาเกี่ยวกับปัญหาการติดเกมของเด็กและเยาวชนในประเทศไทย โดย ศิริไชย หงส์สงวนศรี, โชษิตา ภาวะสุทธิพิไลฐ และ สุวรรณมา เรืองกาญจนเศรษฐ์ (2548) พบว่ามีปัญหาพฤติกรรมติดเกม ร้อยละ 13.9 ของกลุ่มตัวอย่างทั้งหมด หรือร้อยละ 16.1 ของกลุ่มตัวอย่างที่เคยเล่นเกม ในขณะที่ ชาญวิทย์ พรนภดล, ศิริสุดา ลดาวัลย์ ณ อยุธยา, ดวงพร สุรพงษ์พิพัฒนะ, ชดาพิมพ์ ศศลักษณ์านนท์ และ ปาฏิโมกษ์ พรหมช่วย (2552) ได้รายงาน ว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 ถึงมัธยมศึกษาปีที่ 3 พบกลุ่มติดเกมสูงถึงร้อยละ 13.3 ในขณะที่ผลการศึกษาของ สำนักงานวัฒนธรรมจังหวัด และสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น กรมสุขภาพจิต พบสถิติการติดเกมเด็กและเยาวชนในประเทศไทย มีอัตราการติดเกมร้อยละ 13.1 และคลังโคล์ร้อยละ 15.214 (Healthy Gamer, 2014) อย่างไรก็ตาม สาเหตุของการติดเกมเกิดจากหลายปัจจัย ได้แก่ ปัจจัยทางชีวภาพ ปัจจัยเกี่ยวกับเด็ก เช่น ความเครียดภาวะซึมเศร้า ความภาคภูมิใจในตนเอง เป็นต้น

Coopersmith (1967) ได้ให้ความหมายความภาคภูมิใจในตนเองหรือการเห็นคุณค่าในตนเอง ว่าเป็นการที่บุคคลประเมินและตัดสินคุณค่าของตนเอง ซึ่งเป็นไปในลักษณะของการประเมินรวมมากกว่าการประเมินทีละด้าน หรืออาจอธิบายได้ว่าเป็นคุณค่าที่บุคคลมีให้กับตนเองโดยพิจารณาจากประสบการณ์ที่ผ่านมามีเกี่ยวกับความสามารถ ความสำเร็จ ความล้มเหลว การยอมรับ การปฏิเสธตนเอง การพึ่งตนเอง ตลอดจนการตัดสินบุคคลอื่นที่ตนให้ความสำคัญด้วย ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นส่วนหนึ่งของแรงจูงใจภายใน พบว่าแรงจูงใจภายในมีอิทธิพลอย่างยิ่งต่อความสำเร็จและควรให้ความสำคัญในทุกช่วงวัย โดยเฉพาะในวัยรุ่นควรให้ความสำคัญอย่างมาก เพราะจะทำให้เกิดแรงจูงใจในการเรียนและเป็นแนวทางในการนำไปสู่การประกอบอาชีพและประสบความสำเร็จในชีวิต การรับรู้ความสามารถตนเองเป็นปัจจัยที่ทำให้ประสบความสำเร็จ วัยรุ่นที่มีการรับรู้ความสามารถของตนเองสูงจะเชื่อว่าตนเองสามารถทำงานที่ได้รับมอบหมายสำเร็จ จึงมีความท้าทายที่จะเรียนรู้สิ่งใหม่ ทำให้เมื่อวัยรุ่นได้ทำสิ่งหนึ่งสำเร็จก็จะส่งผลให้เกิดความภาคภูมิใจในตนเอง (อุสา สุทธิสาคร, 2559) เพราะฉะนั้น ช่วงวัยรุ่นจึงถือเป็นช่วงระยะเวลาเปลี่ยนผ่านระหว่างวัยเด็กต่อเนื่องกับวัยผู้ใหญ่ ถ้าเด็กวัยรุ่นผู้ใดได้ดำเนินชีวิตในช่วงเวลานี้ผ่านพ้นไปอย่างราบรื่น มีปัญหาซับซ้อนไม่มากนัก เด็กวัยรุ่นผู้นั้นย่อมเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ด้วยดีและสามารถจัดการกับชีวิตในวัยผู้ใหญ่ได้อย่างราบรื่น (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2545) ในด้านการอบรมเลี้ยงดู จึงเป็นสิ่งสำคัญอย่างมากต่อการที่เด็กในวัยนี้จะได้รับอิทธิพลต่อการเปลี่ยนแปลง การที่เด็กวัยรุ่นจะเกิดความภาคภูมิใจในตนเองที่ดีและมีประสิทธิภาพนั้นจะต้องมีการพัฒนาตนเองเพื่อให้เกิดความภาคภูมิใจขึ้น ประเวศ ต้นติพัฒนาสกุล (2551) ได้กล่าวถึงการพัฒนาตนเองให้เกิดความภาคภูมิใจในวัยรุ่น โดยวัยรุ่นต้องสร้างความตระหนักในตนเอง รู้ทันความคิดที่มีผลทำให้เรารู้สึกดีขึ้น หรือทำให้เรารู้สึกแย่ลง ค้นหาความสนใจ ความถนัด จุดมุ่งหมาย และจุดเด่นของตนเองแล้วบ่มเพาะให้เกิดเป็นผลสำเร็จที่ภาคภูมิใจ ฝึกมองโลกในแง่ดี มองตนเอง และคนอื่นในแง่ดีไว้ก่อน ยอมรับข้อดีข้อเสียของตัวเอง หมั่นดูแลร่างกายและจิตใจให้สดชื่น แข็งแรงอยู่เสมอ ฝึกเลือกรับสื่อที่ดี ไม่ว่าจะทีวี หนังสือพิมพ์ วิทยุโฆษณา เพลง เป็นต้น จากข้อมูลข้างต้นแสดงให้เห็นว่า เกมเป็นกิจกรรมที่คนส่วนใหญ่ให้ความสำคัญเป็นอันดับสองรองจากการเล่นสื่อสังคมออนไลน์ซึ่งในกลุ่มวัยรุ่นส่วนใหญ่มีการเล่นเกม

จากบทนำข้างต้น ผู้วิจัยจึงมีความสนใจศึกษางานวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ในเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเล่นเกมนกับความภาคภูมิใจในตนเอง เพื่อนำผลวิจัยที่ได้มาเป็นข้อมูลสนับสนุนการส่งเสริมความภาคภูมิใจในตนเองและเฝ้าระวังการสร้างเสริมภูมิคุ้มกันในพฤติกรรมการเล่นเกมให้เป็นไปอย่างเหมาะสม

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเล่นเกมกับความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

แนวคิดและวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

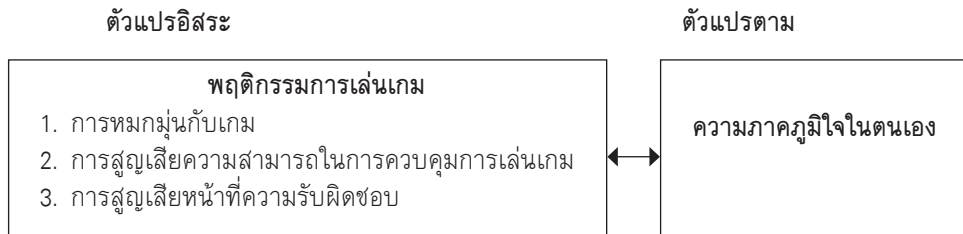
ความภาคภูมิใจในตนเอง อูมาพร ตรังคสมบัติ (2543) อธิบายว่า ความภาคภูมิใจในตนเองเป็นสิ่งที่เกิดขึ้นจากกระบวนการภายในจิตใจที่ละเอียดอ่อนอย่างต่อเนื่อง ความภาคภูมิใจในตนเองนั้นเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งของบุคคลและสำหรับเด็กที่กำลังเรียนหนังสือ การมีความภาคภูมิใจในตนเองสำคัญยิ่งต่อการประสบความสำเร็จในการเรียน จึงพอสรุปได้ว่า ความภาคภูมิใจในตนเอง (Self Esteem) คือ การที่บุคคลทำอะไรสำเร็จและให้คุณค่ากับตัวเอง รวมไปถึงการประเมินตนเองอย่างมีคุณค่า จึงนำมาสู่การมองเห็นถึงคุณค่าในตนเอง และจากที่ศึกษาได้มองถึงปัจจัยต่อการให้คุณค่าในตนเองและการรับรู้การต่อให้คุณค่าในตนเองว่าอยู่ในรูปแบบใดและมีกรให้คุณค่าในตนเองเพียงใด

วัยรุ่น ศรีเรือน แก้วกังวาน (2545) ได้อธิบายว่า วัยรุ่นอยู่ในช่วงตั้งแต่ 12-25 ปี อาจแบ่งช่วงวัยรุ่นเป็น 3 ระยะโดยใช้เกณฑ์ความเป็นเด็ก - ผู้ใหญ่ตัดสิน คือ ช่วงอายุประมาณ 12-15 เป็นช่วงวัยแรกรุ่นยังมีพฤติกรรมค่อนข้างไปทางเด็กอยู่มาก ช่วงอายุ 16-17 ปี เป็นระยะวัยรุ่นตอนกลาง มีพฤติกรรมก้าวกระหว่างความเป็นเด็กจนถึงเป็นผู้ใหญ่ ช่วงอายุ 18 - 25 ปี เป็นระยะวัยรุ่นตอนปลาย กระบวนพฤติกรรมค่อนข้างไปทางเป็นผู้ใหญ่ พัฒนาการวัยรุ่นมีลักษณะเด่นในด้านต่าง ๆ ทุกด้าน เช่น ทางกาย อารมณ์ สังคม สติปัญญา วัยรุ่นนั้น เป็นช่วงระยะเวลาเปลี่ยนผ่านระหว่างวัยเด็กต่อเนืองกับวัยผู้ใหญ่ นับเป็นเวลาหัวเลี้ยวหัวต่อของชีวิต ถ้าเด็กวัยรุ่นผู้ใดได้ดำเนินชีวิตในช่วงเวลานี้ผ่านพ้นไปอย่างราบรื่น มีปัญหาซับซ้อนไม่มากนัก เด็กวัยรุ่นผู้นั้นย่อมเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ด้วยดีและมักจัดการกับชีวิตในวัยผู้ใหญ่ได้อย่างราบรื่น จึงพอสรุปจากการอธิบายของศรีเรือน แก้วกังวาน (2545) ได้ว่า ความหมายของวัยรุ่นได้แบ่งอีกเป็นสามช่วงซึ่งในกลุ่มประชากรที่จะศึกษาคือนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นนั้นอยู่ในช่วงของวัยแรกรุ่นคือ ช่วงอายุ 12-15 ปี ซึ่งในวัยนี้มีการเปลี่ยนแปลงหลายด้าน ความต้องการความสนใจและความภาคภูมิใจในตนเองของวัยรุ่นที่จะส่งผลต่อการมีพฤติกรรม และสัมพันธ์ต่อพฤติกรรมการเล่นเกมและเชื่อมโยงไปถึงกลุ่มวัยรุ่นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นซึ่งเป็นกลุ่มประชากรที่ใช้ในการศึกษา

พฤติกรรมการเล่นเกม การเล่นเกมเป็นสื่อบันเทิงหรือสื่อบันเทิงอิเล็กทรอนิกส์ที่มีผลต่อการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง กล่าวคือ ถ้าหากบริหารจัดการเล่นเกมไม่ดีหรือใช้เวลาหมกมุ่นเกี่ยวกับเกมเป็นเวลานานก็จะส่งผลให้การพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเองเป็นไปได้ยากและส่งผลต่อการดำเนินชีวิต แต่ถ้าหากมีการจัดการการเล่นให้อยู่ในขอบเขตและมีระเบียบวินัยต่อการเล่นนั้น ก็จะส่งผลให้มีจิตใจสดชื่น แข็งแรง ถือเป็นการพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง (ประเวศ ดันติพิวัฒนสกุล, 2551) ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับลักษณะ และประเภทของเกมแบบต่าง ๆ รวมไปถึงสาเหตุที่อาจนำไปสู่การติดเกมได้และยังครอบคลุมไปถึงพฤติกรรมการเล่นเกมในหลายรูปแบบเพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับเกมได้มากยิ่งขึ้น โดยการศึกษาวิจัยเพื่อพัฒนาแบบทดสอบการติดเกมของ ชาญวิทย์ พรนภดล, บัณฑิต ศรไพศาล, กุสุมาวดี คำเกลี้ยง และเสาวนีย์ พัฒนอมร (2557) ได้แบ่งลักษณะของการติดเกมเป็น 3 ลักษณะคือ 1) การหมกมุ่นกับเกม (Preoccupation with Game) 2) การสูญเสียความสามารถในการควบคุมการเล่นเกม (Loss of Control) และ 3) การสูญเสียหน้าที่ความรับผิดชอบ (Function Impairment) ซึ่งเป็นการจำแนกตามลักษณะของพฤติกรรมการเล่นเกมที่ส่งผลต่อการดำเนินชีวิตประจำวันของนักเรียน

กรอบแนวคิดการวิจัย

ในการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเล่นเกมกับความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ผู้วิจัยได้นำแนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องมากำหนดเป็นกรอบแนวคิดการวิจัย ดัง



ภาพที่ 1 กรอบแนวคิดการวิจัย

สมมติฐานการวิจัย

พฤติกรรมการเล่นเกมมีความสัมพันธ์กับความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

วิธีการดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเล่นเกมกับความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โดยมีวิธีการดำเนินการวิจัย ดังนี้

1. ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ปีการศึกษา 2560 จำนวน 626 คน สำหรับการกำหนดขนาดตัวอย่าง (Sampling Size) ผู้วิจัยได้มาโดยตารางกำหนดขนาดตัวอย่างของ R.V. Krejcie และ D.W. Morgan โดยมีระดับความเชื่อมั่นที่ 95% และสัดส่วนความคลาดเคลื่อนที่ยอมรับให้เกิดขึ้นได้เท่ากับ 5% โดยวิธีการการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้น (Stratified Random Sampling) โดยวิธีการสุ่มเป็นระดับชั้นอย่างเป็นสัดส่วน ได้กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ จำนวน 242 คน

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือในการวิจัยนี้ เป็นแบบสอบถาม ประกอบด้วย 3 ส่วน ดังนี้ ส่วนที่ 1 แบบสอบถาม แบ่งเป็น 2 ตอนดังนี้ ตอนที่ 1 เป็นข้อมูลทั่วไปของกลุ่มตัวอย่าง ประกอบด้วย อายุ เพศ ระดับชั้น ถิ่นที่อยู่อาศัยปัจจุบัน สถานภาพสมรสของบิดามารดา ความสัมพันธ์ภายในครอบครัว และสถานภาพด้านเศรษฐกิจของครอบครัว และตอนที่ 2 เป็นแบบสอบถามเกี่ยวกับการเล่นเกม

ส่วนที่ 2 แบบทดสอบการติดเกม GAST ซึ่งมีข้อคำถามที่ใช้ในการวัดระดับการติดเกม จากพฤติกรรมที่สังเกตได้ และตอบในแบบสอบถาม แบบทดสอบการติดเกม (Game Addiction Screening Test: GAST) พัฒนาขึ้นโดยสถาบันสุขภาพจิตเด็ก และวัยรุ่นราชนครินทร์ร่วมกับสาขาวิชาจิตเวชเด็กและวัยรุ่น คณะแพทยศาสตร์ ศิริราชพยาบาลเพื่อใช้เป็นแบบคัดกรองค้นหาเด็กและวัยรุ่นที่มีปัญหาติดเกม โดยมีการให้ค่าความเชื่อมั่นของข้อคำถามในแบบทดสอบ 0.92 มีความสอดคล้องอยู่ในเกณฑ์ดีเยี่ยม หมายความว่าทุกข้อคำถามสามารถนำมาวัดภาวะติดเกมได้ (ชาญวิทย์ พรนภดล และคณะ, 2557) แบบทดสอบ มีทั้งสิ้น 16 ข้อคำถาม มีข้อคำถามที่เรียงลำดับเหมือนกันและถามในสิ่งเดียวกันแต่แตกต่างกันเล็กน้อยที่ใช้คำ เพื่อให้เข้าใจง่าย ข้อคำถามทั้ง 16 ข้อใช้วัดปัญหาที่เกี่ยวข้องกับการเล่นเกม 3 ด้าน ได้แก่ 1. การหมกมุ่นกับเกม (Preoccupation with Game) ข้อคำถามที่ 1, 8, 9, 11, 13, 16 2. การสูญเสียความสามารถในการควบคุมการเล่นเกม (Loss of Control) ข้อคำถามที่ 2, 4, 5, 6, 12 และ

3. การสูญเสียหน้าที่ความรับผิดชอบ (Function Impairment) ข้อคำถามที่ 3, 7, 10, 14 สำหรับการแปลผลจะแยกตามเพศ คือ การแปลผลเพศชาย ดังนี้ คะแนนต่ำกว่า 24 แปลว่า ปกติ ยังไม่มีปัญหาในการเล่นเกม, คะแนนระหว่าง 24-32 แปลว่า คลั่งใคล้ เริ่มมีปัญหาในการเล่นเกม และคะแนนมากกว่าหรือเท่ากับ 33 แปลว่า น่าจะติดเกม มีปัญหาในการเล่นเกมมาก และสำหรับการแปลผลเพศหญิง ดังนี้ คะแนนต่ำกว่า 16 แปลว่า ปกติ ยังไม่มีปัญหาในการเล่นเกม, คะแนนระหว่าง 16-22 แปลว่า คลั่งใคล้ เริ่มมีปัญหาในการเล่นเกม และคะแนนมากกว่าหรือเท่ากับ 23 แปลว่า น่าจะติดเกม และมีปัญหาในการเล่นเกมมาก

ส่วนที่ 3 แบบทดสอบ Rubin's Self Esteem Scale เป็นแบบทดสอบที่ใช้วัดความภาคภูมิใจในตนเองแบบทดสอบนี้เป็นแบบวัดที่ให้รายงานตัวเอง ประกอบด้วยข้อความ 62 ข้อ ข้อคำถามมีการให้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ 0.90 (กรมสุขภาพจิต, 2547) แบ่งเป็น 3 ตอน ดังนี้ ตอนที่ 1 เป็นข้อความเกี่ยวกับอัตมโนทัศน์ (Self Concept) จำนวน 30 ข้อ เป็นแบบเลือกตอบรับหรือปฏิเสธ โดยทำเครื่องหมาย X ทับคำว่า ใช่ หรือ ไม่ใช่ โดยในแต่ละข้อมีการตรวจให้คะแนนแตกต่างกันตามลักษณะของข้อความ ตอนที่ 2 เป็นแบบวัดความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง (Self - Esteem Scale) จำนวน 10 ข้อ เป็นแบบ rating scale 4 ระดับ โดยทำเครื่องหมาย / ลงในช่องที่แสดงว่า เห็นด้วยอย่างยิ่ง / เห็นด้วย / ไม่เห็นด้วย / ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง ในแต่ละข้อมีการตรวจให้คะแนนแตกต่างกันตามลักษณะของข้อความ และ ตอนที่ 3 เป็นการประเมินอัตมโนทัศน์ (Self Concept Rating) จำนวน 22 ข้อ เป็นแบบ Rating Scale 5 ระดับ ให้ตอบโดยการทำเครื่องหมาย / ให้ตรงกับข้อความที่แสดงว่า ไม่เคยเลย / ไม่บ่อยนัก / บางครั้ง / บ่อยครั้ง / ตลอดมา และแต่ละข้อมีการตรวจให้คะแนน สำหรับการคิดคะแนนรวม คะแนนรวมคิดโดยการรวมคะแนนทั้ง 62 ข้อของผู้ตอบแบบทดสอบเข้าด้วยกัน เป็นคะแนนความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองของผู้ตอบแบบทดสอบ แต่ละคนซึ่งมีช่วงคะแนน (Range of Scores) ตั้งแต่ 62-190 ในการแบ่งคะแนนระดับความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเอง มีเกณฑ์การแปลผล ดังต่อไปนี้ ถ้าได้คะแนนตั้งแต่ 159-190 ถือว่าเป็นผู้ที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองในระดับสูง ถ้าได้คะแนนตั้งแต่ 95-158 ถือว่าเป็นผู้ที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองในระดับปานกลาง และถ้าได้คะแนนตั้งแต่ 62-94 ถือว่าเป็นผู้ที่มีความรู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองในระดับต่ำ

3. การเก็บรวบรวมข้อมูล

ภายหลังผู้วิจัยได้รับการรับรองจริยธรรมการวิจัยในมนุษย์ จากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ เลขที่โครงการวิจัย AMSEC-60EX-068 ผู้วิจัยดำเนินการจัดหาอาสาสมัคร โดยการทำหนังสือราชการติดต่อขออนุญาตผู้อำนวยการโรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ติดต่อกลุ่มงานแนะแนวของโรงเรียนเพื่อหาวันเวลาในการนัดหมายชี้แจงรายละเอียดโครงการวิจัย ขอความยินยอมพร้อมใจโดยส่งเอกสารให้ผู้ปกครองนักเรียนได้รับทราบเกี่ยวกับรายละเอียดของโครงการวิจัย ชี้แจงขออนุญาตผู้ปกครองของอาสาสมัครโดยยินยอมให้เข้าร่วมโครงการ ทำการลงชื่อยินยอมเป็นอาสาสมัครเข้าร่วมโครงการวิจัย โดยนัดหมายเก็บรวบรวมข้อมูลในช่วงเวลาว่างที่ไม่กระทบต่อการเรียนการสอนหรือกิจกรรมของโรงเรียน ช่วงเวลาหลังเลิกเรียนตั้งแต่เวลา 15.30-16.30 น. โดยอาสาสมัครสะดวกที่จะให้ทำการเก็บข้อมูลโดยนัดหมาย ณ ห้องแนะแนวของโรงเรียน จากนั้นดำเนินการเก็บข้อมูล โดยใช้เครื่องมือแบบสอบถามและแบบทดสอบในส่วน แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป แบบทดสอบการติดเกม GAST และ แบบทดสอบ Rubin's Self Esteem Scale ผู้วิจัยทำการตรวจสอบความถูกต้องและความครบถ้วนของการตอบแบบสอบถามและแบบทดสอบ และเตรียมลงรหัสข้อมูลเพื่อดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยวิธีการทางสถิติ

4. การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยนำข้อมูลจากการเก็บรวบรวมข้อมูล มาทำการวิเคราะห์ข้อมูลด้วยสถิติบรรยาย (Descriptive Statistics) ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน เพื่อใช้บรรยายเกี่ยวกับข้อมูลส่วนบุคคลของกลุ่มตัวอย่าง และการวิเคราะห์การทดสอบสมมติฐาน ด้วยสถิติอนุมาน (Inferential Statistics) เนื่องจากข้อมูลมีการกระจายเป็นโค้งไม่ปกติ ผู้วิจัยจึงเลือกใช้สถิติที่เหมาะสม คือ สัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ของสเปียร์แมน (Spearman's Rank Correlation Coefficient) โดยมีการแปลความหมายการทดสอบค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ โดยมีเกณฑ์ ดังนี้ (พวงรัตน์ ทวีรัตน์, 2540)

| | |
|---|--------------------------|
| ถ้าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ .80 - 1.00 | ถือว่าอยู่ในระดับสูงมาก |
| ถ้าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ .60 - .79 | ถือว่าอยู่ในระดับสูง |
| ถ้าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ .40 - .59 | ถือว่าอยู่ในระดับปานกลาง |
| ถ้าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ .20 - .39 | ถือว่าอยู่ในระดับน้อย |
| ถ้าค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ .00 - .19 | ถือว่าอยู่ในระดับน้อยมาก |

ผลการวิจัย

ผู้วิจัยนำเสนอผลการวิจัยเป็น 2 ส่วน ได้แก่ ส่วนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล พฤติกรรมการเล่นเกม และความภาคภูมิใจในตนเอง และ ส่วนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเล่นเกมกับความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น เพื่อตอบวัตถุประสงค์การวิจัย การทดสอบสมมติฐาน

ส่วนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล พฤติกรรมการเล่นเกม และความภาคภูมิใจในตนเอง

ผลการวิเคราะห์ข้อมูลส่วนบุคคล ข้อมูลทั่วไปและลักษณะของกลุ่มตัวอย่าง มีอายุตั้งแต่ 12-15 ปี ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงจำนวน 161 คน คิดเป็นร้อยละ 66.5 อยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น มีผลการเรียนส่วนใหญ่อยู่ที่ระดับ 3.51-4.00 จำนวน 159 คน คิดเป็นร้อยละ 65.7 พักอาศัยอยู่กับบิดามารดาจำนวน 214 คน คิด เป็นร้อยละ 88.4 ที่บิดามารดาอยู่ด้วยกันจำนวน 211 คน คิดเป็นร้อยละ 87.2 มีความรักใคร่ไม่ขัดแย้งจำนวน 126 คนคิดเป็นร้อยละ 52.1 และสภาพเศรษฐกิจอยู่ในฐานะปานกลางจำนวน 196 คน คิดเป็นร้อยละ 81 สำหรับข้อมูลการเล่นเกมของกลุ่มตัวอย่าง ส่วนใหญ่เริ่มเล่นเนื่องจากอยากเล่นเองจำนวน 166 คน คิดเป็นร้อยละ 68.6 แนวเกมที่เล่นเป็นแนวแอคชั่น/ต่อสู้ จำนวน 159 คน คิดเป็นร้อยละ 65.7 อุปกรณ์ที่เข้าถึงเกมส่วนใหญ่เป็นสมาร์ทโฟน จำนวน 224 คน คิดเป็นร้อยละ 92.6 สถานที่เล่นเป็นที่บ้านจำนวน 228 คน คิดเป็นร้อยละ 94.2 และเล่นทุกวันจำนวน 107 คน คิดเป็นร้อยละ 44.2 อย่างน้อย 1-2 ชั่วโมงต่อครั้งทั้งวันจันทร์-ศุกร์ จำนวน 92 คน คิดเป็นร้อยละ 38 และ เสาร์-อาทิตย์ จำนวน 78 คน คิดเป็นร้อยละ 32.2

ผลการวิเคราะห์พฤติกรรมการเล่นเกม ด้วยแบบทดสอบการติดเกม GAST โดยผลของพฤติกรรมการเล่นเกมนั้นส่วนใหญ่อยู่ในระดับปกติจำนวน 193 คน คิดเป็นร้อยละ 79.8 ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงจำนวน 161 คนมีค่าเฉลี่ยที่ 11.03 ผลของพฤติกรรมการเล่นเกมส่วนใหญ่อยู่ที่ระดับปกติจำนวน 127 คน คิดเป็นร้อยละ 78.9 และเพศชายจำนวน 81 คนมีค่าเฉลี่ยที่ 16.53 ผลของพฤติกรรมการเล่นเกมส่วนใหญ่ที่ระดับปกติจำนวน 66 คน คิดเป็นร้อยละ 81.5

ผลการวิเคราะห์ความภาคภูมิใจในตนเอง ด้วยแบบทดสอบความภาคภูมิใจในตนเอง Rubin's Self Esteem Scale โดยผลของความภาคภูมิใจในตนเองส่วนใหญ่ภาคภูมิใจปานกลางจำนวน 177 คน คิดเป็นร้อยละ 73.1 ส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงจำนวน 161 คน มีค่าเฉลี่ยที่ 147.77 มีความภาคภูมิใจในตนเองส่วนใหญ่ที่ระดับปานกลาง จำนวน 118 คน คิดเป็นร้อยละ 73.3 และเพศชายจำนวน 81 คน มีค่าเฉลี่ยที่ 145.65 มีความภาคภูมิใจในตนเองส่วนใหญ่ที่ระดับปานกลางจำนวน 59 คน คิดเป็นร้อยละ 72.8

ส่วนที่ 2 ผลการวิเคราะห์ผลการวิเคราะห์ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเล่นเกมกับความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น การทดสอบสมมติฐาน

ผลการวิเคราะห์การทดสอบสมมติฐาน จากข้อมูลของกลุ่มตัวอย่างได้ศึกษาเรื่องความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเล่นเกมกับความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ได้มีการทดสอบการกระจายของข้อมูลโดยใช้ One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test พบว่าข้อมูลมีการกระจายเป็นโค้งไม่ปกติ ผู้วิจัยจึงเลือกใช้สถิติที่เหมาะสมคือ สหสัมพันธ์ของสเปียร์แมน (Spearman's Rank Correlation Coefficient) มาใช้ในการหาความสัมพันธ์ระหว่าง พฤติกรรมการเล่นเกมกับความภาคภูมิใจในตนเอง ดังตารางต่อไปนี้

ตารางที่ 1 แสดงความสัมพันธ์พฤติกรรมการเล่นเกมกับความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น

| ตัวแปร | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---------|---------|---------|---------|-------|
| 1. ด้านหมกมุ่นกับเกม | 1.000 | | | | |
| 2. ด้านสูญเสียความสามารถในการควบคุมการเล่นเกม | .580** | 1.000 | | | |
| 3. ด้านสูญเสียหน้าที่ความรับผิดชอบ | .514** | .548** | 1.000 | | |
| 4. พฤติกรรมการเล่นเกมโดยรวม | .878** | .840** | .753** | 1.000 | |
| 5. ความภาคภูมิใจในตนเอง | -.166** | -.215** | -.308** | -.263** | 1.000 |

**p < 0.01

จากตารางที่ 1 แสดงค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ ดังนี้

1. ด้านการหมกมุ่นกับเกมมีความสัมพันธ์ทางลบในระดับน้อยมากกับความภาคภูมิใจในตนเองซึ่งมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ เท่ากับ -0.166 โดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

2. ด้านสูญเสียความสามารถในการควบคุมการเล่นเกมมีความสัมพันธ์ทางลบในระดับน้อยกับความภาคภูมิใจในตนเองซึ่งมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ เท่ากับ -0.215 โดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

3. ด้านการสูญเสียหน้าที่ความรับผิดชอบมีความสัมพันธ์ทางลบในระดับน้อยกับความภาคภูมิใจในตนเองซึ่งมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ เท่ากับ -0.308 โดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

4. พฤติกรรมการเล่นเกมโดยรวม มีความสัมพันธ์ทางลบในระดับน้อยกับความภาคภูมิใจในตนเองซึ่งมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ เท่ากับ -0.263 โดยมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01

ผลการวิจัยจึงสรุปได้ว่า พฤติกรรมการเล่นเกมมีความสัมพันธ์ทางลบกับความภาคภูมิใจในตนเองในระดับน้อย

อภิปรายผลการวิจัย

จากผลการวิจัยการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเล่นเกมกับความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น ด้วยแบบทดสอบการติดเกม GAST ของชาญวิทย์ พรนภดล และคณะ (2557) และแบบทดสอบความภาคภูมิใจในตนเอง Rubin's Self Esteem Scale ของกรมสุขภาพจิต (2547) กลุ่มตัวอย่าง ในกรณีศึกษาเป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น 242 คน ได้กลุ่มตัวอย่างจากการสุ่มตัวอย่างแบบแบ่งชั้นได้เพศชาย 81 คน เพศหญิง 161 คน โดยมีอายุอยู่ระหว่าง 12-15 ปี ส่วนใหญ่มีผลการเรียนที่ระดับ 3.51-4.00 พักอาศัยอยู่กับบิดามารดา บิดามารดาอยู่ด้วยกัน ครอบครัวมีความรักใคร่ไม่ขัดแย้ง และสภาพเศรษฐกิจอยู่ในฐานะปานกลาง ในส่วนของข้อมูลการเล่นเกม ส่วนใหญ่จุดเริ่มต้นมาจากอยากเล่นเอง แนวเกมที่เล่นเป็นแนวแอคชั่น/ต่อสู้ อุปกรณ์ที่กลุ่มตัวอย่างใช้เข้าถึงเกมเป็นสมาร์ตโฟน สถานที่เล่นเป็นที่บ้าน และมีการเล่นเป็นประจำทุกวัน อย่างน้อย 1-2 ชั่วโมงต่อครั้งในวันจันทร์-ศุกร์ และวันเสาร์-อาทิตย์ ซึ่งพฤติกรรมการเล่นเกมและความภาคภูมิใจในตนเองสามารถอภิปรายผลการศึกษาดังนี้

1) กลุ่มตัวอย่างมีผลของพฤติกรรมการเล่นเกมนั้นส่วนใหญ่อยู่ในระดับปกติ อาจเนื่องมาจากกลุ่มตัวอย่างได้เล่นเกมผ่านสมาร์ตโฟน หรือรองลงมาเป็นคอมพิวเตอร์ และส่วนใหญ่เล่นที่บ้าน และได้อาศัยอยู่กับบิดามารดาซึ่งน่าจะคอยควบคุมดูแลพฤติกรรมการเล่นเกม ซึ่งส่วนใหญ่มีการเล่นทุกวัน แต่เล่นวันละ 1-2 ชั่วโมงเท่านั้น จากสำนักงานสถิติแห่งชาติกระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (2559) มีสถิติพบว่าในสังคมปัจจุบันส่วนใหญ่ใช้อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์เพื่อกิจกรรม Social Network มากที่สุดรองลงมาคือการดูวิดีโอฟังเพลงและเล่นเกม จึงสามารถอ้างอิงถึงผลของพฤติกรรมการเล่นเกมของกลุ่มตัวอย่างได้ โดยเด็กนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น นั้นอาจมีการใช้งาน Social Network เป็นส่วนใหญ่ เช่น Facebook หรือ Line มากกว่าการเล่นเกม จึงได้ผลผลของพฤติกรรมการเล่นเกมนั้นส่วนใหญ่อยู่ในระดับปกติ

จากแบบทดสอบการติดเกม GAST ได้แบ่งการแปลผลออกเป็นเพศชายและเพศหญิงซึ่งแต่ละเพศ สามารถอภิปรายผล ดังนี้ กลุ่มตัวอย่างเพศหญิง 161 คน มีค่าเฉลี่ยที่ 11.03 โดยส่วนใหญ่มีผลของพฤติกรรมการเล่นเกมอยู่ที่ระดับปกติจำนวน และเพศชาย 81 คนมีค่าเฉลี่ยที่ 16.53 โดยส่วนใหญ่มีผลของพฤติกรรมการเล่นเกมอยู่ที่ระดับปกติเช่นกัน เนื่องจากมีอัตราส่วนของเพศหญิงมากกว่าเพศชาย ซึ่งจากสำนักงานสถิติแห่งชาติกระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร (2559) ในรายงานสรุปผลที่สำคัญ สสำรวจการมีการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร พ.ศ. 2559 พบว่าในปัจจุบันมีการใช้อุปกรณ์อิเล็กทรอนิกส์ที่เข้าถึงอินเทอร์เน็ตและสื่อออนไลน์ต่าง ๆ มากที่สุดคือ สมาร์ตโฟน คิดเป็นร้อยละ 90.4 และส่วนใหญ่เป็นเพศหญิงคิดเป็นร้อยละ 50.7 จากผลการศึกษาของทั้งสองเพศนั้นอยู่ในระดับปกติทั้งคู่ เนื่องมาจากเด็กช่วงอายุนี้นี้ มีพฤติกรรมการใช้งานอินเทอร์เน็ตหรือสื่อออนไลน์ ไม่สูงมาก คิดเป็นร้อยละ 61.4 และพฤติกรรมอยู่ในการดูแลของผู้ปกครองจึงทำให้ได้ผลที่ระดับปกติ

2) กลุ่มตัวอย่างผลของความภาคภูมิใจในตนเอง ส่วนใหญ่ภาคภูมิใจปานกลาง อาจเนื่องมาจากลักษณะความเป็นอยู่ที่เด็กส่วนใหญ่อาศัยอยู่กับบิดามารดา และมีความรักใคร่ในครอบครัวกันดี และมีผลการเรียนที่สูง ซึ่งแต่ละปัจจัยส่งผลต่อการสนับสนุนความภาคภูมิใจในตนเองเป็นอย่างมากโดยเฉพาะครอบครัว (อูมาพร ตรังคสมบัติ, 2543) จากการศึกษาได้พบกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่เป็นเพศหญิง 161 คนมีค่าเฉลี่ยที่ 147.77 มีความภาคภูมิใจในตนเองส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง และเพศชาย 81 คน มีค่าเฉลี่ยที่ 145.65 มีความภาคภูมิใจในตนเองส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลางเช่นกัน

ทั้งนี้ จากผลการวิเคราะห์การทดสอบสมมติฐาน พบว่าพฤติกรรมการเล่นเกมที่มีความสัมพันธ์ทางลบในระดับน้อยกับความภาคภูมิใจในตนเองโดยมีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ที่ -0.263 และมีนัยสำคัญที่ 0.01 ซึ่งสอดคล้องกับสมมติฐานที่ตั้งไว้ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นมีพฤติกรรมการเล่นเกมที่มีความสัมพันธ์กับความภาคภูมิใจ ซึ่งในความสัมพันธ์นี้ บ่งบอกได้ว่า เด็กที่มีพฤติกรรมการเล่นเกมที่มีความภาคภูมิใจในตนเองลดลงน้อย อาจเนื่องมาจากเด็กวัยรุ่นในกลุ่มตัวอย่างที่ศึกษานี้มีการอยู่อาศัยกับครอบครัวที่อยู่กับพ่อแม่เป็นส่วนใหญ่รักใคร่กันดี และมีผลการเรียนในระดับสูง รวมไปถึงการเล่นของเด็กนั้นอยู่เกิดจากการที่เด็กอยากเล่นเองอยากรู้อยากเห็นและไม่ได้เล่นเกมเป็นเวลานาน สถานที่เล่นอยู่ในการควบคุมของผู้ปกครอง และครู ทำให้มีการควบคุมพฤติกรรมของเด็กกลุ่มนี้ได้เป็นอย่างดี อุมาพร ตรังคสมบัติ (2543) กล่าวว่าปัจจัยที่ส่งผลต่อความภาคภูมิใจในตนเองมาจากความเชื่อมั่นในตัวเด็กเอง ความสำเร็จที่เด็กได้รับ และครอบครัว เพื่อนฝูง ครู ที่คอยให้ข้อมูลย้อนกลับที่จะทำให้เด็กสามารถมองเห็นภาพรวมของตนเองได้ และจากแบบทดสอบการติดเกม GAST มีการแบ่งพฤติกรรมการเล่นเกมออกเป็น 3 ด้านที่สัมพันธ์ต่อความภาคภูมิใจในตนเอง ดังนี้ 1) ด้านหมกมุ่นอยู่กับเกมมีความสัมพันธ์ทางลบในระดับน้อยมากกับความภาคภูมิใจในตนเอง ซึ่งผลของพฤติกรรมการเล่นเกมด้านนี้อาจทำให้สูญเสียโอกาสในการทำกิจกรรมอื่นที่ส่งผลต่อหน้าที่ที่ตนเองรับผิดชอบทำให้ส่งผลต่อความภาคภูมิใจในตนเองลดลงได้ 2) ด้านการสูญเสียความสามารถในการควบคุมการเล่นเกมมีความสัมพันธ์ทางลบในระดับน้อยกับความภาคภูมิใจในตนเอง ซึ่งผลต่อการเล่นเกมอย่างต่อเนื่องทำให้สูญเสียเวลาและการทำกิจกรรมอื่นลดลงไม่ค่อยมีส่วนร่วมปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่น ซึ่งมีผลต่อความภาคภูมิใจในตนเองด้วยเช่นกัน และ 3) การสูญเสียหน้าที่ความรับผิดชอบมีความสัมพันธ์ทางลบในระดับน้อยกับความภาคภูมิใจในตนเองซึ่งส่งผลเป็นอย่างมากต่อการทำหน้าที่ที่ตนเองรับผิดชอบให้สำเร็จตามเป้าหมายและอาจโดนผลกระทบจากสิ่งแวดล้อมผู้ครอบงำทำให้มีความภาคภูมิใจในตนเองลดลง

จากพฤติกรรมการเล่นเกมในกลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่มีพฤติกรรมอยู่ในระดับปกติ ยังไม่เข้าข่ายการติดเกม แต่จะมีผู้ที่เข้าข่ายว่าน่าจะติด 14 คนคิดเป็นร้อยละ 5.8 สอดคล้องกับงานวิจัยของ มัทนียา จำปาพันธุ์, คมสันต์ เกียรติรุ่งฤทธิ์ และ อำไพวรรณ จวนสัมฤทธิ์ (2559) ศึกษาเกี่ยวกับความสัมพันธ์และปัจจัยที่เกี่ยวข้องกับระดับความภาคภูมิใจในตนเองและการติดเกมในผู้ปวยวัยรุ่นที่ป่วยด้วยโรคธาลัสซีเมีย ผลการวิจัยพบว่า นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในการศึกษาอายุเฉลี่ยเท่ากับ 16.15 ปี นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นส่วนใหญ่เล่นเกมทุกวัน โดยพบผู้มีความสุขของการติดเกมเท่ากับร้อยละ 6.8 มีอัตราส่วนเพศหญิงต่อชายเท่ากับ 2:1 จึงทำให้ผลของการศึกษาพฤติกรรมการเล่นเกมนี้ขึ้นในผู้ที่เล่นเกมทุกวันมีอัตราการติดเกมที่น้อยหรืออยู่ในระดับปกติ และมีอัตราผู้ที่เล่นเกมเพศหญิงมากกว่าเพศชาย

ส่วนความภาคภูมิใจในตนเองของกลุ่มตัวอย่างนั้นส่วนใหญ่อยู่ในระดับปานกลาง 177 คนที่คิดเป็นร้อยละ 73.1 ซึ่งวัยมัธยมศึกษาตอนต้นนั้นเป็นช่วงวัยรุ่น วัยของการค้นหาตนเองและเป็นวัยที่เหมาะสมแก่การส่งเสริมพัฒนาความภาคภูมิใจในตนเอง และในวัยเรียนนี้ผลการเรียนนั้นมีความสำคัญและส่งผลต่อความภาคภูมิใจในตนเองเป็นอย่างมาก ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัยของ กิตติกันต์ พินวิวัฒน์ (2547) ศึกษาเกี่ยวกับการให้คุณค่าในตนเองในเด็กตาบอด อำเภอเมือง จังหวัดเชียงใหม่ และเปรียบเทียบความสัมพันธ์ระหว่างผลการเรียนกับการให้คุณค่าในตนเอง ผลการศึกษาพบว่ากลุ่มตัวอย่างมีการให้คุณค่าในตนเองอยู่ในระดับสูง และจากการศึกษาความสัมพันธ์ของผลการเรียนกับการให้คุณค่าตนเองสัมพันธ์ในระดับปานกลางของนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และ 6 ซึ่งเป็นวัยที่คาบเกี่ยวมัธยมและใกล้เคียงกลุ่มตัวอย่างของงานวิจัยที่กำลังศึกษาทำให้เรื่องของผลการเรียน ถือเป็นปัจจัยหนึ่งที่มีผลต่อความภาคภูมิใจในตนเองอย่างเห็นได้ชัด นอกจากนี้ผลการวิจัย ยังสอดคล้องกับการศึกษาของ กิตติรัตน์ ละม่อมสลาย (2549) ที่ศึกษาความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเชียงใหม่ จำนวน 202 คน พบว่า นักเรียนส่วนใหญ่มีความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองอยู่ในระดับปานกลาง และพบว่าความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของนักเรียนมีแนวโน้มสูงขึ้นตามอายุ ระดับการศึกษา และผลการเรียนที่เพิ่มขึ้น

จากผลการศึกษา ผลการวิเคราะห์การทดสอบสมมติฐาน ความสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรมการเล่นเกมกับความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นนั้น มีความสัมพันธ์กันที่น้อยสำคัญ 0.01 โดยพฤติกรรมการเล่นเกมส่งผลให้ความภาคภูมิใจในตนเองลดลงในระดับน้อย ทั้งนี้ อาจเป็นผลจากปัจจัยอื่นที่เกี่ยวข้อง ส่วนใหญ่เกิดจากความที่เด็กอยากเล่นเองหรือเพื่อนแนะนำ และซึ่งปัจจุบันนี้สามารถเข้าถึงเกมได้ง่ายจากสมาร์ทโฟน หรือที่บ้านมีคอมพิวเตอร์เป็นส่วนใหญ่ ทำให้สามารถส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมการเล่นเกมได้โดยง่าย นอกจากนี้ปัจจัยในตัวเด็กแล้ว อาจเกิดจากครอบครัว ครอบครัวส่วนน้อยที่เด็กต้องพึ่งตนเอง และมีความขัดแย้งในครอบครัวเกิดขึ้น อาจทำให้เด็กหันไปพึ่งการเล่นเกม เพื่อให้ตนเองรู้สึกได้มีทางออกในการมีกิจกรรมทางเลือก และได้รับการยอมรับและรู้สึกว่าสามารถที่จะหากิจกรรมที่ตนเองสามารถค้นหาตัวตนของตัวเอง และเป็นช่องทางในการเข้าสังคมกับผู้อื่น สอดคล้องกับ Maslow. (1970) ที่ได้อธิบายว่า พฤติกรรมของมนุษย์ในสังคมโดยปกติมักจะมีที่มาจากความต้องการ เป็นความรู้สึกและทัศนคติของความมั่นใจในตนเองและความรู้สึกว่าตนเองมีประโยชน์และมีความจำเป็นในโลกที่เขายู่ โดยเป็นไปตามลำดับขั้นความต้องการ ในลำดับที่ 4 คือ ความต้องการได้รับการยกย่องนับถือ (Self-Esteem Need) เมื่อบุคคลได้รับการตอบสนองอย่างพึงพอใจเรื่องความรักมาแล้ว ก็จะทำให้เกิดความต้องการได้รับการยกย่องนับถือ ซึ่งมี 2 ด้าน คือ ความต้องการนับถือตนเอง มีความเชื่อมั่นในตนเอง กับความต้องการได้รับการยกย่องนับถือจากผู้อื่น นอกจากนี้ยังมีปัจจัยที่ส่งเสริมและจัดการพฤติกรรมการเล่นเกมนี้ส่วนใหญ่ เด็กอาศัยอยู่กับบิดามารดา ซึ่งจะเป็นผู้คอยควบคุมพฤติกรรมการเล่นเกมเป็นส่วนใหญ่ และเด็กมีการจัดการการเล่นเองอย่างจำกัด โดยเล่น 1-2 ชั่วโมงต่อครั้ง ซึ่งส่วนใหญ่เด็กเล่นที่บ้านบิดามารดา ก็จะคอยดูแลและผลการเรียนของเด็กกลุ่มนี้ อยู่ในระดับสูงที่ 3.51-4.00 ซึ่งบ่งบอกได้ว่าถึงแม้จะมีการเล่นเกมเด็กก็ยังสนใจการเรียนเป็นอย่างดี ซึ่งทำให้ได้ผลการศึกษาดังปรากฏที่ อุมาพร ตรังคสมบัติ (2543) อธิบายไว้ว่า ความภาคภูมิใจในตนเองนั้นเป็นสิ่งสำคัญอย่างยิ่งของบุคคลและสำหรับเด็กที่กำลังเรียนหนังสือ การมีความภาคภูมิใจในตนเองสำคัญยิ่งต่อการประสบความสำเร็จในการเรียน

ข้อเสนอแนะ

ข้อเสนอแนะจากผลการวิจัย

1. ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

1.1 ภาครัฐ และหน่วยงานทางการศึกษา ควรให้ความสำคัญต่อการศึกษาวิจัยในประเด็นด้านการติดเกมของเยาวชนไทยอย่างต่อเนื่อง โดยนำเสนอข้อเสนอแนะเชิงนโยบายในการดูแลและป้องกันเชิงบูรณาการกับหน่วยงานอื่น เช่น หน่วยงานทางด้านสุขภาพจิต ครอบครัว ผู้ประกอบการร้านเกม ชุมชน สังคม และภาคที่เกี่ยวข้อง

1.2 ควรพัฒนาโปรแกรมเชิงบูรณาการในการป้องกันและแก้ไขปัญหาการติดเกมของเด็กและเยาวชน โดยใช้องค์ความรู้ทางด้านการส่งเสริมสุขภาพจิต และทักษะชีวิตที่จำเป็นสำหรับเด็กและเยาวชน มาสร้างภูมิคุ้มกันติดเกม

2. ข้อเสนอแนะเชิงการบริหารจัดการ

2.1 ผู้บริหารโรงเรียน ครูแนะแนว นักกิจกรรมบำบัด และนักวิชาชีพทางสุขภาพจิต สามารถใช้เป็นข้อมูลพื้นฐานแก่โรงเรียนเพื่อนำไปพัฒนาแนวทางส่งเสริมความภาคภูมิใจในตนเองของนักเรียน โดยผู้บริหารโรงเรียนและผู้เกี่ยวข้องนำผลการวิจัยที่ได้รับมาใช้ในกำหนดเป็นนโยบายในการบริหารจัดการ

2.2 เป็นแนวทางให้แก่นักวิชาการ นักวิจัย นักกิจกรรมบำบัด นักวิชาชีพทางสุขภาพจิต ครู ผู้ปกครอง และเครือข่ายด้านเด็กและเยาวชน ในการจัดกิจกรรมส่งเสริมทักษะชีวิตเพื่อเฝ้าระวังและสร้างเสริมภูมิคุ้มกันในพฤติกรรมที่เด็กมีการเล่นเกมให้เป็นไปอย่างเหมาะสม

ข้อเสนอแนะในการวิจัยครั้งต่อไป

1. ควรศึกษางานวิจัยเชิงคุณภาพเกี่ยวกับแนวทางเข้าสู่การติดเกมและแนวทางป้องกันการติดเกมของนักเรียน
2. นักวิชาการ นักวิจัย นักกิจกรรมบำบัด นักวิชาชีพทางสุขภาพจิต ครู ผู้ปกครอง และเครือข่ายด้านเด็กและเยาวชน ทั้งภาครัฐและเอกชน ควรศึกษาแนวทางในการดูแลช่วยเหลือนักเรียนติดเกมสำหรับผู้ปกครองหรือผู้ดูแลนักเรียน
3. หน่วยงานด้านสุขภาพจิต สถาบันวิจัยด้านสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่น นักวิจัยในมหาวิทยาลัย ควรศึกษาแนวทางการจัดระบบบริการช่วยเหลือนักเรียนติดเกมโดยเชื่อมโยงประสานกับทีมสหวิชาชีพทางสุขภาพจิต ได้แก่ จิตแพทย์ นักกิจกรรมบำบัด นักจิตวิทยา และ ครูแนะแนวจิตวิทยาในโรงเรียน ตลอดจนผู้บริหาร ครอบครัวยุติการ และนักเรียน ในการพัฒนางานร่วมกับระบบบริการงานแนะแนวของโรงเรียนเพื่อให้เกิดรูปแบบและกลไกการช่วยเหลือนักเรียนอย่างเป็นองค์รวมในทุกกระดับ

กิตติกรรมประกาศ

ผู้วิจัยขอขอบพระคุณ รองศาสตราจารย์นายแพทย์ชาญวิทย์ พรนภดล หัวหน้าสาขาวิชาจิตเวชเด็กและวัยรุ่น ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล ที่อนุญาตให้ใช้เครื่องมือแบบทดสอบการติดเกม (Game Addiction Screening Test: GAST) ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ และขอขอบคุณคณะกรรมการที่ให้ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะในการศึกษาวิจัยนี้คือ รองศาสตราจารย์เทียมศรีคำจักษ์ และ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.พรเพ็ญ ศิริสัตยะวงศ์ ภาควิชากิจกรรมบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ ตลอดจนผู้ปกครองและนักเรียนกลุ่มตัวอย่างที่ยินดีเป็นอาสาสมัครของการวิจัยครั้งนี้จนงานสำเร็จเรียบร้อย

บรรณานุกรม

- กรมสุขภาพจิต. (2547). *คู่มือการจัดกิจกรรม “ฝึกคิดแก้ปัญหาพัฒนา EQ” (สำหรับศูนย์เพื่อนใจวัยรุ่น)*.
นนทบุรี: โรงพิมพ์องค์การสงเคราะห์ทหารผ่านศึก.
- กิตติกันต์ พินวิวัฒน์. (2547). *การศึกษาการให้คุณค่าในตนเองในเด็กตาบอด อ.เมือง จ.เชียงใหม่*.
(ภาคนิพนธ์วิทยาสตรบัณฑิต กิจกรรมบำบัด คณะเทคนิคการแพทย์).
เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- กิตติรัตน์ ละม่อมสาย. (2549). *ความรู้สึกรู้ค่าในตนเองของนักเรียนระดับมัธยมศึกษาตอนปลาย
โรงเรียนสาธิตมหาวิทยาลัยเชียงใหม่*. (ภาคนิพนธ์วิทยาสตรบัณฑิต กิจกรรมบำบัด
คณะเทคนิคการแพทย์). เชียงใหม่: มหาวิทยาลัยเชียงใหม่.
- ชาญวิทย์ พรนภดล, ศิริสุดา ลดาวัลย์ ณ อยุธยา, ดวงพร สุรพงษ์พิพัฒนะ, ชดาพิมพ์ ศศลักษณ์นานนท์
และ ปาฏิโมกข์ พรหมช่วย. (2552). *การศึกษาหาปัจจัยป้องกันการติดเกมในเด็กและวัยรุ่น*.
กรุงเทพฯ: สำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ.
- ชาญวิทย์ พรนภดล, บัณฑิต ศรีไพศาล, กุสุมาวดี คำเกลี้ยง และ เสาวนีย์ พัฒนอมร. (2557). *การพัฒนา
แบบทดสอบการติดเกม. วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย, 59(1), 3-14.*
- เทียม ศรีคำจักษ์. (2545). *คู่มือการพัฒนาโปรแกรมกิจกรรมบำบัดตามแนวแบบจำลองกิจกรรมที่มี
จุดมุ่งหมาย*. กรุงเทพฯ: สำนักปลัดทบวงมหาวิทยาลัย.
- ประเวช ดันดีพัฒนาสกุล. (2551). *แนวทางการจัดกิจกรรมการเรียนรู้การสร้างความเข้มแข็งทางใจสำหรับ
นักเรียนชั้นมัธยมศึกษา (พิมพ์ครั้งที่ 2)*. กรุงเทพฯ: ชุมนุมสหกรณ์การเกษตรแห่งประเทศไทย จำกัด.
- มัทนียา จำปาพันธุ์, คมสันต์ เกียรติรุ่งฤทธิ์ และ อำไพวรรณ จวนสัมฤทธิ์. (2559). *ระดับความภาคภูมิใจ
ในตนเองและการติดเกมในผู้ป่วยวัยรุ่นโรคธาลัสซีเมียโรงพยาบาลรามาริบัติ. วารสารสมาคม
จิตแพทย์แห่งประเทศไทย, 61(4), 281-292.*
- พวงรัตน์ ทวีรัตน์. (2540). *วิธีการวิจัยทางพฤติกรรมศาสตร์และสังคมศาสตร์*. กรุงเทพฯ: สำนักทดสอบ
ทางการศึกษาจิตวิทยา มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตร.
- ศิริชัย หงส์สงวนศรี, โชษิตา ภาวะสุทธิโพลีฐ และ สุวรรณ เรืองกาญจนเศรษฐ์. (2548) พฤติกรรม
การเล่นคอมพิวเตอร์และปัญหาพฤติกรรมติดเกมของนักเรียนระดับมัธยมศึกษา. นำเสนอ
ในการประชุมวิชาการราชวิทยาลัยจิตแพทย์แห่งประเทศไทยประจำปี 2548 กรุงเทพมหานคร
10-12 ตุลาคม 2548.
- ศรีเรือน แก้วกังวาน. (2545). *จิตวิทยาพัฒนาการชีวิตทุกช่วงวัย เล่มที่ 2 วัยรุ่น – วัยสูงอายุ*.
กรุงเทพฯ: โรงพิมพ์ มหาลัยธรรมศาสตร์.
- สำนักงานสถิติแห่งชาติกระทรวงเทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร. (2559). *สรุปผลที่สำคัญ สสำรวจ
การมีการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสาร พ.ศ. 2559*. สืบค้นเมื่อวันที่ 8 สิงหาคม 2560
จาก: <http://service.nso.go.th/nso/nsopublish/themes/files/ictth59.pdf>
- อุมาพร ตรังคสมบัติ. (2543). *EVREST พาลูกค้นหาความนับถือตนเอง*. กรุงเทพฯ: ชันดำการพิมพ์.
- อุสา สุทธิสาคร. (2559). *จิตวิทยาวัยรุ่น*. กรุงเทพฯ: หจก. สามลดา.
- Coopersmith, S. (1967). *The Antecedents of self-esteem*. San Francisco. C.A.: W.H. Freeman and
Company.
- Healthy Gamer. (2014). *Review of Game Addiction Situations 06–2014*. Retrieved August 19, 2018,
from <http://www.healthygamer.net/download/academic>.
- Maslow, A. H. (1970). *Motivation and Personality* (Second Edition). New York: Harper & Row.