

บทที่ 2

ทบทวนวรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง

2.1 ทฤษฎีทางจิตวิทยาที่เกี่ยวข้องกับความก้าวร้าว

ปัญหาที่ถกเถียงกัน คือ อะไรเป็นสาเหตุให้มนุษย์เรามีพฤติกรรมก้าวร้าวได้มีการนำเสนอทฤษฎีต่างๆ เพื่ออธิบายเกี่ยวกับพฤติกรรมก้าวร้าว ดังนี้

1. ทฤษฎีสัญชาตญาณกับความก้าวร้าว ทฤษฎีสัญชาตญาณที่มีความสำคัญและมีอิทธิพลมากได้แก่แนวคิดทฤษฎีจิตวิเคราะห์ของ Freud (พิตมัย พิบูลย์สวัสดิ์ และคณะ, 2528:204-205) ในทฤษฎีสัญชาตญาณก้าวร้าวของ Freud (Freud's Theory of Aggressive Instinct) Sigmund Freud (1950) มีแนวคิดที่ว่า ความก้าวร้าวเป็นแรงขับเบื้องต้นชนิดหนึ่งซึ่งแสดงถึงสัญชาตญาณแห่งการทำลาย (Death instinct) สำหรับฟรอยด์ ชีวิตมนุษย์ประกอบไปด้วยความขัดแย้งระหว่างพลัง 2 ชนิด คือ Masochism และ Sadism ว่าเป็นลักษณะพฤติกรรมที่เกิดจากสัญชาตญาณแห่งการทำลาย Masochism เป็นแนวโน้มของบุคคลที่จะเพิ่มความสุขด้วยการทำร้ายตัวเองให้ได้รับความเจ็บปวดเป็นผลจากความต้องการที่จะก้าวร้าวตนเอง Sadism เป็นแนวโน้มของบุคคลที่มีสัญชาตญาณในการทำลายหรือก้าวร้าวที่จะชอบแสดงต่อผู้อื่นจึงเป็นพฤติกรรมที่ก่อให้เกิดความเดือดร้อนและบางครั้งเป็นอันตรายต่อสังคม อย่างไรก็ตามสังคมจะเป็นตัวกลางในการควบคุมสัญชาตญาณเหล่านี้ ช่วยดัดแปลงพลังก้าวร้าวทำลายให้แสดงออกมาในรูปแบบที่สังคมยอมรับ ไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อนเสียหาย เช่น อาจหาทางออกและใช้ความรุนแรงทดแทนด้วยการเล่นกีฬาบางชนิด คือ ความรู้สึกเป็นปฏิปักษ์หรือการแสดงพฤติกรรมที่ไม่ค่อยเป็นมิตรกับผู้อื่น (Hostility) ไปจนถึงความปรารถนาจะทำลายผู้อื่น คือ มีแรงขับที่จะทำลายชีวิตผู้อื่นได้แก่ พวกฆาตกร

2. ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมกับความก้าวร้าว นักทฤษฎีจิตวิทยาทางสังคมส่วนมากเชื่อกันว่า ความก้าวร้าวของมนุษย์เกิดจากการเรียนรู้เช่นเดียวกับพฤติกรรมอื่น มนุษย์เรียนรู้โดยการเลียนแบบ สังเกต และจดจำจากแม่แบบ (Modeling) โดยเฉพาะการเรียนรู้จากแม่แบบนี้ทางกลุ่มที่เชื่อเรื่องเรียนรู้นี้เห็นว่ามีสำคัญมากกว่าการเรียนรู้ด้วยวิธีอื่นใด จอห์นสัน (Johnson, 1972)

3. ทฤษฎีการเสริมแรงกับความก้าวร้าว ผลการวิจัยหลายเรื่องชี้ให้เห็นบทบาทสำคัญของกระบวนการเรียนรู้ด้วยการเสริมแรงที่ว่า พฤติกรรมของบุคคลเป็นผลของการเรียนรู้จากสิ่งแวดล้อม ซึ่งมีทั้งการเรียนรู้จากประสบการณ์โดยตรงที่บุคคลทำพฤติกรรมนั้นแล้วรับรางวัลหรือถูกลงโทษและเรียนรู้จากพฤติกรรมของผู้อื่น สำหรับการให้สิ่งเสริมแรงในระดับบุคคล

นอกจากจะเป็นวัตถุสิ่งของที่ถูกใจ Bandura (1973) การได้รับรางวัลและการถูกลงโทษ ยิ่งพฤติกรรมก้าวร้าวนั้นได้รับการเสริมแรงมากเท่าไรก็มีแนวโน้มที่จะเกิดพฤติกรรมนั้นขึ้นอีกเท่านั้น ตัวอย่างเช่น บุคคลที่เกิดความคับข้องใจเนื่องจากมีอุปสรรคขัดขวางมิให้ไปสู่เป้าหมายหรือมีอารมณ์ขุ่นข้องเนื่องจากเหตุการณ์ตึงเครียดนั้นๆ อย่างไร คนที่มีความคับข้องใจบางคนอาจจะวิ่งไปให้ผู้อื่นช่วยหรืออาจจะวิ่งไปให้ผู้อื่นช่วยหรืออาจจะหลบไปเสียจากสถานการณ์นั้น ขณะที่บางคนอาจจะก้าวร้าวหรือบางคนกลับพยายามจะเอาชนะอุปสรรคนั้น ขึ้นอยู่กับว่าในอดีตที่ผ่านมาแต่ละคนเคยใช้วิธีการใด เพื่อลดความคับข้องใจที่เกิดขึ้น (พิศมัย พิบูลย์สวัสดิ์และคณะ, 2528:211-212) หรือให้รางวัลที่เป็นสัญลักษณ์ เช่น เหรียญรางวัล คะแนนแล้วยังหมายถึงการให้ความรักความเอาใจใส่ให้คำชมเชย ให้การยกย่อง สนับสนุนและการแสดงการยอมรับด้วยผลงานวิจัยหลาย ๆ เรื่อง แสดงว่าการให้สิ่งเสริมแรงทางสังคม เช่น การเอาใจใส่หรือการให้คำชมเชยมีผลต่อพัฒนาการทางพฤติกรรมของเด็ก ถ้าเด็กแสดงพฤติกรรมเอื้อเฟื้อกับเพื่อน พูดกับเพื่อนด้วยถ้อยคำที่ไพเราะขณะเดียวกันไม่สนใจ ไม่พูด ไม่ยิ้มกับเด็กที่รังแกเพื่อน เล่นกับเพื่อนอย่างก้าวร้าวหรือพูดจาหยาบค้าย ผลการศึกษาพบว่า หลังจากนั้นเพียง 2 อาทิตย์พฤติกรรมก้าวร้าวของเด็กลดลงอย่างเห็นได้ชัด

4. ตัวแปรทางสังคมและสิ่งแวดล้อมกับความก้าวร้าว ศาสนาและวัฒนธรรมสามารถที่จะมีส่วนต่อปฏิภพที่คนมีต่อความก้าวร้าว คำสอนทางศาสนาและศีลธรรมสามารถมีผลต่อปฏิภพที่คนต่อความก้าวร้าว โดยที่ศีลธรรมและสามารถยับยั้งให้คนกระทำการทำร้ายซึ่งกันและกันอย่างรุนแรงได้ และสิ่งแวดล้อมก็เช่นเดียวกันสามารถมีส่วนสร้างหรือลดความก้าวร้าว (นพมาศ ธีรเวคิน, 2534:111)

2.2 พระราชบัญญัติควบคุมการประกอบธุรกิจเกี่ยวกับเกมออนไลน์และเกมคอมพิวเตอร์

จากพระราชบัญญัติควบคุมการประกอบธุรกิจเกี่ยวกับเกมออนไลน์และเกมคอมพิวเตอร์ สามารถสรุปร่างพระราชบัญญัติฯ ได้ดังนี้ (อ้างอิงจาก <http://www.bloggang.com/viewdiary.php?id=gameholic&month=09-2008&date=14&group=1&gblog=10>)

มาตรา ๔ กล่าวถึงความหมายของคำต่างๆที่เกี่ยวข้องกับพรบ.นี้

“เกม” หมายความว่า เกมออนไลน์และเกมคอมพิวเตอร์ “เกมออนไลน์” หมายความว่า เกมคอมพิวเตอร์ที่เล่นบนเครือข่ายคอมพิวเตอร์หรือโครงข่ายอินเทอร์เน็ต ซึ่งผู้เล่นสามารถที่จะเล่นได้โดยลำพังหรือเล่นร่วมกับบุคคลอื่นบนเครือข่ายคอมพิวเตอร์หรือโครงข่ายอินเทอร์เน็ต

“เกมคอมพิวเตอร์” หมายความว่า เกมที่ใช้เล่นโดยคอมพิวเตอร์และหรืออุปกรณ์อื่นที่มีลักษณะของการทำงานในทำนองเดียวกัน

“วัสดุเกม” หมายความว่า วัสดุที่ใช้ในการจัดเก็บหรือบันทึกโปรแกรมหรือเนื้อหาของเกมซึ่งสามารถเรียกใช้จากเครื่องคอมพิวเตอร์หรืออุปกรณ์ที่มีลักษณะของการทำงานในทำนองเดียวกัน ตามที่ประกาศในกฎกระทรวง

“ผู้ให้บริการ” หมายความว่า ผู้ให้บริการเกมออนไลน์ซึ่งเป็นผู้ผลิตหรือนำเข้าซึ่งเกมหรือวัสดุเกม

“สถานที่ให้บริการ” หมายความว่า สถานที่ใดๆ ซึ่งเปิดให้คนเข้าเล่นเกมออนไลน์และหรือเกมคอมพิวเตอร์ หรือวัสดุเกมอื่น ตามที่รัฐมนตรีประกาศกำหนด และให้หมายความรวมถึงสถานที่จำหน่าย ให้เช่าหรือแลกเปลี่ยนเกมคอมพิวเตอร์ด้วย

มาตรา ๕ พระราชบัญญัตินี้มิให้ใช้บังคับแก่

(๑) การผลิตและการให้บริการวัสดุเกมของส่วนราชการ รัฐวิสาหกิจและหรือเอกชนที่จัดทำขึ้นเพื่อการศึกษา หรือสาธารณประโยชน์อย่างอื่น หรือเพื่อเป็นการเผยแพร่หรือส่งเสริมกิจการและการดำเนินงานของส่วนราชการหรือรัฐวิสาหกิจนั้น

(๒) การผลิตวัสดุเกมหรือการพัฒนาโปรแกรมหรือเนื้อหาของเกมที่ไม่ได้มีวัตถุประสงค์ในการจำหน่ายหรือให้บริการในราชอาณาจักร

(๓) วัสดุเกมที่ผลิตเพื่อให้ญาติมิตรเล่นเป็นการส่วนตัว หรือภายในสมาคมหรือสโมสร ซึ่งเป็นวัสดุเกมที่ผลิตขึ้นโดยมิได้หวังผลในทางการค้า หรือนำหรือส่งวัสดุเกมที่ผลิตในราชอาณาจักรอันมีลักษณะเช่นว่านี้ออกนอกราชอาณาจักร

(๔) วัสดุเกมอื่นที่มีลักษณะตามที่กำหนดในกฎกระทรวง

ในกรณีที่กล่าวในอนุมาตรา 3 นี้ ถ้าปรากฏว่าวัสดุเกมนั้นมีลักษณะฝ่าฝืนต่อบทบัญญัติมาตรา ๑๑ คณะกรรมการมีอำนาจยึดวัสดุเกมนั้นได้ตามเงื่อนไขที่คณะกรรมการประกาศกำหนดในราชกิจจานุเบกษา

หมวด ๑ การประกอบธุรกิจเกี่ยวกับเกมออนไลน์และเกมคอมพิวเตอร์

มาตรา ๗ ห้ามมิให้ผู้ใดประกอบธุรกิจเกี่ยวกับเกมออนไลน์และหรือเกมคอมพิวเตอร์ รวมทั้งกิจการให้บริการ ให้เช่า แลกเปลี่ยน หรือจำหน่ายด้วยประการใดซึ่งวัสดุเกม โดยทำเป็นธุรกิจหรือโดยได้ประโยชน์ตอบแทนด้วยการคิดค่าบริการในรูปแบบของค่าธรรมเนียมสมาชิกหรือด้วยวิธีการอื่นใด เว้นแต่จะได้รับอนุญาตจากนายทะเบียน

มาตรา ๘ ผู้ประกอบธุรกิจที่ได้รับอนุญาตตามมาตรา ๗ ต้องดำเนินธุรกิจภายใต้เงื่อนไขที่ได้รับอนุญาตจากนายทะเบียนโดยเคร่งครัด

ในกรณีที่มีการฝ่าฝืนหรือไม่ปฏิบัติตามความในวรรคหนึ่ง ให้นายทะเบียนมีอำนาจสั่งเพิกถอนหรือพักใช้ใบอนุญาตของผู้นั้นได้ โดยจะกำหนดระยะเวลาให้ปฏิบัติไว้ด้วยก็ได้

มาตรา ๙ ในกรณีที่นายทะเบียนมีคำสั่งไม่อนุญาตตามมาตรา ๗ หรือมีคำสั่งเพิกถอนหรือพักใช้ใบอนุญาตตามมาตรา ๘ ผู้นั้นมีสิทธิอุทธรณ์คำสั่งของนายทะเบียนต่อรัฐมนตรีว่าการกระทรวงมหาดไทย (หรือรัฐมนตรีว่าการกระทรวงวัฒนธรรม) ได้ภายในกำหนดสามสิบวันนับถัดจากวันที่ได้รับแจ้งคำสั่งของนายทะเบียน คำวินิจฉัยอุทธรณ์ของรัฐมนตรีให้เป็นที่สุด

หมวด ๒ เกมออนไลน์และเกมคอมพิวเตอร์

มาตรา ๑๐ การกำหนดประเภทเกมออนไลน์และเกมคอมพิวเตอร์ รวมทั้งวัสดุเกมอื่น ที่ต้องอยู่ในความควบคุม รวมทั้งหลักเกณฑ์การตรวจพิจารณาและให้ความเห็นชอบของคณะกรรมการ ให้เป็นไปตามที่คณะกรรมการประกาศกำหนดในราชกิจจานุเบกษา

ให้ผู้จัดทำนาย ผู้ให้บริการและหรือผู้นำเข้ามาในราชอาณาจักรซึ่งเกมหรือวัสดุเกม ยื่นคำขอโดยแจ้งประเภทและเนื้อหาของเกมออนไลน์และหรือเกมคอมพิวเตอร์ รวมทั้งวัสดุเกมอื่นต่อคณะกรรมการเพื่อตรวจพิจารณาและให้ความเห็นชอบ ตามการจัดประเภทเกมที่คณะกรรมการประกาศกำหนดในวรรคหนึ่ง ก่อนการเปิดให้บริการเล่นเกมออนไลน์หรือเกมคอมพิวเตอร์ หรือก่อนที่จะมีการจำหน่ายหรือให้เช่าวัสดุเกมดังกล่าว และเพื่อการนี้ ให้คณะกรรมการมีอำนาจกำหนดเงื่อนไขอย่างหนึ่งอย่างใดเพื่อให้เหมาะสมกับวัยวุฒิของผู้เล่นได้

มาตรา ๑๑ ห้ามบุคคลเปิดให้เล่นหรือให้บริการเกมออนไลน์และหรือเกมคอมพิวเตอร์ จำหน่ายหรือให้เช่าวัสดุเกมในสถานที่ให้บริการใด ซึ่งเกมที่มีลักษณะฝ่าฝืนหรืออาจฝ่าฝืนต่อความสงบเรียบร้อย หรือขัดต่อวัฒนธรรมและศีลธรรมอันดีของประชาชน

มาตรา ๑๒ ในกรณีที่คณะกรรมการเห็นว่าสถานที่ให้บริการใดเปิดให้บริการเกมออนไลน์และหรือเกมคอมพิวเตอร์ จำหน่ายหรือให้เช่าวัสดุเกม อันมีลักษณะต้องห้ามตามมาตรา ๑๑ คณะกรรมการอาจแจ้งเตือนสถานที่ให้บริการดังกล่าวเป็นลายลักษณ์อักษร ให้ระงับการเปิดให้เล่นหรือให้บริการ จำหน่ายหรือให้เช่าวัสดุเกมได้ หากสถานที่ให้บริการดังกล่าวนั้นไม่ดำเนินการตามหนังสือแจ้งเตือนของคณะกรรมการ ให้คณะกรรมการมีอำนาจสั่งปิดสถานที่ให้บริการนั้นชั่วคราวเป็นเวลาไม่เกินสามเดือน

การแจ้งเตือนสถานที่ให้บริการและการสั่งปิดสถานที่ให้บริการชั่วคราวตามวรรคหนึ่ง คณะกรรมการอาจมอบอำนาจให้นายทะเบียนเป็นผู้ดำเนินการแทนได้ภายใต้เงื่อนไขและหลักเกณฑ์ที่คณะกรรมการกำหนด

สถานที่ให้บริการใดที่ถูกสั่งปิดดำเนินกิจการชั่วคราวภายในระยะเวลาตามวรรคหนึ่ง หากภายหลังยังคงกระทำผิดซ้ำอีก ให้คณะกรรมการมีอำนาจสั่งปิดสถานที่ให้บริการนั้นเป็นการถาวร และให้นายทะเบียนดำเนินการเพิกถอนใบอนุญาตต่อไป

2.3 บทความ แนวคิด และทบทวนวรรณกรรมเกี่ยวกับเด็กติดเกมส์

ปัจจุบันปัญหาการเล่นเกมส์อินเตอร์เน็ต/เกมส์ออนไลน์เป็นปัญหาอย่างหนึ่งที่หลายฝ่ายต่างให้ความสำคัญและพยายามหาสาเหตุและแก้ไขอยู่เรื่อยมา จะเห็นได้จากการมีบทความ ทั้งในด้านการเสนอแนวคิด วิธีการแก้ไข สาเหตุและที่มาของปัญหาเด็กติดเกมส์ รวมทั้งการศึกษาวิจัยเกี่ยวกับปัญหาการเล่นเกมส์อินเตอร์เน็ต/เกมส์ออนไลน์ ของเยาวชน

กระทรวงวัฒนธรรม ได้จัดตั้งเวิร์กฟอรัมกลางเพื่อควบคุมเด็กติดเกมส์ โดยเสนอแนะว่า ควรมีการจัดสัมมนาเพื่อช่วยให้เกิดการตกตะกอนความคิด และควรแก้ปัญหาอย่างต่อเนื่อง ให้ความสำคัญกับเรื่องการسكرีนเด็กที่ลือกอินเข้าโลกออนไลน์จริงจัง (อ้างอิงจาก http://www.thaiitwatch.org/autopagev4/print_in.php?idp=topic&topic_id=312&auto_id=3)

ดร.พิจิตรพงศ์ สมุทรพิพิธ อาจารย์คณะวิศวกรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ ให้ข้อเสนอว่าในต่างประเทศหลายประเทศ เช่น ประเทศในยุโรปที่ส่งออกเกมส์เป็นอุตสาหกรรม สหรัฐอเมริกา เกาหลีใต้ และประเทศเหล่านี้จริงจังกับการเลือกคนที่จะเข้าไปในโลกออนไลน์ ไม่ว่าจะเป็นการเล่นเกมส์ หรือการโหวตต่างๆ โดยบางประเทศจะแบ่งคนเป็น 2 กลุ่มคือ อายุ 18 ปีขึ้นไป และอายุต่ำกว่า 13 ปี โดยเด็กที่อายุต่ำกว่า 13 ปี หากลงทะเบียนล็อกอินเข้าไปด้วยเลขบัตรประชาชน ระบบก็จะบล็อกอัตโนมัติทันที ไม่ว่าจะล็อกอินเพื่อการโหวตหรือเล่นเกมส์ออนไลน์ ก็ตาม โดยเฉพาะประเทศเกาหลีได้นั้นจะเข้มงวดและจริงจังกับสังคมออนไลน์มาก จัดเจ้าหน้าที่ตำรวจไซเบอร์ดูแลโดยเฉพาะ และมีการหลอกถามเด็กเพื่อทดสอบบุคลิกภาพะ เพื่อป้องกันเด็กโกหก ซึ่งประเทศไทยควรจะจริงจังให้มาก ผู้ประกอบการก็ควรที่จะต้องเรียนรู้ ให้ความสำคัญ ให้ความสำคัญร่วมมือ และเจ้าหน้าที่ด้านไอทีซึ่งเป็นฝ่ายปฏิบัติ ก็ต้องพยายามเรียนรู้ไปด้วย เพราะทุกวันนี้การแก้ปัญหายังเป็นเพียงการเริ่มต้น เมื่อมีนโยบายออกมา ก็ควรปฏิบัติอย่างจริงจังและต่อเนื่อง (อ้างอิงจาก http://www.thaiitwatch.org/autopagev4/print_all).

php?idp=topic&topic_id=312&auto_id=3)

ศูนย์ป้องกันและแก้ไขปัญหาดังกล่าว ได้ให้แนวทางการช่วยเหลือลูกติดเกมส์ สำหรับพ่อแม่ ผู้ปกครอง ไว้ว่า พ่อแม่หรือผู้ปกครอง อาจไม่สบายใจกับการเล่นเกมส์ของลูก ไม่มั่นใจ ว่าลูกจะติดเกมส์หรือไม่ หรือคิดว่าเกมส์ทำให้ลูกมีพฤติกรรมก้าวร้าว ไม่ยอมไปเรียน ตามที่เป็นข่าวที่รับรู้กัน ทำให้พ่อแม่เกิดความสงสัยและความคลางแคลงใจว่าจะยอมให้ลูกเล่นเกมส์ต่อไปหรือไม่ จะรู้ได้อย่างไรว่าลูกติดเกมส์แล้วหรือยัง หากติดเกมส์แล้วจะมีวิธีการช่วยเหลือลูกอย่างไรได้บ้าง และได้ให้ข้อสังเกตสำหรับพ่อแม่ว่าลูกติดเกมส์เข้าขั้นต้องแก้ไขแล้วหรือยัง ให้พิจารณาดังนี้ (อ้างอิงจาก http://www.backtohome.org/autopagev4/show_page.php?topic_id=90&auto_id=6&TopicPk=)

- ใช้เวลาในการเล่นเกมนส์ครั้งละไม่ต่ำกว่า 3 ชั่วโมง หรือเล่นอย่างหามรุ่งหามค่ำ
- ความรับผิดชอบลดลง ทั้งเรื่องการเรียนรู้การใช้ชีวิตประจำวัน เช่น เล่นจนไม่ยอมนอน ไม่ยอมเรียน ไม่ยอมทำการบ้านหรือดูหนังสือ ไม่ยอมรับประทานอาหารร่วมกับสมาชิก ในครอบครัว ฯลฯ

- แอบลุกขึ้นมาเล่นเกมส์ตอนดึกๆ
- ผลการเรียนตกลงเพราะหมกมุ่นแต่เรื่องเกมส์
- มีค่าใช้จ่ายเกี่ยวกับเกมส์ เช่น ใช้เงินไปกับการซื้อเกมนส์หรือเล่นเกมส์มากขึ้น
- พฤติกรรมก้าวร้าวแสดงอารมณ์ หรือแสดงความไม่พอใจ หงุดหงิด วิตกกังวลเมื่อบอกให้หยุดเล่นเกมส์

- ไม่สนใจกิจกรรมที่เคยชอบหรือเคยทำเป็นกิจวัตร เช่น เลิกเล่นกีฬา เลิกดูทีวี เลิกดูหนัง ปฏิเสธการไปเที่ยวกับเพื่อน ๆ หรือกับสมาชิกในบ้าน

- มีผลกระทบต่อสัมพันธภาพกับเพื่อน ๆ และสมาชิกในครอบครัว คือจะเอาเวลาส่วนใหญ่ไปเล่นเกมส์มากกว่าจะพูดคุยกัน

- ควบคุมตัวเองไม่ได้ที่จะเข้าไปเล่นเกมส์ เช่น ตื่นนอนขึ้นมาเล่นเกมส์ พอกลับถึงบ้านก็ตรงไปที่เครื่องเล่นเกมส์ หรือ เครื่องคอมพิวเตอร์เพื่อเล่นเกมส์เป็นอันดับแรก หรือต้องออกไปเล่นเกมส์ที่อินเทอร์เน็ตคาเฟ่ เป็นต้น และไม่สามารถควบคุมตนเองให้เล่นในเวลาที่กำหนด ทำให้เล่นติดต่อกันหลาย ชั่วโมงหรือเล่นนานขึ้นเรื่อย ๆ

- ลูกครุ่นคิดถึงแต่เรื่องเล่นเกมส์ ปิดบังหรือโกหกเกี่ยวกับการใช้เวลาในการเล่นเกมนส์ที่แท้จริง

แนวทางการช่วยเหลือลูกติดเกมส์ มีหลักเกณฑ์ว่าต้องค่อยเป็นค่อยไป ใช้เวลาในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เพื่อให้เด็กสามารถปรับตัวได้ ที่สำคัญพ่อแม่ต้องเป็นกำลังสำคัญให้กับลูก ไม่ว่าจะเป็นกำลังกายและกำลังใจ ซึ่งสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ กรมสุขภาพจิต ได้รวบรวมแนวทางการช่วยเหลือได้ ดังนี้

- มีการพูดคุยตกลงกำหนดกติการ่วมกับระหว่างพ่อแม่ลูก ว่าเล่นเกมได้เวลาใดบ้าง มีการกำหนดรางวัลเมื่อทำได้และกำหนดการลงโทษเมื่อทำไม่ได้ กติกาต่างๆ ที่กำหนดขึ้นสามารถยืดหยุ่นได้ตามความเหมาะสม
- จัดให้มีกิจกรรมสร้างสรรค์ทดแทน เพื่อสนับสนุนให้ลูกได้กล้าแสดงออก และแสดงความสามารถพิเศษ เช่น ดนตรี กีฬา ทำอาหาร งานฝีมือ
- มอบหมายงาน หรือกิจกรรมให้รับผิดชอบ เช่น ทำความสะอาดบ้าน ล้างจาน กรอกน้ำ รดน้ำต้นไม้ เป็นต้น
- พ่อแม่หรือผู้ปกครอง ควรมีเวลาอยู่ร่วมกับลูกๆ พร้อมทั้งเป็นแบบอย่างในการสอนวิธีการหยุดเล่นเกมให้กับลูก
- พ่อแม่ หรือผู้ปกครอง ควรสังเกตพฤติกรรมของลูก หากพบว่าลูกสนใจเกมส์มาก พ่อแม่ต้องเข้าถึงลูก ตามเข้าไปในโลกของลูก เข้าร่วมกิจกรรมเกมส์ แสดงความสนใจในสิ่งที่ลูกกำลังเล่นโดยไม่ตำหนิ
- ชักถาม พูดคุย ร่วมแลกเปลี่ยนความคิดกับลูก เกี่ยวกับเกมส์ การเรียน การเล่นกับเพื่อน ภาวะสังคมในปัจจุบัน ร่วมแบ่งปันความรู้สึกกับลูกว่าขณะเล่นเกม เราตกอยู่ใต้อิทธิพลของเกมส์ หากเราเล่นมากๆ เราอาจเปลี่ยนแปลงให้กับเกมส์ได้ ถามถึงผลกระทบที่เกิดขึ้นจากการใช้เวลาบางส่วนกับเกมส์
- ร่วมกำหนดวางแผนเป้าหมายชีวิตของลูก เสนอแนะว่าเรายังมีสิ่งอื่นในชีวิตที่จำเป็นต้องทำ เช่น การเรียน
- ร่วมกันจัดลำดับภารกิจในกิจวัตรประจำวัน ชวนลูกเข้าสู่กิจกรรมอื่นๆ ในบ้าน ปฏิบัติให้เสร็จก่อนแล้วจึงเล่นเกม
- ให้คำชมเชยลูกเมื่อทำตามกติกา และให้กำลังใจเมื่อลูกเริ่มทำกิจกรรมอื่นทดแทน
- พ่อแม่ไม่จำเป็นต้องเล่นเกมเป็น ขอเพียงมีเวลาอยู่ใกล้ลูก ดูเขาเล่นเกมและศึกษาหา ข้อมูลเนื้อหาเกมส์แต่ละเกมส์เป็นอย่างไร รู้จักเกมส์ยอดฮิตเพื่อจะได้พูดคุยกับลูกได้
- สอนลูกให้มีวินัย รู้จักแบ่งเวลาในการเล่นเกมส์แต่แรก และร่วมกันกำหนดเงื่อนไขในการเล่นเกมส์

- ควรมีกิจกรรมที่หลากหลายสำหรับทำร่วมกันระหว่างพ่อแม่ลูก อย่าให้เกมส์เป็นกิจกรรมเดียวที่ลูกทุ่มเทเวลาให้

การพูดคุยสื่อสารกับลูก เป็นอีกแนวทางหนึ่งที่จะช่วยปรับความเข้าใจระหว่างพ่อแม่ลูก และเป็นการเสริมความสัมพันธ์ในครอบครัว ซึ่งการสื่อสารกับลูกติดเกมส์ ก็มีเทคนิคง่ายๆ สำหรับผู้ปกครองได้นำไปใช้ในครอบครัวได้คือ

- อย่าใช้การพร่ำบ่น การบ่นมีแต่สร้างความรำคาญให้กับลูก แต่ไม่ได้แก้ปัญหา
- อย่าใช้วิธีห้ามปราม เพราะลูกจะต่อต้าน และนำไปสู่การโต้เถียงขัดแย้งกัน ให้หาวิธีจูงใจอย่างนิมนวล (ความอ่อนโยนจะพิชิตความแข็งแกร่งได้) ถ้าลูกกำลังเล่นเกมส์ติดพันอยู่ ก็อย่าดึงปลักหรือปิดสวิทช์ทันที เพราะจะเป็นการทำร้ายจิตใจกันอย่างมาก
- อย่าใช้คำพูดเสมือนกล่าวหาว่าลูกผิดที่ติดเกมส์ หรือมองว่าเขาเป็นตัวปัญหา ที่จริงพ่อแม่เองก็มีส่วนผิดอยู่ด้วยที่ไม่เผิกวินัยให้ลูกแต่แรกหรือไม่มีเวลาให้ลูก ทำให้ลูกต้องหันเข้าหาเกมส์แก้เหงา
- อย่าตั้งกฎเกณฑ์บังคับโดยพ่อแม่คิดเพียงฝ่ายเดียว และไม่ให้ลูกมีส่วนร่วมทั้ง ๆ ที่เขาต้องเป็นผู้ปฏิบัติ
- อย่าทำเป็นเรื่องใหญ่ มองโลกในแง่ดีไว้ก่อน เกมส์ก็เหมือนเหรียญสองด้าน มีทั้งด้านดี และด้านลบ ถ้ามองว่าเป็นปัญหาใหญ่ก็จะวิตกกังวล เร่งเร้าและเร่งร้อนที่จะแก้ปัญหา อาจทำให้หงุดหงิด ขาดความพึงพิถันในการใช้สติพิจารณา แต่ถ้ามองว่าเป็นเรื่องเล็ก ก็จะใจเย็นลงการปรับพฤติกรรมเป็นเรื่องที่ต้องใช้เวลา ไม่ใช่จะแก้ไขได้อย่างรวดเร็ว

นายสรรพสิทธิ์ คุมพ์ประพันธ์ คณะกรรมการคุ้มครองเด็กแห่งชาติ และผู้อำนวยการมูลนิธิศูนย์พิทักษ์สิทธิเด็ก ให้ความเห็นจากกรณีเด็กก่ออาชญากรรมร้ายแรงโดยมีแรงจูงใจจากการเลียนแบบเกมส์ Grand Theft Auto หรือ GTA ที่มีลักษณะการไล่ล่าฆ่าฟันกัน โดยสร้างเงื่อนไขว่าการฆ่าคนตายได้ย่อมประสบความสำเร็จและได้รับชัยชนะ เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นนี้สะท้อนถึงความร้ายแรงของปัญหาเด็กติดเกมส์ว่ารุนแรงเพียงใด และสะท้อนถึงความอ่อนแอของสถาบันครอบครัวและสังคมในการดูแลและคุ้มครองเด็กให้เติบโตอย่างมีคุณภาพ กรณีที่เกิดขึ้นผู้กระทำอายุ 19 ปี ถือว่าไม่ใช่เด็กแต่กลับไม่สามารถแยกแยะจินตนาการออกจากชีวิตจริงได้ โดยปกติแล้วเด็กจะเริ่มแยกจินตนาการกับความจริงออกจากกันได้ตั้งแต่อายุ 9 ขวบ และจะพัฒนามาเรื่อยๆ ในเรื่องการวิเคราะห์หาเหตุผลจนถึงอายุ 18 ปีจะสามารถแยกความจริงกับจินตนาการได้เด็ดขาด แต่กรณีผู้กระทำผิดรายนี้ยังไม่สามารถแยกได้ระหว่างจินตนาการในเกมส์กับความเป็นจริงแสดงให้เห็นว่าผู้กระทำผิดรายนี้มีความผิดปกติทางสมองส่วนหน้า ด้านกระบวนการคิดที่

ร้ายแรงมาก อาจเป็นเพราะสมองส่วนนี้ไม่ได้รับการกระตุ้นให้มีกระบวนการคิดวิเคราะห์ ไตร่ตรอง (อ้างอิงจาก <http://www.thaichildrights.org>)

ปัจจัยเรื่องกระบวนการคิดเป็นปัจจัยที่มีผลมาจากการที่พ่อแม่ขาดการดูแลและเอาใจใส่ ใกล้ชิดกับลูกเท่าที่ควร จึงไม่ได้กระตุ้นวิธีการคิดการถ่ายทอดวิธีการดำเนินชีวิต การพัฒนาสติปัญญาให้เด็ก โดยเฉพาะขาดการพัฒนาในเรื่องคุณธรรม จริยธรรม ซึ่งสะท้อนให้เห็นว่าพ่อแม่ในยุคปัจจุบันนี้ขาดทักษะการเลี้ยงดูลูกและไม่มีความผูกพันกับลูก จึงทำให้มองไม่เห็นพัฒนาการของลูกและไม่อาจรับรู้ความเป็นไปของลูก ปล่อยให้ลูกใช้ชีวิตส่วนใหญ่อยู่กับเกมส์ตลอดเวลา ทำให้มีอารมณ์ผูกพันอยู่ในเกมส์ จนคิดว่าเกมส์กับเรื่องจริงเป็นเรื่องเดียวกัน จึงเป็นการหลอหลอมบุคลิกภาพของเด็กให้กลายเป็นอาชญากร

แนวทางการป้องกันแก้ไขปัญหาเด็กติดเกมส์นั้น ประการแรก ควรป้องกันโดยห้ามการผลิตและจำหน่ายเกมส์เหล่านี้ ด้วยการกำหนดบทลงโทษที่รุนแรง เพื่อจัดการกับผู้ผลิตหรือผู้จำหน่าย ทั้งนี้คณะอนุกรรมการพัฒนานโยบายเด็กของคณะกรรมการส่งเสริมและประสานงานเยาวชนแห่งชาติ ให้สอดคล้องกับอนุสัญญาว่าด้วยสิทธิเด็กแห่งสหประชาชาติ ได้ร่างพ.ร.บ.ว่าด้วยวัตถุที่กระตุ้นให้เกิดพฤติกรรมอันตราย มีบทบัญญัติให้ผู้ผลิตเผยแพร่หรือครอบครองไว้เพื่อเผยแพร่ มีความผิดทางอาญา จะต้องถูกฟ้องร้องดำเนินคดีอาญาให้ลงโทษร้ายแรง คือจำคุกตั้งแต่ 5 ถึง 20 ปี หรือตลอดชีวิต แล้วแต่พฤติการณ์ของการกระทำความผิด

ประการที่สอง การดูแลเด็กและเยาวชนจะต้องร่วมมือกันระหว่างครอบครัวและโรงเรียน ที่จะดูแลเด็กอย่างใกล้ชิด กระตุ้นให้เด็กทำกิจกรรมที่สร้างสรรค์ เพื่อช่วยพัฒนาเด็กในเรื่องกระบวนการคิด โดยเฉพาะเรื่องจริยธรรม คุณธรรม โดยผู้ใหญ่ควรทำกิจกรรมร่วมกับเด็กด้วย ไม่ว่าจะเป็นพ่อแม่หรือครู เช่น เล่นกีฬา ออกกำลังกาย เล่นดนตรี ท่องเที่ยว เป็นต้น กิจกรรมเหล่านี้ทำให้เด็กพัฒนาความคิดไปในทางสร้างสรรค์ ไม่ถูกชักจูงไปในทางลบได้ง่าย

ประการที่สาม การให้เด็กเข้าร่วมกิจกรรมอาสาสมัคร โดยเฉพาะเด็กวัยรุ่น เพื่อให้เด็กได้นึกถึงผู้อื่นมากขึ้นและหมกมุ่นอยู่กับตนเองน้อยลง โดยการทำกิจกรรมอาสาสมัครบำเพ็ญประโยชน์ เพื่อให้เด็กรู้สึกว่ามีคุณค่าต่อผู้อื่น

การเล่นแต่เกมส์นั้นทำให้เด็กนึกถึงแต่ตัวเองฝ่ายเดียว คิดแต่จะเอาชนะ อยากได้คะแนน อยากประสบความสำเร็จในฐานะผู้ชนะซึ่งได้รับการยกย่องในเกมส์เหล่านี้ เป็นสิ่งที่ได้รับจากโปรแกรม เป็นสิ่งที่มองไม่เห็น แต่เด็กอาจจะรู้สึกภาคภูมิใจทั้งที่ไม่สามารถนำไปขอใดใครได้ งเหล่านี้ทำให้เด็กหมกมุ่นกับตัวเองอยู่ฝ่ายเดียวโดยไม่นึกถึงผู้อื่น แต่ถ้าเด็กได้เข้าร่วมกับกิจกรรมอาสาสมัคร

เด็กจะเริ่มมองผู้อื่นถึงอกเขามากขึ้นและรู้สึกอยากทำอะไรเพื่อช่วยเหลือผู้อื่น เมื่อเด็กนึกถึงชีวิตจิตใจของผู้อื่นมากขึ้นก็ไม่สามารถไปหาใครได้

ประการที่สี่ ซึ่งถือเป็นทางออกที่ดีที่สุดของปัญหานี้ คือ การใช้เวลาร่วมกันของคนในครอบครัว พ่อแม่ควรใช้เวลาอยู่กับลูกเพื่อทำกิจกรรมร่วมกันให้มากขึ้น เมื่อมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นมากขึ้นจะทำให้เขาไม่อยากเล่นเกมส์ พ่อแม่ควรมีเวลาเพื่อดูแลเอาใจใส่ความเป็นไปของลูกว่าตอนนี้เขาคิดและรู้สึกอย่างไร เพื่อให้ลูกไม่รู้สึกเหงาและพ่อแม่จะเป็นที่ยึดเหนี่ยวจิตใจของเขาได้

นายแพทย์บัณฑิต ศรีไพศาล ผู้อำนวยการสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ ยังได้กล่าวในประเด็นเดียวกันเกี่ยวกับเหตุการณ์เด็กนักเรียนที่ก่ออาชญากรรมร้ายแรง โดยมีแรงจูงใจจากการเลียนแบบเกมส์ Grand Theft Auto หรือ GTA ไว้ว่า เหตุการณ์ความรุนแรงของวัยรุ่นไทย เริ่มมีสถิติสูงมากขึ้น ทั้งนี้ เกิดจากสาเหตุหลายปัจจัย โดยเฉพาะปัจจัยความมั่นคงและความเข้มแข็งของเด็ก รวมทั้งสิ่งกระตุ้นภายนอก (อ้างอิงจาก <http://cgap.icamtalk.com/childg/tn01.php>.)

พฤติกรรมของเด็กนักเรียนที่ก่อเหตุดังกล่าว มีความคล้ายคลึงกับเนื้อหาเกมส์คอมพิวเตอร์ที่จัดว่ามีความรุนแรงสูง คือ ปล้นด้วยมีดและขีปนาวุธ ซึ่งตามหลักของจิตวิทยา เกมส์ลักษณะรุนแรงก้าวร้าวนั้นจะทำลาย เพราะคนทุกคนจะมีจิตตัวหนึ่งที่จะพิสูจน์ว่าตัวเองเป็นคนเก่ง ดังนั้น ทำอะไรที่คนอื่นทำไม่ได้ ก็จะทำให้รู้สึกว่าเรามีความสามารถเหนือคนอื่น เพราะฉะนั้นจึงมีคนหันมาสนใจ กระทำเลียนแบบสิ่งต่างๆ ที่เกิดในเกมส์ ซึ่งเป็นสิ่งที่ผิดกฎระเบียบ คนทั่วไปไม่กล้าทำ

ประเทศควรจะถือปัญหานี้เป็นวาระแห่งชาติ เกมส์เป็นยาเสพติดของเด็ก เด็กใช้เกมส์เพื่อการพักผ่อนได้ แต่ไม่ควรเกินวันละครึ่งชั่วโมง หรือ 1 ชั่วโมง และผู้ปกครอง ควรฝึกฝนวินัยให้กับบุตรหลานรู้จักควบคุมตนเอง จัดการสิ่งแหว่งล่อม ไม่ควรชดเชยเวลาที่ไม่ได้ดูแลลูกด้วยการให้เงินเพียงอย่างเดียว มีการดูแลลูกด้วยปฏิสัมพันธ์ที่ดี พูดจาสุภาพ ไม่จับผิด แต่ใช้การชื่นชมแทน ร่วมกันกำหนดกติกาทั้งผู้ปกครองและบุตร และหากิจกรรมอื่นๆ ให้กับเด็ก สำหรับคำแนะนำทั้งหมดนี้ ยิ่งเริ่มทำตั้งแต่เด็กอายุน้อยจะได้ผลเร็วกว่าทำตอนเด็กโตแล้ว สำหรับผลกระทบหากเล่นเกมส์หรืออินเทอร์เน็ตนานๆ คือ

1. โทษต่อสุขภาพกาย เช่น แสบตา, ปวดข้อมือ, ไม่รับประทานอาหารเช้าจนแสบกระเพาะ, อดนอน ตื่นสาย ทำให้เพลีย ว่างเวลาเรียนหรือเวลางาน เป็นต้น
2. โทษต่อสุขภาพจิต เช่น เกิดความทุกข์ไม่สุขใจ ขัดแย้งภายในจิตใจหรือขัดแย้งกับผู้อื่นรอบข้างได้ เพราะหากเล่นเกมส์และอินเทอร์เน็ต นานๆ เข้าเด็กจะเกิดความรู้สึกชอบเอาชนะ

เคยชินกับการแข่งขัน ต้องมีแพ้มีชนะ, เคยชินกับการได้ตั้งใจ เพราะเกมส์สั่งบังคับได้ มีความสุข หรือรู้สึกสำเร็จเมื่อสั่งได้ตั้งใจ, ไม่มีวินัย ไม่มีการควบคุมตนเอง ไม่บังคับตนเอง ขาดความรับผิดชอบ เพราะเมื่อเกิดความเพลิดเพลินกับการเล่นเกมแล้ว มักจะไม่ใส่ใจทำอย่างอื่นที่สำคัญ หรือฝ่าฝืนกฎเกณฑ์ ความรับผิดชอบที่มีอยู่ว่าควรทำ หรือไม่ทำอะไร เช่น ไม่อ่านหนังสือ ไม่เข้านอนไม่ทานข้าว ไม่กวาดบ้าน ล้างชามตามหน้าที่ความรับผิดชอบที่มีอยู่ หรือแม้กระทั่งเกิดพฤติกรรมหนีออกจากบ้านหลายวัน ไปกินนอนอยู่ในร้านเกมส์ และการขโมยเงินพ่อแม่เพื่อไปเล่นเกม เป็นต้น

3. โทษต่อสุขภาพ สังคม หรือทักษะทางสังคมของเด็ก เช่น เด็กจะเห็นเพื่อนเป็นศัตรูของความสนุกสนาน เพื่อนมาแย่งเล่น จึงไม่อยากคบเพื่อน ทำให้ขาดทักษะทางสังคม เพราะเด็กอยู่แต่หน้าจอคอมพิวเตอร์ บางคนอ้างว่าการเล่นเกมส์ออนไลน์ หรือ Chat พูดคุยกันทางอินเทอร์เน็ตก็ได้เพื่อน ซึ่งมีส่วนจริงอยู่บ้าง แต่ว่าความสัมพันธ์ออนไลน์เป็นความสัมพันธ์ในโลกเสมือนไม่ใช่โลกแห่งความเป็นจริง เพราะเป็นความสัมพันธ์ที่พูดคุยกัน หรือแสดงความยินดี ความห่วงหาอาทรต่อกันได้มากโดยไม่ได้แสดงข้อเสีย เพราะไม่ได้อยู่ร่วมกันจริงๆ หรือเป็นความสัมพันธ์ที่บางคนไม่ได้แสดงตัวตนที่แท้จริง เป็นเด็กอาจแสดงเป็นผู้ใหญ่ เป็นชายอาจแสดงเป็นหญิง เป็นคนเห็นแก่ตัวอาจแสดงตัวเป็นคนมีน้ำใจก็ได้ เพราะในโลกอินเทอร์เน็ต สามารถแสดงเป็นอะไรก็ได้ไม่มีใครรู้ จึงทำให้เกิดเหตุการณ์ที่คบหากันทางอินเทอร์เน็ตจนสนิทสนมกันแล้วนัดพบ จบลงด้วยการมีเพศสัมพันธ์กันอย่างง่ายดายอย่างที่ให้เห็นเป็นข่าวอยู่เนืองๆ

4. โทษต่อการผลิตผลงานของชีวิต ได้แก่ การเรียนตก เสียการเสียงาน เสียความสัมพันธ์กับคนรอบข้าง เช่น ในกรณีที่เป็นเด็กอาจเสียความสัมพันธ์กับพ่อแม่ พี่น้อง ส่วนในกรณีที่เป็นผู้ใหญ่อาจเสียความสัมพันธ์กับคู่สามีภรรยาจนเกิดเหตุหย่าร้างก็มีมาแล้ว หรือ อาจถึงขั้นเสียคนจากการมีพฤติกรรมอันธพาล ขโมยเงิน มั่วสุม เล่นการพนัน ใช้จ่ายเสพติด หรือมีเพศสัมพันธ์ที่ไม่เหมาะสม เป็นต้น ทางออกที่ดี คือ ความสมดุล ความสมดุลคือสิ่งที่ดีที่สุด ไม่ใช่คอมพิวเตอร์หรืออินเทอร์เน็ตเลยคงจะไม่ได้ เพราะชีวิตในอนาคตทั้งการเรียน หรือการทำงานต้องใช้คอมพิวเตอร์และอินเทอร์เน็ต แต่เล่นมากจนติดก็ไม่ดีแน่ จึงควรเล่นแต่พอดีในยามว่างในจำนวนเวลาที่ไม่มากและเราสามารถกำหนดเวลาเล่นเกมหรืออินเทอร์เน็ตได้ เช่น หนึ่งหรือสองชั่วโมง เราอยากจะเล่น หรือเลิกเล่นเมื่อไรก็ได้

แพทย์หญิงกุสุมาวดี คำเกลี้ยง วินัย คือ การปฏิบัติตามกฎระเบียบสังคมยอมรับว่าดี-เหมาะสม การฝึกวินัย เป็นการฝึกหัดให้เด็กควบคุมความต้องการหรือแรงผลักดันในตนเองให้อยู่ในขอบเขตที่เหมาะสม แสดงออกเหมาะสมกับเวลาสถานการณ์ และด้วยวิธีที่เหมาะสม หรือ

กล่าวง่ายๆ คือ การรู้ว่าอะไรควรไม่ควร พฤติกรรมต่างๆ มีขอบเขตแค่ไหน สามารถบังคับและควบคุมพฤติกรรมตนเองได้ โดยไม่ต้องมีผู้อื่นหรือกฎเกณฑ์อื่นๆ มาควบคุม (อ้างอิงจาก <http://cgap.icamtalk.com/childg/vini.php> และอ้างอิง จากหนังสือ เข้าถึงเข้าใจเด็กไทย ยุคไซเบอร์ ของสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ กรมสุขภาพจิต หน้า 17-30)

มานิต นพอมรบดี รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงสาธารณสุข แสดงความกังวลต่อสถานการณ์เด็กติดเกมที่รุนแรงขึ้น โดยเฉพาะเกมสล็อตเตาที่มีลักษณะคล้ายไฮโลในโทรศัพท์มือถือหรือเกมอื่นๆ ที่สามารถเล่นพนันได้ โดยจะนำเรื่องเข้าหารือกับกระทรวงวัฒนธรรมและกระทรวงไอซีที ซึ่งจากการสำรวจของกรมสุขภาพจิตพบว่า มีเด็กติดเกมสล็อตเตารุนแรงมากถึงร้อยละ 9 ของนักเรียนประถม และมัธยมต้น เพิ่มขึ้นเกือบ 2 เท่า ในรอบ 3 ปี ซึ่งหากปล่อยไปจะเกิดปัญหาเด็กติดเกมสล็อตเตาเสียชีวิตหน้าคอมพิวเตอร์ เลียนแบบเกมสล็อตเตาตัวตาย หรืออาจติดมากจนเกิดเด็กกล่อกขอบริจาคเงินไปเล่นเกมสล็อตเตา หรือแม้กระทั่งการฆ่าตัวตายจากการที่พ่อแม่ห้ามไม่ให้เล่นเกมสล็อตเตา (อ้างอิงจาก <http://www.bangkokbiznews.com>.)

ประเสริฐ ผลผลิตการพิมพ์ (2545) ผู้เชี่ยวชาญด้านจิตแพทย์เด็ก กล่าวว่า ไม่เพียงแต่เกมสล็อตเตาจะทำให้เสพติดทางใจเท่านั้น ร่างกายก็จะมีผลเสีย เพราะเกมสล็อตเตาผลิตขึ้นมาเพื่อให้เด็กจ้องยิ่งต้องนานกระพริบนานตาขมวดตาขยิบ จะเร่งให้เพิ่มสัญญาณประสาทพุ่งเข้าสู่ระบบประสาทส่วนกลาง กระตุ้นการหลั่งของสารโดพามีน ซึ่งออกฤทธิ์กระตุ้นระบบประสาทอีกต่อหนึ่ง ผลดีคือเด็กจะสนุกเกินพอดี เกินสายตามีแรงมากเหมือนกับใช้ยาบ้า เพราะออกฤทธิ์ผ่านทางโดพามีนเหมือนกัน เมื่อหยุดเล่นเกมสล็อตเตาโดพามีนจะลดระดับลง เกิดอาการถอนตัวจากความสนุกได้ยาก ทำให้เกิดความโหยหาที่จะเล่นอีก ด้วยเหตุนี้เองเกมสล็อตเตาจึงทำให้เด็กๆ เสียเวลา เสียสายตา เสียสุขภาพสมองมึนงงไม่มีความอดทน ที่น่ากลัวไปกว่านั้นเกมสล็อตเตาบางชนิดทำให้เด็กที่มีโรคซึมเศร้าอยู่แล้วอาจทำให้ซึมมากขึ้น และทำให้เด็กที่ไม่เคยเป็นโรคซึมเศร้า เกิดอาการชักกระตุกได้(หนังสือพิมพ์แนวหน้า, 26 มกราคม, 2545)

ศุภมาส มั่นอัน (2547) ได้ให้ข้อคิดว่าปัจจุบันนี้เทคโนโลยีได้เข้ามามีบทบาทสำคัญในชีวิตของเราอย่างหลีกเลี่ยงไม่ได้ ทั้งในด้านการดำเนินชีวิตประจำวัน การทำงาน หรือแม้แต่การให้ความบันเทิง เกมออนไลน์เป็นอีกหนึ่งธุรกิจที่กำลังได้รับความสนใจจากผู้ประกอบการหลายราย กระแส เกมออนไลน์พีเวอร์ ก็ยังเป็นเพื่อนสนิทของเด็กไทยอย่างเหนียวแน่น เพราะโลกไซเบอร์เป็นโลกของความฝัน มีจินตนาการที่งดงาม และน่าสัมผัส อย่างไรก็ตาม ไม่มีสิ่งใดจะเป็นด้านบวกเพียงด้านเดียว เช่นเดียวกับเกมออนไลน์ที่ผู้ปกครองมองว่าเป็นตัวการที่ทำให้เด็กเสียการเรียน และขาดการเข้าสังคม ปัจจุบันการนำเทคโนโลยีระดับสูงมาใช้ในการผลิตเกมออนไลน์

เพื่อให้เหมือนจริง มีผลให้เด็กติดการเล่นเกมส์มากขึ้น เพราะเหมือนอยู่ในโลกจินตนาการ ที่สามารถกำหนดตัวการ์ตูนได้ในรูปแบบที่ต้องการ และเด็กบางคนอาจต้องการหนีโลกความเป็นจริง โดยมีผลมาจากปัญหาครอบครัว การเรียน การคบเพื่อน สิ่งเหล่านี้จะส่งผลเสียทำให้เด็กผลัดตนเองออกจากสังคมมากขึ้น และยังมีบริการสำหรับเด็กๆ ที่หนีโรงเรียนหรือหนีผู้ปกครองออกมาเล่นเกมโดยที่บางร้านมีตู้เสื้อผ้าให้เด็กนักเรียนเปลี่ยนชุด นอกจากนี้ยังมีการขายตัว ขายยา การพนัน สอนวิธีโกง สำหรับเด็กติดเกมส์ระดับที่รุนแรงที่สุด คือเด็กที่ติดเกมส์จนไม่สามารถควบคุมตนเอง ห้ามใจไม่ให้เล่นเกมได้ รวมทั้งมีพฤติกรรมอื่นๆ ร่วมด้วย เช่น การขโมยเงิน โกหก นอกจากนี้ได้ให้ข้อเสนอแนะถึงสาเหตุและแนวทางการแก้ไขเด็กติดเกมส์ ดังนี้ (อ้างอิงจาก <http://www.school.net.th/library/create-web/10000/technology/10000-13183.html>)

สาเหตุของการที่เด็กติดเกมส์ อาจมาจาก

- ครอบครัวและผู้ปกครอง สภาพครอบครัวแตกแยกขาดความรักความอบอุ่น เปื่อหน่วยบ้าน จึงหนีออกมาจากบ้าน
- ตัวเด็กเอง เมื่อรู้สึกถูกละเลยหรือทอดทิ้งไม่ได้รับความอบอุ่นความรักจึงหนีออกจากบ้าน เด็กบางคนมีนิสัยชอบเที่ยวเตร่ต้องการความเป็นอิสระ อยากรู้ อยากลอง เด็กบางคนสติปัญญาต่ำ เรียนไม่ทันเพื่อน โรงเรียนและครูไม่สามารถช่วยแก้ปัญหาได้ จึงออกเที่ยวเตร่สนุกสนานกับเพื่อน ในที่สุดถูกชักจูงล่อลวงโดยกลุ่มมิจฉาชีพ ออกไปเร่ร่อนหรือประกอบอาชีพอันไม่เหมาะสม เพื่อให้ค่าตอบแทนด้วยการเล่นเกม
- สังคมภายนอก มีสิ่งยั่วยุให้เด็กออกไปสนุกสนาน เช่น สวนสนุก ดิสโก้เทค วีดีโอเกมส์ โรงภาพยนตร์ ตลอดจนสื่อมวลชนที่ถ่ายทอดค่านิยมไม่ถูกต้องและเด็กได้เลียนแบบ เมื่อผู้ปกครองไม่สามารถตอบสนองเพียงพอกับความต้องการ เด็กจึงออกแสวงหาด้วยตนเองหรืออาจถูกเพื่อนฝูงชักนำไปในการที่ไม่เหมาะสม

แนวทางการแก้ไข คือ

- การเข้าใจในตัวเด็ก โดยผู้ปกครองควรสนใจว่าเด็กชอบเล่นเกมประเภทไหน และอะไรเป็นสาเหตุที่ทำให้เด็กชอบ หากเป็นไปได้ควรมหาโอกาสเล่นเกมร่วมกับเด็ก เพื่อสร้างความสัมพันธ์ในครอบครัวมากขึ้น
- ผู้ผลิตเกมส์ ก็ควรจะมีการรับผิดชอบ โดยผลิตเกมส์ที่มีเนื้อหาในเชิงสร้างสรรค์
- การเก็บภาษีให้มาก เพื่อให้ผู้ประกอบการรับภาระค่าใช้จ่ายสูง เมื่อทนนไม่ไหวก็จะผลัดภาระไปให้ลูกค้า หากเล่นเกมแพง จำนวนผู้เล่นจะลดลงเอง ในประเทศไทยไม่มีการจัดเกรดเกมส์ออนไลน์เหมือนต่างประเทศ ทำให้เกมส์ที่เน้นความรุนแรงแพร่ขยายไปถึงตัวเด็กได้ง่าย

อยากชักชวนให้ผู้ปกครองเป็นฝ่ายเข้าไปเล่นเกมกับเด็กเอง เพราะสามารถให้คำแนะนำในการเลือกประเภทเกมที่เล่นได้ดีที่สุด ขณะที่ผู้ผลิตเกมควรมีระดับการป้องกันภาพที่ไม่เหมาะสมอย่างเข้มงวด

ศูนย์ป้องกันและแก้ไขปัญหาเด็กติดเกม (2548) ปัจจุบันอัตราเด็กที่มีปัญหาติดเกมในกลุ่มเด็กประถมและมัธยมมีมากถึงร้อยละ 52.73 ดังนั้น อาจกล่าวได้ว่า จำนวนเด็กไทยที่ติดเกมในวัยประถมและมัธยมมีมากกว่าครึ่ง (อ้างอิงจากกรมสุขภาพจิต กระทรวงสาธารณสุข, 2548 อ้างในศูนย์ป้องกันและแก้ไขปัญหาเด็กติดเกม) แสดงให้เห็นว่า ความนิยมของการเล่นเกมทำให้ธุรกิจคอมพิวเตอร์ขยายตัวอย่างรวดเร็ว ในขณะเดียวกันก็ก่อให้เกิดปัญหาการติดเกมมากขึ้นตามมาด้วย จากผลสำรวจ พบว่า ยอดลงทะเบียนผู้เล่นเกมออนไลน์ที่นิยมที่สุดในประเทศไทย มีจำนวน 700,000 คน ยอดผู้เล่นเกมที่เล่นนาน 15 ชั่วโมงติดต่อกัน มีจำนวน 800,000 คน และค่าใช้จ่ายในการเล่นเกมนับต่อสัปดาห์ 15-24 ชั่วโมงติดต่อกัน ประมาณ 50 – 300 บาทต่อสัปดาห์ นอกจากนี้ยังพบว่า คนที่ใช้คอมพิวเตอร์ส่วนใหญ่เป็นผู้ชายในกลุ่มวัยเรียนและวัยรุ่น ส่วนใหญ่เล่นเกมแรกนาร็อก เกมต่อสู้ และเกมอื่นๆ นาน 3-7 ชั่วโมงติดต่อกันมากที่สุด 15-24 ชั่วโมง

สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ (2548) การศึกษาพบว่า ปัญหาการติดเกมของเด็กและวัยรุ่นมีผลหลายด้านด้วยกัน คือ มีผลต่อจิตใจ ทำให้มีอารมณ์รุนแรง ก้าวร้าว เอาแต่ใจ มีผลต่อพฤติกรรม เกิดปัญหาเด็กโกหก ลักขโมย มีผลต่อการเรียน ผลการเรียนตกต่ำ หนีเรียน ไม่รับผิดชอบในกิจวัตรประจำวัน มีผลต่อสุขภาพ กินอาหารไม่ตรงเวลา นอนดึก สายตาเสีย ขาดความสัมพันธ์ในครอบครัว ไม่มีเวลาให้กัน ขาดความเข้าใจ โกรธใส่กัน ที่ส่งผลกระทบต่อเด็กมากที่สุดคือเรื่องปัญหาการเรียน รองมาคือปัญหาพฤติกรรม ไม่เชื่อฟัง ก้าวร้าว เกียจ ตะคอก พ่อแม่ ขโมยเงิน รวมถึงหนีออกจากบ้าน แม้จะมีรายงานของศูนย์ข้อมูลคนหายในปี 2546 ว่ามีการแจ้งเด็กติดเกมหนีออกจากบ้านเพียง 4 ราย แต่ในความจริงเป็นที่รู้กันว่ามีมากกว่านั้น (ศูนย์ป้องกันและแก้ไขปัญหาเด็กติดเกม, 2548)

สำนักวิจัยเอแบคโพลล์ (2548) ผลการสำรวจ พบว่า วัตถุประสงค์ของการเล่นเกม คอมพิวเตอร์/เกมออนไลน์ ส่วนใหญ่ เล่นเพื่อความสนุกสนานเพลิดเพลิน ร้อยละ 64.6 รองลงมา คือ เล่นเพื่อคลายเครียดจากการทำงาน/การเรียน ร้อยละ 55.6 เล่นเพื่อพัฒนาทักษะในการใช้คอมพิวเตอร์ ร้อยละ 21.3 เป็นเพื่อนแก้เหงา ร้อยละ 15.6 และต้องการรู้จักเพื่อนใหม่ในโลกของเกม ร้อยละ 15.6 ตามลำดับ โดยเกมที่นิยมเล่นกันมากที่สุด ได้แก่ เกมต่อสู้ เช่น เกมยิงปืน ฟัน ตะต่อย ร้อยละ 37.7 รองลงมาคือ เกมแข่งขันกีฬา เช่น ฟุตบอล เทนนิส ร้อยละ 33.3 เกม

แร็กนาร์อ็อก ร้อยละ 22.7 เกมส์ลับสมอง ร้อยละ 21.5 เกมส์แฟนตาซี ร้อยละ 14.1 ตามลำดับ ช่วงระยะเวลาที่กลุ่มตัวอย่างเล่นเกมส์ ระบุเล่นเกมส์ออนไลน์ทุกวัน ในช่วง 3 เดือนที่ผ่านมา ร้อยละ 14.6 ระบุ 5-6 วัน/สัปดาห์ ร้อยละ 6.3 ระบุ 3 – 4 วัน/สัปดาห์ ร้อยละ 23.9 ระบุ 1-2 วัน/สัปดาห์ ร้อยละ 37.4 และระบุน้อยกว่าสัปดาห์ละ 1 ครั้ง ร้อยละ 17.8 ทั้งนี้จากกลุ่มตัวอย่างเกินกว่าครึ่งหนึ่ง เล่นเกมส์แต่ละครั้งเฉลี่ยนาน 1 – 2 ชั่วโมง ร้อยละ 58.6 ระบุ 3 – 5 ชั่วโมง ร้อยละ 22.4 ระบุน้อยกว่า 1 ชั่วโมง ร้อยละ 12.7 ในขณะที่ระบุมากกว่า 5 ชั่วโมงขึ้นไป คิดเป็นร้อยละ 6.3 สำหรับช่วงเวลาประจำที่กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่นิยม คือ เล่นเกมส์ในวันธรรมดาช่วงเวลา 17.01 – 22.00 น. ร้อยละ 30.1 ในขณะที่ในวันหยุดเสาร์-อาทิตย์นั้น นิยมเล่นตั้งแต่ 9.00 น.เป็นต้นไป

ผลการสำรวจค่าใช้จ่ายโดยเฉลี่ยต่อเดือนของการเล่นเกมส์ พบว่า ในแต่ละเดือนต้องเสียค่าใช้จ่ายในการเล่นเกมน์โดยเฉลี่ยเดือนละ 759.74 บาท

สำหรับความคิดเห็นของกลุ่มตัวอย่างต่อปัจจัยสนับสนุนให้เกิดพฤติกรรมการเล่นเกมส์คอมพิวเตอร์/เกมส์ออนไลน์ของเด็กนั้น พบว่า ระบุการเล่นเกมส์ทำให้ได้รับความสนุกสนานเพลิดเพลิน ร้อยละ 75.0 รองลงมาคือ ระบุพฤติกรรมการเล่นแบบการเล่นตามเพื่อน/เล่นตามแฟชั่น ร้อยละ 69.0 ระบุความทันสมัยของเทคโนโลยีทางด้านคอมพิวเตอร์ในปัจจุบัน ร้อยละ 48.0 ระบุมีแหล่งให้บริการมากขึ้น ร้อยละ 41.7 และระบุเด็กมีเวลาว่างมากเกินไป ร้อยละ 33.2 ตามลำดับ

การติดเกมส์คอมพิวเตอร์/เกมส์ออนไลน์ต่อการนำไปสู่การเล่นพนันแบบต่างๆ ซึ่งพบว่ากลุ่มตัวอย่างระบุเป็นไปได้อ้อยละ 56.9 ในขณะที่ระบุเป็นไปไม่ได้ ร้อยละ 11.1 และไม่ระบุความคิดเห็น ร้อยละ 32.0

ผลการสำรวจความคิดเห็นของตัวอย่างต่อผลกระทบต่อผู้เล่นเกมส์คอมพิวเตอร์/เกมส์ออนไลน์นั้น พบว่า ระบุการเล่นเกมส์จะทำให้มีปัญหาทางด้านสายตาเนื่องจากจ้องคอมพิวเตอร์เป็นเวลานาน ระบุสิ้นเปลืองทั้งเงินและเวลา ร้อยละ 70.8 ไม่มีเวลาทบทวนบทเรียน ทำให้ผลการเรียนลดลง ร้อยละ 62.4 ระบุร่างกายไม่แข็งแรงเพราะพักผ่อนไม่เพียงพอ/ไม่ได้ออกกำลังกาย ร้อยละ 51.6 และระบุพฤติกรรมและอารมณ์ที่ก้าวร้าว/รุนแรงขึ้น ตามลำดับ

นันทฤทธ หะสิทธิ์เวช (2548) ได้ศึกษาผลของการจัดกิจกรรมกลุ่มบำบัดเด็กติดเกมตามแนวทฤษฎีการปรับพฤติกรรม ทางปัญญา บนพื้นฐานความรู้ของแมทริกซ์โปรแกรม พบว่า เกมส์คอมพิวเตอร์มีทั้งผลดีและผลเสียต่อเด็ก ขึ้นอยู่กับเกมส์และเวลาที่ใช้ในการเล่นผลเสียคือ จะมีผลกระทบต่อการเรียนและสุขภาพเด็กจะทรุดโทรม โอกาสที่จะสร้างสัมพันธภาพกับบุคคลอื่น

น้อยลง เกิดปัญหาภายในครอบครัว และเกิดผลเสียทางด้านอารมณ์ เด็กจะก้าวร้าวรุนแรง โปรแกรมกลุ่มบำบัดเด็กติดเกมส์ตามแนวทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาซึ่งประกอบด้วย กิจกรรมการควบคุมตนเองในการลดเวลาเล่นเกมส์ การป้องกันการติดเกมส์ซ้ำ ทักษะชีวิตและการให้ความรู้ครอบครัวเกี่ยวกับการติดเกมส์จะช่วยเหลือเด็กเหล่านั้นได้ วัตถุประสงค์ เพื่อศึกษาผลของการจัดกิจกรรมกลุ่มบำบัดเด็กติดเกมส์ตามแนวทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญา รูปแบบการวิจัย การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยกึ่งทดลอง แบบกลุ่มเดียวทดสอบก่อนและหลัง ขอบเขตการวิจัย กลุ่มตัวอย่างคือเด็กติดเกมส์ระดับรุนแรง ระเบียบวิธีวิจัย เป็นกิจกรรมกลุ่มตามแนวทฤษฎีการปรับพฤติกรรมทางปัญญาจำนวน 7 คนที่มารับบริการที่สถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์ได้รับการทำกิจกรรมกลุ่มจำนวน 8 ครั้ง ครั้งละ 2 ชั่วโมง ตัวแปรที่ต้องการศึกษา ความรู้ ทักษะต่อการเล่นเกมส์และทักษะในการปฏิบัติตนในการควบคุมตนเอง การลดเวลาการเล่นเกมส์ เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย โปรแกรมกิจกรรมกลุ่มบำบัดเด็กติดเกมส์ แบบสอบถามความรู้ ทักษะต่อการเล่นเกมส์และทักษะในการปฏิบัติตนในการควบคุมตนเอง และแบบสัมภาษณ์ ผู้ปกครองถึงการเล่นเกมส์ของเด็ก สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูลคือ Pair t-test สรุปผลการวิจัย เด็กติดเกมส์ที่เข้ากิจกรรมจำนวน 7 คนทุกคนเป็นผู้ชาย มีอายุระหว่าง 12-18 ปี อายุเฉลี่ย 14.5 ปี ผลการวิจัยพบว่าหลังการทดลองเด็กมีความรู้ ทักษะต่อการเล่นเกมและทักษะการปฏิบัติตนในการควบคุมตนเองสูงขึ้นกว่าเดิมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับน้อยกว่า .05 ($P < 0.05$) และผู้ปกครองพบว่าเด็กสามารถลดเวลาการเล่นเกมได้ทุกคน ข้อเสนอแนะ เครื่องมืออาจมีส่วนช่วยเหลือเด็กติดเกมบ้าง แต่ทั้งนี้ควรมีการปรับปรุงกิจกรรมบางกิจกรรมภายในหลักสูตรให้เหมาะสมสำหรับเด็กติดเกมมากขึ้นเพราะเด็กติดเกมไม่ใช่ผู้ติดยาเสพติดและควรระวังความคาดหวังของผู้ปกครอง เพราะวัตถุประสงค์ของกิจกรรมคือการควบคุมตนเองในการลดการเล่นเกม ไม่ใช่การเลิกเล่นเกม

อสาพท์ พรหมรักษ์ (2550) ได้ให้ความเห็นว่าเด็กติดเกมส์ จัดเป็นปัญหานักสำหรับผู้บริหารการศึกษาและผู้ปกครองเป็นอย่างยิ่ง ถือเป็นปัญหาใหญ่ที่กำลังระบาดอย่างหนัก ทั้งในสังคมเมืองและสังคมชนบท มีเด็กไทยจำนวนมหาศาล ที่ตกเป็นทาสของเกมส์ในรูปแบบต่างๆ ที่พรังพุ่มากับคอมพิวเตอร์นำไปสู่ผลการเรียนที่ตกต่ำ จนน่าวิตกยิ่งว่าจะกลายเป็นบุคคลไร้อนาคต จากงานเสวนา“เด็กติดเกมส์” เกมส์ที่ผู้ใหญ่ควรแก้ ซึ่งจัดโดยอุทยานการเรียนรู้ T.K.PARK ผู้อำนวยการสถาบันสุขภาพจิตเด็กและวัยรุ่นราชนครินทร์คุณหมอบัณฑิต ศรไพศาล กล่าวถึง ปัญหาเด็กติดเกมส์ เพราะเนื่องจากเทคโนโลยีเข้ามาแทนที่กิจกรรมอื่นๆ เด็ก ุรู้จักและสามารถใช้คอมพิวเตอร์และเล่นเกมส์ที่เขามองว่าเป็นความสนุกสนานเพลิดเพลิน เพราะ

สามารถทำได้ตามใจปรารถนา ซึ่งชีวิตจริงเขาไม่อาจที่จะกระทำได้นอกจากนั้นเกมส์ยังเป็นเครื่องหมายบ่งชี้ถึงความสามารถความภาคภูมิใจในตนเองที่ชนะเกมส์ จนเพื่อนฝูงยอมรับ และได้แนะนำให้ผู้ปกครองควรรู้จักสังเกตพฤติกรรมหรือการใช้ชีวิตของลูกๆ ว่าเข้าข่ายกรณีที่เป็นสัญญาณอันตรายหรือไม่ คือ แสวงหาการเล่น ใช้เวลาอยู่กับการเล่นเกมเป็นเวลานานๆ และเกือบจะทุกเวลา อาการต่อมาคือจะรู้สึกชินชากับการเล่น และหากไม่ได้เล่นเกมจะออกอาการหงุดหงิด ก้าวร้าว ซึมเศร้า และสุดท้ายคือการสูญเสียการทำหน้าที่หลัก เช่น การเรียน และการป้องกันสำหรับการติดเกมส์ คือ การสร้างวินัยให้เด็กมีหน้าที่รับผิดชอบในบ้านตั้งแต่ยังเล็ก ๆ ลดโอกาสการเข้าถึงคอมพิวเตอร์และอินเทอร์เน็ต หมั่นชื่นชมในความสำเร็จและให้กำลังใจเมื่อผิดพลาด จัดหากิจกรรมสร้างสรรค์ให้ลูกๆ ทำเพื่อความภาคภูมิใจของเด็ก และสร้างความอบอุ่นในครอบครัวซึ่งถือว่าเป็นความสำคัญที่สุด เพราะจะเป็นเกราะป้องกันภัยที่จะเกิดกับครอบครัวได้อย่างมีประสิทธิภาพสูงสุดใช้คอมพิวเตอร์ให้ถูกทางบังเกิดประโยชน์ทั้งวิชาการและบันเทิง (อ้างอิงจาก <http://gotoknow.org/blog/asan/100832>)

เชษฐา มั่นคง (2550). มุลนิธิเพื่อการพัฒนาเด็กให้ข้อคิดว่า เด็กติดเกมส์ มีหลายอย่าง เช่น เล่นเพื่อสนุก เล่นเพื่อคลายเครียด เล่นเพื่อเทห์ เป็นที่ยอมรับของเพื่อน แต่ถ้าเล่นเป็นชีวิตเสมือนสิ่งที่ทำให้มีความสุข เหมือนสร้างโลกส่วนตัว เสมือนสิ่งทดแทนโลกแห่งความเป็นจริง จะอันตรายกว่า เพราะถ้าพวกเขาหลุดจากโลกของเกมส์ เขามักปฏิเสธโลกความเป็นจริง ไม่ค่อยแคร์ใคร และอาจเป็นโรคซึมเศร้าได้ ถึงตอนนี้แต่ละฝ่ายต่างมองถึงปัญหาและทางแก้ แต่สิ่งที่หลายคนมองข้ามไปนั่นคือต้นเหตุของการเป็นเด็กติดเกมส์ แม่ ผู้ปกครองและบุคคลใกล้ชิด เช่น พี่ น้อง ญาติ เพื่อน สิ่งแวดล้อม รวมถึงสถานการณ์ในครอบครัว เช่น (อ้างอิงจาก <http://www.iamchild.org/Data/aug/21.html>)

1. การที่พ่อแม่ขาดเวลาในการเอาใจใส่ และส่งเสริมลูกให้ถูกทาง เพราะสังคมในปัจจุบัน พ่อแม่ ผู้ปกครองมักเห็นว่า การที่เด็กขยันเรียน หมกหมุ่นกับการเรียน การแข่งขันในเรื่องเรียนจะเป็นสิ่งที่ดีที่สุดแก่เขา พ่อแม่จะเน้นที่ IQ ของลูกมากกว่า EQ ดังนั้น การทำเช่นนี้เสมือนยังเป็นการสร้างช่องว่างระหว่างครอบครัวมากขึ้นๆ เด็กจึงหันไปหากิจกรรมอื่นๆ ทำเพื่อคลายเครียด เพราะเกมส์ ไม่มีใครบังคับ แต่เราบังคับตัวละครเอง และทำให้เด็กมีความรู้สึกอิสระ จึงทำให้เด็กหันไปหาเกมส์มากขึ้นพอๆ กับการถอยห่างจากครอบครัว

2. การที่ครอบครัวไม่มีเวลาให้ลูก การที่ลูกเหงาไม่มีเพื่อน เขาจึงต้องการเพื่อน อาจเป็นการเล่นเกมส์ หรือแชททางเน็ต และเมื่อเขาารู้สึกได้สิ่งที่ขาดไปทางเกมส์หรือเน็ต นั่นคือความเอาใจ

ใส่ที่พ่อแม่ให้ไม่เพียงพอ จึงเป็นพื้นฐานของการทำให้เขาเสพติดเกม หรือเพื่อนในโลกไซเบอร์มากขึ้นๆ เพราะเขาคิดว่า เกมหรือเน็ตทดแทนความเหงาที่ขาดจากพ่อแม่ได้

3. การเล่นเพื่อหลีกหนีความรู้สึกผิดหวัง หรือเจ็บปวด เป็นการเล่นเพื่อลบลืมความรู้สึกหม่นหมอง ไม่พอใจ และไร้ทางระบายออก คนที่เป็นเช่นนี้ มักไม่ค่อยยอมรับความผิดหวัง มักหลีกหนี และปิดบังความรู้สึกไม่แสดงออกมา ค่อนข้างเก็บกด ผู้ปกครองควรใส่ใจให้มาก เพราะเราไม่สามารถรับรู้ความเคลื่อนไหวด้านความคิดของเด็ก ว่าตอนนี้เด็กคิดไปถึงไหนแล้ว ความเครียดระดับไหนแล้ว พวกเขามักจะตัดสินใจอะไรเอง เพราะไม่กล้าปรึกษาผู้ใหญ่ และมีโลกส่วนตัวมากกว่าเด็กข้ออื่น เพราะเขามักคิดเองเออเองเสมอ พวกเขามักพึ่งตนเอง โดยไม่คิดสนใจพ่อแม่ อาจเป็นหนทางที่พวกเขาจะติดยา ติดเพื่อนได้

ลัดดา ตั้งสุภาชัย (2551) ผู้อำนวยการศูนย์เฝ้าระวังทางวัฒนธรรม สำนักงานปลัดกระทรวงวัฒนธรรม ให้ข้อคิดเห็นว่า ความพยายามของกระทรวงวัฒนธรรมในการเฝ้าระวังสื่อต่างๆ ได้มีออกมาในรูปแบบของคณะกรรมการสื่อปลอดภัยและสร้างสรรค์ กระทรวงวัฒนธรรมเป็นเลขานุการ อยู่ภายใต้สำนักนายกรัฐมนตรี ซึ่งได้จัดทีมมาตั้งแต่สมัยรัฐบาล พล.อ.สุรยุทธ์ จุลานนท์ และได้เห็นผลชัดเจนขึ้นในรัฐบาลนายอภิสิทธิ์ เวชชาชีวะ โดยมีภารกิจสำคัญ 5 อย่าง คือ ขจัดสื่อร้าย ขยายสื่อดี มีภูมิคุ้มกัน พัฒนากฎหมายและมีศูนย์ปฏิบัติการ (อ้างอิงจาก http://www.thaiitwatch.org/autopagev4/print_in.php?idp=topic&topic_id=312&auto_id=3)

สำหรับแนวความคิดเรื่องการตั้งเวิร์กฟอรัม และการลงทะเบียนเลขบัตรประชาชน 13 หลักเหมือนต่างประเทศเพื่อควบคุมการใช้ อินเทอร์เน็ตและการเล่นเกมออนไลน์ของเด็กนั้น มีมาในสมัยช่วงต้นๆ ของรัฐบาล พ.ต.ท.ทักษิณ ชินวัตร แล้ว อย่างไรก็ตาม ปัจจุบันกฎหมายที่กระทรวงวัฒนธรรมรับผิดชอบ คือ พ.ร.บ.ภาพยนตร์ และวีดิทัศน์ พ.ศ. 2551 ที่เป็นกฎหมายใหม่ที่กำลังทยอยออกกฎหมายลูกอีกมากมาย แต่แนวคิดเกี่ยวกับการใช้เลขบัตรประชาชน 13 หลัก ปัจจุบันยังทำไม่ได้ ซึ่งต้องอาศัยความร่วมมือกับกระทรวงมหาดไทยซึ่งเป็นผู้ดูแลทะเบียนราษฎรอยู่ (อ้างอิงจากบทความจากหนังสือพิมพ์เดลินิวส์ ฉบับวันที่ 21 ธันวาคม 2551)

สำนักงานสถิติแห่งชาติ (2551) จากผลสำรวจผู้ประกอบการร้านอินเทอร์เน็ต พบว่าผู้ประกอบการส่วนใหญ่ให้บริการเกมออนไลน์ ร้อยละ 70.40 เกมสโคมพิวเตอร์ ร้อยละ 48.10 ให้บริการอินเทอร์เน็ตทั่วไป เช่น E-mail ร้อยละ 71.60 และบริการอื่นๆ เช่น เกมสโคมพิวเตอร์ ร้อยละ 16.1

สำนักงานกองทุนสนับสนุนการสร้างเสริมสุขภาพ (2552) ได้ให้ข้อคิดเห็นว่า ประเด็นหลักของปัญหาที่เกิดขึ้นจากเกมส์คอมพิวเตอร์ นอกจากการเลียนแบบพฤติกรรมเนื้อหาของเกมส์คอมพิวเตอร์แล้ว ปัญหาเรื่องการใช้เวลาอย่างเหมาะสมเป็นอีกหนึ่งปัญหาที่ส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมการใช้เวลา และอาจส่งผลไปยังการใช้ชีวิตในสังคมแห่งความเป็นจริง เพราะการปล่อยให้เด็กเข้าถึงโลกแห่งจินตนาการในยุคไซเบอร์อย่างไม่มีขีดจำกัด อาจเกิดการเลียนแบบพฤติกรรมที่ไม่เหมาะสม และไม่สามารถบังคับตนเอง สูญเสียการบังคับจิตใจตนเอง จนนำมาซึ่งพฤติกรรมการติดเกมส์ และอาจส่งผลสืบเนื่องไปถึงภาวะการถดถอยอยู่ในโลกเสมือนในเกมส์คอมพิวเตอร์ที่ตนเองได้รับการยอมรับมากกว่าในโลกแห่งความเป็นจริงอันที่จริงแล้วสังคมไทยต้องเผชิญกับปัญหาจากเกมส์คอมพิวเตอร์อย่างต่อเนื่อง โดยเกิดจาก 6 สาเหตุ ได้แก่ (อ้างอิงจาก <http://www.thaihealth.or.th/node/9419>.)

1. สังคมไทยขาดการสร้างการเรียนรู้เท่าทัน โดยผู้ใหญ่และครูอาจารย์ขาดทักษะความรู้ในการพูดคุย ดูแลเด็กที่เล่นเกมส์คอมพิวเตอร์ ขณะที่เด็กเองก็ขาดทักษะในการยับยั้งชั่งใจในการเล่นเกมส์อย่างพอดีและเล่นเกมส์อย่างสร้างสรรค์ ไม่รู้จักแยกแยะบทบาทจริงบทบาทสมมุติออกจากกันได้

2. การขาดระบบและเครื่องมือให้กับพ่อแม่ ในการเลือกรับเกมส์คอมพิวเตอร์ให้กับลูกๆ นั้นหมายถึงระบบการจัดระดับความเหมาะสมของเกมส์คอมพิวเตอร์ ทำให้เด็กเยาวชนสามารถเข้าถึงเกมส์คอมพิวเตอร์ที่อาจไม่เหมาะสมกับวัยของตนเอง ส่งผลต่อการเลียนแบบพฤติกรรมที่อยู่ในเนื้อหาของเกมส์คอมพิวเตอร์ รวมถึงผลกระทบต่อการใช้สังคมในโลกแห่งเกมส์ที่อาจส่งผลกระทบต่อพฤติกรรมในโลกแห่งความเป็นจริง

3. การขาดการส่งเสริมการประกอบธุรกิจเพื่อสังคม ของผู้ประกอบการที่เกี่ยวข้องกับเกมส์คอมพิวเตอร์ ทั้งในเรื่องของพื้นที่ร้านเกมส์คอมพิวเตอร์ซึ่งเป็นพื้นที่หลักในการเข้าถึงเกมส์คอมพิวเตอร์และอินเทอร์เน็ต นอกจากนี้ที่บ้านและโรงเรียน ให้กลายเป็นพื้นที่การเรียนรู้ด้านไอซีที รวมไปถึงพื้นที่ในการเข้าถึงเกมส์คอมพิวเตอร์แหล่งอื่นๆ เช่น ร้านค้า และเว็บไซต์ที่ให้บริการดาวน์โหลดเกมส์คอมพิวเตอร์ ทำให้เด็ก เยาวชนเข้าถึงเกมส์ได้อย่างเสรี และบางเกมส์นั้นอาจไม่เหมาะสมกับวัยของผู้เล่น ทำให้ผู้เล่นเกมส์เรียนรู้เพียงความสนุกของเกมส์คอมพิวเตอร์เพียงด้านเดียวเท่านั้น ไม่ได้เห็นถึงมุมมองประโยชน์ อีกทั้งเรื่องของการขาดการส่งเสริมให้ผู้ประกอบการให้บริการเกมส์คอมพิวเตอร์อย่างสร้างสรรค์ ทำให้เสียโอกาสในการสร้างกิจกรรมสร้างสรรค์เชื่อมต่อกันระหว่างโลกในเกมส์และนอกเกมส์

4. การขาดการส่งเสริมให้เกิดการพัฒนาเกมส์คอมพิวเตอร์เชิงสร้างสรรค์ เพื่อส่งเสริมการศึกษาและการเรียนรู้ให้กับเด็ก เยาวชน ครอบครัวอย่างจริงจัง ทำให้เด็กๆ ขาดทางเลือกในการเลือกเกมส์ เล่นเกมส์ที่สนุกและสร้างสรรค์ สุดท้าย เรายังคงเป็นผู้รับเกมส์คอมพิวเตอร์จากต่างประเทศเข้ามาโดยไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ และเนื้อหาในเกมส์คอมพิวเตอร์เหล่านั้นอาจจะไม่เหมาะสมกับบริบทในสังคมไทย

5. ขาดการจัดการเชิงบูรณาการระหว่างหน่วยงานที่รับผิดชอบ การบังคับใช้กฎหมายที่มีประสิทธิภาพ การสร้างกฎหมายที่เป็นไปได้จริงในทางปฏิบัติ ที่สำคัญก็คือ การขาดความต่อเนื่องในการจัดการระยะยาว

6. การขาดการมีส่วนร่วมของชุมชน เป็นสาเหตุหลักที่มักถูกมองข้าม แต่หากสร้างการมีส่วนร่วมของชุมชนเข้ามา จะทำให้มาตรการต่างๆ ละเอียดลึกขึ้นและเป็นไปได้จริง

การแก้ปัญหาควรประกอบด้วยมาตรการหลัก 5 ด้านใน 3 ระยะ มาตรการระยะเร่งด่วน ก็คือ มาตรการส่งเสริมการเรียนรู้เท่าทันเกมส์คอมพิวเตอร์ร่วมกับกระทรวงศึกษาธิการ และกระทรวงพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ มาตรการระยะกลางคือ จัดทำนโยบายส่งเสริมการมีส่วนร่วมของชุมชนในการส่งเสริมการประกอบการร้านเกมส์คาเฟ่เพื่อสังคม เพื่อเปลี่ยนร้านเกมส์ให้เป็นพื้นที่การเรียนรู้ โดยหารี้อร่วมกับกระทรวงมหาดไทยและเครือข่ายร้านเกมส์คาเฟ่ ในการส่งเสริมให้เกิดกิจกรรมในชุมชนให้เกิดการเฝ้าระวังการสร้างกิจกรรมในชุมชนเพื่อเชื่อมต่อระหว่างโลกเสมือนกับโลกจริง โดยให้ร้านเกมส์คาเฟ่เป็นภาคีหลักร่วมกับองค์กรปกครองท้องถิ่น โรงเรียน ชุมชน และหน่วยงานนโยบายในพื้นที่ในการทำงาน มาตรการระยะยาว คือ การส่งเสริมให้เกิดเกมส์คอมพิวเตอร์ในเชิงสร้างสรรค์ เพื่อเป็นทางเลือกให้กับเด็กๆ มากกว่าในปัจจุบัน

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ นายแพทย์ชาญวิทย์ พรนภดล (2552) หน่วยจิตเวชเด็กและวัยรุ่นภาควิชาจิตเวชศาสตร์ พบว่า จากการศึกษาวิจัยเก็บข้อมูลเด็กระดับชั้นประถมศึกษาปีที่ 4-6 และระดับชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 1-3 จำนวน 2,452 คน ใน 4 จังหวัด ได้แก่ กรุงเทพมหานคร ราชบุรี สุรินทร์ สุราษฎร์ธานี พบว่า ในจำนวนนี้มีเด็กติดเกมส์ จำนวนร้อยละ 13.3 และเมื่อเปรียบเทียบกับจำนวนเด็กไทยทั้งหมดของประเทศ จำนวน 10 ล้านคน ถือว่ามีเด็กติดเกมส์ถึง 1.3 ล้านคน ซึ่งเป็นตัวชี้วัดให้เห็นว่าขณะนี้สถานการณ์เด็กติดเกมส์อยู่ในภาวะวิกฤตที่จำเป็นต้องแก้ไขอย่างเร่งด่วน ส่วนปัจจัยที่ทำให้เด็กวัยรุ่นติดเกมส์สูงขึ้น พบว่า เด็กผู้ชายมีโอกาสติดเกมส์สูงกว่าผู้หญิง 1.6 เท่า สาเหตุที่เป็นปัจจัยสำคัญคือความเครียดจากการเรียนการสอนของระบบการศึกษาไทย ที่สำคัญเด็กขาดทักษะในการจัดการกับความเครียดอย่างเหมาะสม ทำให้หันมา

พึ่งพาเกมส์เพื่อช่วยผ่อนคลายความเครียดสูงถึง 6 เท่าของเด็กที่ไม่ติดเกมส์ ด้านลักษณะนิสัยที่สัมพันธ์กับการติดเกมส์ของเด็ก พบว่าเด็กมีสมาธิสั้น ดื้อ ชอบเถียง ชอบเอาชนะ มีความท้าทาย เด็กที่เล่นเกมส์ออนไลน์มีความเสี่ยงต่อการติดเกมส์มากกว่าเด็กธรรมดาถึง 4 เท่า สำหรับระยะเวลาการเล่นเกมส์ของเด็กในช่วงเปิดเทอม หากเด็กเล่นเกมส์ในวันจันทร์ถึงวันศุกร์นาน 1 ชั่วโมงต่อวัน มีโอกาสติดเกมส์สูง 3 เท่า ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ หากเล่นนานเกิน 2 ชั่วโมง จะมีโอกาสติดเกมส์สูงถึง 3.7 เท่า ส่วนระยะเวลาการเล่นเกมส์ของเด็กในช่วงปิดเทอม พบว่า หากผู้ปกครองอนุญาตให้เด็กเล่นเกมส์มากกว่า 2 ชั่วโมงต่อวัน จะเสี่ยงต่อการติดเกมส์ 3 เท่า ในด้านปัจจัยการเลี้ยงดู ที่ทำให้เด็กติดเกมส์ เกิดจาก พ่อแม่ ผู้ปกครอง ใช้อารมณ์ ขาดทักษะในการอบรมสั่งสอนลูก ทำให้มีโอกาสผลักดันให้เด็กติดเกมส์สูงถึง 7 เท่า ทั้งนี้ที่น่าเป็นห่วงอย่างมากคือการที่พ่อแม่ผู้ปกครองอนุญาตให้ลูกเล่นเกมส์ เนื่องจากกลัวว่าลูกจะเหงา จึงเป็นการทดแทนความรู้สึกผิดของตนเองที่ไม่สามารถดูแลและให้ความรักแก่ลูกได้ และใช้เกมส์เป็นเหมือนพี่เลี้ยงเด็กแทนตนเอง ที่น่าเป็นห่วงอีกประการหนึ่งคือการอนุญาตให้ลูกนำอุปกรณ์ไปติดตั้งในห้องนอนส่วนตัว ทำให้ผู้ปกครองไม่สามารถดูแลการเล่นเกมส์ได้อย่างทั่วถึง ทั้งนี้พฤติกรรมของเด็กเมื่อถูกขัดขวางการเล่นเกมส์ จะเกิดอาการตาขวาง ชัก ลงแดง และถึงขั้นขโมยเงินและหนีออกจากบ้านเพื่อไปเล่นเกมส์นอกบ้าน ปัจจัยที่มีผลต่อการติดเกมส์ ประกอบด้วย ปัจจัยเกี่ยวกับตัวเด็กเอง ปัจจัยเกี่ยวกับครอบครัวและการเลี้ยงดูของผู้ปกครอง ปัจจัยด้านสิ่งแวดล้อมและเพื่อน โดยเฉพาะปัจจัยเกี่ยวกับตัวเองจะพบว่า เด็กผู้ชายมีโอกาสเสี่ยงต่อการติดเกมส์สูงกว่าเด็กผู้หญิง 1.6 เท่า ความเครียดและการขาดทักษะในการจัดการกับความเครียดอย่างเหมาะสม เป็นสาเหตุสำคัญที่ทำให้เด็กติดเกมส์ โดยเด็กที่ติดเกมส์ใช้การเล่นเกมส์ เพื่อคลายเครียดสูงเป็น 6 เท่าของเด็กที่ไม่ติดเกมส์ เด็กที่ติดเกมส์มักเป็นเด็กที่เบื่อการเรียน และรู้สึกไม่มีความสุขในชีวิต รวมถึงได้ ได้ให้แนวคิดวิธีป้องกันและแก้ไข ดังนี้ (อ้างอิงจาก <http://www.bis.in.th/index.php?topic=47850.msg191557>.)

วิธีป้องกัน

1. คุยกับลูกเพื่อกำหนดกติกาการเล่นล่วงหน้าก่อนจะซื้อเกมส์ หรืออนุญาตให้ลูกเล่นว่า ลูกสามารถเล่นเกมส์ได้ในวันใดบ้าง วันใดเล่นไม่ได้ เล่นได้ครั้งละไม่เกินกี่ชั่วโมง ตั้งแต่เวลาใดถึงเวลาใด ก่อนจะเล่นต้องรับผิดชอบทำอะไรให้เสร็จเรียบร้อยก่อนบ้าง หากลูกไม่รักษากติกา เช่น เล่นเกินเวลา ไม่ทำการบ้านให้เสร็จก่อน ฯลฯ ลูกจะถูกทำโทษอย่างไร (แนะนำให้ใช้วิธีรับเกมส์หรือตัดสิทธิการเล่นเป็นเวลาระยะหนึ่ง หากลูกไม่ทำตามกติกาที่ตกลง)

2. วางตำแหน่งคอมพิวเตอร์หรือเครื่องเล่นเกมในสถานที่ที่เปิดโล่ง มีคนเดินผ่านไปผ่านมาบ่อยๆ ไม่ควรตั้งไว้ในห้องนอนหรือห้องที่ปิดมิดชิด เพื่อให้ผู้ปกครองจะได้ติดตามเฝ้าดูได้ เป็นการป้องกันมิให้ลูกเก็บตัว แอบเล่นคนเดียวในห้อง หรือแอบเล่นทั้งคืน
3. วางนาฬิกาขนาดใหญ่ไว้หน้าเครื่อง หรือในตำแหน่งที่ลูกสามารถมองเห็นได้ชัดเจน
4. ให้คำชมแก่ลูกเมื่อสามารถรักษาเวลาการเล่น ควบคุมตัวเองไม่ให้เล่นเลยเวลาที่กำหนดได้
5. เอาจริง เด็ดขาด หากลูกไม่รักษากติกา เช่น รีบเกมส์โดยไม่ใจอ่อน ถอดสายโมเด็มออก ฯลฯ
6. ส่งเสริมจัดหากิจกรรมที่สนุกสนานอย่างอื่น (ที่สนุกพอๆกัน/หรือมากกว่าการเล่นเกมส์) ให้เด็กทำหรือมีกิจกรรมที่ทำร่วมกันในครอบครัว
7. หลีกเลี่ยงการใช้เกมส์เป็นเสมือนพี่เลี้ยง เพื่อที่พ่อแม่จะได้มีเวลาส่วนตัวไปทำอย่างอื่น
8. สอนให้ลูกรู้จักการแบ่งเวลา รู้จักใช้เวลาอย่างเหมาะสม
วิธีแก้ไข
 1. หากในบ้านยังไม่มีกฎหรือกติกการเล่นเกมส์ จำเป็นที่จะต้องพูดคุยกับลูกและให้ลูกเข้ามามีส่วนร่วมในการวางกติกา กำหนดเวลาการเล่น (เหมือนข้อ 1 ในหัวข้อการป้องกัน)
 2. มีเวลาอยู่กับลูกมากขึ้น พาออกนอกบ้านเพื่อไปทำกิจกรรมที่ลูกชอบ (ยกเว้นการไปเล่นเกมส์นอกบ้าน) อย่าลืมนำเด็กส่วนหนึ่งติดเกมส์เพราะความเหงา เปื่อ ไม่มีอะไรสนุกๆทำ
 3. รักษาสัมพันธภาพระหว่างกันให้ดีหลีกเลี่ยงการบ่น ตำหนิ ใช้อารมณ์ หรือถ้อยคำรุนแรงแสดงความเห็นใจ เข้าใจว่าลูกไม่สามารถควบคุมตัวเอง หรือตัดขาดจากเกมส์ได้จริงๆ
 4. ผู้ปกครองควรร่วมมือในการแก้ปัญหา โดยใช้กฎเดียวกัน อย่าปิดให้เป็นภาระหรือความรับผิดชอบของใครคนใดคนหนึ่ง
 5. ฟอรัมเครือข่าย (network) ผู้ปกครองที่มีลูกติดเกมส์เหมือนกัน หลากๆครอบครัว แล้วผลักดันนำลูกไปทำกิจกรรมหลังเลิกเรียน หรือในวันหยุด เช่น camping, field trip, walk rally ฯลฯ จัดตั้งเป็นกลุ่มย่อยๆ ชมรมต่างๆ เช่น sport club, adventure club เป็นต้น
 6. ในรายที่ติดมากจริงๆ และเกิดการต่อต้านรุนแรงที่จะเลิกในระยะแรก พ่อแม่ควรร่วมเล่นเกมส์กับลูก (แต่อย่าเผลอติดเองเสียหละ) ทำความรู้จักกับเกมส์ที่ลูกชอบเล่น หากเห็นว่าเป็นเกมส์ที่ไม่เหมาะสมหรือเกมส์ที่ใช้ความรุนแรง พยายามเบี่ยงเบนให้ลูกมาสนใจเกมส์อื่นที่พอจะมีส่วนดี ดึงเอาส่วนดีของเกมส์มาสอนลูก เช่น เกมส์สร้างเมือง strategic game ต่างๆ เกมส์ที่มี

บทบาทสมมติเพื่อฝึก social skill เป็นต้น เมื่อสัมพันธ์ภาพระหว่างพ่อแม่กับลูกเริ่มดีขึ้น จึงค่อยๆ ดึงให้มาสนใจในกิจกรรมอื่นๆ ที่ละเล็กละน้อย

7. หากทำทุกวิธีข้างต้นแล้วไม่ได้ผล พ่อแม่ควรพาลูกไปพบจิตแพทย์ เนื่องจากอาจจะมี ปัญหาสุขภาพจิตอยู่ลึกๆ เช่น ป่วยเป็นโรคซึมเศร้า วิตกกังวล สมาธิสั้น ฯลฯ เพื่อรับการวินิจฉัย และบำบัดรักษาต่อไป

ปัญหาการติดเกมส์เป็นเรื่องเร่งด่วนที่รัฐบาลต้องจัดทำแนวทางแก้ไขให้เป็นวาระแห่งชาติ เพื่อหาแนวทางร่วมกันระหว่างเจ้าของร้านเกมส์ ตัวแทนภาคประชาชน เครือข่ายผู้ปกครอง เด็ก และเยาวชน รวมทั้งสถาบันการศึกษาต่างๆ เพื่อช่วยกันหาแนวทางแก้ไขร่วมกันอย่างเป็นรูปธรรม

นพดล กรรณิกา (2552) ผู้อำนวยการศูนย์เครือข่ายวิชาการเพื่อสังเกตการณ์และวิจัย ความสุขชุมชน มหาวิทยาลัยอัสสัมชัญ กล่าวว่า จากการสำรวจเรื่อง "การไม่จำกัดเวลาเล่นเกมส์ คอมพิวเตอร์ของเด็ก กับปัญหาเด็กติดเกมส์" โดยศึกษาประชาชน 17 จังหวัดทั่วประเทศ จำนวน 1,775 ครอบครัว พบว่า กลุ่มตัวอย่างมากกว่าร้อยละ 71 สามารถเดินทางไปถึงร้านเกมส์ คอมพิวเตอร์ได้ภายใน 30 นาทีจากที่พักอาศัย ซึ่งส่วนใหญ่ร้อยละ 96.9 เชื่อว่า การปล่อยให้เด็ก เล่นเกมส์แบบไม่จำกัดเวลา จะทำให้เด็กติดเกมส์มากขึ้น ร้อยละ 96.6 บอกว่า การติดเกมส์ทำให้ การเรียนตกต่ำ เกือบร้อยละ 90 ยืนยันว่าทำให้เด็กมีพฤติกรรมก้าวร้าว รุนแรง รวมถึง มีการมั่วสุม ที่อาจไปสู่การประทุพติบัติ และร้อยละ 78 บอกว่า การเล่นเกมส์นำไปสู่การพนัน อีกร้อยละ 80 บอกว่า อาจลักเล็กขโมยน้อย และร้อยละ 71.6 คิดว่าจะไปชมซูริตใดคนอื่น ที่สำคัญร้อยละ 84.3 เชื่อว่าเด็กที่ติดเกมส์ จะสนใจช่วยเหลือสังคมและเห็นใจผู้อื่นน้อยลง กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ร้อยละ 86 จึงระบุว่า รัฐบาลไม่ควรอนุญาต ให้ร้านเกมส์เปิดบริการให้เด็กอายุต่ำกว่า 18 ปี เล่นเกมส์ ในร้านเกมส์ได้นานกว่าวันละ 3 ชั่วโมง และร้อยละ 87 ไม่เห็นด้วยที่จะมีการยกเลิกมาตรการ ควบคุมเวลาเล่นเกมส์ของเด็กอายุต่ำกว่า 18 ปี ไม่ให้เกินวันละ 3 ชั่วโมงด้วย โดยประชาชนร้อยละ 60.1 เชื่อว่ากลุ่มคนที่ได้ประโยชน์มากที่สุด จากการยกเลิกควบคุมเวลาเล่นเกมส์ของเด็กต่ำกว่า 18 ปี คือ เจ้าของร้านเกมส์ งานวิจัยนี้สะท้อนชัดว่า ร้านเกมส์คอมพิวเตอร์ กำลังแพร่กระจายไปทั่วประเทศ หากกลุ่มนักการเมืองและข้าราชการเห็นแก่ประโยชน์ส่วนตัวหรือพวกพ้องที่ได้จากร้าน เกมส์ ก็จะเป็นส่วนหนึ่งของสาเหตุสำคัญ ที่ทำให้เกิดปัญหาสังคมที่รุนแรง เพราะการศึกษาที่ผ่านมาทั้งในประเทศและต่างประเทศ ยืนยันว่าการไม่คุมเวลาเล่นเกมส์ของเด็ก จะส่งผลเสียต่อ คุณภาพเด็กและเยาวชนแน่นอน(อ้างอิงจาก <http://www.posttoday.com/breakingnews.php?id=59002>)

2.4 บทสัมภาษณ์

บทสัมภาษณ์เกี่ยวกับปัญหาเด็กติดเกมส์ ซึ่งเป็นการสัมภาษณ์ของกลุ่มตัวอย่างในจังหวัดปัตตานี (2551) (อ้างอิงจาก <http://www.bloggang.com/viewdiary.php?id=gameholic&month=09-2008&date=14&group=1&gblog=5>)

1. เด็กติดเกมส์ นักเรียนชั้นมัธยมศึกษาปีที่ 4 คนหนึ่งกล่าวว่า “ผมไม่คิดว่าผมติดเกมส์นะครับ เพราะว่าผมเล่นเกมวันละ 4 – 5 ชั่วโมง มักจะมาเล่นหลังเลิกเรียนกับเพื่อนๆ ร้านเกมส์ที่ผมชอบมาเล่นคือ ร้านที่เน็ตเร็ว บริการดี มีเกมส์ให้ผมเล่นหลายเกมส์ เช่น Special force (SF) เป็นเกมส์เกี่ยวกับการต่อสู้ การยิงกัน เวลาที่ผมเล่นรู้สึกสนุกมาก เวลาผมเล่นเสร็จก็กลับบ้านตามปกติครับ ตอนเช้าผมก็ไปเรียนตามปกติ พอเลิกเรียนก็มาเล่นเกมส์ที่นี้เป็นแบบนี้ตลอดและวันเสาร์ อาทิตย์ก็มาเล่นเหมือนเดิมครับ พ่อแม่ผมไม่ว่าครับ พวกเขาตามใจผมครับ อีกอย่างพวกเขาไปทำงานทุกวัน แต่พ่อแม่ก็บอกให้ผมเล่นให้รู้เวลา เวลาไหนกลับ เวลาไหนกินข้าวครับ”

2. ผู้ปกครอง เจ้าของร้านเสื้อผ้า กล่าวว่า “มีบุตรชายอายุ 12 ปี และ 13 ปี รู้สึกเฉยๆ กับมาตรการแก้ปัญหาเด็กติดเกมส์ออนไลน์และร้านอินเทอร์เน็ตคาเฟ่ของรัฐบาล เพราะมาตรการใหม่ที่ออกมาคล้ายกับมาตรการเดิมที่มีอยู่แล้ว เช่น มาตรการควบคุม การเล่นเกมส์ออนไลน์หลังเวลา 22.00 ที่ให้ผู้เล่นต้องลงทะเบียน ณ ที่ทำการไปรษณีย์และการควบคุมร้านอินเทอร์เน็ตผ่านโครงการก๊าดเน็ต เป็นต้น ดังนั้นแม้ว่าจะมีมาตรการใหม่ๆ ออกมาอีกสักกี่ครั้ง แต่การบังคับใช้และหน่วยงานที่รับผิดชอบยังไม่จริงจังก็ไม่น่าจะแก้ปัญหาได้ ที่บ้านลูกชายทั้ง 2 คน ก็เล่นเกมส์ออนไลน์เหมือนกัน โดยมีทั้งไปเล่นที่ร้านอินเทอร์เน็ต และเล่นอยู่ที่บ้าน เท่าที่สังเกตดูก็ไม่มีปัญหาอะไรเพราะจะคอยเตือนอยู่เสมอว่าต้องแบ่งเวลา และรับผิดชอบหน้าที่ของตนเองให้เรียบร้อยก่อน ดังนั้นฝากเตือนไปยังผู้ปกครองทุกคน ว่าความรักความอบอุ่น และการเอาใจใส่ลูกๆ ของตนตลอดเวลา จะเป็นวิธีที่ดีที่สุดในการป้องกันไม่ให้ลูกติดเกมส์ออนไลน์”

3. ผู้ประกอบกิจการร้านเกมส์ กล่าวว่า “เห็นด้วยที่รัฐบาลมีมาตรการบังคับให้เด็กอายุต่ำกว่า 18 ปี เล่นเกมส์ออนไลน์ได้ไม่เกินวันละ 3 ชั่วโมง แต่ต้องกำหนดช่วงเวลาเล่นให้ชัดเจนว่าจะเป็นช่วงใด ส่วนตัวขอเสนอว่าวันธรรมดาควรอนุญาตให้เล่นตั้งแต่ 14.00 น.-22.00 น. ตามมาตรการของโครงการก๊าดเน็ต เพราะตอนเช้าเยาวชนต้องเรียนหนังสือและหลัง 22.00 น. น่าจะเป็นเวลาพักผ่อน ส่วนวันเสาร์-อาทิตย์ ให้ห้ามเล่นช่วงเช้าเพื่อให้เยาวชน มีเวลาทำกิจกรรมกับครอบครัว มาตรการต่างๆ ที่ออกมา คงไม่สามารถแก้ปัญหาได้ เป็นเพียงการป้องปรามเยาวชนที่เล่นเกมส์โดยไม่สนใจหน้าที่ของตนเองเท่านั้น ส่วนวิธีแก้ปัญหาที่ดีที่สุดคือ ทุกฝ่ายต้องร่วมมือกัน โดยเฉพาะ ครอบครัวต้องให้ความอบอุ่น และดูแลเอาใจใส่ลูกของตนเองอย่างใกล้ชิด ผู้ให้บริการ

เกมส์ต้องเข้ามาควบคุมการซื้อขาย และความรุนแรงจากเนื้อหาของเกมส์ เจ้าของร้านอินเทอร์เน็ต ต้องทำตามข้อบังคับต่างๆ อย่างเคร่งครัดและที่สำคัญที่สุด ตัวเยาวชนเองต้องรู้จักแบ่งเวลาและรับผิดชอบต่อหน้าที่ของตนเองด้วย"

4. ประชาชนทั่วไป กล่าวว่า "ผมว่าประเด็นอยู่ที่สังคมสมัยนี้กับสื่อ และเทคโนโลยี ผลักดันให้เด็กมีพฤติกรรมที่เปลี่ยนแปลงไป ถ้าลองนึกดูเด็กที่ติดเกมส์ก็จะเป็นเด็กกลุ่มที่ได้รับผลกระทบจากเทคโนโลยีและสื่อต่างๆ ในชีวิตประจำวัน การที่ผู้ใหญ่ออกมาโทษเด็กบางทีก็ไม่ใช่ผิดซะทีเดียว เพราะเด็กบางคนไม่สามารถควบคุมตัวเองได้ ส่วนผู้ใหญ่น่าจะแนะนำแนวทางเพื่อสนองความต้องการของเด็กมากกว่า แต่การเข้าถึงเด็กนั้นก็เป็นเรื่องยากอีกเรื่องหนึ่งเนื่องจากปัญหาช่องว่างระหว่างวัย ทำให้เกิดการสร้างกำแพงกีดกันเหตุผลซึ่งกันและกัน ซึ่งเป็นประเด็นสำคัญที่ไม่สามารถบอกได้ว่าใครผิดและใครถูก การลดปัญหาเด็กติดเกมส์ออนไลน์จำเป็นจะต้องมีการวิจัยและมีการวิเคราะห์อย่างจริงจัง ไม่ใช่เอะอะว่กงานวิจัยๆ แล้วออกมา แบบว่าสร้างกฎจริงหรือไม่ที่งานวิจัยทำให้ต้องมีกฎออกมาหรือมีข้อปฏิบัติออกมา งานวิจัยเหมือนดาบ 2 คมที่เข้าหาเด็กและผู้ใหญ่แต่เข้าหาผู้ใหญ่มากกว่าเพราะว่าผู้ใหญ่รู้วิธีหลบหลีกสิ่งที่ตัวเองสร้างขึ้นมา ผลกระทบจึงตกอยู่กับเด็กมากที่สุด เมื่อเด็กได้รับผลกระทบที่ไม่ดี ทำให้เกิดอาการต่อต้าน คราวนี้ต่อให้มีกฎที่ดีๆ ออกมาเด็กก็จะต่อต้าน โดยไม่มองถึงวัตถุประสงค์ที่ข้อปฏิบัติถูกสร้างขึ้นมา จนกลายเป็นปัญหาสังคมในปัจจุบัน ทั้งนี้สรุปง่ายๆ เด็กควรมหากิจกรรมอย่างอื่นเพื่อเป็นประโยชน์ต่อตนเอง หากเล่นเกมส์จนไม่รู้เวลาผู้ใหญ่ควรเข้าถึงเด็กมากกว่านี้ก่อนที่ พฤติกรรมของเด็กจะฝังลงในจิตใจจนกลายเป็นสันดานในที่สุด"