

ผลกระทบด้านกาย จิต สังคม ของเด็กที่มีพฤติกรรม
การติดโทรศัพท์มือถือ
Physical, mental, and social impacts on children with
mobile phone addiction

นัสนรินทร์ แซ่สะ *

อาจารย์,

คณะมนุษยศาสตร์และสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์
วิทยาเขตปัตตานี

นุรีห๊ะ ดอเลาะ

บัณฑิตอาสา มหาวิทยาลัยสงขลานครินทร์

***Corresponding Author E-mail:** nhuhin.j@hotmail.com

Received: December 21, 2021

Revised: December 29, 2022

Accepted: December 29, 2022

Available: December 31, 2022

Abstract

This study applies a mixed methods approach by collecting quantitative data. Its objective is to address the physical, mental, and social impacts on children who are addicted to mobile phones. The sample group includes 30 children aged 11 and 12 years who live in Moo 8, Ai Satia Village, Bukit Sub-district, Cho Airong District, Narathiwat Province. Data was collected through field visits, surveys on problems and mobile phone addiction behavior, and interviews. Quantitative data were analyzed using mean and percentage, and qualitative data using content.

es. 73 percent spent 1-2 hours on the phone, 23 percent 3-4 hours, and four percent more than six hours. 86.7 percent used their mobile phone to watch YouTube videos and play games. In terms of physical impacts, 35 percent were found to have skipped meals and showers, 17 percent suffered a headache, 13 percent had back pain, and nine percent had fatigue as well as eyesight problems. As for mental effects, 43 percent became temperamental and impulsive, and 21 percent aggressive. Social effects include 90 percent being non-sociable, 7 percent being irresponsible, and 3 percent being unconfident.

Results show several impacts of mobile phone addiction which cannot be overlooked. These physical, mental, and social effects can potentially lead to many other problems such as domestic violence, developmental issues, slowed learning capabilities, mental disorders, and so on. It is extremely necessary to prevent these problems with the help of family, school, and community which are closest and most understanding for the children. By working together, they will be able to contain the impacts of mobile phone addiction on children and teach them to use their devices in more creative ways.

Keywords:

impact, behavior, mobile phone

บทคัดย่อ

การศึกษานี้เป็นการศึกษาวิจัยแบบเชิงปริมาณ โดยมีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลกระทบต่อสุขภาพกาย สุขภาพจิต และสังคม ของเด็กที่มีพฤติกรรมติดโทรศัพท์มือถือ ในพื้นที่หมู่ที่ 8 บ้านไธเสะเตีย ตำบลบุกิต อำเภोजะเอย์ จังหวัดนราธิวาส กลุ่มตัวอย่างเป็นเด็กที่มีอายุ 11-12 ปี จำนวน 30 คน เก็บรวบรวมข้อมูลโดยผู้วิจัยลงพื้นที่ศึกษาชุมชน แบบสำรวจประเด็นปัญหา และแบบสำรวจผลกระทบของพฤติกรรมติดโทรศัพท์มือถือ และแบบสัมภาษณ์ การวิเคราะห์ข้อมูลเชิงปริมาณ โดยใช้เป็นค่าเฉลี่ย/ร้อยละ การวิเคราะห์เชิงคุณภาพ โดยใช้เนื้อหาในการวิเคราะห์ข้อมูล

ผลการศึกษา พบว่า เด็กที่มีอายุ 11-12 ปี ร้อยละ 63 ใช้โทรศัพท์ของตนเอง ร้อยละ 37 ใช้โทรศัพท์ของผู้ปกครอง ระยะเวลาในการใช้โทรศัพท์มือถือ 1-2 ชั่วโมง ร้อยละ 73 ระยะเวลาในการใช้โทรศัพท์มือถือ

3-4 ชั่วโมง ร้อยละ 23 และมากกว่า 6 ชั่วโมง ร้อยละ 4 ส่วนใหญ่ใช้โทรศัพท์มือถือเพื่อการดูยูทูปเล่นเกมส์ ร้อยละ 86.7 ผลกระทบด้านสุขภาพกายของเด็กที่มีพฤติกรรมติดโทรศัพท์มือถือ ทานข้าวน้อย ไม่อาบน้ำ ร้อยละ 35 รองลงมา ปวดศีรษะ ร้อยละ 17 เจ็บกล้ามเนื้อหลัง ร้อยละ 13 และร่างกายอ่อนเพลียพักผ่อนน้อย

มีปัญหายาตา ร้อยละ 9 ผลกระทบด้านสุขภาพจิต มีอารมณ์หงุดหงิดง่าย เอาแต่ใจ ร้อยละ 43 รองลงมา ก้าวร้าว ร้อยละ 21 และผลกระทบด้านสังคม

ร้อยละ 90 ไม่ออกไปเล่นกับเพื่อน อยู่คนเดียว ร้อยละ 7 ขาดความรับผิดชอบ และร้อยละ 3 ไม่กล้าแสดงออก

จะเห็นได้ว่า จากการเล่นโทรศัพท์มือถือของเด็กนั้น มีผลกระทบต่อเด็กในหลากหลายด้าน โดยมีอาจมองข้ามหรือมองว่าเป็นเรื่องปกติได้ ไม่ว่าจะเป็นผลกระทบต่อสุขภาพกาย สุขภาพจิต และสังคม ผลกระทบเหล่านี้หากสะสมเป็นระยะเวลานานอาจก่อให้เกิดปัญหามากมายเกิดขึ้นตามมา เช่น ปัญหาความรุนแรงในครอบครัว ปัญหาด้านพัฒนาการของเด็ก การเรียนรู้ของเด็ก ปัญหาสุขภาพจิต เป็นต้น ดังนั้นการหาแนวทางการแก้ไขปัญหาโดยการมีส่วนร่วมของครอบครัว โรงเรียน ชุมชน นับว่าเป็นแนวทางในการแก้ไขปัญหาโดยคำนึงถึงระบบนิเวศทางสังคมที่ใกล้ชิดและเข้าใจเด็กมากที่สุด ร่วมกันหาทางแก้ไข จะช่วยลดปัญหาผลกระทบที่เกิดขึ้นต่อเด็กสู่การเล่นโทรศัพท์มือถืออย่างสร้างสรรค์ได้

คำสำคัญ:

ผลกระทบ, พฤติกรรม, โทรศัพท์มือถือ

บทนำ

ปัจจุบันการดำเนินชีวิตประจำวัน มีการนำใช้เทคโนโลยี เข้ามา มีส่วนร่วมในการดำเนินชีวิต เพื่อให้การดำเนินชีวิตเกิดความสะดวกสบายง่ายขึ้น เช่น ติดต่อสื่อสาร สั่งอาหาร ซื้อของ ทำงาน เรียนหนังสือ ธุรกรรมทางการเงิน ตลอดจนเพื่อความบันเทิงในรูปแบบต่างๆ เทคโนโลยีที่ว้านี้คือ โทรศัพท์เคลื่อนที่ หรือที่นิยมเรียกกันว่า มือถือ หรือโทรศัพท์มือถือ จากการสำรวจการมี การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารในครัวเรือน 2563 ผลการสำรวจประชาชนอายุ 6 ปีขึ้นไป ประมาณ 63.8 ล้านคน พบว่า มีผู้ใช้โทรศัพท์มือถือ 60.5 ล้านคน (ร้อยละ 94.8) ผู้ใช้อินเทอร์เน็ต 49.7 ล้านคน (ร้อยละ 77.8) และผู้ใช้คอมพิวเตอร์ 16.8 ล้านคน (ร้อยละ 26.4) สำหรับการมีโทรศัพท์มือถือของประชาชนอายุ 6 ปีขึ้นไป ซึ่งมีผู้ใช้ โทรศัพท์มือถือ ร้อยละ 94.8 สำหรับสถานที่ใช้อินเทอร์เน็ต พบว่า ส่วนใหญ่ใช้ที่บ้าน/ที่พักอาศัย ร้อยละ 95.6 รองลงมาคือ ใช้ตามสถานที่ต่างๆ ผ่านโทรศัพท์มือถือร้อยละ 89.6 และใช้ที่ทำงาน ร้อยละ 33.1 ส่วนกิจกรรมที่ใช้ส่วนใหญ่ ใช้โซเชียลเน็ตเวิร์ก เช่น Facebook, Twitter, LINE, Whatsapp เป็นต้น ร้อยละ 92.0 รองลงมาคือ ใช้โทรศัพท์ผ่าน Internet (VoIP) เช่น โทรผ่าน Line, Facebook, Facetime, Whatsapp เป็นต้น ร้อยละ 90.9 และใช้ในการดาวน์โหลดหรือสตรีมมิงรูปภาพ/หนัง/วิดีโอ/เพลง/ เกมส์เล่นเกมส์ดูหนัง ร้อยละ 74.3 (สำนักงานสถิติแห่งชาติ, 2564)

ซึ่งจากสถานการณ์การใช้โทรศัพท์ข้างต้นนั้นพบว่า อาการติดโทรศัพท์มือถือจะส่งผลกระทบต่อการใช้สัมพันธ์กับคนรอบข้างและสังคม โดยเฉพาะด้านสุขภาพร่างกาย เช่น นิ้วล็อก เกิดจากการใช้นิ้วกด จิ้ม สไลด์ หน้าจอเป็นระยะเวลานาน อาการทางสายตา เช่น ตาล้า ตาพร่า ตาแห้ง เกิดจากเพ่งสายตาดูหน้าจอเล็กๆ ที่มีแสงจ้าจนเกินไป อาจส่งผลกระทบต่อสายตาเสื่อม จอประสาทตาเสื่อม ปวดเมื่อยคอ บ่า ไหล่ จากการ

ก้มหน้า ค้อมตัวลง ส่งผล เลือดไหลเวียนไม่สะดวก หากเล่นนานๆ อาจมีอาการปวดศีรษะตามมา รวมไปถึงหมอนรองกระดูกเสื่อมสภาพก่อนวัยอันควร โรคอ้วน แม้พฤติกรรมจะไม่ส่งผลโดยตรง แต่การนั่งทั้งวันโดยไม่ลุกเดินไปไหน เป็นปัจจัยเสี่ยงที่ทำให้เกิดโรคอ้วนและโรคเรื้อรังอื่นๆ ได้นอกจากนี้ เมื่อเด็กๆ ต้องนั่งอยู่กับที่เพื่อจดจ่อไปที่หน้าจอเป็นเวลานาน ทำให้ตกอยู่ในภาวะความเครียดได้ โดยอาจมีอาการปวดศีรษะหรืออ่อนเพลียเป็นประจำ รู้สึกเกร็งหรือเมื่อยล้า มีอาการเจ็บกล้ามเนื้อบริเวณคอและแผ่นหลัง ซึ่งอาจรุนแรงถึงขั้นมีอาการผิปกติที่กระดูกสันหลังจากการนั่งผิดท่าทางและไม่มีการผ่อนคลายเปลี่ยนอิริยาบถ เนื่องจากกล้ามเนื้อและกระดูกโดยเฉพาะในเด็กเล็กยังเติบโตไม่เต็มที่และไม่แข็งแรงเพียงพอซึ่งส่งผลเสียต่อพัฒนาการทางร่างกายโดยรวมของเด็ก แต่ในโลกความเป็นจริงนั้นเด็กจำเป็นต้องเรียนรู้ถึงความซับซ้อนในการมีปฏิสัมพันธ์กับคนรอบตัว และการได้มาซึ่งสิ่งที่ต้องการนั้นมักต้องใช้ความอดทน ความพยายามและการรอคอยมากกว่าเพียงจ้มปลายนิ้วลงบนหน้าจอ เด็กที่ติดโทรศัพท์มือถือจึงมักมีปัญหาทางอารมณ์ ไม่ว่าจะเป็นอารมณ์ฉุนเฉียว หุนหันพลันแล่นขาดความอดทน ไม่รู้จักรอคอย ส่งผลต่อการมีพฤติกรรมก้าวร้าว เครียด และวิตกกังวล หรือซึมเศร้า เนื่องจากหลายสิ่งในชีวิตจริงไม่ได้รับการตอบสนองรวดเร็วดังที่ใจต้องการ เด็กที่ติดโทรศัพท์มือถือยังมีแนวโน้มที่จะเกิดอาการของโรคสมาธิสั้นเทียม (Pseudo-ADHD) เนื่องจากสมองถูกสั่นสะเทือนภาพและแสงเคลื่อนไหวอย่างรวดเร็วในจอภาพทำให้เกิดความตื่นตาตื่นใจตลอดเวลา จนสมองเกิดความเคยชินต่อสิ่งเร้าและมีปัญหาเมื่อต้องดำเนินกิจกรรมในชีวิตตามปกติ เช่น เข้าชั้นเรียน อ่านหนังสือ หรือทำงานบ้าน เด็กจะไม่สามารถมีสมาธิจดจ่ออยู่กับสิ่งที่ทำได้นาน ไม่สนใจใส่ใจรายละเอียดของสิ่งรอบตัว หรือไม่สามารถนั่งอยู่เฉยได้ ซึ่งเมื่อมีลักษณะอาการดังกล่าวหากไม่รีบแก้ไขจะส่งผลเสียอย่างมากต่อพัฒนาการในการเรียน

รู้ของเด็กในระยะยาว การติดโทรศัพท์มือถือเป็นส่วนสำคัญในการแยกตัวเด็กออกจากการมีปฏิสัมพันธ์ทางสังคมที่เป็นจริง เนื่องจากเมื่อมีโทรศัพท์มือถือเป็นทางเลือกที่ง่ายกว่าและชื่นชอบมากกว่า เด็กจึงไม่พยายามปรับตัวให้เข้ากับคนอื่นซึ่งยังทำให้การเข้าสังคมเป็นไปได้ยากขึ้น ส่งผลกระทบกับการใช้ชีวิตในด้านอื่นๆ ตามมา ทั้งไม่สนใจการเรียน ไม่กระตือรือร้นในการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ รอบตัว บางรายอาจมีโลกส่วนตัวสูงหรือคบหาเฉพาะเพื่อนในอินเทอร์เน็ตซึ่งมีความเสี่ยงต่อพฤติกรรมเลียนแบบที่ขาดความรับผิดชอบต่อตนเองและสังคม ไม่ว่าเวลาจะผ่านไปเพียงใด โลกของเด็กๆ ก็มีสิ่งน่าสนใจให้ชวนจดจ่ออยู่เสมอ แต่เปลี่ยนรูปแบบไปบ้างตามยุคสมัย แม้จะปฏิเสธไม่ได้ว่าโทรศัพท์มือถือมีคุณประโยชน์ต่อการดำเนินชีวิตมากมาย แต่เมื่อได้พิจารณาถึงอันตรายแล้ว คุณพ่อคุณแม่จึงไม่ควรนิ่งเฉยต่อการแก้ไขปัญหาดังกล่าวอย่างละมุนละม่อม ซึ่งวิธีการที่มีประสิทธิภาพมากที่สุดคือ การเป็นตัวอย่างที่ดีให้กับเด็กๆ คุณพ่อคุณแม่จึงควรใช้โทรศัพท์มือถือด้วยความระมัดระวังและเท่าที่จำเป็นเท่านั้น และพยายามใช้เวลาของครอบครัวทำกิจกรรมต่าง ๆ ร่วมกันอย่างเต็มที่ ซึ่งนอกจากจะช่วยลดอันตรายจากการติดโทรศัพท์มือถือแล้ว ยังช่วยเสริมสร้างความรักความผูกพันในครอบครัวได้อีกทางหนึ่งด้วย (กรมสุขภาพจิต.2562)

จะเห็นได้ว่า พฤติกรรมการติดโทรศัพท์มือถือเป็นภัยเงียบที่ส่งผลกระทบต่อชีวิตของมนุษย์ในหลากหลายมิติ ปัจจุบันการใช้โทรศัพท์มือถือเป็นเรื่องที่เข้าถึงง่าย ทุกเพศทุกวัยสามารถเข้าถึงได้ สามารถครอบครองเป็นเจ้าของ ส่งผลให้ไร้ข้อจำกัดมีอิสระในการใช้ รวมถึงพื้นที่หมู่ที่ 8 ตำบลบุกิต อำเภอเจาะไอร้อง จังหวัดนราธิวาส เป็นพื้นที่หนึ่งที่สัญญาณโทรศัพท์เข้าถึง ทำให้คนในพื้นที่สามารถใช้โทรศัพท์มือถือเป็นจำนวนมากไม่ว่าจะเป็นเด็ก เยาวชน วัยกลางคน ผู้สูงอายุ ล้วนมีโทรศัพท์มือถือเป็นปัจจัยหนึ่งในการดำเนินชีวิต

ให้สะดวกสบายมากยิ่งขึ้น ส่วนใหญ่ใช้โทรศัพท์มือถือของตนเองและใช้โทรศัพท์มือถือของผู้ปกครอง (กรณีเด็ก) จึงส่งผลให้เด็กมีพฤติกรรมการติดโทรศัพท์มือถือ สร้างความกังวลแก่ครอบครัว ผู้ปกครอง ชุมชน เป็นอย่างยิ่ง หากปัญหานี้ยังไม่ถูกแก้ไข หรือปล่อยมองว่าเป็นเรื่องปกติ ลูกหลานของชุมชนจะเติบโตต่อไปในอนาคตอย่างไร มีคุณภาพชีวิตไปในทิศทางใด ซึ่งเป็นประเด็นปัญหาที่ทุกคนไม่ควรมองข้าม ทางชุมชนจึงเห็นควรให้มีการศึกษาผลกระทบและแนวทางการแก้ไขปัญหาการใช้โทรศัพท์มือถือ เพื่อเป็นประโยชน์ต่อเด็ก ครอบครัว ชุมชน ที่จะได้นำองค์ความรู้ สู่การมีส่วนร่วมของคนในชุมชนในการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้นนี้ เพราะเด็กคือลูกหลานของทุกคนในชุมชน และเด็กคืออนาคตของชุมชนต่อไป ชุมชนจะสงบสันติสุขได้เมื่อคนในชุมชนมีคุณภาพชีวิตที่ดี

เอกสารงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

จากการศึกษางานวิจัยพบว่าม้งงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับผลกระทบและพฤติกรรมการใช้โทรศัพท์มือถือ ดังนี้ เอื้อมทิพย์ ศรีทอง (2562) ศึกษาเรื่องพฤติกรรมการใช้โทรศัพท์มือถือของนักศึกษา สาขาสังคมศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี, รัตนา สิงห์โต และคณะ (2562) ศึกษาภัยเงียบที่อาจเกิดแก่ทารกแรกเกิดจากโทรศัพท์มือถือ ป้องกันไว้ก่อนดีกว่าตามแก้ทีหลัง, ราวณี วงศ์เดช และคณะ (2561) ศึกษาพฤติกรรมการใช้สื่อของเด็กยุคศตวรรษที่ 21, โสภณา จีรวงศ์นุสรณ์ และคณะ (2561) อันตรายที่แฝงมากับโทรศัพท์มือถือ, อมรรัตน์ วงศ์โสภณ และคณะ (2558) ศึกษาพฤติกรรมการใช้และผลกระทบของสื่อสังคมออนไลน์ประเภทเฟซบุ๊กต่อการดำเนินชีวิตของนักศึกษากรณีสึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเลย, และงานของวรเชษฐ์ ไทอิน (2562) ปัจจัยเชิงสาเหตุและแนวทางป้องกันพฤติกรรมอันไม่เหมาะสมต่อการใช้โทรศัพท์มือถือของนักศึกษามหาวิทยาลัยศาสนศาสตร์ยโสธร เพื่อการครองตนตามหลักพระพุทธศาสนา, ปัจจุบันโทรศัพท์มือถือจัดว่าเป็นสิ่งสำคัญ

ในการใช้ชีวิตประจำวันของผู้คน และอาจจะถือว่าเป็นสิ่งประดิษฐ์ให้การใช้ชีวิตประจำวัน สะดวกที่สุดของศตวรรษที่ยี่สิบ ในขณะที่โทรศัพท์มือถือมีข้อดีที่ชัดเจนในการใช้ เช่น ในการติดต่อเรื่องงานหรือติดต่อกับคนที่เรารักตลอดเวลาแต่ในความสะดวกสบายเหล่านั้นมักจะมีสิ่งที่ไม่พึงประสงค์หรือข้อเสียบางส่วนที่อาจจะส่งผลกระทบหรือเป็นอันตรายกับการใช้ชีวิตและสุขภาพของผู้ใช้โทรศัพท์มือถือถือก็ว่าได้ จากการคุยโทรศัพท์เคลื่อนที่นานๆ ทำให้มีผลกระทบต่อสุขภาพ เช่น มีอาการปวดหูปวดศีรษะ ตาพร่ามัว มึนงง ขาดสมาธิ และเกิดความเครียด นอนไม่หลับ อาจทำให้เกิดโรคความจำเสื่อม ผิวหนังเหี่ยวเหี่ยว ส่งผลให้เกิดโรคความดันโลหิตสูง เยื่อหุ้มสมองเสื่อม และเป็นโรคอัลไซเมอร์ได้ เสี่ยงกับการเป็นมะเร็งสมอง สำหรับในผู้ชายไม่ควรพกมือถือที่เอว เสี่ยงรับผลกระทบต่อไข่กระดูกและอันตรายเพื่อจะรับรู้ถึงการใช้โทรศัพท์มือถืออย่างถูกวิธี และรับรู้ถึงผลกระทบที่เกิดจากการใช้โทรศัพท์มือถือ นันทวรรณ ผ่องมณี (2555)

จากการทบทวนงานวิจัยดังกล่าว พบว่าเป็นการศึกษาในกลุ่มเป้าหมายที่เป็นกลุ่มเยาวชนเป็นส่วนใหญ่ และพื้นที่การศึกษาในครั้งนี้อยู่ไม่มีการศึกษาในประเด็นนี้มาก่อน การศึกษานี้จึงศึกษาเฉพาะกลุ่มเป้าหมายเด็กที่มีอายุ 11-12 ปี ในพื้นที่หมู่ที่ 8 บ้านไธเสเดียว ตำบลบุกิต อำเภอเจาะไอร้อง จังหวัดนราธิวาส

วิธีการวิจัย

1. กลุ่มเป้าหมาย

การศึกษาวิจัยในครั้งนี้กลุ่มตัวอย่างแบบเจาะจง (Purposive Selection) เป็นกลุ่มตัวอย่างในช่วงอายุ 11-12 ปี จำนวน 30 คน กำลังศึกษาระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 และ ระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 6 ในพื้นที่หมู่ 8 บ้านไธเสเดียว ตำบลบุกิต เพราะเป็นเกณฑ์อายุที่เริ่มเข้า

ถึงการใช้โทรศัพท์มือถือในด้านต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นการใช้ในการเรียนใช้
ในความบันเทิงต่างๆ และเป็นกลุ่มตัวอย่างที่สามารถสื่อสารได้ตอบได้ เข้าใจ
ในคำถามของแบบสอบถาม และสามารถเก็บข้อมูลจากเด็ก และผู้ปกครอง
ของเด็กได้โดยตรง

2. เกณฑ์การคัดอาสาสมัครออกจากโครงการวิจัย มีรายละเอียดดังนี้

1. ผู้เข้าร่วมวิจัยเพศชายและหญิง ที่มีอายุต่ำกว่า 11 ปี
2. ในกรณีที่ผู้เข้าร่วมวิจัยมีข้อจำกัด รู้สึกไม่สบายใจในการ
ให้ข้อมูล ผู้ร่วมวิจัยสามารถถอนตัวจากการเป็นผู้ร่วมวิจัยได้ โดยการแจ้ง
ให้ผู้วิจัยทราบ ผู้วิจัยไม่มีการบังคับให้ผู้ร่วมวิจัยจนจบโครงการและไม่มี
การเปิดเผยข้อมูล ผู้วิจัยเคารพการตัดสินใจของผู้ร่วมวิจัย

3. เกณฑ์การถอนตัวของผู้เข้าร่วมการวิจัย มีรายละเอียดดังนี้

1. เมื่อผู้เข้าร่วมการวิจัย รู้สึกไม่สบายใจ รู้สึกอึดอัด ในการ
เข้าร่วมสัมภาษณ์ ผู้เข้าร่วมวิจัยสามารถขอถอนตัวได้
2. ผู้เข้าร่วมวิจัยมีสิทธิถอนตัวออกจากโครงการได้ทุกเมื่อ โดย
ท่านสามารถแจ้งความประสงค์ของท่านต่อนักวิจัย และลงนามยืนยัน
การถอนตัวจากโครงการ การถอนตัวของผู้เข้าร่วมวิจัยจะไม่มีผลกระทบ
ต่อสิทธิใดๆ

4. เกณฑ์การยุติการวิจัย มีรายละเอียดดังนี้

1. หลังจากการเก็บข้อมูลครบถ้วนเสร็จเรียบร้อยแล้ว
2. มีข้อบ่งชี้ว่าจะมีอันตรายเกิดขึ้นในผู้เข้าร่วมวิจัย
3. ผู้ให้การสนับสนุนยกเลิกการวิจัย

5. การใช้อาสาสมัครกลุ่มเปราะบาง

เด็กชายและหญิง ที่มีอายุ 11-12 ปี จำนวน 30 คน ในพื้นที่
หมู่ 8 บ้านไธเสเตีย ตำบลนุกิต อำเภोजะเอย์ จังหวัดนราธิวาส

6. วิธีการชักชวนอาสาสมัครเข้าสู่โครงการ

1. ผู้วิจัยศึกษาชุมชน เข้าร่วมกิจกรรมต่างๆ ของชุมชน สร้างสัมพันธภาพกับคนในชุมชน จนเกิดความไว้วางใจ

2. ผู้วิจัยได้ชี้แจง วัตถุประสงค์ของโครงการแก่ผู้เข้าร่วมวิจัย เพื่อให้ผู้เข้าร่วมวิจัยรับทราบ ข้อมูล ประกอบการตัดสินใจการเข้าร่วมวิจัย ผู้ร่วมวิจัยจะสมัครใจด้วยตนเอง จะไม่มีการบังคับผู้เข้าร่วมวิจัยให้เข้าร่วม ผู้วิจัยเคารพการตัดสินใจของผู้เข้าร่วมวิจัย

7. การแจ้งวัตถุประสงค์ของการวิจัย

วิธีการก่อนสัมภาษณ์ ผู้วิจัย ชี้แจงวัตถุประสงค์ของการวิจัย รายละเอียดการเก็บแบบสอบถามและการสัมภาษณ์ให้ผู้เข้าร่วมวิจัยทราบ ถึงวัตถุประสงค์ของการวิจัย

8. ขั้นตอนการปฏิบัติตัวของอาสาสมัคร

1. นักวิจัยลงพื้นที่ชี้แจงรายละเอียดโครงการกับผู้ที่เกี่ยวข้อง ในชุมชน

2. เมื่อผู้เข้าร่วมการวิจัยสมัครใจเข้าร่วมโครงการ ทางผู้วิจัยจะให้ผู้เข้าร่วมวิจัยลงนามในเอกสารแสดงความยินยอมอาสาสมัครวิจัย

3. การสัมภาษณ์ ผู้วิจัยขออนุญาตบันทึกเสียงขณะดำเนินการสัมภาษณ์ โดยจะไม่มีการระบุชื่อของผู้เข้าร่วมวิจัย แต่จะระบุเป็นรหัสในการวิจัย

4. หากมีการถ่ายรูประหว่างการสัมภาษณ์ หรือดำเนินการกิจกรรมใดๆ ผู้วิจัยจะขออนุญาตผู้เข้าร่วมวิจัย และบอกวัตถุประสงค์ของการกระทำนั้นๆ ทุกครั้ง

5. ข้อมูลที่ได้จากการสัมภาษณ์ เก็บไว้เป็นความลับ ไม่มีการเปิดเผยไม่ว่ากรณีใดๆ

6. ในรายงานผลการวิจัยไม่มีการใช้ชื่อนามสกุลจริงจะระบุนามสมมุติเท่านั้น

9. ประโยชน์ที่ได้รับจากการเข้าร่วมวิจัย

ผู้เข้าร่วมวิจัย ได้ทราบแนวทางในการแก้ปัญหาพฤติกรรมการติดโทรศัพท์มือถือของเด็ก สามารถช่วยลดความเสี่ยงผลกระทบต่อด้านสุขภาพกาย ด้านสุขภาพจิต และด้านสังคมของเด็กได้

10. การเข้าร่วมโครงการเป็นโดยสมัครใจ

ผู้วิจัยได้ดำเนินการศึกษาชุมชน มีการสำรวจข้อมูลประเด็นปัญหาที่ทางชุมชนเผชิญ พบว่าปัญหาพฤติกรรมการติดโทรศัพท์มือถือของเด็กเป็นปัญหาที่ทางชุมชนกำลังเผชิญ เกิดขึ้นในเด็กช่วงอายุ 11-12 ปี ทางผู้วิจัยได้สำรวจมีเด็กในช่วงอายุดังกล่าว 30 คน ผู้วิจัยดำเนินการชี้แจงโครงการแก่ผู้ปกครองและเด็ก ทำให้เกิดความเข้าใจ และสมัครใจในการเข้าร่วมเป็นผู้ร่วมวิจัยในครั้งนี้

11. ทางเลือกอื่นหากไม่เข้าร่วมโครงการ

เด็กและเยาวชนที่ไม่เข้าร่วมโครงการ สามารถเข้าร่วมกิจกรรมของทางโครงการจัดขึ้นได้ แต่เมื่อมีการสัมภาษณ์ผู้เข้าร่วมวิจัย ไม่สามารถเข้าฟัง หรือมีส่วนร่วมในการให้ข้อมูล

12. สิทธิในการถอนตัวจากโครงการวิจัย

ผู้เข้าร่วมวิจัยมีสิทธิการถอนตัวได้ โดยการแจ้งเหตุผลของการถอนตัว เมื่อผู้วิจัยรับทราบและพิจารณาเหตุควรแก่การถอนตัว ผู้วิจัยจะให้ลงนามในเอกสารยืนยันการถอนตัวจากโครงการวิจัย อนึ่ง การถอนตัวของผู้เข้าร่วมวิจัยจะไม่มีผลกระทบต่อสิทธิใดๆ

13. ขอบเขตพื้นที่ดำเนินการวิจัย

พื้นที่หมู่ 8 บ้านไอสะเตียร์ ตำบลนุกิต อำเภोजะโฮรัง จังหวัดนราธิวาส

14. วิธีการดำเนินการ

รูปแบบการวิจัย เป็นงานวิจัยแบบเชิงปริมาณ มีรายละเอียดวิธีการดำเนินการวิจัย ดังนี้

1. นักวิจัยลงชุมชนและศึกษาบริบทชุมชน เข้าไปคลุกคลีกับคนในชุมชนและร่วมกิจกรรมต่างๆ ในชุมชน เช่น การลงเยี่ยมบ้าน กิจกรรมสร้างความสัมพันธ์ในชุมชน

2. นักวิจัยร่วมกันคิดโจทย์วิจัยกับชุมชน และทำกิจกรรมต่างๆ ในชุมชน จัดเวทีประชาคมในชุมชนเพื่อให้ชุมชนมีส่วนร่วมในการแสดงความคิดเห็น

3. เวทีประชุมชี้แจงรายละเอียดโครงการ

4. พัฒนาเครื่องมือเพื่อเก็บข้อมูลงานวิจัยเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ รวมถึงการขอจริยธรรมเพื่อทำการวิจัยในมนุษย์

5. เก็บข้อมูลเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ

6. พัฒนาศักยภาพกลุ่มเป้าหมายด้านกาย ใจ สังคม

7. ติดตามและประเมินผล

8. วิเคราะห์ข้อมูล การวิเคราะห์เชิงปริมาณโดยใช้เป็นค่าเฉลี่ย/ร้อยละ และการวิเคราะห์เชิงคุณภาพโดยใช้เนื้อหาในการวิเคราะห์ข้อมูล

9. คืนข้อมูลให้ชุมชน

10. สรุปผล เขียนรายงานและจัดพิมพ์

15. เครื่องมือในการเก็บข้อมูล

เครื่องมือที่ใช้ในการรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณ คือ แบบสอบถาม (Questionnaires) ซึ่งมี 3 ชุด ชุดที่ 1 สำหรับเด็ก ชุดที่ 2 และ 3 สำหรับผู้ปกครอง

แบบสอบถามสำหรับเด็ก แบ่งออกเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 คำถามเกี่ยวกับลักษณะทางประชากรศาสตร์ของผู้ตอบแบบสอบถาม เช่น เพศ อายุ การศึกษา ข้อมูลการใช้โทรศัพท์มือถือ เป็นต้น

ตอนที่ 2 คำถามเกี่ยวกับผลกระทบที่เกิดจากการเล่นโทรศัพท์มือถือส่งผลกระทบด้านสุขภาพกาย สุขภาพใจ และด้านสังคม

ตอนที่ 3 แสดงความคิดเห็นเรื่องแนวทางการแก้ไขผลกระทบที่เกิดจากการเล่นโทรศัพท์มือถือด้านสุขภาพกาย สุขภาพใจ และสังคม

ตอนที่ 4 ข้อเสนอแนะเพิ่มเติม

แบบสอบถามสำหรับผู้ปกครอง ชุดที่ 1 แบ่งออกเป็น 3 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 คำถามเกี่ยวกับลักษณะทางประชากรศาสตร์ของผู้ตอบแบบสอบถาม เช่น เพศ อายุ ที่อยู่ ความเกี่ยวข้องกับเด็ก ข้อมูลการใช้โทรศัพท์มือถือ เป็นต้น

ตอนที่ 2 แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับผลกระทบที่เกิดจากการเล่นโทรศัพท์มือถือส่งผลกระทบด้านสุขภาพกาย สุขภาพใจ และด้านสังคม

ตอนที่ 3 แสดงความคิดเห็นเรื่องแนวทางการแก้ไขปัญหการติดโทรศัพท์มือถือของเด็ก

แบบสอบถามสำหรับผู้ปกครอง ชุดที่ 2 แบ่งออกเป็น 4 ตอน ดังนี้

ตอนที่ 1 คำถามเกี่ยวกับลักษณะทางประชากรศาสตร์ของผู้ตอบแบบสอบถาม เช่น เพศ อายุ ที่อยู่ ความเกี่ยวข้องกับเด็ก ข้อมูลการใช้โทรศัพท์มือถือ เป็นต้น

ตอนที่ 2 แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับพฤติกรรมการติดโทรศัพท์มือถือของลูกหลาน

ตอนที่ 3 แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับผลกระทบที่เกิดขึ้นกับลูกหลานในการติดโทรศัพท์มือถือ

ตอนที่ 4 แสดงความคิดเห็นเกี่ยวกับแนวทางแก้ไขปัญหาดิโทรศัพท์มือถือ

ผลการศึกษา

จากการศึกษาผลกระทบต่อสุขภาพกาย สุขภาพจิต และสังคมของเด็กที่มีพฤติกรรมการใช้โทรศัพท์มือถือ ในพื้นที่หมู่ที่ 8 บ้านไธเสเตีย ตำบลบุกิต อำเภोजะโฮร จังหวัดนราธิวาส โดยการสำรวจข้อมูล สัมภาษณ์ เด็ก ที่มีอายุ 11-12 ปี จำนวน 30 คน และผู้ปกครองจำนวน 30 คน ในพื้นที่หมู่ 8 บ้านไธเสเตีย ตำบลบุกิต อำเภोजะโฮร จังหวัดนราธิวาส มีผลการศึกษา ดังนี้

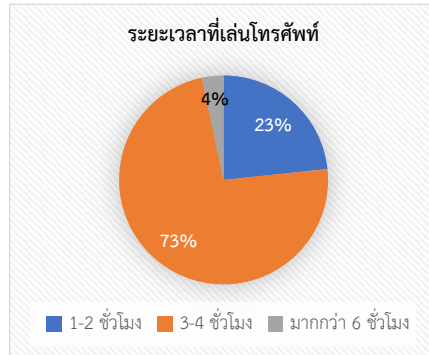
1. พฤติกรรมการใช้โทรศัพท์มือถือของเด็ก



จำนวน

- ใช้โทรศัพท์ของตนเอง จำนวน 19 คน
- ใช้โทรศัพท์ของผู้ปกครอง จำนวน 11 คน

จากรายการสัมภาษณ์พบว่า ส่วนใหญ่เด็กใช้โทรศัพท์มือถือของตนเอง จำนวน 19 คน คิดเป็นร้อยละ 63 รองลงมาเด็กใช้โทรศัพท์ของผู้ปกครอง จำนวน 11 คน คิดเป็นร้อยละ 37



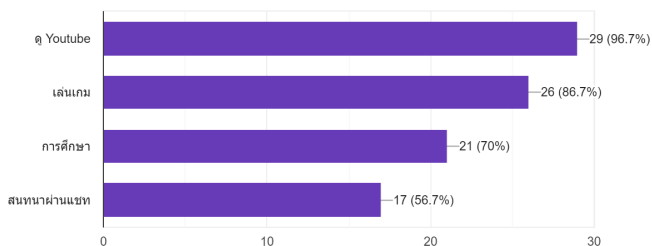
จำนวน

- 1-2 ชั่วโมง จำนวน 22 คน
- 3-4 ชั่วโมง จำนวน 7 คน
- มากกว่า 6 ชั่วโมง 1 คน

จากกราฟวงกลมข้างต้น พบว่า ระยะเวลาในการเล่นโทรศัพท์มือถือของเด็ก ส่วนใหญ่ใช้เวลาในการเล่น 1-2 ชั่วโมง จำนวน 22 คน คิดเป็นร้อยละ 73 รองลงมาระยะเวลาในการเล่นโทรศัพท์มือถือของเด็ก จำนวน 7 คน คิดเป็นร้อยละ 23 และเด็กที่เล่นโทรศัพท์มือถือใช้เวลาในการเล่นมากกว่า 6 ชั่วโมง มีจำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 4

ใช้โทรศัพท์เพื่อการใด

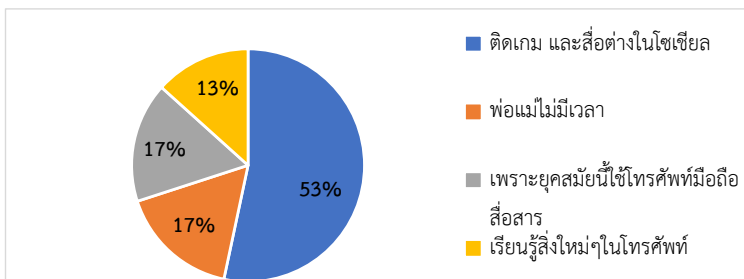
คำตอบ 30 ข้อ



จากกราฟข้างต้น พบว่า เด็กส่วนใหญ่เล่นโทรศัพท์มือถือเพื่อ ดูยูทูบ มากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 96.7 รองลงมาใช้ในการเล่นเกม คิดเป็น ร้อยละ 86.7 ถัดมาใช้ในการเรียนการศึกษา คิดเป็นร้อยละ 70 และ น้อยที่สุดใช้ในการสนทนาผ่านแชท คิดเป็นร้อยละ 56.7

2. สาเหตุพฤติกรรมติดโทรศัพท์มือถือของเด็ก

จากการศึกษาสาเหตุพฤติกรรมติดโทรศัพท์มือถือของเด็กในพื้นที่ หมู่ที่ 8 บ้านไธเสะเตีย ตำบลบุกิต อำเภอเจาะไอร้อง จังหวัดนราธิวาส โดยการสำรวจข้อมูล สัมภาษณ์ ผู้ปกครอง จำนวน 30 คน ในพื้นที่หมู่ 8 บ้านไธเสะเตีย ตำบลบุกิต อำเภอเจาะไอร้อง จังหวัดนราธิวาส มีผลการ ศึกษา ดังนี้



จากกราฟวงกลมข้างต้น พบว่า สาเหตุพฤติกรรมติดโทรศัพท์มือถือของเด็กมากที่สุดมาจากการติดเกม และโซเชียลต่างๆ จำนวน 16 คน คิดเป็นร้อยละ 53 สาเหตุเกิดจากพ่อแม่ไม่มีเวลา และในปัจจุบัน มีการใช้โทรศัพท์มือถือสื่อสาร จำนวน 5 คน คิดเป็นร้อยละ 17 และน้อย ที่สุดสาเหตุเกิดจากการใช้โทรศัพท์มือถือเพื่อการเรียนรู้สิ่งใหม่ๆ จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 16

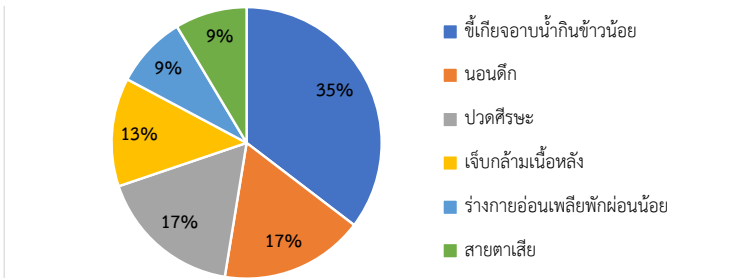
3. ผลกระทบจากพฤติกรรมติดโทรศัพท์มือถือของเด็ก

จากการศึกษาข้อมูลผลกระทบจากพฤติกรรมติดโทรศัพท์มือถือของเด็ก ในพื้นที่หมู่ที่ 8 บ้านไธเสะเตีย ตำบลบุกิต อำเภอเจาะไอร้อง จังหวัดนราธิวาส โดยการสำรวจข้อมูล สัมภาษณ์ เด็ก ที่มีอายุ 11-12 ปี

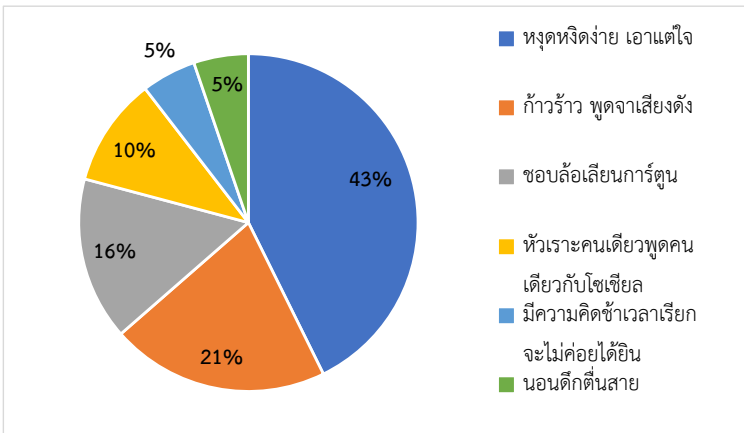
จำนวน 30 คน และผู้ปกครอง จำนวน 30 คน ในพื้นที่หมู่ 8 บ้านไธเสะเตีย ตำบลภูมิพิศ อำเภोजेजाओरोंग จังหวัดนราธิวาส มีผลการศึกษา ดังนี้

1) ผลกระทบด้านสุขภาพกาย

จากการฟวงกลมข้างต้น พบว่า ผลกระทบต่อสุขภาพกายของเด็กที่มีพฤติกรรมติดโทรศัพท์มือถือ ประก่องผลให้เด็กมีพฤติกรรมขี้เกียจอาบน้ำ กินข้าวน้อย จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 35 รองลงมาผลกระทบด้านสุขภาพกายทำให้อนดึก ปวดศีรษะ คิดเป็นร้อยละ 17 เจ็บกล้ามเนื้อหลัง คิดเป็นร้อยละ 13 และส่งผลกระทบให้ร่างกายอ่อนเพลีย สายตาเสีย คิดเป็นร้อยละ 9

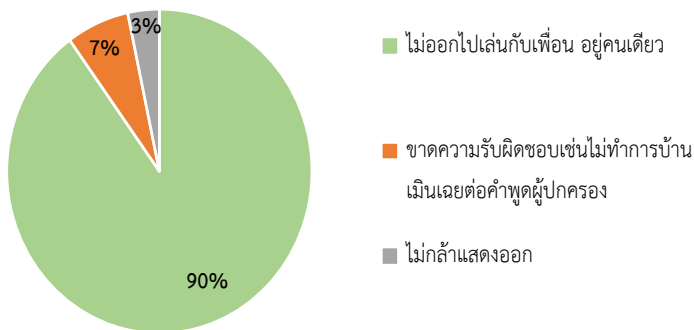


2) ผลกระทบด้านสุขภาพจิต



จากการฟวงกลมข้างต้น พบว่า ผลกระทบต่อสุขภาพจิตของเด็กที่มีพฤติกรรมติดโทรศัพท์มือถือ ส่งผลให้เด็กมีพฤติกรรมหงุดหงิดง่าย เอาแต่ใจ จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 43 รองลงมาผลกระทบด้านสุขภาพจิตทำให้ก้าวร้าว พุดจาเสียงดัง คิดเป็นร้อยละ 21 ขอบล้อเลียนการ์ตูน คิดเป็นร้อยละ 16 หัวเราะคนเดียวพูดคนเดียวกับโซเซียล คิดเป็นร้อยละ 10 และน้อยที่สุด คือส่งผลให้มีความคิดช้าเวลาเรียกจะไม่ค่อยได้ยิน นอนดึกตื่นสาย คิดเป็นร้อยละ 5

3) ผลกระทบด้านสังคม



จากการฟวงกลมข้างต้น พบว่า ผลกระทบต่อสังคมของเด็กที่มีพฤติกรรมติดโทรศัพท์มือถือ ส่งผลให้เด็กไม่ออกไปเล่นกับเพื่อน ขอบอยู่คนเดียว จำนวนมากที่สุด คิดเป็นร้อยละ 90 รองลงมาส่งผลให้เด็กขาดความรับผิดชอบ เช่น ไม่ทำการบ้าน เหมินเฉยต่อคำพูดผู้ปกครอง คิดเป็นร้อยละ 7 และน้อยที่สุด คือเด็กไม่กล้าแสดงออก คิดเป็นร้อยละ 3

อภิปรายผลการศึกษา

การศึกษามลกระทบต่อพฤติกรรมของเด็กที่ใช้โทรศัพท์มือถือ กรณีศึกษา หมู่ 8 บ้านไธเสะเตีย ตำบลบุกิต อำเภอเจาะไอร้อง จังหวัดนราธิวาส โดยผลการศึกษาพบว่า เด็กส่วนใหญ่ใช้โทรศัพท์มือถือในการในดูสื่อออนไลน์ เช่น ยูทูบ นอกจากนี้ใช้โทรศัพท์มือถือในการเล่น เกมออนไลน์ มีความสอดคล้องกับการศึกษาเรื่องพฤติกรรมการใช้สื่อของเด็กยุคศตวรรษที่ 21 ของราณี วงศ์คงเดช และคณะ (2561) ที่กล่าวว่า สื่อมีอิทธิพลต่อวิถีชีวิตและค่านิยมของคนทุกเพศวัยการศึกษาพฤติกรรม การใช้สื่อแบบภาคตัดขวางในนักเรียนชั้นประถมศึกษาตอนปลายและมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนบ้านหนองอุ่มหวายสามัคคี อ.กันทรวิชัย จ.มหาสารคาม จำนวน 60 คน เดือนมิถุนายน 2560 พบว่า 65% ใช้เวลาว่างในการเล่นเกมส์ เฟสบุ๊ค ดูโทรทัศน์และช่วยพ่อแม่ทำงานเพียง 25 % เกือบครึ่งไม่ชอบอ่านหนังสือ ถ้าอ่านจะเป็นหนังสือการ์ตูน และรับรู้่าเกือบทุกครอบครัวมีโทรศัพท์มือถืออย่างน้อย 1 เครื่อง 78% มีและใช้ในช่วงเช้าหรือก่อนนอน 30% ใช้ขณะรับประทานอาหารเช้า ทำการบ้าน ครึ่งหนึ่งใช้วันละไม่เกิน 3 ชั่วโมง 31% ใช้ 3-5 ชม./วัน แต่ใช้ค้นงานหรือโทรไม่ถึง 10% ส่วนการใช้อินเทอร์เน็ต เกือบทั้งหมดใช้ในการเล่นเกมส์ แชท ดูหนังฟังเพลง มี 6% ใช้ดูภาพไป 90% ยอมรับว่าติดเกมส์

จากการที่เด็กใช้โทรศัพท์มือถือในการเล่น เกม เฟสบุ๊ค ยูทูบ ดูสื่อออนไลน์ต่างๆ สนทนาผ่านแชท เป็นต้น โดยการใช้โทรศัพท์ในแต่ ละครั้งมากกว่า 2 ชั่วโมง ส่งผลให้เกิดผลกระทบต่อเด็กในด้านต่างๆ ไม่ว่าจะเป็นด้านสุขภาพกาย สุขภาพจิต และสังคม จากการศึกษาพบว่า ส่งผลกระทบทางด้านสุขภาพกาย นอนดึก ปวดศีรษะ ไม่ดูแลตนเอง ไม่อาบน้ำไม่ทานข้าว ส่งผลกระทบด้านจิตใจของเด็ก เด็กมีอาการหงุดหงิดง่าย เอาแต่ใจ ก้าวร้าว หัวเราะคนเดียว พูดคนเดียว และส่งผลกระทบด้าน

สังคม เด็กไม่ออกไปเล่นกับเพื่อน ขอบอยู่คนเดียว ขาดความรับผิดชอบ เช่น ไม่ทำการบ้าน เมินเฉยต่อคำพูดผู้ปกครอง ไม่กล้าแสดงออก เป็นต้น มีความสอดคล้องกับการศึกษาเรื่อง พฤติกรรมการใช้และผลกระทบของสื่อสังคมออนไลน์ประเภทเฟสบุ๊กต่อการดำเนินชีวิตของนักศึกษา กรณีศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเลย ของอมรรัตน์วงศ์โสภณ และคณะ (2558) ที่กล่าวว่า ผลกระทบจากการใช้สื่อสังคมออนไลน์ประเภทเฟสบุ๊กต่อนักศึกษาเรียงตามลำดับคือ ด้านสุขภาพ ด้านการดำเนินชีวิตประจำวันและด้านการศึกษาตามลำดับ โดยผลกระทบด้านสุขภาพพบว่ามีอาการปวดตา ปวดศีรษะ เมื่อยมือ ปวดไหล่ เวลาริ่เล่นนานๆ ผลกระทบด้านการดำเนินชีวิตประจำวัน พบว่านักศึกษาเลือกใช้งานเฟสบุ๊ก มากกว่าทำกิจกรรมอื่นในช่วงเวลาว่าง ทำให้ทำกิจกรรมอื่นน้อยลง มีโลกส่วนตัวสูง คุยกับคนในครอบครัวน้อยลง คนรอบข้างรู้ สึกหงุดหงิด หวาดระแวง และเกิดการทะเลาะกันเนื่องจากความคิดเห็นไม่ตรงกัน และผลกระทบ ด้านการศึกษา พบว่านักศึกษาทำการบ้านและงานที่รับมอบหมายต่าง ๆ เสรีจ้จ้ เนื่องจากใช้เวลาส่วนใหญ่อยู่กับการใช้งานเฟสบุ๊ก ผลกระทบที่ตามมาพบว่านักศึกษาไม่ส่งงานส่งงานช้า ขาดสมาธิในการเรียน เกรดตกในบางรายวิชา ขาดสมาธิในการทำงานและการอ่านหนังสือสอบ ขาดเรียน ใช้ภาษาไม่ถูกต้องใช้คำแสดงในยุคสมัยใหม่ และสะกดคำไม่ถูกต้องตามหลักภาษา นอกจากนี้ผลการศึกษาของผู้วิจัยในเรื่องผลกระทบต่อเด็กผลกระทบต่อพฤติกรรมของเด็กที่ติดโทรศัพท์มือถือ ด้านสุขภาพกาย คือ สุขภาพตา พบว่าส่งผลให้ต้อสายตาของเด็ก มีการอาการแสบตา ปวดตา ตาล้า โดยผลกระทบด้านสุขภาพที่กระทบต่อสุขภาพตานี้ มีความสอดคล้องกับการศึกษาเรื่องอันตรายที่แฝงมากับโทรศัพท์มือถือ ของโสภณ จีรวงศ์นุสรณ์ และคณะ (2561) ที่กล่าวว่า เนื่องจากรูปแบบการใช้งานผ่านหน้าจอโทรศัพท์มือถือมีมากขึ้น ทำให้ประโยชน์ของ โทรศัพท์มือถือที่ใช้ในปัจจุบันมีมากกว่า

การสนทนา จึงเป็นเหตุจูงใจให้ผู้ใช้งานเพิ่มระยะเวลา ในการใช้งาน นานขึ้น ทั้งนี้จากผลการสำรวจพฤติกรรมการใช้งานโทรศัพท์มือถือของคน ไทย ในหนึ่งวัน พบว่า คนไทยใช้เวลาในการใช้โทรศัพท์มือถือเฉลี่ยนาน ถึง 4.2 ชั่วโมงต่อวัน ซึ่งมากกว่า อุปกรณ์สื่อสารทุกชนิดที่ต้องใช้นัยน์ตา เป็นอวัยวะรับสัมผัส ทั้งนี้หากพิจารณาเวลาทั้งหมดของ การใช้นัยน์ตา กับอุปกรณ์สื่อสาร อันประกอบด้วย โทรศัพท์มือถือ โทรศัพท์ คอมพิวเตอร์ และ แท็บเล็ต รวมกันเป็นเวลาทั้งสิ้น 10.3 ชั่วโมงต่อวัน ดังนั้นการใช้ นัยน์ตาเพ่งมองเป็นเวลานานนั้นส่งผลเสียต่อสุขภาพทั้งในระยะสั้นและ ระยะ ยาว โดยทำให้มีอาการหรือมีความรู้สึกผิดปกติเกี่ยวกับสมองเกิดขึ้น และมี อาการทางนัยน์ตา ที่พบบ่อย ได้แก่ ปวดตา ตาล้า ตาพร่า ปรับระยะภาพ ไม่ชัด แสบตา ตาแห้ง ซึ่งเป็นอาการ ที่เกิดจากการใช้สายตาไม่เหมาะสม ทั้งนี้มาจากหลายปัจจัย เช่น อายุของผู้ใช้งาน การเพ่งมอง ระดับการมอง เห็น ความผิดปกติของค่าสายตา ความสว่างของหน้าจอ ความถี่ในการใช้ งานผ่าน หน้าจอ เป็นต้น

สรุปและข้อเสนอแนะ

การศึกษาลักษณะต่อพฤติกรรมของเด็กที่ติดโทรศัพท์มือถือ กรณีสึกษา หมู่ 8 บ้านไธเสะเตีย ตำบลบุกิต อำเภोजะเอย์ จังหวัดนราธิวาส มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาลักษณะต่อ สุขภาพกาย สุขภาพจิต และสังคม ของเด็กที่มีพฤติกรรมติดโทรศัพท์มือถือ มีวิธีการ ดำเนินงานคือประชุมทีมวิจัย เก็บข้อมูลแบบสอบถาม แบบสัมภาษณ์ ด้าน ผลกระทบและเริ่มสำรวจผลกระทบ เวทีประชาคม พัฒนาศักยภาพกลุ่ม เป้าหมายด้านสุขภาพกาย สุขภาพจิต ด้านสังคม ติดตามและประเมินผล มีการเก็บรวบรวมข้อมูลเชิงปริมาณและเชิงคุณภาพ คือ ใช้แบบสอบถาม การสัมภาษณ์แบบเชิงลึก การสังเกต และการจดบันทึก กลุ่มเป้าหมาย คือ เด็กที่มีอายุ 11-12 ปี จำนวน 30 คน และผู้ปกครองของเด็ก จำนวน 30 คน

จากการศึกษาผลกระทบและแนวทางการแก้ปัญหาพฤติกรรมของเด็กที่ติดโทรศัพท์มือถือ กรณีศึกษา หมู่ 8 บ้านไธเสเตีย ตำบลภูกิต อำเภอเจาะไอร้อง จังหวัดนราธิวาส พบว่า ผลกระทบด้านสุขภาพกายของเด็กที่มีพฤติกรรมติดโทรศัพท์มือถือ คือ จี๋เกียจอาบน้ำกินข้าวน้อย จำนวน 15 คน คิดเป็นร้อยละ 35.0 นอนดึก จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 17.0 ปวดศีรษะ จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 17.0 เจ็บกล้ามเนื้อหลัง จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 13.0 ร่างกายอ่อนเพลียพักผ่อนน้อย จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 9.0 และสายตาเสีย จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 9.0 ผลกระทบด้านสุขภาพจิตของเด็กที่มีพฤติกรรมติดโทรศัพท์มือถือ คือ พบว่าหงุดหงิดง่าย เอาแต่ใจ จำนวน 19 คน คิดเป็นร้อยละ 43 ก้าวร้าวพูดจาเสียงดัง จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 21 ขอบล้อเลียนการ์ตูน จำนวน 3 คน คิดเป็นร้อยละ 16 หัวเราะคนเดียวพูดคนเดียวกับไซเซลล์ จำนวน 2 คน คิดเป็นร้อยละ 10 มีความคิดช้าเวลาเรียกจะไม่ค่อยได้ยิน จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 1 คน และนอนดึกตื่นสาย จำนวน 1 คน คิดเป็นร้อยละ 5 ตามลำดับ และผลกระทบด้านสังคมของเด็กที่มีพฤติกรรมติดโทรศัพท์มือถือ คือ ไม่ชอบทำกิจกรรม ไม่ออกไปเล่นกับเพื่อนชอบอยู่คนเดียว ร้อยละ 90 ขาดความรับผิดชอบ เช่น ไม่ทำการบ้าน เมินเฉยต่อคำพูดของผู้ปกครอง ร้อยละ 7 ไม่กล้าแสดงออก เงินอายุ ร้อยละ 3

การวิจัยครั้งนี้มีข้อเสนอแนะในประเด็นแนวทางการแก้ไขปัญหาลูกที่มีพฤติกรรมติดมือถือ เพราะปัญหาลูกที่กำลังเผชิญไม่ควรมองข้ามอย่างยิ่ง หากละเลยหรือมองข้ามปัญหาเหล่านี้มันยังเกิดปัญหาอื่นๆ ตามมามากมาย นอกจากนี้อาจส่งผลกระทบถึงคุณภาพชีวิตของเด็กอีกด้วย และไม่ควรมองว่าเป็นเรื่องของผู้ปกครอง หรือของครอบครัวใดครอบครัวหนึ่งที่ต้องรับผิดชอบ และแก้ปัญหานี้ ควรมีการแก้ไขปัญหาแบบการมีส่วนร่วมโดยการดึงนิเวศทางสังคมของเด็กที่ใกล้ชิดเด็กเข้ามามีส่วนร่วมในการวางแผนหาแนวทาง

การแก้ปัญหาพฤติกรรมของเด็กที่ติดโทรศัพท์มือถือ โดยการบูรณาการร่วมกัน ไม่ว่าจะเป็นครอบครัว โรงเรียนประถมศึกษา โรงเรียนตาติกา มัสยิดชุมชน หน่วยงานในพื้นที่ที่ทำงานด้านเด็ก ซึ่งโรงเรียนประถมศึกษาที่เด็ก ๆ เรียนในช่วงวันจันทร์ถึงวันศุกร์ และ โรงเรียนตาติกา เด็ก ๆ เรียนด้านศาสนาในช่วงวันเสาร์อาทิตย์ เด็ก ๆ จะใช้ชีวิตส่วนใหญ่อยู่ในโรงเรียนทั้งสอง การร่วมมือกับโรงเรียนทั้งสองนี้ในการร่วมกันแก้ไขปัญหาเด็กที่มีพฤติกรรมติดมือถือ โดยโรงเรียนประถมศึกษาเป็นโรงเรียนสายสามัญ อาจออกแบบกิจกรรมในรูปแบบของกิจกรรมเชิงสนทนากการให้เด็กเห็นภัยการใช้มือถือในส่วนของโรงเรียนตาติกา อาจออกแบบกิจกรรมในการใช้หลักศาสนาเข้ามาแทรกในกิจกรรม เพื่อให้เด็กได้ซึมซับกับหลักศาสนา ซึ่งเป็นวิถีของการดำรงชีวิต เพื่อสู่การใช้ชีวิตให้ปลอดภัยจากภัยอันตรายในการใช้โทรศัพท์มือถือ ทั้งนี้ในการออกแบบกิจกรรมนั้น ให้อยู่ภายใต้การออกแบบรูปแบบการแก้ไขปัญหาให้เด็กมีส่วนร่วมในการออกแบบกิจกรรม แสดงความคิดเห็น เพื่อนำสู่การแก้ไขปัญหาอย่างเข้าใจ และตรงตามความต้องการของเด็ก ตลอดจนสอดคล้องกับบริบทพื้นที่ สิ่งแวดล้อม สังคมที่เด็กอาศัยอยู่อย่างเข้าถึง และเข้าใจ

กิตติกรรมประกาศ

ขอขอบคุณสำนักงานการวิจัยแห่งชาติ (วช.) ที่ให้การสนับสนุนทุนในการดำเนินการวิจัยครั้งนี้ ขอขอบคุณศูนย์ประสานงานวิชาการให้ความช่วยเหลือผู้ ได้รับผลกระทบจากเหตุการณ์ไม่สงบจังหวัดชายแดนใต้ (ศวชต.) ในการดำเนินโครงการวิจัยครั้งนี้ และขอขอบคุณผู้เข้าร่วมวิจัยในพื้นที่หมู่ 8 บ้านไอสะเตีย ตำบลบุกิต อำเภोजะเอย์ จังหวัดนราธิวาสทุกท่าน

เอกสารอ้างอิง

- ผู้จัดการออนไลน์. (2562, 20 มกราคม). อันตรายจากโทรศัพท์มือถือที่(เผื่อ) คุณพ่อคุณแม่ยังไม่รู้. [บล็อก]. สืบค้นจาก <https://www.dmh.go.th/news-dmh/view.asp?id=28471>.
- กองสถิติเศรษฐกิจ สำนักงานสถิติแห่งชาติ. (2564). *สรุปผลที่สำคัญสำหรับการมี การใช้เทคโนโลยีสารสนเทศและการสื่อสารในครัวเรือนพ.ศ.2563*, ม.ป.ท : สำนักงานสถิติแห่งชาติ.
- นันทวรรณ ผ่องมณี. (2555, 21 พฤศจิกายน). ผลกระทบจากการใช้โทรศัพท์มือถือ. [บล็อก] สืบค้นจาก http://www.ns.mahidol.ac.th/english/th/degree_bns/km_mobile.html
- รัตนา สิงห์โต และคณะ (2562). กัยเจ็บที่อาจเกิดแก่ทารกแรกเกิดจากโทรศัพท์มือถือ.... ป้องกันไว้ก่อนดีกว่าตามแก้ทีหลัง. *วารสารการพยาบาลและการศึกษา*, 12(2), 1-11.
- ราณี วงศ์เดช และคณะ (2561). พฤติกรรมการใช้สื่อของเด็กยุคศตวรรษที่21. *วารสารวิทยาลัยสงฆ์นครลำปาง*, 7(2), 26-36.
- วรเชษฐ์ โตอิน (2562). ปัจจัยเชิงสาเหตุและแนวทางป้องกันพฤติกรรมอันไม่เหมาะสมต่อการใช้โทรศัพท์มือถือ ของนักศึกษาวิทยาลัยศาสนศาสตร์ยโสธร เพื่อการครองตนตามหลักพระพุทธศาสนา. *วารสารมหาจุฬานาครทรรศน์*, 6(10), 4760-4770.
- โสภณา จีรวงศ์สุนทร และคณะ (2561). อันตรายที่แฝงมากับโทรศัพท์มือถือ. *วารสารวิจัยราชภัฏพระนคร สาขาวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี*, 13(1), 164-177.
- อมรรัตน์ วงศ์โสภณ และคณะ (2558). พฤติกรรมการใช้และผลกระทบของสื่อสังคมออนไลน์ประเภทเฟซบุ๊กต่อการดำเนินชีวิตของนักศึกษากรณีศึกษามหาวิทยาลัยราชภัฏเลย. *วารสารงานวิจัยและพัฒนา มหาวิทยาลัยราชภัฏเลย*, 10(33), 1-10.

เอื้อมทิพย์ ศรีทอง (2562). ศึกษาเรื่องพฤติกรรมการใช้โทรศัพท์มือถือของ
นักศึกษา สาขาสังคมศึกษา มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี. วารสาร
มหาวิทยาลัยราชภัฏเทพสตรี, 6(ฉบับพิเศษ), 26-38.

