

บทที่ 2

เอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ในการศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษาการใช้กระบวนการกลุ่มที่มีต่อการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม การคิดเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียนระดับประถมศึกษา โรงเรียนสันกลางเหนือ อำเภอสันกำแพง จังหวัดเชียงใหม่ ผู้วิจัยได้ศึกษาแนวคิด วรรณกรรมที่เกี่ยวข้อง และค้นคว้าเอกสาร ตำราวิชาการ ต่าง ๆ ตลอดจนงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อนำมาประยุกต์ใช้เป็นแนวทางในการวิจัยโดยนำเสนอ สาระสำคัญตามลำดับหัวข้อดังต่อไปนี้

1. ความรู้เกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์
2. แนวคิดเกี่ยวกับกระบวนการกลุ่ม
3. ทฤษฎีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม
4. พัฒนาการของวัยเด็กตอนกลาง
5. งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

ความรู้เกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์

ความเป็นมาเกี่ยวกับเกมคอมพิวเตอร์

เด็กไทยเริ่มรู้จักและมีโอกาสสัมผัสกับเกมคอมพิวเตอร์หรือวีดีโอเกมไม่ช้าไปกว่าเด็กๆ ในประเทศอื่น โดยวีดีโอเกมเครื่องแรกได้เกิดขึ้นในประเทศอเมริกาเมื่อปี ค.ศ. 1979 มีบริษัท Atari เป็นผู้ผลิตรายใหญ่ หลังจากนั้นราว 2 ปี Atari ก็ได้เดินทางมาถึงเมืองไทย ในตอนแรกพ่อแม่ มักเป็นผู้ซื้อมาฝากลูกหลานจากต่างประเทศ ซึ่งแม้จะยังแพร่หลายอยู่ในหมู่เด็กวงแคบ แต่ก็ เป็นช่องทางให้เข้ามาถึงเยาวชนไทยได้อย่างรวดเร็ว

ทั้งนี้ความแพร่หลายของวีดีโอเกมยุคนั้นในสหรัฐอเมริกาเป็นไปอย่างรวดเร็ว โดยมีขอดีจำหน่ายในสหรัฐอเมริกา ในช่วงปี ค.ศ. 1980 ถึง 1981 สูงถึง 3,000 ล้านดอลลาร์ต่อปี และ 1 ใน 6 ของครอบครัวอเมริกาจะมีเครื่องวีดีโอเกมไว้ที่บ้าน

จากการที่วีดีโอเกมได้รับความนิยมสูงสุดติดต่อกันถึง 3 ปี ทำให้เกิดการแข่งขันในการ ผลิตดัดแปลงเกมอย่างมากมายจนล้นตลาด สินค้ามีปริมาณมาก แต่ขาดคุณภาพ ทำให้ช่วงกลางปี ค.ศ. 1983 ถึง 1985 เครื่องเล่นวีดีโอเกมได้รับความนิยมลดลงอย่างมาก ยอดจำหน่ายตกลงเกือบเท่ากับ

จุดเริ่มต้นเมื่อ 5 ปีที่ผ่านมา บริษัทที่ผู้ผลิตเกมต่างก็ขาดทุนจนต้องขายกิจการขุบแผนอิเล็กทรอนิกส์หรือเลิกกิจการไป ส่วนบริษัท Atari ผู้ผลิตเครื่องวีดีโอเกมก็หันไปพัฒนางานด้านคอมพิวเตอร์แทน

ขณะเดียวกันที่ประเทศญี่ปุ่น ได้มีการศึกษาเพื่อพัฒนาเทคโนโลยีวีดีโอเกมที่กำลังได้รับความนิยมในสหรัฐอเมริกา และได้มีการพัฒนาเทคโนโลยีล้ำหน้ากว่าของต้นแบบ และในปี ค.ศ. 1980 บริษัท Nintendo ซึ่งเดิมเป็นบริษัทผลิตสำหรับไฟได้เริ่มผลิตเครื่องเล่นวีดีโอเกมขนาดเล็กมีจอเป็น Liquid Crystal แบบมือถือที่เรียกว่า “เกมกค” ออกจำหน่าย

ในปี ค.ศ. 1983 ขณะที่ในช่วงปีนี้ธุรกิจวีดีโอเกมในสหรัฐอเมริกาคดค้างถึงขีดสุด Nintendo กลับทดลองตลาดในประเทศญี่ปุ่นด้วยสินค้าตัวใหม่ ซึ่งมีกราฟฟิกที่สวยงาม นอกจากบริษัท Nintendo แล้วยังมีบริษัท Sega Enterprise ผู้ผลิตเครื่องเล่นกับโทรศัพท์อิเล็กทรอนิกส์ได้ผลิตตุ้เกมขนาดใหญ่และผลิตวีดีโอเกมที่ใช้เล่นกับเครื่องโทรศัพท์เช่นเดียวกับ Nintendo แต่ไม่ได้รับความนิยมเท่าเนื่องมาจากมีราคาแพงกว่าและโฆษณาน้อย

เมื่อบริษัทของญี่ปุ่นประสบความสำเร็จจากยอดขายในประเทศของตนแล้ว ก็ขยายตลาดไปยังยุโรปและอเมริกา ทำให้ตลาดวีดีโอเกมที่หมดยุคไปแล้วกลับฟื้นตัวอีกครั้งหนึ่ง โดยมีจำหน่ายสูงขึ้นเรื่อย ๆ ในปี ค.ศ. 1991 เป็นปีที่วีดีโอเกมได้รับความนิยมทั่วไป และยังคงความนิยมอยู่จนถึงปัจจุบัน รวมทั้งมีแนวโน้มความนิยมที่มากขึ้นต่อไปในอนาคตด้วย

วีดีโอเกมมีพัฒนาการมาจากเกมคอมพิวเตอร์ ดังนั้น จึงแบ่งออกเป็น 2 ส่วนคือ ฮาร์ดแวร์หรือตัวเครื่องเล่น กับซอฟต์แวร์หรือดัดเกม โดยวีดีโอเกมเป็นเครื่องเล่นที่ออกแบบมาเป็นพิเศษ โดยส่วนประกอบในเครื่องเล่นวีดีโอจะคล้ายคลึงกับคอมพิวเตอร์ คือในตัวเครื่องอาจจะมีชิ้นส่วน CPU (Central Processing Unit) เหมือนกับเครื่องไมโครคอมพิวเตอร์และมีโปรแกรมเพื่อควบคุมการทำงานเช่นเดียวกัน

นอกจากนี้ลักษณะของคอมพิวเตอร์จะมีจอภาพและเป็นคีย์บอร์ดสำหรับกดได้ตอบกับเครื่อง ในขณะที่วีดีโอเกมจะใช้มอไนเตอร์ ซึ่งก็คือ จอธรรมดา และเครื่องเล่นเกมที่มีปุ่มกดได้ตอบอาจมี Joy Stick ซึ่งมีลักษณะคล้ายคันโยก หรืออาจทำเป็นด้ามปืนเพื่อเพิ่มความสนุกสนานในการเล่นและในปัจจุบันวีดีโอเกมได้มีการพัฒนามากขึ้น มีการผลิตวีดีโอเกมขนาดเล็กแบบมือถือที่สามารถเปลี่ยนดัดเกมได้ และพกพาติดตัวไปได้ โดยไม่จำเป็นต้องต่อเข้ากับเครื่องรับโทรศัพท์แต่อย่างใด

ในส่วนของเครื่องเล่นวีดีโอเกม เริ่มจากการคัดแปลงเครื่องคอมพิวเตอร์ที่มีหน่วยความจำ 4 บิต คือ เกมกคที่เคยได้รับความนิยมสูงสุดอยู่ระยะหนึ่งที่ผ่านมา จากนั้นได้มีการพัฒนาทั้งทางด้านรูปแบบ และเนื้อหาให้มีความซับซ้อนมากขึ้น โดยเปลี่ยนมาเป็นเครื่องเล่นที่

ความจำ 8 บิต 16 บิต และ 18 บิต ทำให้เครื่องมีประสิทธิภาพสูงขึ้น เสียงคมชัด ภาพมีความละเอียด และเคลื่อนไหวได้รอบทิศทาง รวมทั้งยังมีหลากหลายแบบ มีทั้งขนาดเล็ก รูปทรงกะทัดรัด แบบมือถือที่สามารถพกพาติดไปไหนมาไหนได้โดยไม่ต้องต่อกับเครื่องรับโทรทัศน์ และมีแบบที่สามารถรับโทรทัศน์ได้ในตัวและมีอุปกรณ์เสริมอื่น ๆ เช่น เล่นส่ายขยายจอภาพ ไปสำหรับเล่นในที่มืด หูฟัง หากไม่ต้องการรบกวนผู้อื่น แฝงโซลาร์เซลล์ที่ใช้พลังงานแสงอาทิตย์แทนแบตเตอรี่และสายต่อเครื่องเล่นเข้าด้วยกันเพื่อเล่นร่วมกัน เป็นต้น

นอกจากนี้ยังมีการคิดค้นอุปกรณ์การเล่นที่แปลกใหม่ เช่น ถุงมือจอมพลัง (Poer Glove) ผู้เล่นสามารถบังคับเกมการเล่นไหวของนิ้วที่สาม ถุงมือปืนเลเซอร์ (Light Gun) ใช้บังคับเกม หรือ Power Pad ซึ่งเป็นเสื่อปูกับพื้น โดยผู้เล่นต้องขึ้นไปเหยียบปุ่มบังคับ ซึ่งเป็น การออกกำลังกายไปในตัว และขณะนี้มีการพัฒนาวิดีโอเกมแบบใหม่ที่เรียกว่า VR (Virtual Reality) เกมนี้จะมีเครื่องสร้างภาพหลอนให้ผู้เล่นรู้สึกสนุกเหมือนว่าตนได้เข้าไปเสมือนจริงว่าได้มีส่วนร่วมอยู่ในเกมนั้น

ในส่วนของโปรแกรมจะบรรจุอยู่ในดิสก์เกม (Software Cartridge) ใช้เสียบเข้าไปในตัวเครื่องเล่นวิดีโอเกม หรือบางแบบจะมีโปรแกรมอยู่ในตัวเครื่อง ปัจจุบันได้มีการพัฒนาโปรแกรมจากวิดีโอเกมจากแบบดิสก์เกมมาเป็นแผ่นการ์ด และแผ่นดิสก์แล้ว นอกจากนี้ในดิสก์เกม 1 ดิสก์หรือ 1 แผ่น ยังสามารถบรรจุเกมได้ถึง 1,200 เกม อย่างไรก็ตาม วิดีโอเกมก็ยังคงแตกต่างจากคอมพิวเตอร์ในยุคที่ไม่ได้มีการเปิดโอกาสให้ผู้เล่น ได้คิดสร้างโปรแกรมเองได้ เพราะ โปรแกรมได้ถูกบรรจุไว้ในซอฟต์แวร์แล้ว เครื่องเล่นจึงใช้เพื่อเล่นตามโปรแกรมที่จัดไว้อย่างเดียว

ลักษณะของเกมในยุคแรก ๆ จะเป็นแบบง่าย ๆ มีเพียงสี่ขวาดำ ไม่เหมือนจริงโดยมีข้อจำกัดด้านกราฟฟิกและการเคลื่อนไหว เกมเป็นลักษณะของลูกบอลวิ่งไปมา ช้ายขวา ผู้เล่นเพียงแต่คอมไชล์บล็อกกันไม่ให้ลูกบอลผ่านเข้ามาในช่องเขตแดนของตนเท่านั้น ต่อมาได้มีการพัฒนาคิดค้นเกมใหม่ ๆ ที่หลากหลาย มีการนำกราฟฟิกแอนิเมชันมาใช้เพื่อทำให้เกิดภาพในระบบสามมิติ มีการเคลื่อนไหวอย่างละเอียดอ่อน มีสีสันที่สวยงามดึงดูดใจ รวมทั้งมีการดัดแปลงเนื้อหาภาพยนตร์ การ์ตูน เรื่องราวของบุคคล และเกมกีฬาต่าง ๆ ที่ได้รับความนิยมมาสร้างเป็นเกม โดยเฉพาะอย่างยิ่งพัฒนาการจากการเป็นวิดีโอเกมเข้ามาสู่เกมคอมพิวเตอร์ในรูปแบบที่มีความทันสมัยมากยิ่งขึ้น คือรูปแบบของ VCD และยังเป็นที่ยอมรับแพร่หลายของผู้ที่ชอบเล่นเกมคอมพิวเตอร์ ตลอดจนสามารถหาบริการเล่นได้ตามร้านทั่วไป ที่เปิดบริการให้เช่าเครื่องคอมพิวเตอร์เพื่อเล่นเกม ในส่วนของเนื้อหาของเกมนั้นจะมีหลากหลายรูปแบบ สีสันตื่นตาตื่นใจมากกว่าเดิม แม้กระทั่งตัวการ์ตูนในเกมที่มีความสมจริงมากกว่าแต่ก่อนมาก เช่นเกม Final Fantasy ที่สามารถพัฒนาการนำเสนอมาเป็นภาพยนตร์แนวแฟนตาซีที่ได้รับความนิยมอย่างมาก

หรือแม้กระทั่งบริการเสริมของโทรศัพท์มือถือที่นิยมใช้กันอยู่ทุกวันนี้ยังมีการนำเอาเกมเข้ามาให้ผู้ให้บริการโหลดเพื่อให้ผู้ใช้บริการได้มีโอกาสเล่นเกมได้อย่างสะดวกสบายและเข้าถึงได้ทุกที่ทุกเวลา

ประเภทของเกมคอมพิวเตอร์

วรพจน์ พวงสุวรรณ (2541) ได้แบ่งประเภทของเกมไว้ 8 ประเภท ดังนี้

1. เกมประเภท Action

เกม Action ทั้งหลายมักเป็นเกมที่อาศัยความสัมพันธ์ระหว่างตา และมือเป็นส่วนใหญ่ โดยไม่ต้องมีการแก้ปริศนาหรือการวางแผนอะไรให้มากนัก ส่วนใหญ่แล้วจะเป็นการเดินหน้า ตะลุย และอาศัยปฏิกิริยาที่รวดเร็วเป็นหลัก ตัวอย่างประเภทเกมที่รู้จักกันอย่างดีในนามของเกมยิง มุมมองที่หนึ่ง ได้แก่ Quake, Unreal หรือแม้กระทั่งเกม Counter Strike

2. เกมประเภท Strategy

เกมแนวนี้นี้ต้องอาศัยความคิด และการวางแผนเป็นสำคัญ มันมักจะมีเวลาและทรัพยากรที่จำกัด ซึ่งหากคุณมีการจัดการไม่ดีพอ คุณจะต้องเข้าร่วมการต่อสู้โดยที่ขาดความพร้อม และคุณจะพ่ายแพ้ในที่สุด เทคนิคในการจัดการบุคคลและทรัพยากรนั้นเป็นสิ่งสำคัญยิ่งสำหรับเกมประเภทนี้และผู้สร้างเกมก็มักจะปล่อยให้ทักษะการตัดสินใจ และการออกคำสั่งต่าง ๆ นั้น อยู่ในมือผู้เล่นเองเกมแนว Strategy นั้นมีทั้งแบบ Turn-base (ผลัดกันเล่น) ซึ่งจะมีตาเดินคนละครึ่งคล้ายกับการเล่นหมากรุก อย่างเช่น เล่นเกมตระกูล Heroes of Might and Magic) หรือเกม Strategy แบบ Real Time (เวลาจริง) ซึ่งผู้เล่นจะต้องพิจารณาถึงเหตุการณ์สำคัญต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นในเวลาเดียวกัน และต้องมีการตัดสินใจอย่างรวดเร็วด้วยว่า จะจัดการกับเหตุการณ์ไหนก่อน ตัวอย่างเกมแนวนี้นี้ ได้แก่ Star Craft หรือ Age of Empire

3. เกมประเภท Adventure

เกมแนวนี้นี้จะดึงดูดผู้เล่นเข้าสู่สถานการณ์ที่ต้องผจญภัยสำรวจสถานที่และแก้ไขปริศนาต่าง ๆ ด้วย เกมเหล่านี้จะมีเรื่องราวที่ขี้ดยาว ซึ่งคุณในฐานะตัวละครเอกได้ถูกส่งไปทำภารกิจให้สำเร็จโดยผ่านทาง การติดต่อสืบหาข้อมูลจากตัวละครอื่นๆ และการจัดการของช่องเก็บของคุณ อาจจะ ได้เห็นกลิ่น ไอบของเกมแอ็คชั่นอยู่บ้าง ตัวอย่างเกมแนวนี้นี้ ได้แก่ Grim Fandango หรือ Myth

4. เกมประเภท Role-Playing Game (RPG)

เกมแนวนี้นี้จะคล้ายกับเกมแนว Adventure อยู่บ้าง แต่จะอาศัยการเติบโตและพัฒนา ของตัวละครมากกว่า (มักจะมีการพัฒนาค่าสถิติต่าง ๆ ของตัวละคร) มีการสนทนา และการวางแผนสู้รบมากกว่าการแก้ไขปริศนา จะมีปริศนาและคำขอร้องต่าง ๆ มากมาย ในบรรยากาศแห่ง ดินแดนจินตนาการ ซึ่งจะมีตัวละครแบบ HPC (ตัวละครที่ควบคุมโดยคอมพิวเตอร์) ให้คุณได้พบ

คันหาร่องรอยต่าง ๆ ซึ่งการทำคำขอร้องย่อนั้น ก็ไม่ถือเป็นเรื่องแปลกอะไรสำหรับเกมแนวนี้นี้ ตัวอย่างเกม RPG ก็คือ Diablo ของ Blizzad และเกม Final Fantasy ของ Squaresoft

5. เกมประเภท Sports

เกมแนวกีฬานั้น จะจำลองการเล่นต่าง ๆ ไม่ว่าจะเป็นเล่นเดี่ยวหรือเป็นทีม ความสมจริงเป็นสิ่งสำคัญสำหรับเกมนี้ รวมทั้งแอ็คชั่นที่รวดเร็ว และเทคนิคการวางแผนด้วย ตัวอย่างเกมแนวกีฬาที่เป็นที่นิยมมากได้แก่เกมตระกูล NHL ต่าง ๆ หรือเกมมวยปล้ำอย่าง WWF: Warzone เกมกอล์ฟอย่าง PGA Championship Golf

6. เกมประเภท Simulations หรือ Sims

เกมแนว Sims จะเป็นการจำลองสถานการณ์จริงต่าง ๆ มาไว้ในเกม โดยส่วนใหญ่แล้วจะเป็นมุมมองบุคคลที่หนึ่ง และเป็นการใช้เครื่องชนิดต่าง ๆ อย่างเช่น เครื่องบิน, รถถัง, เรือดำน้ำ ตัวอย่างเช่น Jane's Combat Simulation, WWII Fighters หรือ Armored Fist แต่จะมีเกมรุ่นใหม่บางเกมที่จำลองสถานการณ์ในชีวิตประจำวัน หรือการดำเนินชีวิตของเรา ซึ่งจะใช้มุมมองของบุคคลที่สาม เช่นเกม The Sims หรือเป็นการจำลองอาณาจักรสัตว์ต่าง ๆ เช่น Sim Earth หรือ Sim Safari เกมจำลองชีวิตในแนวพระเจ้า (God-Game) นั้น มักจะต้องการให้ผู้เล่นสร้างและจัดการอาณาจักรชุมชนต่าง ๆ รวมทั้งใช้ทรัพยากรที่มีอยู่อย่างจำกัดให้เป็นประโยชน์ด้วยตัวอย่างเช่น Simcity 3000, Populous หรือ Black&White

7. เกมประเภท Puzzle Classic Games

เกมแนวนี้นี้จะรวมไปถึงเกมเก่า ๆ ทั้งหลายที่เล่นง่าย ๆ อย่างเช่น เกมไฟ, โกะ หรือปริศนาอักษรไขว้ต่าง ๆ ปัจจุบันเกม Classic ยังได้รวมถึงเกม Arcade เก่า ๆ เช่น Tetris Minesweeper ซึ่งไม่ต้องมีเรื่องราวหรือคำอธิบายการเล่นใด ๆ ให้มากเรื่องด้วย เกมแนวนี้นี้ยุคใหม่ ๆ ได้พัฒนาการขึ้นไปอย่างมากรู้จักในนามเกมเดิน เช่น Bust a Groove หรือ Parappa the Rapper ซึ่งจะเน้นเพลงประกอบ, การร้อง และเดิน ซึ่งเป็นแนวใหม่ ๆ ของเกมในอนาคตอีกด้วย

8. เกมประเภท Mixes Games

มีเกมอีกประเภทหนึ่งที่ยังไม่ถูกกล่าวถึง ซึ่งด้วยรูปแบบการเล่นและเรื่องราวของเกมนั้นไม่สามารถแบ่งแยกได้ชัดเจนว่าเป็นเกมประเภทใด บางเกมจะผสมผสานกันทั้ง Action และการวางแผน ซึ่งทำให้เกิดเกมแนวใหม่ ๆ ที่มีเอกลักษณ์เฉพาะตัวขึ้นมา เช่น เกมแนว Resident Evil ซึ่งจะหมายถึง การที่คุณต้องเผชิญหน้ากับพลังชั่วร้ายจากนรก โดยการมีเพียงปืนพกกับกระสุนจำกัด พร้อม ๆ กันนั้นก็ต้องรีบไปแก้ไขปริศนาต่าง ๆ มากมายเพื่อผ่านเกมไปจนจบด้วยตัวอย่างได้แก่ เกมตระกูล Resident Evil และ Alone In the Dark ทั้งหลาย หรือเกม Tomb Rider ด้วย

นอกจากนี้ วินัส อุดมประเสริฐกุล (2548) จากสถาบันวิจัยวิทยาศาสตร์การแพทย์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย และชยกร ทิธีรัตน์ จากโรงเรียนสาธิตแห่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ฝ่ายมัธยม (www.chula.ac.th/research.) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง พฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษา พบว่าเกมคอมพิวเตอร์นั้นสามารถแบ่งได้ 10 ประเภท ได้แก่

1. แอ็คชั่น หลบหลีก
2. ยิงถล่ม
3. สวมบทบาทเป็นตัวละครไปตามเนื้อเรื่อง
4. จำลองสถานการณ์
5. วางแผนกลยุทธ์
6. เกมกีฬา
7. เกมแข่งรถ
8. ผจญภัย
9. ต่อสู้
10. ลับสมอง

ลักษณะของเด็กติดเกม (ชาญวิทย์ พรนภดล, 2551)

1) ไม่สามารถควบคุมตัวเองให้เล่นในเวลาที่กำหนด ทำให้ใช้เวลาในการเล่นนาน ติดต่อกันหลายๆ ชั่วโมง หรือเล่นนานขึ้นเรื่อยๆ จากเดิมไม่กี่ชั่วโมงต่อวัน เพิ่มขึ้นหลายชั่วโมงต่อวัน บางคนเล่นข้ามวันข้ามคืน

2) หากถูกบังคับให้เลิกหรือหยุดเล่นจะต่อต้าน หรือมีปฏิกิริยาหงุดหงิดไม่พอใจ อย่างรุนแรง บางคนถึงขั้นก้าวร้าว อาละวาด

3) การเล่นเกมมีผลกระทบต่อหน้าที่ความรับผิดชอบของเด็ก เช่น เด็กไม่สนใจการเรียน ไม่สนใจที่จะทำการบ้าน หนีเรียนหรือแอบหนีออกจากบ้านเพื่อจะไปเล่นเกม การเรียนตกลงอย่างมาก ละเลยการเข้าสังคม หรือทำกิจกรรมร่วมกับครอบครัว

4) บางรายอาจมีปัญหาวาติกรรมอื่นๆ ร่วมด้วย เช่น โกหก ลักขโมย (เพื่อนำเงินไปเล่นเกม) คือต่อต้าน แยกตัว เก็บตัว ฯลฯ

สาเหตุของการติดเกม

สาเหตุที่ทำให้เด็กติดเกมมิได้มีเพียงสาเหตุใดสาเหตุหนึ่ง แต่การติดเกมเป็นเพียงผลลัพธ์ของหลายๆ ปัจจัยที่ผสมผสานและเกี่ยวพันกันอยู่ สาเหตุหลักๆ ได้แก่



1) การเลี้ยงดูในครอบครัว: มักจะพบเด็กคิดเกมได้บ่อยในครอบครัวที่เลี้ยงเด็กโดยไม่เคยฝึกให้เด็กมีวินัยในตัวเอง ขาดกฎระเบียบ กติกาในบ้าน ตามใจเด็ก หรือมักจะใจอ่อนไม่ทำโทษ เมื่อเด็กกระทำผิด บางครอบครัวมีลักษณะที่สมาชิกในครอบครัวต่างคนต่างอยู่ ไม่มีกิจกรรมที่สนุกสนานให้เด็กทำ หรือไม่มีกิจกรรมที่สมาชิกทุกคนทำร่วมกันทำให้เด็กเกิดความเหงา ความเบื่อหน่าย เด็กจึงต้องหากิจกรรมอื่นทำเพื่อให้ตัวเองสนุก ซึ่งก็หนีไม่พ้นการเล่นเกมนั่นเอง พ่อแม่อาจไม่มีเวลาควบคุมเด็ก หรือมองไม่เห็นความจำเป็นที่จะต้องจำกัดเวลาในการเล่นของเด็กในช่วงแรก พ่อแม่อาจรู้สึกพอใจที่เห็นเด็กเล่นเกมเงียบๆคนเดียวได้โดยไม่มารบกวนตน ทำให้เด็กมีเวลาส่วนตัวมากขึ้น พุดง่ายๆคือใช้เกมเสมือนเป็นพี่เลี้ยงดูแลเด็กแทนตน

2) สังคมที่เปลี่ยนแปลงไป: สังคมยุคไฮเทคที่มีเครื่องมือที่มีพลังในการสร้างความตื่นเต้นให้เกิดขึ้นในตัวเด็กอย่างมหาศาล สังคมวัตถุนิยม สังคมที่ขาดแคลนกิจกรรมหรือสถานที่ที่เด็กจะได้ใช้ประโยชน์หรือเรียนรู้โดยได้รับความสนุกสนานเพลิดเพลินไปด้วย เหล่านี้เป็นแรงผลักดันให้เด็กหันไปใช้การเล่นเป็นทางออก

3) ปัจจัยในตัวเด็กเอง: เด็กบางกลุ่มอาจมีความเสี่ยงต่อการติดเกมมากกว่าเด็กทั่วไป เช่น เด็กที่เป็นโรคสมาธิสั้น (ADHD) เด็กที่มีปัญหาอารมณ์ ซึมเศร้า หรือวิตกกังวลเด็กที่ขาดทักษะทางสังคม เข้ากับเพื่อนไม่ได้ เด็กที่มีปัญหาการเรียน เด็กที่มีความรู้สึกมีคุณค่าในตัวเองต่ำ (Low Self-Esteem) เป็นต้น

ผลกระทบจากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์

ผลจากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์นั้นสามารถแบ่งออกได้เป็น 2 ส่วนคือ ผลกระทบด้านดี หรือ ด้านเสียจากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ และผลกระทบที่เกิดขึ้นกับผู้เล่น

ผลดีจากการเล่นเกมคอมพิวเตอร์

จากการรวบรวมบทความ เอกสาร งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ของเด็ก โดยจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (อ้างใน สรุปจากการเสวนา เรื่อง ผลกระทบของวิดีโอเกมต่อเด็ก, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2539) สรุปได้ดังนี้

Howard University (2536) ได้นำเสนอถึงเด็กที่มีโอกาสได้เล่นวิดีโอเกมจะมีทักษะที่เข้าถึงคอมพิวเตอร์ได้ง่ายกว่าเด็กคนอื่นคนอื่น ๆ เพราะเด็กที่มีโอกาสเล่นวิดีโอเกมเก่ง ก็คือเด็กที่สามารถเล่นเกมที่จัดโปรแกรมไว้แล้วในเครื่องคอมพิวเตอร์ได้ดีที่สุด

Bengamin Compiane (2536) จากมหาวิทยาลัย Howard กล่าวว่า การได้ช่วยฝึกทักษะทางสติปัญญา ได้ให้ทรรศนะว่า หากมองในระดับผิวเผิน วิดีโอเกมอาจเป็นเพียงเครื่องเล่นให้ความบันเทิงธรรมดา ๆ แต่แท้จริงแล้ว การเล่นวิดีโอเกมต่างจากการเล่นอื่น ๆ ที่มีกฎเกณฑ์ไว้ให้เรียบร้อยแล้ว เพราะเด็กทุกคนจะต้องค้นคว้ากฎเกณฑ์จากเกมด้วยตนเอง



เก็บข้อมูลแบบ Parallel Processing คือ การเก็บข้อมูลหลาย ๆ ด้านพร้อมกัน โดยขณะเล่นเด็กจะถูกท้าทายจากวิดีโอเกมให้พยายามเอาชนะตัวเองอยู่ตลอดเวลา ดังนั้นการเล่นวิดีโอเกมจะสามารถช่วยฝึกสมองเด็กให้เฉียบไว และแก้ปัญหาได้เก่ง

ศุภรัตน์ เอกสมทราเมษฐ์ (2536) นักจิตวิทยาเด็ก ศูนย์สุขวิทยาจิต กล่าวว่า เมื่อเด็กอยู่ในเกมคอมพิวเตอร์จะเหมือนกับการที่เด็กอยู่ในโลกของเขาเอง เป็นการสื่อสารทางเดียว เพราะในเกมไม่มีอารมณ์ ไม่มีคำว่าขอบคุณ ขอโทษ จึงอาจทำให้เด็กขาดทักษะในการเข้าสังคมหรือสัมพันธ์กับคนรอบข้าง

เบญจพร ปัญญาข (2536) นักจิตวิทยาเด็ก ศูนย์สุขวิทยาจิต กล่าวว่า ผลเสียทางด้านพฤติกรรมคือ แม้เด็กจะบอกว่าได้เพื่อนจากเกม แต่โดยส่วนตัวไม่คิดว่าจะเป็นเช่นนั้นจริง ๆ กลับเห็นเด็กหนีโรงเรียนไปเล่นเกมบ่อย เป็นจุดส่งเสริมพฤติกรรมด้านลบ และในด้านอารมณ์ทำให้เด็กไม่ได้เคลื่อนไหวส่วนอื่น ๆ ไม่ได้ทักษะในการเคลื่อนไหว ไม่ได้ภาษาและทักษะในการฟังกับคน ดังนั้นเด็กจะขาดการเรียนรู้ทางอารมณ์ ขาดการปฏิสัมพันธ์กับคนอื่น ๆ

สกุลสุข หอพนุลสุข (2536) เด็ก ๆ จะใช้เวลาส่วนใหญ่กับการเล่นเกมจนละเลยสิ่งอื่น ๆ เช่น การวิ่งออกกำลังกาย และอาจส่งผลต่อสายตาของเด็กด้วย

ผลกระทบที่เกิดขึ้นกับผู้เล่น

นอกจากผลดี ผลเสียที่เกิดขึ้นจากพฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์แล้วนั้น จากการเสวนาผลกระทบของวิดีโอเกมต่อเด็ก ได้มีผู้เสนอความคิดเห็นและบทความเกี่ยวกับผลกระทบที่เกิดขึ้นกับเด็กหลังจากที่เด็กได้เล่นเกมคอมพิวเตอร์ ซึ่งจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (อ้างใน สรุปจากการเสวนา เรื่อง ผลกระทบของวิดีโอเกมต่อเด็ก, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2536) ได้รวบรวมไว้ดังนี้

สกุลสุข หอพนุลสุข (2536) กล่าวว่า เด็กจะใช้เวลาส่วนใหญ่ในการเล่นเกมจนละเลยสิ่งอื่นๆ เช่น การวิ่งออกกำลังกายและอาจส่งผลกระทบต่อสายตาของเด็กด้วย

เสถียร วงศ์สารเสริฐ (2536) รองคณบดีคณะวิศวกรรมศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย กล่าวว่า เกมที่ต่อสู้กันอย่างก้าวร้าวมีตัวการ์ตูนตายแล้วตายเล่าอย่างไม่หยุดยั้ง แล้วก็ฟื้นมาต่อสู้กันอีก จนเด็กเกิดความชินชากับการเอาชนะความรุนแรงไป ขณะที่เด็กเล่นเกมจะเข้าไปมีส่วนร่วมในเกมนั้นด้วย ร่วมลงมือทำร้ายในเกมด้วยตัวเด็กเอง ปริมาณของอารมณ์ความรู้สึกที่มีส่วนร่วมจึงถูกโน้มน้าวให้รุนแรงไป

ขยช พรตปกรณ (2536) นักวิชาการคอมพิวเตอร์ ได้กล่าวถึงผลกระทบของวิดีโอเกมที่มีต่อเด็ก ในการเสวนาปัญหาเด็กในเรื่อง “โหด ซึม ลึก” ซึ่งจัดโดยคณะทำงานด้านเด็ก ว่ามีผลต่อทางด้านร่างกาย เมื่อเด็กเล่นเกมมาก ๆ เข้าจะทำให้สายตาเสียเพราะต้องเพ่งอยู่ที่จอโทรทัศน์

ซึ่งเปล่งแสงอัลตราไวโอเลตออกมา นอกจากนี้เมื่อเกมกำลังอยู่ในช่วงเข้าด้วยเข้าเข็ม ผู้เล่นจะถูกกระตุ้นอย่างรุนแรงรู้สึกเหนื่อย ซึ่งถ้าหากผู้ที่กำลังกายอยู่สม่ำเสมอ ก็จะไม่มีปัญหาเพรากล้ามเนื้อหัวใจได้ทำงานอยู่ตลอดเวลา แต่ถ้าเป็นคนที่ร่างกายอ่อนแอหรือหัวใจไม่ปกติจะทำให้ความดันโลหิตสูงมาก อาจทำให้ช็อคได้

โสภ ฐพิชัยกุล (2536) นักจิตวิทยาเด็ก อาจารย์ประจำคณะสังคมศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล กล่าวว่า เนื้อหาที่เด็กเล่นมันจะซึมเข้าไปภายในจิตใจของเด็ก เด็กจะก้าวร้าวและส่งผลเสียทางการเรียน เด็กมีสมาธิมุ่งอยู่กับเกมเพียงอย่างเดียว การเรียนตกต่ำ เวลาที่เด็กเล่นจะมุ่งแต่เอาชนะ ที่นี้ผู้ปกครองมาเรียกให้ไปทำอย่างอื่น เด็กก็จะโมโหเพราะไม่อยากให้ใครมารบกวนและก็จะเล่นอย่างไม่รู้เวลา

อำพล สุอำพัน (2536) หัวหน้าหน่วยจิตเวชเด็ก โรงพยาบาลจุฬาลงกรณ์ ให้สัมภาษณ์แก่หนังสือพิมพ์ THE NATION ว่าวิดีโอเกมแม้จะเป็นประโยชน์ที่ช่วยพัฒนาประสาทสัมผัสด้านตาและมือ ให้ทำงานสัมพันธ์กัน แต่ผลเสียมากกว่าผลดี คือเด็กจะมีอารมณ์และพฤติกรรมเปลี่ยนแปลงง่าย เช่น อารมณ์เสีย โมโห ก้าวร้าวและคะแนนการเรียนตกต่ำลงพร้อมที่จะแสดงกิริยาหยาบคาย ปึงปึงออกมา

ประเสริฐ ผลผลิตการพิมพ์ (2545) ผู้เชี่ยวชาญด้านจิตแพทย์เด็ก กล่าวว่า ไม่เพียงแต่เกมจะทำให้เสพติดทางใจเท่านั้น ร่างกายก็จะมีผลเสียด้วย เพราะเกมถูกผลิตขึ้นมาเพื่อให้เด็กซบเซา ยุ่งนานยิ่งกระปรี้กระเปร่า รุม่านตาก็ขยายขึ้น จะเร่งให้เพิ่มสัญญาณประสาทพุ่งเข้าสู่ระบบประสาทส่วนกลาง กระตุ้นการหลั่งของสารโดปามีน ซึ่งออกฤทธิ์กระตุ้นระบบประสาทอีกต่อหนึ่ง ผลดีคือ เด็กจะสนุกเกินความพอดี เกินสายตา มีแรงมากเหนือกับการใช้ยาบ้า เพราะออกฤทธิ์ผ่านทางโดปามีนเหมือนกัน ดังนั้นเมื่อเด็กหยุดเล่นเกม โดปามีนจะลดระดับลง เกิดอาการถอนตัวจากความสนุกได้ยากมาก ทำให้เกิดความโหยหาที่จะเล่นเกมอีก ด้วยเหตุนี้เองเกมจึงทำให้เด็กเสียเวลา เสียสายตา เสียสุขภาพสมอง มีแรงไม่มีความอดทน ที่น่ากลัวไปกว่านั้นเกมบางชนิด ทำให้เด็กที่มีโรคลมชักอยู่แล้วอาจจะทำให้ชักมากขึ้น และทำให้เด็กที่ยังไม่เคยเป็นโรคลมชัก เกิดอาการชักกระตุกได้ (หนังสือพิมพ์แนวหน้า, 26 มกราคม, 2545)

Corole Lieberman (2536: “กดแล้วฆ่าภัยจากวิดีโอเกมวันนี้” อ้างใน สรุปจากการเสวนาเรื่องผลกระทบของวิดีโอเกมต่อเด็ก, จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย, 2536) จิตแพทย์ในมหาวิทยาลัยแคลิฟอร์เนีย กล่าวถึงผลเสียที่ตามมาจากการเล่นวิดีโอเกมคือ ความรุนแรงของวิดีโอเกมที่ถ่ายทอดมาอยู่ในรูปแบบหนึ่งของการกระตุ้นให้เด็กชื่นชอบความรุนแรงและสงคราม

ประโยชน์ของการเล่นเกมที่มีต่อสุขภาพ (กรมสุขภาพจิต, 2548)

ผลทางด้านร่างกาย

1. สร้างเสริมทักษะการเคลื่อนไหวที่จำเป็นต่อชีวิตประจำวัน
2. เป็นการพัฒนาทักษะเบื้องต้น เพื่อการฝึกกิจกรรมต่าง ๆ
3. ได้ออกกำลังกายอย่างถูกวิธี และมีการส่งเสริมสมรรถภาพทางกาย
4. มีผลต่อการพัฒนาระบบอวัยวะส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย ให้ทำงานอย่างมีประสิทธิภาพ
5. ได้พัฒนาสมองในการที่จะควบคุมส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย เพื่อให้เกิดการเคลื่อนไหว

และตอบสนองในสภาพการณ์ต่าง ๆ

6. พัฒนาความคล่องแคล่วในการเคลื่อนไหวของร่างกาย
7. พัฒนากลไกการเคลื่อนไหวของร่างกายให้เกิดทักษะ และเคลื่อนไหวอย่างมีประสิทธิภาพ

ประสิทธิภาพ

8. ส่งเสริมทักษะพิเศษเฉพาะบุคคล เพื่อเป็นการนำไปใช้ในการฝึกกิจกรรม หรือการเล่นกีฬาต่าง ๆ

ผลทางด้านจิตใจ

1. ได้รับความสนุกสนาน เพลิดเพลิน และผ่อนคลายความเครียด
2. เกิดทัศนคติที่ดีในการเล่น หรือสามารถหากิจกรรมที่เหมาะสมให้กับตนเองและผู้อื่น
3. ส่งเสริมและสร้างเสริมคุณธรรม คติธรรม และความมีจิตใจเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่
4. ช่วยให้มีอารมณ์ร่าเริง สดชื่น แจ่มใส
5. มีจิตใจเป็นนักประชาธิปไตย ขอมรับในความสามารถ และความคิดเห็นของผู้อื่นใน

ขณะเดียวกันก็กล้าที่จะแสดงความคิดเห็นต่อผู้อื่น

ผลทางด้านสังคม

1. เกิดมนุษยสัมพันธ์ที่ดี และเข้ากับหมู่คณะได้
2. ฝึกการเป็นผู้นำตามที่ดี และเกิดการยอมรับซึ่งกันและกัน
3. ขอมรับสภาพความแตกต่างระหว่างบุคคล
4. มีความกล้าแสดงออกอย่างเปิดเผย
5. เข้าร่วมกิจกรรมกลุ่มได้อย่างสง่างาม และสามารถปรับตัวเข้ากับกลุ่มสังคมได้อย่างมีประสิทธิภาพ

ความสุข

ผลทางด้านอารมณ์

1. อารมณ์ที่แจ่มใส ร่าเริง
2. มีความเชื่อมั่นในตัวเอง
3. รู้จักการเสียสละ ให้อภัย และไม่ถือโกรธ

นอกจากนี้เกมยังมีประโยชน์ในทางการศึกษา เนื่องจากปัจจุบันได้พัฒนาเกมคอมพิวเตอร์ มาปรับใช้ในการเรียนการสอนทั้งด้านพัฒนาสติปัญญา และร่างกาย ช่วยทักษะในการจดจำ การเรียนการสอน และช่วยส่งเสริมสติปัญญาในการคิดวิเคราะห์แก้ปัญหาต่าง ๆ อีกทั้งช่วยให้สมาธิเด็กดีขึ้น บางเกมฝึกให้เด็กเล่นเป็นทีมเป็นการฝึกการแก้ปัญหาาร่วมกัน

ผลกระทบหรือโทษของการเล่นเกมที่มีต่อสุขภาพ (บัณฑิต ศรีไพศาล, 2552)

โทษต่อสุขภาพกาย เช่น แสบตา ปวดข้อมือ ไม่รับประทานอาหารเช้า แสบกระเพาะอาหาร อ่อนเพลีย ทำให้เสียเวลาเรียน หรือเวลางาน เป็นต้น

โทษต่อสุขภาพจิต เช่น เกิดความทุกข์ ไม่สุขใจ ขัดแย้งภายในจิตใจหรือขัดแย้งกับผู้อื่นรอบข้างได้ เพราะหากเล่นเกมและอินเทอร์เน็ต นานๆ เข้าเด็กจะเกิดความรู้สึกชอบเอาชนะ เคยชินกับการแข่งขัน ต้องมีแพ้มีชนะ เคยชินกับการได้ดั่งใจ เพราะเกมสั่งบังคับได้ มีความสุขหรือรู้สึกสำเร็จเมื่อสั่งได้ดั่งใจ ไม่มีวินัย ไม่มีการควบคุมตนเองไม่บังคับตนเอง ขาดความรับผิดชอบ เพราะเมื่อเกิดความผิดพลาดในการเล่นแล้ว มักจะไม่สนใจทำอย่างอื่นที่สำคัญ หรือฝ่าฝืนกฎเกณฑ์ ความรับผิดชอบที่มีอยู่ว่าควรทำ หรือไม่ทำอะไร เช่น ไม่อ่านหนังสือ ไม่เข้านอนไม่ทานข้าว ไม่กวาดบ้าน ล้างจานตามหน้าที่ความรับผิดชอบที่มีอยู่ หรือแม้กระทั่งเกิดพฤติกรรมหนีออกจากบ้านหลายวัน ไปกินนอนอยู่ในร้านเกม และการขโมยเงินพ่อแม่เพื่อไปเล่นเกม เป็นต้น

โทษต่อสุขภาพสังคม หรือทักษะทางสังคมของเด็ก เช่น เด็กจะเห็นเพื่อนเป็นศัตรูของความสนุกสนาน เพื่อนมาแย่งเล่น (หมายเหตุ - การละเล่นในอดีต เช่น วิ่งไล่จับ รีรีข้าวสาร มอญซ่อนผ้า ต้องเล่นกับเพื่อน เล่นคนเดียวไม่ได้ เพื่อนคืออุปสรรคการ จึงต้องรู้จักคบเพื่อน เอาใจเพื่อน ไม่เช่นนั้นเพื่อนไม่เล่นด้วย) จึงไม่อยากคบเพื่อน หรือแม้จะคบแต่ก็คบเพื่อนฝูงไม่ค่อยเป็นเพราะไม่ค่อยได้ฝึก ทำให้ขาดทักษะทางสังคม เพราะเด็กอยู่แต่หน้าจอคอมพิวเตอร์ บางคนอ้างว่าการเล่นเกมนอนไลน์ หรือ Chat พูดคุยกันทางอินเทอร์เน็ตก็ได้เพื่อน ซึ่งมีส่วนจริงอยู่บ้าง แต่ว่าความสัมพันธ์ออนไลน์เป็นความสัมพันธ์ในโลกเสมือนไม่ใช่โลกแห่งความเป็นจริง เพราะเป็นความสัมพันธ์ที่พูดคุยกัน หรือแสดงความคิดเห็น ความห่วงหาอาทรต่อกันได้มากโดยไม่ได้แสดงข้อเสีย เพราะไม่ได้อยู่ร่วมกันจริงๆ หรือเป็นความสัมพันธ์ที่บางคนไม่ได้แสดงตัวตนที่แท้จริง เป็นเด็กอาจแสดงเป็นผู้ใหญ่ เป็นชายอาจแสดงเป็นหญิง เป็นคนเห็นแก่ตัวอาจแสดงตัวเป็นคนมีน้ำใจก็ได้ เพราะในโลกอินเทอร์เน็ต สามารถแสดงเป็นอะไรก็ได้ไม่มีใครรู้ จึงทำให้เกิดเหตุการณ์ที่

คบหากันทางอินเทอร์เน็ตจนสนิทสนมกันแล้วนัดพบ จบลงด้วยการมีเพศสัมพันธ์กันอย่างง่ายดาย
อย่างที่ได้เห็นเป็นข่าวอยู่เนืองๆ

โทษต่อการผลิตผลงานของชีวิต ได้แก่ การเรียนตก เสียการเรียนงาน เสียความสัมพันธ์กับ
คนรอบข้าง เช่น ในกรณีที่เด็กอาจเสียความสัมพันธ์กับพ่อแม่ พี่น้อง ส่วนในกรณีที่ผู้ใหญ่
อาจเสียความสัมพันธ์กับคู่สามีภรรยาจนเกิดเหตุหย่าร้างก็มีมาแล้ว หรือ อาจถึงขั้นเสียผู้เสียคน
จากการมีพฤติกรรมอันธพาล ขโมยเงิน มั่วสุม เล่นการพนัน ใช้จ่ายเสพติด หรือมีเพศสัมพันธ์ที่
ไม่เหมาะสม เป็นต้น ทางออกที่ดี คือ ความสมดุล ความสมดุลคือสิ่งที่ดีที่สุด ไม่ใช่คอมพิวเตอร์
หรือ อินเทอร์เน็ตเลยคงจะไม่ได้เพราะชีวิตในอนาคตทั้งการเรียน หรือการทำงานต้องใช้
คอมพิวเตอร์และอินเทอร์เน็ตแต่เล่นมากจนติด

วิธีป้องกัน

1. คุยกับเด็กเพื่อกำหนดกติกากันล่วงหน้า ก่อนจะซื้อเกม หรืออนุญาตให้เล่นว่า เด็ก
สามารถเล่นเกมได้ ในวันใดบ้าง วันใดเล่นไม่ได้ เล่นได้กี่ครั้งและไม่เกินกี่ชั่วโมง ตั้งแต่เวลาใดถึง
เวลาใด ก่อนจะเล่นต้องรับผิดชอบทำอะไรให้เสร็จเรียบร้อยก่อนบ้าง หากเด็กไม่รักษากติกา เช่น
เล่นเกินเวลา ไม่ทำการบ้านให้เสร็จ เด็กจะถูกทำโทษอย่างไร (แนะนำให้ใช้วิธีเกม หรือตัดสิทธิ์การ
เล่นเป็นเวลาระยะหนึ่งหากเด็กไม่ทำตามกติกาที่ตกลง)
2. วางตำแหน่งคอมพิวเตอร์หรือเครื่องเล่นเกมในสถานที่ที่เป็นที่โล่ง มีคนเดินผ่านไปมา
บ่อยๆ ไม่ควรตั้งไว้ในห้องนอนหรือห้องที่มิดชิด เพื่อให้ผู้ปกครองจะได้ติดตามเฝ้าดูได้ เป็นการ
ป้องกันมิให้เด็กเก็บตัวแอบเล่นคนเดียวในห้องหรือแอบเล่นทั้งคืน
3. วางนาฬิกาขนาดใหญ่ไว้หน้าเครื่องหรือในตำแหน่งที่เด็กสามารถมองเห็นได้ชัดเจน
4. ให้คำชมแก่เด็กเมื่อเด็กสามารถรักษาเวลาการเล่นควบคุมตัวเองไม่ให้เล่นเลยเวลาที่
กำหนดได้
5. เอาจริงและเด็ดขาดหากเด็กไม่รักษากติกา เช่น รีบเกมโดยไม่ให้อ่าน ถอดสายโมเด็ม
ออก ฯลฯ
6. ส่งเสริม จัดหากิจกรรมที่สนุกสนานอย่างอื่นๆ (ที่สนุกพอๆ กัน หรือมากกว่าการเล่น
เกม) ให้เด็กทำหรือมีกิจกรรมที่ทำร่วมกันในครอบครัว
7. หลีกเลี่ยงการใช้เกมเป็นเสมือนพี่เลี้ยงเด็กเพื่อที่พ่อแม่จะได้มีเวลาส่วนตัวไปทำอย่าง
อื่น
8. สอนให้เด็กรู้จักการแบ่งเวลารู้จักใช้เวลาอย่างเหมาะสม

วิธีแก้ไข

1. หากในบ้านยังไม่มีกฎหรือกติกาการเล่น เกม จำเป็นที่จะต้องพูดคุยกับเด็กและให้เด็กเข้ามามีส่วนร่วมในการวางกติกากำหนดเวลาการเล่น
2. มีเวลาอยู่กับเด็กให้มากขึ้น พาออกนอกบ้านเพื่อไปทำกิจกรรมที่เด็กชอบ (ยกเว้นการไปเล่นเกมนอกบ้าน)อย่าลืมนำเด็กส่วนหนึ่งติดเกมเพราะความเหงาเบื่อไม่มีอะไรสนุกๆให้ทำ
3. รักษาสัมพันธภาพระหว่างกันให้ดี หลีกเลี่ยงการบ่น ตำหนิ ใช้อารมณ์ หรือถ้อยคำรุนแรง แสดงความเข้าใจเข้าใจว่าเด็กไม่สามารถควบคุมตัวเองหรือตัดขาดจากเกมได้จริงๆ
4. ผู้ปกครองควรร่วมมือกันในการแก้ปัญหา โดยใช้กฎเดียวกัน อย่าปิดให้เป็นภาระหรือความรับผิดชอบของใครคนใดคนหนึ่ง
5. พ่อแม่หรือพี่ ผู้ปกครองที่มีเด็กติดเกมเหมือนๆ กันหลายๆ ครอบครัว แล้วผลัดกันนำเด็กทำกิจกรรมหลังเลิกเรียน หรือในวันหยุด เช่น การเข้าค่าย เรียนนอกสถานที่ วอลเลย์บอล จัดตั้งเป็นกลุ่มย่อยๆ ชมรมต่างๆ
6. ในรายที่ติดเกมจริงๆ และเด็กต่อต้านรุนแรงที่จะเลิก ในระยะแรกพ่อแม่ควรร่วมเล่นเกมกับเด็ก (แต่อย่าเผลอติดเกมเองเสียล่ะ) ทำความรู้จักกับเกมที่เด็กชอบเล่น หากเห็นว่าเป็นเกมที่ไม่เหมาะสม หรือเกมที่ใช้ความรุนแรง พยายามเบี่ยงเบนให้เด็กมาสนใจเกมอื่นที่พอจะมีส่วนดี ดึงเอาส่วนดีของเกมมาสอนเด็ก เช่น เกมสร้างเมือง Strategic Games ต่างๆ เกมที่มีบทบาทสมมุติเพื่อฝึก Social Skills เป็นต้น เมื่อสัมพันธภาพกับเด็กเริ่มดีขึ้น พ่อแม่จึงค่อยๆ ดึงเด็กให้มาสนใจกิจกรรมอื่นๆ ที่ละเอียดละน้อย
7. หากทำทุกวิธีข้างต้นแล้วไม่ได้ผล พ่อแม่ควรพาเด็กมาพบจิตแพทย์เด็ก เนื่องจากเด็กอาจจะป่วย มีปัญหาสุขภาพจิตอยู่ลึกๆ เช่น ป่วยเป็นโรคซึมเศร้า วิตกกังวล สมาธิสั้น ฯลฯ เพื่อรับการวินิจฉัยและบำบัดรักษาต่อไป

เกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์

นอกจากการแบ่งประเภทของลักษณะเกมดังกล่าวข้างต้นแล้วนั้น ควรที่จะต้องรู้จักด้วยว่าเกมนั้นใช้ระบบใดในการเล่น โดยในการวิจัยครั้งนี้ผู้วิจัยสนใจในเกมระบบออนไลน์ ไว้ดังนี้

เกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์มีบนเครือข่ายมานานแล้วแต่นิยมเล่นในวงการที่จำกัด เราเรียกเกมลักษณะนี้ว่า Multi Player Game Online และ Massive Multiplayer Online Game

Multi Player Game Online เช่น การเล่นเกมกรูออนไลน์ เล่นเป็นคู่ แต่ผู้อื่นสามารถเข้าไปดูได้เหมือนนั่งล้อมวงกัน ผู้สนใจสามารถดาวน์โหลดโคดไคลเอนต์ หรือระบบฐานข้อมูลคอมพิวเตอร์ที่เป็นเครือข่ายลูกที่ทำการประมวลผลต่อจากเครื่องหลักหรือเซิร์ฟเวอร์ ซึ่งจะนำโปรแกรมมาติดตั้ง จากนั้นจะเชื่อมโยงไปในเซิร์ฟเวอร์ เพื่อหาผู้ที่อยากจะเล่นด้วยเซิร์ฟเวอร์จะทำ

หน้าที่รับลงทะเบียนผู้เล่นมาเก็บข้อมูลพื้นฐานของผู้เล่นแต่ละคน และประวัติการเล่นเพื่อคำนวณระดับหรืออันดับผู้เล่นแต่ละคน สังเกตว่าการทำงานทุกอย่างเซิร์ฟเวอร์จะเป็นผู้ทำและจัดทำไว้เอง รวมทั้งของผู้ดูแล การทำงานระหว่างไคลเอนต์จึงเป็นการส่งข้อมูล สถานของเกมต่างๆ ไปให้ผู้เล่นแต่ละฝ่าย และผู้เล่นที่ขอลูกเกม

การรับส่งข้อมูลในกลุ่มจึงเป็นเรื่องสำคัญที่สุด จึงต้องทำให้ปริมาณการส่งนั้นคุ้มค่าที่สุด การรับส่งจึงเฉพาะสถานะของเกมในแต่ละขณะ เพื่อที่จะทำให้เกิดการชิงโครในค้ได้ ผู้ร่วมวงทุกคนก็จะได้เห็นสถานะเดียวกัน แต่อย่างไรก็ตามมีเวลาในช่วงการส่งข้อมูลทำให้ต้องมีการอัปเดตระหว่างกันตลอดเวลา

Massive Multiplayer Online Game เกมออนไลน์รุ่นแรก เช่น สตาร์คราฟ หรือเกมต่อสู้ที่มีผู้เล่นจำกัด ซึ่งผู้พัฒนาได้มองเห็นขีดความสามารถของคอมพิวเตอร์ ที่รองรับภาพกราฟฟิกที่ดีได้สร้างรูปแบบ 3D หรือเกมที่มีมิติมากขึ้น จึงเป็นที่มาของเกมประเภทนี้เริ่มแพร่หลายและประสบความสำเร็จสูง เริ่มจากที่มีผู้นิยมสูงมาก

ภาพรวมของเกมนี้คือเซิร์ฟเวอร์และไคลเอนต์มีการเชื่อมโยงอยู่ตลอดเวลาโดยให้ฝั่งไคลเอนต์ได้ทำงานอย่างเต็มที่ ด้านฝั่งไคลเอนต์จึงเป็นส่วนโปรแกรมที่ใช้แสดงกราฟฟิกและภาพต่างๆ ดังนั้นการเล่นประเภทนี้ ฝั่งเซิร์ฟเวอร์จึงเป็นคลังข้อมูลหรือฐานข้อมูลแบบออนไลน์ ที่ปรับปรุงตลอดเวลา เมื่อเกิดการส่งข้อมูลระหว่างไคลเอนต์เซิร์ฟเวอร์เป็นศูนย์กลางของการทำงานก็จะมีปริมาณที่มามากและสร้างภาระให้กับเซิร์ฟเวอร์เช่นกัน ทำให้ขนาดซีพียู ต้องมีขนาดเป็นพิเศษเช่นกัน เป้าหมายจึงเป็นการผลักภาระ ไปทำงานที่ฝั่ง ไคลเอนต์ให้มากที่สุด และรับส่งเฉพาะข้อมูลที่เปลี่ยนแปลง เพื่อว่าคำนวณข้อมูลที่รับส่งจะมีค่ามากเกินไป การรับส่งข้อมูลจึงต้องเปลี่ยนเป็นรหัสที่ต้องลดขนาดข้อมูลให้ได้มากที่สุด

จุดมุ่งหมายของเกม

การเล่นเกมนี้อาจมีอยู่หลายเหตุผล แล้วแต่นักคิด บางคนต้องการเล่นเกมนี้เพื่อความสนุกสนานคลายเครียด บางคนเข้ามาเล่นเพื่อหาเพื่อนใหม่หรือคุยกับเพื่อน ๆ บางคนก็เข้ามาเล่นเพื่อต้องการทำธุรกิจ ธุรกิจที่ว่าก็คือการนำเงินในเกมหรือสิ่งของต่าง ๆ ออกไปขายเป็นเงินจริง ซึ่งปัจจุบันก็เป็นปัญหาอีกปัญหาหนึ่งที่เกิดขึ้นเนื่องจากผู้เล่นเกมต้องการให้ตัวละครของตนมีความสามารถอยู่ในระดับสูง โดยไม่ต้องการเสียเวลาในการเล่นเพื่อสะสมของหรือเพิ่มระดับพลังต่าง ๆ จึงขอซื้อเป็นเงินจริงจากผู้เล่นคนอื่นแทนทำให้เกิดธุรกิจนี้ขึ้น

ความจริงแล้วปัญหาต่าง ๆ ไม่ได้เกิดขึ้นจากตัวเกมเสียทีเดียว แต่เกิดขึ้นจากอุปนิสัยของผู้เล่นมากกว่า เช่น เล่นจนแยกแยะไม่ออกว่าความจริงกับเกมมันเป็นคนละส่วนกัน เล่นจนไม่รู้จักแบ่งเวลา ไม่ทำหน้าที่อย่างอื่นที่ควรทำ เล่นจนขาดสติ ไม่มีเงินเล่นก็พยายามกระทำความผิดกฎหมายเพื่อให้ได้เงินมาเล่นเกม หรือหารายได้จากการเล่นเกมโดยนำสิ่งที่ตนสะสมไว้มากขายเพื่อสร้างรายได้จริง

นอกจากนี้ยังมีการรวมกลุ่มกันหรือร่วมกันกลั่นแกล้ง ทำร้ายผู้เล่นอื่น ๆ ในเกมด้วย ซึ่งทางรัฐก็พยายามหาทางที่จะแก้ปัญหาเหล่านี้อยู่ โดยมีการออกกฎบังคับใช้ให้บริษัทผู้แทนให้บริการ เกมเปิดปิด Server เป็นเวลา คือ เปิด 6 โมงเช้า ปิด 4 ทุ่ม ซึ่งดูเหมือนจะยังเลวร้ายขึ้น เพราะผู้เล่นที่ซื้อเวลาแล้วก็อยากเล่นให้คุ้ม ทำให้เด็กนักเรียน โค้ชเรียนมานั่งเล่นเกมกลัวใช้เวลาเล่นได้ไม่เต็มที่ ก็เป็นเรื่องที่น่าเป็นห่วงอยู่ไม่น้อย ซึ่งทางรัฐบาลก็คงจะต้องหาวิธีอื่น ๆ ที่เหมาะสมในการป้องกันและแก้ปัญหาต่อไป

ปัญหาเด็กติดเกมคอมพิวเตอร์

วัยรุ่นเป็นช่วงวัยที่อยู่ในช่วงวัยแห่งการเปลี่ยนแปลงผ่านทั้งร่างกาย จิตใจ และสังคม เนื่องด้วยกระแสแห่งการเปลี่ยนแปลงอย่างรวดเร็วของสังคม การเปิดรับข้อมูลข่าวสารแบบไร้พรมแดนก่อให้เกิดการหลั่งไหลของวัฒนธรรมจากทั่วโลก ส่งผลให้เด็กวัยรุ่นมีการรับรู้ ความคิด ทักษะ และพฤติกรรมที่เสี่ยงต่อการเกิดปัญหาสังคมมากขึ้นทั้งปัญหาพฤติกรรมทางเพศ พฤติกรรมความรุนแรง การก่ออาชญากรรม การติดยาเสพติด การพนัน ด้วยการขาดสติควบคุมตนเอง อันเป็นผลพวงของความก้าวหน้าทางเทคโนโลยี ที่ถูกใช้ในทางทำลายและมีอิทธิพลร้ายแรงต่อตัววัยรุ่น จากเอกสารสรุปสถานการณ์ปัญหาเด็กและเยาวชนที่ต้องแก้ไขอย่างเร่งด่วน โดยจากการศึกษาระหว่างปี พ.ศ. 2550-2551 ของสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ พบว่า เด็กติดเกมเป็นปัญหามากในขณะนี้ โดยเด็กและเยาวชนอายุระหว่าง 9 – 15 ปี จำนวน 2,452 คน 5 จังหวัด คือ กรุงเทพฯ ราชบุรี สุรินทร์ และสุราษฎร์ธานี พบว่าร้อยละ 13.3 กลุ่มที่กำลังติดเกมมีอายุเฉลี่ย 11 ปี เมื่อเปรียบเทียบกับจำนวนเด็กไทยทั้งหมดของประเทศ จำนวน 10 ล้านคน ถือว่ามีเด็กติดเกมถึง 1.3 ล้านคน เป็นตัวชี้วัดว่าขณะนี้สถานการณ์เด็กติดเกมอยู่ในภาวะวิกฤตที่จำเป็นต้องแก้ไขอย่างเร่งด่วน โดยเกมที่นิยมเล่นมากที่สุดคือ เกมบู๊ล้างผลาญ เกมเกี่ยวกับเพศ นุ่งน้อยห่มน้อย โดยเฉพาะเกม Special Force สำหรับปัจจัยที่มีผลต่อการติดเกมประกอบด้วยตัวเด็กเอง ครอบครัวการเลี้ยงดูของผู้ปกครอง ด้านสิ่งแวดล้อมและเพื่อน โดยเด็กผู้ชายมีโอกาสเสี่ยงติดเกมสูงกว่าเด็กผู้หญิง 1.6 เท่า ความเครียด และการขาดทักษะในการจัดการกับความเครียดอย่างเหมาะสม เป็นสาเหตุสำคัญอย่างหนึ่งที่ทำให้เด็กติดเกม โดยเด็กที่ติดเกมใช้การเล่นเกมเพื่อคลายเครียดสูงเป็น 6 เท่าของเด็กที่ไม่ติดเกม เด็กที่ติดเกมมักเบื่อกับการเรียน รู้สึกไม่มีความสุขในชีวิต ส่วนลักษณะนิสัยของเด็กที่สัมพันธ์กับการติดเกม ได้แก่ สมาธิสั้น คือ ขอบเขต ขอบตอรอง เครียดง่าย ชน อยู่ไม่นิ่ง

ชอบความตื่นเต้นท้าทาย และชอบเอาชนะ นอกจากนี้ยังพบว่าเด็กที่เล่นเกมออนไลน์มีความเสี่ยงต่อการติดเกมมากกว่าเด็กที่ไม่ได้เล่นเกมออนไลน์เกือบ 4 เท่า ผู้ปกครองมีส่วนสำคัญ ขึ้นกับวิธีการอบรม สั่งสอน เลี้ยงดู เพราะหากใช้เหตุผลเด็กจะลดโอกาสติดเกมลงถึง 7 เท่า นอกจากนี้ผู้ปกครองควรเปลี่ยนแนวคิดใหม่ เช่น การให้ลูกเล่นเกมเพราะกลัวลูกเหงา การให้ลูกเล่นเกมเพราะต้องการให้ลูกอยู่นิ่งๆ การให้ใช้คอมพิวเตอร์เลี้ยงลูก หรืออนุญาตทุกครั้งที่ลูกอยากเล่น เป็นการเพิ่มโอกาสให้เด็กติดเกมทั้งสิ้น จากการสำรวจพบว่าภายในประมาณ 2 ปีข้างหน้า อายุเฉลี่ยเด็กติดเกมจะลดลงเหลือแค่ 5 ขวบครึ่งถึง 9 ขวบ หรือเริ่มติดเกมตั้งแต่ระดับอนุบาล 3 (ชาญวิทย์ พรนภดล, 2552)

อีกทั้งจากการการสำรวจของ เอแบคเรียลไทม์โพล (ABAC Real-Time Survey, 2552) เรื่อง การไม่จำกัดเวลาเล่นเกมคอมพิวเตอร์ของเด็ก กับปัญหาเด็กติดเกม โดยศึกษาประชาชน 17 จังหวัดทั่วประเทศ อาทิ กรุงเทพฯ เชียงใหม่ ลพบุรี ขอนแก่น สงขลา จำนวน 1,775ครัวเรือน เมื่อวันที่ 26 กรกฎาคม 2552 พบว่า กลุ่มตัวอย่างร้อยละ 71.2 สามารถเดินทางไปถึงร้านเกมคอมพิวเตอร์ได้ภายใน 30 นาที จากที่พักอาศัย ซึ่งส่วนใหญ่ร้อยละ 96.9 เชื่อว่า การปล่อยให้เด็กเล่นเกมแบบไม่จำกัดเวลา จะทำให้เด็กติดเกมมากขึ้น และร้อยละ 96.6 บอกว่า การติดเกมทำให้การเรียนตกต่ำ “กลุ่มตัวอย่าง เกือบร้อยละ 90 ยืนยันว่าการติดเกมทำให้เด็กมีพฤติกรรมก้าวร้าว รุนแรง รวมถึง มีการมั่วสุม ที่อาจไปสู่การประพาศผิด และ ร้อยละ 78 บอกว่า การเล่นเกมนำไปสู่การพนัน อีก ร้อยละ 80 บอกว่า อาจลักเล็กขโมยน้อย และ ร้อยละ 71.6 คิดว่าจะไปข่มขู่คิด โกงคนอื่น ที่สำคัญ ร้อยละ 84.3 เชื่อว่าเด็กที่ติดเกม จะสนใจช่วยเหลือสังคมและเห็นใจผู้อื่นน้อยลง นอกจากนี้กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ ร้อยละ 86 ระบุว่า รัฐบาลไม่ควรอนุญาต ให้ร้านเกมเปิดบริการให้เด็กอายุต่ำกว่า 18 ปี เล่นเกมในร้านเกมได้นานกว่าวันละ 3 ชม. และ ร้อยละ 87 ไม่เห็นด้วยที่จะมีการยกเลิกมาตรการควบคุมเวลาเล่นเกมของเด็กอายุต่ำกว่า 18 ปี ไม่ให้เกินวันละ 3 ชม. (นพดล กรรณิกา, 2552)

ในอดีตนั้นเกมมีในรูปแบบของวีดีโอเกม แล้วจึงพัฒนาขึ้นเรื่อย พร้อมกับเทคโนโลยีที่ก้าวล้ำนำสมัย เกมมีสีสัน มีความสนุกสนานมากขึ้นมีการเพิ่มระบบสามมิติลงไปในเกมให้ดูเสมือนจริง มีการจำลองสถานการณ์จริงลงไปในเกม จากเกมง่าย ๆ ไปสู่เกมที่สลับซับซ้อน อีกทั้งสามารถติดต่อสื่อสารกันผ่านทางเกมได้ และเกมมีหลากหลายรูปแบบให้เลือกเล่น จึงทำให้เกิดความนิยมกันอย่างแพร่หลาย ในกลุ่มเด็ก และวัยรุ่นผู้ที่กำลังจะก้าวไปเป็นอนาคตของชาติ ซึ่งเกมนั้นทำให้เกิดปัญหาต่าง ๆ มากมายทั้งปัญหากับตัวเด็กเอง ปัญหากับครอบครัว หรือกับทางโรงเรียน สุดท้ายกลายเป็นปัญหาสังคมที่อยากจะแก้ไข ผู้วิจัยจึงสนใจที่จะใช้กระบวนการกลุ่มเพื่อการใช้กระบวนการกลุ่มในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการติดเกมคอมพิวเตอร์ ของนักเรียน รวมถึงสามารถจัดการกับปัญหาต่าง ๆ ได้และมีพฤติกรรมที่ถูกต้องต่อไปในอนาคต

แนวคิดเกี่ยวกับกระบวนการกลุ่ม

ความหมายของกระบวนการกลุ่ม

สำหรับกระบวนการกลุ่มนั้น ได้มีผู้อธิบายความหมายไว้มากมายดังต่อไปนี้

วินิจ เกตุขำ และคมเพชร ฉัตรศุภกุล (2522) กล่าวว่า กระบวนการกลุ่มเป็นที่รวมแห่งประสบการณ์ของบุคคลหลายฝ่ายที่มาพบปะสังสรรค์กันด้วยความรู้สึกร่วมกัน ความสัมพันธ์ซึ่งกันและกัน เรียกว่าเกิดปฏิสัมพันธ์ ช่วยให้ค้นพบวิธีการแก้ปัญหาที่น่าพอใจร่วมกันทำให้แต่ละคนมีโอกาสแลกเปลี่ยนความรู้และประสบการณ์ระหว่างกัน

พล แสงสว่าง (2545) ได้ให้ความหมายของกระบวนการกลุ่ม ไว้ว่า กระบวนการกลุ่ม (Group Dynamic หรือ Group Process) หมายถึง การปฏิสัมพันธ์ของสมาชิกในกลุ่ม ตั้งแต่ 2 คน ขึ้นไป ซึ่งนำมาสู่การเปลี่ยนแปลงหรือเปลี่ยนทิศทาง (Movement) โดยใช้รูปแบบของการปฏิสัมพันธ์ 4 ประการ คือ มีจุดหมายอย่างเดียวกัน และยอมรับและเข้าใจในเอกภาพของกลุ่ม

คาร์ท ไรท์ และเซนเดอร์ (Cart Wright & Zender)(อ้างใน สุขศึกษาเพื่อพัฒนาพฤติกรรม สุขภาพ, 2540) กล่าวว่า กระบวนการกลุ่มเป็นการใช้วิธีการต่าง ๆ เช่น การแสดงบทบาทสมมติ การประชุมกลุ่ม (Buzz Session) การสังเกต (Observation) การสะท้อนให้เห็นพฤติกรรมกลุ่ม (Feedback) การอภิปรายกลุ่ม (Group Discussion) ซึ่งจะทำให้เกิดแนวคิดที่กว้างขวางเกิดการฝึกทักษะในการสร้างความสัมพันธ์กับบุคคลทั่วไป ตลอดจนการให้คำปรึกษาหารือซึ่งกันและกัน

พอจะสรุปได้ว่า กระบวนการกลุ่มเป็นกระบวนการที่เน้นการมีปฏิสัมพันธ์ระหว่างบุคคลในกลุ่ม สมาชิกกลุ่มได้ร่วมทำกิจกรรมสิ่งใดสิ่งหนึ่งในกลุ่ม โดยกิจกรรมนั้นได้พิจารณาไตร่ตรองแล้วว่าเหมาะสมกับสมาชิกกลุ่ม ก่อให้เกิดการเรียนรู้และสามารถนำสิ่งที่ได้รับภายในกลุ่มมาแก้ไขประยุกต์ใช้ในชีวิตประจำวันให้ไปในทิศทางที่ถูกต้องเหมาะสม นอกจากนั้นการรวมกลุ่มเพื่อแก้ไขปัญหานี้จะส่งผลไปสู่การรู้จักตนเอง รู้จักการทำงานร่วมกับผู้อื่นให้เป็นไปได้ด้วยดีอีกด้วย

อิทธิพลของกระบวนการกลุ่ม

สุชา จันทร์โธม (2533) กล่าวว่า เมื่อนมนุษย์เข้ามาอยู่ในกลุ่ม กลุ่มหรือสมาชิกของแต่ละคนภายในกลุ่มย่อมมีอิทธิพลต่อกัน ซึ่งสรุปได้ดังต่อไปนี้

1. มีอิทธิพลต่อการกระทำต่าง ๆ เมื่อบุคคลเข้ามาอยู่ในกลุ่ม หรือแผนงานต่าง ๆ ที่เป็นลักษณะของแต่ละคนจะเปลี่ยนไป ลักษณะของกลุ่ม ลักษณะเป็นการกระทำหรือทำงานร่วมกันทำให้งานสำเร็จเร็วที่สุด
2. มีอิทธิพลต่อความสัมพันธ์และความคิด ความสัมพันธ์ภายในกลุ่มมีผลต่อพฤติกรรมของสมาชิกกลุ่ม ยิ่งถ้าเราให้มีการแสดงความคิดเห็นกันอย่างเปิดเผยก็ยิ่งจะมีอิทธิพลมาก

3. มีอิทธิพลในการกระทำแรงจูงใจในการกระทำต่าง ๆ พฤติกรรมภายในกลุ่มมีทั้งลักษณะที่มีการแข่งขัน (Competition) และมีลักษณะให้ความร่วมมือ (Cooperation) เพราะฉะนั้นในการวางแผนหรือการจูงใจนั้น เราควรคำนึงถึงมาตรฐานของกลุ่มใหญ่ เมื่อเด็กเข้ามาอยู่ในกลุ่มก็พยายามปรับปรุงตัวเอง เพื่อยอมรับมาตรฐานของกลุ่ม เพราะจะทำให้รู้สึกเป็นพวกเดียวกัน

จุดมุ่งหมายของกระบวนการกลุ่ม (ถวิล ธาราโกชน อ่างในกองสุขศึกษา, 2540)

1. เพื่อให้เกิดความรู้ความเข้าใจเกี่ยวกับลักษณะสำคัญของกระบวนการกลุ่ม
2. เพื่อให้เข้าใจถึงหลักวิธีการในการทำงานของกลุ่ม
3. เพื่อให้รู้จักแลกเปลี่ยนความคิดเป็นซึ่งกันและกัน อันเป็นแนวทางต่าง ๆ ของการแก้ปัญหาของกลุ่ม

4. เพื่อให้เกิดความเข้าใจตนเอง เข้าใจผู้อื่น ซึ่งเป็นการสร้างความสัมพันธ์อันดีในการทำงานร่วมกันเป็นกลุ่ม

5. เพื่อให้บุคคลได้เสริมสร้างและพัฒนาศักยภาพของตนเองให้มีประสิทธิภาพยิ่งขึ้น

6. เพื่อให้ได้นำเอาสิ่งที่ได้จากการเรียนรู้ในกระบวนการกลุ่มนำมาใช้ในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม

ประโยชน์ของกระบวนการกลุ่ม

ในการทำกระบวนการกลุ่มนั้น วินิจ เกตุขำ (2522) ได้สรุปประโยชน์ไว้ดังนี้

1. ผลงานที่กลุ่มสร้างออกมา (Product)
2. กระบวนการทำงานของกลุ่ม (Process) ซึ่งมีดังนี้
 - ประโยชน์ในด้านพัฒนาการค่านิยม (Development Values)
 - สนองความต้องการพื้นฐาน เช่น ความต้องการเป็นส่วนหนึ่งของสมาชิกกลุ่มสร้างความอบอุ่นใจแก่สมาชิกเกิดความมั่นใจ
 - ความต้องการความปลอดภัย
 - ความต้องการยอมรับจากหมู่คณะ
3. การสร้างพัฒนาการด้านอารมณ์และสังคม ทำให้สมาชิกได้รู้จักปฏิบัติตัวเมื่ออยู่ในสังคม การควบคุมการแสดงออกทางอารมณ์
4. การพัฒนาการด้านทัศนคติ การแก้ไขปัญหายาเสพติดนั้นมุ่งเน้นที่จะพัฒนาด้านทัศนคติที่ดีจึงจะทำให้อยู่ร่วมกับผู้อื่นได้ ประโยชน์ในด้านการบำบัดช่วยให้บุคคลได้พัฒนาตัวเอง

ประเภทของกลุ่ม (อุบล นิวัติชัย, 2539) แบ่งได้ดังนี้

1. กลุ่มผู้ให้ความรู้ผู้ให้ข้อมูล วัตถุประสงค์ของกลุ่มเป็นการให้ความรู้ คำแนะนำหรือผู้ที่เกี่ยวข้องการดูแลตนเองและสุขภาพมักไม่อาศัยกระบวนการกลุ่มและหลักทางจิตวิทยามากนัก เพราะผู้บอกมักจะได้รับความเชื่อถืออยู่ และสมาชิกกลุ่มก็พร้อมจะปฏิบัติตามอยู่แล้วลักษณะของกลุ่มนี้จะใช้ประโยชน์เพื่อการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพได้ เมื่อสมาชิกเข้าใจปัญหาของตัวเองอยู่แล้วว่าเขาควรรู้ เขาข้อมูล

2. กลุ่มบำบัดหรือการปรึกษาปัญหาแบบกลุ่ม วัตถุประสงค์ของกลุ่มเป็นการพัฒนาสมาชิกในด้านความคิด การแก้ปัญหาต่าง ๆ ด้วยตนเอง โดยมีพื้นฐานความเชื่อที่ว่าคนแก้ปัญหาตนเองได้ แต่เนื่องจากมีอารมณ์ความกังวลหรือขาดประสบการณ์ ทำให้ดูเหมือนว่าแก้ไขไม่ได้ กระบวนการกลุ่มจะช่วยสมาชิกได้รู้จักตนเอง ได้มองเห็นปัญหาของเขา และแลกเปลี่ยนวิธีการแก้ไขปัญหาของตนกับกลุ่ม ได้พัฒนาความมั่นใจที่จะกระทำพฤติกรรมสุขภาพใหม่ ๆ ที่เขาต้องการ ตลอดจนการประคับประคองจิตใจซึ่งกันและกัน กลุ่มลักษณะนี้ผู้นำกลุ่มจะต้องอาศัยความเข้าใจเรื่องกระบวนการกลุ่มและทักษะในการเอื้อสมาชิกได้พัฒนาตนเองในการแก้ปัญหาด้วยตนเอง และอาศัยความเต็มใจของสมาชิกที่จะมีส่วนร่วมด้วย

3. กลุ่มจิตบำบัดหรือกลุ่มเพื่อการรักษาบำบัดผู้ที่มีความบกพร่องทางจิตวัตถุประสงค์ของกลุ่มเป็นการรักษาความเสื่อมหน้าที่ของจิตใจ บุคลิกภาพ กลุ่มลักษณะนี้อาศัยความชำนาญเฉพาะของผู้นำกลุ่มที่จะวินิจฉัยปัญหา ระบุปัญหา โดยพิจารณาจากประวัติในอดีตที่นำมาสู่ความยุ่งยากทางอารมณ์ การเสียน้ำตาในชีวิตประจำวัน กระบวนการกลุ่มไม่เน้นประสบการณ์ร่วมของสมาชิก แต่ขึ้นกับผลการวินิจฉัยปัญหาหรือความเจ็บป่วยความผิดปกติต่าง ๆ

กระบวนการเตรียมสมาชิกกลุ่ม

การเตรียมสมาชิกกลุ่มนั้นจะคำนึงถึงสิ่งต่อไปนี้

1. เป้าหมายและจุดมุ่งหมายของกลุ่ม ผู้นำกลุ่มจะต้องแจ้งเป้าหมายและจุดมุ่งหมายของกลุ่มแก่สมาชิกทุกคนอย่างชัดเจนแจ่มแจ้ง

2. ระยะเวลา ความถี่ในการพบประชุมกลุ่มและสถานที่ ผู้นำกลุ่มจะพิจารณาและแจ้งให้สมาชิกทราบก่อนเริ่มกลุ่ม

3. การมาเข้ากลุ่ม ผู้นำกลุ่มจะจัดเตรียมให้สมาชิกเป็นความสำคัญของการเข้ากลุ่มอย่างสม่ำเสมอ และจำเป็นมาเข้ากลุ่มไม่ได้จะต้องแจ้งให้สมาชิกกลุ่มทราบทุกครั้ง

4. สมาชิกที่ไม่เหมาะกับกลุ่ม เช่น ผู้ที่หวาดระแวงเกินไป หมกมุ่นกับตนเองมาก ๆ ซึมเศร้าอย่างหนัก และคิดจะฆ่าตัวตายตลอดเวลา เป็นต้น

5. การสิ้นสุดกลุ่ม ควรปิดลงด้วยความหวังและมุมมองในด้านบวก เพื่อสมาชิกจะได้กลับไปดำรงชีวิตอย่างเข้มแข็ง และคำนึงถึงการค้นหาความหมายในชีวิต การให้ความมั่นใจเป็นสิ่งที่พึงส่งเสริมในตอนสุดท้ายของกลุ่ม สมาชิกกลุ่มได้มีส่วนร่วมส่งเสริมประสบการณ์ด้านบวกซึ่งกันและกัน

ขั้นตอนการดำเนินงานของกลุ่มมี 5 ขั้นตอนดังนี้ (นิมอณรงค์ งามประภาส, 2549)

1. ขั้นรวมกลุ่ม เป็นขั้นแรกที่สมาชิกมาร่วมกัน ถ้ายังไม่รู้จักกัน ก็จะสงวนท่าที จึงเป็นหน้าที่ของผู้นำกลุ่มที่ต้องประสานงานให้สมาชิกในกลุ่มรู้จัก และคุ้นเคยกัน
2. ขั้นตอนกำหนดจุดหมายหมาย เป็นระยะที่กลุ่มเริ่มคิดถึงเป้าหมายของกลุ่ม และภารกิจของกลุ่มที่จะต้องรับผิดชอบในขั้นนี้ ผู้นำจะมีบทบาทร่วมกับสมาชิก ในการกำหนดเป้าหมายของการร่วมกระบวนการกลุ่ม และการทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่สมาชิกของกลุ่มต้องปฏิบัติร่วมกัน
3. ขั้นตอนระดมความคิด เป็นขั้นที่บรรยากาศของการดำเนินงานกลุ่มเริ่มจริงจังมากขึ้น สมาชิกภายในกลุ่มพยายามกำหนด ร่างกฎเกณฑ์ และระเบียบกลุ่มในขั้นนี้ผู้นำกลุ่มอาจมีบทบาท 2 ประการ ปล่อยให้สมาชิกดำเนินการ ไปลำพัง หรือเข้าร่วมในฐานะเป็นสมาชิกกลุ่ม
4. ขั้นกระชับความสัมพันธ์ เป็นขั้นที่กลุ่มคุ้นเคย และเข้าใจบทบาทของตนเองเป็นอย่างดี จึงทำให้การดำเนินงานเป็นไปได้อย่างดี
5. ขั้นสลายตัว เป็นขั้นสุดท้ายเมื่อสมาชิกกลุ่มได้ร่วมมือดำเนินการตามภารกิจที่ได้รับมอบหมายจนบรรลุเป้าหมายแล้ว ภารกิจของกลุ่มเริ่มลดลง ทำให้กลุ่มเริ่มสลายตัว

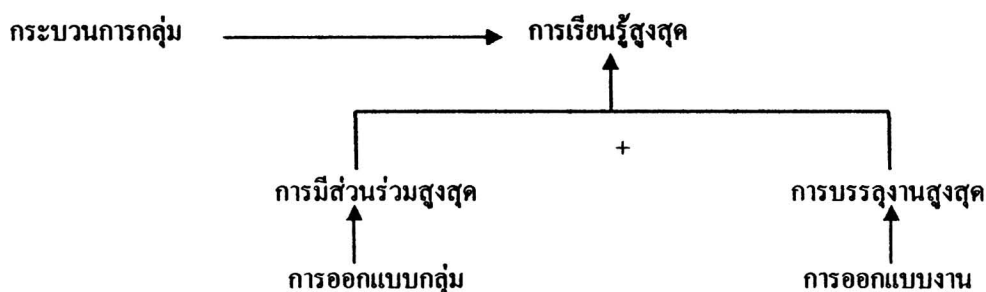
โครงสร้างทางกายภาพของการทำกลุ่ม

1. ลักษณะของกลุ่ม ควรจะเป็นลักษณะของกลุ่มปิด โดยกลุ่มจะ ไม่มีการรับสมาชิกใหม่ แม้ว่าสมาชิกกลุ่มจะออกจากกลุ่มไปแล้วก็ตาม เพราะอาจทำให้เกิดปัญหาเรื่องความไว้วางใจ
2. ขนาดของกลุ่ม กลุ่มควรเล็กพอที่สมาชิกของกลุ่มแต่ละคนจะได้รู้จักกันได้ทั่วถึง สมาชิกควรมีประมาณ 5-6 คน ไม่ควรเกิน 12 คน และไม่ต่ำกว่า 3 คน ถ้าสมาชิกกลุ่มมากเกินไป จะมีปฏิสัมพันธ์กันน้อย
3. ระยะเวลาในการทำกลุ่ม แต่ละครั้งควรใช้เวลาประมาณ 45 นาที ถึง 1 ชั่วโมง 30 นาที สูงสุดควรไม่เกิน 2 ชั่วโมง ขึ้นอยู่กับลักษณะกลุ่มและความพร้อมของสมาชิก สำหรับความถี่นั้น ควรอยู่ในช่วง 1-2 ครั้ง/สัปดาห์ ขึ้นอยู่กับพัฒนาการของกลุ่ม การประชุมกลุ่มอย่างต่อเนื่องจะช่วยให้สมาชิกมีเวลาที่จะพัฒนาและเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมได้มากขึ้น การประชุมกลุ่มอาจจะจัดทุกวัน รายสัปดาห์ หรือกลุ่มสุดสัปดาห์ก็ได้

4. สถานที่จัดกลุ่มควรมีลักษณะเป็นส่วนตัว เป็นสัดส่วน ปราศจากการรบกวนอากาศ ถ่ายเทสะดวก จัดสถานที่นั่งให้พอนั่งล้อมวงได้ และสมาชิกสามารถมองเห็นกันชัดเจนสถานที่ไม่ต้องมีอุปกรณ์มากนัก อาจมีเก้าอี้ให้สมาชิกนั่งหรือนั่งล้อมวงกับพื้นก็ได้

การเรียนรู้โดยกระบวนการกลุ่ม

แนวคิดเรื่องกระบวนการกลุ่มเป็นแนวคิดที่จะช่วยให้ผู้เรียนได้มีส่วนร่วมมากที่สุดบรรลุงานงานหรือทำงานสำเร็จลุล่วงตามที่กำหนดไว้ ซึ่งสามารถเขียนเป็นแผนภูมิได้ดังนี้



แผนภาพ 1 การเรียนรู้โดยกระบวนการกลุ่ม อธิบายได้ว่า

- ผู้เรียนจะสามารถมีส่วนร่วมสูงสุด หรือได้ร่วมในกิจกรรมการสอนได้มากที่สุดนั้น ขึ้นอยู่กับการออกแบบขนาดของกลุ่มหรือจำนวนสมาชิกในกลุ่ม ซึ่งขนาดของกลุ่มจะเล็กหรือใหญ่ ขึ้นกับชนิดของงานและความยากง่ายของงาน
- ส่วนการบรรลุงาน หรือการที่ผู้เรียนสามารถทำงานได้บรรลุจุดหมาย หรือในทางการศึกษาเรียกว่า บรรลุจุดประสงค์การเรียนรู้ นั้นขึ้นอยู่กับ การออกแบบงาน ซึ่งก็คือ กิจกรรมที่ผู้สอนกำหนดขึ้นแล้วเขียนอธิบายลงในใบงานหรือใบกิจกรรมให้ผู้เรียนได้เข้าใจชัดเจนลงมือปฏิบัติได้

การออกแบบกลุ่มเพื่อการมีส่วนร่วมสูงสุด

กลุ่มมีหลายประเภท อาจจำแนกเป็น 2 ลักษณะใหญ่ๆ คือ

1. กลุ่มพื้นฐาน ได้แก่ กลุ่ม 2 คน กลุ่ม 3 คน กลุ่มย่อยระดมสมอง และกลุ่มเล็ก กลุ่มพื้นฐานใช้มากในการออกแบบกลุ่มสำหรับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม
2. กลุ่มที่ประยุกต์จากกลุ่มพื้นฐาน ได้แก่ กลุ่มไขว้ (Cross-Over Group) กลุ่มแบ่งย่อย (Sup Group) และกลุ่มปิรามิด (Pyramid Group)

กลุ่มแต่ละชนิดมีข้อบ่งใช้ และข้อจำกัดต่างกัน ดังรายละเอียดต่อไปนี้

ตาราง 1 การออกแบบกลุ่ม ประเภทกลุ่มพื้นฐาน

ประเภทกลุ่ม	ความหมาย	ข้อบ่งใช้	ข้อจำกัด
กลุ่ม 2 คน	ผู้เรียนจับคู่กันทำกิจกรรมที่ได้รับมอบหมาย	ทุกคนมีส่วนร่วมในเวลาสั้น ๆ กิจกรรมหรืองานที่ง่าย	ขาดความหลากหลายทางความคิดได้ข้อสรุปที่ไม่ลึกซึ้ง
กลุ่ม 3 คน	ผู้เรียนรวมกัน 3 คน ทำกิจกรรมตามที่ได้รับมอบหมาย	เหมาะสมสำหรับการฝึกปฏิบัติตามบทบาทที่กำหนดให้ได้มีการหมุนเวียนฝึกทุกบทบาท	ถ้าใช้กลุ่ม 3 คนในการระดมความคิดหรืออภิปรายจะขาดความหลากหลายทางความคิดและได้ข้อสรุปที่ไม่ลึกซึ้ง
กลุ่มย่อยระดมสมอง	เป็นการรวมกลุ่มกัน 3-4 คนเพื่อระดมความเห็น	ต้องการให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมระดมความคิดในเวลาสั้น ๆ โดยไม่ต้องการข้อสรุปที่ลึกซึ้ง	ขาดความลึกซึ้งในเนื้อหา
กลุ่มเล็ก	เป็นการจัดกลุ่ม 5-6 คน ทำกิจกรรมที่ได้รับมอบหมาย	ให้สำหรับกิจกรรมที่ต้องการให้มีแลกเปลี่ยนความคิดเห็นอภิปรายอย่างลึกซึ้งจนได้ข้อสรุป	ใช้เวลามาก
กลุ่มใหญ่	กลุ่มขนาด 15-30 คน หรือทั้งชั้น	ต้องการรวบรวมความเห็นของสมาชิกทั้งหมดต้องการให้มีการสรุปแนวคิดที่ต้องมีการโต้แย้งเพื่อไปสู่การสรุปของสมาชิกทั้งหมด	สมาชิกมีส่วนร่วมได้น้อยหรือจะมีส่วนร่วมเฉพาะคนที่สนใจผู้นำอภิปรายต้องใช้ทักษะการสื่อสารเป็นอย่างดีจึงจะดำเนินการมีส่วนร่วมได้มาก

ตาราง 2 การออกแบบกลุ่ม ประเภทกลุ่มที่ประยุกต์จากกลุ่มพื้นฐาน

ประเภทกลุ่ม	ความหมาย	ข้อบ่งใช้	ข้อจำกัด
กลุ่มไขว้	เป็นการจัดกลุ่ม 2 ขั้นตอน โดยขั้นแรกแบ่งกลุ่มให้ผู้เรียนทำกิจกรรมเฉพาะที่ต่างกันจนได้ข้อสรุป จากนั้นให้สมาชิกรวมกลุ่มใหม่โดยให้กลุ่มที่เกิดขึ้นใหม่มีสมาชิกจากกลุ่มเดิมทุกกลุ่มเพื่อบูรณาการความรู้	- ผู้เรียนได้ใช้ศักยภาพของตนเองในการสร้างความรู้ - ผู้เรียนมีส่วนร่วมมาก และได้เนื้อหา - เหมาะสมมากในการสอนความรู้ที่เนื้อหา	- ใช้เวลามาก - ออกแบบประเด็นอภิปราย หรือออกแบบงานยาก
กลุ่มแบ่งย่อย	เป็นการจัดกลุ่ม 2 ขั้นตอน โดยเริ่มจากกลุ่มใหญ่ 8-12 คน แบ่งย่อยออกเป็นกลุ่มขนาดเล็ก 3-4 คนเพื่อทำงานที่ไม่เหมือนกันกลุ่มละ 1 งาน จากนั้นให้กลุ่มย่อยมารวมกันเพื่อรวบรวมงานให้เป็นงานชิ้นใหญ่	< ----- เหมือนกลุ่มไขว้ ----- >	
กลุ่มปริมาตร	เป็นการรวบรวมความเห็น โดยเริ่มจากกลุ่ม 2-4 คนทวีขึ้นเป็นลำดับจนรวมสมาชิกกลุ่มใหญ่ทั้งหมด	- สร้างความตระหนักและเข้าใจความรู้สึคนึกคิดของแต่ละกลุ่มหรือฝ่าย - ใช้รวบรวมความเห็นที่หลากหลายในเวลาสั้น ๆ โดยไม่มีการสรุป	- ขาดข้อสรุปและความลึกซึ้ง

การออกแบบกลุ่มที่มีประสิทธิภาพ

หมายถึง การออกแบบกลุ่มเพื่อให้มีส่วนร่วมสูงสุด จะต้องคำนึงถึงสิ่งต่อไปนี้

1. ความยากง่ายในการมีส่วนร่วม ถ้าต้องการมีส่วนร่วมสูง ควรใช้กลุ่มขนาดเล็ก กลุ่มยิ่งใหญ่สมาชิกจะยังมีส่วนร่วมได้ยากขึ้น



2. ความยากง่ายของงาน งานที่ยากมาก ๆ หรือต้องการการคิดที่ลึกซึ้งหากออกแบบกลุ่มที่เล็กมาก ๆ เช่น 2 คน สมาชิกจะทำงานได้สำเร็จยาก แต่ถ้ากลุ่มใหญ่เกินไปก็จะไม่บรรจุนานและเสียเวลากลุ่มจึงควรมีความพอเหมาะกับการทำงาน

3. การจัดสรรบทบาทให้สมาชิก หมายถึง การออกแบบกลุ่มที่ต้องการกำหนดบทบาทให้สมาชิกครบทุกคน ก็ควรกำหนดขนาดของกลุ่มตามจำนวนบทบาทที่ต้องการ เช่น การฝึกทักษะปฏิบัติที่มี 3 บทบาทก็ออกแบบกลุ่มขนาด 3 คน เป็นต้น

วิธีจัดกิจกรรมในกระบวนการกลุ่ม

การสร้างหลักสูตรในกระบวนการกลุ่ม ประกอบด้วย กิจกรรม และเกมส์ต่าง ๆ ที่ผู้วิจัยได้คัดเลือกมาจากกิจกรรมที่ใช้ในการทำกิจกรรมกลุ่มต่าง ๆ เช่น การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมทักษะการติดต่อสื่อสาร ทักษะชีวิต กลุ่มบำบัด บทบาทสมมุติ การให้คำปรึกษากลุ่ม เป็นต้น โดยแต่ละกิจกรรมมีแนวคิดและวิธีการดังนี้

1. แนวคิดเกี่ยวกับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม (Partipatory Learning)

การเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมเป็นวิธีการหนึ่งของกระบวนการกลุ่มที่สำคัญที่จะช่วยเพิ่มพูนประสบการณ์และทักษะ เนื่องจากการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมเน้นที่การเรียนรู้จากประสบการณ์ ซึ่งการเรียนรู้จากประสบการณ์นี้ ผู้เรียนต้องมีความรับผิดชอบที่จะศึกษาหาความรู้ด้วยตนเอง ได้ลงมือปฏิบัติด้วยตนเอง ฝึกฝน และพิจารณาว่าทักษะใดหรือวิธีการใดที่เหมาะสมกับตนเอง เน้นการฝึกให้ผู้เรียนได้เรียนรู้จากการปฏิบัติจริง ค้นหากรอบแนวคิดของตนเอง โดยอาศัยพื้นฐานความรู้ที่ได้เรียนมา นอกจากนี้แรงจูงใจที่สำคัญในการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม คือ ต้องมาจากภายในบุคคลเองที่ต้องการประสบการณ์แห่งความสำเร็จ รู้สึกว่าทำได้นอกจากนี้แรงจูงใจจากภายนอกก็จะมีส่วนช่วยส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ แรงจูงใจภายนอก ได้แก่ การยอมรับ การสนับสนุนจากเพื่อนในกลุ่ม ซึ่งจะเอื้ออำนวยให้เกิดการเรียนรู้

องค์ประกอบสำคัญของการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมมี 4 ประเภท

1. ประสบการณ์ เป็นการนำเอาประสบการณ์ที่มีอยู่เดิมของผู้เรียนมาเชื่อมโยง หรืออธิบายประสบการณ์หรือเหตุการณ์ใหม่ แล้วนำไปสู่การคิดเพื่อหาข้อสรุปใหม่หรือองค์ความรู้ใหม่

การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ในองค์ประกอบนี้ ก็คือการกระตุ้นให้ผู้เรียนได้ดึงเอาประสบการณ์ที่มีอยู่ในตัวผู้เรียนออกมาและเปลี่ยนระหว่างกันเท่ากับเป็นการรวบรวมมวลประสบการณ์ที่หลากหลายจากแต่ละคนเพื่อนำไปสู่การเรียนรู้สิ่งใหม่ร่วมกัน

กิจกรรมในองค์ประกอบนี้เป็นไปได้ 2 ลักษณะ คือ การตั้งคำถามเพื่อให้ได้คำตอบที่มาจากประสบการณ์ที่หลากหลายของผู้เรียนและการจัดประสบการณ์ที่จำเป็นให้แก่ผู้เรียนเพื่อกระตุ้นให้เกิดการคิด

2. การสะท้อนความคิดและอภิปราย เป็นองค์ประกอบที่ให้ผู้เรียนได้คิด วิเคราะห์ สังเคราะห์ มวลประสบการณ์ ข้อมูล หรือข่าวสาร ต่าง ๆ เพื่อให้เกิดความเข้าใจที่ถ่องแท้ชัดเจนในประเด็นต่าง ๆ

การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ในองค์ประกอบนี้ก็คือ การกำหนดประเด็นให้ผู้เรียนได้คิด ได้สะท้อนความคิด โดยการเล่าความคิดเห็นของตนเองให้ผู้อื่นรับรู้ และได้อภิปราย และเปลี่ยนความคิดเห็นระหว่างกันให้ลึกซึ้งพอที่จะทำให้เกิดความเข้าใจที่ชัดเจน หรือเกิดข้อสรุป หรือเกิดเป็นองค์ความรู้ใหม่

3. ความคิดรวบยอด เป็นองค์ประกอบที่ผู้เรียนได้เกิดความเข้าใจหรือเกิดความคิดรวบยอดในเนื้อหาความรู้ แนวคิด หรือข้อสรุปต่าง ๆ

การออกแบบกิจกรรมที่ทำให้เกิดความคิดรวบยอด อาจมาจากหลาย ๆ ทาง เช่น จากการฟังบรรยายของผู้สอน การได้ดูเทปวิดีโอ การอ่านจากเอกสาร ตำรา การสะท้อน ความคิด และอภิปราย ในกลุ่ม ฯลฯ เป็นต้น

4. การประยุกต์แนวคิด เป็นองค์ประกอบที่ผู้เรียนได้นำความคิดรวบยอด หรือข้อสรุปที่เป็นองค์ความรู้ใหม่ที่เกิดขึ้นไปประยุกต์หรือทดลองใช้ในชีวิตจริง

การออกแบบกิจกรรมเพื่อให้ผู้เรียนประยุกต์แนวคิด เช่น การทำแผนภูมิ แผนภาพ การเขียนโครงการ การเขียนคำขวัญ การจัดนิทรรศการ การฝึกปฏิบัติ การคิดวิธีปฏิบัติในสถานการณ์จริง ฯลฯ

การออกแบบกิจกรรมการเรียนรู้ หรือ “การออกแบบงาน” นั้นให้ยึดหลักว่า ควรให้ครบทั้ง 4 องค์ประกอบจึงจะเป็นการเรียนรู้ที่สมบูรณ์ แต่สามารถหมุนเวียนองค์ประกอบได้

2. แนวคิดเกี่ยวกับหลัก และวิธีสอนทักษะชีวิต (Life Skill)

ทักษะชีวิต (Life Skills) หมายถึง ความสามารถในการปรับตัวและมีพฤติกรรมที่ถูกต้อง ซึ่งจะทำให้บุคคลสามารถจัดการด้านความต้องการและสิ่งท้าทายในชีวิตประจำวันได้อย่างเหมาะสม (WHO, 1994) หรือทักษะชีวิต หมายถึง วิเคราะห์สถานการณ์พฤติกรรมของบุคคลผลจากการกระทำและการหลีกเลี่ยงสถานการณ์ (UNICEF, Thailand, 1998) และทักษะชีวิต หมายถึง จัดการสถานการณ์ที่มีความเสี่ยงเพื่อป้องกันปัญหาสุขภาพ

องค์การอนามัยโลก (WHO) ได้กล่าวถึงองค์ประกอบของทักษะชีวิตไว้ 10 องค์ประกอบ จัดเป็น 5 คู่ และสามารถจัดแบ่งตามพฤติกรรมการเรียนรู้ได้ 3 ด้าน ดังนี้

ด้านพุทธิพิสัย ได้แก่ ความคิดสร้างสรรค์ และความคิดวิเคราะห์วิจารณ์

ด้านจิตพิสัย ได้แก่ ความตระหนักรู้ในตน และความเห็นใจผู้อื่น

ด้านทักษะพิสัย มี 3 กลุ่ม ได้แก่ สร้างสัมพันธภาพ และการสื่อสาร, การตัดสินใจ และการแก้ปัญหา, การจัดการอารมณ์ และความเครียด

ในประเทศไทย ได้มีการปรับเปลี่ยนโดยจัดความคิดสร้างสรรค์ ความคิดวิเคราะห์ วิจารณ์เป็นองค์ประกอบรวม (ของทุกองค์ประกอบ อื่น ๆ) จัดเป็นความตระหนักรู้ในตน และ ความเห็นใจผู้อื่น เป็นด้านจิตพิสัยโดยเพิ่มเจตคติอีก 1 กลุ่ม คือ ความภูมิใจในตนเอง และความรับผิดชอบต่อสังคมส่วนที่เหลืออีก 3 กลุ่ม เป็นด้านทักษะพิสัย ทั้งนี้เพื่อให้เหมาะสมกับสภาพสังคม วัฒนธรรมไทยที่อยู่ในช่วงเปลี่ยนผ่าน และสับสนในด้านเจตคติและค่านิยม เพื่อให้ง่ายต่อการ จัดการเรียนการสอนและการพัฒนาวิธีการสอนของครู

หลักการจัดการเรียนรู้ทักษะชีวิต

หลักการที่สำคัญในการจัดการเรียนรู้ที่เน้นทักษะชีวิต มีดังนี้

1. จัดกิจกรรมที่ให้ผู้เรียนได้สะท้อนความคิดและวิเคราะห์ประสบการณ์ชีวิตของตนเอง
2. ชูใจให้ผู้เรียนเปลี่ยนแปลงค่านิยม ทศนคติ พฤติกรรมเดิม แล้วรับเอาค่านิยม ทศนคติ พฤติกรรมใหม่ เข้ามาใช้

3. ให้ความสำคัญกับการแก้ไขปัญหาไม่ใช่การเรียนรู้เพื่อจดจำไว้สอบเท่านั้น
4. ให้โอกาสผู้เรียนสรุปการเรียนรู้ด้วยตนเอง ไม่ใช่ผู้เสนอสรุปให้ตลอดเวลา
5. ให้ผู้เรียนใช้ความรู้หรือทักษะใหม่ประยุกต์ใช้ในสถานการณ์ชีวิตจริง
6. จัดกิจกรรมการเรียนรู้บนพื้นฐานของความสัมพันธ์ที่ให้ความเคารพซึ่งกันและกัน

ระหว่างผู้สอนและผู้เรียน

วิธีการจัดการเรียนรู้ที่เน้นทักษะชีวิต

วิธีการที่สำคัญในการจัดการเรียนรู้ที่เน้นทักษะชีวิตจะมุ่งให้ผู้เรียนเป็นผู้สร้างความรู้จาก ประสบการณ์เดิม โดยมีวิธีการจัดการเรียนรู้ ดังนี้

1. เป็นการเรียนรู้ที่อาศัยประสบการณ์ของผู้เรียน
2. ทำให้เกิดการเรียนรู้ใหม่ ๆ ที่ท้าทายอย่างต่อเนื่อง
3. มีปฏิสัมพันธ์ระหว่างผู้เรียนด้วยกันเอง และระหว่างผู้เรียนกับผู้สอน
4. ปฏิสัมพันธ์ที่มีจะทำให้เกิดการขยายตัวของเครือข่าย ความรู้ที่ทุกคนมีอยู่ออกไปอย่าง กว้างขวาง

5. มีการสื่อสารโดยการพูดหรือการเขียนเป็นเครื่องมือในการแลกเปลี่ยน การวิเคราะห์ และสังเคราะห์ความรู้หลัก

วิธีการสอนทักษะการป้องกันตนเองจากการคิดเกมคอมพิวเตอร์ที่เหมาะสมเป็นการสอนที่เน้นให้เกิดการเรียนรู้ด้วยการมีส่วนร่วม โดยวิธีการสอนที่นำมาใช้ในการวิจัยครั้งนี้ จึงได้แก่การระดมสมองการแสดงบทบาทสมมติ การอภิปรายกลุ่ม ตัวแบบร่วมกับเกมและการสาธิต โดยมีแนวคิดของวิธีการสอน ดังนี้

วิธีการระดมพลังสมอง (Brainstorming) (สุชาติ โสมประยูร, 2542)

การระดมสมอง เป็นวิธีการรวบรวมความคิดเห็นจากสมาชิกของกลุ่มภายในระยะเวลาอันสั้นการระดมสมองเป็นวิธีการประชุมชนิดหนึ่งที่มีประสิทธิภาพมากในการเลือกปัญหาสาเหตุของปัญหาและหาแนวทางในการตัดสินใจแก้ปัญหาคือหาข้อยุติในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง โดยอาศัยความคิดเห็นของกลุ่มบุคคลเป็นเครื่องตัดสิน

ข้อดีของการระดมพลังสมอง

1. สามารถก่อให้เกิดความคิดที่หลากหลาย
2. สามารถใช้ได้ดีในการเลือกปัญหา สาเหตุของปัญหา หาแนวทางในการแก้ไขปัญหาคือหาข้อยุติในเรื่องใดเรื่องหนึ่ง

3. เป็นการพัฒนาทักษะการคิดอย่างมีเหตุผล (Critical Thinking) ทักษะการตัดสินใจ (Decision Making) มีการพัฒนาปรับเปลี่ยนทัศนคติของตนเอง และผู้ที่เกี่ยวข้อง การติดต่อสื่อสารที่มีประสิทธิภาพ (Communication Effectiveness) รวมทั้งพัฒนาให้บุคคลมีการยอมรับความสำคัญของคนและกัน เป็นการสร้างสัมพันธภาพที่ดีต่อกัน (Interpersonal Relationship)

4. สามารถกระตุ้นเร้าให้เกิดความคิดใหม่และเป็นไปในทางสร้างสรรค์ความดีงาม
5. สามารถปฏิบัติได้ทั้งในกลุ่มใหญ่และกลุ่มย่อย
6. ต้องการเครื่องอุปกรณ์เพียงเล็กน้อย
7. ไม่สิ้นเปลืองเวลามากนัก

ข้อจำกัดของการคิดระดมพลังสมอง

1. ง่ายต่อการทำให้เกิดการเสนอความเห็นที่ยืดเยื้อจนนานเกินควร
2. หากต้องการให้เกิดผลสำเร็จต้องมีการประเมินผล
3. จำเป็นต้องใช้เวลาสำหรับอธิบายหรือชี้แจงข้อปัญหาให้กระจ่างชัด

การศึกษาวิจัยครั้งนี้ ในส่วนของการใช้ทักษะชีวิตของนักเรียนที่คิดเกมคอมพิวเตอร์ ได้ใช้วิธีการโดยใช้รูปแบบการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมระดมสมอง เพื่อให้มีการพัฒนาทักษะการคิดหาเหตุผลในการเลือกหาวิธีการแก้ปัญหาคือหาข้อยุติในเรื่องใดเรื่องหนึ่งเกี่ยวกับการคิดเกมคอมพิวเตอร์ได้อย่างถูกวิธี รวมทั้งการติดต่อสื่อสารเพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูลที่ใช้ประกอบในการตัดสินใจแก้ปัญหาคือหาข้อยุติในเรื่องใดเรื่องหนึ่งและทักษะการพัฒนาปรับเปลี่ยนทัศนคติของตนเองและผู้ที่เกี่ยวข้องได้อย่างถูกต้องต่อไป

การแสดงบทบาทสมมติ (Role Play)

การแสดงบทบาทสมมติ คือ “การแสดงออก” โดยวิธีธรรมชาติซึ่งมิได้มีการซ้อมการเตรียมมาก่อนเกี่ยวกับเหตุการณ์ที่ขัดแย้งกันระหว่างบุคคล ซึ่งมีผู้แสดงสองคนหรือมากกว่า บทบาทในช่วงระยะเวลาสั้น ๆ และมีความมุ่งหมายเพื่อให้กลุ่มได้พิจารณาวิเคราะห์บทบาทนั้น ๆ หรืออาจกล่าวได้ว่า การแสดงบทบาทสมมติเป็นวิธีการหนึ่งที่ใช้เป็นเครื่องมือในการให้การศึกษา จัดประสบการณ์ การเรียนรู้ เป็นการเสนอเรื่องราวของกลุ่มที่จะแสดงบทบาทสมมติหรือแสดงให้ผู้เรียนได้เข้าใจ มองเห็นภาพพจน์ พฤติกรรมของตน สภาพปัญหา สังคมมนุษย์สัมพันธ์ บทบาทแนวคิด ความขัดแย้งระหว่างบุคคล 2 คน หรือมากกว่า ช่วยให้เกิดความเข้าใจตัวเองและผู้อื่น

ข้อดีของการแสดงบทบาทสมมติ

1. เหมาะสมกับการเรียนการสอนที่สร้างสถานการณ์ต้องคิดแก้ปัญหาเกี่ยวกับคน โดยเฉพาะผู้ทำงานเกี่ยวกับคน
2. ช่วยให้ผู้เรียนได้เรียนรู้ตนเองเข้าใจตนเองและผู้อื่นดีขึ้นมีโอกาสได้สวมบทบาทของคนอื่นทำให้เกิดความเข้าใจดี
3. ช่วยให้ผู้เรียนได้วิเคราะห์เหตุการณ์ปัญหาการแก้ไขปัญหาโดยไม่ใช้อารมณ์หรือโดยยึดตัวเป็นหลัก
4. การแสดงบทบาทสมมติอาจนำไปใช้กับกลุ่มอื่น ๆ ในวิชาชีพต่าง ๆ โดยพิจารณาให้เหมาะสมกับผู้ชม
5. เป็นการกระตุ้นให้ผู้เรียนมีส่วนร่วมในการเรียนรู้และเป็นผู้มีการสังเกตดีหรือมีความเชื่อมั่นในตนเอง ในการแสดงความคิดเห็นเพิ่มมากขึ้น
6. ในรายที่เกี่ยวกับการบำบัดผู้แสดงมีโอกาสระบายอารมณ์ ความกดดัน ความวิตกกังวลของตัวเอง

7. สามารถสร้างความสนใจได้ทันที
8. สามารถนำไปใช้ร่วมกับวิธีการสอน แบบอื่น ๆ ได้

ข้อจำกัดของการแสดงบทบาทสมมติ

1. เหตุการณ์หรือเรื่องราวที่สมมติขึ้นเพื่อนำมาแสดง จะต้องง่ายต่อการเข้าใจ
2. ผู้แสดงบทบาทอาจรู้สึกยากใน “การแสดง” ท่าทีบทบาทต่าง ๆ ของคนออกมา
3. ต้องการคุณลักษณะแห่งความเป็นผู้นำที่ได้รับการฝึกฝนมาแล้ว
4. ก่อนข้างยากในการที่จะใช้แบบวิธีนี้โดยถูกต้อง
5. ผู้รับการฝึกอาจรู้สึกตะขิดตะขวงใจหรือไม่เต็มใจที่จะแสดงบทบาทสมมติ
6. บางกลุ่มจะถือว่าการแสดงบทบาทสมตินั้นไม่ใช่เรื่องจริง

การอภิปรายกลุ่ม (Group Discussion)

การอภิปรายกลุ่ม คือ การสนทนาระหว่างบุคคล 3 คน หรือมากกว่าเกี่ยวกับหัวข้อเรื่องที่เตรียมหรือคัดเลือกได้เป็นกลุ่มบุคคลซึ่งพร้อมด้วยคุณลักษณะแห่งความเป็นผู้นำการอภิปรายกลุ่ม เป็นวิธีการที่จะนำมาใช้อย่างมากในการใช้สุขศึกษาแก่ประชาชนในกลุ่มเป้าหมายต่าง ๆ และสามารถช่วยให้สมาชิกได้ใช้ความคิดพิจารณาใคร่ครวญอย่างรอบคอบในเรื่องหนึ่ง เพื่อจะได้นำไปประยุกต์ใช้ได้ในชีวิตประจำวัน อิทธิพลของกลุ่มจะช่วยให้สมาชิกเกิดการเปลี่ยนแปลงพฤติกรรม การตัดสินใจด้วยการยอมรับ สมครใจ ซึ่งจะนำไปสู่การเปลี่ยนแปลงพฤติกรรมสุขภาพที่ถาวรในการอภิปรายกลุ่มพบว่า มีกระบวนการปฏิสัมพันธ์ที่เกิดขึ้นระหว่างกิจกรรมกลุ่ม คือมีกลไกการเรียนรู้ (Cognitive Mechanisms) เกิดขึ้น 3 อย่างคือ

1. Conflict Resolution เป็นกระบวนการทางจิตที่เกิดขึ้น ในกระบวนการปฏิสัมพันธ์ของกลุ่มในขณะที่ทำกิจกรรมที่เกี่ยวข้องกับการแก้ไขปัญห เมื่อสมาชิกคนหนึ่งเสนอแนวคิดแล้วถูกคัดค้านหรือท้าทาย (Challenge) จากความคิดเห็นของสมาชิกคนอื่น ๆ สถานการณ์เช่นนี้จะก่อให้เกิดสภาพขัดแย้ง (Conflict) ในจิตใจของเขาซึ่งจะเป็นแรงผลักดันให้เขาย้อนกลับไปคิดทบทวนปรับปรุงทักษะของตนเอง หรือหาข้อมูลความรู้เพิ่มเติมเพื่อบริหารปัญหา ในแง่มุมใหม่ ๆ กระบวนการนี้จะให้โอกาสแก่ผู้เรียนได้ฝึกฝนกระบวนการคิด และพัฒนาการความเข้าใจในหลักการลึกซึ้งยิ่งขึ้น

2. Resource Sharing ในกระบวนการปฏิสัมพันธ์ของกลุ่ม ซึ่งประกอบด้วยสมาชิกที่มีพื้นฐานจากการเรียนรู้และประสบการณ์ที่แตกต่างกัน จะเกิดมีคลังแห่งข้อมูลความรู้และทักษะด้านต่าง ๆ จากประสบการณ์ของสมาชิกแต่ละคนรวมกันในการกระทำกิจกรรม การแก้ปัญหา สมาชิกแต่ละคนสามารถวิเคราะห์ปัญหาได้อย่างถูกต้อง และสามารถสร้างสมมติฐานและทางเลือก ตลอดจนวิธีการแก้ไขปัญหาก็อย่างมีประสิทธิภาพ

3. Peer Tutoring ในกิจกรรมการเรียนการสอนแบบกลุ่มที่เน้นการร่วมมือช่วยเหลือและเรียนรู้ไปพร้อม ๆ กัน ทั้งกลุ่ม ผู้เรียนแต่ละคนไม่เพียงแต่รับผิดชอบต่อการเรียนรู้ของตนเองเท่านั้น แต่ยังต้องให้ความร่วมมือและช่วยเหลือเพื่อนสมาชิกให้เกิดการเรียนรู้ด้วยนั่นคือ ผู้เรียนแต่ละคนจะมีโอกาสเป็นทั้งผู้แสวงหาความรู้ ผู้สอนและผู้รับการสอน

ข้อดีของการอภิปราย

1. สามารถชักนำให้มีการร่วมแสดงความคิดเห็นกันได้อย่างดีที่สุด
2. เปิดโอกาสมากมายให้มีการแลกเปลี่ยนคุณลักษณะแห่งความเป็นผู้นำ
3. ส่งเสริมสนับสนุนให้เกิดความสามารถในการอภิปรายร่วมกันในระหว่างผู้รับการฝึกหรือผู้แสวงหาความรู้

4. นับได้ว่าเป็นการปฏิบัติจริงในลักษณะหรือตามแบบฉบับประชาธิปไตย

5. ก่อให้เกิดทักษะข้อคิดเห็นอันกว้างขวางมากมาย

6. ช่วยพัฒนาหรือก่อให้เกิดฝีมือทักษะทางคุณลักษณะแห่งความเป็นผู้นำจากกลไกการเรียนรู้ที่เกิดขึ้นจากวิธีการสอน โดยใช้กระบวนการกลุ่มมีผลประโยชน์การพัฒนาทักษะการเรียนรู้ด้านต่าง ๆ ผู้วิจัยจึงนำวิธีการสอนแบบการอภิปรายกลุ่มมาใช้ในการสอน เพื่อให้เกิดการเปลี่ยนแปลงทักษะ ในการพัฒนาและปรับเปลี่ยนทัศนคติของตนเอง และผู้ที่เกี่ยวข้องเกี่ยวกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียน

เวลาที่เหมาะสมสำหรับการสอนทักษะชีวิต

การสอนทักษะชีวิตควรสอนให้เร็วที่สุดเท่าที่จะทำได้ ได้มีการประมาณการณ์ไว้ว่าควรเริ่มสอนเมื่ออายุ 7 ปี และต้องเป็นที ๆ มีทรัพยากรหรือศักยภาพที่จะสอนได้ ทั้งนี้อาจเป็นเพราะว่าเป็นช่วงที่เข้าสู่วัยเรียนซึ่งจะประสบกับการเปลี่ยนแปลงชีวิตใหม่ สิ่งแวดล้อม ใหม่ ฯลฯ และนอกจากนั้นยังพบว่า พฤติกรรมที่เกี่ยวกับปัญหาสุขภาพ เริ่มมีแสดงให้เห็นในเด็กตั้งแต่อายุ ยังน้อย ๆ เช่น เด็กอายุ 9 ปีหรือ 10 ปี มีการทดลองสูบบุหรี่หรือเด็ก 12 ปี เริ่มมีประสบการณ์ทางเพศ ครั้งแรก ดังนั้นการสอนทักษะชีวิตจึงควรมีการส่งเสริมให้เกิดการเรียนรู้ให้มีความสามารถที่จะมีพฤติกรรมที่ดีก่อนที่จะเกิดรูปแบบพฤติกรรมที่ไม่ดีขึ้น หากในพื้นที่ที่มีข้อจำกัดเรื่องทรัพยากรในการจัดโปรแกรมการสอนทักษะชีวิตก็จำเป็นต้องมีการกำหนดช่วงอายุที่เหมาะสมสำหรับการสอนทักษะชีวิต โดยในหลาย ๆ ประเทศได้กำหนดช่วงอายุที่เหมาะสมคือ วัยรุ่นตอนต้น คือ ประมาณ 9-11 ปี แต่ในบางประเทศก็กำหนดช่วงอายุที่พบว่า เริ่มมีปัจจัยเสี่ยงต่อปัญหาสุขภาพ

ผู้วิจัยมีความสนใจที่จะทำการศึกษาโดยใช้กระบวนการกลุ่มร่วมกับการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วม ในการป้องกันปัญหานักเรียนติดเกมคอมพิวเตอร์ โดยใช้หลักและวิธีการเรียนรู้แบบมีส่วนร่วมกับกระบวนการกลุ่ม ซึ่งสอนทั้งความรู้ เจตคติ และสอนทักษะให้นักเรียนเกิดการเรียนรู้ด้วยตนเอง โดยการเรียนรู้ที่ยึดผู้เรียนเป็นศูนย์กลาง ประกอบด้วยแนวคิด หรือความเชื่อพื้นฐานเรื่องการเรียนรู้ 5 ประการ เป็นการเรียนรู้ที่อาศัยประสบการณ์เดิมของนักเรียน, การสะท้อนความคิด และอภิปราย เป็นการให้ผู้เรียนได้คิด วิเคราะห์ โดยการเล่าความคิดเห็นของตนเองให้ผู้อื่นรับรู้ ได้แลกเปลี่ยนความคิดเห็นซึ่งกันและกันเกิดข้อสรุปเป็นองค์ความรู้ใหม่, ความคิดรวบยอดนักเรียนเกิดความคิดรวบยอดในเนื้อหาความรู้ หรือข้อสรุปต่าง ๆ, การประยุกต์แนวคิดเป็นองค์ประกอบของผู้เรียนได้นำความคิดรวบยอด หรือข้อสรุปที่เป็นองค์ความรู้ใหม่ที่เกิดขึ้นไปประยุกต์ใช้ในชีวิตจริง และใช้ชีวิตประจำวันอย่างถูกต้อง โดยผู้วิจัยได้จัดทำกิจกรรมขึ้น ซึ่งทุกกิจกรรมจะให้นักเรียนมีส่วนร่วมและเน้นกระบวนการกลุ่มเพื่อมุ่งให้ผู้เรียนเกิดการเรียนรู้ สามารถปรับตัวและจัดการกับปัญหารอบ ๆ ตัวในการดำรงชีวิตประจำวันได้อย่างมีประสิทธิภาพ

คาดหวังของบุคคลรอบตัวสถานการณ์ในขณะนั้น และประสบการณ์ในอดีตพฤติกรรมของมนุษย์สามารถ แบ่งเป็น 2 ชนิด คือ

พฤติกรรมภายใน หมายถึง กิจกรรมหรือปฏิกิริยาภายในตัวบุคคล ซึ่งสมองมีหน้าที่รวบรวมสะสมและสั่งการที่เป็นรูปธรรมและนามธรรม เช่น การสูบบุหรี่เลือกไปเลี้ยงร่างกาย ความคิด ความรู้สึก ทักษะคิด ความเชื่อ ค่านิยม พฤติกรรมภายในมักไม่สามารถวัดหรือสังเกตได้โดยบุคคลอื่น แต่สามารถใช้เครื่องมือบางอย่างวัดได้

พฤติกรรมภายนอก หมายถึง ปฏิกริยาหรือกิจกรรมที่บุคคลแสดงออกให้บุคคลอื่นเห็น และสังเกตได้ เช่น การยืน การนั่ง การเดิน การขับรถ ฯลฯ พฤติกรรมของมนุษย์จึงเป็นการเรียนรู้ อย่างหนึ่ง ซึ่ง สามารถทำความเข้าใจได้ ต้องอาศัยปัจจัยเชิงจิตวิทยาควบคู่ไปกับเงื่อนไขทางสังคม ขณะเกิดการเรียนรู้นั้น ๆ ซึ่งสามารถแบ่งพฤติกรรมการเรียนรู้ออกเป็น 3 ด้านคือ

1. พฤติกรรมการเรียนรู้กลุ่มพุทธิพิสัย (Cognitive Domain)

เป็นความสามารถและทักษะทางด้านสมองในการคิดเกี่ยวกับสิ่งต่าง ๆ ซึ่งแบ่งได้เป็น 6 ขั้นตอน ดังนี้

1.1 ความรู้ (Knowledge) เป็นความสามารถในการจำหรือระลึกได้ ซึ่งรวบรวมประสบการณ์ต่าง ๆ ที่เคยได้รับรู้มา

1.2 ความเข้าใจ (Comprehension) เป็นความสามารถในการแปลความ ตีความหมาย และขยายความในเรื่องราวและเหตุการณ์ต่าง ๆ

1.3 การนำไปใช้ (Application) เป็นความสามารถในการนำสาระสำคัญต่าง ๆ ไปใช้ในสถานการณ์จริง หรือกล่าวอีกอย่างหนึ่งว่า เป็นการใช้อนามธรรมในสถานการณ์รูปธรรม ซึ่งความเป็นนามธรรมจะอยู่ในรูปความคิดทั่วไป กฎเกณฑ์ เทคนิค และทฤษฎี ฯลฯ

1.4 การวิเคราะห์ (Analysis) เป็นความสามารถในการแยกการสื่อความหมายไปสู่หน่วยย่อยเป็นองค์ประกอบสำคัญ หรือเป็นส่วน ๆ เพื่อให้ได้ลำดับขั้นความคิด ความสัมพันธ์กัน การวิเคราะห์ เช่นนี้ ก็เพื่อบ่งชี้ให้เห็นการสื่อความหมาย มีความชัดเจนยิ่งขึ้น

1.5 การสังเคราะห์ (Synthesis) เป็นความสามารถในการนำหน่วยต่าง ๆ หรือต่าง ๆ เข้าเป็นเรื่องเดียวกันจัดเรียบเรียงและรวบรวมเพื่อสร้างแบบแผนหรือโครงสร้างที่ไม่เคยมีมาก่อน

1.6 การประเมินค่า (Evaluation) เป็นความสามารถในการตัดสินคุณค่าของเนื้อหา วัสดุอุปกรณ์และวิธีการ ทั้งในเชิงปริมาณและคุณภาพที่สอดคล้องกับสถานการณ์ ซึ่งอาจจะกำหนดเกณฑ์ขึ้นเองหรือผู้อื่นกำหนด

2. พฤติกรรมการเรียนรู้กลุ่มเจตพิสัย (Affective Domain)

เป็นพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับเปลี่ยนแปลงจิตใจ ลักษณะนิสัย คุณธรรม และค่านิยม แบ่งเป็น 5 ชั้น ดังนี้

2.1 การรับ (Receiving) เป็นความสามารถในการรู้จัก หรือความฉับไว ในการรับรู้ สิ่งต่างๆ

2.2 การตอบสนอง (Responding) เป็นพฤติกรรมที่แสดงออกถึงความสนใจ เต็มใจ และพอใจในสิ่งเร้า

2.3 การสร้างคุณค่าหรือค่านิยม (Value) เป็นพฤติกรรมที่แสดงออกซึ่งความรู้สึก หรือสำนึกในคุณค่าหรือคุณธรรมของสิ่งต่าง ๆ จนกลายเป็นความนิยมชมชอบและเชื่อถือในสิ่งนั้น

2.4 การจัดระบบ (Organization) เป็นการจัดรวบรวมค่านิยมต่อสิ่งต่าง ๆ เข้ามาเป็น ระบบ

2.5 การมีลักษณะที่ได้จากค่านิยมหรือลักษณะ เป็นพฤติกรรมกรรมที่แสดงออกมา เป็นนิสัยตามธรรมชาติเป็นคุณลักษณะหรือบุคลิกภาพของแต่ละบุคคล ซึ่งเป็นผลสืบเนื่องมาจาก ระบบค่านิยมที่บุคคลยึดมั่น

3. พฤติกรรมการเรียนรู้กลุ่มทักษะพิสัย (Psychomotor Domain)

เป็นความสามารถในด้านการปฏิบัติงานอย่างมีประสิทธิภาพ ที่เกี่ยวข้องกับระบบการทำงานของอวัยวะต่าง ๆ ภายในร่างกาย แบ่งเป็น 5 ชั้น ดังนี้

3.1 การเลียนแบบ (Emitiation) การเลือกตัวแบบ หรือตัวอย่างที่สนใจ

3.2 การทำตามแบบ (Manipulation) เป็นการลงมือกระทำตามแบบที่สนใจ

3.3 การมีความถูกต้อง (Precision) เป็นการตัดสินใจเลือกทำตามแบบที่เห็นว่า ถูกต้อง

3.4 การกระทำอย่างต่อเนื่อง (Articulation) เป็นการกระทำที่เห็นว่าถูกต้องนั้น อย่าง เป็นเรื่องเป็นราวต่อเนื่อง

3.5 การกระทำโดยธรรมชาติ (Naturelization) เป็นการกระทำโดยเกิดเป็นทักษะ สามารถปฏิบัติได้โดยอัตโนมัติเป็นธรรมชาติ

โดยพฤติกรรมการเรียนรู้ทั้ง 3 ด้านนี้สอดคล้องกับการพัฒนากระบวนการคิดระดับชั้น จุดประสงค์การเรียนรู้ของ Bloom Taxonomy และคณะ อ่างใน อรรถาณัติ เชื้อไทย (2541)

จากการศึกษาเอกสาร และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สามารถเขียนกรอบแนวคิดในการวิจัยได้ ดังรายละเอียดตามแผนภาพ 2 กรอบแนวคิดในการใช้ผลของการนำความรู้โดยใช้กระบวนการกลุ่มมาพัฒนาเพื่อปรับเปลี่ยนพฤติกรรมนักเรียนที่ติดเกมคอมพิวเตอร์ดังนี้



ในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมการคิดเกมคอมพิวเตอร์ของนักเรียนนั้น มีทฤษฎีที่เกี่ยวข้องกับการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมมากมาย แต่ในงานวิจัย นี้ขอกล่าวถึงทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม

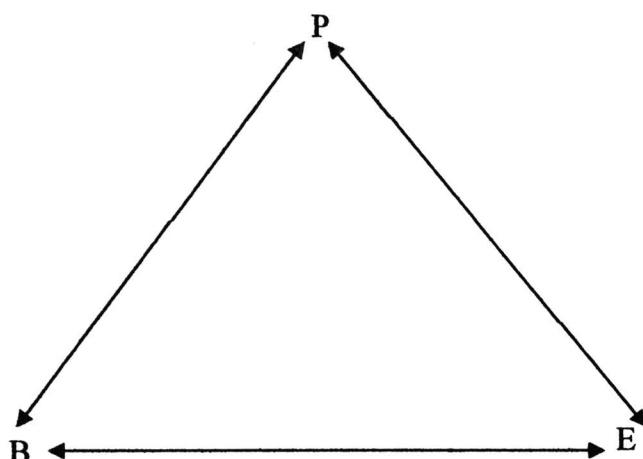
ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม (SOCIAL COGNITIVE THEORY)

ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม จัดได้ว่าเป็นทฤษฎีที่มีอิทธิพลอย่างมากต่อการพัฒนาเทคนิคการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมในปัจจุบัน ทฤษฎีนี้พัฒนาโดยนักจิตวิทยาชาวแคนาดา Albert Bandura ซึ่งขณะนี้ เป็นอาจารย์อยู่ที่ Stanford University มลรัฐ California ประเทศสหรัฐอเมริกา Bandura เกิดเมื่อวันที่ 4 ธันวาคม 1925 ที่รัฐ Alberta ประเทศแคนาดา จบปริญญาตรีทางด้านจิตวิทยาจาก University of British Columbia จบปริญญาเอกทางด้านจิตวิทยาคลินิกจาก University of Iowa ในปี 1952 หลังจากจบปริญญาเอกแล้ว Bandura ได้มาทำงานที่ Stanford University และไม่ได้ย้ายไปไหนอีกเลยจนถึงทุกวันนี้

แนวคิดพื้นฐานของทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคม

ทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมของ Bandura สิ่งที่สำคัญคือ การเรียนรู้ คือการเปลี่ยนแปลงของพฤติกรรม Bandura คิดว่า การเรียนรู้นั้น ไม่จำเป็นที่จะต้องพิจารณาในแง่ของการแสดงออก หากแต่ว่าการได้มาซึ่งความรู้ใหม่ ๆ (Acquired) ถือว่าการเรียนรู้ได้เกิดขึ้นแล้วแม้ว่าจะยังไม่มี การแสดงออกก็ตาม ดังนั้นการเรียนรู้ของ Bandura มักจะเน้นที่การเปลี่ยนแปลงที่พฤติกรรมภายใน โดยไม่จำเป็นที่จะต้องมีการแสดงออก และการแสดงออกของพฤติกรรมก็จะสะท้อนให้เห็นถึงการเรียนรู้ ตัวอย่างเช่น การที่คนที่ชอบตีเทนนิส ได้ดูการแข่งขันเทนนิส และสนใจท่าตีเทนนิส ของนักเทนนิสที่แข่งขันพร้อมทั้งจำวิธีการตีในท่าต่าง ๆ เอาไว้ในความจำของตนเอง ซึ่งกระบวนการเพียงแค่นี้ Bandura ก็ถือว่าได้เกิดการเรียนรู้ขึ้นแล้ว และเมื่อบุคคลนั้นมีโอกาสที่เหมาะสม เช่น ได้ไปตีเทนนิสกับเพื่อนเขาก็อาจจะแสดงท่าทางการตีเทนนิสในลักษณะของนักเทนนิสที่เขาเคยดูก็ได้ นั่นก็เป็นการพิสูจน์ว่าการเรียนรู้ได้เกิดขึ้นแล้วจริง ๆ

ตามแนวคิดพื้นฐานของทฤษฎีการเรียนรู้ทางปัญญาสังคมของ Bandura นั้น Bandura มีความเชื่อว่าพฤติกรรมคนเรานั้น ไม่ได้เกิดขึ้นและเปลี่ยนแปลงจากปัจจัยทางสภาพแวดล้อมแต่เพียงอย่างเดียว หากแต่จะต้องมีปัจจัยส่วนบุคคล (ปัญญา ชีวภาพ และสิ่งภายในอื่น ๆ) ร่วมด้วย และการร่วมของปัจจัยส่วนบุคคลนั้นจะต้องร่วมกันในลักษณะที่กำหนดซึ่งกันและกัน (Reciprocal Determinism) กับปัจจัยทางด้านพฤติกรรมและสภาพแวดล้อม ซึ่งอาจจะเขียนได้ดังภาพต่อไปนี้



แผนภาพ 3 เป็นการแสดงการกำหนดซึ่งกันและกันของปัจจัยทางพฤติกรรม (B) สภาพแวดล้อม (E) และส่วนบุคคล (P) ซึ่งได้แก่ ปัญหา ชีวภาพ และสิ่งภายในอื่น ๆ ที่มีผลต่อการเรียนรู้และการกระทำ

การที่ปัจจัยทั้ง 3 ทำหน้าที่กำหนดซึ่งกันและกันนั้น ก็ได้ไม่ได้หมายความว่าทั้งสามปัจจัยนั้นจะมีอิทธิพลในการกำหนดซึ่งกันและกันอย่างเท่าเทียมกัน บางปัจจัยอาจมีอิทธิพลมากกว่าอีกบางปัจจัย และปัจจัยของอิทธิพลทั้ง 3 นั้น ไม่ได้เกิดขึ้นพร้อม ๆ กัน หากแต่ต้องอาศัยเวลาในการที่ปัจจัยใดปัจจัยหนึ่งจะมีผลต่อการกำหนดปัจจัยอื่น ๆ (Bandura, 1989)

เพื่อให้เข้าใจได้ชัดเจนขึ้นจะขอพิจารณาปัจจัยที่กำหนดซึ่งกันและกันที่ละคู่ คู่แรกระหว่าง $P \longleftrightarrow B$ ซึ่งแสดงให้เห็นถึงการปฏิสัมพันธ์ระหว่างความคิด ความรู้สึก และการกระทำ ความคาดหวัง ความเชื่อ การรับรู้เกี่ยวกับตนเอง เป้าหมาย และความตั้งใจ ซึ่งปัจจัยดังกล่าวกำหนดลักษณะและทิศทางของพฤติกรรมสิ่งที่บุคคลคิด เชื่อ และรู้สึก จะกำหนดว่าบุคคลจะแสดงพฤติกรรมเช่นใด ในขณะที่เดียวกันการกระทำของบุคคลก็จะเป็นส่วนหนึ่งในการกำหนดลักษณะการคิดและการสนองตอบทางอารมณ์ของเขา ลักษณะของร่างกายและระบบการรับรู้และระบบประสาทมีผลต่อพฤติกรรม และศักยภาพของบุคคล เช่นเดียวกับระบบการรับรู้และโครงสร้างของสมองก็ปรับเปลี่ยนได้โดยประสบการณ์ทางพฤติกรรมเช่นกัน (Greenough et al., 1987)

การกำหนดซึ่งกันและกันของ $E \longleftrightarrow P$ เป็นการปฏิสัมพันธ์ระหว่างลักษณะของบุคคลและสภาพแวดล้อม ความคาดหวัง ความเชื่อ อารมณ์ และความสามารถทางปัญญาของบุคคลนั้นจะพัฒนาและเปลี่ยนแปลง โดยอิทธิพลทางสังคม ที่ให้ข้อมูลและกระตุ้นการสนองตอบทางอารมณ์ โดยการผ่านตัวแบบการสอนและการชักจูงทางสังคม ขณะเดียวกันบุคคลจะกระตุ้นปฏิกิริยา

สนองตอบที่แตกต่างจากสภาพแวดล้อมทางสังคมที่เขาอาศัยอยู่ จากลักษณะทางกายภาพของเขา เช่น อายุ ขนาดของร่างกาย เชื้อชาติ เพศ และความน่าสนใจของร่างกาย ที่ค่อนข้างจะแยกออกจากสิ่งที่เขาพูดและกระทำ นอกจากนี้การสนองตอบนั้นยังขึ้นอยู่กับบทบาทและสถานภาพทางสังคมของเขาอีกด้วย เช่น เด็กที่ถูกมองว่าเป็นเด็กก้าวร้าวจะกระตุ้นให้เพื่อนมีปฏิกิริยาสนองตอบที่แตกต่างไปจากเด็กที่ถูกมองว่าไม่กล้าแสดงออก เป็นต้น ดังนั้น อาจกล่าวได้ว่าสถานภาพทางสังคมของเขา และลักษณะที่ปรากฏนั้น สามารถมีผลต่อสภาพแวดล้อมทางสังคมก่อนที่จะพูดหรือกระทำสิ่งใดนั่นเอง

การกำหนดซึ่งกันและกันของ $B \longleftrightarrow E$ เป็นการปฏิสัมพันธ์ เป็นการปฏิสัมพันธ์ระหว่างพฤติกรรม และสภาพแวดล้อมในชีวิตประจำวันของคนเรา พฤติกรรมเปลี่ยนเงื่อนไขสภาพแวดล้อม ในขณะที่เดียวกันเงื่อนไขของสภาพแวดล้อมที่เปลี่ยนไปนั้น ก็ทำให้พฤติกรรมถูกเปลี่ยนไปด้วยสภาพแวดล้อมจะไม่มีอิทธิพลใด ๆ ต่อบุคคล จนกว่าจะมีพฤติกรรมบางอย่างเกิดขึ้น เช่น ครูผู้สอนจะไม่มีอิทธิพลต่อเด็ก จนกว่าเด็กจะเข้าเรียน ผู้ปกครองจะไม่ชมเด็กถ้ายังไม่แสดงพฤติกรรมที่จะให้ชม เป็นต้น เนื่องจากทั้งพฤติกรรมและสภาพแวดล้อมมีอิทธิพลต่อกันและกัน ดังนั้น บุคคลจึงเป็นทั้งผู้ก่อให้เกิดและเป็นทั้งผลิตผลของสภาพแวดล้อม การมีผลซึ่งกันและกันนี้ทำให้เกิดการเปลี่ยนมุมมองของกระบวนการถ่ายทอดทางสังคม จากเดิมซึ่งมองว่าผู้ปกครองมีอิทธิพลต่อเด็กเช่นใดมาเป็นทั้งผู้ปกครอง และเด็กมีอิทธิพลต่อกันและกันเช่นใดแทน

นอกจากปัจจัยทั้ง 3 ที่กำหนดซึ่งกันและกันแล้ว Bandura ซึ่งยังเชื่อว่าการเสริมแรงนั้นทำหน้าที่ 3 ประการด้วยกัน คือ

1. ทำหน้าที่เป็นข้อมูลที่ทำให้บุคคลรู้ว่าควรจะทำพฤติกรรมอะไรในสถานการณ์ใด ในอนาคตเพราะการเสริมแรงด้วยตัวของมันเองจะไม่ทำให้พฤติกรรมของบุคคลเพิ่มขึ้นแม้ว่าบุคคลนั้น จะเคยได้รับการเสริมแรงมาก่อนแล้วก็ตาม ถ้าเขามีความเชื่อจากข้อมูลอื่น ๆ ว่าการแสดงพฤติกรรมในลักษณะเดียวกันนั้นจะไม่ได้รับการเสริมแรงในอนาคต

2. ทำหน้าที่เป็นสิ่งจูงใจเนื่องจากประสบการณ์ในอดีตทำให้บุคคลเกิดความคาดหวังว่าการกระทำบางจะทำให้ได้รับการเสริมแรง การที่บุคคลคาดหวังถึงผลกรรมที่จะเกิดขึ้นในอนาคตนี้ ก็จะกลายแรงจูงใจต่อพฤติกรรมที่จะกระทำในปัจจุบันทำให้บุคคลเพิ่มโอกาสที่จะแสดงพฤติกรรมดังกล่าวในในเวลาต่อ ๆ มา

3. ทำหน้าที่เป็นตัวเสริมแรง นั่นคือเพิ่มความถี่ของพฤติกรรม แต่ว่าการเพิ่มความถี่ของพฤติกรรมได้คตินั้น บุคคลจะต้องตระหนักถึงการที่จะ ได้รับการเสริมแรงนั้นด้วย

การเสริมแรงอาจจะมีประสิทธิภาพในการกำกับพฤติกรรมของบุคคลที่เคยเรียนรู้มาแล้ว แต่ค่อนข้างจะไม่มีประสิทธิภาพในการทำให้บุคคลเกิดการเรียนรู้ และเป็นการยากที่บุคคลจะเกิด

การเรียนรู้ในธรรมชาติโดยไม่ได้เห็นผู้อื่นแสดงพฤติกรรมมาก่อน ด้วยเหตุนี้ Bandura จึงมีความเชื่อว่าคนเราส่วนใหญ่จะต้องผ่านการเรียนรู้โดยการสังเกตพฤติกรรมจากผู้อื่นมาแทบทั้งสิ้น

จากแนวคิดพื้นฐานดังกล่าว ทฤษฎีการเรียนรู้ทางสังคมปัญญาของ Bandura จึงได้เน้นแนวคิด 3 ประการด้วยกันคือ

1. แนวคิดของการเรียนรู้โดยการสังเกต (Observational Learning)
2. แนวคิดของการกำกับตนเอง (Self-Regulation)
3. แนวคิดของการรับรู้ความสามารถของตนเอง (Self-Efficacy)

ในงานวิจัยนี้จะพูดถึง แนวคิดการรับรู้ความสามารถของตนเอง เพียงอย่างเดียว

การเรียนรู้โดยการสังเกต (Observational Learning)

Bandura มีความเชื่อว่าการเรียนรู้ส่วนใหญ่ของคนเรานั้นเกิดขึ้นจากการสังเกตจากตัวแบบ ซึ่งจะแตกต่างจากการสังเกตจากตัวแบบ ซึ่งจะแตกต่างจากการเรียนรู้จากประสบการณ์ตรงที่ต้องอาศัยการลองผิดลองถูก เพราะนอกจากจะสูญเสียเวลาแล้ว ยังอาจมีอันตรายได้ในบางพฤติกรรม ในการเรียนรู้โดยการผ่านตัวแบบนั้น ตัวแบบเพียงคนเดียวสามารถที่จะถ่ายทอดทั้งความคิด และการแสดงออกได้พร้อม ๆ กัน และเนื่องจากคนเรานั้นใช้ชีวิตในแต่ละวันในสภาพแวดล้อมที่แคบ ๆ ดังนั้นการรับรู้เกี่ยวกับสภาพการณ์ต่าง ๆ ของสังคมจึงผ่านมาจากประสบการณ์ของผู้อื่น โดยการได้ยินและได้เห็นโดยไม่มีประสบการณ์ตรงมาเกี่ยวข้อง คนส่วนมากรับรู้เรื่องราวต่าง ๆ ของสังคมโดยการผ่านทางสื่อแทบทั้งสิ้น

ทฤษฎีและเทคนิคการปรับพฤติกรรม

Fischer & Gochros (1975) และ Ross (1981) (อ้างใน สมโภชน์ เอี้ยวสุภานิต) ได้สรุปหน้าที่ของตัวแบบออกเป็น 3 ลักษณะ ด้วยกันคือ

1. ทำหน้าที่สร้างพฤติกรรมใหม่ ในกรณีนี้เป็นกรณีที่ผู้สังเกตตัวแบบนั้นยังไม่เคยได้เรียนรู้พฤติกรรมดังกล่าวมาก่อนเลยในอดีต เช่น พฤติกรรมการพูดของเด็ก หรือพฤติกรรมที่เกี่ยวข้องกับทักษะในการช่วยตนเอง เป็นต้น

2. ทำหน้าที่เสริมพฤติกรรมที่มีอยู่แล้วให้ดีขึ้น เป็นกรณีที่ผู้สังเกตตัวแบบเคยเรียนรู้พฤติกรรมดังกล่าวมาบ้างแล้วในอดีต ตัวแบบก็จะทำหน้าที่เป็นแรงจูงใจให้ผู้ที่เคยเรียนรู้พฤติกรรมดังกล่าวพยายามพัฒนาให้ดียิ่งขึ้น เช่น การดูนักเทนนิสมือหนึ่งของโลกแข่งขัน อาจจะเป็นแรงจูงใจให้อยากทำให้ดีเหมือนกับนักเทนนิสมือหนึ่งของโลกบ้าง จึงทำการจดจำวิธีการตีของนักเทนนิสคนนี้ แล้วนำมาพัฒนาทักษะการตีเทนนิสของตนให้ดียิ่งขึ้น

3. ทำหน้าที่ยับยั้งการเกิดของพฤติกรรม ในกรณีที่ผู้สังเกตมีพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์ หรือยังไม่เคยมีพฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์มาก่อน ตัวแบบนั้นก็จะช่วยทำให้พฤติกรรมที่ไม่พึงประสงค์นั้นลดลงหรือไม่เกิดขึ้น เช่น การเห็นคนข้ามถนนตรงบริเวณที่ไม่ใช่ทางม้าลาย หรือ สะพานลอย แล้วถูกรถชนตายก็จะทำให้เกิดการยับยั้งไม่ให้บุคคลที่สังเกตพฤติกรรมดังกล่าวทำตาม เป็นต้น

ตัวแบบนั้นแบ่งออกได้เป็น 2 ประเภทด้วยกันคือ

1. ตัวแบบที่เป็นบุคคลจริง ๆ (Live Model) คือตัวแบบที่บุคคลได้มีโอกาสสังเกตและ ปฏิสัมพันธ์โดยตรง

2. ตัวแบบที่เป็นสัญลักษณ์ (Symbolic Model) เป็นตัวแบบที่เสนอผ่านสื่อต่าง ๆ เช่น วิทยุ โทรทัศน์ การ์ตูน หรือหนังสือนวนิยาย เป็นต้น

ในการเรียนรู้โดยการสังเกตจากตัวแบบนี้ Bandura (1989) ได้กล่าวว่าประกอบด้วย 4 กระบวนการ ดังต่อไปนี้

1. กระบวนการตั้งใจ (Attentional Processes) บุคคลไม่สามารถเรียนรู้ได้มากจากการสังเกต ถ้าเขาไม่มีความตั้งใจ และรับรู้ได้อย่างแม่นยำถึงพฤติกรรมที่ตัวแบบแสดงออก กระบวนการตั้งใจจะเป็นตัวกำหนดว่าบุคคลจะสังเกตอะไรจากตัวแบบนั้น องค์ประกอบที่มีผลต่อ กระบวนการตั้งใจแบ่งออกได้เป็น 2 องค์ประกอบด้วยกัน ได้แก่ องค์ประกอบของตัวแบบเอง พบว่าตัวแบบที่ทำให้บุคคลมีความตั้งใจจะสังเกตนั้นต้องเป็นตัวแบบที่มีลักษณะเด่นชัด เป็นตัวแบบที่ทำให้ผู้สังเกตเกิดความพึงพอใจ พฤติกรรมที่แสดงออกไม่สลับซับซ้อนมากนัก จิตใจรวมทั้ง พฤติกรรมของตัวแบบที่แสดงออกนั้นควรมีคุณค่าในการใช้ประโยชน์อีกด้วย นอกจาก องค์ประกอบของตัวแบบแล้ว ยังมีองค์ประกอบของผู้สังเกตอีกด้วย ซึ่งได้แก่ ความสามารถในการรับรู้ ซึ่งรวมทั้งการเห็น การได้ยิน การรับรู้รส กลิ่น และสัมผัส จุดของการรับรู้ ความสามารถทาง ปัญญา ระดับของการตื่นตัว และความชอบที่เคยได้เรียนรู้มาก่อนแล้ว

2. กระบวนการเก็บจำ (Retention Processes) บุคคลจะไม่ได้รับอิทธิพลมากนักจากตัวแบบถ้าเขาไม่สามารถจดจำได้ถึงลักษณะของตัวแบบ บุคคลจะต้องแปลงข้อมูลจากตัวแบบเป็น รูปแบบของสัญลักษณ์ และจัดโครงสร้างเพื่อให้จำได้ง่ายขึ้น ซึ่งแน่นอนปัจจัยที่จะส่งผลต่อ กระบวนการเก็บจำ คือ การเก็บรหัสเป็นสัญลักษณ์เพื่อให้จำง่ายแก่การจำ การจัดระบบโครงสร้างทาง ปัญญา การชักซ้อมลักษณะของตัวแบบที่สังเกตในความคิดของตนเอง และชักซ้อมด้วยการกระทำ นอกจากนี้ยังขึ้นกับความสามารถทางปัญญา และโครงสร้างทางปัญญาของผู้สังเกตอีกด้วย



3. กระบวนการกระทำ (Production Processes) เป็นกระบวนการที่ผู้สังเกตแปลงสัญลักษณ์ที่เก็บจำไว้ขึ้นมาเป็นการกระทำ ซึ่งจะกระทำได้ดีหรือไม่ขึ้นอยู่กับสิ่งที่จำได้ในการสังเกตการกระทำของตนเอง การได้ข้อมูลย้อนกลับจากการกระทำของตนเอง และการเทียบเคียงการกระทำกับภาพที่จำได้ นอกจากนี้ยังขึ้นอยู่กับลักษณะของผู้สังเกตอีกด้วย ซึ่งได้แก่ความสามารถทางกาย และทักษะในพฤติกรรมย่อย ต่าง ๆ ที่จะทำให้สามารถแสดงพฤติกรรมได้ตามตัวแบบ

4. กระบวนการจูงใจ (Motivation Processes) การที่บุคคลเกิดการเรียนรู้แล้วจะแสดงพฤติกรรมหรือไม่ขึ้นอยู่กับกระบวนการจูงใจ กระบวนการจูงใจขึ้นอยู่กับองค์ประกอบของสิ่งล่อใจจากภายนอก สิ่งนั้นจะต้องกระตุ้นการรับรู้ เป็นสิ่งของที่จับต้องได้ เป็นที่ยอมรับของสังคม และพฤติกรรมที่กระทำตามตัวแบบนั้นสามารถที่จะควบคุมเหตุการณ์ต่าง ๆ ได้ นอกจากนี้ยังขึ้นอยู่กับสิ่งล่อใจที่เห็นผู้อื่นได้รับ ตลอดจนสิ่งล่อใจของตนเอง ซึ่งอาจจะเป็นวัตถุสิ่งของ และการประเมินตนเอง นอกจากนี้ในแง่ของผู้สังเกตนั้น ยังขึ้นอยู่กับความพึงพอใจในสิ่งล่อใจ ความลำเอียงจากการเปรียบเทียบทางสังคม และมาตรฐานภายในตนเอง

กระบวนการทั้ง 4 กระบวนการจะส่งผลให้นักเรียนที่เข้าร่วมกระบวนการกลุ่ม มีการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมของตนเองในการเล่นคอมพิวเตอร์

พัฒนาการของวัยเด็กตอนกลาง

วัยเด็กตอนกลาง (middle Childhood) อยู่ในช่วงอายุประมาณ 6-12 หรือ 13 ปี เมื่อประมาณ 20 ปีที่แล้วมา ช่วยวัยเด็กตอนกลางเป็นช่วงที่เด็กเริ่มเข้าโรงเรียน แต่ในโลกสังคมเศรษฐกิจปัจจุบันช่วงวัยเด็กตอนกลาง มักเป็นช่วงที่เด็กได้ผ่านการเรียนนอกบ้านจากสถาบันการศึกษาแห่งใดแห่งหนึ่งมาบ้างแล้ว

นักจิตวิทยาพัฒนาการรุ่นปัจจุบันมักเรียกเด็กในวัยนี้ว่าเป็น *เด็กวัยเด็กตอนกลาง* มากกว่า *วัยเด็กเข้าโรงเรียน* (school Age) และถ้าหากเรียกเด็กกลุ่มนี้ว่า *วัยเข้าโรงเรียน* ก็มักใช้ในความหมายว่าเป็นช่วงวัยที่เด็กเริ่มเรียนวิชาการที่โรงเรียนอย่างจริงจัง เป็นเรื่องเป็นราว

พัฒนาการทางกายของเด็กวัยนี้มีประสิทธิภาพดียิ่งขึ้น พัฒนาการทางสติปัญญาเจริญเติบโตไปอีกลำดับขั้นหนึ่ง พัฒนาการทางสังคมขยายขอบข่ายกว้างขวาง เด็ก ๆ มักใช้เวลากับผู้ใหญ่อื่น ๆ ที่มีพ่อแม่หรือ/และบุคคลในบ้านยาวนานขึ้น รู้จักคบหากับเพื่อนร่วมรุ่นได้ดีกว่าในวัยเด็กตอนต้น แม้ว่าพ่อแม่ยังคงมีบทบาทสำคัญในการอบรมดูแลบุตร แต่บุคคลที่เป็นผู้ใหญ่อื่น ๆ นอกบ้านก็เริ่มมีบทบาทสำคัญในการอบรมดูแลเด็กพอ ๆ กับพ่อแม่ผู้ปกครองที่บ้าน หรือยิ่งกว่าสำหรับเด็กบางคน (หมายเหตุผู้เขียน: ปัจจุบันนี้ สังเกตเห็นว่าเด็กตั้งแต่วัยนี้มักใช้เวลาอยู่นอกบ้านกับ

ผู้ใหญ่อื่น ๆ นอกบ้านเกือบทั้ง 7 วัน โดย 5 วัน เรียนในโรงเรียน อีก 2 วัน เรียนวิชาอื่น ๆ เป็นพิเศษ เช่น กีฬา วิชาการซ่อมเสริม ฯลฯ ดังนั้น เด็ก ๆ ทุกวันนี้ จึงแทบจะไม่มีเวลาอยู่ร่วม หรือมีกิจกรรมร่วมกับบิดามารดาผู้ปกครองที่บ้าน ทำให้เกิดคำถามว่า หากหน้าที่ของพ่อแม่คือการหาเงิน การอบรมเลี้ยงดูลูกและให้วิชาเป็นหน้าที่ของผู้ใหญ่อื่นนอกบ้าน การขาดความสัมพันธ์ใกล้ชิดระหว่างพ่อแม่-ลูก ตั้งแต่อยู่ในวัยเด็กขนาดนี้ จะมีผลดี-ร้ายต่อความสัมพันธ์ระหว่างพ่อแม่ลูกในอนาคตหรือไม่?)

ลักษณะพัฒนาการที่สำคัญซึ่งควรบังเกิดขึ้นในช่วงนี้คือ “การเตรียมตัว” เพื่อเป็นเด็กวัยรุ่นและผู้ใหญ่ที่สามารถรับผิดชอบตนเองในด้านต่าง ๆ ได้ สิ่งเหล่านี้ อาทิเช่น หัดทำอะไรด้วยตนเองได้เรียนรู้ที่จะเล่น เรียนและทำงานกับเพื่อนร่วมวัย เรียนรู้ที่จะให้ความเป็นเพื่อนกับผู้อื่นและสร้างมิตรภาพสาระเนื้อหาในบทนี้จะได้กล่าวถึงพัฒนาการทางสังคม อารมณ์ สติปัญญา และทางกายของเด็กวัยเด็กตอนกลางอย่างกว้าง

พัฒนาการทางสังคม (ศรีเรือน แก้วกังวาล, 2545)

พัฒนาการทางสังคมในระยะนี้ มีลักษณะแตกต่างจากวัยเด็กตอนต้นหลายประการ อาทิ

1. เด็กคบเพื่อนร่วมวัยและผู้ใหญ่มากขึ้น
2. พัฒนาการด้าน Egocentric ลดลง ทำให้เด็กสามารถรวมกลุ่มเล่นกับเพื่อนได้ดียิ่งขึ้น สมรรถภาพทางความคิดและพัฒนาด้านศีลธรรมจรรยา ทำให้เด็กร่วมเล่น เรียน ทำกิจกรรมต่าง ๆ เป็น “กลุ่ม” ได้ดี
3. ความสำคัญของการเรียนที่มีต่อชีวิต ค่านิยมของการเรียนในโรงเรียนในสังคมปัจจุบันทำให้เด็กผูกพันกับเพื่อนที่โรงเรียนและครู ทำให้เด็กห่างเหินจากผู้ใหญ่ในบ้าน

กลุ่มเพื่อนร่วมวัย

ช่วงวัยเด็กตอนกลางเป็นช่วงที่เด็ก “จับกลุ่ม” กับเพื่อนร่วมวัยที่เป็นเพศเดียวกันเป็นส่วนใหญ่ การที่เด็กเริ่มสามารถ “จับกลุ่ม” ได้นั้นทำให้เด็กได้เรียนรู้การอยู่ร่วมกับผู้อื่นที่ไม่ใช่บุคคลในครอบครัว รู้จักเคารพกฎเกณฑ์ระเบียบ รู้จักมารยาทสังคม รู้จักนิสัยใจคอของเพื่อน ลดนิสัยเด็ก ๆ เช่น “ฮ้อน” “เอาแต่ใจตัวเอง” “คือ” แต่เด็กอาจยังคง “ฮ้อน คือ เอาแต่ใจตัวเอง” กับบิดามารดาหรือและผู้ใหญ่ที่บ้านเพราะเด็กรู้ว่า อย่างไรก็ตามเสียพ่อแม่ผู้ใหญ่ที่บ้านก็ยังยอมให้แสดงกิริยาอาการและอารมณ์ดังกล่าวได้ อนึ่งการที่เด็กได้มีโอกาสแสดงออกดังกล่าวดังกล่าวได้บ้างมีคุณค่าต่อเด็ก ทำให้การเปลี่ยนช่วงวัยเป็นการเปลี่ยนที่ค่อยเป็นค่อยไป

เด็กจะปรับตัวเข้ากับกลุ่มเพื่อนได้คือน้อยเพียงไร ขึ้นกับปัจจัยหลายประการ อาทิ

1. พ่อแม่ผู้ปกครองเตรียมตัวเด็กเพื่อให้มีกลุ่มเพื่อนในโรงเรียนหรือไม่ พ่อแม่ที่หวงลูก อาจทำให้เด็กมีปัญหาในการเข้ากลุ่ม ในทางตรงกันข้าม พ่อแม่ที่ปล่อยลูกมากเกินไปก็อาจทำให้เด็ก กลายเป็นเด็กที่ไม่คิดบ้าน ไม่คิดพ่อแม่ ไม่เชื่อฟังใคร ๆ ที่บ้านเลย

2. ได้เตรียมตัวเพื่อใช้ชีวิตในโรงเรียนและกับเพื่อนจากโรงเรียนอนุบาล หรือ/และที่รับ เลี้ยงเด็กมาบ้างหรือไม่ ในระดับใด

3. บุคคลในบ้านเห็นใจและเข้าใจชีวิตกลุ่มของเด็กในแนวใหม่หรือไม่

ความสำคัญของกลุ่มต่อการพัฒนาบุคลิกภาพด้านต่าง ๆ

เนื่องจาก “กลุ่มเพื่อนร่วมวัย” มีบทบาทอย่างมากต่อชีวิต ต่อความเจริญของเด็กในระยะนี้ และจะเพิ่มพูนความสำคัญมากขึ้นเรื่อย ๆ จนถึงขีดสูงสุดในระยะวัยรุ่น แล้วจึงค่อยลดความสำคัญลง เมื่อบุคคลผู้นั้นมีคู่ครองและสร้างสัมพันธภาพกับคู่ครองได้ ฉะนั้นจึงใคร่บรรยายเรื่อง “กลุ่ม” ต่อไปอีกสักเล็กน้อย

เมื่อเด็กเริ่มเปลี่ยนสังคมบ้านมาสู่สังคมที่โรงเรียน เด็กรู้สึกหวาดหวั่น ขาดที่พึ่งทางความคิด และอารมณ์ ตอนแรกจะ “ยังคง” สร้างสัมพันธภาพกับครูและผู้ใหญ่นอกบ้านที่ต้องมีความสัมพันธ์ กัน แต่ต่อมาเด็กเริ่มตีตัวจาก เพราะพบว่าการรวมกลุ่มกับเพื่อนร่วมวัยหลาย ๆ คน ให้ความรู้สึก อบอุ่นใจ สนุกสนาน มีความเข้าอกเข้าใจ ความเห็นใจ และเป็นเจ้าของซึ่งกันและกันได้ยิ่งย่นกว่า แน่นแฟ้นกว่า ถ้าหากเด็กสามารถแสวงหากลุ่มเช่นนี้ได้เด็กจะเห็นความสำคัญของสังคมในบ้าน และผู้ใหญ่นอกบ้านน้อยลง (ปลายวัยเด็กตอนกลาง) กลุ่มเริ่มมีอิทธิพลต่อเด็กในด้านอารมณ์ ความคิดนึก ทศนคติ ความมุ่งหวัง ความปรารถนา การประพฤติตนตามบทบาททางเพศ ค่านิยม อะไรเหมาะ คิ ควร ไม่ควร ฯลฯ ถ้าบรรดาสิ่งที่มีอิทธิพลต่อเด็กเหล่านี้มีลักษณะใกล้เคียงกันกับ ลักษณะที่เด็กได้รับการอบรมจากทางบ้านความขัดแย้งระหว่างเด็กกับบิดามารดาผู้ปกครองก็มีไม่ ผู้ มากนัก ถ้าต่างกันก็จะเกิดขัดแย้งระหว่างผู้ปกครองกับเด็กไม่ทางใดก็ทางหนึ่ง

เนื่องจากกลุ่มมีความสำคัญสำหรับเด็ก เด็กต้องการเข้าร่วมกลุ่ม เด็กจึงพยายามหาวิธี ปฏิบัติเพื่อให้เพื่อนรับเข้าร่วมกลุ่ม เด็กจะใช้วิธีการเช่นไรนั้นแตกต่างกันไปในแต่ละบุคคล ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับเพศ ลำดับที่พี่น้อง (คนโต คนกลาง คนสุดท้อง ลูกคนเดียว) ประสบการณ์ในวัยที่ผ่านมา ฐานะ ครอบครัวย เศรษฐกิจ ฯลฯ อาทิ เด็กชาย ก. เป็นที่ยอมรับของกลุ่มเพราะเล่นเก่ง เด็กชาย ข. เป็นผู้ที่ เพื่อนนับถือเพราะมีนิสัยเป็นผู้นำ เด็กชาย ค. เพื่อนชอบเพราะเป็นผู้ตามและผู้ฟังที่ดี เด็กชาย ง. ได้รับความนิยมาจากเพื่อนในบางครั้ง และอยากติดกันไม่ให้เข้ากลุ่มในบางโอกาสเพราะชอบ วางอำนาจ แต่มีประ โยชน์ต่อกลุ่ม เพราะสามารถต่อสู้กับกลุ่มอื่นที่มาทำอวดดีกับกลุ่มของเขาได้ สำเร็จ เป็นต้น

การรวมกลุ่มเป็นการรวมอย่างไม่มียูนิฟอร์มแบบกฎเกณฑ์ (Unstructure) แต่ละกลุ่มมีผู้นำ มีผู้ตามกลุ่มวัยเด็กตอนกลางมักมีสมาชิกมากกว่ากลุ่มวัยเด็กตอนต้น (ซึ่งมักเป็นเพศเดียวกัน) ผู้นำและสมาชิกของกลุ่มเปลี่ยนแปลงได้ การรวมกลุ่มในระยะวัยเด็กตอนกลางค่อนข้างจะยั่งยืนกว่าระยะวัยเด็กตอนต้น กลุ่มแต่ละกลุ่มมีแนวคิด ทักษะคติ ค่านิยม ภาษา กฎ ระเบียบ ฯลฯ เฉพาะกลุ่มซึ่งเหมือนบ้างต่างบ้างจากกลุ่มอื่น ๆ ลักษณะต่าง ๆ เหล่านี้เรียกว่าวัฒนธรรมกลุ่ม (Peer Culture) เด็กที่เข้าร่วมกลุ่มจะพยายามประพฤติปฏิบัติตามวัฒนธรรมกลุ่ม เพื่อเป็นสมาชิกของกลุ่ม เพื่อให้เพื่อนยอมรับเข้ากลุ่มความประพฤติเช่นนี้บางครั้งก็ขัดกับกฎระเบียบของโรงเรียน หรือของสังคม หรือการอบรมที่เด็กได้รับมาที่บ้าน

ความอยากเป็นสมาชิกของกลุ่มและให้กลุ่มยอมรับ มีอิทธิพลต่อการพัฒนาการทางอารมณ์ของเด็กด้วย เด็กเรียนรู้ว่าการแสดงออกของอารมณ์ทุกอย่างที่บังเกิดขึ้นกับตน โดยไม่เลือกสถานที่ เวลา บุคคล เหมือนวัยที่ผ่านมาเมื่ออยู่ที่บ้านนั้น ไม่เป็นที่ยอมรับจากผู้ใหญ่นอกบ้าน จากเพื่อนทั้งในกลุ่มและนอกกลุ่ม ดังนั้นเหตุการณ์จะบังคับให้เด็กรู้จักควบคุมอารมณ์ และเลือกแสดงอารมณ์ออกมาอย่างเหมาะสม ในแบบที่สังคมและเพื่อนยอมรับ เด็กสามารถควบคุมอารมณ์ได้มากขึ้นเพียงไร แสดงอารมณ์ออกมาอย่างไรรั้นอยู่ได้อิทธิพลของสิ่งแวดล้อมหลายประการ เช่น อิทธิพลของกลุ่มหรือวัฒนธรรมกลุ่ม ความรู้สึกผูกพันกับกลุ่ม ความรู้สึกอยากเป็นสมาชิกของกลุ่ม สังคม วัฒนธรรมของโรงเรียนและครอบครัว

การรวมกลุ่มของเด็กสร้างนิสัยแข่งขันและร่วมมือซึ่งติดตัวสืบไปภายหน้าทั้งอย่างรู้ตัวและอย่างไม่รู้ตัว เมื่ออยู่ในกลุ่มเด็กจะแข่งขันกันในทุก ๆ ด้านของชีวิต เช่น ความร่ำรวย ความฉลาด ความสามารถ การเรียน การเล่น ฐานะทางสังคมของครอบครัว ความมีหน้ามีตา มีเกียรติ การได้รับความสนใจจากผู้อื่น คู่แข่งมีทั้งระหว่างเพื่อนในกลุ่มและเพื่อนนอกกลุ่ม การแข่งขันอาจนำไปสู่ความอิจฉาริษยา การทะเลาะเบาะแว้ง การกลั่นแกล้ง การแตกกลุ่ม ฯลฯ เด็กชายมีนิสัยชอบแข่งขันมากกว่าเด็กหญิงซึ่งเชื่อกันว่าเพราะได้รับการเรียนรู้จากค่านิยมของสังคม เด็กหญิงให้ความร่วมมือและออมชอมซึ่งกันและกันในกลุ่มมากกว่าเด็กชาย

การรวมกลุ่มทำให้เด็กรับการสนองตอบด้านความต้องการทางสังคมขั้นพื้นฐาน เช่น คำยกย่องการได้เป็นคนสำคัญ ความรู้สึกเป็นส่วนหนึ่งของหมู่คณะ ความรู้สึกอยากให้มีผู้สนใจร่วมกิจกรรมกับตน ตนได้มีโอกาสร่วมและรับรู้ในกิจกรรมของผู้อื่น ความมั่นคงทางจิตใจ ความรู้สึกว่าตนนั้นมีเจ้าของและเป็นเจ้าของ ความรู้สึกว่ามีเพื่อนร่วมทุกข์และร่วมสุขกับเรา ฯลฯ

เนื่องจากกลุ่มมีความสำคัญต่อการพัฒนาการด้านต่าง ๆ ของเด็กในวัยนี้ดังกล่าว การสนับสนุนให้เด็กได้เข้ากลุ่มที่เหมาะสมกับตนจึงเป็นสิ่งที่พึงกระทำ มิฉะนั้นแล้วเด็กอาจไม่มีพัฒนาการสมวัย อาจสูญเสียประสบการณ์หลาย ๆ อย่างในชีวิตที่เด็กพึงได้รับไปอย่างน่าเสียดาย

ผู้ที่มีหน้าที่ดูแลปกครองเด็ก นอกจากควรสนับสนุนเขาแล้วยังควรแนะนำช่วยเหลือให้โอกาสเด็กสร้างกลุ่ม ที่เป็นช่องทางให้เด็กได้เรียนรู้จักโลก สังคม และชีวิตด้วย

โดยสรุป กลุ่มมีอิทธิพลต่อการพัฒนาการด้านบุคลิกภาพของเด็กโดย กลุ่มมีอิทธิพลต่อกระบวนการพัฒนาบุคลิกภาพของเด็กในทุกทาง อาทิ อารมณ์ แนวคิด ทักษะ ค่านิยม ฯลฯ แต่อิทธิพลของกลุ่มจะลึกซึ้งเพียงไรนั้น ยังขึ้นอยู่กับ การเรียนและประสบการณ์ที่เด็กได้รับมา จากทางบ้านในวัยที่ผ่านมา

การเล่น

การเล่นในขณะนี้เป็นการเล่นเชิงสังคมส่วนใหญ่ การเล่นยังคงเป็นพฤติกรรมที่สำคัญ และจำเป็นสำหรับเด็กวัยนี้ จึงควรได้รับการส่งเสริมสนับสนุน สถานที่อบรมและเลี้ยงดูเด็กไม่ว่าอยู่ในรูปใดจะต้องจัดที่สำหรับเด็กให้มีโอกาสเล่น เพราะการเล่นสนองความต้องการและช่วยพัฒนาความเจริญเติบโตของเด็กในหลายด้าน ดังเช่น

1. สนองความต้องการรวมกลุ่ม ซึ่งได้บรรยายมาแล้วว่า สำคัญต่อชีวิตจิตใจเด็กอย่างไร อาทิ ช่วยส่งเสริมทักษะในการอยู่ร่วมกลุ่ม เล่นเป็นกลุ่ม และจะช่วยให้เข้าใจการทำงานเป็นกลุ่มในอนาคต เช่น การรู้จักเป็นผู้นำ เป็นผู้ตาม เคารพกฎวินัย รู้จักแพ้ รู้จักชนะ รู้จักอภัย
2. ช่วยพัฒนาความแข็งแรงของอวัยวะต่าง ๆ ของร่างกาย ทำให้เด็กมีสุขภาพดี
3. การเล่นเป็นหนทางระบายอารมณ์เคร่งเครียด อารมณ์ที่ไม่พึงปรารถนา
4. ช่วยส่งเสริมความคิดนึก การเข้าใจโลก สังคม และชีวิต
5. การเล่นเปิดโอกาสให้เด็กได้แสดงตัวในด้านต่าง ๆ การได้มีโอกาสนี้เป็นสิ่งสำคัญสำหรับสุขภาพจิตที่ดี
6. การเล่นช่วยให้เด็กเข้าใจตนเอง ระบายนี้เด็กเริ่มต้องการรู้จักตัวเองแล้วจากการเล่นกับเพื่อน เด็กจะเรียนรู้ว่าเพื่อนเข้าใจตัวเขาอย่างไร เขาเข้าใจเพื่อนอย่างไร อะไรที่เขาชอบและไม่ชอบเกี่ยวกับเพื่อน อะไรที่เพื่อนชอบและไม่ชอบเกี่ยวกับตัวเขา
7. การเล่นช่วยพัฒนาการรับรู้ความรู้สึกของผู้อื่นที่มีต่อเขา และที่เขาที่มีต่อเพื่อน แม้ว่าเด็กยังรับรู้ไม่ได้มาก แต่ก็มีความแตกต่างไปในแต่ละบุคคล เป็นสิ่งที่จำเป็นจะต้องให้เกิดมีขึ้นในกระบวนการพัฒนาบุคลิกภาพของเด็ก เพื่อชีวิตทางการงานและสังคมในภายหน้า

เพราะการเล่นมีคุณค่านานาประการดังได้กล่าวมาแล้ว นักจิตวิทยาและจิตแพทย์จึงได้ใช้การเล่นเป็นเครื่องมือหรือวิธีการอย่างหนึ่งในการช่วยแก้ไขความบกพร่องและปัญหาทางอารมณ์ และจิตใจของเด็ก (Play Therapy)

การเล่นของเด็กในขณะนี้มีลักษณะดังต่อไปนี้

1. เด็กหญิงและเด็กชายนิยมเล่นแยกกัน เล่นรวมกันบ้างเป็นครั้งคราวในชนิดของการเล่นที่รวมกลุ่มได้ เกมที่เล่นบางประเภทเป็นเกมที่นิยมเฉพาะชาย บางประเภทเป็นเกมที่นิยมเฉพาะหญิง เด็กชายนิยมเล่นเกมที่ต้องใช้พลังกำลังมาก ๆ มีความตื่นเต้นและต้องใช้การต่อสู้มาก ๆ
2. เกมที่เล่นมีกฎระเบียบซับซ้อนมากขึ้น ไม่รู้จะนิยมเกมง่าย ๆ
3. ขณะนี้เด็กเล่นคนเดียวน้อยลง การเล่นสมมุติ เพื่อนสมมุติ ซึ่งมีมากในวัยเด็กตอนต้นจะค่อย ๆ หายไป เพราะเด็กมีโอกาสได้เล่นกับเพื่อนจริง ๆ มากขึ้น ซึ่งสนุกสนานกว่า แต่เด็กบางคนที่ไม่สามารถเข้ากลุ่มได้อาจยังคงเล่นสมมุติและมีเพื่อนสมมุติ ลักษณะเช่นนี้ ไม่เป็นไปตามวัยจำต้องทำการแก้ไขปรับปรุง
4. ลักษณะการเล่นและเกมที่เด็กเลือกเล่นชี้ให้เห็นความแตกต่างระหว่างเพศ ความถนัด ความสนใจ สติปัญญา บุคลิกภาพของเด็ก
5. เด็กบางคนอาจเริ่มเล่นประเภทงานอดิเรกบ้างแล้วในขณะนี้ สรุป

พัฒนาการทางศีลธรรมจรรยา : ความดี-ชั่ว

วัยเด็กตอนปลายเป็นช่วงเวลาที่เหมาะสมมากที่สุดที่จะสอนให้เด็กเรียนรู้ว่าพฤติกรรมใดถูกผิด-ดีชั่ว ซึ่งมาตรฐานในการกำหนดว่าอะไรดี-ชั่ว ถูก-ผิด มีความแตกต่างทางสังคมวัฒนธรรม แต่ก็มักมีกฎเกณฑ์ที่เป็นแนวคิดร่วม เช่น การลักขโมย การกล่าวหาผู้อื่นที่ไม่มีความผิดเป็นสิ่งไม่ได้เป็นต้น

การสอนเด็กในวัยนี้ในเรื่องดังกล่าวสามารถสอนโดยให้เหตุผลได้แล้ว เพราะเด็กมีการพัฒนาความคิดเข้าใจเหตุผล (ดังได้กล่าวมาแล้ว)

Gormly และ Brodzinsky (1989) (อ้างในศรีเรือน แก้วกังวาล, 2545) ได้อ้างการศึกษาเรื่องพัฒนาการทางศีลธรรมจรรยาของเพียเจต์ (Piaget 1965) ดังนี้

เพียเจต์แบ่งระยะพัฒนาการทางศีลธรรมจรรยาเป็น 3 ขั้นตอน โดยมีแนวคิดว่าการมีศีลธรรมจรรยาถือเอากฎเกณฑ์ ซึ่งพัฒนาไปตามลำดับ ดังนี้

ขั้นที่ 1 ก่อนที่จะรู้จักคิดตัดสินใจเรื่องศีลธรรมจรรยาได้ (Premoral Judgement) อายุ 2 - 5 ปี

เด็กในวัยนี้ยังไม่สามารถตัดสินใจถูกต้องว่าอะไรถูกอะไรผิด เขาไม่สำนึกว่าการร่วมอยู่ในสังคมต้องมีกฎระเบียบ หรือสำนึกว่ามีกติกาสังคม ตัวอย่างเช่น เพียเจต์ทดลองให้เด็กเล่นตุ๊กตาสัตว์ เด็ก ๆ จะเอาแต่สนุกสนานอย่างเดียว ไม่ค่อยคำนึงหรือทำตามกฎเกณฑ์การเล่น

ขั้นที่ 2 เห็นข้อเท็จจริงเรื่องศีลธรรมจรรยา (Moral Realism) อายุ 5 - 9 ปี

ระยะนี้เด็กจะรู้จักเคารพกฎเกณฑ์ ข้อตกลง และจะรู้จักนำกฎนี้มาเป็นแนวทางในการตัดสินใจกระทำ ถูก-ผิด, ชั่ว-ดี เด็กจะเคารพกฎต่าง ๆ อย่างไม่ตั้งคำถาม ไม่สงสัย

ดังนั้นในระยะนี้ เด็ก ๆ มักจะพูดว่า “ทำอย่างนั้นไม่ดี” “เขาเป็นเด็กไม่ดี” “อ้อยเป็นคนไม่ดี นะพ่อนะ” (ถ้าเป็นเด็กอเมริกันมักจะพูดว่าไม่ยุติธรรมที่จะทำอย่างนั้น หรืออย่างนี้ “It’s not fair” –ผู้เขียน) เพราะเด็กไม่ทำตามกฎเกณฑ์ต่าง ๆ เด็ก ๆ จะเข้าใจว่าถูกทำโทษเพราะทำผิดกฎระเบียบ และมักจะยอมรับการทำโทษถ้าเขารู้ว่าเขาทำผิดกฎเกณฑ์ ระเบียบ เด็กถือว่ากฎเกณฑ์ต่าง ๆ เป็นมาตรฐานทางศีลธรรมที่ต้องเคารพและทำตาม เขารู้สึกพอใจที่เด็กผู้ทำผิดกฎระเบียบได้รับการลงโทษ

ขั้นที่ 3 เข้าใจเรื่องศีลธรรมจรรยาอย่างมีเหตุผล (Autonomous Morality) อายุ 10 ขวบ ขึ้นไป

ระยะนี้เป็นระยะที่เด็กสามารถใช้เหตุผลเข้าใจว่ากฎเกณฑ์ต่าง ๆ มีไว้เพื่อควบคุมการกระทำของคนที่อยู่ร่วมกันในสังคมให้สามารถอยู่ร่วมกันได้อย่างปกติสุข ถ้ากฎใด ๆ ที่ไม่สามารถทำได้ดังกล่าว เด็กก็จะ “ไม่ยอม” เชื่อถือกฎเกณฑ์นั้น ถ้าเด็กเล่นกัน เด็กก็จะสร้างกฎเกณฑ์ขึ้นเอง สำหรับการเล่น และจะยอมรับการลงโทษ หรือกำหนดการลงโทษเมื่อเล่นกันในหมู่เด็ก ๆ เด็กจะเข้าใจได้ว่าการลงโทษเป็นวิธีที่จะควบคุมคนที่ทำอะไรไม่อยู่ในร่องในรอย การมีกฎเกณฑ์และการลงโทษ ทำให้การเล่นหรือการทำงานเป็นหมู่คณะดำรงอยู่ได้

หมายเหตุผู้เขียน หากเราเชื่อตามทฤษฎีของเพียเจต์แล้ว ระยะนี้ก็น่าจะเป็นระยะที่เหมาะสมสำหรับสอนเด็กให้เข้าใจเรื่องผลร้ายของการทำลายธรรมชาติ หรือสอนกฎเกณฑ์การจราจร และสอนการเคารพกฎระเบียบวินัย หากเราสามารถสอนให้เด็กเข้าใจดีแล้วก็จะฝังใจติดเป็นนิสัยเด็กไปจนเป็นผู้ใหญ่และอาจแก้ไขปัญหาลักษณะแวดล้อมและความไร้ระเบียบในสังคมไทยได้มาก

พัฒนาการทางอารมณ์

ในระยะวัยเด็กตอนกลาง เด็กรู้จักกลัวสิ่งที่สมเหตุสมผลมากกว่าวัยเด็กตอนต้นเพราะความสามารถใช้เหตุผลของเด็กพัฒนามากขึ้น มีความรู้สึกสงสารและเห็นอกเห็นใจ เข้าใจอารมณ์ความรู้สึกของบุคคลอื่น รวมทั้งสัตว์เลี้ยงด้วย เพราะขอบเขตชีวิตสังคมของเด็กขยายวงกว้างขวางออกไป

สิ่งที่ต้องพัฒนาในด้านอารมณ์ของเด็กในระยะนี้คือ การเข้าใจอารมณ์ของตนเอง อารมณ์ของบุคคลอื่น การรู้จักควบคุมอารมณ์ และการรู้จักแสดงอารมณ์ออกมาอย่างเหมาะสม พัฒนาการเหล่านี้จำเป็นสำหรับสุขภาพจิตที่ดีของเด็ก และเป็นหนทางให้เด็กได้มีโอกาสเข้าร่วมกลุ่มกับเด็กอื่น ๆ การพัฒนาด้านนี้ ผู้ที่มีหน้าที่รับผิดชอบเกี่ยวกับตัวเด็กจะต้องช่วยเหลือเด็กด้วย โดยการ

1. เปิดโอกาสให้เด็กเข้ากลุ่ม กลุ่มจะบีบบังคับให้เด็กเรียนรู้และปรับปรุงการควบคุมอารมณ์และแสดงออกอารมณ์ในลักษณะที่สังคมยอมรับ (แต่ก็ต้องระวัง เพราะบางกลุ่มอาจมีค่านิยมที่ขัดกับการยอมรับของสังคมก็ได้)

2. ให้ได้เล่นออกกำลังกาย โดยการเล่นที่ใช้พลังกำลังแบบต่าง ๆ เช่น ฟุตบอล วอลเลย์บอล ว่ายน้ำ หนักเกินไป ตีจับ งูกินหาง ลิ้นชิงหลัก ปิงปอง ฯลฯ

3. ให้มีกิจกรรมสร้างสรรค์ต่าง ๆ เช่น ปั้นรูป วาดรูป เขียนเรื่อง ฯลฯ

ในระยะวัยเด็กตอนกลางเด็กมีอารมณ์ต่าง ๆ มากมาย ทั้งอารมณ์ในแง่ดีน่าพึงใจ เช่น ความรัก ความเห็นใจ ความรู้สึกสงสาร ความรู้สึกเบิกบานรื่นรมย์ และอารมณ์ในแง่ไม่น่าพึงใจ เช่น เกลียด โกรธ อิจฉา ริษยา ฯลฯ อารมณ์ไม่ว่าประเภทใดถ้าไม่ได้รับการรับรู้ ไม่มีโอกาสแสดงออกและถูกเก็บกดเอาไว้มากเกินไป เด็กจะเกิดความรู้สึกเคร่งเครียด อาจนำไปสู่ความเจ็บป่วยทางกายที่เนื่องมาจากทางอารมณ์ได้ หรือรู้สึกผิวจนทำร้ายตนเองและผู้อื่นได้

ในระยะวัยนี้ เด็กมีความพร้อมที่จะรับทราบเรื่องอารมณ์ ควบคุมอารมณ์ และปลดปล่อยอารมณ์ของเขาออกมาอย่างที่สังคมยอมรับตามควรแก่วัย กรณีเหล่านี้เป็นการเรียนรู้ที่สำคัญและจำเป็นสำหรับการปรับตัวด้านอารมณ์ ถ้าเตรียมอย่างเหมาะสมไปตั้งแต่ระยะวัยนี้ เขาจะเติบโตเป็นเด็กวัยรุ่นที่ค่อนข้างมีความสุข การทะเลาะหรือถ่ม唾沫หรือถ่มน้ำลายทำให้เขาเป็นเด็กวัยรุ่นที่มีความสับสนทางอารมณ์มากกว่าที่ควรจะเป็น ฉะนั้นการเรียนรู้เรื่องอารมณ์มีความสำคัญทัดเทียมกันกับการพัฒนาทางความรู้และทักษะอื่น ๆ อันไม่ควรมองข้าม

พัฒนาการทางกาย

พัฒนาการทางกายของเด็กในระยะวัย 6 ถึง 12 ขวบ เป็นแบบค่อยเป็นค่อยไป ช้า ๆ แต่สม่ำเสมอ พัฒนาการทางกายไม่มีลักษณะเด่นพิเศษเหมือนระยะวัยทารกตอนปลาย ในระหว่างนี้เป็นระยะที่เด็กหญิงโต “เร็วกว่า” เด็กชายวัยเดียวกันทั้งในด้านความสูงและน้ำหนัก ลักษณะเช่นนี้ยังคงดำรงสืบไปจนกระทั่งย่างเข้าสู่วัยรุ่นตอนปลาย เด็กชายจึงโตทันและลำพองเด็กหญิง ร่างกายขยายทางสูงมากกว่าทางกว้าง ลำตัวยาว แขนขายาวออก รูปร่างเริ่มเปลี่ยนแปลงเข้าลักษณะผู้ใหญ่ ปอด อวัยวะเรื้อรังย่อย และระบบการหมุนเวียนของโลหิตเจริญเติบโตอย่างเต็มที่ ฟันแท้ขึ้นแทนที่ฟันน้ำนม อวัยวะเพศเติบโตช้า เนื่องจากกำลังกายทวีมาก เด็กในวัยนี้จึงไม่อยู่นิ่ง ชอบเล่นและทำกิจกรรมต่าง ๆ ที่ใช้ความรวดเร็ว ไม่สู้มีความระมัดระวังมากนัก จึงประสบอุบัติเหตุง่ายและบ่อย

การทำงานประสานกันของกล้ามเนื้อใหญ่ น้อย และประสาทสัมผัสละเอียดอ่อนดีขึ้นมาก การพัฒนาทางสติปัญญาที่ต้องใช้ทักษะประเภทนี้เป็นสิ่งจึงทำได้แล้ว เด็กสามารถเล่นเกมที่ซับซ้อนและทำกิจกรรมเล่นชนิดสร้างสรรค์ได้ (Creative Plays) เช่น การวาดภาพ การปั้นรูป การทำงานฝีมือ การแกะสลัก การดนตรี ฯลฯ

การเติบโตทางกายและการตระหนักถึงบทบาททางเพศทำให้เด็กเกิดความอยากรู้อยากเห็นเรื่องราวทางกายของเพศตรงข้าม เริ่มสนใจรูปร่างหน้าตา ความอยากรู้อยากเห็นเกี่ยวกับร่างกายนี้จะสืบไปจนถึงขีดสูงสุดในระยะวัยรุ่น

ความเจริญเติบโตแข็งแรงทางกายขึ้นอยู่กับอิทธิพลหลายประการ เช่น ลักษณะกรรมพันธุ์ อาหาร การออกกำลังกาย ความมั่นคงทางอารมณ์ การพักผ่อนหลับนอน ความมีสุขภาพดี เป็นฐานของความเจริญเติบโตด้านอารมณ์ สังคม และสติปัญญา

สรุปพัฒนาการในวัยเด็กตอนกลาง 6 - 13 ปี ที่สำคัญในช่วงนี้คือ “การเตรียมตัว” เพื่อเป็นวัยรุ่นและวัยผู้ใหญ่ โดยพัฒนาการทางด้านร่างกายนั้นรูปร่างเริ่มเปลี่ยนแปลงเข้าลักษณะผู้ใหญ่ การทำงานประสานกันของกล้ามเนื้อใหญ่ น้อย และประสาทสัมผัสละเอียดอ่อนดีขึ้นมาก การพัฒนาทางสติปัญญาที่ต้องใช้ทักษะประเภทนี้เป็นสิ่งจึงทำได้แล้ว เด็กสามารถเล่นเกมที่ซับซ้อนและทำกิจกรรมการเล่นชนิดสร้างสรรค์ได้ (Creative Plays) เช่น การวาดภาพ การปั้นรูป การทำงานฝีมือ ดนตรี การเล่นเกมคอมพิวเตอร์ เป็นต้น ส่วนพัฒนาการทางด้านจิตใจและอารมณ์นั้นสามารถเข้าใจอารมณ์ของตนเองมากขึ้น รู้จักควบคุมอารมณ์ของตนเอง คิดเป็นเหตุเป็นผล อารมณ์ของวัยเด็กตอนกลางมีต่าง ๆ มากมายทั้งอารมณ์ในแง่ดีน่าพึงพอใจ เช่น ความรัก ความเห็นใจ และอารมณ์ไม่น่าพึงพอใจ เช่น เกลียด โกรธ อิจฉา เป็นต้น อารมณ์ไม่ว่าจะเป็นประเภทใดถ้าไม่ได้รับการรับรู้ ไม่มีโอกาสแสดงออกและถูกเก็บกดไว้มากเกินไป เด็กจะเกิดความรู้สึกเครียดทำให้เกิดพฤติกรรมด้านลบหลายประการเช่น ปวดท้อง กลัว กังวล ซึมเศร้า เป็นต้นนอกจากนี้ยังเป็นวัยที่อยากรู้อยากเห็น และเปิดรับสิ่งที่เข้ามาในชีวิตแบบไม่มีเงื่อนไขบางเรื่องไม่สามารถแยกแยะถูกผิดได้ ความหมายแฝงที่ซ่อนอยู่ในเกมฉายซ้ำให้ได้เรียนรู้ จดจำจนในที่สุดจะแทรกซึมลงไปในจิตใต้สำนึก เช่น เรื่องของการตัดสินใจหาด้วยกำลัง การชกต่อย การฆ่า และการทำลายล้าง เกมนี้จะเข้าไปอยู่ในความคิดของเด็กซึ่งเป็นวัยที่เด็กกำลังสับสนในการใช้ชีวิตที่ไม่มีจุดยืนที่แน่นอนสิ่งไหนที่ทำแล้วเป็นวีรบุรุษก็จะทำตามนั้น ดังนั้นหากพฤติกรรมของตัวละครแสดงออกทางลบเด็กนั้นก็จะมีแนวโน้มที่มีพฤติกรรมเลียนแบบด้วยความเคยชินกับการเล่นเกม บางทีก็ไม่สามารถนำมาใช้ในชีวิตจริงได้ หากเป็นเช่นนั้นก็เป็นอันตรายอย่างมากเพราะชีวิตจริงจะขกเลิกแล้วเล่นใหม่ไม่ได้เหมือนในเกม พัฒนาการทางด้านสังคมเด็กจะคบเพื่อนร่วมวัยและผู้ใหญ่มากขึ้น สามารถร่วมกลุ่มกับเพื่อนได้ดี ทำให้เด็กผูกพันกับเพื่อนและครูที่โรงเรียน และห่างเหินจากผู้ใหญ่ในบ้าน

โดยเด็กที่ต้องการเข้าร่วมกลุ่มจะพยายามหาวิธีปฏิบัติเพื่อให้เพื่อนร่วมกลุ่มรับเข้าร่วมกลุ่มซึ่งจะมีวัฒนธรรมกลุ่มของแต่ละกลุ่มนั้นๆ การรวมกลุ่มนี้สร้างให้เด็กเกิดนิสัยชอบการแข่งขันในทุก ๆ ด้านของชีวิต เด็กนั้นจะสามารถปรับตัวได้คือน้อยเพียงใดขึ้นอยู่กับผู้ปกครองเตรียมตัวให้เด็กอย่างไร เช่น พ่อแม่บางคนห่วงลูกเกินไปทำให้มีปัญหาในการเข้ากลุ่มเพื่อน เป็นต้น ส่วนการเล่นในขณะนี้เป็นการเล่นเชิงสังคมส่วนใหญ่เป็นการเล่นเพื่อสนองความต้องการกลุ่ม ช่วยพัฒนาความแข็งแรงของร่างกาย เป็นหนทางของการระบายความเครียด อารมณ์ที่ไม่พึงประสงค์ เป็นต้น ทางด้านพัฒนาการด้านจิตวิญญาณเป็นช่วงเวลาที่เหมาะสมมากที่จะสอนให้เด็กเรียนรู้พฤติกรรมใดถูกผิด คิซัว โดยให้เหตุผลข้อเท็จจริง รู้จักเคารพกฎเกณฑ์ ข้อตกลงต่าง ๆ ถ้าเด็กฝังใจในเรื่องไม่ดี อาจคิดเป็นนิสัย หรือการกระทำที่เป็นปัญหาของสังคมต่อไปในอนาคตได้ ผู้วิจัยจึงได้เลือกเด็กวัยตอนกลางเป็นกลุ่มเป้าหมายในการวิจัยเพราะเด็กในช่วงวัยนี้เป็นเด็กที่กำลังพัฒนาในทุก ๆ ด้าน โดยช่วงอายุที่เหมาะสมคือ วัยรุ่นตอนต้น หรืออายุตั้งแต่ 7 ขวบขึ้นไป ซึ่งวัยนี้เป็นวัยที่เริ่มเข้าสู่สังคมจึงควรมีการเตรียมตัวเพื่อใช้ชีวิตในอนาคตอย่างเหมาะสม โดยการนำกระบวนการกลุ่มและการมีส่วนร่วมเข้ามาปรับใช้กับชีวิตจริงได้เพื่อให้เกิดทักษะต่าง ๆ ที่เหมาะสมในการดำรงชีวิตของเด็ก

งานวิจัยที่เกี่ยวข้อง

งานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับเกมคอมพิวเตอร์

สุภัทรา ชูประดิษฐ์ (2549) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง การใช้เทคนิคเอไอซีในการแก้ปัญหา นักเรียนคิดเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ในโรงเรียนปล้องวิทยาคม อำเภอเทิง จังหวัดเชียงราย มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาผลของการใช้เทคนิคเอไอซีในการแก้ปัญหานักเรียนคิดเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ในโรงเรียนปล้องวิทยาคม อำเภอเทิง จังหวัดเชียงราย ศึกษาในกลุ่มตัวอย่างจำนวน 33 คน ผู้ปกครองนักเรียน 5 คน และครูที่เกี่ยวข้องจำนวน 5 คน การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงปฏิบัติการ ผลการวิจัยพบว่า การใช้เทคนิคเอไอซี เป็นกระบวนการที่ช่วยให้นักเรียน ครู และผู้ปกครองมีส่วนร่วมในการรับรู้ปัญหา กำหนดเป้าหมาย ร่วมกันคิดค้นวิธีการแก้ปัญหา และการดำเนินการแก้ไขปัญหานักเรียนคิดเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์ร่วมกัน มีการจัดตั้งคณะกรรมการเพื่อทำกิจกรรมและประสานงานร่วมกับครูและผู้ที่มีส่วนเกี่ยวข้อง มีกิจกรรมโครงการที่จะดำเนินงานในโรงเรียน 4 โครงการ คือ 1) โครงการจัดตั้งชมรมเด็กยุคใหม่รู้ทันเกมออนไลน์ 2) โครงการอบรมผู้ปกครองและครูให้รู้เท่าทันเกมคอมพิวเตอร์ออนไลน์และอินเทอร์เน็ต 3) โครงการเสียงตามสายในโรงเรียน และการสื่อสารความรู้ผ่านวิทยุชุมชน และ 4) โครงการกิจกรรมศิลปะเพื่อใช้เวลาว่างให้เป็นประโยชน์ช่วงปิดเทอม ภายหลังการเข้าร่วมประชุมเชิงปฏิบัติการ กลุ่มตัวอย่างมีความตระหนักต่อพฤติกรรมสุขภาพโดยรวมอยู่ในระดับสูง และกระบวนการวิจัยนี้สามารถระดมการมีส่วนร่วมของ

ผู้มีส่วนเกี่ยวข้องในการแก้ปัญหา เพราะการมีส่วนร่วมจะทำให้เกิดการยอมรับและรู้สึกว่าเป็นเจ้าของปัญหาร่วมกัน ซึ่งจะทำให้งิจกรรมโครงการประสบความสำเร็จ

มาโนช ชาบรา (2550) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง การจัดการตัวตนในโลกเสมือนจริงกับโลกที่เป็นจริง:กรณีศึกษาวัยรุ่นติดเกมออนไลน์ งานวิจัยชิ้นนี้มุ่งเน้นการเก็บรวบรวมข้อมูลเกี่ยวกับการจัดการตัวตนในโลกเสมือนจริงและรูปแบบการวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยแบบกรณีศึกษาโดยใช้แบบสัมภาษณ์ทั่ว ๆ ไป และแบบสัมภาษณ์แบบเจาะลึก พร้อมกับการสังเกตควบคู่ไปด้วย ผลที่ได้จากการศึกษาพบว่ากรณีศึกษาไม่สามารถจัดการตัวตนในโลกความเป็นจริงได้ แต่กลับเอาการจัดการในโลกเสมือนจริงมาใช้แทน เช่น การคิดว่าตนเองได้รับการยอมรับ ในความสามารถในเกมออนไลน์ แต่แท้จริงโลกความเป็นจริง ไม่มีเพื่อนหรือคนที่รู้จักก็มีเพียงไม่กี่คน หรือความสำเร็จในการชนะในเกมออนไลน์แต่ความเป็นจริง การเรียนได้ F และเพื่อน ๆ รุ่นเดียวกันจบการศึกษาไปหมดแล้ว รวมทั้งพฤติกรรมที่ไม่คาดคิดที่เกิดจากการจัดการตัวตนในเกมออนไลน์ ส่งผลต่อโลกความเป็นจริงนั่นคือ กรณีศึกษาเป็นนักศึกษาที่เรียบร้อย และเป็นคนดี กลับกลายเป็นคนที่มีนิสัยชอบขโมยของเกิดขึ้น

วิภาวี ใจยะวัง (2551) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง การพัฒนาสื่อประสมเพื่อรณรงค์การเล่นเกมคอมพิวเตอร์อย่างสร้างสรรค์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น : กรณีศึกษา นักเรียนในจังหวัดเชียงใหม่กลุ่มตัวอย่างในการค้นคว้าแบบอิสระ เพื่อพัฒนาสื่อประสมเพื่อรณรงค์การเล่นเกมคอมพิวเตอร์อย่างสร้างสรรค์ครั้งนี้คือ นักเรียนระดับชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น โรงเรียนกาวีละวิทยาลัย จังหวัดเชียงใหม่ จำนวน 50 คนที่เล่นเกมเกินกว่า 6 ชั่วโมงต่อวัน พบว่าระดับความพึงพอใจของกลุ่มประชากรต่อสื่อประสมเพื่อรณรงค์เรื่องการเล่นเกมคอมพิวเตอร์อย่างสร้างสรรค์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้นอยู่ในเกณฑ์ดี ผลการวิเคราะห์แบบสอบถามความคิดเห็นเกี่ยวกับการเล่นเกมมากเกินไป และทัศนคติ หลังจากการใช้สื่อประสมรณรงค์ เพื่อการเล่นเกมอย่างสร้างสรรค์ของนักเรียนชั้นมัธยมศึกษาตอนต้น พบว่ากลุ่มประชากรมีความตระหนัก เรื่องผลกระทบของการเล่นเกมมากเกินไปมากขึ้น ทำให้เปลี่ยนแปลงทัศนคติเกี่ยวกับการเล่นเกมคอมพิวเตอร์ไปในทางที่ดีขึ้น

งานวิจัยเกี่ยวกับกระบวนการกลุ่ม

กณินันต์ หยกสกุล (2551) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง การมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุในการจัดกิจกรรมเพื่อสุขภาพ ผลการวิจัยพบว่า ผู้สูงอายุได้เข้าร่วมกิจกรรม และมีส่วนร่วมในขั้นตอนต่าง ๆ รวม 5 ขั้นตอน โดยในขั้นวิเคราะห์ปัญหา กลุ่มตัวอย่างส่วนใหญ่ป่วยด้วยอาการปวดศีรษะ นอนไม่หลับ เบื่ออาหาร โรคความดันโลหิตสูง ขึ้นหาสาเหตุพบว่า เกิดจากการมีร่างกายที่ไม่แข็งแรงอ่อนแอ การขาดความรู้ การทำงานหนักจนเกินไป ความเหงา ขึ้นวางแผนผู้สูงอายุมีความสนใจในกิจกรรมการทรงท่าทางที่เหมาะสมมากที่สุด ขึ้นปฏิบัติได้กิจกรรมเพื่อสุขภาพจำนวน 8 กิจกรรม และในขั้น

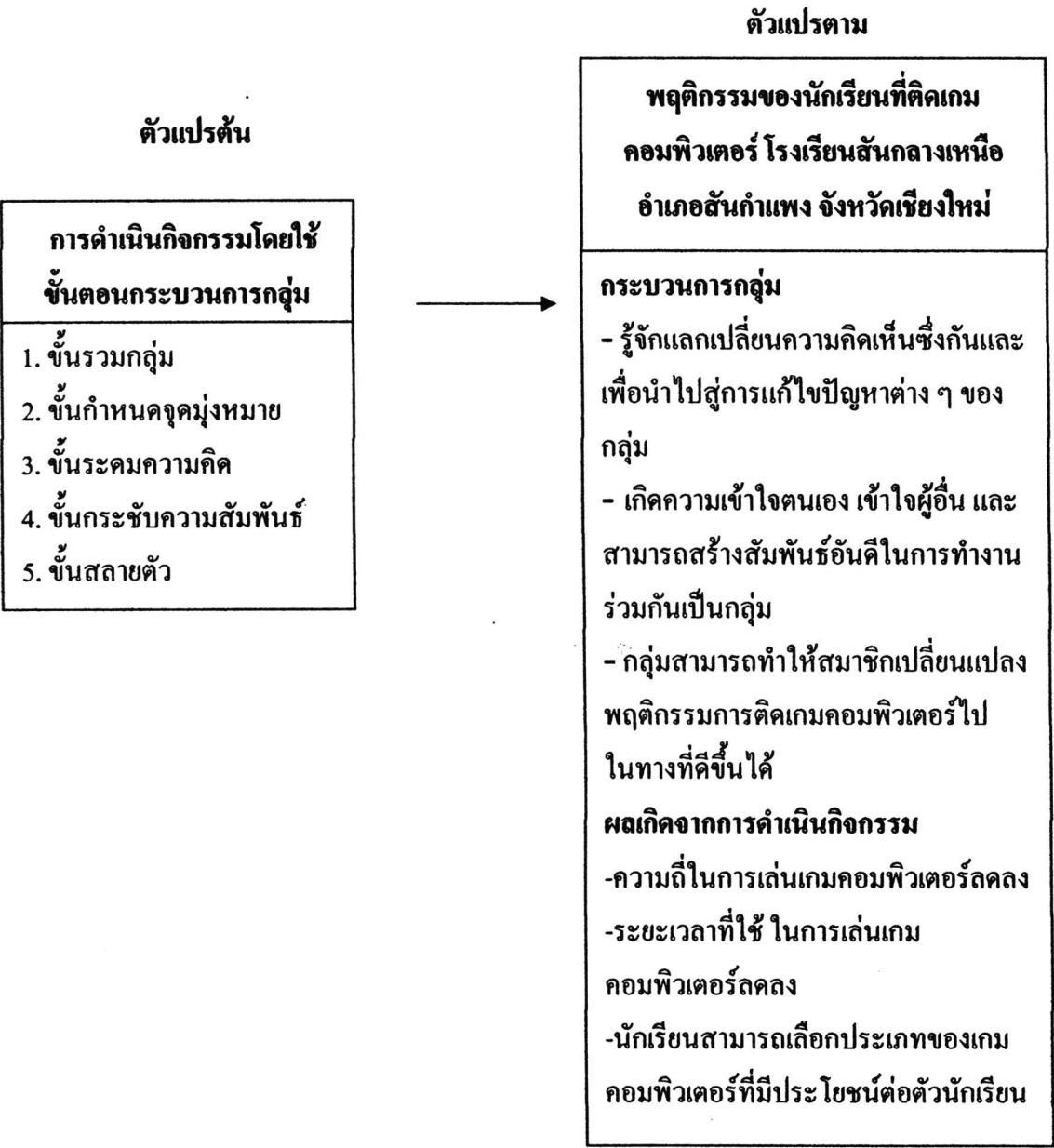
ติดตามประเมินผลพบว่า ผู้สูงอายุมีสุขภาพด้านร่างกาย จิตใจและสังคมดีขึ้น การมีส่วนร่วมของผู้สูงอายุโดยใช้กระบวนการกลุ่มเป็นตัวกระตุ้นนั้น ทำให้เกิดกิจกรรมสุขภาพที่ตอบสนองความต้องการอย่างแท้จริง ซึ่งส่งผลต่อความต่อเนื่อง และยั่งยืน

เกษมณี ขัฒติยะ (2548) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง การใช้กระบวนการกลุ่มเพื่อสร้างทักษะการป้องกันตนเองในการดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนมัธยมศึกษา สังกัดเทศบาลนครเชียงใหม่ วัดอุปประสงค์เพื่อสร้างทักษะการป้องกันตนเองในการดื่มแอลกอฮอล์ของนักเรียนกลุ่มเสี่ยง กลุ่มตัวอย่างเป็นกลุ่มที่เลือกโดยครูที่ปรึกษา และนักเรียนอาสาสมัคร จำนวน 30 คน พบว่า กระบวนการกลุ่มก่อให้เกิดการพัฒนาการเรียนรู้ของกลุ่มตัวอย่างและกิจกรรมมีความเหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง กลุ่มตัวอย่างเกิดทักษะในการป้องกันตนเองในด้านการตระหนักรู้ในตนเองและเห็นใจผู้อื่น ความภาคภูมิใจในตนเอง ความรับผิดชอบต่อสังคม ความสามารถในการสร้างสัมพันธภาพ และการสื่อสาร ความสามารถในการจัดการกับอารมณ์และความเครียด และสามารถคิดวิเคราะห์ และเกิดความคิดสร้างสรรค์

อุรัชชา สัจจาพงศ์ (2552) ได้ทำการศึกษาวิจัยเรื่อง การใช้กิจกรรมทักษะชีวิตในการส่งเสริมพฤติกรรมการบริโภคอาหารของนักเรียนชั้นประถมศึกษา เขตเทศบาล จังหวัดแพร่ กลุ่มตัวอย่างเป็นนักเรียนชั้นประถมศึกษาปีที่ 5 ที่กำลังศึกษาในภาคเรียนที่ 2 ปีการศึกษา 2551 โรงเรียนบ้านคุ้ม จังหวัดแพร่ จำนวน 30 คน เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยชุดกิจกรรมทักษะชีวิตในการส่งเสริมทักษะการบริโภค โดยใช้กระบวนการกลุ่ม ผลวิจัยพบว่า การสังเกตพฤติกรรมนักเรียน จากการดำเนินการใช้กิจกรรมทักษะชีวิต พบว่า นักเรียนให้ความสนใจต่อกิจกรรมการเรียนการสอน และให้ความร่วมมือในการปฏิบัติกิจกรรมโดยใช้กิจกรรมทักษะชีวิตเป็นอย่างดี และผลการใช้กิจกรรมทักษะชีวิต 1 สัปดาห์ 2 สัปดาห์ และ 4 สัปดาห์ มีดังนี้ ความรู้เรื่องการโภชนาการและการบริโภคสำหรับเด็ก ก่อนเรียน และหลังเรียนมีค่าเฉลี่ยคะแนนความรู้เท่ากับ 23.60 และ 26.50 ตามลำดับ ซึ่งหลังการทดลองกลุ่มตัวอย่างมีความรู้เรื่องการโภชนาการและการบริโภคสำหรับเด็กมากกว่าก่อนเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.001 , ความตระหนักเกี่ยวกับการบริโภค ก่อนเรียนและหลังเรียนมีค่าเฉลี่ยคะแนนความตระหนักเท่ากับ 19.77 และ 23.00 ตามลำดับ ซึ่งหลังการทดลองกลุ่มตัวอย่างมีความตระหนักเกี่ยวกับการบริโภคมากกว่าก่อนเรียนแตกต่างกันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ 0.01 และการปฏิบัติตัวของนักเรียนในการบริโภคอาหารก่อนเรียนและหลังเรียนมีค่าเฉลี่ยการปฏิบัติตัวในการบริโภคอาหาร เท่ากับ 2.54 และ 2.61 ตามลำดับ ซึ่งหลังการทดลองกลุ่มตัวอย่างมีคะแนนการปฏิบัติมากกว่าก่อนเรียนเล็กน้อย

จากการศึกษาเอกสารและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง สามารถเขียนกรอบแนวคิดในการวิจัยครั้งนี้ดังนี้

กรอบแนวคิดการวิจัย



แผนภาพ 4 กรอบแนวคิดในการวิจัย