

บทที่ 1

บทนำ

1. ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

สถานการณ์ปัญหาเด็กและเยาวชนนับวันจะมีความซับซ้อน เข้าชั้นวิกฤติและทวีความรุนแรงมากขึ้น เพราะเด็กและเยาวชนส่วนหนึ่งได้รับการหล่อหลอมจากบรรยากาศและสภาพแวดล้อมที่ไม่พึงประสงค์ ส่งผลให้มีพฤติกรรมเบี่ยงเบน ล่อแหลมต่อการกระทำผิดกฎหมาย หมิ่นเหม่ต่อศีลธรรมอันดีงาม มีค่านิยมที่ไม่พึงประสงค์ เช่น การมีเพศสัมพันธ์ก่อนวัยอันควร การนิยมซื้อสินค้าราคาแพง การเสพและดื่มของมีนเมา การเที่ยวกลางคืนตามสถานเริงรมย์และสถานบันเทิง การทะเลาะวิวาท การใช้ความรุนแรง ตลอดจนการมั่วสุมเล่นการพนัน และเกมคอมพิวเตอร์ สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นสาเหตุของการนำไปสู่คดีอาชญากรรมต่างๆ โดยเฉพาะอย่างยิ่งเด็กติดเกม เป็นปัญหาที่ทวีความรุนแรงเพิ่มขึ้นตลอดเวลาทั้งในประเทศไทยและทั่วโลก ดังเช่น คดีอาชญากรรมที่เกิดขึ้นบ่อยครั้งในอเมริกาและบางประเทศในทวีปยุโรป ซึ่งมีสาเหตุเนื่องมาจากเกมที่มีเนื้อหารุนแรง (วัลลภ ปิยะมโนธรรม, 2551) อนึ่งสถาบันวิจัย CMR Market Research ปี 2550 ได้สำรวจเกี่ยวกับพฤติกรรมการใช้ร้านอินเทอร์เน็ตใน 4 ประเทศ คือ ไทย รัสเซีย ฟิlipปินส์ และยูเครน พบว่าเด็กไทยใช้บริการอินเทอร์เน็ตในร้านเพื่อเล่นเกมเป็นอันดับ 1 ร้อยละ 86 อันดับ 2 ฟิlipปินส์ ร้อยละ 66 อันดับ 3 ยูเครน ร้อยละ 56 และอันดับ 4 รัสเซีย ร้อยละ 51 ส่วนการใช้บริการเพื่อสนทนาออนไลน์ อันดับ 1 ฟิlipปินส์ ร้อยละ 71 ยูเครนร้อยละ 59 ไทย ร้อยละ 49 และรัสเซีย ร้อยละ 42 (กฤษดา เรืองอารีรัชต์, 2551) สำนักงานส่งเสริมสวัสดิภาพและพิทักษ์เด็กเยาวชนผู้ด้อยโอกาส คนพิการ และ ผู้สูงอายุ (สท.) ร่วมกับศูนย์เทคโนโลยีอิเล็กทรอนิกส์และคอมพิวเตอร์แห่งชาติหรือเนคเทค สำรวจสถานการณ์ปัญหาเด็กติดเกม พบว่า เด็กอายุ 10-14 ปี ร้อยละ 76.5 เล่นเกมออนไลน์มากที่สุด รองลงมาคือ อายุ 15-19 ปี ร้อยละ 71.6 และอายุ 20-29 ปี ร้อยละ 59.5 โดยเฉลี่ยจะเล่นเกมสัปดาห์ละ 9.2 ชั่วโมง (จุลดิศ รัตนคำแปง, 2548) ซึ่งสอดคล้องกับผลสำรวจของคณะแพทยศาสตร์ ศิริราชพยาบาลร่วมกับสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ สำรวจเด็กตั้งแต่ ชั้นประถมศึกษาปีที่ 4 จนถึงระดับมหาวิทยาลัย 1,400 คน ทั่วประเทศ ในปี 2549 พบว่าในกลุ่มเด็กที่คลั่งไคล้เกม ต้องเล่นเกมวันละ 2-3 ชั่วโมง แบ่งเป็นชายร้อยละ 11.2 เด็กหญิง ร้อยละ 9.2 กลุ่มที่ติดเกมมาก เล่นไม่ต่ำกว่าวันละ 3 ชั่วโมง เป็นชายร้อยละ 3.8 เด็กหญิงร้อยละ 4.3 รวมแล้วจะมีเด็กกลุ่มที่ติดเกมประมาณ ร้อยละ 15 ของจำนวนเด็กทั้งหมด เมื่อเฉลี่ยแล้ว พบว่า ในจำนวนเด็ก 5 คน จะมีเด็กที่ติดเกม 1 คน โดยเด็กในระดับมัธยมต้นติดเกมมากที่สุด ขณะที่อายุของเด็กที่เริ่มติดเกมจะอยู่ที่ช่วงประถมศึกษาปีที่ 4-5 (มูลนิธิอินเทอร์เน็ตร่วมพัฒนาไทย, 2551)

เนื่องจากในครอบครัวไทยนิยมซื้อเกมมาให้เด็กเล่นที่บ้าน เพราะกลัวว่าหากเด็กไปเล่นเกมที่ร้านแล้วจะไม่กลับบ้าน แต่กลับมีปัญหาตามมาจากการที่เด็กเล่นเกมที่บ้านมากขึ้น แม้ว่าจะมีมาตรการหลายอย่างที่ควบคุมการเล่นเกมในเด็ก เช่น การลงทะเบียนในการเล่น การกำหนดอายุผู้เล่น แต่ก็ยังมีเกมอื่นๆ ที่ผู้เล่นยังสามารถเล่นได้โดยง่าย

ชาญวิทย์ พรนภดล (2551) กล่าวว่า สาเหตุของการติดเกมคอมพิวเตอร์เกิดจากการอบรมเลี้ยงดูในครอบครัวที่ขาดการเอาใจใส่ดูแล ประกอบกับสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไปอย่างรวดเร็ว ด้านวัตถุนิยม สื่อ เทคโนโลยี เครื่องมือที่มีพลังเร้าความตื่นเต้นในตัวเด็ก เด็กบางกลุ่มที่เสี่ยงต่อการติดเกมมากกว่าเด็กทั่วไป คือ อาจเป็นเด็กที่เป็นโรคสมาธิสั้น (ADHD) เด็กที่มีปัญหาด้านอารมณ์ ซึมเศร้า หรือวิตกกังวล แยกตัว เก็บตัว ขาดทักษะทางสังคม เข้ากับเพื่อนไม่ได้ มีปัญหาด้านการเรียนและขาดความมั่นใจในตนเอง รู้สึกเห็นคุณค่าในตนเองต่ำ (Low Self – Esteem) ล้วนเป็นแรงผลักดันให้เด็กหันไปพึ่งพาการเล่นเกมที่ที่สุด

ผลกระทบหรือโทษที่เกิดขึ้นจากการติดเกมมีหลายรูปแบบทั้งต่อสุขภาพร่างกายคือ แสบตา ปวดเมื่อย อ่อนเพลีย ต่อสุขภาพจิตคือ เกิดความขัดแย้งภายในจิตใจ หรือขัดแย้งกับผู้นรอบข้าง เพราะเคยชินกับการได้ดังใจ และอาจรุนแรงถึงโทษต่อชีวิตในด้านอื่นๆ เช่น ส่งผลต่อความสัมพันธ์กับคนในครอบครัว เสียการเรียน หรืออาจถึงขั้นเสียผู้เสียคนจากการมีพฤติกรรมอันธพาล มั่วสุมเล่นการพนัน หรือมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่เหมาะสม ทั้งนี้เพราะการที่เด็กนั่งเล่นเกมอยู่แต่หน้าคอมพิวเตอร์ ทำให้เด็กไม่ได้ทำกิจกรรม และไม่ได้เรียนรู้ด้วยตัวเอง ในขณะที่วัยเด็ก เป็นวัยที่จะต้องใช้เวลาหลายชั่วโมงในการวิ่งเล่น ออกกำลังกาย และมีสังคมกับพ่อแม่ ผู้ปกครอง และคนรอบข้าง เพื่อพัฒนาทักษะทางกาย อารมณ์ สังคม และจิตใจ นอกจากนี้มีงานวิจัยอีกหลายชิ้นที่พบว่า เด็กที่ติดเกมก่อให้เกิดนิสัยก้าวร้าวและมีปัญหาทางด้านอารมณ์รุนแรงในโรงเรียน (อารยา สิงห์สวัสดิ์, 2551) การเสพติดเกมของเด็ก คือการทำงานของวงจรสมอง เพราะการเล่นวิดีโอเกม หรือเกมออนไลน์ทำให้เด็กสนุกและตื่นเต้น ความสนุกและตื่นเต้นนี้จะกระตุ้นสมองให้หลั่งสารโอเร็กซิน (Orexin) ออกมาสารนี้จะกระตุ้นวงจรแห่งความสุขในสมองนั้นให้ทำงานมากขึ้นเซลล์ต่างๆ ในวงจรนี้จะหลั่งสารโดปามีน (Dopamine) และนอร์อีพิเนฟริน (Norepinephrine) ออกมาทำให้เด็กเกิดความสุข เกิดความพึงพอใจในการเล่น และถ้าเล่นเกมบ่อยๆ ต่อไป วงจรนี้จะถูกกระตุ้นมากขึ้นเรื่อยๆ จนในที่สุดถ้าไม่เล่นเกม วงจรนี้ก็จะไม่ทำงาน ซึ่งส่งผลให้เด็กเกิดความหงุดหงิด ไม่มีความสุข มีความรู้สึกอยากจะเล่นเกมเพื่อให้ตนเองเกิดความสุข ความตื่นเต้น ลักษณะเช่นนี้ คือการเสพติดเกมนั่นเอง (อุดมเพชรสังหาร, 2551)

การป้องกันหรือแนวทางการแก้ปัญหาเด็กติดเกมจึงต้องจัดกิจกรรมที่จะนำไปสู่การแก้ปัญหาในกลุ่มเด็กวัยรุ่น และชี้แนวทางส่งเสริมให้เขาเหล่านั้นมีทักษะทางสังคม คือการเสริมสร้างทักษะชีวิต เนื่องจากทักษะชีวิต (Life skills) เป็นความสามารถในการปรับตัว และ

การมีพฤติกรรมที่ถูกต้อง ทำให้บุคคลสามารถจัดการกับความต้องการและสิ่งท้าทายต่างๆ ที่เกิดขึ้นในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม และดำเนินชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ (World Health Organization [WHO], 1997) นอกจากนี้ Walker (2008) ได้กล่าวเรื่อง บำบัดเด็กติดเกมในกรุงอัมสเตอร์ดัม ประเทศฮอลแลนด์ ที่มีการบำบัดใน คลินิก Smith & Jones Centre ว่า เด็กที่เข้ารับการรักษาร้อยละ 90 สาเหตุจากการขาดทักษะทางสังคมของตัวเอง และการขาดการเอาใจใส่ดูแลจากพ่อแม่ ครู เพื่อนๆ และสังคม การพัฒนาทักษะในการเข้าสังคม ทักษะในการสื่อสาร เพื่อให้เด็กๆ มีความสามารถในการจัดการกับความเครียด และความกดดันต่างๆ ซึ่งจะทำให้มีความเข้มแข็ง หรือ มีภูมิคุ้มกันต่อปัญหารอบตัว ในสภาพสังคมที่เปลี่ยนแปลงไป สามารถปรับตัวเองให้มีพฤติกรรมที่เหมาะสม มีทักษะต่อการดำเนินชีวิต อยู่ในสถานการณ์หรือสังคมได้อย่างปกติสุข Walker (2008) สอดคล้องกับ Orkin and Wendie (1996) ที่ได้นำแนวคิดเกี่ยวกับทักษะชีวิตมาใช้ในการเรียนการสอนในนักเรียนระดับประถมศึกษา ซึ่งมีความบกพร่องทางด้านทักษะทางสังคม การทำงานร่วมกัน การแก้ปัญหา และการสร้างสัมพันธภาพ ผลการศึกษาพบว่า เด็กนักเรียนปรับปรุงตนเองในเรื่องการใช้คำพูด มีความเข้าใจในเรื่องของการใช้ทักษะชีวิต และมีการพัฒนาตนเองในการวางแผนการดำเนินชีวิตในอนาคต และ Bary (1996) ยังได้ศึกษาถึงวิธีการจัดการกับพฤติกรรมการหลบหนีออกจากบ้านของเยาวชน โดยการจัดโปรแกรมกลุ่มและนำแนวคิดเกี่ยวกับทักษะชีวิต มาสอนเยาวชนในการจัดการกับอารมณ์ และการควบคุมตนเอง และนำเสนอผ่านสื่อมวลชนต่างๆ เพื่อความร่วมมือในการช่วยเหลือและแก้ไขปัญหาให้กับเยาวชน ซึ่งก็พบว่า การหลบหนีออกจากบ้านของเยาวชนลดลง นอกจากนี้ สุธัส สุธัสสานนท์ (2549) ยังได้ศึกษาผลของการพัฒนาทักษะชีวิตต่อความฉลาดทางอารมณ์ ในนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1 พบว่านักเรียนที่เข้าโปรแกรมพัฒนาความฉลาดทางอารมณ์โดยประยุกต์ใช้ทักษะชีวิต มีความฉลาดทางอารมณ์ ภาพรวมด้านความดี ด้านความเก่ง และด้านความสุขเพิ่มขึ้น จะเห็นได้ว่างานวิจัยที่เกี่ยวข้องในพัฒนาทักษะชีวิตในกลุ่มนักเรียนหรือวัยรุ่นส่วนใหญ่ พบว่าหลังจากที่นักเรียนเข้าร่วมโปรแกรมการสอนทักษะชีวิตแล้ว นักเรียนสามารถพัฒนาตนเองได้ดีขึ้น เนื่องจากการสอนทักษะชีวิตเป็นการสอนแบบให้นักเรียนและวัยรุ่น มีส่วนร่วมในการฝึกทักษะต่างๆ โดยเปิดโอกาสให้ผู้เรียนได้สร้างความรู้ นำประสบการณ์ และแลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกัน มีปฏิสัมพันธ์ร่วมกัน ทั้งระหว่างผู้เรียนด้วยกันเองและผู้เรียนกับผู้สอน ทำให้เกิดการเรียนรู้ใหม่ๆ ทั้งยังช่วยให้ผู้สอนรู้ถึงความคิด ความรู้ ความเข้าใจและความต้องการของผู้เรียนแต่ละคน เพื่อนำมาปรับใช้ให้ผู้เรียนเกิดความรู้ ความเข้าใจและความคิดที่ถูกต้องสามารถนำไปประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันได้ (นพวรรณ วงศ์วิชัยวัฒน์, 2547)

การพัฒนาทรัพยากรมนุษย์ โดยเฉพาะเด็กและเยาวชนวัยเรียนที่มีแนวโน้มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์ ด้วยการนำเอาองค์ประกอบทักษะชีวิตมาจัดในรูปของกระบวนการกลุ่ม เพื่อให้สมาชิกได้แสดงความคิดเห็น มีความรู้สึกและมีอารมณ์ร่วมในกลุ่ม จะทำให้เกิดการปฏิสัมพันธ์

ช่วยให้การเรียนรู้เป็นไปอย่างกว้างขวาง และได้รับผลดี สามารถนำไปปรับใช้ในชีวิตประจำวันได้ โดยเฉพาะทักษะที่จำเป็นอย่างยิ่งได้แก่ การตระหนักรู้ในตนเอง ทักษะการตัดสินใจในการแก้ไขปัญหา และทักษะการปฏิเสธเมื่อถูกชักชวนให้มีพฤติกรรมเสี่ยงต่างๆ ทักษะเหล่านี้จะต้องมีการฝึกฝน จึงจะใช้ได้อย่างชำนาญ กระบวนการกลุ่มจะเน้นการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในกลุ่มเพื่อให้สมาชิกกลุ่มได้ร่วมกันทำกิจกรรมสิ่งใดสิ่งหนึ่งในกลุ่ม โดยกิจกรรมนั้นได้พิจารณาไตร่ตรองแล้วว่า เหมาะสมกับสมาชิกกลุ่ม ก่อให้เกิดการเรียนรู้ และสามารถนำสิ่งที่ได้รับภายในกลุ่มมาแก้ไข ประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันให้มีพฤติกรรมไปในทางที่ถูกต้องเหมาะสม นอกจากนั้น การรวมกลุ่ม เพื่อแก้ไขปัญหาหนึ่งจะส่งผลไปสู่การได้รู้จักตนเอง รู้จักการทำงานร่วมกับผู้อื่นอย่างมีประสิทธิภาพ อีกด้วย (เกษมณี ชติยะ, 2548)

ผู้วิจัยในฐานะนักวิชาการการศึกษาที่ปฏิบัติงานเกี่ยวกับระบบการดูแลช่วยเหลือนักเรียน สำนักงานเขตพื้นที่การศึกษาเลย เขต 2 จึงสนใจที่จะศึกษาผลของการใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์ที่กำลังศึกษาอยู่ในระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดเลย ตามรายงานการคัดกรองของโรงเรียน พบว่านักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 มีพฤติกรรมเสี่ยงในการเล่นเกมนานเกินไปมากเป็นอันดับแรก ดังนั้น การวิจัยเรื่องนี้ จึงเป็นการนำองค์ความรู้ทางจิตวิทยาการศึกษาและการแนะแนวมาประยุกต์ใช้ในการแก้ไขวิกฤติปัญหาทางพฤติกรรมวัยรุ่นของสังคมไทยในปัจจุบัน (พฤติกรรมติดเกม) ซึ่งสอดคล้องกับทิศทางการวิจัยของมหาวิทยาลัยขอนแก่นในเรื่องการพัฒนาคนและสังคมที่มีคุณภาพสู่สังคมแห่งความรู้และการพัฒนาที่ยั่งยืนเพื่อให้พลเมืองของประเทศมีคุณภาพ

2. คำถามในการวิจัย

โปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตนักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์สามารถพัฒนาทักษะชีวิตนักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์ได้หรือไม่

3. วัตถุประสงค์ของการวิจัย

3.1 เพื่อศึกษาผลของการใช้โปรแกรมกระบวนการกลุ่มต่อการพัฒนาทักษะชีวิตของนักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์ ก่อนการทดลอง และหลังการทดลอง ของนักเรียนที่เข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มพัฒนาทักษะชีวิต

3.2 เพื่อเปรียบเทียบคะแนนทักษะชีวิตของนักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์ที่เข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตและนักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์ที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต

4. สมมติฐานการวิจัย

4.1 ภายหลังการทดลองนักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์ที่เข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต มีคะแนนทักษะชีวิตสูงกว่าก่อนการทดลอง

4.2 นักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์ที่เข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต มีคะแนนทักษะชีวิตสูงกว่ากลุ่มที่ไม่ได้เข้าร่วมโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต

5. ขอบเขตของการวิจัย

5.1 ประชากร

ประชากรที่ใช้ในการวิจัย เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดเลยที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2552 และเสี่ยงต่อการติดเกมคอมพิวเตอร์ จำนวน 85 คน

5.2 กลุ่มตัวอย่าง

กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย เป็นนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดเลยที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2552 และเสี่ยงต่อการติดเกมคอมพิวเตอร์ คัดเลือกโดยวิธีจับสลากนักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์ จำนวน 24 คน และสอบถามความสมัครใจในการเข้าร่วมงานวิจัย พร้อมทั้งสุ่มกลุ่มอย่างง่าย (Sample Random Sampling) เพื่อแบ่งเป็นกลุ่มทดลอง 12 คน และกลุ่มควบคุม 12 คน

5.3 ตัวแปรที่ใช้ในการศึกษา

ตัวแปรอิสระ (Independent variable) คือ โปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตนักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์

ตัวแปรตาม (Dependent variable) คือ ทักษะชีวิตในด้าน

- การตระหนักรู้ในตนเอง
- ทักษะการตัดสินใจในการแก้ปัญหา
- ทักษะการปฏิเสธชักชวน

6. นิยามศัพท์เฉพาะ

6.1 ทักษะชีวิต หมายถึง ความสามารถของนักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์ ในการปรับตัวต่อสภาพแวดล้อม สามารถเผชิญปัญหาที่เกิดขึ้นด้วยศักยภาพของตัวเอง และนำไปสู่การมีพฤติกรรมที่เหมาะสม โดยเน้นการเรียนรู้จากการมีปฏิสัมพันธ์ภายในกลุ่ม มีความเชื่อมั่นใน

ตนเอง มีการคิดแก้ปัญหาและตัดสินใจที่เหมาะสม ซึ่งประเมินได้จาก แบบวัดทักษะชีวิตที่ผู้วิจัยพัฒนาและปรับปรุงจากแบบวัด ทักษะชีวิตของเพ็ญ เพ็ญละออ (2542) แบบวัดการควบคุมตนเองของสุคนธ์ โชติชัยสถิตย์ (2548) และแบบประเมินความฉลาดทางอารมณ์ของสุทัศน์ สุรสิทธิ์สานนท์ (2549) ดังนี้

1) การตระหนักรู้ในตนเอง หมายถึง ความสามารถของบุคคลในการรับรู้ศักยภาพ และข้อจำกัดของตนเอง เข้าใจจุดดีจุดด้อยของตนเอง และความแตกต่างจากบุคคลอื่น เห็นคุณค่าของการพัฒนาและการปรับปรุงตนเองให้มีพฤติกรรมที่เหมาะสม

2) ทักษะการตัดสินใจในการแก้ปัญหา หมายถึง ความสามารถของนักเรียนกลุ่มเสี่ยงในการคิดอย่างมีเหตุผล เพื่อเลือกแนวทางในการปฏิบัติที่ถูกต้องและเหมาะสมเป็นไปตามลำดับขั้น ซึ่งประกอบไปด้วยขั้นระบุผลกระทบจากการเล่นเกม ขั้นรวบรวมข้อมูลที่เป็นปัญหา ขั้นรู้จักทางเลือกที่มีอยู่ บอกข้อดี ข้อเสียของแต่ละทางเลือก และขั้นตัดสินใจเลือกทางเลือกที่ดีที่สุดในพื้นฐานของเหตุผล และความเป็นไปได้ในทางปฏิบัติ

3) ทักษะการปฏิเสธชักชวน หมายถึง ความสามารถในการสื่อสาร การใช้คำพูดและภาษาท่าทาง ในการแสดงความต้องการที่จะปฏิเสธ เมื่อเพื่อนชักชวนเล่นเกมที่ได้ผลและได้รับการยอมรับ โดยไม่เสียสัมพันธภาพ

6.2 การพัฒนาทักษะชีวิต หมายถึง นักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์ที่มีความสามารถในการตระหนักรู้ในตนเอง มีทักษะในการตัดสินใจในการแก้ไขปัญหา และมีความสามารถในการปฏิเสธชักชวนโดยไม่เสียสัมพันธภาพ

6.3 กระบวนการกลุ่ม หมายถึง กระบวนการศึกษาพฤติกรรมมนุษย์ที่มาร่วมกลุ่มทำกิจกรรมร่วมกันตั้งแต่ 2 คนขึ้นไป โดยมีวัตถุประสงค์และเป้าหมายร่วมกันในการปรับเปลี่ยนทัศนคติและพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ ให้เป็นไปในทางที่เหมาะสม เป็นประโยชน์ต่อตนเองและผู้อื่น

6.4 โปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิตนักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์ หมายถึง แผนกิจกรรมที่ผู้วิจัยสร้างขึ้นโดยพัฒนาและปรับปรุงจาก กรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข. (2550) โดยมีวัตถุประสงค์ในการพัฒนาทักษะชีวิตนักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์ ในด้าน การตระหนักรู้ในตนเอง ด้านการตัดสินใจในการแก้ปัญหาและด้านการปฏิเสธชักชวน โดยใช้เทคนิคกระบวนการกลุ่ม จำนวน 12 ครั้ง ๆ ละ 1 ชั่วโมง

6.5 เกมคอมพิวเตอร์ หมายถึง โปรแกรมคอมพิวเตอร์ ที่พัฒนามาจาก วิ.ดี.โอเกมและนำไปประยุกต์เล่นในคอมพิวเตอร์ โดยจำลองสถานการณ์เพื่อให้ผู้เล่นได้รับความสนุกสนาน ได้ทักษะในการแก้ไขปัญหา ตามกฎเกณฑ์และเป้าหมายที่แตกต่างกันไปมีความเสมือนจริง กระตุ้นให้ผู้เล่นเกิดความตื่นเต้น เร้าใจ สามารถหาเกมเล่นได้ทั้งในบ้าน โรงเรียน และร้านเกมต่าง ๆ

6.6 นักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์ หมายถึง นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 2 โรงเรียนมัธยมศึกษาแห่งหนึ่งในจังหวัดเลยที่กำลังศึกษาอยู่ในภาคเรียนที่ 1 ปีการศึกษา 2552 และเสี่ยงต่อการติดเกมคอมพิวเตอร์ ตามรายงานการคัดกรองนักเรียน กลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์ของโรงเรียน

7. ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

7.1 นักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกมคอมพิวเตอร์ มีทักษะชีวิตด้านการตระหนักรู้ในตนเอง ด้านการตัดสินใจในการแก้ปัญหาและด้านการปฏิเสธชักชวนดีขึ้นและสามารถประสบความสำเร็จทั้งในด้านการเรียน และการดำเนินชีวิตต่อไป

7.2 เป็นข้อมูลเบื้องต้นให้กับครู ที่จะนำไปโปรแกรมกระบวนการกลุ่มเพื่อพัฒนาทักษะชีวิต มาใช้เป็นแนวทางในการจัดกิจกรรม เพื่อบำบัดแก้ไขและฟื้นฟูนักเรียนกลุ่มเสี่ยงติดเกม

7.3 ส่งเสริมและกระตุ้นให้ครูและผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้องในการดูแลช่วยเหลือนักเรียน ได้ตระหนักและเห็นความสำคัญของการส่งเสริม พัฒนา และแก้ไขปัญหา เด็กและเยาวชนวัยเรียน ให้เป็นผู้ประสบความสำเร็จทั้งในด้านการเรียนและการดำเนินชีวิตต่อไป

