

ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบ ทฤษฎีโซลูชั่น-โฟกัส และแบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรม การติตเกมออนไลน์ของนักเรียน ในอำเภอบางคล้า จังหวัดฉะเชิงเทรา

ธัญญภัทร์ ศิริธรรมาโรจน์*

ปิยะฉัตร เอื้อชินกุล**

สุวัชรพร สวอยอารมณ์***

Received : January 14, 2020

Revised : April 24, 2020

Accepted : June 8, 2020

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อ 1) สำรวจพฤติกรรมติตเกมออนไลน์ของนักเรียนในอำเภอบางคล้า จังหวัดฉะเชิงเทรา 2) สร้างโมเดลการให้คำปรึกษาการให้คำปรึกษากลุ่มแบบทฤษฎีโซลูชั่น-โฟกัสร่วมกับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมติตเกมออนไลน์ และ 3) ศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบทฤษฎีโซลูชั่น-โฟกัสร่วมกับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมติตเกมออนไลน์

ประชากรที่ใช้ในการวิจัยคือ นักเรียนในอำเภอบางคล้า จังหวัดฉะเชิงเทราที่ลงทะเบียนในภาคเรียนที่ 1-2 ประจำปีการศึกษา 2558 จำนวน 4,613 คน กลุ่มตัวอย่างใช้การเลือกแบบเจาะจง ได้จำนวน 385 คน จากการ

ผู้รับผิดชอบบทความ : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ธัญญภัทร์ ศิริธรรมาโรจน์ สาขาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์ 422 ถนนมรุพงษ์ ตำบลหน้าเมือง อำเภอเมือง จังหวัดฉะเชิงเทรา 24000 E-mail : suwatcharaporn@gmail.com

* กศ.ด. (จิตวิทยาการให้คำปรึกษา) ผู้ช่วยศาสตราจารย์สาขาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์

** กศ.ม. (จิตวิทยาการแนะแนว) อาจารย์สาขาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์

*** วท.ม. (จิตวิทยาคลินิก) อาจารย์สาขาจิตวิทยาและการแนะแนว คณะครุศาสตร์ มหาวิทยาลัยราชภัฏราชนครินทร์

ใช้ตารางสำเร็จรูปของทาโร ยามาเน่ เครื่องมือที่ใช้เก็บข้อมูล ได้แก่ แบบทดสอบการติดเกมฉบับเด็กและวัยรุ่น สำหรับการศึกษาประสิทธิผลของการใช้โมเดลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบทฤษฎีโซลูชัน-โฟกัสร่วมกับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของนักเรียน ใช้เกณฑ์คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจากการสัมภาษณ์ตามความพร้อมและความสมัครใจของนักเรียน ผู้ปกครอง ครูและผู้บริหารของโรงเรียน ความพร้อมของห้องให้คำปรึกษา และสัมภาษณ์อีกครั้งเพื่อให้ได้กลุ่มทดลอง ในการทดลองครั้งนี้ มีนักเรียนที่เข้าเกณฑ์ในการเป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม จำนวน 9 คน เป็นนักเรียนโรงเรียนบางคล้าพิทยาคม การวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ค่าต่ำสุด ค่าสูงสุด ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานการวิเคราะห์ความแปรปรวนทางเดียว

ผลการวิจัยพบว่า 1) พฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของนักเรียนในอำเภอบางคล้า จังหวัดฉะเชิงเทรา จากแบบทดสอบการติดเกม ฉบับเด็กและวัยรุ่น กลุ่มตัวอย่างจำนวน 385 คน เป็นเพศชาย จำนวน 211 คน มีคะแนนรวมของแบบทดสอบการติดเกม คะแนนต่ำกว่า 24 จัดอยู่ในกลุ่มปกติ ระดับความรุนแรงของปัญหาพบว่า ยังไม่มีปัญหาในการเล่นเกมน เป็นเพศหญิง จำนวน 174 คน มีคะแนนรวมของแบบทดสอบการติดเกม คะแนนต่ำกว่า 16 จัดอยู่ในกลุ่มปกติ ระดับความรุนแรงของปัญหาการติดเกมออนไลน์พบว่า ยังไม่มีปัญหาติดเกมออนไลน์ 2) การสร้างโมเดลการให้คำปรึกษากลุ่มที่มีต่อพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของนักเรียนในอำเภอบางคล้า จังหวัดฉะเชิงเทรา พัฒนาจากแนวคิดทฤษฎีและเทคนิคต่าง ๆ ของทฤษฎีการให้คำปรึกษากลุ่มโซลูชัน-โฟกัสร่วมกับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง โดยขั้นตอนการปรึกษาประกอบด้วย 3 ขั้นตอนคือ ขั้นนำ ขั้นดำเนินการ และขั้นสรุป และ 3) ระดับการติดเกมออนไลน์ของนักเรียนก่อนทดลองหลังทดลอง และระยะติดตามผลพบว่า ก่อนทดลองและหลังทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยหลังทดลองมีระดับการติดเกมออนไลน์ลดลง และเมื่อเปรียบเทียบหลังทดลองและระยะติดตามผลพบว่า ไม่แตกต่างกัน

คำสำคัญ : การให้คำปรึกษากลุ่มแบบทฤษฎีโซลูชัน-โฟกัส / การให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง / พฤติกรรมติดเกมออนไลน์

The Results of Solution-Focused Brief Therapy and Reality Therapy in Groups Affecting the Online Game Playing Behavior Among the Students in Bangkhla District, Chachoengsao Province

Thanyaphat Sirathatnarojana*

Piyachat Uahchinkul**

Suwatcharaporn Suay-arom***

Abstract

This research aimed at : 1) surveying the online game playing behavior of the students in Bangkhla District, Chachoengsao Province; 2) creating the model of Solution-Focused Brief Therapy in Groups associated with Reality Therapy Groups affecting the behavior of playing online games; and 3) studying the results of Solution-Focused Brief Therapy in Groups and Reality Therapy Groups affecting the online game playing behavior.

Corresponding Author : Thanyaphat Sirathatnarojana, Rajabhat Rajanagarinda University, Na Mueang, Muang Chachoengsao, Chachoengsao, 24000, E-mail : suwatcharaporn@gmail.com

* Ed.D. (Counseling Psychology) Assistant. Professor., Department Psychology and Guidance of Education Rajabhat Rajanagarindra University

** M.Ed. (Guidance Psychology) Lecturer, Department Psychology and Guidance of Education Rajabhat Rajanagarindra University

*** M.Sc. (Clinical Psychology) Lecturer, Department Psychology and Guidance of Education Rajabhat Rajanagarindra University

The research population consisted of 4,613 students who enrolled in 1st and 2nd semester of Year 2016 in Bangkhla District, Chachoengsao Province. Questionnaires to survey the students' behavior of playing online games were used. The sample group was selected by the purposive sampling, comprising 385 students, which was calculated by Taro Yamane formula. The Game Addiction Screening Test (GAST) for children and teenagers was used for collecting data. In this research, an experimental group of nine students was conducted using Solution-Focused Brief Therapy in Groups and Reality Therapy Groups affecting the online game playing behavior of the students at Bangkhla Phitthayakhom School. Statistics used in this research were min, max, mean, standard deviation, and One-way ANOVA.

The research results were : 1) in terms of the online game playing behavior of 385 students in Bangkhla District, Chachoengsao Province, according to the Game Addiction Screening Test (GAST) for children and teenagers, it showed that 211 male students had total score lower than 24 so they were be classified in normal group and no violence of problems were found from playing online games. While 174 female students had the total score lower than 16 so they were classified in normal group and no violence of problems were found from playing online games; 2) the creating group counseling model affecting the online game playing behavior of the students in Bangkhla District, Chachoengsao Province, was developed from the concepts and techniques of solution-focused brief therapy in groups associated with reality therapy groups. This model included-initial stage, working stage, and termination stage; and 3) in terms of game addiction of the students before and after the experiment and monitoring period, it showed that the results before experiment were different from those after experiment with the statistical significance of 0.5. After the experiment, the level of game addiction was lower and no differences were found between after the experiment and the monitoring period.

Keywords : Solution-Focused Brief Therapy in groups / Reality Therapy in groups / Online game playing behavior

1. บทนำ

ปัจจุบัน

เด็กวัยรุ่นไทยสนใจเล่นเกมออนไลน์เป็นจำนวนมากและนับวันจะทวีจำนวนเพิ่มมากขึ้นเรื่อย ๆ ทุกปี ซึ่งเป็นผลจากการกระตุ้นทางธุรกิจและความสะดวกในการเข้าถึงเกมออนไลน์ ประกอบกับแรงดึงดูดของเกมที่มีความสวยงาม สดุดีเพลิดเพลิน เนื้อหาท้าทาย ผู้เล่นสามารถแข่งขันพูดคุยกับกลุ่มเพื่อนผ่านตัวละคร ในเกมออนไลน์ได้ ทั้งที่นั่งเล่นอยู่ที่บ้าน จึงทำให้ผู้เล่นมีพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมหรือติดเกมออนไลน์ได้ สรุปผลกระทบด้านลบจากเกมออนไลน์ไว้หลายประเด็นดังนี้

เมื่อเกมคอมพิวเตอร์สร้างความบันเทิงให้แก่มนุษย์ได้ ดังนั้น มนุษย์โดยเฉพาะเด็กจึงมีพฤติกรรมเสพติดเกมจนไม่มีเวลาเหลืออยู่ให้แก่กิจกรรมอื่น ๆ ในชีวิต ตัวอย่างของผลเสียจากการเสพติดเกมคอมพิวเตอร์คือ ผลเสียต่อสุขภาพกาย เพราะผู้เสพติดเกมมักจะไม่เอาใจใส่กับการกินอาหาร หรือการไปห้องน้ำตามที่สมควรแก่ร่างกายมนุษย์ ดังนั้น ผู้เล่นเกมซึ่งไม่มีวิจารณญาณ จึงมักจะมีปัญหาสุขภาพเสื่อมเสียภายหลังจากภาวะการติดเกม ขอให้สังเกตว่า ผู้ที่เป็นโรคติดเกมมากที่สุดและได้รับผลเสียทางสุขภาพจากการติดเกมมากที่สุดคือ วัยเด็กที่มีปัญหาในการควบคุมตนเอง เพราะเด็กในสภาวะการดังกล่าวมักจะขาดจิตสำนึกที่จะปฏิบัติในสิ่งที่ถูกต้องต่อตนเอง หรือแม่ผู้อื่น (Elisa and Anderson, 2001)

การใช้เกมคอมพิวเตอร์เพื่อประโยชน์ทางเศรษฐกิจ จะเห็นได้โดยทั่วไปว่า มีการนำเอาเนื้อหาของเรื่องลามก อนาจาร ความรุนแรงมาใช้เป็นเนื้อหาของเกมคอมพิวเตอร์เพื่อการพาณิชย์

เกมลักษณะนี้ผิดกฎหมาย ราคาถูก สนองตอบต่อจิตสำนึกหยาบกร้านของมนุษย์ได้อย่างมาก ในลักษณะนี้ เกมคอมพิวเตอร์จึงขายดีมากและยากแก่การป้องกันและปราบปราม ซึ่งปรากฏให้พบเห็นอยู่เสมอว่าเด็กและเยาวชนได้รับผลกระทบด้านร้ายนี้ ปัญหาของเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์นั้น ที่ร้ายแรงที่สุดน่าจะมาจากปัญหาต่าง ๆ ที่มีอยู่ในอินเทอร์เน็ตอยู่แล้วมาเพิ่มพูนเป็นปัญหาของเกมคอมพิวเตอร์ต่อ เช่น ปัญหาพฤติกรรมการเสพติดอินเทอร์เน็ต ปัญหาความรุนแรงและความลามกอนาจารของเนื้อหาในอินเทอร์เน็ต โดยเฉพาะเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ เป็นต้น ซึ่งจะนำไปสู่การปฏิสัมพันธ์ระหว่างมนุษย์ด้วยกัน โดยเป็นเกมที่ไม่มียอดจบของเรื่อง เป็นต้น ผู้เล่นจึงมีอาการเสพติดเกมได้มากกว่าเกมคอมพิวเตอร์ไม่ออนไลน์หรือกิจกรรมอื่นในอินเทอร์เน็ต การสร้างกติกาให้ผู้เล่นเกมได้มีพฤติกรรมที่สามารถชื่นชมชัยชนะของตนเองในการเล่น เกม โดยการสะสมคะแนนหรือรางวัลในรูปแบบต่าง ๆ ทำให้การเสพติดเกมมีความรุนแรงและจริงจังมากขึ้น แม้เนื้อหาของเกมจะไม่ลามกอนาจารหรือรุนแรง มนุษย์ที่เล่นเกมก็มีอาการเสพติดเกมจนตัดตนเองขาดออกจากกิจกรรมอื่น ๆ ในชีวิต เด็กยอมได้รับความเสียหายที่มากกว่าผู้ใหญ่ เด็กจำนวนไม่น้อยที่เสพติดเกมจนมีปัญหาครอบครัว เสียการเรียน ถูกหลอกหลวงออกไปจากอินเทอร์เน็ตจนเป็นเหตุให้เสียชีวิตหรือเพียงทรัพย์สิน ถูกทำร้ายร่างกายหรือถูกละเมิดทางเพศจากบุคคลที่พบในเกมที่ออนไลน์ (Dorman, 1997)

ผลกระทบที่สำคัญที่สุดคือ วัยรุ่นจะไม่สามารถแยกแยะโลกของความเป็นจริงกับโลกของเกมได้ มีการเลียนแบบตามโลกของเกมและมีผลกระทบ

ทางศิลปวัฒนธรรม โดยเฉพาะผู้ผลิตเกมจะสอดแทรก วัฒนธรรม และภาษาเข้าไปโดยไม่รู้ตัว ซึ่งในมุมมอง แบบบริโภคนิยม วัตถุนิยมและทุนนิยม สิ่งของเกม คอมพิวเตอร์ได้ก่อให้เกิดขึ้นคือ ความเจริญทางวัตถุ แก่สังคมเท่านั้น มนุษย์ทั้งหมดไม่ว่าเด็กหรือผู้ใหญ่ ย่อมได้รับผลของเศรษฐกิจระดับมหภาคที่ดีขึ้น แต่ท่ามกลางบรรยากาศที่ทุกคนมีเงินเดือนดีและมี งานทำ อาจจะมีปัญหาในเชิงสังคมและวัฒนธรรม เกิดขึ้นแก่สังคม ซึ่งเป็นด้านลบของการขยายตัว ทางเศรษฐกิจอันเป็นผลเนื่องมาจากความนิยมของ คนในสังคมไทยที่จะบริโภคเกมคอมพิวเตอร์อย่าง จริงจังในชีวิต (อมรวิทย์ หอเจริญ, 2545)

ปัญหาที่เกิดจากพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ ของเด็กไทยมีแนวโน้มที่จะทวีความรุนแรงขึ้น เช่น หนีโรงเรียน ไปโรงเรียนแต่ไปไม่ถึงโรงเรียน เลิกเรียนแต่ไม่ถึงบ้านใช้เวลา 5-6 ชั่วโมง อยู่ใน ร้านเกมนำเงินค่าขนมจ่ายเป็นค่าเล่นเกมจนหมด ขโมยเงิน ขโมยของมีค่าในบ้านไปขายเพื่อแลก เป็นเงินไปเล่นเกมบางราย ขายยาเสพติด หรือจัด ตู้เอทีเอ็มเพื่อเอาเงินไปเล่นเกม เป็นต้น และน่าเศร้า ที่สุดคือ เด็กเล่นเกม จนช็อกตายคาจอคอมพิวเตอร์ บางคนเล่นเกมจนเครียดฆ่าตัวตาย แม่ของเด็กเล่นเกม ที่โกรธลูกน้อยใจจนฆ่าตัวตาย

พ.ศ. 2556 สำนักงานสถิติแห่งชาติพบว่า ประชาชนร้อยละ 59.0 เล่นเกมออนไลน์ โดยผู้ที่ เล่นเกมร้อยละ 13.3 ประสบปัญหาจากการเล่นเกม ออนไลน์ คือ ขาดความสัมพันธ์ในครอบครัว ก้าวร้าว ไม่สนใจการเรียน และสุขภาพไม่ดี ปี 2548 เอแบคโพล สสำรวจผลกระทบต่อผู้เล่นเกมคอมพิวเตอร์พบว่า มีปัญหาทางด้านสายตา (ร้อยละ 78.3) สิ้นเปลือง

ทั้งเงินและเวลา (ร้อยละ 70.8) ไม่มีเวลาทบทวน บทเรียน การเรียนลดลง (ร้อยละ 62.4) ร่างกาย ไม่แข็งแรง (ร้อยละ 51.6) และมีพฤติกรรมอารมณ์ ก้าวร้าวรุนแรงขึ้น (ร้อยละ 37.5) ซึ่งนักวิชาการและ ผู้เชี่ยวชาญระบุว่า การเล่นเกมออนไลน์ทำให้ติดเกมได้ หากเล่นจนมีพฤติกรรมติดเกมจะมีผลกระทบทำให้ ผลการเรียนตกต่ำ จากการศึกษาข้อมูลเบื้องต้น ที่สำคัญซึ่งจะส่งผลกระทบต่อนักเรียน จากปัญหา และข้อมูล มหาวิทยาลัยราชภัฏวราชนครินทร์ ได้ ดำเนินการวิจัยด้านเด็ก เยาวชน และการศึกษา ให้บังเกิดประโยชน์สูงสุดต่อสังคม เช่น โครงการ ติดตามสภาวะการณ์เด็กและเยาวชนรายจังหวัดภาค ตะวันออก พบว่า ข้อมูลทั่วไปของนักเรียนที่เก็บข้อมูล เบื้องต้นจากการวิจัยเรื่องการสำรวจสภาวะการณ์ เด็กติดเกมในจังหวัดฉะเชิงเทรา สุทธิมาวดีและคณะ (2556) ได้ทำการสำรวจนักเรียนในภาคตะวันออก พบว่า ที่บ้านมีคอมพิวเตอร์ใช้ (ร้อยละ 98.4) นักเรียนมีคอมพิวเตอร์ใช้เป็นส่วนตัว (ร้อยละ 37.7) มีประสบการณ์ในการเล่นเกมนออนไลน์ (ร้อยละ 96.8) รวมเวลาของประสบการณ์ในการเล่นเกมน ออนไลน์ตั้งแต่ 3 ปีขึ้นไป (ร้อยละ 26.3) เกมที่เคย เล่นคือ เกมผจญภัย เกมต่อสู้ และเกมแข่งกีฬา เกมสนุกฝึกความเร็ว เกมฝึกสมอง เกมวางแผน เกมเสมือนจริง และเกมผสมผสานพฤติกรรม การแสวงหาเกมหรือการชวนขายที่จะเล่นเกม และ พบว่า นักเรียนที่เล่นเกมออนไลน์มีพฤติกรรม การเล่นเกมออนไลน์ตั้งแต่วันจันทร์ ถึงวันศุกร์ และเล่นทุกวัน (ร้อยละ 30.5) เล่นเกมออนไลน์ ต่อสัปดาห์มากกว่า 4 ครั้งขึ้นไป (ร้อยละ 61.0) และ เล่นทุกช่วงไม่จำกัดเวลา (ร้อยละ 49.0) สถานที่

เล่นเกมออนไลน์ประจำคือ บ้านตัวเอง (ร้อยละ 86.8) เหตุผลที่เล่นเกมออนไลน์เพราะเกมให้ความบันเทิง สนุกเพลิดเพลิน (ร้อยละ 73.0) และว่างไม่มีกิจกรรม ให้ทำ (ร้อยละ 44.1) พฤติกรรมการเล่นวันเสาร์อาทิตย์ เล่นทั้งวัน (ร้อยละ 24.5) ว่างต้องเล่นประจำ (ร้อยละ 21.1) เล่นแม้เป็นวันสอบ (ร้อยละ 15.0) เล่นทั้งคืน ไม่นอน (ร้อยละ 11.0) ตื่นมาเล่นกลางดึก (ร้อยละ 5.9) เล่นที่ร้านอินเทอร์เน็ตไม่กลับบ้าน (ร้อยละ 6.8) โดดเรียนไปเล่นเกม (ร้อยละ 3.0) แอบเล่นในห้องเรียน (ร้อยละ 3.1)

คณะผู้วิจัยมองเห็นความสำคัญของการลด พฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ โดยการศึกษา ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบทฤษฎี โซลูชัน-โฟกัส และการให้คำปรึกษากลุ่มแบบ เสนอปัญหาความจริงที่มีต่อพฤติกรรมติดเกม ออนไลน์ของนักเรียนในอำเภอบางคล้า จังหวัด ฉะเชิงเทรา ดังนั้น ในการวิจัยจึงกำหนดความ มุ่งหมายของการวิจัยเพื่อสำรวจพฤติกรรมติด เกมออนไลน์ สร้างโมเดลการให้คำปรึกษาการให้ คำปรึกษากลุ่มแบบทฤษฎีโซลูชัน-โฟกัสร่วมกับการ ให้คำปรึกษากลุ่มแบบเสนอปัญหาความจริง เพื่อศึกษาผล ของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบทฤษฎีโซลูชัน-โฟกัส ร่วมกับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเสนอปัญหาความจริงที่ มีต่อการลดพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ก่อนการ ทดลอง หลังการทดลอง และระยะติดตามผล

2. วัตถุประสงค์

2.1 เพื่อสำรวจพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของ นักเรียนในอำเภอบางคล้า จังหวัดฉะเชิงเทรา

2.2 เพื่อสร้างโมเดลการให้คำปรึกษากลุ่ม แบบทฤษฎีโซลูชัน-โฟกัสร่วมกับการให้คำปรึกษา กลุ่มแบบเสนอปัญหาความจริงที่มีต่อพฤติกรรมติด เกมออนไลน์ของนักเรียนในอำเภอบางคล้า จังหวัด ฉะเชิงเทรา

2.3 เพื่อศึกษาผลของการให้คำปรึกษากลุ่ม แบบทฤษฎีโซลูชัน-โฟกัสร่วมกับการให้คำปรึกษา กลุ่มแบบเสนอปัญหาความจริงที่มีต่อพฤติกรรมติด เกมออนไลน์ของนักเรียนในอำเภอบางคล้า จังหวัด ฉะเชิงเทรา

3. วิธีดำเนินการวิจัย

ผู้วิจัยได้ดำเนินการตามขั้นตอนดังนี้

3.1 ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง

3.1.1 ประชากรที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้คือ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นในอำเภอบางคล้า จังหวัดฉะเชิงเทราที่ลงทะเบียนในภาคเรียนที่ 1-2 ประจำปีการศึกษา 2558 จำนวน 4,613 คน โดยใช้ แบบสอบถามเด็กติดเกมออนไลน์ (ข้อมูลสำนักงาน เขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาศรีสะเกษ เขต 2 ปี 2559)

3.1.2 กลุ่มตัวอย่างที่เก็บข้อมูลโดยใช้ แบบสอบถามโดยใช้การเลือกกลุ่มตัวอย่างแบบ เจาะจง (purposive sampling) และกำหนดขนาด ของกลุ่มตัวอย่างใช้ตารางสำเร็จรูปของ ทาโร ยามาเน่ (Yamane) โดยคาดว่าสัดส่วนของลักษณะที่สนใจ ในประชากร เท่ากับ 0.5 และระดับความเชื่อมั่น 95% ได้กลุ่มตัวอย่างจำนวน 385 คน

3.1.3 การคัดเลือกกลุ่มตัวอย่างสำหรับการ ทดลองเพื่อศึกษาประสิทธิผลของการใช้โมเดล

การให้คำปรึกษากลุ่มแบบทฤษฎีโซลูชัน-โฟกัส และการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียน จะใช้เกณฑ์คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างจากการสัมภาษณ์ โดยสามารถเข้าร่วมการทดลองได้ตลอดโครงการ ความพร้อมและความสมัครใจของนักเรียน ผู้ปกครอง ครูและผู้บริหารของโรงเรียน ความพร้อมของห้องให้คำปรึกษา และสัมภาษณ์อีกครั้งเพื่อให้ได้กลุ่มทดลอง ในการทดลองครั้งนี้มีนักเรียนที่เข้าเกณฑ์ในการเป็นกลุ่มทดลอง 1 กลุ่ม จำนวน 9 คน เป็นนักเรียนโรงเรียนบางคล้าพิทยาคม

3.2 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

3.2.1 แบบประเมินพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียนใช้ฉบับของรองศาสตราจารย์ นายแพทย์ สาญวิทย์ พรณาดล สาขาวิชาจิตเวชเด็ก และวัยรุ่น ภาควิชาจิตเวชศาสตร์ คณะแพทยศาสตร์ ศิริราชพยาบาล มหาวิทยาลัยมหิดล โดยคณะผู้วิจัยได้รับอนุญาตเพื่อใช้ในการวิจัยได้

3.2.2 คณะผู้วิจัยสร้างโมเดลการให้คำปรึกษาการให้คำปรึกษากลุ่มแบบทฤษฎีโซลูชัน-โฟกัส และการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์

3.3 การเก็บรวบรวมข้อมูล

การเก็บรวบรวมข้อมูล แบ่งออกเป็น 2 ระยะ ดังนี้

ระยะที่ 1 เป็นการสำรวจพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของนักเรียนในอำเภอบางคล้า จังหวัด ฉะเชิงเทราและสร้างโมเดลการให้คำปรึกษาการให้คำปรึกษากลุ่มแบบทฤษฎีโซลูชัน-โฟกัส และการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อ

พฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์โดยใช้แบบสอบถามเด็กติดเกมออนไลน์ “แบบทดสอบการติดเกม ฉบับเด็ก (Game-S)” จำนวน ทั้งหมด 385 ชุด เก็บคืนได้มาทั้งหมดเพื่อนำมาวิเคราะห์พฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์

ระยะที่ 2 การสร้างโมเดลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบทฤษฎีโซลูชัน-โฟกัสร่วมกับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียน เป็นกระบวนการลดพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ด้วยการผสมผสานแนวคิดที่มุ่งอนาคต อยู่กับปัจจุบัน มองโลกในแง่บวก ใช้ระบบ WDEP โดยการนำแนวคิดและเทคนิคของการให้คำปรึกษากลุ่มมาสร้างโมเดลการให้คำปรึกษากลุ่มให้นักเรียนที่เป็นสมาชิกกลุ่มให้สามารถค้นหาศักยภาพของตนเอง แก้ไขปัญหาชีวิตในสถานการณ์การให้คำปรึกษากลุ่มและการดำเนินชีวิตทั้งในปัจจุบัน โดยให้คำปรึกษากลุ่ม สัปดาห์ละ 1 ครั้ง รวม 10 ครั้ง/ครั้งละประมาณ 1.30-2 ชั่วโมง เป็นเวลา 10 สัปดาห์ ผู้วิจัยนำโมเดลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบทฤษฎีโซลูชัน-โฟกัสร่วมกับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียน ที่สร้างขึ้นไปให้ผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (content validity) พิจารณาถึงความสอดคล้องเหมาะสมด้านวัตถุประสงค์ การเลือกใช้ทฤษฎีเทคนิค กระบวนการและขั้นตอนการปรึกษากลุ่ม ความถูกต้องของภาษาที่ใช้ในรูปแบบการให้การปรึกษา รวมทั้งให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงแก้ไข จากนั้นคณะผู้วิจัยนำผลการตรวจสอบจากผู้เชี่ยวชาญมาปรับปรุงแก้ไข โดยสามารถ

แบ่งการให้คำปรึกษากลุ่มออกเป็น 3 ขั้นตอนหลัก ประกอบด้วย

ขั้นที่ 1 ขั้นเริ่มต้น เป็นขั้นปฐมนิเทศ และการสำรวจ ซึ่งเป็นขั้นการกำหนดโครงสร้างกลุ่ม การสร้างความคุ้นเคย การสำรวจความคาดหวังของ สมาชิกกลุ่มการจัดการต่อต้าน การจัดการความวิตกกังวล การลดกลไกการป้องกันตนเอง การลดความขัดแย้งและความไม่สอดคล้องในการเข้ารับการให้คำปรึกษา

ขั้นที่ 2 ขั้นดำเนินการ เป็นขั้นการสร้างความเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน การจัดการกับประเด็นสำคัญส่วนบุคคลของสมาชิกกลุ่ม การทำความเข้าใจอย่างลึกซึ้งไปสู่การปฏิบัติ และการนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปใช้ปฏิบัติในการดำเนินชีวิตประจำวัน

ขั้นที่ 3 ขั้นสรุป เป็นขั้นที่สมาชิกกลุ่มเกิดการเรียนรู้ที่มั่นคง สามารถนำสิ่งที่ได้เรียนรู้ไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวัน และยุติการให้คำปรึกษากลุ่ม

ระยะที่ 3 เป็นการศึกษาผลของการใช้โมเดลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบทฤษฎีโซลูชัน-โฟกัส ร่วมกับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง ที่มีต่อพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียน โดยใช้การทดลองแบบศึกษากลุ่มเดียว วัดก่อนและหลังการทดลอง (one-group pretest -posttest design)

4. ผลการวิจัย

ตอนที่ 1 ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพฤติกรรมเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียนในอำเภอบางคล้า จังหวัดฉะเชิงเทราจากแบบสอบถาม “แบบทดสอบการติดเกม ฉบับเด็ก (Game-S)”

ข้อมูลพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของนักเรียนในอำเภอบางคล้า จังหวัดฉะเชิงเทราจากแบบสอบถาม “แบบทดสอบการติดเกม ฉบับเด็ก (Game-S)” จำนวน 9 โรงเรียนประกอบด้วย โรงเรียนวัดบางกระเจ็ด โรงเรียนวัดสามแยก โรงเรียนวัดใหม่บางคล้าโรงเรียนวัดปากน้ำโจ้โล้ โรงเรียนวัดสาวชะโงก โรงเรียนวัดศรีสุตาราม โรงเรียนวัดเสม็ดเหนือ โรงเรียนบางคล้าพิทยาคม โรงเรียนวัดเปี่ยมนิโครธาราม รวม 385 คน เป็นนักเรียนเพศชาย จำนวน 211 คน โดยกลุ่มตัวอย่าง มีโดยรวมมีคะแนนรวมของแบบทดสอบ GAST คะแนนต่ำกว่า 24 จัดอยู่ในกลุ่มปกติ ระดับความรุนแรงของปัญหาพบว่า ยังไม่มีปัญหาในการเล่นเกมน และเป็นเพศหญิง จำนวน 174 คน โดยรวมมีคะแนนรวมของแบบทดสอบ GAST คะแนนต่ำกว่า 16 จัดอยู่ในกลุ่มปกติ ระดับความรุนแรงของปัญหาพบว่า ยังไม่มีปัญหาในการเล่นเกมน โดยมีโรงเรียนบางคล้าพิทยาคม เพศหญิงเริ่มมีปัญหาในการเล่นเกมน โดยมีคะแนน 19 จึงนำมาสู่การทดลองในการวิจัยครั้งนี้

ตอนที่ 2 การสร้างโมเดลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบทฤษฎีโซลูชัน-โฟกัส ร่วมกับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียนในอำเภอบางคล้า จังหวัดฉะเชิงเทรา

คณะผู้วิจัยสร้างโมเดลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบทฤษฎีโซลูชัน-โฟกัส ร่วมกับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ของนักเรียนในอำเภอบางคล้าจังหวัดฉะเชิงเทรา สรุปได้ดังตารางที่ 2.1

ตารางที่ 2.1 โมเดลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบทฤษฎีโซลูชัน-โฟกัสร่วมกับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมเกมออนไลน์ของนักเรียนในอำเภอบางคล้า จังหวัดฉะเชิงเทรา

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	ทฤษฎีที่ใช้ในการปรึกษา
1	การปฐมนิเทศ (Orientation)	เพื่อแนะนำตัวและสร้างสัมพันธภาพและเพื่อให้สมาชิกทราบเกี่ยวกับวัตถุประสงค์และความสำคัญของการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม ให้สมาชิกมีความรู้ความเข้าใจเบื้องต้นเกี่ยวกับเกมออนไลน์ รวมทั้งข้อตกลงเบื้องต้นของกลุ่ม บทบาทของสมาชิกกลุ่ม กฎในการเข้ารับการให้คำปรึกษากลุ่ม การรักษาความลับ และการขออนุญาตการบันทึกภาพและเสียง และชี้แจงรายละเอียดเกี่ยวกับตารางเวลา จำนวนครั้ง ระยะเวลา รูปแบบ และวิธีการในการให้คำปรึกษากลุ่ม	บูรณาการทฤษฎีการกลุ่มแบบทฤษฎีโซลูชัน-โฟกัส ร่วมกับทฤษฎีเผชิญความจริง เทคนิค การให้การศึกษา จุลภาค ได้แก่ การยอมรับ และการฟังอย่างตั้งใจ การสะท้อนความรู้สึก การทวนความ การสร้างความกระจ่าง การตั้งคำถาม และการสรุป
2	ผลกระทบของการติดเกมออนไลน์	เพื่อให้สมาชิกกลุ่มมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับ ผลกระทบของการติดเกม และกระตุ้นให้สมาชิกกลุ่มระดมความคิดในการสร้างวิธีการพัฒนา ลดพฤติกรรมเกมออนไลน์ของสมาชิก	บูรณาการทฤษฎีการกลุ่มแบบทฤษฎีโซลูชัน-โฟกัส ร่วมกับทฤษฎีเผชิญความจริง เทคนิค การจัดกรอบความคิดใหม่ (reframing) ค้นหาข้อยกเว้นในปัญหา (searching for exceptions to the problem)

ตารางที่ 2.1 (ต่อ)

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	ทฤษฎีที่ใช้ในการปรึกษา
3	การควบคุมตนเอง ในการเล่นเกมน ออนไลน์ไม่ให้ เกิดผลเสีย	เพื่อให้สมาชิกกลุ่มพัฒนาทักษะการวางแผน และการสร้างเป้าหมายในการควบคุมตนเอง ในการเล่นเกมนออนไลน์ไม่ให้เกิดผลเสีย	บูรณาการทฤษฎีการกลุ่มแบบ ทฤษฎีโซลูชั่น-โฟกัส ร่วมกับ ทฤษฎีเผชิญความจริง เทคนิค การให้การปรึกษา จุลภาค การค้นหาข้อบกพร่อง ในปัญหา (searching for exceptions to the problem) การสร้างเป้าหมายของสมาชิก (creating member goals)
4	วางแผนและการ สร้างเป้าหมาย ในการควบคุม ตนเองในการเล่น เกมนออนไลน์ไม่ ให้เกิดผลเสีย	เพื่อให้สมาชิกกลุ่มพัฒนาทักษะการวางแผน และค้นหาแนวทางในการลดพฤติกรรม หมกมุ่นกับเกมที่เหมาะสมกับตนเองได้	บูรณาการทฤษฎีการกลุ่มแบบ ทฤษฎีโซลูชั่น-โฟกัส ร่วมกับ ทฤษฎีเผชิญความจริง เทคนิค การให้การปรึกษา จุลภาค การกระตุ้นให้เกิดแรง จูงใจ (encouraging motivation) คำถามปาฏิหาริย์ (the miracle question)
5	การหาทางออก ให้กับปัญหา เมื่อไม่สามารถ ควบคุมตนเองใน การเล่นเกมน	เพื่อให้สมาชิกกลุ่มพัฒนาทักษะในการหา ทางออกให้กับปัญหาเมื่อไม่สามารถควบคุม ตนเองในการเล่นเกมนที่เหมาะสมกับตนเองได้	บูรณาการทฤษฎีการกลุ่มแบบ ทฤษฎีโซลูชั่น-โฟกัส ร่วมกับ ทฤษฎีเผชิญความจริง เทคนิค การให้การปรึกษา จุลภาค การกระตุ้นให้เกิดแรง จูงใจ (encouraging motivation) คำถามปาฏิหาริย์ (the miracle question) คำถามลำดับขั้น (scaling questions)

ตารางที่ 2.1 (ต่อ)

ครั้งที่	เรื่อง	วัตถุประสงค์	ทฤษฎีที่ใช้ในการปรึกษา
6	นักเรียนจะเพิ่มความรับผิดชอบได้อย่างไรบ้าง	เพื่อให้สมาชิกกลุ่มปรับเปลี่ยนทัศนคติเกี่ยวกับความรับผิดชอบต่อหน้าที่ได้อย่างไรบ้าง	บูรณาการทฤษฎีการกลุ่มแบบทฤษฎีโซลูชั่น-โฟกัส ร่วมกับทฤษฎีเผชิญความจริง เทคนิค การให้การปรึกษา จุลภาค ระบบ WDEP
7	นักเรียนมีชีวิตที่เลือกได้	เพื่อให้สมาชิกกลุ่มปรับเปลี่ยนทัศนคติเกี่ยวกับโดยนำเสนอแนวคิดที่นักเรียนมีชีวิตที่เลือกได้	บูรณาการทฤษฎีการกลุ่มแบบทฤษฎีโซลูชั่น-โฟกัส ร่วมกับทฤษฎีเผชิญความจริง เทคนิค การให้การปรึกษา จุลภาค ระบบ WDEP
8	นักเรียนต้องการเปลี่ยนแปลงชีวิตอย่างไรบ้าง	เพื่อให้สมาชิกกลุ่มปรับเปลี่ยนทัศนคติโดยนำเสนอแนวคิดที่นักเรียนต้องการเปลี่ยนแปลงชีวิตอย่างไรบ้าง	บูรณาการทฤษฎีการกลุ่มแบบทฤษฎีโซลูชั่น-โฟกัส ร่วมกับทฤษฎีเผชิญความจริง เทคนิค การให้การปรึกษา จุลภาค ระบบ WDEP
9	นักเรียนจะเตือนตัวเองอย่างไร	เพื่อให้สมาชิกกลุ่มปรับเปลี่ยนทัศนคติโดยนำเสนอแนวคิดที่นักเรียนจะเตือนตัวเองอย่างไรเพื่อไม่ให้เล่นเกมออนไลน์มากเกินไป	บูรณาการทฤษฎีการกลุ่มแบบทฤษฎีโซลูชั่น-โฟกัส ร่วมกับทฤษฎีเผชิญความจริง เทคนิค การให้การปรึกษา จุลภาค ระบบ WDEP
10	ปัจฉิมนิเทศ	เพื่อให้สมาชิกกลุ่มเพื่อการส่งเสริมและให้กำลังใจซึ่งกันและกัน ไม่เล่นเกมออนไลน์มากเกินไป	บูรณาการทฤษฎีการกลุ่มแบบทฤษฎีโซลูชั่น-โฟกัส ร่วมกับทฤษฎีเผชิญความจริง เทคนิค การให้การปรึกษา จุลภาค ระบบ WDEP

ตอนที่ 3 ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบ
ทฤษฎีโซลูชั่น-โฟกัสร่วมกับการให้คำปรึกษากลุ่ม
แบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมกาติดเกม

ออนไลน์ของนักเรียนในอำเภอบางคล้า จังหวัด
ฉะเชิงเทรา สรุปได้ดังตารางที่ 3.1-3.2

**ตารางที่ 3.1 การเปรียบเทียบระดับการติดเกมออนไลน์ของนักเรียน ก่อนทดลอง หลังทดลอง
และระยะติดตามผล**

การทดลอง	$\bar{X}$	SD	df	F	P
ก่อนทดลอง	34.555	2.9627	2	10.819	0.00
หลังทดลอง	20.666	8.6458			
ระยะติดตามผล	22.444	7.6829			

* $P < .05$

**ตารางที่ 3.2 การเปรียบเทียบรายคู่ระดับการติดเกมออนไลน์ของนักเรียน ระหว่างก่อนทดลอง
หลังทดลองและระยะติดตามผล**

การทดลอง	$\bar{X}$	ก่อนทดลอง	หลังทดลอง	ระยะติดตามผล
		2.159	1.291	1.402
ก่อนทดลอง	34.555		13.8889*	.12.11111*
หลังทดลอง	20.666			-1.77778
ระยะติดตามผล	22.444			

* $P < .05$

จากตารางเมื่อทดสอบความแตกต่างระดับ
การติดเกมออนไลน์ของนักเรียนก่อนทดลอง
หลังทดลอง และระยะติดตามพบว่า ก่อนทดลอง
และหลังทดลองแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทาง

สถิติที่ระดับ 0.05 โดยหลังทดลองมีระดับการติดเกม
ลดลง และเมื่อเปรียบเทียบหลังทดลองและระยะ
ติดตามผล พบว่าไม่แตกต่างกัน

5. อภิปรายผล

1. ผลการวิเคราะห์ข้อมูลพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของนักเรียนในอำเภอบางคล้า จังหวัดฉะเชิงเทรา จากแบบสอบถาม“แบบทดสอบการติดเกม ฉบับเด็ก (Game-S)”

จากข้อมูลพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของนักเรียนในอำเภอบางคล้า จังหวัดฉะเชิงเทรา โดยใช้“แบบทดสอบการติดเกม ฉบับเด็ก (Game-S)” จำนวน 9 โรงเรียนประกอบด้วย โรงเรียนวัดบางกระเจ็ด โรงเรียนวัดสามแยก โรงเรียนวัดใหม่บางคล้าโรงเรียนวัดปากน้ำโจ้ได้ โรงเรียนวัดสาวชะโงก โรงเรียนวัดศรีสุตาราม โรงเรียนวัดเสม็ดเหนือ โรงเรียนบางคล้าพิทยาคม โรงเรียนวัดเปี่ยมนิโครธาราม รวม 385 คน เพศชาย จำนวน 211 คน มีคะแนนรวมของแบบทดสอบ GAST คะแนนต่ำกว่า 24 จัดอยู่ในกลุ่มปกติ และระดับความรุนแรงของปัญหาพบว่า ยังไม่มีปัญหาในการเล่นเกมนส่วนเป็นเพศหญิง จำนวน 174 คน มีคะแนนรวมของแบบทดสอบ GAST คะแนนต่ำกว่า 16 จัดอยู่ในกลุ่มปกติ ระดับความรุนแรงของปัญหาพบว่า ยังไม่มีปัญหาในการเล่นเกมนออนไลน์ ซึ่งสาเหตุสำคัญที่ไม่พบปัญหาในการเล่นเกมนออนไลน์ในกลุ่มตัวอย่างอาจเป็นเพราะการเล่นเกมนออนไลน์จำเป็นต้องมีสัญญาณอินเทอร์เน็ต ซึ่งนักเรียนส่วนใหญที่บ้านไม่มีสัญญาณอินเทอร์เน็ต ทำให้ไม่สามารถเล่นเกมนออนไลน์ได้ แต่อย่างไรก็ตาม ผลการวิจัยพบว่า โรงเรียนบางคล้าพิทยาคม เพศหญิงเริ่มมีปัญหาในการเล่นเกมน โดยมีคะแนน 19.43 ซึ่งนำมาสู่การวิจัยในระยะที่ 2 เพราะหากนักเรียนติดเกมออนไลน์ย่อมส่งผลต่อการใช้เวลาว่างอย่างไม่เหมาะสม มีผล

กระทบต่อสุขภาพทั้งจากการใช้เวลาว่างหน้าจอคอมพิวเตอร์เป็นเวลานาน ๆ โดยไม่มีการเปลี่ยนอิริยาบถ การไม่ระวังเรื่องการรับประทานอาหาร การนอนอย่างไม่เหมาะสมตรงตามเวลาที่สมควร เหล่านี้ย่อมทำให้สุขภาพของผู้เล่นเกมออนไลน์เสื่อมโทรม และส่งผลกระทบต่อผลการเรียน โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้เล่นเกมออนไลน์ที่ไม่สามารถควบคุมตนเองได้ เนื่องจากเด็กใช้เวลากับความบันเทิงที่ได้รับจากเกมมากเกินไป จนส่งผลกระทบต่อหน้าที่หลักอันได้แก่การศึกษาและการเรียนรู้ของเด็กและเยาวชน ซึ่งจากการสำรวจของสถาบันเนคเทคแสดงให้เห็นว่ามีเด็กและวัยรุ่นกลุ่มหนึ่งเสียค่าใช้จ่ายในการเล่นเกมนออนไลน์เดือนหนึ่งมากกว่า 3,000 บาท และมีแนวโน้มที่จะเสียค่าใช้จ่ายไปกับเรื่องดังกล่าวมากขึ้นเรื่อย ๆ หากเงินที่ได้รับมาจกทางบ้านไม่เพียงพอกับความต้องการ เด็กอาจจะก่อปัญหาในเรื่องอื่น ๆ ได้ เช่น การขโมยเงิน ขโมยสิ่งของ เพื่อให้ได้มาซึ่งเงินที่จะนำไปใช้จ่ายในการเล่นเกมน อย่างไรก็ตามการเล่นเกมนย่อมมีทั้งผลดีและผลเสีย ผลดีที่ได้จากการเล่นเกมนคือ ช่วยพัฒนาทางด้านสติปัญญาสำหรับเด็ก ให้ความรู้ ความบันเทิง เสริมสร้างการรับรู้ ช่วยในการสร้างปฏิสัมพันธ์ระหว่างตัวกับกล้ามเนื้อ ถ้าหากมีการควบคุมการเล่นที่ดี มีการแบ่งเวลาให้ถูกต้อง ย่อมช่วยให้เด็กเกิดความผ่อนคลาย มีผลดีต่อการสร้างจินตนาการ และการสร้างแรงจูงใจให้กับเด็กได้อย่างดีอีกด้วย

2. การสร้างโมเดลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบทฤษฎีโซลูชัน-โฟกัสร่วมกับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมติดเกมออนไลน์ของนักเรียนในอำเภอบางคล้า จังหวัดฉะเชิงเทรา

ผู้วิจัยสร้างโมเดลการให้คำปรึกษาการให้คำปรึกษากลุ่มแบบทฤษฎีโซลูชัน-โฟกัสร่วมกับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมเกมออนไลน์ของนักเรียน สำหรับช่วยเหลือนักเรียนในพื้นที่อำเภอบางคล้า เพื่อให้นักเรียนเหล่านั้นสามารถเผชิญกับปัญหาและตระหนักกับสิ่งที่เกิดขึ้นจากการเล่นเกมออนไลน์อย่างไม่เหมาะสม สามารถปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ ซึ่งลักษณะของโมเดลการให้คำปรึกษา เป็นการให้คำปรึกษากลุ่มแบบทฤษฎีโซลูชัน-โฟกัสร่วมกับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง ที่เน้นกระบวนการลดพฤติกรรมการเล่นเกมออนไลน์ด้วยการผสมผสานแนวคิดที่มุ่งอนาคต อยู่กับปัจจุบัน มองโลกในแง่บวก ใช้ระบบ WDEP มุ่งเน้นให้นักเรียนรับผิดชอบกับสิ่งที่ตัวเองเลือก โดยการนำแนวคิดและเทคนิคของการให้คำปรึกษากลุ่มมาสร้างโมเดลการให้คำปรึกษากลุ่มให้นักเรียนที่เป็นสมาชิกกลุ่มให้สามารถค้นหาศักยภาพของตนเอง แก้ไขปัญหาชีวิตในสถานการณ์การให้คำปรึกษากลุ่มและการดำเนินชีวิตทั้งในปัจจุบัน โดยมีระยะเวลาสั้นเพียงพอที่จะทำให้สมาชิกกลุ่มเกิดความกลมเกลียวกันและสามารถปฏิบัติหน้าที่ได้อย่างมีประสิทธิภาพ ในการวิจัยครั้งนี้แบ่งออกเป็น 3 ขั้นตอนหลักคือ ขั้นนำ ขั้นดำเนินการ และขั้นสรุป ใช้เทคนิคทฤษฎีการให้คำปรึกษาโซลูชัน-โฟกัสร่วมกับการให้คำปรึกษาแบบเผชิญความจริง ได้แก่ ระบบ WDEP การจัดกรอบความคิดใหม่ (reframing) ค้นหาข้อยกเว้นในปัญหา (searching for exceptions to the problem) การสร้างเป้าหมายของสมาชิก

(creating member goals) การกระตุ้นให้เกิดแรงจูงใจ (encouraging motivation) คำถามปาฏิหาริย์ (the miracle question) คำถามลำดับขั้น (scaling questions) โดยให้คำปรึกษากลุ่มสัปดาห์ละ 1 ครั้ง รวม 10 ครั้ง/ครั้งละประมาณ 1.30-2 ชั่วโมงเป็นเวลา 10 สัปดาห์ ดังนี้

- ครั้งที่ 1 การปฐมนิเทศ
- ครั้งที่ 2 ผลกระทบของการติดเกมออนไลน์
- ครั้งที่ 3 การควบคุมตนเองในการเล่นเกมนออนไลน์ไม่ให้เกิดผลเสีย
- ครั้งที่ 4 วางแผนและการสร้างเป้าหมายในการควบคุมตนเองในการเล่นเกมนออนไลน์ไม่ให้เกิดผลเสีย
- ครั้งที่ 5 การหาทางออกให้กับปัญหาเมื่อไม่สามารถควบคุมตนเองในการเล่นเกม
- ครั้งที่ 6 นักเรียนจะเพิ่มความรับผิดชอบได้อย่างไรบ้าง
- ครั้งที่ 7 นักเรียนมีชีวิตที่เลือกได้
- ครั้งที่ 8 นักเรียนต้องการเปลี่ยนแปลงชีวิตอย่างไรบ้าง
- ครั้งที่ 9 นักเรียนจะเตือนตัวเองอย่างไร
- ครั้งที่ 10 ปิดฉัมนิเทศ

3. ผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบทฤษฎีโซลูชัน-โฟกัสร่วมกับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมเกมออนไลน์ของนักเรียนในอำเภอบางคล้า จังหวัดฉะเชิงเทรา

จากผลของการให้คำปรึกษากลุ่มแบบทฤษฎีโซลูชัน-โฟกัสร่วมกับการให้คำปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมเกมออนไลน์

ของนักเรียนในอำเภอบางคล้า จังหวัดฉะเชิงเทรา พบว่า ก่อนทดลองและหลังทดลองแตกต่างกันอย่าง มีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.05 โดยหลังทดลอง มีระดับการติดเกมลดลง เป็นไปตามสมมติฐาน ข้อที่ 1 สอดคล้องกัน โดยการเปรียบเทียบระดับ การติดเกมออนไลน์ของนักเรียน หลังทดลอง และระยะติดตามผลพบว่า ลดลงไม่แตกต่างกัน เป็นไปตามสมมติฐานข้อที่ 2 ซึ่งการให้คำปรึกษา กลุ่มแบบทฤษฎีโซลูชัน-โฟกัสร่วมกับการให้คำ ปรึกษากลุ่มแบบเผชิญความจริง เป็นกระบวนการ ให้คำปรึกษา ที่ผู้นำกลุ่มทำทนายสมาชิกกลุ่มให้ มองทางเลือกที่ตนเองมีอยู่ ข้อจำกัดสำหรับทาง เลือก และการรับผิดชอบในสิ่งที่สมาชิกกลุ่ม เลือก นอกจากนี้ยังมีการตั้งข้อสันนิษฐานที่ว่า สมาชิกกลุ่มสามารถมีอิสระในการเปลี่ยนแปลง สถานการณ์ต่าง ๆ ได้ ดังนั้น ผู้นำกลุ่มจะส่งเสริม ให้สมาชิกกลุ่มระบุและสร้างความชัดเจนในสิ่งที่ สมาชิกกลุ่มกำลังคิด รู้สึก และกระทำอยู่ แทนที่ จะมุ่งเน้นการเปลี่ยนแปลงผู้อื่น อีกทั้งผู้นำกลุ่ม ยังนำเทคนิคต่าง ๆ ของทฤษฎีโซลูชันโฟกัส และ ทฤษฎีการปรึกษาแบบเผชิญความจริงมาใช้ เทคนิค ดังกล่าวจะได้รับการปรับให้เหมาะสมกับความ ต้องการของสมาชิกกลุ่ม ทั้งนี้วิธีการในการนำ เทคนิคมาใช้นั้นได้คำนึงถึงปัจจัยต่าง ๆ เช่น ความ พร้อมของสมาชิกกลุ่มในการเผชิญกับประเด็น ปัญหาส่วนตัว พื้นฐานทางด้านวัฒนธรรม ระบบ ค่านิยม ความไว้วางใจในตัวผู้นำกลุ่ม เป็นต้น นอกจากนี้ ยังจะต้องพิจารณาถึงความร่วมมือและ ความไว้วางใจในหมู่สมาชิกกลุ่มด้วยกันเอง ดังนั้น ผู้นำกลุ่มจึงส่งเสริมให้สมาชิกกลุ่มระบุสิ่งที่ตนเอง

กำลังรู้สึกอยู่ ระบุถึงวิธีการที่จะตั้งข้อสันนิษฐานของ ตนเองที่มีอิทธิพลต่อการแสดงความรู้สึกและการ แสดงพฤติกรรมตนเอง และสามารถทดลองแสดง พฤติกรรมที่เป็นทางเลือกได้ ด้วยเหตุผลดังกล่าว ทำให้ได้รับความร่วมมือจากกลุ่มทดลองอย่างดี และ เข้าร่วมการทดลองด้วยความสมัครใจ ประกอบกับ การใช้เวลาในการทดลองที่เหมาะสมทั้งในแง่ของ ระยะเวลาที่เข้าร่วมแต่ละครั้งไม่เกิน 2 ชั่วโมง ซึ่ง ไม่ทำให้เกิดความล้าทั้งคณะผู้วิจัยเองและผู้เข้าร่วม ทดลอง อีกทั้งมีกิจกรรมที่หลากหลาย ในบรรยากาศ ที่อบอุ่นปลอดภัย เพื่อเป็นการรักษาสัมพันธภาพ มีการชี้แจง อีกทั้งยังมีความเข้าใจในทุกช่วง ของการทดลองอีกด้วย (Assimilative Integrative Group Counselling ; Norcross and Goldfried, 2005: 231-238)

6. ข้อเสนอแนะ

6.1 ข้อเสนอแนะในการนำผลวิจัยไปใช้

6.1.1 โมเดลการให้คำปรึกษากลุ่มแบบ ทฤษฎีโซลูชัน-โฟกัสร่วมกับการให้คำปรึกษากลุ่ม แบบเผชิญความจริงที่มีต่อพฤติกรรมการติดเกม ออนไลน์ของนักเรียนในอำเภอบางคล้า จังหวัด ฉะเชิงเทรา สามารถนำไปปรับใช้ตามความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่างที่มีลักษณะใกล้เคียงกับกลุ่ม ตัวอย่างของการวิจัยครั้งนี้

6.1.2 ข้อเสนอแนะสำหรับอาจารย์ ครู ผู้ที่ มีส่วนเกี่ยวข้องกับนักเรียน เช่น การจัดทำเอกสาร ประกอบการสอน หนังสือ ตำรา ควรสอดแทรก เนื้อหาและกิจกรรมการเรียนการสอน สอดแทรกใน กิจกรรมแนะแนวในโรงเรียน เป็นต้น

■ วารสารสโขทัยธรมาธิราช ■ ปีที่ 33 ฉบับที่ 1 มกราคม-มิถุนายน 2563

References

- Anantakoon, T., Krisanan, W., Chaisakda, S., & Thuwasetthakun, C. (2547). *Thai Children and Teenagers on the Internet, the Creative and Dangerous Perspective*. Factors Related to Behavior and Playing Computer Games of Secondary School Students in Bangkok. Bangkok : National Electronics and Computer Technology Center. (in Thai)
- Anderson, H., & Goolishiam, H. (1992). *The Client is the Expert : A Not-knowing Approach Therapy*. In S. McNamee & K.J. Gergen (Eds.) *Therapy as Social Construction* (pp.25-39). Newbury Park, CA: Sage.
- Bertolino. (2010). *Collaborative, Competency-based Counseling and Therapy*. Boston: Allyn & Bacon.
- Bubbenzer, D.L., & West, J.D. (1993). William Hudson O'Hanlon: On Seeking Possibilities and Solutions in Therapy. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 1(4), 365-379.
- Charlesworth, J.R., & Jackson, M. (2004). *Solution-focused Brief Counseling : An Approach for Professional School Counselors*. In B.T. Erford (Ed.), *Professional School Counseling: A Handbook of Theories, Program & Practice*. p.p. 139-148. Austin, TX: CAPS Press.
- Charoenrat, T., Chalerm, W., Tansiri, A., Sirathatnararat, T., Kulnaphadon, T., Pongmode V., & Athipanchapong, T. (2556). *The research project to develop a spatial management network to analyze the situation and drive the development of quality of life for children and youth in the eastern region*. Bangkok: Thailand Research Fund. (in Thai)
- Corey, M.S., Corey, G. & Corey, C. (2004). *Groups Process and Practice*. (3rd ed.) CA: Brooks/Cole. Cengage Learning.
- Corey, M.S., Corey, G. & Corey, C. (2012). *Groups Process and Practice*. (9th ed.) CA: Brooks/Cole. Cengage Learning.
- Daosumang, N. (2549). *The Factors Related to Computer Game Playing Behavior of Secondary School Students in Bangkok*. A Thesis for the Degree of Master of Program in Home Economics Education. Kasetsart University. (in Thai)
- De Jong, P., & Berg, I.K. (2002). *Interviewing for Solutions*. (2nd ed.) Pacific Grove, CA: Brooks/cole.

- De Shazer, S. (1988). *Clues: Investigating Solutions in Brief Therapy*. New York : W.W. Norton & Company.
- Hoff, L.A. (1995). *People in Crisis: Understanding and Helping* (4th ed.). San Francisco: Jossey-Bass.
- Horchareon, A. (2557). *The Relationship between Self-control and Online Gaming Behavior of Junior High School Students*. Independent Research: Master of Education of Educational Psychology and Guidance Program. Chiang Mai University. [http://laptemilk.exteen.com/\(online\)](http://laptemilk.exteen.com/(online)), 2013 (Retrieved January 2015). (in Thai)
- Jacobs, E., Masson, L., & Harvill, L. (2002). *Group Counseling Strategies and Skills*. (4th ed.) CA: Brook/Cole.
- Kale, D., & Little, S. (2005). Edge Generation in Developing Countries: A *Theoretical for Exploring Dynamic Learning in High-technology Firms in The Electronic Journal of Knowledge Management* 3(2):87-96. [Online]. Available from: <http://www.ejkm.com>. [10 July 2014].
- Karen, R., & Andrew, S. (2002). *The Resilience Factors: Seven Key to Finding Your Inner Strength and Overcoming Life's Hurdles*. Three Rivers Press, An Imprint of the Crown Publishing Group, A division of Random House, Inc., New York.
- Kelman, H.C. (1963). The Role of the Group in the Education of Therapeutic Change. *International Journal of Group Psychotherapy*. Vol.13.
- Laptemilk. Knowledge About the Game. [http://laptemilk.exteen.com/\(online\)](http://laptemilk.exteen.com/(online)), 2013 (Retrieved January 2015).
- Mahajarearn, J. (2547). *The Study Behavior and Impact of Online Game Media Exposure of High School Students in Mueang District Nakhon Pathom Province*. Bangkok : A Thesis for the Degree of Master. Faculty of Journalism and Mass Communication. Thammasat University. (in Thai)
- Metcalf, L. (1998). *Solution-focused Group Therapy : Ideas for Groups in Private Practice, Schools, Agencies, and Treatment Program*. New York: Free Press.
- Murphy, J.J. (2008). *Solution-focused Counseling in Schools*. Alexandria, VA: American Counseling Association.
- Nakornthap, A. (2545). *Educational Management by Family: Home School*. Bangkok: Office of the National Education Commission. (in Thai)

- O'Hanlon, W.H., & Weiner-Devis, M. (2003). *In Search of Solutions: A New Direction in Psychotherapy*. New York: Norton.
- Piamyoosuk, T. (2549). *Behavior Patterns for Playing Online Games of Children and Adolescents*. Bangkok: A Thesis for the Degree of Master. Faculty of Journalism and Mass Communication. Thammasat University. (in Thai)
- Sennan, T. (2549). *The Behavior and Effects of Addiction to Online Games of Group Game Players at the Student*. Chulalongkorn University. (in Thai)
- Siriyurasak, U. (2547). *Children Television Advertisements: The Collection of Academic Articles about the Impact that Children Receive from the Media and Guidelines for Management*. Bangkok: Children for Development Foundation. (in Thai)
- Sklare, G.B. (2005). *Brief Counseling that Works: A Solution-focused Approach for School counselors and Administrators*. Thousand Oaks, California: Corwin Press & The American School Counselor Association.
- Tophan, P. (2550). *The Important Factors that Influence the Motivation of Teenagers in Playing Online Games*. Bangkok: Ramkhamhaeng University. (in Thai)
- Walter, J.L., & Peller, J.E. (1992). *Becoming Solution-focused in Therapy*. New York : Brunner/Mazel, INC.
- Wisetsin, T. (2551). *The Online Game Exposure Behavior and Opinions of Secondary School Students in Bangkok Towards Violence in Online Games*. Bangkok: A Thesis for the Degree of Master. Faculty of Journalism and Mass Communication. Thammasat University. (in Thai)
- Wubbolding, R.E. (2000). *Reality Therapy for the 21st century*. Muncie, IN: Accelerated Development (Taylor & Francis group).