

## การควบคุมการเล่นเกมออนไลน์ของเยาวชนเจนเนอเรชั่น Z ในครอบครัว

### THE ONLINE GAMING CONTROL OF THE GENERATION Z YOUTH IN THE FAMILY

ธัญวันนัฐ เลียนอย่าง

Tanyavanun Lianyang

สำนักการศึกษาทั่วไป สถาบันการจัดการปัญญาภิวัตน์

Office of General Education, Panyapiwat Institute of Management

Received: March 3, 2020 / Revised: May 24, 2020 / Accepted: June 12, 2020

#### บทคัดย่อ

สถานการณ์เยาวชนไทยโดยเฉพาะเยาวชนเจนเนอเรชั่น Z ที่ติดเกมออนไลน์ยังมีให้เห็นอย่างต่อเนื่อง ซึ่งก่อให้เกิดผลกระทบต่อเยาวชนโดยตรงทั้งด้านสมองและเชาวน์ปัญญา ด้านสุขภาพร่างกายรวมถึงผลกระทบต่อครอบครัวและสังคม ทำให้ผู้เกี่ยวข้องกับปัญหาสังคมในประเทศไทยให้ความสนใจเกี่ยวกับวิธีการหรือวิธีแก้ไขให้ปัญหานี้ให้ลดลงว่ามีวิธีใดบ้างที่พอจะยับยั้งการเล่นเกมออนไลน์อย่างคลั่งไคล้ จนกลายเป็นการติดเกมออนไลน์ ให้กลายเป็นการเล่นเกมออนไลน์อย่างเหมาะสม พอเหมาะพอควร ทำให้เกิดผลด้านบวกกับเยาวชนในด้านต่างๆ และเนื่องจากพ่อแม่หรือผู้ปกครองมีความใกล้ชิดและมีบทบาทสำคัญในการกำหนดพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของเด็กเพื่อไม่ให้เข้าข่ายคำว่าเด็กไทยติดเกมออนไลน์ ดังนั้น การควบคุมการเล่นเกมออนไลน์ภายในครอบครัวโดยพ่อแม่หรือผู้ปกครองนับเป็นบทบาทสำคัญในการกำกับดูแลเด็กในปกครองให้เข้าใจและปฏิบัติตามกฎ กติกา เพื่อสร้างความสมดุลในชีวิต โดยบทความนี้ได้ประมวลเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมการเล่นเกมออนไลน์โดยคนในครอบครัวโดยเฉพาะผู้ปกครอง และปัจจัยที่ส่งผลต่อการเล่นเกมอย่างไม่เหมาะสมเพื่อให้ได้องค์ความรู้เกี่ยวกับวิธีการควบคุมการเล่นเกมออนไลน์ของเยาวชนเจนเนอเรชั่น Z ภายในครอบครัวที่ทำให้เยาวชนมีโอกาสเสี่ยงต่อการติดเกมออนไลน์น้อยลง ส่งผลให้เกิดพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ที่เหมาะสมและถูกต้อง ซึ่งเป็นพฤติกรรมที่น่าปรารถนาของครอบครัวและสังคมในประเทศไทย

**คำสำคัญ:** การควบคุม เกมออนไลน์ เยาวชนเจนเนอเรชั่น Z

## Abstract

The Thai generation Z youth's addiction to online games has continued to be seen. It affects the young people directly on both the brain and intelligence; on physical health as well as on surrounding people and society. The people concerned with social problems in Thailand are interested in the methods on how to solve this problem in order to decrease or forbid the crazy addiction to online games and transform it to be the appropriate online game playing resulting in various positive effects on the youths. Since parents or guardians are very close to their children and play an important role in determining the child's online game playing behaviour to prevent it to become online game addiction, the control of online game playing behaviours in the family by parents or guardians is very important for supervising children in their care to understand and behave based on rules and regulations to create the balance of their lives. This article has compiled documents and research related to online gaming control by family members, especially parents, and factors affecting inappropriate online game playing behaviours in order to obtain the body of knowledge on how to control online game playing behaviours of generation Z youths in the family enabling the youths to be less risky for online game addiction resulting in creating appropriate and correct online game playing behaviours that are desirable behaviours in the family and Thai society.

**Keywords:** Control, Online Game, Generation Z Youth

## บทนำ

ในสังคมปัจจุบันสภาพการณ์เกี่ยวกับปัญหาการติดเกมออนไลน์ในประเทศไทยนั้นยังคงปรากฏให้เห็นอย่างต่อเนื่อง อีกทั้งปัญหายังคงอยู่และถือได้ว่าเป็นปัญหาที่นับวันจะทวีความรุนแรงขึ้น อันเนื่องมาจากภาวะที่เกมออนไลน์สามารถหาสถานที่เล่นได้ง่าย อีกทั้งค่าใช้จ่ายไม่สูงนัก เกมออนไลน์จึงได้รับความนิยม โดยเฉพาะในหมู่เด็กและเยาวชนทั้งชายและหญิง ซึ่งเป็นวัยที่อยู่ในช่วงเปลี่ยนผ่านจากวัยเด็กไปสู่วัยผู้ใหญ่ ซึ่งเด็กและเยาวชนเหล่านี้เป็นกลุ่มที่อยู่ในเจนเนอเรชั่นแซด (Generation Z) ที่เติบโตมาพร้อมกับสิ่งอำนวยความสะดวกมากมาย ตลอดจนมีความสามารถในการใช้เทคโนโลยีเป็นอย่างดี เจเนอเรชั่น Z เป็นกลุ่มประชากรที่เกิดตั้งแต่ปี ค.ศ. 1995 เป็นต้นไป (Schroer, 2014) บุคคลกลุ่มนี้เติบโตมากับเทคโนโลยีสารสนเทศที่ทันสมัย ชอบความสะดวกสบาย สามารถทำอะไรหลายๆ อย่างได้ในเวลาเดียวกัน ลักษณะนิสัยของเจนเนอเรชั่น Z ชอบความท้าทาย ยอมรับการเปลี่ยนแปลง

ใหม่ๆ เป็นคนที่มีสมาธิสั้น ในการสื่อสารระหว่างคนกลุ่มนี้ส่วนใหญ่เป็นการสื่อสารผ่านข้อความบนหน้าจอมือถือ หรือคอมพิวเตอร์แทนการพูด ดังนั้นกล่าวได้ว่าเจนเนอเรชั่น Z เกิดในสังคมอินเทอร์เน็ต จะคุ้นชินกับการติดต่อสื่อสารแบบไร้สาย เรียกได้ว่าเป็นเด็กที่เกิดในสังคมดิจิทัล (Hattasak, 2014) และเนื่องจากโทรศัพท์มือถือซึ่งเป็นเครื่องมือสำคัญในการเชื่อมต่อกับโลกออนไลน์ตลอดเวลา เพื่อเข้าสังคม การใช้จ่าย ดูทีวี เล่นเกม ฟังเพลง เป็นต้น ดังนั้น Generation Z เป็นช่วงที่มีการเจริญเติบโตทางเทคโนโลยีจนกลายเป็นส่วนหนึ่งของวัฒนธรรมการดำรงอยู่ของคนยุคใหม่ ทำให้เทคโนโลยีมีความสำคัญต่อ Generation Z โดยไม่สามารถแยกออกจากกันได้ กลุ่มคน Generation Z มีความเป็นปัจเจกชนค่อนข้างสูง มักใช้เวลาไปกับการใช้เทคโนโลยี เด็กเจนเนอเรชั่น Z มีประสบการณ์วัยเด็กส่วนมากอยู่ในบ้านและมีเพียงเศษเสี้ยวเวลาว่างเล็กๆ น้อยๆ ในการเล่นนอกบ้าน ความบันเทิง การเล่น และการปฏิสัมพันธ์กับสังคม

ของเด็กเจนเอเรชั่น Z ที่วนอยู่กับโทรศัพท์ คอมพิวเตอร์ และวิดีโอเกมเพิ่มสูงขึ้น โดยพวกเขาใช้เวลากว่า 27 % ขณะตื่นอยู่ไปกับหน้าจอ (Arkanit, 2018) โดยเฉพาะการเล่นเกมออนไลน์ที่เป็นเกมคอมพิวเตอร์ซึ่งมีลักษณะพิเศษคือ เป็นเกมที่ผสมผสานกันระหว่างเกมคอมพิวเตอร์และการสนทนาผ่านระบบอินเทอร์เน็ต (Chat) นอกเหนือจากการได้รับความบันเทิงแล้วยังเกิดความรู้สึกสนุกสนานในการเล่นเกมนออนไลน์ ทำให้ผู้เล่นเกิดความเพลิดเพลิน ผู้เล่นสามารถเล่นเกมไปกับเพื่อนต่างชาติต่างภาษาได้ ผู้เล่นสามารถแข่งขันและคุยกับกลุ่มเพื่อนโดยผ่านตัวละครในเกมนออนไลน์ได้ทั้งที่นั่งเล่นอยู่ที่ใดก็ตาม (Rattanavarang, 2004: 69-72; Dokmai, Kompetanee & Jitsathapom, 2013) และจากความสะดวกในการเข้าถึงเกมนออนไลน์ทำให้เกิดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมและกลายเป็นพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ หมกมุ่นอยู่กับการเล่นเกมออนไลน์มากเกินไปจนไม่สามารถควบคุมตนเองให้เล่นในเวลาที่กำหนดได้ ต้องใช้เวลาในการเล่นนานขึ้นเรื่อยๆ จากไม่กี่ชั่วโมงต่อวัน เพิ่มเป็นหลายชั่วโมงต่อวัน บางคนถึงกับเล่นข้ามวันข้ามคืน เมื่อถูกบังคับให้เลิกหรือหยุดเล่นจะมีพฤติกรรมในเชิงต่อต้าน หรือมีปฏิกิริยาที่แสดงออกถึงอาการหงุดหงิดไม่พอใจอย่างรุนแรง ซึ่งบางคนอาจถึงขั้นเกิดพฤติกรรมก้าวร้าวได้ (Pornnoppadol et al., 2009) ทั้งนี้ จากข่าวต่างๆ ที่เกี่ยวข้องกับเด็กติดเกมมีให้เห็นอย่างต่อเนื่อง เช่น เด็กโมโหกำลังเล่นเกมแต่พ่อเรียกให้กินข้าว คว้ามิดฟันหัวพ่อดับอนาถ แล้วนั่งเล่นเกมต่อเพื่อรอมอบตัว (Thairath Online, 2019) เด็กวัย 12 ติดเกม ก่อเหตุเลียนแบบหนังไนโซเซียลร่วมกับสาวรุ่นพี่ทุบตู้ ATM แต่ไม่ได้เงิน จากการตรวจสอบพบว่าเด็กคนดังกล่าวครอบครัวมีปัญหา และเพิ่งเรียนจบ ป.6 (Thairath Online, 2019) นอกจากนี้ จากผลสำรวจของสถาบันเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ กรมสุขภาพจิต พบว่า ในปัจจุบัน พ.ศ. 2556 มีเด็กติดเกมมากถึง 2.5 ล้านคน จากจำนวนเด็ก 18 ล้านคน ในประเทศไทย ซึ่งนับเป็นตัวเลขที่สูงมาก และจากผลสำรวจการใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารในครัวเรือน พ.ศ. 2561 (ไตรมาส 1) ของสำนักงานสถิติแห่งชาติ กระทรวง

เศรษฐกิจดิจิทัลและสังคมพบว่า วัยรุ่นกลุ่มเจนเอเรชั่น Z อายุระหว่าง 15-24 ปี เล่นเกมมากที่สุดร้อยละ 35.2

ผู้ใช้เกมออนไลน์ส่วนใหญ่เป็นเด็กและเยาวชน ซึ่งเป็นผู้ที่ยังขาดวุฒิภาวะในการตัดสินใจและแก้ไขปัญหา ทำให้ง่ายต่อการติดเกมออนไลน์ ประกอบกับการขยายตัวทางธุรกิจของผู้ให้บริการเกมออนไลน์ทำให้เกมนออนไลน์มีจำนวนเพิ่มมากขึ้นในตลาด เป็นผลให้เยาวชนมีโอกาสเสี่ยงต่อการเป็นผู้ติดเกมออนไลน์มากขึ้น โดยผลกระทบจากการใช้เกมและของวัยรุ่นนั้นสามารถกล่าวสรุปถึงผลกระทบต่อตนเองได้ 3 ประเด็น (Techaniyom, 2011) คือ 1) เป็นผลกระทบเกี่ยวกับความก้าวร้าว โดยเฉพาะการเล่นเกมคอมพิวเตอร์สามารถกระตุ้นให้เกิดความก้าวร้าวรุนแรงมากกว่าสื่อชนิดอื่น เนื่องจากผู้เล่นเกมมีบทบาทเป็นผู้กระทำ ความรุนแรงด้วยตนเองและได้รับรางวัลเป็นแรงเสริมจากการกระทำนั้น นอกจากนี้ จากการแพร่หลายของเกมคอมพิวเตอร์ที่มีเนื้อหารุนแรงในหมู่เด็กและเยาวชนไทยในปัจจุบัน ทำให้เด็กและเยาวชนมีพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรง (Mahaarcha, 2011) รวมถึงมีรายงานว่า เด็กวัยรุ่นที่นิยมเล่นเกมที่มีลักษณะต่อสู้ ก้าวร้าวรุนแรง มักจะซึมซับความคิดและพฤติกรรมก้าวร้าวรุนแรงไปโดยไม่รู้ตัว จึงทำให้เกิดอารมณ์ต่อต้านครูผู้ปกครอง ทำให้เกิดการทะเลาะวิวาท ชกต่อยกันได้ง่ายเมื่อมีความขัดแย้งกัน (Yingrengreung, 2013) 2) เป็นผลกระทบต่อการพัฒนาการและการดำเนินชีวิต การศึกษาในต่างประเทศพบว่า วัยรุ่นที่เล่นเกมออนไลน์มากจะมีสุขภาวะทางจิตใจและสังคมลดลง เช่น รู้สึกว่าเหงา ซึมเศร้าและขาดความสัมพันธ์ที่มั่นคงกับผู้อื่น และมีความสัมพันธ์ในครอบครัวและสังคมลดลง (Amderson & Bushman, 2001; Biggins, 2009) วัยรุ่นมีค่าใช้จ่ายที่เกิดขึ้นจากการเล่นเกมออนไลน์ และมีความใส่ใจ ตั้งใจเรียน และผลการเรียนที่ลดต่ำลง รวมทั้งมีปัญหาสัมพันธภาพกับบุคคลอื่นในสังคมลดลง 3) เป็นผลกระทบต่อสุขภาพ การนั่งเล่นเกมออนไลน์เป็นเวลานานอาจทำให้เกิดอาการต่างๆ เช่น การปวดหลัง สายตาเสีย ปวดหน้าอก ซึ่งเกิดจากการนั่งในลักษณะที่ผิด รวมถึงการเล่นเกมนออนไลน์ทำให้อารมณ์ไม่สงบ หัวใจเต้นเร็ว และความดันโลหิตสูง

ซึ่งผลโดยตรงเหล่านี้อาจก่อให้เกิดโรคต่างๆ ได้ในอนาคต อีกทั้งยังพบว่า เด็กและวัยรุ่นที่ติดเกมออนไลน์มีความเสี่ยงต่อโรคอ้วนอีกด้วย โดยมีข่าวที่ปรากฏให้เห็นตามหน้าหนังสือพิมพ์ เช่น เด็กเรียนดี วัย 17 ปี หลังติดเกมหนักจนซ็อก หัวใจล้มเหลว เสียชีวิตข้างโต๊ะคอมพิวเตอร์ (Thairath Online, 2019) อย่างไรก็ตาม การเล่นเกมออนไลน์นอกจากจะส่งผลทางลบดังที่กล่าวมาแล้วข้างต้น การเล่นเกมออนไลน์ก็ยังมีผลทางบวกเช่นกัน ดังที่ Titivarittinun (2006: 14) ค้นพบว่า ผลกระทบเชิงบวกของการเล่นเกมออนไลน์ทำให้ผู้เล่นมีความรู้ทักษะทางคอมพิวเตอร์ ขณะที่ Ramasut (2009: 292) ได้ยกกรณีตัวอย่างเกี่ยวกับผลกระทบเชิงบวกว่า ในต่างประเทศมีการนำเกมออนไลน์ไปบูรณาการกับการเรียนรู้ทางวิชาการเพื่อให้เด็กได้ฝึกทักษะไปควบคู่ไปด้วย เช่น ประเทศแคนาดามีการผลิตเกมผจญภัยที่ต้องใช้ทักษะทางคณิตศาสตร์ โดยออกแบบให้มีความซับซ้อนและน่าสนใจ ซึ่งก็มีเด็กให้ความสนใจเล่นเป็นจำนวนมาก ฯลฯ นอกจากนี้ เกมยังถือเป็นพื้นฐานที่สำคัญของ Creative Economy ผู้เล่นเกมหลายคนสามารถพัฒนาตนเองจากการเล่นเกมไปสู่อีกขั้นหนึ่ง เช่น เป็นนักพัฒนาเกม ฯลฯ

จากข้อมูลเชิงบวกดังกล่าวทำให้เกิดคำถามว่า ในขณะที่มีวัยรุ่นกลุ่มหนึ่งติดเกมออนไลน์ แต่ทำไมวัยรุ่นอีกกลุ่มหนึ่งซึ่งเล่นเกมออนไลน์เหมือนกัน แต่เล่นแล้วไม่เกิดผลเสียกับตนเองและบุคคลรอบข้าง หรือแม้แต่กับสังคม มีปัจจัยใดบ้างที่เกี่ยวข้องในการอธิบายและทำนายพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์อย่างเหมาะสมของกลุ่มเด็กวัยรุ่นทั่วไป และจากงานวิจัยพบว่า การควบคุมการเล่นเกมออนไลน์ในครอบครัวเป็นสาเหตุหนึ่งที่มีส่วนทำให้วัยรุ่นมีการรู้เท่าทันเกมออนไลน์ ซึ่งส่งผลต่อการมีเจตคติที่ดีต่อการเล่นเกมออนไลน์อย่างเหมาะสมทำให้ในที่สุดวัยรุ่นจึงมีพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์อย่างเหมาะสมได้ อีกทั้งการควบคุมการเล่นเกมออนไลน์ในครอบครัวยังส่งผลต่อพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์อย่างเหมาะสมด้วย (Lianyang, Pimthong & Peungposop, 2018) จากข้อค้นพบดังกล่าว ผู้เขียนจึงคิดว่าการควบคุมการเล่นเกมออนไลน์ภายในครอบครัวน่าจะเป็น

แนวทางที่นำมาใช้เสริมสร้างให้เยาวชนมีพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ได้อย่างเหมาะสม โดยแนวทางที่ค้นพบสามารถนำมาแก้ไขปัญหาการติดเกมออนไลน์ของเยาวชนที่เกิดขึ้นแล้วในสังคมดังกล่าวให้มีปริมาณลดลงจากที่มีพฤติกรรมติดเกมออนไลน์เป็นการเล่นเกมออนไลน์ได้อย่างเหมาะสมมากยิ่งขึ้น

จากเหตุผลที่กล่าวมาข้างต้น บทความนี้มีจุดมุ่งหมายที่จะประมวลแนวคิดและผลงานวิจัยที่ค้นพบเกี่ยวกับการควบคุมการเล่นเกมออนไลน์ของเยาวชนโดยผู้ปกครองเพื่อให้ได้องค์ความรู้ว่า ผู้ปกครองควรมีการควบคุมดูแลเยาวชนในลักษณะใดที่ทำให้เยาวชนนั้นมีโอกาสเสี่ยงต่อการคลั่งไคล้การเล่นเกมจนถึงขั้นเกิดอาการติดเกมให้น้อยที่สุด หรือเป็นการเล่นเกมอย่างเหมาะสม ผู้เขียนหวังว่า ข้อค้นพบจากการประมวลเอกสารงานและวิจัย จะเป็นข้อมูลพื้นฐานให้กับหน่วยงานที่เกี่ยวข้องได้นำไปเป็นแนวทางในการนำไปพัฒนาและแก้ไขปัญหายาวชนเกี่ยวกับการเล่นเกมออนไลน์ที่มากเกินไปจนเกิดผลกระทบต่อตนเองและสังคมรอบข้างที่เกิดขึ้นในปัจจุบัน

ผู้เขียนขอเสนอข้อมูลที่เกี่ยวข้องกับการควบคุมการเล่นเกมออนไลน์ของเยาวชนโดยผู้ปกครองออกเป็น 2 ประเด็น ได้แก่ 1) การควบคุมเกี่ยวกับการเล่นเกมของครอบครัว และ 2) ปัจจัยที่ส่งผลทำให้เด็กเล่นเกมอย่างไม่เหมาะสม โดยแต่ละประเด็นสรุปเป็นสาระสำคัญดังนี้

### ประเด็นที่ 1 การควบคุมเกี่ยวกับการเล่นเกมของวัยรุ่นในครอบครัว

จากผลการสำรวจของสำนักงานสถิติแห่งชาติ พ.ศ. 2561 (ไตรมาส 1) พบว่า ปัจจุบันกลุ่มเด็กในอนาคตและปัจจุบันเป็นเยาวชนของชาติที่มีอายุระหว่าง 15-24 ปี เป็นกลุ่มที่มีการเล่นเกมออนไลน์อยู่ร้อยละ 35.2 จึงนับได้ว่ามีเด็กและเยาวชน Generation Z จำนวนมากในประเทศไทยใช้เวลาไปกับการเล่นเกมออนไลน์ ทำให้การเล่นเกมออนไลน์เกินระดับความเหมาะสมกลายเป็นการติดเกมออนไลน์ ดังนั้นปัญหาที่เกิดขึ้นนี้ควรได้รับการแก้ไข ซึ่งสอดคล้องกับแนวคิดและงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับ

การควบคุมเกี่ยวกับเกมของผู้ปกครองของ Predeeprasong (2000) จากสถาบันแห่งชาติเพื่อการพัฒนาเด็กและครอบครัว มหาวิทยาลัยมหิดล ได้กล่าวว่าพฤติกรรมการเล่นอินเทอร์เน็ตนั้นคือ ผู้เล่นใช้เวลาส่วนใหญ่ไปกับการเล่นเกม หากไม่ได้เล่นมักจะมีอาการกระวนกระวาย และได้เสนอแนะแนวทางที่ผู้ปกครองควรใช้ในการควบคุมอิทธิพลจากการเล่นเกมสรุปได้ดังนี้

1. ผู้ปกครองควรสังเกตการสนทนาออนไลน์ของเด็กว่ามีอะไรที่น่าเป็นห่วงบ้างไหม โดยใช้วิธีการพูดคุย ถามไถ่ แนะนำ

2. การตั้งกติกาว่าเด็กสามารถเล่นเกมในช่วงเวลาใดได้บ้าง หรือสถานที่ใดเหมาะในการตั้งคอมพิวเตอร์สำหรับใช้งาน

ซึ่งจากข้อสรุปดังกล่าวสอดคล้องกับผู้เชี่ยวชาญที่ให้ข้อเสนอแนะในการดูแล แก้ไข และป้องกันปัญหาเด็กติดเกม (Pornnoppadol et al., 2009; Kimberly, 2009) ไว้ดังนี้

1. ผู้ปกครองควรมีการตั้งข้อตกลงในการใช้เวลากับการเล่นเกมว่าอนุญาตให้เล่นวันใดบ้าง วันใดเล่นไม่ได้บ้าง

2. กำหนดให้เด็กสามารถเล่นเกมออนไลน์ได้ไม่เกิน 1 ชั่วโมงต่อวันธรรมดา และไม่เกิน 2 ชั่วโมงต่อวันหยุด

3. เด็กไม่ควรเล่นเกมอย่างต่อเนื่องนานเกิน 1 ชั่วโมงต่อครั้ง

4. การวางตำแหน่งคอมพิวเตอร์ควรวางในสถานที่ที่เป็นที่โล่ง มีคนเดินผ่านไปมาบ่อยๆ ไม่ควรตั้งไว้ในห้องนอนหรือห้องที่ปิดมิดชิด เพื่อผู้ปกครองจะได้ติดตามเฝ้าดูได้

5. ผู้ปกครองควรส่งเสริมให้เด็กและเยาวชนที่อยู่ในความดูแลมีความภาคภูมิใจในตนเอง เช่น ด้านการเรียน กีฬา ดนตรี ทักษะต่างๆ นอกจากการเล่นเกมออนไลน์ เพราะเด็กและเยาวชนส่วนหนึ่งติดเกมออนไลน์ เนื่องจากขาดความรู้สึกภาคภูมิใจในตนเอง จึงหาทางออกโดยการทำให้คนอื่นยอมรับฝีมือในการเล่นเกมนออนไลน์

6. ผู้ปกครองควรหาโอกาสความรู้จักกับเพื่อนของเด็กและเยาวชนในความดูแลไปจนถึงคนในครอบครัวของเค้าด้วย เพื่อสร้างเครือข่ายผู้ปกครองในการทำกิจกรรมยามว่างร่วมกัน เช่น การเล่นกีฬา การทำกิจกรรมสันทนาการ การทำกิจกรรมอาสาเพื่อสังคม

นอกจากนี้ ชมรมจิตแพทย์เด็กและวัยรุ่นแห่งประเทศไทยได้จัดทำหนังสือคำแนะนำสำหรับผู้ปกครอง เรื่องการเล่นเกมนคอมพิวเตอร์ของเด็กและวัยรุ่น (Pornnoppadol, Hongsangunsri & Rattanasathien, 2014) โดยกล่าวถึงคำแนะนำทั่วไปสำหรับผู้ปกครองก่อนอนุญาตให้ลูกเล่นคอมพิวเตอร์ แนวทางปฏิบัติของผู้ปกครองเพื่อป้องกันไม่ให้บุตรหลานติดเกม กรณีที่อนุญาตให้เล่นเกม และแนวทางปฏิบัติของผู้ปกครองเมื่อบุตรหลานมีพฤติกรรมติดเกมแล้ว

## ประเด็นที่ 2 ปัจจัยที่ส่งผลทำให้เด็กเล่นเกมไม่เหมาะสม

ปัญหาเด็กและเยาวชนติดเกมนั้น ขึ้นอยู่กับปัจจัยหลายประการ ได้แก่ 1) ปัจจัยทางชีวภาพ (Han et al., 2007) 2) ปัจจัยเกี่ยวกับเด็ก เช่น ความภาคภูมิใจในตัวเอง (Allison et al., 2006; Ko et al., 2005) และความเครียด (Kanjnopas, 2007; Ko et al., 2005) 3) ปัจจัยเกี่ยวกับเพื่อนและสิ่งแวดล้อม และ 4) ปัจจัยเกี่ยวกับครอบครัวและการเลี้ยงดู เช่น ขาดการฝึกวินัย ไม่มีเวลา มีความใกล้ชิดผูกพันทางอารมณ์กับลูกน้อย เป็นต้น (Pornnoppadol et al., 2009) รวมถึงหากพ่อแม่ไม่สนใจพฤติกรรมลูก ไม่มีเวลากำกับให้ทำตามกติกา ปล่อยให้ลูกทำตามใจตนเองมากเกินไปจะทำให้เยาวชนติดเกมได้ ดังนั้น ถ้าสามารถลดปัจจัยเสี่ยงหรือเพิ่มปัจจัยป้องกัน จะทำให้ปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ลดลงหรือป้องกันปัญหาได้ตั้งแต่ระยะเริ่มแรก รวมทั้งจะช่วยป้องกันผลกระทบที่ตามมาได้ (Kolkijkovin et al., 2015)

จากปัจจัยทั้ง 4 ข้อนั้น ปัจจัยเกี่ยวกับครอบครัวและการเลี้ยงดูนับเป็นปัจจัยที่สำคัญ เนื่องจากสถาบันครอบครัวถือว่าเป็นหน่วยแรกของสังคมที่มีความใกล้ชิด

กับเด็กมากที่สุด อีกทั้งเป็นแหล่งบ่มเพาะและอบรม ขัดเกลาสมาชิกในครอบครัวให้มีพฤติกรรมที่พึงประสงค์ โดยมีผู้ใหญ่เป็นต้นแบบในการถ่ายทอดลักษณะนิสัยหล่อหลอมความรู้สึกรู้สึกนึกคิด พฤติกรรมต่างๆ รวมถึงมีกระบวนการถ่ายทอดทางสังคม (Socialization process) ช่วยกล่อมเกล่าให้เด็กได้เรียนรู้และปรับตัวให้เข้ากับสภาพสังคมตามความเป็นจริง อีกทั้งการที่เด็กจะเติบโตมีคุณภาพชีวิตและบุคลิกภาพ เช่นไร ส่วนหนึ่งย่อมขึ้นอยู่กับสภาพครอบครัวและวิธีการอบรมเลี้ยงดูจากบุคคลในครอบครัวเป็นสำคัญ และผู้ที่มีอิทธิพลสำคัญที่สุดต่อการอบรมเลี้ยงดูบุตร คือ บิดา มารดาหรือผู้ปกครองนั่นเอง (Thai Family Research and Development Center Sukhothai Thammathirat University, 2010; Prasertsin, 2009) นอกจากนี้ งานวิจัยของ Anuthaworn (2008) พบว่า นักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบประชาธิปไตยและแบบใช้อำนาจควบคุมมีการติดเกมอยู่ในระดับต่ำ และนักเรียนที่ได้รับการอบรมเลี้ยงดูแบบปล่อยปละละเลยมีการติดเกมอยู่ในระดับสูง แสดงว่ารูปแบบการอบรมเลี้ยงดูของครอบครัวมีความสัมพันธ์กับการติดเกม และมีอิทธิพลอย่างมากต่อการป้องกันการติดเกม การลดโอกาสเข้าถึงเกมของเด็ก และฝึกให้เด็กมีวินัย รู้จักควบคุมตนเองและควบคุมระยะเวลาที่ใช้ในการเล่นเกมนั้น ดังนั้นครอบครัวควรให้ความสำคัญในการอบรมเลี้ยงดูที่ถูกต้อง เหมาะสม ส่งเสริมให้เด็กทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ เพื่อป้องกันการมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมของเด็กและเยาวชน โดยเฉพาะการติดเกมของเด็ก อนึ่งแนวทางการการป้องกันปัญหาเด็กติดเกม คือ สถานศึกษาต้องจัดกิจกรรมให้องค์ความรู้แก่เด็กและผู้ปกครองเพื่อให้หลีกเลี่ยงและป้องกันไม่ให้เด็กอยู่ในภาวะเสี่ยงที่จะติดเกม ลดโอกาสเข้าถึงเกมของเด็กใช้เวลาร่วมกันทำกิจกรรมต่างๆ ในครอบครัวอย่างมีคุณภาพ ส่งเสริมให้เด็กทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ ให้เด็กสามารถควบคุมตนเอง มีความรับผิดชอบ ต่อตัวเองและกฎระเบียบของสังคม นั่นคือการสร้างเด็กให้มีวินัยในตนเอง อันเป็นคุณลักษณะที่พึงประสงค์ของเด็กไทย (Pornnoppadol et al., 2009) กอปรกับข้อค้นพบจากงานวิจัยของ Sennan (2006)

เกี่ยวกับความสัมพันธ์ของรูปแบบการสื่อสารภายในครอบครัวและพฤติกรรมเกมออนไลน์ รวมถึงงานวิจัยเรื่องการอบรมเลี้ยงดูแบบเอาใจใส่ ซึ่งเป็นลักษณะการเลี้ยงดูที่พ่อแม่สนับสนุนลูกให้มีพัฒนาการตามวุฒิภาวะมีการกำหนดขอบเขตของพฤติกรรมเด็กในระดับที่เหมาะสม ให้ความรัก คำปรึกษา ชี้แนะ และใช้เหตุผล มีความสัมพันธ์ทางลบกับพฤติกรรม การรับสื่ออินเทอร์เน็ตด้านบันเทิงทางลบ และเยาวชนที่มีรูปแบบการอบรมเลี้ยงดูแบบเอาใจใส่จะมีพฤติกรรม การรับสื่ออินเทอร์เน็ตด้านบันเทิงทางลบน้อยกว่า การอบรมเลี้ยงดูแบบควบคุม ทอดทิ้งและตามใจ อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .001 (Prasertsin, 2009) ดังนั้นผู้ปกครองจึงควรอบรมเลี้ยงดูบุตรหลานแบบใส่ใจ ให้ความรักความเข้าใจ ชี้ให้เห็นถึงผลดีและผลเสียของการเล่นเกมจะทำให้เด็กในความดูแลซึ่งเป็นวัยรุ่นมีพฤติกรรมติดเกมน้อยลง

### บทสรุป

จากการทบทวนเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง ทั้งที่เป็นบทความวิจัยในวารสาร จำนวน 10 เล่ม หนังสือ จำนวน 2 เล่ม บทความ/ข่าวงานวิจัยที่เป็นวิทยานิพนธ์ จำนวน 7 เล่ม และบทความ/ข่าวจากหนังสือพิมพ์/สื่ออิเล็กทรอนิกส์ จำนวน 7 เรื่อง ที่เป็นข้อมูลเกี่ยวกับการควบคุมการเล่นเกมของวัยรุ่นในครอบครัวและปัจจัยที่ส่งผลทำให้เด็กเล่นเกมไม่เหมาะสมดังกล่าวข้างต้นนั้น ผู้เขียนเห็นว่าประเด็นสำคัญของการลดพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ที่ไม่เหมาะสมนั้นต้องเริ่มที่สถาบันครอบครัวก่อนเป็นลำดับแรกเนื่องจากสถาบันครอบครัวเป็นสถาบันแรกที่หล่อหลอมให้เด็กเป็นไปตามครรลองของสังคม เพื่อให้เด็กเติบโตขึ้นมาเป็นผู้ที่มีคุณธรรมจริยธรรม เป็นสมาชิกที่ดีของสังคม ครอบครัว จึงควรให้ความสำคัญกับพฤติกรรมสื่อสารภายในครอบครัว และตระหนักว่าการสื่อสารภายในครอบครัว มีความสำคัญอย่างยิ่งต่อสมาชิกภายในครอบครัว ผู้ปกครองควรสนทนากับบุตรหลาน เพื่อสร้างความเข้าใจ สร้างความใกล้ชิด และสร้างความอบอุ่นให้กับครอบครัว ซึ่งช่วยพัฒนาความคิด ค่านิยม และมี

การประพฤติปฏิบัติตามขนบธรรมเนียมและวัฒนธรรมอันดีงามภายใต้กฎระเบียบที่สังคมวางไว้ ดังนั้นแต่ละครอบครัวอาจใช้การสื่อสารภายในครอบครัวที่เหมาะสมกับครอบครัวของตนในการป้องกัน ซึ่งจะช่วยให้ระงับการใช้เครือข่ายสังคมออนไลน์และพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของบุตรวัยรุ่น นอกจากนี้การสร้างระเบียบวินัยในบ้านด้วยการกำหนดกติกาอย่างเป็นรูปธรรมรวมทั้งการจัดกิจกรรมให้กับเด็กอย่างต่อเนื่องจะช่วยให้เด็กรู้เท่าทันอันตรายของการติดเกมออนไลน์ และในที่สุดวัยรุ่นในครอบครัวจะมีพฤติกรรมห่างไกลจากเกมออนไลน์และไม่เกิดปัญหาการติดเกมออนไลน์ ผู้เขียนได้นำเอาข้อมูลที่ทบทวนจากเอกสารต่างๆ ดังกล่าวข้างต้นมาเป็นแนวทางเพื่อกำหนดลักษณะของการควบคุมการเล่นเกมออนไลน์ในครอบครัว โดยสรุปเป็นหลักการที่ผู้ปกครองควรนำมาปฏิบัติ ได้แก่

1. ประเภทของเกมที่เหมาะสมกับวัยรุ่น เจเนอเรชั่น Z ที่ส่วนใหญ่ชอบเกมการต่อสู้ควรเป็นเกมที่ไม่มีฉากนองเลือดและหลีกเลี่ยงเกมที่มีเนื้อหาไม่เหมาะสมในเรื่องเกี่ยวกับเพศ ยาเสพติด เป็นต้น

2. เกี่ยวกับเรื่องเวลาและความรับผิดชอบ กิจกรรมและความปลอดภัย โดยกำหนดกติกาอย่างเป็นรูปธรรมเกี่ยวกับการเล่นเกมออนไลน์ในเรื่องข้อตกลงที่เกี่ยวกับเวลาที่ใช้ในการเล่น สถานที่ในการเล่น และการเล่นเกมอย่างเหมาะสมของเยาวชน ตลอดจนคำนึงถึงเรื่องความปลอดภัยในการเล่นเกมนออนไลน์ โดยกำหนดให้เป็นข้อๆ ดังต่อไปนี้

- 1) ควบคุมเวลาในการเล่นเกมนออนไลน์ของเด็ก
- 2) กำหนดเวลาการเล่นเกมนออนไลน์ของเด็ก โดยผู้ปกครองกำหนดกติการ่วมกันกับเด็ก
- 3) ให้เล่นเกมออนไลน์ได้หลังจากที่ทำการบ้าน
- 4) ไม่อนุญาตให้เด็กเล่นเกมออนไลน์ในช่วง 1 ชั่วโมงก่อนเข้านอน
- 5) หากเด็กเล่นเกมออนไลน์นานเกินไป ผู้ปกครองจะเตือน
- 6) ห้ามปรามเมื่อเห็นว่าเด็กเล่นเกมออนไลน์อย่างไม่เหมาะสม เช่น เกมลามกหรือเกมพนันบอล

7) แนะนำเด็กไม่เล่นเกมออนไลน์ที่มี การต่อสู้และความรุนแรงมากเกินไป

8) ห้ามปรามเด็กไม่เล่นเกมออนไลน์ ขณะรับประทานอาหาร

9) ห้ามปรามเด็กไม่ให้หนีเรียนเพื่อไปเล่นเกมออนไลน์ในร้านอินเทอร์เน็ตคาเฟ่

10) ผู้ปกครองต้องห้ามปรามเด็กไม่ให้เปิดเผยข้อมูลส่วนตัวต่างๆ รวมไปถึงการนัดพบกับคนที่รู้จักผ่านการเล่นเกมนออนไลน์ และต้องแจ้งเด็กว่า หากเจอเหตุการณ์ที่น่าไม่ไว้วางใจหรือถูกข่มขู่และคุกคาม ต้องรีบบอกผู้ปกครองทันที

11) เตือนเด็กให้ระงับภัยที่แฝงมาจาก มิชราชีพที่ไม่หวังดีระหว่างการเล่นเกมออนไลน์ตามสถานที่ต่างๆ เช่น การถูกฉกชิงมือถือหรือกระเป๋าสตางค์ เป็นต้น

12) เตือนเด็กให้ระงับอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้น ขณะโดยสารในยานพาหนะระหว่างเล่นเกมออนไลน์ เช่น เสียหลักหวั่นล้มเบาะหรือหน้าต่างเบาะ หรือ ไม่อนุญาตให้เล่นเกมออนไลน์ระหว่างโดยสารในยานพาหนะ

13) เตือนเด็กให้ระงับภัยจากอุบัติเหตุที่อาจเกิดขึ้นได้ขณะเล่นเกมออนไลน์ในสถานที่ต่างๆ เช่น เดินข้างทางรถไฟและถูกรถไฟเฉี่ยวชน เดินชนป้ายข้างทาง เป็นต้น

14) แนะนำเด็กให้หลีกเลี่ยงการเล่นเกมนออนไลน์ข้างสนามกีฬา อาจทำให้เกิดการบาดเจ็บได้ เช่น ถูกอุปกรณ์กีฬากระเด็นใส่ เป็นต้น

15) แนะนำเด็กให้หลีกเลี่ยงการเล่นเกมนออนไลน์ในสวนสาธารณะที่มีผู้คนจำนวนมากเสี่ยงต่อการได้รับอันตรายจากบุคคลที่ไม่หวังดี เช่น สวม จตุจักร สวนลุมพินี เป็นต้น

16) แนะนำเด็กให้ทำกิจกรรมอื่นบ้าง นอกเหนือจากการเล่นเกมออนไลน์ เช่น การเล่นกีฬา การเล่นดนตรี เป็นต้น

17) แนะนำวิธีการคบเพื่อน โดยเฉพาะทักษะการปฏิเสธการชักชวนจากเพื่อนเพื่อไปเล่นเกมออนไลน์

3. การจำกัดการเข้าถึงอุปกรณ์สำหรับการใช้เล่นเกมคอมพิวเตอร์ ให้จัดไว้ในพื้นที่ส่วนกลางของบ้าน ไม่ควรจัดไว้ในห้องนอนเด็ก เป็นต้น

จากข้อกำหนดเกี่ยวกับการควบคุมการเล่นเกมออนไลน์ให้กับเด็กที่เป็นเยาวชน Generation Z ในครอบครัวข้างต้นนั้น ผู้เขียนได้กำหนดขึ้นตามการประมวลเอกสารที่ค้นพบมา โดยปรับให้สอดคล้องกับบริบทของการเล่นเกมออนไลน์ เพื่อใช้สนับสนุนหน่วยงานที่เกี่ยวข้องกับการเสริมสร้างพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์อย่างเหมาะสมที่นับได้ว่าเป็นพฤติกรรมกรรมที่น่าพึงปรารถนาและป้องกันภาวะการติดเกมออนไลน์ของเยาวชนให้ลดลงจากสภาพปัจจุบันของสังคมที่เป็นอยู่ซึ่งจะทำให้สภาพสังคมปัจจุบันเป็นสังคมที่ควบคุมการใช้สื่ออินเทอร์เน็ตซึ่งในที่นี้คือ การเล่นเกมออนไลน์ของเยาวชนให้พอเหมาะพอควร ทำให้เกิดผลกระทบทางบวกได้มากยิ่งขึ้น อย่างไรก็ตามทุกฝ่ายไม่ว่าจะเป็นครอบครัว โรงเรียน ชุมชน ภาครัฐ และภาคเอกชนที่มีส่วนเกี่ยวข้องต้องร่วมมือกันและควรตระหนักถึงปัญหาและให้ความสำคัญกับการแก้ไขปัญหาอย่างจริงจังเพื่อช่วยให้การแก้ไขปัญหาพฤติกรรมติดเกมของเด็กและวัยรุ่นมีประสิทธิภาพมากที่สุด (Charoenwanit,

2014) ซึ่งจะก่อประโยชน์ต่อเยาวชนของชาติและประเทศชาติสืบไป

### ข้อเสนอแนะ

จากการที่ผู้เขียนจัดทำแนวทางเพื่อกำหนดลักษณะของการควบคุมการเล่นเกมออนไลน์ในครอบครัว โดยสรุปเป็นหลักการที่ผู้ปกครองควรนำมาปฏิบัติทั้งในหัวข้อเรื่องของการประเภทของเกม การเข้าถึงอุปกรณ์สำหรับการใช้เล่นเกมออนไลน์ เวลา สถานที่และความปลอดภัยโดยนำมากำหนดลักษณะของการควบคุมการเล่นเกมออนไลน์ในครอบครัวเป็นรายข้อให้เห็นชัดเจนเป็นรูปธรรมข้างต้น ถ้าผู้ปกครองที่ดูแลเด็กหรือเยาวชน Generation Z ได้รับรู้แนวทางดังกล่าวย่อมนำไปสู่การนำไปปรับใช้ในการแนะนำและควบคุมการเล่นเกมออนไลน์ของเยาวชนโดยเฉพาะเจนเนอเรชั่น Z ให้ไปในทิศทางที่เหมาะสม ทำให้เยาวชนเสพการเล่นเกมออนไลน์อย่างพอดีในปริมาณที่เหมาะสมมากกว่าจะหมกมุ่นอยู่กับการเล่นเกมออนไลน์ จนส่งผลกระทบต่อการดำเนินชีวิตของตนเอง นอกจากนี้เมื่อมีการเล่นเกมอย่างพอเหมาะพอควรจะช่วยลดความเสี่ยงต่อการติดเกมออนไลน์ได้ในที่สุด

### References

- Allison, S. E., Wahlde, L., Shockley, T. & Gabbard, G. O. (2006). The development of the self in the era of the internet and role-playing fantasy games. *The American Journal of Family Therapy (AM J FAM THER)*, 163(3), 381-5.
- Amderson, C. A. & Bushman, B. J. (2001). Effects of violent video games on aggressive behavior, aggressive cognition, aggressive affect, physiological arousal, and prosocial behavior: A meta-analytic review of the scientific literature. *Psychol Sci*, 12, 353-359.
- Anuthaworn, T. (2008). *The relationship between family rearing and game addiction*. Master of Education, Mahidol University. [in Thai]
- Arkanit, P. (2018). *Factors Affecting Video Content sharing on Social media of Generation Z*. Master of Communication Arts, Strategic Communication, Graduate School, Bangkok University. [in Thai]
- Biggins, O. (2009). Building Up the Virtual Community in Online Games and Onlineaholics Behaviour of Adolescents in Bangkok Metropolitan. *Journal of the Internet*, 23(70), 7-21. [in Thai]

- Charoenwanit, S. (2014). Game Addiction Behaviors: Impacts and Preventions. *Science and Technology Journal*, 22(6), 871-879. [in Thai]
- Dokmai, P., Kornpetpanee, S. & Jitsathaporn, S. (2013). A Causal Model of Intention to Play Online Games among Lower Secondary Students. *Research Methodology & Cognitive Science*, 11(1), 79-88. [in Thai]
- Han, D. H., Lee, Y. S., Yang, K. C., Kim, E. Y., Lyoo, I. K. & Renshaw, P. F. (2007). Dopamine genes and reward dependence in adolescents with excessive internet video game play. *Journal of Addiction Medicine (J Addict Med)*, 1, 133-138.
- Hattasak, M. (2014). *Group Process*. Bangkok: Textbooks and teaching plans Bangkok University. [in Thai]
- Kanjanopas, N. (2007). *Game addiction*. Master of Science, Faculty of Graduate Studies, Mahidol University. [in Thai]
- Kimberly, Y. (2009). Understanding online gaming addiction and treatment issues for adolescents. *The American Journal of Family Therapy (AM J FAM THER)*, 37, 355-372.
- Ko, C. H., Yen, J. Y., Chen, C. C., Chen, S. H. & Yen, C. F. (2005). Gender differences and related factors affecting online gaming addiction among Taiwanese adolescents. *The Journal of nervous and mental disease (J Nerv Ment Dis)*, 193, 273-277.
- Kolkijkovin, V., Wisitpongaree, C., Techakasem, P., Pornnoppadol, C. & Supawattanabodee, B. (2015). Computer Game Addiction: Risk and Protective Factors in Students in Dusit District, Bangkok. *Journal of Urban Medicine (Vajira Med J)*, 59(3), 1-13. [in Thai]
- Lianyang, T., Pimthong, S. & Peungposop, N. (2018). A Study OF the At-risk Groups and Factors to Protect the Proper Online Gaming Behaviors of Lower Secondary School Students. *Panyapiwat Journal*, 10(2), 165-175. [in Thai]
- Mahaarcha, W. (2011). *Computer game and aggressive behavior in children and youth: findings From Research*. Master of Education, Chulalongkorn University. [in Thai]
- Ministry of Public Health Department of Mental Health, Institute of Mental Health, Children and Teens. (2013). *Chart showing percentage of children Game in Thailand*. Retrieved April 25, 2020, from <http://www.icamtalk.com> [in Thai]
- National Statistical Office. (2018). *The 2018 Household Survey on the Use of Information and Communication Technology*. Retrieved February 14, 2020, from <http://www.nso.go.th/> [in Thai]
- Pornnoppadol, C., Hongsangunsri, S. & Rattanasathien, P. (2014). *Advice for parents about playing computer games for children and teens* (1<sup>st</sup> ed.). Bangkok: Media Zone Printing Company Limited. [in Thai]
- Pornnoppadol, C., Ladawan-Na Ayudhaya, S., Surapongphiwattana, T. & Phoasavasdi, C. (2009). *Identifying protective factors for game addiction in children and adolescents*. Bangkok: National Research Council of Thailand. [in Thai]
- Prasertsin, A. (2009). *Influence of parenting style on children's internet behavior (Research Report)*. Bangkok: Bureau of Educational Testing and Psychology, Srinakharinwirot University. [in Thai]

- Predeeprasong, I. (2000). *Report of the Technical Seminar Mayhem on the social network*. Bangkok: National Institute for Child and Family Development, Mahidol University. [in Thai]
- Ramasut, P. (2009). *Immunization of online games for Thai youth*. Bangkok: National Research Council of Thailand. [in Thai]
- Rattanavarang, W. (2004). *Online game playing of children with family relationships (Research Report)*. Bangkok: Faculty of Social Sciences, Srinakharinwirot University. [in Thai]
- Schroer, W. J. (2014). *Generations X, Y, Z and the Others*. Retrieved April 25, 2020, from <http://www.socialmarketing.org/newsletter/features/generation3.htm>
- Sennan, T. (2006). *Behavior and impact of the game online addiction: case study of student*. Master of Arts Program in Journalism, Chulalongkorn University. [in Thai]
- Techaniyom, K. (2011). *The causal relationship of factors affecting online gaming addiction in the high secondary school students in Bangkok*. Master of Public and Private Management, National Institute of Development Administration. [in Thai]
- Thai Family Research and Development Center Sukhothai Thammathirat University. (2010). *Education and development Forms for enhancing family security (Research report)*. Bangkok: Office of Women's Affairs and Family Development, Department of Psychiatry, Faculty of Medicine, Siriraj Hospital. Retrieved February 11, 2020, from <http://www.thaihealth.or.th/node/8496> [in Thai]
- Thairath Online. (2019). *Can't bear being complained, The child grabs the knife and the father's head is tragically extinguished, Then continue playing the game, waiting to surrender*. Retrieved May 19, 2020, from <https://www.thairath.co.th/news/local/northeast/1473774> [in Thai]
- Thairath Online. (2019). *Children addicted to games, imitating movies, smashing ATMs, repeatedly causing surrender, wanting to go to jail*. Retrieved May 19, 2020, from <https://www.thairath.co.th/news/local/south/1817869> [in Thai]
- Thairath Online. (2019). *Sad 17 children, good learning, addicted to heavy games, shock, extinguish the computer desk*. Retrieved May 19, 2020, from <https://www.thairath.co.th/news/society/1696838> [in Thai]
- Titivarittinun, P. (2006). *Online game interaction: a case study of secondary school students in Amphoe Mueang, Chiang Mai Province*. Master of Arts, Maejo University. [in Thai]
- Yingrengreung, S. (2013). Gaming Addiction in Children: Screening and Solutions. *Journal of Nursing and Education*, 6(3), 16-24. [in Thai]



**Name and Surname:** Tanyavanunlia Lianyang

**Highest Education:** Ph.D. Research in Applied Behavioral Science (emphasis Research), Srinakharinwirot University

**University or Agency:** Panyapiwat Institute of Management

**Field of Expertise:** Applied Behavioral Science