

การฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาสำหรับผู้ปกครองเพื่อป้องกันการติดเกมของนักเรียนระดับประถมศึกษา

Psychological Training for Parents to Prevent Gaming Addiction among Elementary School Students

เจตนิพัทธ์ จิตติหิรัญกุล¹, นงลักษณ์ เขียนงาม², สมบัติ ท้ายเรือคำ³
Chetnipat Chitthirankul¹, Nongluck Kiengam², Sombat Tayraukham³

Received: 6 August 2024

Revised: 30 September 2024

Accepted: 30 October 2024

บทคัดย่อ

งานวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์ คือ 1) เพื่อพัฒนาชุดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา และ 2) เพื่อศึกษาผลของการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) โดยมีตัวอย่างเป็นผู้ปกครองนักเรียน จำนวน 18 คน ซึ่งแบ่งกลุ่มทดลอง จำนวน 9 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 9 คน และมีการวัดภูมิคุ้มกันการติดเกมก่อนและหลังใช้ชุดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย แบ่งออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่ 1. เครื่องมือในการทดลอง คือ ชุดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา หากคุณภาพโดยใช้ค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ .89 ถึง 1.00 และ 2. เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ 2.1) แบบวัดภูมิคุ้มกัน การติดเกม Game Addiction Protection Scale (GAME-P) ฉบับผู้ปกครอง โดยใช้แบบวัดของ ศ.นพ. ชาญวิทย์ พรนภดล 2.2) แบบประเมินความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการติดเกมของนักเรียนสำหรับผู้ปกครอง มีค่าดัชนีความสอดคล้องตั้งแต่ .60 ถึง 1.00 2.3) แบบสอบถามความคิดเห็นต่อการเข้าร่วมฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา สำหรับกลุ่มทดลอง และ 2.4) แบบสอบถามความคิดเห็นต่อคู่มือการฝึกอบรม เชิงจิตวิทยา สำหรับกลุ่มควบคุม สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล ได้แก่ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และ ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ผลการวิจัย พบว่า 1) ชุดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา มีทั้งหมด 6 กิจกรรม แต่ละกิจกรรม มีค่าดัชนีความสอดคล้องของแต่ละกิจกรรมตั้งแต่ .89 ถึง 1.00 2) ชุดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา มีค่าดัชนีประสิทธิผล (E.I) เท่ากับ 0.6575 และประสิทธิภาพ (E_1, E_2) เท่ากับ 79.81/81.48 3) ผลของการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา พบว่า ผู้ปกครองกลุ่มทดลองมีคะแนนภูมิคุ้มกัน รวมเฉลี่ยอยู่ในระดับสูง และมีคะแนนความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการติดเกมของผู้ปกครองเฉลี่ยในภาพรวมอยู่ในระดับมาก และ 4) ผู้ปกครองกลุ่มทดลองมีความคิดเห็นต่อการเข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยายอยู่ในระดับมากที่สุด ส่วนผู้ปกครองกลุ่มควบคุม มีความคิดเห็นต่อคู่มือการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยายอยู่ในระดับปานกลาง

คำสำคัญ: ชุดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา การป้องกันการติดเกม ภูมิคุ้มกันการติดเกม

¹ นักศึกษาระดับปริญญาโท สาขาวิชาการศึกษา (วิชาเอกจิตวิทยาการศึกษา) คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

² ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. สาขาวิชาจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนว ภาควิชาพื้นฐานและการพัฒนาการศึกษา คณะศึกษาศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

³ รองศาสตราจารย์ ดร. สาขาวิชาประถมศึกษา ภาควิชาหลักสูตร การสอนและการเรียนรู้ คณะศึกษาศาสตร์มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

¹ Master's degree students, Education (Major in Educational Psychology), Faculty of Education, Chiang Mai University

² Assistant Professor, Department of Educational Psychology and Counselling, Faculty of Education, Chiang Mai University

³ Associate Professor, Department of Curriculum, Teaching & Learning, Faculty of Education, Chiang Mai University

Abstract

This research aims to: 1) develop a psychological training program, and 2) study the effects of the psychological training. It is an experimental research study with a sample of 18 parents of students, divided into an experimental group of 9 and a control group of 9. The study measured game addiction immunity before and after using the psychological training program. The research tools were divided into two parts: 1. The experimental tool, which is the psychological training program, had a consistency index ranging from .89 to 1.00; and 2. The data collection tools, which included: 2.1) the Game Addiction Protection Scale (GAME-P) for parents, based on the measure by Prof. Dr. Chanvit Pornnopadol, 2.2) the questionnaire assessing knowledge about preventing game addiction for parents, with a consistency index from .60 to 1.00, 2.3) a feedback questionnaire for the experimental group regarding their participation in psychological training, and 2.4) a questionnaire for the control group regarding the psychological training manual. The statistical methods used for data analysis included frequency, percentage, mean, and standard deviation.

The research results showed that: 1) the psychological training program consisted of 6 activities, with each activity having a consistency index ranging from .89 to 1.00; 2) the effectiveness index (E.I) of the training program was .6575, and the efficiency (E_1/E_2) was 79.81/81.48; 3) the effect of the psychological training showed that the experimental group parents had an average immunity score at a high level, and their average knowledge about preventing game addiction was at a high level as well; and 4) the experimental group parents expressed very high satisfaction with participating in the psychological training, while the control group parents had a moderate opinion regarding the training manual.

Keywords: Psychological training program, game addiction prevention, game addiction immunity.

บทนำ

ปัจจุบันการเข้าถึงสื่อสังคมออนไลน์เป็นสิ่งที่ง่ายต่อทุกเพศ ทุกวัย เนื่องจากคนส่วนใหญ่มีโทรศัพท์มือถือแบบสมาร์ทโฟนที่มีการเชื่อมต่อกับอินเทอร์เน็ต กลุ่มวัยเด็กหรือนักเรียนเป็นอีกกลุ่มหนึ่งที่มีการใช้โทรศัพท์มือถือแบบสมาร์ทโฟนกันตั้งแต่อายุยังน้อยในการติดต่อสื่อสาร หรือใช้เล่นเกมได้ทุกที่ทุกเวลา เนื่องจากนักเรียนสามารถเข้าถึงการเล่นเกมที่ง่ายขึ้น แตกต่างจากอดีตที่การเล่นจะต้องไปเล่นที่ร้านเกมที่ให้บริการเท่านั้น (สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ กระทรวงสาธารณสุข, 2556)

การเล่นเกมออนไลน์ส่งผลทั้งในด้านบวกและด้านลบ สำหรับด้านบวก เกมมีประโยชน์หลายประการ เช่น คลายเครียด ให้ความสนุก ผีกทักษะ (เกมฝึกขับเครื่องบิน ฝึกยุทธวิธี ฯลฯ) เป็นต้น ส่วนด้านลบ เกมอาจทำให้เกิดโทษหากเด็กเลือกเกมไม่เหมาะสมหรือเล่นเกมติดต่อกันเป็นเวลานานเกินไป เช่น หากเด็กเล่นเกมรุนแรง อาจจะทำให้เกิดความคุ้นชินกับพฤติกรรมเหล่านั้น เป็นต้น อีกทั้งยังส่งผล ทำให้เด็กบางคนมีพฤติกรรมเก็บตัว ขาดเรียนบ่อย และปรับตัวยากลำบากเมื่ออยู่ร่วมกับบุคคลรอบข้าง และอาจจะมีพฤติกรรมลักขโมย หรืออาชญากรรม เพื่อหาเงินมาเติมสินค้าหรือ

แพ็คเก็จชุดคัมในเกม (ชาญวิทย์ พรนภดล และคณะ, 2557) ประกอบกับ ในปี พ.ศ. 2561 องค์การอนามัยโลก (WHO) ได้ประกาศให้การติดเกมเป็นโรคทางจิตเวช เพราะพบว่าเมื่อทำการสแกนสมองคนที่ติดสารเสพติดเปรียบเทียบกับคนที่ติดเกม มีการเปลี่ยนแปลงของเซลล์สมองและจุดที่สมองทำงานบกพร่องเหมือนกันในทางการแพทย์ถือว่ามีการเปลี่ยนแปลงพยาธิสภาพเกิดขึ้น นอกจากนี้ พฤติกรรมการติดเกมส่งผลทำให้เกิดปัญหาสุขภาพจิตของเด็กและเยาวชนไทย เป็น 1 ใน 3 ปัญหาใหญ่ในสังคมไทย พบว่า พ.ศ. 2556 มีเด็กติดเกมมากถึง 2.5 ล้านคน จากจำนวนเด็ก 18 ล้านคนในประเทศไทย และเพิ่มขึ้นมากถึงร้อยละ 14.4 เมื่อเทียบกับ พ.ศ. 2555 ซึ่งถือได้ว่าปัญหาเด็กติดเกมอยู่ในขั้นวิกฤต และทวีความรุนแรงเพิ่มขึ้นทุกปีและ ยังพบอีกว่าอายุของเด็กไทยที่ติดเกมเริ่มลดน้อยลงเรื่อยๆ จากปี 2543 เริ่มที่ระดับอุดมศึกษาปีที่ 1-2 แต่ปัจจุบันเริ่มตั้งแต่ระดับประถมศึกษาปีที่ 4-6 (กองทุนพัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์ กระทรวงวัฒนธรรม, 2563)

ปัจจัยสำคัญที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการเล่นเกมของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา นอกจากปัจจัยด้านตนเองของนักเรียนแล้วยังมีปัจจัยด้านผู้ปกครอง ที่มีความสำคัญเช่นกัน เพราะปัญหาการติดเกมของนักเรียนเกิดจากการไม่ได้รับความใส่ใจจากผู้ปกครองในปริมาณที่เหมาะสม บางครอบครัวที่ไม่ค่อยได้ใช้เวลา หรือการทำกิจกรรมภายในครอบครัวร่วมกัน บางครอบครัวที่เลี้ยงดูแบบตามใจ บางครอบครัวสนับสนุนให้ใช้โทรศัพท์มือถือแบบสมาร์ทโฟน เพื่อหวังให้เด็กหยุดพฤติกรรมการเล่นไม่นิ่งหรือให้อยู่ที่บ้าน ซึ่งบางครั้งปล่อยให้เด็กเล่นใช้โทรศัพท์มือถือแบบสมาร์ทโฟน โดยเฉพาะการเล่นเกมอย่างไม่ได้กำหนดระยะเวลา บางครอบครัวไม่รู้ถึงภัยจากการ ติดเกม และบางครอบครัวมีความคิดเห็นว่าลูกติดเกมดีกว่าการติดยาเสพติด

(กิริวัฒน์ นนทะโชติ, 2558) ซึ่งมีนักวิจัยกลุ่มหนึ่งได้วิจัยเรื่อง ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการติดเกมของนักเรียนประถมศึกษาปีที่ 4-6 พบว่า นักเรียนมีโทรศัพท์มือถือแบบสมาร์ทโฟน เป็นของตัวเองร้อยละ 83.7 สามารถใช้ได้อย่างอิสระไม่มีใครห้ามร้อยละ 55.3 ผู้ปกครองไม่ได้มีส่วนร่วมในการเลือกแอปพลิเคชันร้อยละ 56.7 ซึ่งนักเรียนส่วนใหญ่ใช้แอปพลิเคชันในการเล่นเกมร้อยละ 97.1 โดยเฉพาะการเล่นเกมออนไลน์มากที่สุดร้อยละ 78.8 ซึ่งเกม ROV (Realm of Valor) เป็นเกมออนไลน์ที่นิยมในการเล่นมากที่สุดร้อยละ 67.7 และพบอีกว่านักเรียนที่ผู้ปกครองไม่มีส่วนในการเลือกใช้อปพลิเคชันมีสัดส่วนความเสี่ยงที่จะมีพฤติกรรมติดเกมมากกว่านักเรียนที่ผู้ปกครองมีส่วนในการเลือกใช้อปพลิเคชัน 2.46 เท่า (อภิสิทธิ์ นาคอ่อน และสุภาภรณ์ คำเรืองฤทธิ์, 2563) ยังสอดคล้องกับการศึกษาของ สุไรยา หนิเร และสุวรรณี หลังปูเต๊ะ (2566) เรื่องความทุกข์ของผู้ปกครองต่อพฤติกรรมและผลกระทบของการติดเกมออนไลน์ของเด็กในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัส Covid-19 พบว่า ครอบครัวทราบและรับรู้ถึงพฤติกรรมการติดเกมออนไลน์ โดยส่วนใหญ่ให้เหตุผลว่า เด็กมีพฤติกรรมการติดเกมเพิ่มขึ้น เมื่อเทียบกับช่วงที่สถานการณ์ปกติ คือ ช่วงที่มีการจัดการเรียนรูปแบบ On-Site สำหรับพฤติกรรมที่พบและบ่งชี้ถึงการเปลี่ยนแปลงในพฤติกรรมของการติดเกมออนไลน์ คือ การพูดจาหยาบคาย ตะคอกใส่พ่อแม่หรือผู้ปกครอง และบางกรณีถึงขั้นพูด “มึง-กู” กับคนในครอบครัว ไม่สนใจการเรียน ไม่รับฟังผู้ใหญ่ เมื่อผู้ปกครองห้ามจะมีอารมณ์รุนแรง ชักสีหน้าไม่พอใจ บางกรณีเริ่มจากเล่น 1 ชั่วโมง เพิ่มเป็น 2 ชั่วโมง และพัฒนาเป็นเล่นเกือบทั้งวัน สิ่งที่เป็นปัจจัยที่นำไปสู่การติดเกมออนไลน์ คือ การมีเวลาว่าง การเล่นและอยู่กับโทรศัพท์แบบสมาร์ทโฟนมากเกินไป อีกทั้งการปฏิสัมพันธ์ภายในครอบครัวมีกิจกรรมร่วมกัน น้อยเกินไป ผู้ปกครองขาดวินัย

ในการใช้โทรศัพท์ แบบสมาร์ทโฟนของลูกๆ โดยมีงานวิจัยฉบับหนึ่งได้นำเสนอแนวทางการสร้างภูมิคุ้มกันการติดเกมของนักเรียน สำหรับปัจจัยครอบครัว คือ การทำกิจกรรมที่หลากหลายร่วมกันในครอบครัว การตั้งกฎ กติกา และข้อตกลงภายในบ้านเกี่ยวกับการใช้อินเทอร์เน็ตและการเล่นเกม (พิรธรอง รามสูตร, 2557)

จากสภาพและปัญหาดังกล่าว ผู้วิจัยจึงสนใจพัฒนาชุดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาสำหรับผู้ปกครองเพื่อป้องกันการติดเกมของนักเรียนระดับประถมศึกษา โดยมุ่งเน้นการส่งเสริมให้ผู้ปกครองมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับลักษณะและผลกระทบของการเล่นเกม รูปแบบการเลี้ยงดูที่สอดคล้องกับบริบทยุคปัจจุบัน การสื่อสารเชิงบวก การจัดสรรเวลาอย่าง มีคุณภาพและเพิ่มสัมพันธภาพที่ดีภายในครอบครัว รวมไปถึงการจัดการพฤติกรรมสภาพแวดล้อมทั้งภายในและภายนอกบ้านด้วยวิธีการเชิงบวก จนส่งผลทำให้ผู้ปกครองมีแนวทางในการดูแลช่วยเหลือนักเรียนเกี่ยวกับพฤติกรรมการเล่นเกมให้เกิดผลกระทบเชิงบวกและพัฒนาคุณภาพชีวิตในทางที่เหมาะสมต่อไป

วัตถุประสงค์

1. เพื่อพัฒนาชุดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาสำหรับผู้ปกครองเพื่อป้องกันการติดเกมของนักเรียนระดับประถมศึกษา
2. เพื่อศึกษาผลของการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาสำหรับผู้ปกครองเพื่อป้องกันการติดเกมของนักเรียนระดับประถมศึกษา

วิธีการศึกษา

การวิจัยครั้งนี้ เป็นการวิจัยเชิงทดลอง (Experimental Research) เพื่อพัฒนาและทดลองใช้การฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาสำหรับผู้ปกครองเพื่อป้องกันการติดเกมของนักเรียนระดับประถมศึกษา

ผู้วิจัยกำหนดแบบแผนการทดลองเป็นออกเป็น 2 กลุ่ม คือ กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม โดยดำเนินการทดสอบก่อนและหลังใช้ชุดการฝึกอบรม เชิงจิตวิทยามีวิธีการศึกษา ดังนี้

1. ประชากร และตัวอย่าง คือ ผู้ปกครองของนักเรียนระดับประถมศึกษาปีที่ 4-6 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2566 อำเภอเมือง จังหวัดแพร่ สังกัดสำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาแพร่ เขต 1 จำนวน 579 คน (Data Management Center, 2566)

ตัวอย่างของการวิจัยนี้ คือ ผู้ปกครองของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 ภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2566 อำเภอเมือง จังหวัดแพร่ โดยใช้เกณฑ์คัดเข้าจากการให้ผู้ปกครองทำแบบวัดภูมิคุ้มกันการป้องกันการติดเกม แล้วคัดเลือกผู้ปกครองที่มีคะแนนภูมิคุ้มกันการป้องกันการติดเกมอยู่ในระดับต่ำ จำนวน 18 คน และผู้วิจัยดำเนินการสุ่มเข้ากลุ่ม (random selection) จำนวน 2 กลุ่มๆ ละ 9 คน โดยใช้การสุ่มอย่างง่าย (simple random sampling) หลังจากนั้นทำการสุ่มเพื่อแบ่งเป็นกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (random assignment)

2. เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง ผู้วิจัยแบ่งออกเป็น 2 ส่วน ได้แก่ 1. เครื่องมือในการทดลอง คือ ชุดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาสำหรับผู้ปกครองเพื่อป้องกันการติดเกมของนักเรียนระดับประถมศึกษา มีค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถามตั้งแต่ .89 ถึง 1.00 และ 2. เครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูล คือ 2.1) แบบวัดภูมิคุ้มกันการติดเกม Game Addiction Protection Scale (GAME-P) ฉบับผู้ปกครอง (ชาญวิทย์ พรนภดล และคณะ, 2560) โดยแบบวัดมีค่าสัมประสิทธิ์ความเชื่อมั่นของครอนบาค (Cronbach's alpha of Coefficient) เท่ากับ .81 2.2) แบบประเมินความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการติดเกมของนักเรียนสำหรับผู้ปกครอง มีค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถาม

ตั้งแต่ .60 ถึง 1.00 2.3) แบบสอบถามความคิดเห็นต่อการเข้าร่วมฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา สำหรับกลุ่มทดลอง มีค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถาม ตั้งแต่ .60 ถึง 1.00 และ 2.4) แบบสอบถามความคิดเห็นต่อคู่มือการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา สำหรับกลุ่มควบคุม มีค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถามตั้งแต่ .60 ถึง 1.00

ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือวิจัย 1. ศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง 2. สร้างกรอบแนวคิดให้สอดคล้องกับงานวิจัย 3. พัฒนาชุดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาสำหรับผู้ปกครองเพื่อป้องกันการติดเกมของนักเรียนระดับประถมศึกษา แบบประเมินความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการติดเกมของนักเรียน สำหรับผู้ปกครอง แบบสอบถามความคิดเห็นต่อการเข้าร่วมฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาสำหรับกลุ่มทดลองและแบบสอบถามความคิดเห็นต่อคู่มือการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา สำหรับกลุ่มควบคุม 4. นำเครื่องมือที่พัฒนาขึ้นตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหา (Content validity) ต่อผู้เชี่ยวชาญ จำนวน 5 ท่าน และนำผลคะแนนที่ได้จากผู้เชี่ยวชาญ มาคำนวณหาค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถาม โดยกำหนดค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถาม (Index of Item-Objective Congruence: IOC) และนำข้อเสนอแนะมาแก้ไขปรับปรุงให้สอดคล้องและเหมาะสม 5. นำเครื่องมือไปทดลองใช้ (Try out) กับอาสาสมัครที่มีลักษณะใกล้เคียงกับตัวอย่าง โดยทดลองกับกลุ่มขนาดเล็ก เพื่อปรับปรุง แก้ไขและพัฒนา ก่อนนำไปดำเนินการกับตัวอย่างต่อไป

3. การดำเนินการวิจัย มีขั้นตอน ดังนี้

ขั้นตอนที่ 1 ทดสอบก่อนทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการประเมินก่อนทำการทดลอง (Pretest) โดยใช้แบบวัดภูมิคุ้มกันการติดเกม Game Addiction Protection Scale (GAME-P) ฉบับผู้ปกครอง และ แบบประเมินความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการติดเกมของนักเรียนสำหรับ

ผู้ปกครอง กับตัวอย่าง กลุ่มทดลอง จำนวน 9 คน และกลุ่มควบคุม จำนวน 9 คน รวมทั้งหมดจำนวน 18 คน

ขั้นตอนที่ 2 ดำเนินการทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อป้องกัน การติดเกมสำหรับผู้ปกครองนักเรียนระดับประถมศึกษา กับกลุ่มทดลอง จำนวน 3 วัน มีกิจกรรมจำนวน 6 กิจกรรมๆ ละ 3 ชั่วโมง พร้อมทั้งใช้แบบสอบถามความคิดเห็นต่อการเข้าร่วมฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาสำหรับกลุ่มทดลอง หลังเสร็จสิ้นแต่กิจกรรม ส่วนกลุ่มควบคุมให้ศึกษาคู่มือการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาด้วยตนเอง โดยให้เอกสารดังกล่าวในช่วงวันเดียวกันกับการเริ่มต้นและสิ้นสุดของกลุ่มทดลอง พร้อมทั้งใช้แบบสอบถามความคิดเห็นต่อคู่มือการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา สำหรับกลุ่มควบคุม หลังเสร็จสิ้นกิจกรรม

ขั้นตอนที่ 3 ทดสอบหลังการทดลอง ผู้วิจัยดำเนินการประเมินหลังการทดลอง (Posttest) โดยใช้แบบวัดภูมิคุ้มกันการติดเกม Game Addiction Protection Scale (GAME-P) ฉบับผู้ปกครอง และ แบบประเมินความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการติดเกมของนักเรียนสำหรับผู้ปกครอง กับตัวอย่างทั้ง 2 กลุ่ม และผู้วิจัยทำการวิเคราะห์หาประสิทธิภาพประสิทธิผลของชุดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา และวิเคราะห์ข้อมูลโดยใช้สถิติ ประกอบด้วย ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน

ได้รับรองการพิจารณาจริยธรรมโครงการวิจัยจากคณะกรรมการจริยธรรมการวิจัย ในมนุษย์ สำนักงานบริหารงานวิจัยมหาวิทยาลัย เชียงใหม่ เลขที่ โครงการวิจัย CMUREC 66/323

ผลการศึกษา

1. ชุดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาสำหรับผู้ปกครองเพื่อป้องกันการติดเกมของนักเรียน ระดับ

ประถมศึกษา มุ่งเน้นการส่งเสริมให้ผู้ปกครองมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับลักษณะ และผลกระทบของการเล่นเกม รูปแบบการเลี้ยงดูที่สอดคล้องกับบริบทยุคปัจจุบัน การสื่อสารเชิงบวก การจัดสรรเวลาอย่างมีคุณภาพและเพิ่มสัมพันธภาพที่ดีภายในครอบครัว รวมไปถึงการจัดการพฤติกรรม สภาพแวดล้อมทั้งภายในและภายนอกบ้านด้วยวิธีการเชิงบวก เพื่อให้ผู้ปกครองมีแนวทางในการดูแลช่วยเหลือนักเรียนเกี่ยวกับการเล่นเกมอย่างเหมาะสม และเกิดผลกระทบเชิงบวก โดยมีองค์ความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับพัฒนาการของเด็ก บทบาทหน้าที่ของผู้ที่เกี่ยวข้อง พฤติกรรมการเล่นเกม การสื่อสาร ที่มีประสิทธิภาพ การแบ่งเวลาและการมีกิจกรรมภายในครอบครัวที่มีความหลากหลาย และสมดุล รวมไปถึงการจัดระเบียบวินัย การสร้างกติการ่วมกัน และเทคนิคการเพิ่มและลดพฤติกรรมของเด็ก โดยมีองค์ประกอบป้องกันการติดเกมจำนวน 2 องค์ประกอบ คือ 1) ครอบครัวและการเลี้ยงดู และ 2) ด้านสิ่งแวดล้อมและเพื่อน จากองค์ความรู้ ความเข้าใจได้แบบกิจกรรม จำนวน 6 กิจกรรม ดังนี้ กิจกรรมที่ 1 พัฒนาการและการเลี้ยงดู กิจกรรมที่ 2 การสื่อสารกับลูกรัก กิจกรรมที่ 3 เกมออนไลน์ยุคใหม่ กิจกรรมที่ 4 กิจกรรมสัมพันธ์ กิจกรรมที่ 5 การจัดการชีวิต และกิจกรรมที่ 6 การจัดสภาพแวดล้อม ซึ่งผลการพัฒนาชุดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา พบว่า ผู้เชี่ยวชาญ

ได้ตรวจสอบความเที่ยงตรงเชิงเนื้อหาของชุดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา ด้วยแบบตรวจสอบรายการความสอดคล้องระหว่างรายการที่ประเมินกับชุดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาในภาพรวม ผลการหาค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถาม จากผู้ทรงคุณวุฒิ พบว่า ชุดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยามีค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถามตามแบบตรวจสอบรายการทุกข้อ เท่ากับ 1.00 และมีค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถามโดยรวมของชุดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา เท่ากับ 1.00 นอกจากนี้ มีการประเมินความสอดคล้องระหว่างรายการที่ประเมินของ 6 กิจกรรม ได้แก่ กิจกรรมพัฒนาการและการเลี้ยงดู กิจกรรมการสื่อสารกับลูกรัก กิจกรรมเกมออนไลน์ยุคใหม่ กิจกรรมสัมพันธ์ กิจกรรมการจัดการชีวิต และกิจกรรมการจัดสภาพแวดล้อม ผลการหาค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถามจากผู้ทรงคุณวุฒิ พบว่า ทั้ง 6 กิจกรรม ในชุดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยามีค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถามของกิจกรรม ในชุดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาตามแบบตรวจสอบรายการ ทุกข้อ ตั้งแต่ .89 ถึง 1.00

2. ผลการหาประสิทธิภาพประสิทธิผลของชุดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อป้องกันการติดเกมสำหรับผู้ปกครองนักเรียนระดับประถมศึกษา โดยการหาประสิทธิภาพประสิทธิผลของกระบวนการดังตารางที่ 1 และ 2

ตารางที่ 1 ผลค่าดัชนีประสิทธิผล (E.I) การเข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อป้องกันการติดเกมสำหรับผู้ปกครองนักเรียนระดับประถมศึกษา

จำนวนผู้ปกครอง	คะแนนเต็ม/ชุด	ผลรวมคะแนน		ค่าดัชนีประสิทธิผล (E.I)
		ทดสอบก่อนเข้าร่วมกิจกรรม (คะแนนเต็ม 270)	ทดสอบหลังเข้าร่วมกิจกรรม (คะแนนเต็ม 270)	
9	30	124	220	0.6575

ตารางที่ 1 ผลค่าดัชนีประสิทธิผล (E.I) การเข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อป้องกันการติดยาเสพติดสำหรับผู้ปกครองนักเรียนระดับประถมศึกษา พบว่า การทดสอบวัดผลคะแนนเต็ม 30 คะแนน ผลรวมคะแนนของการทดสอบก่อนเข้าร่วมกิจกรรม เท่ากับ 124 คะแนน ผลรวมคะแนน

ของการทดสอบหลังเข้าร่วมกิจกรรม เท่ากับ 220 คะแนน เมื่อคำนวณโดยใช้สูตรดัชนีประสิทธิผล (E.I) ได้เท่ากับ 0.6575 หมายความว่า ผู้ปกครองที่เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยามีภูมิคุ้มกันการติดยาเสพติด และความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการติดยาเสพติดของนักเรียนเพิ่มขึ้น

ตารางที่ 2 ผลการหาประสิทธิภาพของชุดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อป้องกันการติดยาเสพติดสำหรับผู้ปกครองนักเรียนระดับประถมศึกษา

n	ประสิทธิภาพของกระบวนการ (E ₁)		ประสิทธิภาพของผลลัพธ์ (E ₂)			
	คะแนนเต็มระหว่าง การกิจกรรม	คะแนนรวมระหว่าง การกิจกรรม	E ₁	คะแนนเต็มหลัง เข้าร่วมกิจกรรม	คะแนนรวมหลัง เข้าร่วมกิจกรรม	E ₂
9	60	431	79.81	30	220	81.48

ตารางที่ 2 ผลการหาประสิทธิภาพของชุดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อป้องกันการติดยาเสพติดสำหรับผู้ปกครองนักเรียนระดับประถมศึกษา พบว่า ผู้ปกครองที่เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยามีประสิทธิภาพ (E₁, E₂) เท่ากับ 79.81/81.48 ซึ่งเป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนดไว้

3. ผลการศึกษาภูมิคุ้มกันการติดยาเสพติดของผู้ปกครองระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม

โดยภูมิคุ้มกันการติดยาเสพติดของนักเรียน สำหรับผู้ปกครอง มีปัจจัยที่สามารถป้องกันเด็กนักเรียนจากปัญหาการติดยาเสพติดหรือหมกมุ่นกับการเล่นเกมมาก จนก่อให้เกิดปัญหาต่างๆ ตามมา แบ่งออกเป็น 2 ปัจจัยหลัก ได้แก่ ปัจจัยเกี่ยวกับครอบครัว และการเลี้ยงดู และปัจจัยสิ่งแวดล้อมและเพื่อน ซึ่งแบบวัดมีลักษณะเป็นมาตราวัดการประเมินค่า โดยการวิเคราะห์สามารถแสดงในตาราง ดังตารางที่ 3

ตารางที่ 3 แสดงค่าเฉลี่ย ($\bar{X}$) ของคะแนนรวมภูมิคุ้มกันการติดยาเสพติด ก่อนและหลังเข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อป้องกันการติดยาเสพติดสำหรับผู้ปกครองนักเรียนระดับประถมศึกษา กลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม (n=18)

ตัวอย่าง	การทดสอบ	n	คะแนนเต็ม	$\bar{X}$	S.D	แปลผล
กลุ่มทดลอง	ก่อน (Pretest)	9	90	62.11	.799	ต่ำ
	หลัง (Posttest)	9	90	79.56	.583	สูง
กลุ่มควบคุม	ก่อน (Pretest)	9	90	59.56	.940	ต่ำ
	หลัง (Posttest)	9	90	60.89	.780	ต่ำ

คะแนนต่ำกว่าหรือเท่ากับ 64 หมายถึง ภูมิคุ้มกันต่ำ คะแนนมากกว่าหรือเท่ากับ 65 หมายถึง ภูมิคุ้มกันสูง

ตารางที่ 3 แสดงค่าเฉลี่ย ของคะแนนรวม ภูมิคุ้มกันการติดเกม ก่อนและหลังเข้าร่วมการฝึก อบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อป้องกันการติดเกมสำหรับ ผู้ปกครองนักเรียนระดับประถมศึกษา กลุ่มทดลอง และกลุ่มควบคุม พบว่า แสดงค่าเฉลี่ยของคะแนนรวม แบบวัดภูมิคุ้มกันการติดเกม กลุ่มทดลองและกลุ่ม ควบคุม ก่อนเข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา มีคะแนนอยู่ในเกณฑ์ระดับต่ำ หลังเข้าร่วมการฝึก อบรมเชิงจิตวิทยากลุ่มทดลองมีคะแนนอยู่ในเกณฑ์ ระดับสูง และกลุ่มควบคุมมีคะแนนอยู่ในเกณฑ์ระดับ ต่ำ

4. ผลการศึกษาความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการ ป้องกันการติดเกมของนักเรียน สำหรับผู้ปกครอง โดยการประเมินความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกัน การติดเกมของนักเรียน สำหรับผู้ปกครอง จากชุด การฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาสำหรับผู้ปกครองเพื่อป้องกัน

การติดเกมของนักเรียนระดับประถมศึกษา เป็น กระบวนการพัฒนาให้ผู้ปกครอง มีความรู้ ความเข้าใจ เกี่ยวกับพัฒนาการของเด็ก บทบาทหน้าที่ของผู้ที่ เกี่ยวข้อง พฤติกรรมการเล่นเกม การสื่อสารที่มี ประสิทธิภาพ การแบ่งเวลาและ การมีกิจกรรมภายใน ครอบครัวที่มีความหลากหลายและสมดุล รวมไปถึงการ จัดระเบียบวินัย การสร้างกติการ่วมกัน และเทคนิคการ เพิ่มและลดพฤติกรรมของเด็ก ซึ่งแบบประเมินความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการติดเกมของนักเรียน สำหรับผู้ปกครอง เป็นการประเมินโดยใช้ข้อคำถาม รูปแบบ Multiple Choice Question จำนวน 30 ข้อ แบ่งออกเป็น 6 เรื่อง ได้แก่ พัฒนาการและการเลี้ยงดู, การสื่อสารระหว่างบุคคล, เกมออนไลน์ยุคใหม่, กิจกรรมสัมพันธ์, การจัดการชีวิต และการจัดสภาพ แวดล้อม โดยการวิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบน มาตรฐาน ดังตารางที่ 4 และ 5

ตารางที่ 4 คะแนนเฉลี่ยความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการติดเกมของนักเรียน สำหรับ ผู้ปกครอง ก่อนและหลังเข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา (Pretest - Posttest) ของ กลุ่มทดลอง (n=9)

กิจกรรม	ผลการวิเคราะห์					
	Pretest			Posttest		
	$\bar{X}$	S.D	แปลผล	$\bar{X}$	S.D	แปลผล
1. พัฒนาการและการเลี้ยงดู	2.44	.506	น้อย	4.22	.367	มาก
2. การสื่อสารระหว่างบุคคล	2.67	.505	ปานกลาง	4.11	.387	มาก
3. เกมออนไลน์ยุคใหม่	1.11	.420	น้อยที่สุด	3.56	.458	มาก
4. กิจกรรมสัมพันธ์	2.44	.506	น้อย	3.56	.458	มาก
5. การจัดการชีวิต	3.11	.490	ปานกลาง	4.22	.367	มาก
6. การจัดสภาพแวดล้อม	2.00	.495	น้อย	4.78	.208	มากที่สุด
รวม	2.30	.499	น้อย	4.08	.389	มาก
ค่าเฉลี่ย 4.51 – 5.00 หมายถึง มากที่สุด	ค่าเฉลี่ย 3.51 – 4.50 หมายถึง มาก			ค่าเฉลี่ย 2.51 – 3.50 หมายถึง ปานกลาง		
ค่าเฉลี่ย 1.51 – 2.50 หมายถึง น้อย	ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.50 หมายถึง น้อยที่สุด					

ตารางที่ 4 คะแนนเฉลี่ยความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการติดยาเสพติดของนักเรียนสำหรับผู้ปกครอง ก่อนและหลังเข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา (Pretest - Posttest) ของกลุ่มทดลอง พบว่า หลังเข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา ผู้ปกครองมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการติดยาเสพติดของผู้ปกครองในระดับมากที่สุด 1 กิจกรรม คือ การจัดสภาพแวดล้อม ส่วนที่เหลืออีก 5 กิจกรรม มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการติดยาเสพติดของผู้ปกครองในระดับมาก โดยมีคะแนนสูงสุด 2 กิจกรรม คือ พัฒนาการและการเลี้ยงดู และการจัดการชีวิต และมีคะแนนเฉลี่ยในภาพรวมของความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการติดยาเสพติดของผู้ปกครอง ใน

ระดับมาก ซึ่งแตกต่างจากก่อนการเข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาที่ผู้ปกครองมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการติดยาเสพติดของผู้ปกครอง ส่วนใหญ่อยู่ในระดับน้อยใน 3 กิจกรรม คือ พัฒนาการและการเลี้ยงดู กิจกรรมสัมพันธ์ และการจัดสภาพแวดล้อม ส่วนที่เหลือมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการติดยาเสพติดของผู้ปกครองในระดับปานกลางใน 2 กิจกรรม คือ การสื่อสารระหว่างบุคคล และการจัดการชีวิต และมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการติดยาเสพติดของผู้ปกครองในระดับ น้อยที่สุด 1 กิจกรรม คือ เกมออนไลน์ยุคใหม่ โดยมีคะแนนเฉลี่ยในภาพรวมของความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการติดยาเสพติดของผู้ปกครองในระดับน้อย

ตารางที่ 5 คะแนนเฉลี่ยความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการติดยาเสพติดของนักเรียน สำหรับผู้ปกครอง ก่อนและหลังเข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา (Pre-test - Post-test) ของกลุ่มควบคุม (n=9)

กิจกรรม	ผลการวิเคราะห์					
	Pretest			Posttest		
	X	S.D	แปลผล	X	S.D	แปลผล
1. พัฒนาการและการเลี้ยงดู	2.44	.506	น้อย	2.56	.506	ปานกลาง
2. การสื่อสารระหว่างบุคคล	2.67	.505	ปานกลาง	2.78	.503	ปานกลาง
3. เกมออนไลน์ยุคใหม่	1.11	.420	น้อยที่สุด	1.33	.447	น้อยที่สุด
4. กิจกรรมสัมพันธ์	2.44	.506	น้อย	2.67	.505	ปานกลาง
5. การจัดการชีวิต	2.67	.505	ปานกลาง	2.89	.499	ปานกลาง
6. การจัดสภาพแวดล้อม	1.44	.458	น้อยที่สุด	1.89	.378	น้อย
รวม	2.13	.495	น้อย	2.35	.500	น้อย
ค่าเฉลี่ย 4.51 – 5.00 หมายถึง มากที่สุด	ค่าเฉลี่ย 3.51 – 4.50 หมายถึง มาก			ค่าเฉลี่ย 2.51 – 3.50 หมายถึง ปานกลาง		
ค่าเฉลี่ย 1.51 – 2.50 หมายถึง น้อย	ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.50 หมายถึง น้อยที่สุด					

ตารางที่ 5 คะแนนเฉลี่ยความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการติดเกมของนักเรียนสำหรับผู้ปกครอง ก่อนและหลังเข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา (Pretest - Posttest) ของกลุ่มควบคุม พบว่า หลังการศึกษาด้วยตนเอง ผู้ปกครองมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการติดเกมของผู้ปกครองในระดับปานกลาง 4 กิจกรรม คือ พัฒนาการและการเลี้ยงดู การสื่อสารระหว่างบุคคล กิจกรรมสัมพันธ์ และการจัดการชีวิต ส่วนที่เหลืออีก 2 กิจกรรม มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการติดเกมของผู้ปกครองในระดับน้อย 1 กิจกรรม คือ การจัดสภาพแวดล้อม และในระดับน้อยที่สุด คือ เกมออนไลน์ยุคใหม่ และมีคะแนนเฉลี่ยในภาพรวมของความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการติดเกมของผู้ปกครองในระดับน้อย ซึ่งไม่แตกต่างจากก่อนการเข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาที่ผู้ปกครองมีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการติดเกมของผู้ปกครอง

อยู่ในระดับปานกลางใน 2 กิจกรรม คือ การสื่อสารระหว่างบุคคลและการจัดการชีวิต อยู่ในระดับน้อยใน 2 กิจกรรม คือ พัฒนาการและการเลี้ยงดู และกิจกรรมสัมพันธ์ครอบครัว ส่วนที่เหลือ มีความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการติดเกมของผู้ปกครองในระดับน้อยที่สุดใน 2 กิจกรรม คือ เกมออนไลน์ยุคใหม่และการจัดสภาพแวดล้อม โดยมีคะแนนเฉลี่ยในภาพรวมของความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการติดเกมของผู้ปกครองในระดับน้อย

5. ผลการศึกษาความคิดเห็นต่อการเข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อป้องกันการติดเกมสำหรับผู้ปกครองนักเรียนระดับประถมศึกษา กลุ่มทดลอง โดยให้ผู้ปกครองทำแบบสอบถามความคิดเห็นต่อการเข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาหลังเสร็จสิ้นในแต่ละกิจกรรม จำนวน 6 ครั้ง โดยการวิเคราะห์ค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานดังตารางที่ 6

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ยคะแนนรวมความคิดเห็นต่อการเข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อป้องกันการติดเกมสำหรับผู้ปกครองนักเรียนระดับประถมศึกษา กลุ่มทดลอง (6 กิจกรรม) (n=9)

กิจกรรม	ผลการวิเคราะห์		
	X	S.D	แปลผล
กิจกรรมพัฒนาการและการเลี้ยงดู	4.89	.316	มากที่สุด
กิจกรรมการสื่อสารกับลูกรัก	4.93	.251	มากที่สุด
กิจกรรมเกมออนไลน์ยุคใหม่	4.98	.148	มากที่สุด
กิจกรรมสัมพันธ์	4.99	.105	มากที่สุด
กิจกรรมการจัดการชีวิต	5.00	.000	มากที่สุด
กิจกรรมการจัดสภาพแวดล้อม	5.00	.000	มากที่สุด
รวม	4.97	.184	มากที่สุด

ค่าเฉลี่ย 4.51 – 5.00 หมายถึง มากที่สุด
ค่าเฉลี่ย 1.51 – 2.50 หมายถึง น้อย
ค่าเฉลี่ย 3.51 – 4.50 หมายถึง มาก
ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.50 หมายถึง น้อยที่สุด
ค่าเฉลี่ย 2.51 – 3.50 หมายถึง ปานกลาง

ตารางที่ 6 ค่าเฉลี่ยคะแนนรวมความคิดเห็นต่อการเข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อป้องกันการติดเกมสำหรับผู้ปกครองนักเรียนระดับประถมศึกษา กลุ่มทดลอง (6 กิจกรรม) พบว่า ผู้ปกครองมีความคิดเห็นต่อการเข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา โดยรวมอยู่ในระดับมากที่สุด เมื่อพิจารณาแต่ละกิจกรรม พบว่า กิจกรรมที่มีค่าเฉลี่ย อยู่ในระดับมากที่สุด คือ กิจกรรมการจัดการชีวิต และกิจกรรมการจัดสภาพแวดล้อม กิจกรรมสัมพันธ์ กิจกรรม เกมออนไลน์ยุคใหม่ กิจกรรมการสื่อสารกับลูกรัก กิจกรรมพัฒนาการและการเลี้ยงดู ตามลำดับ

6. ผลการศึกษาความคิดเห็นต่อคู่มือการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อป้องกันการติดเกมสำหรับผู้ปกครองนักเรียนระดับประถมศึกษา กลุ่มควบคุม โดยผู้ปกครองกลุ่มควบคุมไม่ได้เข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา แต่ศึกษาคู่มือการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาด้วยตนเอง โดยให้ผู้ปกครองทำแบบสอบถามความคิดเห็นต่อคู่มือการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาหลังเสร็จสิ้นกิจกรรมทั้งหมด จำนวน 1 ครั้ง แล้ววิเคราะห์หาค่าเฉลี่ย และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน ดังตารางที่ 7

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ยคะแนนรวมความคิดเห็นต่อคู่มือการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อป้องกันการติดเกมสำหรับผู้ปกครองนักเรียนระดับประถมศึกษา กลุ่มควบคุม (n=9)

รายการประเมิน	ผลการวิเคราะห์		
	Χ	S.D	แปลผล
1. ความรู้ของกิจกรรมพัฒนาการและการเลี้ยงดู	3.44	.527	ปานกลาง
2. ความรู้ของกิจกรรมสื่อสารระหว่างบุคคล	3.56	.527	มาก
3. ความรู้ของกิจกรรมเกมออนไลน์ยุคใหม่	3.56	.527	มาก
4. ความรู้ของกิจกรรมสัมพันธ์	3.67	.500	มาก
5. ความรู้ของกิจกรรมการจัดการชีวิต	3.44	.527	ปานกลาง
6. ความรู้ของกิจกรรมการจัดสภาพแวดล้อม	3.67	.500	มาก
รวม	3.56	.502	มาก
ค่าเฉลี่ย 4.51 – 5.00 หมายถึง มากที่สุด	ค่าเฉลี่ย 3.51 – 4.50 หมายถึง มาก	ค่าเฉลี่ย 2.51 – 3.50 หมายถึง ปานกลาง	
ค่าเฉลี่ย 1.51 – 2.50 หมายถึง พอใช้	ค่าเฉลี่ย 1.00 – 1.50 หมายถึง ปรับปรุง		

ตารางที่ 7 ค่าเฉลี่ยคะแนนรวมความคิดเห็นต่อคู่มือการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อป้องกันการติดเกมสำหรับผู้ปกครองนักเรียนระดับประถมศึกษา กลุ่มควบคุม พบว่า ผู้ปกครองมีความคิดเห็นต่อคู่มือการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาในภาพรวมอยู่ในระดับ มาก แต่เมื่อพิจารณารายกิจกรรม พบว่า ผู้ปกครองมีความคิดเห็นต่อคู่มือการฝึกอบรมเชิง

จิตวิทยาอยู่ในระดับมาก จำนวน 4 กิจกรรม คือ กิจกรรมสัมพันธ์ กิจกรรมการจัดสภาพแวดล้อม กิจกรรมสื่อสารระหว่างบุคคลกิจกรรมเกมออนไลน์ยุคใหม่ ตามลำดับ ส่วนมีความคิดเห็นอยู่ในระดับ ปานกลาง จำนวน 2 กิจกรรม คือ กิจกรรมพัฒนาการและการเลี้ยงดู กิจกรรม การจัดการชีวิต ตามลำดับ

สรุปผลและอภิปรายผล

ผลการวิเคราะห์การพัฒนาชุดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาสำหรับผู้ปกครองเพื่อป้องกันการติดเกมของนักเรียนระดับประถมศึกษา สามารถนำมาอภิปรายที่สอดคล้องกับวัตถุประสงค์ ได้ดังนี้

1. เพื่อพัฒนาชุดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาสำหรับผู้ปกครองเพื่อป้องกันการติดเกมของนักเรียนระดับประถมศึกษา พบว่า

1.1 ชุดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาสำหรับผู้ปกครองเพื่อป้องกันการติดเกมของนักเรียนระดับชั้นประถมศึกษา มีกิจกรรมทั้งหมด 6 กิจกรรม แต่ละกิจกรรม มีค่าดัชนีความสอดคล้องของข้อคำถามของกิจกรรมแต่ละกิจกรรมตั้งแต่ .89 ถึง 1.00 ซึ่งผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นอย่างเป็นระบบและเป็นขั้นตอนเริ่มจากการศึกษาเอกสาร แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง นำไปสู่การระบุนิยามศัพท์เฉพาะและการกำหนดวัตถุประสงค์ของแต่ละกิจกรรม โดยแต่ละกิจกรรมจะเน้นให้ผู้ปกครองมีความรู้ ความเข้าใจ และแนวทางในการป้องกันการติดเกมของนักเรียน ทั้งนี้ผู้วิจัยเลือกประยุกต์ใช้แนวคิดทฤษฎีการเรียนรู้กลุ่มพฤติกรรมนิยม เนื่องจากมีมุมมองเกี่ยวกับพฤติกรรมไม่เหมาะสมเกิดจากการเรียนรู้มาผิดหรือเกิดจากการตอบสนองต่อสิ่งเร้าที่ไม่เหมาะสม ฉะนั้นถ้าสามารถเปลี่ยนความสัมพันธ์ระหว่างการตอบสนองกับสิ่งเร้าหรือจัดการสภาพการเรียนรู้ใหม่ (Relearning Situation) ก็จะสามารถจัดพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสมได้ และพฤติกรรมของมนุษย์เป็นสิ่งที่เรียนรู้และเปลี่ยนแปลงได้ (โกศล วงศ์สวรรค์ และเลิศลักษณ์ วงศ์สวรรค์, 2551) โดย Albert Bandura ได้กล่าวถึงการเรียนรู้อยู่ 3 ประการ ได้แก่ ประการที่ 1 กระบวนการเรียนรู้อาศัยทั้งกระบวนการทางปัญญาและทักษะการตัดสินใจของผู้เรียน ประการที่ 2 การเรียนรู้เป็นความสัมพันธ์ระหว่างองค์ประกอบ 3 ข้อ คือ ข้อ 1 ระหว่างตัวบุคคล (Person) ข้อ 2 สิ่งแวดล้อม (Environment) และข้อ 3 พฤติกรรม (Behavior) ซึ่ง

ทั้ง 3 ข้อนี้มีอิทธิพลต่อกันและกัน ประการที่ 3 ผลของการเรียนรู้กับการแสดงออกอาจจะแตกต่างกัน สิ่งที่เราเรียนรู้แล้วอาจไม่มีการแสดงออกก็ได้ เช่น ผลการกระทำ (Consequence) ด้านบวก เมื่อเรียนรู้แล้วจะเกิดการแสดงพฤติกรรมเลียนแบบ แต่ผลการกระทำด้านลบอาจมีการเรียนรู้แต่ไม่มีการเลียนแบบ Albert Bandura ไม่เชื่อว่าพฤติกรรมที่เกิดขึ้นจะคงตัวอย่างถาวร ทั้งนี้เป็นเพราะสิ่งแวดล้อมมีการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ อีกทั้งบุคคล สิ่งแวดล้อมและพฤติกรรมต่างก็มีอิทธิพลซึ่งกันและกัน เป็นต้น (ลักขณา สรวิวัฒน์, 2557) และปัจจัยสิ่งแวดล้อมที่สำคัญที่ส่งผลต่อพฤติกรรมการเล่นเกมของนักเรียนระดับประถมศึกษา คือ ปัจจัยด้านผู้ปกครอง เพราะปัญหาการติดเกมของนักเรียนเกิดจากการไม่ได้รับความใส่ใจจากผู้ปกครองในปริมาณที่เหมาะสม บางครอบครัวไม่ค่อยได้ใช้เวลาหรือการทำกิจกรรมภายในครอบครัวร่วมกัน บางครอบครัวเลี้ยงดูแบบตามใจมากเกินไป บางครอบครัวสนับสนุนให้ใช้โทรศัพท์มือถือ แบบสมาร์ทโฟน เพื่อหวังให้เด็กหยุดพฤติกรรม การอยู่ไม่นิ่งหรือให้อยู่ที่บ้าน ซึ่งบางครั้งปล่อยให้เด็กเล่นโทรศัพท์มือถือแบบสมาร์ทโฟน โดยไม่ได้กำหนดระยะเวลา บางครอบครัวไม่รู้ถึงภัยจากการติดเกม และบางครอบครัวที่มีแนวคิดว่าลูกติดเกมดีกว่าการติดยาเสพติด (ภีรวัฒน์ นนทะโชติ, 2558) และเลือกประยุกต์ใช้แบบวัดภูมิคุ้มกันการติดเกม Game Addiction Protection Scale (GAME-P) ฉบับผู้ปกครอง โดยมีองค์ประกอบภูมิคุ้มกันการติดเกม จำนวน 2 องค์ประกอบ คือ 1. ครอบครัวและการเลี้ยงดู และ 2. ด้านสิ่งแวดล้อมและเพื่อน (ชาญวิทย์ พรนภดล และคณะ, 2560) เนื่องจากช่วงวัยเด็กที่มีอายุระหว่าง 6-12 ปี เป็นวัยแห่งการเริ่มเรียนรู้สังคมใหม่ คือ โรงเรียน เด็กต้องเผชิญกับบุคคลและสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนแปลงแตกต่างไปจากบ้านของเด็ก ทำให้มีความรู้สึกหวั่นไหว เกิดความกลัว ในสิ่งที่แปลกใหม่ ฉะนั้นบทบาทสำคัญ คือ บิดามารดาหรือผู้ปกครอง (โกศล วงศ์สวรรค์ และเลิศลักษณ์ วงศ์สวรรค์, 2551)

1.2 ชุดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อป้องกันการติดเกมสำหรับผู้ปกครองนักเรียนระดับประถมศึกษา มีประสิทธิภาพของกิจกรรมตามเกณฑ์ (E_1/E_2) เท่ากับ 79.81/81.48 ซึ่งเป็นไปตามเกณฑ์ที่กำหนดและค่าดัชนีประสิทธิผล ($E.I$) เท่ากับ .6575 เนื่องจากการฝึกอบรมเป็นกระบวนการ (Process) ที่จัดขึ้นอย่างมีระบบ และจุดมุ่งหมายเพื่อเพิ่มพูน หรือเสริมสร้างความรู้ (knowledges) ทักษะ (skill) ความสามารถ (ability) และทัศนคติ (Attitude) นำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม (behavior) ของบุคคลอันพึงประสงค์ (กัณฐรัตน์ เหลืองอ่อน, 2563) และมีการแบ่งขั้นตอนการฝึกอบรมเป็น 3 ขั้นตอน คือ ขั้นตอนที่ 1 ก่อนดำเนินการฝึกอบรม ขั้นตอนที่ 2 ระหว่างดำเนินการฝึกอบรม และขั้นตอนที่ 3 หลังดำเนินการฝึกอบรม โดยใช้เทคนิคหรือกิจกรรม บูรณาการในการฝึกอบรมเป็นกระบวนการจัดการเรียนรู้เพื่อให้ผู้เข้ารับการฝึกอบรมได้รับความรู้ ความเข้าใจ พัฒนาความสามารถและคุณลักษณะต่างๆ ตามวัตถุประสงค์การอบรม จำนวน 7 เทคนิค คือ 1. การบรรยาย (Lecture) 2. การอภิปราย (Discussion) 3. การสาธิต (Demonstration) 4. การระดมสมอง (Brainstorming) 5. การแสดงบทบาทสมมติ (Role playing) 6. กรณีศึกษา (Case Study) และ 7. การใช้คำถาม (Questioning) (นพเก้า ณ พัทลุง, 2561)

2. เพื่อศึกษาผลของการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาสำหรับผู้ปกครองเพื่อป้องกันการติดเกมของนักเรียนระดับประถมศึกษา พบว่า

หลังจากเข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา ผู้ปกครองกลุ่มทดลองมีคะแนนรวมเฉลี่ย ของแบบวัดภูมิคุ้มกันการติดเกมในระดับสูง และ มีคะแนนรวมเฉลี่ยในภาพรวมของความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการป้องกันการติดเกมของผู้ปกครองในระดับมาก เนื่องจากผู้วิจัยได้ทบทวนวรรณกรรม พัฒนาและออกแบบชุดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา คือ 1. กิจกรรมพัฒนาการและการเลี้ยงดู เกี่ยวกับผู้ปกครองมีความรู้

ความเข้าใจเกี่ยวกับพัฒนาการของเด็กอย่างรอบด้าน คือ ด้านร่างกาย ด้านอารมณ์ ด้านสังคม และ ด้านสติปัญญา และบทบาทหน้าที่ของผู้ปกครอง ในการดูแลช่วยเหลือเด็กที่มีประสิทธิภาพ รวมไปถึงรูปแบบการเลี้ยงดูที่ส่งกระทบต่อพฤติกรรม การเล่นเกม 2. กิจกรรมการสื่อสารกับลูกรัก เกี่ยวกับผู้ปกครองมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการสื่อสารและการเลือกใช้ถ้อยคำหรือลักษณะที่เหมาะสม ภายในครอบครัว คือ การกล่าวชมหรือให้กำลังใจ การใช้น้ำเสียงและภาษากาย 3. กิจกรรมเกมออนไลน์ยุคใหม่ เกี่ยวกับผู้ปกครองมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับลักษณะของเกม ปัจจัยที่มีผลต่อพฤติกรรมการเล่นเกม ผลกระทบเชิงบวกและเชิงลบ และลักษณะของเด็กติดเกม รวมไปถึงการบริหารเวลาและการใช้เวลาร่วมกันอย่างมีคุณภาพ 4. กิจกรรมสัมพันธ์ เกี่ยวกับผู้ปกครองมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับความสามารถ ลักษณะนิสัย และกิจกรรมที่ชื่นชอบของเด็ก และการออกแบบกิจกรรมร่วมกันอย่างสม่ำเสมอ 5. กิจกรรมการจัดการชีวิต เกี่ยวกับผู้ปกครองมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการจัดระเบียบวินัย การสร้างกติกา และข้อตกลงร่วมกันภายในครอบครัวที่ชัดเจน คือ การใช้เงิน การแบ่งเวลา การเรียน การรับผิดชอบงานบ้าน และ 6. กิจกรรมการจัดสภาพแวดล้อม เกี่ยวกับผู้ปกครองมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับการจัดสภาพแวดล้อมที่เหมาะสม การสร้างข้อตกลงร่วมกันเกี่ยวกับการใช้คอมพิวเตอร์หรือโทรศัพท์แบบสมาร์ตโฟน คือ การกำหนดเวลา การใส่รหัส สถานที่ใช้และตำแหน่งของการวางอุปกรณ์ และเทคนิคการปรับพฤติกรรมเชิงบวกที่เหมาะสม และผู้ปกครองมีความสนใจเข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา สอดคล้องกับ นิภาพร อภิสิทธิ์วาสนา และคณะ (2564) กล่าวว่า การให้ความรู้เรื่องผลกระทบจากการติดเกม ด้วยการมีส่วนร่วมระหว่างครอบครัว โรงเรียนและชุมชน สามารถสร้างภูมิคุ้มกันการติดเกมให้กับเด็กก่อนที่จะติดเกมได้ สอดคล้องกับ อภิสิทธิ์ นาควอน และสุภาพรณ คำเรืองฤทธิ์ (2563) การสนับสนุนให้ผู้ปกครองเข้ามา

มีส่วนร่วมในการใช้โทรศัพท์ของเด็กการส่งเสริมทักษะการใช้โทรศัพท์ที่เหมาะสม การมีส่วนร่วมในการกำหนดแอปพลิเคชัน และกำหนดระยะเวลาในการเล่นต่อวัน จะเป็นปัจจัยสำคัญหนึ่งที่จะป้องกันไม่ให้เด็กคลั่งไคล้หรือติดเกมได้ สอดคล้องกับ วรณากลกิจโกวิท และคณะ (2558) การฝึกให้เด็กมีวินัย รู้จักควบคุมตนเองและเวลาที่ใช้ในการเล่น การส่งเสริมให้เด็กมีกิจกรรมต่างๆ ที่สร้างสรรค์และช่วยพัฒนาให้เด็กมีอารมณ์ดีจะช่วยแก้ไขป้องกัน การติดเกมได้ และสอดคล้องกับ ชันยวนันท์ เลียนอย่าง (2562) กล่าวว่า การควบคุมการเล่นเกมออนไลน์ภายในครอบครัว โดยพ่อแม่หรือผู้ปกครองนับเป็นบทบาทสำคัญในการกำกับดูแลเด็กในปกครองให้เข้าใจและปฏิบัติตามกฎ กติกา เพื่อสร้างความสมดุลในชีวิต รวมไปถึงผู้วิจัยมีความรู้ ความเข้าใจเกี่ยวกับชุดการฝึกอบรมและมีความรู้เกี่ยวกับจิตวิทยา การเรียนรู้ สอดคล้องกับ นพเก้า ณ พัทลุง (2561) กล่าวว่า สิ่งสำคัญประการหนึ่งนอกจากความรู้และความสามารถของวิทยากรแล้ว ความรู้พื้นฐานด้านจิตวิทยาถือเป็นสิ่งที่วิทยากรต้องให้ความสำคัญด้วย และเมื่อเกิดบรรยากาศและความสัมพันธ์ทางจิตวิทยาที่จะส่งผลต่อการเรียนรู้ จนส่งผลต่อค่าคะแนนรวม เฉลี่ยความคิดเห็นต่อการเข้าร่วมการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา กลุ่มทดลองอยู่ในระดับมากที่สุด และ ค่าคะแนนรวมเฉลี่ยความคิดเห็นต่อคู่มือการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา กลุ่มควบคุมอยู่ในระดับมาก เนื่องจากผู้ปกครองทั้ง 2 กลุ่ม มีความสนใจจัดสรรเวลาส่วนตัวและเข้าร่วมกิจกรรมตรงเวลา เมื่อผู้วิจัยดำเนินการจัดกิจกรรมผู้ปกครองมีปฏิสัมพันธ์ที่ดีต่อผู้วิจัยและผู้เข้าร่วมกิจกรรม ให้ความร่วมมือ ตั้งใจรับฟังการบรรยาย มีการถาม-ตอบ แสดงความคิดเห็นร่วมกัน และยอมรับฟังความคิดเห็นของผู้อื่น รวมไปถึงผู้ปกครองสามารถนำความรู้ไปประยุกต์ใช้ได้

ข้อเสนอแนะ

1. ข้อเสนอแนะในการนำผลการวิจัยไปประยุกต์ใช้

1.1 สำนักงานศึกษาธิการจังหวัดแพร่ ควรจัดอบรมครูหรือบุคลากรทางการศึกษาหรือบุคคล ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในสังกัด เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจในการสร้างภูมิคุ้มกันการติดเกมของนักเรียน สำหรับผู้ปกครอง สามารถถ่ายทอดให้แนวทางกับคณะครู บุคลากรทางการศึกษา และผู้ปกครองนักเรียนได้

1.2 สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาแพร่ เขต 1 ควรจัดอบรมนักจิตวิทยาประจำสถานศึกษาหรือครูที่รับผิดชอบงานสุขภาพจิตโรงเรียน เพื่อให้มีความรู้ ความเข้าใจในการสร้างภูมิคุ้มกันการติดเกมของนักเรียน สำหรับผู้ปกครองในระดับพื้นที่ต่อไป

1.3 สำนักงานศึกษาธิการจังหวัดแพร่ สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษาแพร่ เขต 1 หรือหน่วยงานที่เกี่ยวข้อง สามารถจัดทำคู่มือการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา เพื่อให้มีความรู้ความเข้าใจเบื้องต้นในการสร้างภูมิคุ้มกันการติดเกมของนักเรียน สำหรับผู้ปกครองได้

2. ข้อเสนอแนะสำหรับการวิจัยครั้งต่อไป จากข้อค้นพบในการวิจัย ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะในการวิจัย ครั้งต่อไป ดังนี้

2.1 ควรมีการติดตามพฤติกรรมของผู้ปกครองหลังจากการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาอย่างน้อย 1 เดือน เพื่อศึกษาความคงทนของการได้รับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา และติดตามพฤติกรรมของนักเรียน เพื่อศึกษาผลกระทบจากการเข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาของผู้ปกครอง

2.2 ควรมีการวัดภูมิคุ้มกันกับนักเรียนทั้งก่อนและหลังการใช้ชุดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยา เพื่อศึกษาผลกระทบจากการเข้ารับการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาของผู้ปกครอง

2.3 ควรมีการนำชุดการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยานี้ไปปรับใช้กับผู้ปกครองของนักเรียนระดับอื่นๆ เพื่อศึกษาผลการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาดังกล่าวต่อไป

เอกสารอ้างอิง

- กัณฐรัตน์ เหลืองอ่อน. (2563). การประยุกต์ใช้แนวคิดของชาเทียร์โมเดลในการฝึกอบรมเชิงจิตวิทยาเพื่อเสริมสร้างภูมิคุ้มกันทางจิตในการป้องกันการติดเกมในวัยรุ่น [วิทยานิพนธ์ปริญญาโท]
บัณฑิต, มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ].
- กองทุนพัฒนาสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์ กระทรวงวัฒนธรรม. (2563). จบเกม ติดเกม. จดหมายข่าว
คณะกรรมการเกี่ยวกับการเฝ้าระวังสื่อที่ไม่ปลอดภัยและไม่สร้างสรรค์, 1(2), 2-8.
- โกศล วงศ์สวรรค์ และเลิศลักษณ์ วงศ์สวรรค์. (2551). สุขภาพจิต *Mental Health*. ธเนศวร ประดิษฐ์.
- ชาญวิทย์ พรนภดล, ศิริไชย หงษ์สงวนศรี, ณัฏฐร พิทยรัตน์เสถียร, ทรงภูมิ เบญญากร, คมสันต์ เกียรติรุ่งฤทธิ์,
และโซษิตา ภาวสุทธิไพจิตร. (2557). คำแนะนำสำหรับผู้ปกครอง: เรื่อง การเล่นเกมคอมพิวเตอร์
ของเด็กและวัยรุ่น. มีเดียโซน ประดิษฐ์.
- ชาญวิทย์ พรนภดล, ศิริสุดา ลดาวัลย์ ณ อยู่ธาดา, ชดาพิมพ์ เผ่าสวัสดิ์, และดวงพร สุรพงษ์พิพัฒน์. (2560).
การพัฒนาแบบวัดภูมิคุ้มกันการติดเกม Development of Game Addiction Protection Scale
(GAME-P). วารสารสมาคมจิตแพทย์แห่งประเทศไทย, 62(1), 3-16.
- ธันยวันนัฐ เลียน้อย่าง, ศรีณย์ พิมพ์ทอง, และนริศรา พึ่งโพธิ์สภ. (2562). โปรแกรมเสริมสร้างพฤติกรรม
การเล่นเกมออนไลน์อย่างเหมาะสม. วารสารวิจัยและพัฒนาระบบสุขภาพ, 12(1), 121-131.
- นพเก้า ณ พัทลุง. (2561). การจัดการฝึกอบรม. นีโอพ้อยท์ (1995).
- นิภาพร อภิลิทธิวิธาน, เจียมใจ ศรีชัยรัตนกุล, และเมณรัตน์ เทียมหมอก. (2564). สถานการณ์การติดเกมและ
ปัจจัยที่มีผลต่อการติดเกมในเด็กนักเรียนระดับประถมศึกษา: เขตพื้นที่การศึกษาประถมศึกษา
นครปฐม เขต 2. วารสารวิจัยสุขภาพและพยาบาล, 37(3), 254-266.
- พิรงรอง รามสูต. (2557). การสร้างภูมิคุ้มกันการติดเกมออนไลน์สำหรับเยาวชนไทย. วารสารนิเทศศาสตร์
คณะนิเทศศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 32(2), 25-44.
- ภีร์วัฒน์ นนทะโชติ. (2558). การพัฒนารูปแบบการป้องกันปัญหาการติดเกมคอมพิวเตอร์ของเยาวชนโดยการ
มีส่วนร่วมของชุมชนในเขตเทศบาลเมืองอุดรดิตถ์. วารสารสังคมศาสตร์วิชาการ มหาวิทยาลัย
ราชภัฏเชียงใหม่, 8(1), 1-13.
- ลักขณา ศรีวัฒน์. (2557). จิตวิทยาสำหรับครู [Psychology for teachers]. กรุงเทพฯ: โอเดียนสโตร์.
- วรุณา กลกิจโกวินท์, ชัยพร วิศิษฐ์พงศ์อารีย์, พิศาสัน เตชะเกษม, ชาญวิทย์ พรนภดล, และบุษบา ศุภวัฒน์
ธนบดี. (2558). การติดเกมคอมพิวเตอร์ ปัจจัยเสี่ยงและปัจจัยป้องกันของเด็กนักเรียนในเขตดุสิต
กรุงเทพมหานคร. วชิรวารสาร, 59(3), 1-13.
- สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ กระทรวงสาธารณสุข. (2556). การสำรวจสถานการณ์ปัญหา
พฤติกรรมเสี่ยงและการติดเกมของนักเรียน โรงเรียนนาร่องระบบดูแลช่วยเหลือนักเรียน [รายงาน
การวิจัย]. สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์.
- สุไรยา หินเระ, และสุวรรณี หลังปุเต๊ะ. (2566). ความทุกข์ของผู้ปกครองต่อพฤติกรรมและผลกระทบของ
การติดเกมออนไลน์ของเด็กในช่วงสถานการณ์การแพร่ระบาดของเชื้อไวรัส Covid-19 ในจังหวัด
ชายแดนภาคใต้. วารสารนิสิตวัง, 25(1), 25-33.

อภิสิทธิ์ นาคอ่อน, และสุภาภรณ์ คำเรืองฤทธิ์. (2563). ปัจจัยที่มีความสัมพันธ์กับการติดยาของนักเรียน
ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6. วารสารสังคมศาสตร์และมนุษยศาสตร์, 46(2), 111-141.

Data Management Center. (2566). ข้อมูลนักเรียนแยกชั้น เพศ เรียงตามขนาดจำนวนนักเรียน. <https://sites.google.com/phrae1.go.th/plan/>